

Nさんの場合

娘さんが自閉症（当時高1）

居住地：仙台市青葉区

インタビュー日：2024年12月12日

お話：Nさん

聞き手：橋本武美

N よろしくお願ひします。

橋 うちが宮城野区に近い青葉区なんです。なので、津波の被害とか何もなかったんですけども、Nさんはそのときご自宅に、お母さんと娘さんとで？

N そうです。2人で。

橋 被害などは？

N うちがマンションなんです。もちろん水道もガスも電気も止まったんですが、うちは1階だったので、かろうじてポンプの水が微妙にちょっと出てたっていう。

橋 うちがマンションなので分かります。

N ただ、その前から水もすごく用意してて、6本以上あったかな。あとお茶が好きな娘で、お茶も6本とか用意してあったので。ガスが全然来なかったですね。1カ月ぐらい来なかったかな。ガスの存在を忘れるぐらい（笑）。

橋 うちもそうです。でもお風呂が困りましたねー。

N ね、お風呂は……。電気が来て、水道が来てから、電気のココン口あるじゃないですか。あれでががが沸かして、お風呂にこうお湯を入れて、ものすごい労力をかけて（笑）。

橋 すごい沸かさなくちゃ駄目ですね。

N たくさん沸かして入れましたね、娘を。

橋 うちも同じです。ガスがすごく遅かった。1カ月後だったので。

N そうですね。ガスきつかったですよね。

橋 体は拭く？

N そうですね。

橋 うちがカセットコンロで沸かして、シャンプー、頭だけはどうしても洗ってあげたかったので、でっかいペットボトルに沸かしたお湯と水を混ぜてぬるま湯を作って、それで洗ってましたね。

N そうですよ。何とか駆使してやっていましたね。

橋 自閉症なので、こだわりとかもありますよね？

N こだわりは強いです。

橋 おうち自体は……マンションの被害は？

N 被害は大規模半壊。

橋 えー！

N ただ、向きもあるのかなと思って。我が家は1階で、本当たまたまだと思うんですけど、壊れたものが1個もないんですよ。カウンターキッチンになっていて、対面のキッチンだったんですけど、その上にフラワーベース、花瓶を置いてお花を挿したりしてたんですけど、それすら倒れなかったんですよ。あと、お皿も1枚も割れなかった。キッチンが、ロックのかかる扉だったんです。そのロックが、2階より上の人は全部空いちゃったんです。でも1階は開かなかった。ロックがかかって。

橋 あー。マンションと違って、免震構造とか耐震とかいろいろあるけれども、上が揺れやすいとかね。

N そうですね、上は大変でした。エレベーターも止まっちゃったし。

橋 止まりました。

N ね。13階の人は大変でしたね、お父さんたち頑張って。うちはその辺は……。

橋 では地震の後はご自宅にいられたんですね。

N いました。

橋 避難所には行かなくて。

N 避難所は行かなかったです。

橋 備蓄も結構あったので、大丈夫だった？

N そうですね。お水、お茶とか、何だかんだであったんです。

橋 電気の復旧は早かったんですもんね。

N 日曜日、なので2日後に電気が付きました。

橋 電気が付けば、電子レンジが使えるし。

N そうなんです。そういったことでは、本当に必要なものっていっぱいあったんだなって思いますよね、そういうときって。買い物ができないとか、スーパーに行っても物がなくて。あと、ふらふらいろんなところを歩いて状況を見ようと思ったときに、オムツを探してるお父さんに声かけられて、「すみません、オムツ置いてるところ知らないですか？」とか、さすがにオムツはないと思って、あったら差し上げたんですけど、それで「あそこのスーパーとあそこのスーパー当たってみてください」というお話ししかできなくて。あと、お年を召してる方もいたので、一応お水を持っていったりとか。

橋 エレベーター使えなくてね。

N そう。ガラガラって階段とかでね。まあマンションだったので、ある意味協力体制もできたっていうのはあったと思います。

橋 そうですね。人がたくさんいるところで。

N そうですそうです。

橋 お嬢さんのことは、周りの人はある程度理解があった？

N ありました。一応そのマンションだけの子ども会っていうのがあって、それでみんなで行動したりとかしてたので、障害だから云々っていうよりも、その中にちょっと不思議なお嬢さんが一緒にいるみたいに自然と溶け込んで、周りのお友達とかも全然普通に接してくれていたんで、特別扱いとかもなかったですし、それが逆に良かったし、娘の成長にもつながることかなとは思いました。

