

旅行する 障害者・高齢者の旅行支援とまちづくり

Key Questions

- Q1: 障害者の旅行計画に必要な情報は?
- Q2: 旅行中の健康管理はどのように?
- Q3: OTがまちづくりに貢献できることは何か?

浅海 奈津美*

Natsumi ASASHI, OTR

旅は最高のリハビリテーション

木村さん(仮名)は58歳のときに脳卒中で倒れた。右片麻痺と失語症が残った夫をまえに動転していた奥さんが入院先のセラピストに言われたことは、「これから二人で生きることを考えなさい」というものだった。夫婦が一緒にできることとして、唯一心浮かんだのが旅行であった。半年後退院してまもなく、二人の息子さんと一緒にハウステンボスに出かけたが、そのときは「何があっても後悔しないね」と確かめ合うほどの覚悟であった。病院では、担当スタッフに会うごとに、大丈夫でしょうかと尋ねたが、皆が行っていらっしやいと言ってくれたのが励みになったという。

その後、夫婦だけでハワイ、オーストラリア、タイに旅行したが、救急体制がしっかりしていると思われるホテルを選び、ゆっくりしたいときには窓の外の景色を見ているだけでも旅情を味わえるようにと、眺めのよい部屋をとるようにした。障害者対応の部屋は滞在したどのホテルにも備わっていたが、いずれも眺めが悪いところに位置していたので利用せず、そのかわりに入浴がままだった。木村さんは腎機能も悪いので、レストランでは奥さんが、夫の注文したメニューとバランスのとれるものを頼んで二人で分けるようにした。また最近では安心のために、リハビリパンツと小児用の浣腸を持参するようになった。

タイでは気疲れが多かったため、次の旅行には



図1 早朝のガンジス川のほとりで

添乗員付きのツアーを、と探したところ、「1.5時間から2時間おきに洋式トイレにご案内」という文句に惹かれて申し込んだ障害者対応ツアーの旅先はインドだった。行くことになるなど想像もしていなかったインドでは、介助スタッフが、ガンジス川のほとりにも、タージマハールの中にも連れていってくれた(図1)。添乗員が持参した浴槽用手すりが参加者の間で好評だったが、木村さんは風呂よりも、早く寝ることで強行スケジュールに備えた。何を見たからというよりも、行けたことで自信がついた旅行だった。

旅行の広告に目を通し、新聞から切り抜くことがこのところの木村さんの日課である。国内旅行では家業が気になってしまい日常から離れきれないからと、次も海外を目指している。

一口に旅行といっても、その目的と旅する人にとっての意味はさまざまである。世界を知るための旅行、自分を知るための旅行、心身を解放する

* 札幌大学医療衛生学部、作業療法士
〒228-8555 神奈川県相模原市北里1-15-1

ための旅行，人との出会いを求めての旅行，仕事の出張，冒険，旅先で何かすることが目的の旅行，思い出を共につくるための旅行，里帰りや墓参り等々。自ら強く願う旅行であっても，いつでもどこへでも行ける自由は，時間的にも経済的にも状況的にも，誰にだってそうあるわけではない。だからこそ人は「いつかそのうち」と心の中で，将来の旅する自分を夢見て，日常に耐えることも，旅行の実現のために努力することもできるのだ。

心身機能に障害をもったことで，そんな「旅行の可能性」を追い求める楽しみすら阻まれてしまうとしたら，人生はどんなに色褪せたものになってしまうことだろうか。反対に，あきらめていた旅行が可能であることを知り，ましてや実現するならば，そのことによって，障害者や家族にもたらされる，生活の張りや生きる希望，自立への意欲，達成感，どれほど大きなものであることか。「旅は最高のリハビリテーション」という名言があるように，旅行体験が契機となって，自分の可能性を知り，すべてに積極的になったと語る障害者は多い。しかし病気の不安や介助者の不在，あるいは情報不足ゆえに，旅行をあきらめている障害者は，おそらくその何倍もいるはずである。

人生を再建する力をもつ「旅行」という魅力的な作業を，障害者が安心して楽しく遂行するために，作業療法士（以下，OT）はどのような支援ができるのか。本稿では，資料と取材に協力していただいた旅行関連業界の方々の話を参考に，特に移動が不自由な障害者（以下，障害者）の場合の支援について，当事者への直接支援とまちづくりという2つの観点から考えてみたい。

