

コロナ時代を生きる

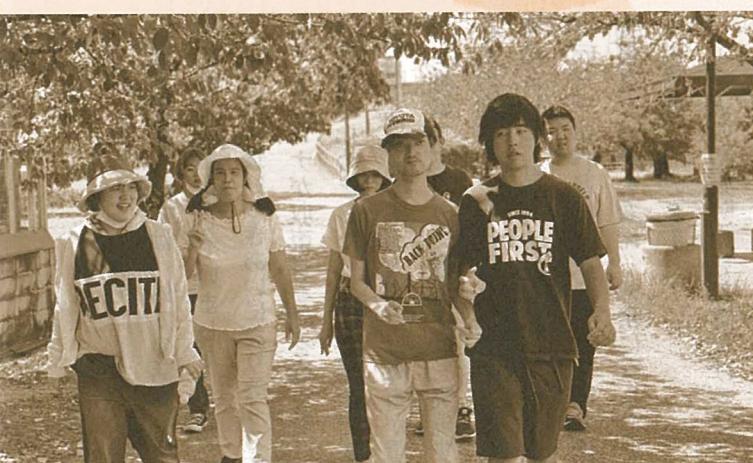
大阪・社会福祉法人創思苑 林 淑美

コロナとのつきあいが長くなることが予測される現在、知的障害を持つ人たちの生き方や暮らしをどう支援すればいいのでしょうか。

社会福祉法人創思苑には、日中活動の場を利用する人126人。その内グループホームで暮らす人75人（区分4以上の人が9割）。そして両親ともに亡くなっている人が20人います。

私たちは、緊急事態宣言中でも日中活動の場をこれまでと同じように運営してきました。

感染防止のために日中活動の場を閉じたとしても、グループホームで日中を過ごす人が増えるだけだからです。また、グループホームを縮小もしませんでした。そして、当事者が感染したときも、法人としてきちんと支援していくことにしました。



みんなでウォーキング



今日の晩ご飯は焼肉！

受け身ではない生活をする

当事者には新型コロナがどんな病気なのかを説明し、外から帰ったときは手の消毒、うがいを必ずするようにしています。また、日中活動の場ではマスクを着用し、ソーシャルディスタンスを保つよう支援をしています。

その上で、次の3つに取り組んでいます。
①出張する際は不必要です。そのふれあいを支える顔面に感染する人
②迅速なPCR検査と酸素飽和度の測定、感染者のための一軒家

当事者も職員も体温が37・5度を超える

○迅速なPCR検査と酸素飽和度の測定、感染者のための一軒家

たときは、必ずPCR検査を受けます。5月末には、すぐに検査をしてもらえて4時間後には結果を伝えてくれる病院を近くに確保しました。コロナ感染が拡大した4月頃に比べ、現在当事者や職員の気持ちは落ちています。「病院に行くとすぐに検査をしてもらえて結果がわかる」という安心感があるからです。

基礎疾患のある人は、血中の酸素飽和度も測っています。酸素飽和度が90%より下がったときは救急車を手配します。また、グループホームで暮らしている人がコロナに感染したときのために、隔離のための一軒家を用意しています。

○心と体を元気にして免疫をあげる

1年ほど前から、食事には玄米ご飯と無農薬野菜などの体にやさしい食材を使っています。最初のころは、ブーブー文句を言う人も多かったのですが、体重が減る、血糖値が下がるなど、多くの当事者の体調がよくなりました。今ではほとんどの人がおいしそうに食べています。

そして、もう一つがウォーキングです。週に2から3回、1時間程度歩いています。

○みんなで楽しみながら活動する

緊急事態宣言中は、外での活動や多人数の会議は中止していました。しかし、コロナとは長いつきあいになりそうです。

そこでコロナが収束するのを待つ受け身の姿勢を止めました。大切な理念である「自分で決める」や「どんなに障害が重くても地域でふつうに暮らす」を実現するための活動を、どうしたら再開できるかを考えました。現在、当事者会議、パンジー

メディアの作品の上映会、週1回の調理実習などは形を変え、3密にならないよう活動しています。

コロナの感染防止をするだけでは、ストレスがたまり、心や体がめいってします。みんなで元気に話し合ったり活動したりすることが大切だと気づいたのです。

コロナ以前と同じことはできませんが、少し工夫すればやれることができます。ぜひ、挑戦してください。

*1 酸素飽和度の標準値は96～99%で、90%以下は十分な酸素を全身の臓器に送れなくなった状態（呼吸不全）になつている可能性がある（一般社団法人日本呼吸器学会ウェブサイトより）。

*2 パンジーメディアは、同法人が運営する知的障害のある人によるテレビ放送。詳細は本誌2018年5月号。