橋 そういう突然のこと（地震）があったときに、周りも分かってくれてるし。で、お母さんがそうやって動けたっていうのは、当時高1で、15歳16歳ぐらいで、1人でお留守番ができた？

N それはできなかった、一緒です。

橋 一緒に？

N 一緒です、どこに行くのも。だから、ガソリンが貴重だったので……ただ、結構入ってたんですよ、それも。

橋 地震のとき？

N そうなんです。でも、やっぱりいざというときのためにとっておいたんで、もう徒歩で行けるところはがんがんで歩いて、一緒に歩いて。やっぱり障害の子なりに、これはただ事ではないっていう理解が本人にもちゃんとあったので、ワートというわけでもなく、とても静かに過ごしていましたね。買い物に行っても、1人3点までとかそういうのがあったので、まず娘に「欲しいものがあったら1つ買っていいよ」と。そうすると娘はものすごく探して探して、物の少ない中でも……。

橋 どういうものを？

N うちの娘が選んだのは、お菓子とかじゃなかったです。リケンのわかめスープを（笑）。今でも飲んでるんです。リケンのスープシリーズっていうのがルーティーンになって。

橋 私も好きです。

N 好きです？ わかめスープとピリ辛スープとねぎ塩スープと、そういうのがあるんですけど、そのスープ類は豊富に売ってたので、その中からわかめスープを1点と、あとやっぱり野菜と何かとって3点買って、じゃあ買い物終わったから帰ろうって。そのスーパーもすごく並ぶんですよ。

橋 そうですね、ほんとに。

N それでも一緒に、ちゃんと待っていました。小さいときはすごく難しい部分もあったけど、やっぱり年齢とともに、そうやってちゃんと理解ができて、ここはこうするべきっていうか。

橋 いつもと違うけど、何かが起きたと。

N そうです、あんなに揺れましたからね。

橋 今は待たなきゃいけないとかって。やっぱり、お母様と一緒にっていうのも一番あると思うんですけど、みんなと一緒に行動できたんですね。

N そうですね。

橋 揺れてる最中とかはどうでした？

N 娘も私もすごい動揺はしてたんですけど、ちょっと危なかったのが、やっぱり狭いところに行こうとして、台所に行って動かなくなっちゃって。一番危ない火は止めてたんですけど、そのロックが外れたらもうアウトなので、とにかく広いところに広いところって、リビングにリビングって手を引っ張って、リビングで2人でワッテってた。でも動揺加減は一緒ですよ、たぶん（笑）。娘もすごいけど、こっちも何だこれはって。この揺れは異常。

橋 本当にね。

N もう死ぬって思いましたよね。

橋 うちもマンションなので、駄目かもしれない、崩れるかもしれないって、そのぐらいの揺れだった。うちは8階で真ん中ぐらいだったので、たぶん一番揺れるところだった。免振の真ん中なので。

N わー、揺れますね。ちょうど真ん中でしょ、耐震と免震の間ぐらい、分かります。

橋 そうです。揺れて逃がすから、終わった後の横揺れもずーっと長いんですよ。

N わ、大変。

橋 だけど、やっぱり何も落ちなかったんです。落ちなかったけれども、あの揺れとマンションのメキメキみたいなものの最大級の、ああ駄目かもしれない、このままもしかしたら死んでしまうかもしれない、って。

N いろんなことがよぎりましたよね。

橋 というぐらいの、本当に揺れと音でしたね。

N そうですね。音ですね、うちも。

橋 建物の音はものすごかったですね。

N そうですよ。ただ当日は、私の母が一軒家に住んでいたので、まず……。

橋 近いところですか？

N 近いところなので、とにかく車で母の様子を見に行くのが一番って思って、娘を乗せて母のところに行ったら、私の兄がいて。後から分かったんですけど、母が区役所に行ってたみたいで、区役所で震災に遭って、そこが母の恵まれてるところで、声かけてもらって送ってもらったみたい、自宅まで。

橋 それは職員さんですか？

N そうじゃなくて、普通の、いた人に。

橋 その場にいた人に「大丈夫ですか、車で一緒に」って？

N 「どちらですか」って聞かれて「ここです」って言ったら、「じゃあ送って行きますよ」って。

橋 えー、優しい方が。

N うん、ありがたい。その後に、主人も迎えに行かないと駄目だと思って、車で娘と2人で主人を迎えに行って、主人と主人の同僚を乗せて、同僚を送ってっていう、1日そういうので終わった気がしますね、真っ暗の中。