障害者への直接支援

レジャーとしての旅行の楽しみは，行く先を決めるところから，帰宅後，思い出話に花を咲かせるまでの，一連の過程から成り立っている。同行しないOTができる支援には，計画の段階における本人や家族への情報提供，介助や便宜を払ってもらう必要のある事柄のリストアップの手助け，旅行中に必要な動作の練習と携帯すべき福祉用具，用品の選定，健康管理上のアドバイスなどが



図2 障害者旅行に関する市販本

ある。ここではOTが知っておくとよいと思われる，障害者の旅行に関する注意事項について，概要を項目別にまとめてみた。より具体的な情報や旅のヒントは，末尾に掲げた資料や問い合わせ先を参照の上入手してほしい。

1. 旅行情報の入手

何よりもまず，障害があっても旅行が可能であること，対象者や家族がその気になることのできる機会を提供することが必要である。最近では，一般書店の旅行コーナーにも，障害者向けの旅行ガイドブックが置いてあり，障害者の旅行体験記も数多く出版されている（図2）。インターネットからも情報を得ることができるが，交通，宿泊，観光，旅行会社などすべてを網羅している総合的リンクサイトはない。著者が障害をもち，自分で実際に確認した情報が書かれているものは，より有用性が高い。旅行会社が企画する障害者対応ツアーの宣伝パンフレットは無料でもらえる。地域の行政や社会福祉協議会が企画主催する，障害者向けの旅行の募集案内は，広報に掲載される。同じ施設を利用する障害者の旅行体験談を聞くことで，旅行にはずみがつく人もいるかもしれない。ただし，場合によっては自慢話と受け取られてしまうことがあるので，紹介するときには注意を要する。

2. 旅への望みを意思表示

旅行の目的は一人ひとり違う。障害があるからといって，どんな旅行でも行ければ満足というものではない。まずは対象者自身が，どんな旅を望んでいるのかを明確にすることが，旅を意に反し

なものに終わらせないためには必要である。

旅行会社に相談する場合でも、パッケージ旅行か個人手配かという以外に、温泉でくつろぐ、○の観光をする、大自然にひたるなど、何を優先させた旅にしたいのかをはっきり伝えたほうが、満足度の高い旅程を組んでもらえるし、希望どおりの旅が無理であっても代案を示してもらえる。不安なことについても、移動から食事内容に至るまで、うるさがられるからと遠慮することなく、事前に尋ねたり希望を述べたりしたほうがよい。すべてが希望通りにならなくても、十分話し合い不自由を承知で参加するならば、何もいわずに不調を残すよりも楽しく旅行できる。

3. ゆとりのある旅程

旅程は時間的余裕をもったものにするべきである。なかでもトイレ休憩が頻繁にゆっくりとれると、旅行の不安が軽減する。排便に時間をかけた場合には、宿泊先でリラックスしてトイレに長居できる時間の確保が必須である。排泄に不安があると、食事も楽しくない。また車椅子での移動では、バリアフリーをうたった駅でも、ホームの端のエレベーターやスロープまで長い距離を移動しなければならなかったり、階段昇降機の誘導係員が来るまで待たされるなど、思わぬところで時間がかかる。特に障害をもって初めての旅行では、疲労の予測が立ちにくい。疲労や不調を感じたら思い切って旅程を変更すること、それができるようなゆとりあるスケジュールであることが、楽しい旅行を成功させる一番のコツである。

4. 介助者の問題

介助が必要な状態であるにもかかわらず、介助者が得られないために旅行をあきらめている人は多い。そうかといって、特別な契約はしていない乗員や宿泊先のスタッフに、緊急時は別として、身体介護のサービスまで要求するのはルール違反である。旅先での介護サービスに対する介護保険適用は認められていないので、すべて利用者の自己負担とはなるが、介助スタッフ付きの旅行企画や、介護度に合わせて相手の旅費を何割か負担

すれば、その同行者が介護するというシステムを設けているツアーがある。このようなツアーに参加する場合には、何についてどのような介助をしてもらいたいのか、あらかじめはっきり伝えることが必要である。

