



すべての人が、幸せになる権利を持っています。
人権について、身近なこと、小さなことから、始めませんか？

杖の使用について

出勤時に駅までの道を歩行補助杖を使い力強く歩いて行かれる方を見かけます。この方は両足に障害があり、杖を上手に使い結構速いスピードで歩かれます。その際、周りの歩行者や自転車の方は温かく見守っておられます。

ある朝、この方が通勤時間帯の混雑する駅で人混みから外れた場所にしばらく立ち止まっていた。よく見ると上手にバランスを取り、首にかけたパスケースから定期券を取り出し、その後、体勢を立て直して改札に向かわれました。通勤する人の導線を妨げないように考えられて行動されていたことがわかりました。

一昔前に比べて社会は障害がある人にとって生活しやすい合理的配慮がされるようになってきて、街中でも障害がある人が生き生きと活動している姿をよく見かけるようになりました。歩行補助杖も今では種類も増え、障害の実情に合わせた杖を使用することができるようになっています。

歩行補助杖の目的と役割は以下のように言われています。

①杖をつくことにより身体を支える面積が広くなり、身体のふらつきを抑えることでリズムよく歩くことができる。

②杖に体重をかけることで荷重が分散され膝や腰、股関節への負担が減り、患部の痛みを和らげる効果がある。

③人の助けを借りずに自分の足で歩けるという自信につながり、外出する意欲が高まる。

環境の整備や周りの人の意識の変化により障害がある人が健常者と同じように普通の社会生活を送ることを目指す「ノーマライゼーション」の理念が浸透しつつある中で、障害がある人が外出しやすくするためには、障害がある人にやさしい環境や、①、②のような補助器具も重要ではありますが、何より③の気持ちの上での部分が大きいのではないかと思います。

ノーマライゼーションの理念が浸透し、すべての人が笑顔で外出できる社会が形づくられていくことで、活気あふれるまちづくりにつながることと思います。