橋 信号も全部消えてましたもんね。

N そうでしたよね。何とか上手に。そこはやっぱり仙台の人はすごいなと思うのが、ちゃんと1台ずつ、マナーをわきまえながら、こっち行ったから次こっち行こうって、ぶつかることもなく。

橋 やってましたね。横断歩道の信号もつかないから、渡りたいっていう人も、真っ暗な中でアイコンタクトじゃないけど、渡りたい人がいるってパッシングしたりとかして、相手の車にちょっと今は止まろうみたいな感じで渡らせて、お互いにうんみたいな、やってましたね、あのときね。

N そうだったと思います。それで、マンションのお友達が心配して様子を見に来てくれたり。でも「全然元気」っ

て言いながら「じゃあね」っていなくなっちゃう。わーって手を振って「相変わらずお母さん元気」みたいな（笑）。

橋 ご主人を迎えに行って、一緒に帰って来て、じゃああとは家族で？

N はい、3人で心強かったですよね。主人の勤務先はちょっと遠いところだったんですけど、自転車ですぐに次の日から仕事に行きましたね。

橋 そうなんですね。

N そうということが心配だった。

橋 自転車は大活躍でしたね。

N 大活躍でしたね。私の大事な自転車をがんがん主人が乗って、うわっと思ったんですけど（笑）。

橋 自転車でどのくらい時間かかる場所ですか？

N 車で25分とか30分ぐらいかかる場所なので、自転車だと1時間近くですけど、ただ私の自転車が6段変速のロードレーサーっていう自転車だったので、すごいスピード出るんです。車より速いので大丈夫でした。車と同じ時間で、それで毎日通ってて。今じゃできないですよ、年齢的に。昔だから、ちょっと若かったの。

橋 昔いろいろありましたね。ロードレーサー、懐かしい、響きが。私自身は全然乗ってないんですけど。

N あとはご近所さんと「これ食べる？」とか「これ要る？」とか、そういうやりとりもあったりとか。

橋 そうするとマンション内で、大丈夫なところと、ひびが入っちゃったりとか危ないお部屋もあったということですね。

N ありましたね。集会所が避難所になって。近くに中学校、小学校もあったんですけど。

橋 そこは避難所になった？

N すぐ避難所になったんです。ただ避難所はすごい人が集まるので、マンションの集会室を利用して、そこで生活を……。

橋 そこに避難を？

N そうです。うちは大丈夫だったんですけど、みんなそこで、どうにか鍋を持ち寄ったり、食べ物を持ち寄ったりして。そこは子ども会とか理事会とかで、いろんなイベントをやってたんですよ。春の会とか秋の会とか。

橋 お花見をやったり、芋煮会やったり。

N そうです。芋煮会やったりしてコミュニケーションを作ってたので、ツールがちゃんとできてたっていうのが私のマンションは良かったんだなって。今でもみんなが集まるとその話が出ます。あのときは大変だったよねって。

橋 でも、そういう話ができるコミュニティにいるというのはすごいですね。強みですね。

N 強みです。「あそこの肉屋さん、普段卸をしてるのに開けてくれたよね」とかね。

橋 そのときは、お店も何時から始まるかわからないとか、1人何点までとか、コンビニもおにぎり1人2個までとか、いろいろありましたね。

N そうそう。コンビニでは買い物しなかったですね。

橋 襲撃を恐れて、コンビニとかは全部新聞紙を貼ったりして、お店の中が見えないようにしていたし、いつから開店するか分からなくて、始まったらダーッと並んで、物がなくなったらまた閉めるとか。

N スーパーも全部そうでしたもんね。

橋 そんな感じだったし、生協もやっぱり最初は1人何点とか。鶴ヶ谷の生協に並んだんですよ。

N 鶴ヶ谷は大きいもんね。アバイン（鶴ヶ谷ショッピングセンター協同組合）とかありますよね。

橋 そうそう。何日後だったかちょっと忘れたんですけど、そこにすごい並んで、1人何点って。やっぱりオムツとかティッシュ、トイレットペーパーとかの紙ものからごんごん皆さん買っていきから、「トイレットペーパー終了しました」とか「オムツ終了しました」とかって。ああ何が買えるんだろう……と思いながら並んでました。