家族など同行する介助者がいる場合でも、介助負担が大きいと、日を追うにつれ疲労がたまる。介助者は無理をしがちで、それがストレスとなって、介助される側との関係を悪化させかねない。同行者ともども旅行を楽しむためにも、介助サービス付きの旅行が利用しやすいものになることを期待したい。身障手帳での運賃割引制度や、高いニーズがあるために介護保険給付が市町村の裁量で一部認められることになった介護タクシーなどと同様に、障害者の社会参加支援として、旅行介助サービスの利用助成制度ができないものであろうか。

5. 宿泊先の決定

宿泊先の居心地は、旅の良し悪しを決定づける。特に注意したいのは、障害者向けガイドブックや大手旅行会社のパンフレットで、車椅子対応の部屋ありと記されているホテル、旅館の利用である。ドアや浴室の構造、車椅子回転スペースの有無、段差の程度など、車椅子対応といってもその仕様はまちまちなので、事前に電話で直接問い合わせたほうがよい。思い込みは禁物である。なおも不安な場合には、寸法が書き込まれた部屋の図面を送ってもらい、対象者の使い勝手を予測しておく。反対に、浴槽やベッドの高さ、段差などについて、対象者側から、どのような仕様であれば利用可能かを相手に伝え、対応できるか尋ねるという方法もある。

このようなやりとりを通して、電話口での対応が不親切である施設は、実際の対応も…と考えたほうがよいかもしれない。建物が段差だらけでも、「スタッフサービスとできる限りの工夫でカバーします」と、障害者をお客様として心から歓迎してくれるところのほうが、物理的には問題がなくても泊めてやるといわんばかりの態度を示すところより、気持ちよく過ごせたとは、多くの人たち

が語るところである。

6. 移動手段の確保

旅行会社のツアーに参加する場合、常時車椅子を使うのか、室内歩行ならばできるのか、介助があればバスステップの利用も可能か、長い距離の階段でもゆっくりならば昇降できるのかなど、実用的な移動能力や体力についてあらかじめ旅行会社に伝えておくと、無駄のない便宜を図ってもらいやすい。障害者、高齢者向けと銘打ったものではない一般のツアーでは、対応してもらえないこと限界は大きくなるが、断られるのを恐れて参加当日まで障害を隠していたのでは、受けられるサービスも手配が間に合わず、かえって行動が制限されたり、ツアー全体に迷惑をかけてしまう。

個人旅行の場合には、ガイドブックなどで移動アクセスについて調べておく。詳しい情報が得られない場合には、訪問先の社会福祉協議会や障害者団体に尋ねるといった方法もある。新幹線には車椅子用の座席スペースや、ベッドにもなる座席のついた車椅子専用個室が設置されているが、みどりの窓口のコンピュータ端末からは予約できず、直接乗車駅で購入しなければならない。しかも延々と待たされる。JRや私鉄の各列車に車椅子対応のトイレや座席、洋式トイレがあるか、何号車にあるのかなどの情報は、「列車編成席番表」(ジェー・アール・アール発行)をみて調べたほうが、駅の窓口で尋ねるよりも確かなようである。

電動車椅子を分解して飛行機に載せる場合、組み立てに問題はないか自分でチェックできたり(分解組み立て自体は航空会社でしてくれる)、海外旅行の場合、行った先に車椅子のバルブのサイズに合う空気入れの用意があるかを、事前に確かめておくと安心である。

7. 携帯すると便利なもの

旅行も回を重ねると、経験の中から自分に必要な旅道具リストができるものであるが、他人が築いたノウハウも参考になる。電動車椅子で海外にも一人で出かける勝矢光信氏は、旅先で役立つ道具として、車椅子のタイヤのスペア、自転車用パ

ンク修理液(応急処置用)、ペンチやねじ回し(車椅子修理用)、ビニールポンチョ(雨ガッパとしてだけでなく、入浴後車椅子に敷いて腰掛ける)、ロープ(多目的)、使い捨てカイロ、ビニール袋(トイレがないときには取尿器代わりになる)、携帯電話などを挙げている。その他、カテーテルや取尿器、おむつ、洗腸、シーツを汚さないためのビニールシートなどの排泄関連用品、食事用自助具、杖先のゴムチップのスペア、リーチャーなど、障害のみならず、旅行スタイル、旅行先、旅の内容によって必需品も変わってくる^{2,3)}。