N 確かにね、そうですよね。

橋 鶴ヶ谷の生協のところは、お店の中にちょっと被害があったから、御用聞きさんみたいに、店員さんが「何と何と何ですね、メーカーは選べませんよ」って言って中から持ってきてくれて、「じゃあオムツはこれ」とか。「例えばグリーンは？」とかって言うと「そういうことは選べません、あるものしかないんです」みたいな。

N もうしょうがないですね。

橋 そう、そんな感じでしたね。ちなみにお薬は？

N 飲んでます。安定剤を飲んでた。でもたぶん、たまたま量はあったんだと思います。なので、もらいに行くことなく過ごせましたね。でももしかして2、3日は飲まなかったかもしれないですね。動揺しててちょっと覚えてないんですけど。

橋 だけど、あっ薬がない、どうしようっていうことはなかったということですね。

N それはなかったですね。トイレトーパーもたぶんストックがあったんですよ。何かがないっていうのはなかったですね。

橋 じゃあ物に関しては、困ったっていうのはなかったんですね。

N 私、賞味期限切れても全然平気で食べてましたし（笑）。

橋 ほんとにそう、冷蔵庫がアウトになったから、電気が戻ってから、おそろおそろじゃないけど、全部チンしながらそっちから食べなきゃとかやりました。

N そうですね。冷蔵庫の中は記憶にないですね、あんまり。

橋 冷蔵庫はまだ保冷されてる感じだったから、なるべく開けないようにして……。

N そうか、うちは電気が早かったからだ。だから大丈夫なものが多かったのかもしれない。

橋 でも冷凍庫はやっぱり溶けて、冷蔵状態な感じ。冷たいけど溶けてはいるよね、じゃあチンしてこっちから食べよう、っていう感じだったと思います。うちも備蓄はものすごくあったんです。

N 良かったですね。

橋 あの頃結構、仙台は地震が来る来るって言われてて。2日前ぐらいに大きいのが来て、私それを覚えてないんですよ。

N それは私、友達とご飯食べてたので覚えてる（笑）。でも、その後あんなに大きいのが来るなんて誰もね、もちろん、海沿いの人とかも……。

橋 そうですね。津波は、海の近くの人たちはある程度来るかもって思ってたかもしれないけれども、とてもとても常識の中にはない規模でしたね。揺れ自体がそうだから。電気がなくて、情報源はラジオだけだったので、津波のこととかも言ってたんだけど……。

N でも私、Wi-Fiで見えましたね、携帯の。すごい生々しい、今死亡が確認されてるだけでも200人以上とか、そういう情報が入ってきて怖かったですよね。

橋 私はなかなか、同じ宮城のことだとはいえ入れられないような、何が起きてるんだろうって感じでした。

N そうですよ。まだ陸のほうは、火事もそんなに出たわけでもないし。でももちろん三陸のほうとか、あっちのほうはあれだったので、ね……。

橋 じゃあNさんは避難所にも行かずに済んだんですね。でも近くの避難所は、人数的にすごいことになってたんですね。

N そうですね。多かったみたいで。うちのマンションの人は少しずつみんな戻ってきて、自宅であってという感じでしたね。

橋 一回避難所に行って、でも自宅が住める感じ、暮らせる感じだったら戻ってくる？

N 戻ってくるって感じで、食べ物とかももらいには行かなかったですね。私たちはある程度あったので。でも怖いのは、いつもやってくる揺れみたいな。ずっと揺れてたじゃないですか。

橋 そうですね。

N それが怖かったのと、あと、やっぱりルーティーンで行くことが当たり前だった学校に行けなくなって、一応ばーっとカレンダーに「お休み」って書いて、学校お休みです、と。いつ行けるのかって聞かれるんですけど、お休みですって言って。森林公園が近かったので、毎日2人で散歩に行っていましたね。その後買い物に行ったりして。ドクターヘリがものすごい数飛んでたし、自衛隊のヘリもすごくて、音がすごくて、2人で「うわーこんなにヘリコプター飛んでるんだね」っていう記憶ですよ。

橋 ほんとですね、生々しい。実際に周りで家が倒れてたりとか、そういうことではないけれども、起きてることの大きさを感じますよね。

N 感じましたね。これはもう、どういうことなんだろうとは思ってはいましたけど、ニュースは全然やらなかったじゃないですか。気を遣ってずっと……。

橋 どうだっただろう。テレビは付けっぱなし、あったほうがいい子だったので付けてたんだけど。

N 同じことの繰り返しで、要するに情報をあまり流しちゃいけないってなったんでしょうね。ラジオからしかたぶん……。なので、それも見直されたことだと思います。情報がテレビから入ってこないっていう状況。当事者たちは正確な情報が欲しかったし。で、ボランティアに行かなきゃっていう気持ちも私自身はすごく芽生えたんですけど、ちょっと待て、ボランティアに行くためにはこの子をボランティアさんに預けないといけない、それじゃあ同じことだから、そこは我慢しようと思って。何か手伝いに行きたいっていう気持ちはあったんですけど、でもそこはじっと我慢して、娘と過ごしてましたね。

橋 うちの息子はそのとき10歳で、お留守番は全然できなくて、マンションのエレベーター使えないけど……。

N 8階はしんどい（笑）、大人がしんどい、水を持って。

橋 息子は大丈夫なんですけど、私はできないんですよ（笑）。

N 絶対しんどい。

橋 非常階段も怖かったんですよ。次に大きな地震が来て、非常階段にいるときだったらその階段が駄目だろうっていう気がしてたから、ほんとに1日1回だけにしようってしてましたね。2人でリュックしょって。買い物は、うちの子は待てない人だったんで、並べませんでした。そのとき、ちょうど前の人を蹴る時期だったんですね。並べなかった。それもずっとじゃなくて、その時期だったんですけどね。

N 一時期ありますよね、そういう。

橋 だからしょうがないので、散歩と自販機めぐりとを兼ねて。あと同じルートしか行けない人だから、そんなに足を延ばすとかっていうことができない人で。ほとんど売り切れ売り切れなんだけども、たまに、「あ、入ってる！」っていうときに買ったり、「やったね」「今日の釣果はすごいね」って、リュックに。

N 食べ物のルーティーンはなかったんですか？

橋 かなりいろいろ食べられる人にしておいたので、食べ物では困らなかった。

N よかった。うちは、しらすは今も好きなんですけど、当時もしらすがブームで。なので骨密度が120何%あるんですけど。それでしらす食べたいだろうなと思って、うちの前から臨時のバスがいっぱい出てたんです。それに乗って……。

橋 それは既存のバス停を使って？

N 地下鉄が止まって、その代わりバスが出て、忘れもしない愛子交通、それに乗って。朝市が早く開けてくれたんですよ。なので、朝市に行ったらしらすを探したりできたんですよ。ありがたい。そういうところが結構早くて。

橋 何か心意気というか、朝市の方たちのね。

N そうです、あるものを全部出してくれて。

橋 ここがやらなきゃどうするみたいな。

N そう。もうありがたかったですねー。だからそこに行ったりとか。あと、あそこ開いてるんじゃないとかか教えてもらったり、そういうのはありがたい。人と人のご縁とか、つながりとか、人情とか、これは返していかなければいけないなって思う、何かで返そうっていうのが多かったですね。

橋 割と内陸のところで、家も大丈夫で、家族も大丈夫で、身近にそんなに大きな人的な被害がないと、何もできない自分、みたいな。

N そうそう、申し訳ないみたいな、何かボランティアしなきゃみたいな。

橋 そういう感覚もあるんだけど、動けない。やっぱりこの人（息子）がいて。放デイは「連れてきてくれれば見てあげますよ」っていうような対処を早めにしたところもあったんですよ。そういうものは使いましたか？

N うちは当時、中学部・高等部は、おり〜ぶ五橋（放課後デイサービス）に土曜日だけ行って、お料理が好きなので、ご飯作ったりしてるってただけだったので、特に。

橋 平日に学校から行ったりとかはしてなかったんですね。

N してなかったです。小学部で終わったかな。あとは移動支援のヘルパーさんを使ってたけど、その期間はもちろん使わずにずっといたんですけども。でも本当に大変だったという記憶はなかったの、それはやっぱり高校生になって、年齢が高くなってからかな。