荷物を減らすことを考えれば、基本的ADLに必要な用具や環境が宿泊先に用意されていることがベストであるが、どこにでも行ける自由を保証するためには、携帯しやすくこわれにくい、旅行用福祉用具と呼べるものの開発も望まれる。

8. 旅行中の健康管理

障害者が旅行に躊躇する大きな理由に、健康への不安がある。障害の状態に合わせた旅程にするとはいっても、旅先での健康管理に自信がなかったり、飛行機にのっても大丈夫だろうかという心配があれば、なかなか旅行には踏み切れない。最近このような旅行希望者の相談先として、旅行に関わる病気・ケガの予防と治療を扱う、「旅行医学」という各科にまたがる医療の新しい専門分野が注目され始めた。旅行中に関わるすべての医学的な予防と対策を扱うこの新分野で、旅行用英文診断書の普及、透析手配をはじめ渡航先で必要な医療サポート、そして添乗員医学教育など、旅行医学が広まることを願って活動する医師の一人である篠塚規氏は、日本の旅行医学ニーズを図3のように表している⁴⁾。篠塚氏が「山岳砂漠」(0.8気圧、湿度15%以下)と形容する飛行機の利用に関しては、心疾患や呼吸器疾患などについて搭乗ガイドラインがあるが⁵⁾、対応に違いがあるので、直接航空会社に問い合わせたほうがよい。

高血圧ならば飲酒後の入浴は避ける、糖尿病ならばカロリーに気をつけ靴ずれにも注意するといった、日常生活上の留意点の延長にある注意事項も、環境がかなり変わる旅行の前には確認して



図 3 現在の日本における旅行ニーズ¹⁾

おくほうがよい。また旅先では、体の異変を感じてもがまんしてしまいがちであるが（特に海外で）、手遅れにならないよう、早めに医療機関にかかることが大切である。急を要する場合でも的確な医療が受けられるよう、旅行用診断書や薬剤証明書（海外の場合は英文）を持参するとよい。旅行会社が障害者、高齢者に適切な配慮をするための手引きとして、1999年に日本旅行業協会が作った『ハートフル・ツアーハンドブック』⁶⁾には、障害者や医療に関する聞き取りシートが含まれている。病気や障害について尋ねられることには抵抗があるかもしれないが、万一の際に最善を尽くしてもらうためには、知っておいてもらったほうがよい。質問自体に疑問があるならば、なぜそのことを質問するのかについて話し合い、信頼関係を築くことも大切である。旅行会社や添乗員には医療機関同様、旅行客の個人情報についての守秘義務を強く期待したい。

まちづくりと旅行支援

旅行が遠距離外出と家以外の場所での宿泊生活から成り立っていると考えると（それだけではなく）、障害者の旅行支援はまちづくりでもあると見える。なぜなら、訪問者がバリアを感じることを減らしてあげるまちは、住民にとっても住みやすいまちであるはずだからである。ここでは事例を通

して、旅行者の受け入れ側への支援という観点から、OTの役割を考えてみたい。

1. 手作りのバリアフリー

霞ヶ浦の老舗ホテルである京成土浦ホテルでは、手作りによる障害をもつ利用客への対応の試みを数多く行っている。「リフォームには限界がありますが、まずはできることから始めます。そして使っていただいたお客様の意見を参考に、建物自体の改修時期がきたときに、今度はできるだけよいものを作るのです」と語る同ホテル企画部の秋元昭臣氏が案内してくれたのは、氏いうところの車椅子対応第1号トイレである（図4）。従来のトイレ自体の構造は変えられなかったため、カーテンレールをドアの外にとりつけ、個室スペースを拡大させた。それでは不十分な場合には、廊下のドアに「使用中」の札を掲げ、トイレ空間全体を個室化させるという工夫をした。第2号トイレは、ウエディングドレスを着たまま使用できるよう、もともとスペースが広がった旧着付け室内のトイレを活用し手を入れた。これらの使用経験をもとにして新たに作られた障害者対応トイレは、ストマ洗浄シンクの他、さまざまな配慮がちりばめられたものになっている。段差の解消も手作りの木製スロープから始められた。浴室や居室には、手製のものも含めて福祉用具が備えられているが、本格的な改修はこれからということで、目下具体案を検討中である。