橋 でも本当にそれぞれなので、やっぱりとても落ち着いていたんだと思います。お母さんと一緒にいることの安心

とか、日常みたいなことも。たぶんその時期男の子とかだともものすごい反抗期みたいなことがあって……。

N ああ、ねー。中学、高校とかね。お母さん嫌一とかね。

橋 お母さんをたたくとか、お母さん嫌いとか。それは一番近い人だからそうになってしまうことなんだけれども、そういう時期の人もいただろうから、どうしたんだろうな。うちはそれが始まる前だったので、とても静かになりました。どんどん口数少なくなっていく感じでしたね。学校がいつ始まるか分からないし、いつからだよって言ってあげられないし。

N そうなの。

橋 楽しみがなくなって。うちはテレビのCMと新聞のチラシがものすごく好きで、こだわりの人だったので、両方なくなってしまって。何か与えてあげたいけれども、何か趣味的なことを、お楽しみを作っておいてあげればよかったとかって、切実にそのとき思いました。

N そうですよー。

橋 絵を描くとかもしない人だったので。その時期はまるっきり。

N そうか。持て余しちゃいますよね、時間。それは大変かも。だからといって、急に何か提案っていても、それをやるかどうかは分からない(笑)。好きかどうか分からない。

橋 そうそう。その時期に新しいことなんてとても始められなかったし、自分自身もそういう余裕はなかったですね。何かできないかみたいな焦りはあるけど、実際にできることではないし、そんな状況じゃないし。

N そうですね。うちは震災までは大丈夫だったんですけど、震災後からとても大変なルーティーンができ始めて、それで今うちの中がすごいことになって。ただ、滋賀の美術館の方がわざわざ……

橋 やまなみ？

N やまなみ工房ではなくて、NO-MAというボーダレスアートミュージアムというところがあるんですけど、そこに字を展示されたっていうのもあったんですけど、そこの方が面白いって言って、メディアテークでももちろん撮影したんですけども、そのくらい変なアートが出来上がってしまって。それは震災後です。

橋 震災の前はどんな？ 字を書くという感じですか。

N そうです。字を書いたり、絵本を見たり。やっぱりうちもチラシが好きなので、地下鉄駅のチラシをもらってきて重ねたりするのが好きだったんですけど、あとはチラシをシュレッダーみたいにシュッとほさみで切る、ふわふわにするとか、そういうのは好きだったんですけども。新たなこだわりができて、それは考えてみると震災の後。

橋 震災の後も紙ものが多いんですか？

N ずっと紙です。今も紙なので。

橋 紙の、平面というよりは立体に移っていった？

N そうですね。平面だったものを、小さな箱、2.5cm×2.5cmの箱、くるくるってチラシをぎゅっと詰めたのをぐわっと並べていく。でも写真に撮ると、全部娘が自動的に消去してしまうんです。要するにそれが嫌なんでしょうね。私が写真を撮ってみんなに見せようと思って……。そういうこだわりができたのは震災後なので、何か私たちが分からない心の変化っていうのは、彼女の中にあっただんじゃないのかなとは。

橋 それはどんどんいっぱいになっていったんですね。

N もちろんです。ちょっと待ってくださいね、今、写真を……。消されたものから拾っていきます。

橋 それは、私はすごく分かるんですけど、なかなか減らせないんですよ。

N 減らせないんです。捨てられないんです。

橋 たくさん散りばめたいっていうか、囲まれたいというか。

N それに囲まれていつも笑顔でいるんです。でも部屋が、自分たちの居住スペースが畳2畳分ぐらいになっちゃった(笑)。それを言うとみんなすごく面白がるんですけど。

橋 何か脳の中で、平面だったのが、立体に。

N そう、立体っていうか……ちょっと待ってください、今、消されたのを探そうと思ったんですが。

橋 消しちゃうってことは、じゃあ操作も？

N できますね。

橋 娘さんは自分の携帯とかは持ってますか？

N 自分の携帯ではなくって、iPad は持ってるんですけど。

橋 高1のそのときは、iPad は使っていました？

N 使ってなかったです。

橋 じゃあその後ですね。

N はい。あ、こういう感じですね（携帯電話で作品の写真を見せる）。

橋 おおー。ちなみにこの棚は？

N 棚は主人が100円ショップの板で。

橋 収めるために？

N そう、収めるために。お父さんが器用すぎたがために（笑）。

橋 うわー。

N 各部屋がこれです。

橋 これを眺めます？

N 眺めます。もちろん。

橋 この写真は、作る前？

N これは違う、ビニール袋にチラシとか絵本を切ったのを、これはクリップ式扇風機にS字フックを下げて、こ
うやって下げてる。

橋 そこに下げて、じゃあこれは立体のこういうアートになっているということですね。

N そうです。美術館のキュレーターの方とかからすると、これがアートっていうことで、わざわざ。

橋 最初はどわーって自分の周りに増えていきますよね。

N そうですね。こういう感じ。これが入口ですね。奥の部屋です。それが結構広い部屋なんですけど、1個2個が
全部埋まっていて、10年ちょっとで全てを埋めてしまうっていう。こういう感じで棚を作っては、自分でバーって。