隣接するポーリング場には、イレクターを曲げてつくった車椅子用シュートスロープ（図5）が置かれている。これも秋元氏らの手作りである。これらの導入によって車椅子の利用客が増えたのを見て、出入りの清涼飲料水会社が、車椅子対応型の自販機を置いてくれたという。またホテルが作った車椅子マップなどを参考に、まちを訪れる障害者が増え、他の観光スポットでも障害者への対応が始められた。ホテルのスタッフも、プライベートで出会う障害者に、まちで気軽に声を掛けるようになった。「こういう波及効果が大切なのです」と秋元氏は強調する。

意欲はあっても、施設をバリアフリー仕様にす

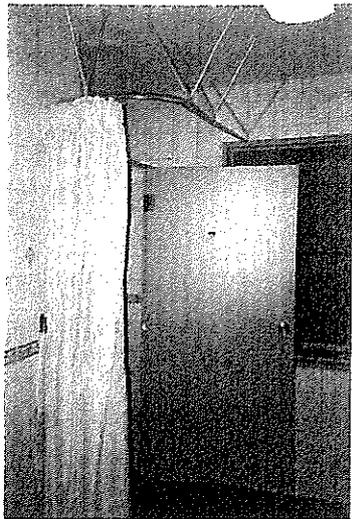


図 4 車椅子対応トイレ
第1号

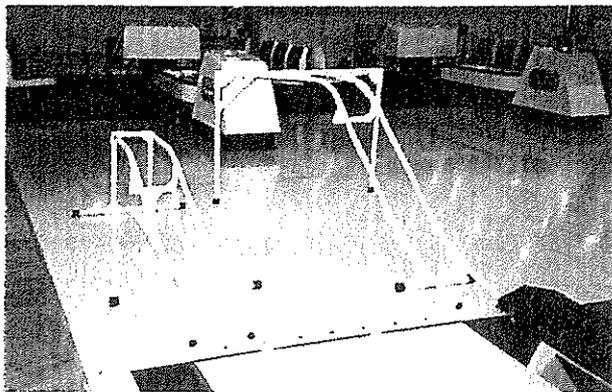


図 5 車椅子使用者ボーリングシュートスロープ

るのはお金がかかると考えている宿泊施設には、OTがこれまで培ってきた、住環境整備における手作りの創意工夫の視点とノウハウが役に立つ。完璧なものではできなくても、その施設が障害者を受け入れるきっかけをつくることができれば、波を周辺に広げていくこともまた可能になる。障害者対応など考えたこともなかったという同ホテル副支配人の神田滋氏は、利用客からの感謝の手紙に感動した。スタッフの志気が上がれば、物事は展開していく。このような「今日からできるバリアフリー」のアイデアやアイテムを広めることから、まちづくりは可能なのである。

2. 人材育成

YMCA 国際トラベル専門学校では、本年度新たに「トラベル&福祉ケアコース」を設けた。高

齢者や障害者旅行の専門家の育成を目的とする、全国初の試みである。このコースを立ち上げた同校の早川俊信氏は、これまでも、いろいろな障害をもつ友人の協力を得て、旅行業やホテル業を学ぶ学生に、障害者の理解や対応、介助法を指導してきた。学生は直接障害者から、不自由なことは何か、どのように援助してもらいたいか、あるいは「盲の人ってどんな夢をみるのですか」というような率直な疑問に対する答えを聞くことができる。そうして培われた感覚は、社会人になってから生きてくる。現役のホテル関係者を対象にした、やはり障害者自身を講師に迎えての講習会も昨年からはじめられた⁷⁾。

また日本交通公社では、TASC(トータル・アクセス・サポート・センター)という障害者団体と共同して、修学旅行の生徒を対象に、一人の車椅子使用者が数人の生徒を連れて新宿をガイドするというプログラムを実施している。生徒の反応もさることながら、面白いのはプロとして案内している車椅子使用者が、どんどん積極的になってきていることだという。

障害をもつ当事者の社会参加と、住みやすいまちのソフトである人の育成の、両方を実現させることができるこのような企画を、OTも自分の地域に対して提案し、積極的に企画コーディネートしていくべきではないだろうか。障害者の生活を支援し自立を促す職種として、やれること、やるべきことは多いと思う。

旅は文化、旅は人権

長年にわたり、障害者に対する旅行サービスを推進してきた草薙威一郎氏によると、受け入れ側が目標にすべきことは、①尊厳が保てるもてなし、②安心して観光できること、③単独でも行動可能な環境、④多様な選択枝であり、これらを実現するためには、ハード面、ソフト面において整備が必要な課題があると指摘している(表)^{8,9)}。

障害者の外出、社会参加、レジャー活動を支援し可能にしていくことは、草薙氏の主張する、「だれでも、自由に、どこへでも」行ける文化社会づくりに通じる。障害者の安定したADL能力の獲

表 旅行のノーマライゼーションに向けての整備課題(文献8を、著者の了解を得て一部改変)

| | |
|------|---|
| ハード面 | |
| 1 | 交通・移動面 駅、空港、公共交通機関、自家用車、道路など |
| 2 | 都市計画面 歩道、垂直移動手段、駐車場、公園、公衆トイレ、タウンモビリティなど |
| 3 | 建造物などの整備 公共建築物、宿泊施設、観光諸施設、歴史的建造物、レストランなど |
| ソフト面 | |
| 1 | 情報障害をもつ人に対する整備 視覚・聴覚・知的障害への対応、盲導犬・聴導犬・介助犬の入場など |
| 2 | 地域内バリアフリー観光情報の整備 その場所へ行くための情報、音声案内、総合的情報提供体制など |
| 3 | 啓発と教育 住民のホスピタリティ意識醸成、観光産業関係者への教育、障害理解と基本的な介助方法習得の促進、学校教育における福祉教育など |
| 4 | サービス体制の整備 介助者供給システム、旅先での福祉用具の貸出し、医療体制、介護施設との相互乗り入れなど |

備から、まちの障害者理解の啓発推進まで、もっている知識技術を総動員して、OTもこの夢多い領域に参加貢献していこうではないか。

謝 辞

本稿を書くにあたり、ご協力いただきました以下皆様に、深く感謝いたします。(敬称略)
秋元昭臣、神田 滋(京成ホテル株式会社)、小野 (NPO ゆきわりそう)、小関 勉(日本アピリヤーズ協会)、橋本文雄、伴流高志(近畿日本ツーリスト株式会社)、草薙威一郎、清水正一(日本交通公社)、篠塚恭一(株式会社 コムスン・トラベル)、

篠塚 規(オブバースメディカコーポレーション)、オブバースメディカコーポレーション早川俊信(YMCA 国際ホテル・トラベル専門学校)、トラベルフリーの会、もっと優しい旅への勉強会

文 献

- 1) 高萩徳宗：バリアフリーの旅を創る。実業之日本社、2000。pp.167-176。
- 2) 勝矢光信：車イスと一いっしょに旅に出よう！日本経済新聞社、2000。pp.94-101。
- 3) おそどまさこ：障害者の地球旅行案内。晶文社、1996。pp.137-148。
- 4) 篠塚 規：21世紀の知っておきたい旅行医学。Mebio 18 (2)：114-115, 2001。
- 5) 篠塚 規：飛行機の中の旅行医学。Mebio 18 (1)：124-128, 2001。
- 6) 社団法人日本旅行業協会：ハートフル・ツアーハンドブック。1999。pp.30-84。
- 7) 上野まゆこ：京王プラザホテルで「ユニバーサルルーム」視察や車いす試乗体験。週刊ホテルレストラン。2000年10月20日号。オータパブリケーションズ。pp.18-19。
- 8) 草薙威一郎：高齢者・障害者と観光振興；長谷政弘 編著：観光振興論。第16章。税務経理協会。1998。pp.203-214。
- 9) 草薙威一郎：旅行のノーマライゼーション。松尾光芳 編：現代の交通・環境・福祉・市場。第8章。税務経理協会。2000。pp.103-118。

参考文献・資料

障害者旅行に関する情報リスト掲載誌

- 1) 日経バリアフリーガイドブック2001年版。日経事業出版社。2001。
 - 2) 高萩徳宗：バリアフリーの旅を創る。(実業之日本社。2000)。
- 旅行医学に関する問い合わせ先：オブバースメディカコーポレーション (www.OBM-MED.co.jp/)

(本稿に関するお問い合わせは著者までE-mailにてお願い致します。E-mail:nasami@abs.kitasato-u.ac.jp)