橋 かわいい。これは？

N 指人形とガチャガチャと。これも必ず土日に1個ずつ買うっていうルーティーンがあって。

橋 減らせない？

N 減らせない。覚えてるので。

橋 覚えてますよね。

N これが天井まで続いている。

橋 すごいですね。アートの館ですね。

N だから、美術館の方に「これを片付けるときは呼んでください」って言われて（笑）、なのでこれをそっくりと
美術館のようなところに移したいんですけど。話がちょっとずれましたね、すみません。

橋 いえいえ。そうか、でも震災のときはなかったんですね。

N 震災の前は何もないぐらいの家だったんです。

橋 でも、震災の前も描くほうの平面のアートはされていたから、それは結構たまって？

N たまってました。それを捨てずにずっとためてたので、それが美術館の方に評価されたっていう感じなんです
ね。それで賞を頂いたの。本人もためていくんですけど、一時期自分の中で、捨てるっていうものが出てきたみたい
なので、その間は一時期は捨ててたんですけど、本人の中でも変わるんですよ。

橋 それでまた、捨てちゃ駄目という時期に。

N うん、またためる。特に親が何か言うわけじゃないんですけど、自分の中での自閉的傾向ですね、取り決め
たいのがあって、こういうものも突然終わったりするんです。そして違う何か新しいものを。

橋 そう、そこは本当に突然ですよ（笑）。

N 突然なんです。で、突然終わってくれることを期待したんですけども、全然終わらない（笑）。

橋 お父さんもすごいから。

N そうなんです。お父さんが器用すぎたんです。

橋 お父さんの棚と一緒にアートのような感じですね。

N そう。スーパーなんかに行くと、ダンボールがいっぱいご自由にどうぞってなってるじゃないですか。それに

お客様は物を詰めて帰るわけで、それが持って帰れるものだというのが分かっちゃったんです。それで、自分で抱えて持って帰ってきて、それを切って作るの、そこかしこに。

橋 知ってしまうと……。

N そうなんです。そこはきっちり覚えてたりとか。

橋 自分の好きな部分はピンポイントで。

N 覚えているんです。ダンボールなんか1個落ちただけでも……例えばちょっとした地震があるじゃないですか。揺れて落ちただけでも「ないない」って言って、だから最近のほうが大変です。要するに、震災のときは本当に部屋に何もなかったんですね。廊下にも置いてなかったし、なので、物が倒れるということがなかったので片付けることがなかったんですけど、今はすごいです。時間がかかってびっくりです。

橋 逆に今のほうが震災対応をしなくちゃいけない感じ。

N そうなんです。ちょっと倒れたら、1カ所直すのに2日はかかるので、本当に今震災対応です。

橋 そういふときって、なくなったり崩れたりしたらお嬢さんは分かりますよね。パニックになったりとかはするんですか？

N パニックはならないんです。「片付ける片付ける」って言って。自分でじゃないですよ、「片付けろ片付けろ」です。

橋 自分ではしない？

N 親にある程度きれいに整えてもらった後、仕上げは自分でみたいな感じなので。でも、最近はまだ地震がないじゃないですか、少なくなったんでいいんですけど、頻繁にあったときは、崩れたのをラッキーと思って少し減らしたりしました。ぐちゃぐちゃになった状態だと分かんなくなることもあるので、そうすると、あれ？って本人はなるけど、大丈夫みたいな。ちょっとずつ、本当に少しずつ。本人も、たぶんもう少し年齢が低かったらパニックとかになってたと思うんです。でも、そこはだんだん年齢とともに状況が分かるっていうか。

橋 片付けてくれるっていうのも分かる。

N そうそう、分かる。親がやってくれる、暇でしょあなたたちって思われてるんで（笑）、私が仕事をあげましょうって。みんなそうかもしれないんですけども、特徴的に、娘は「私はこの並べたダンボールたちが大切です。私がかつたものはあなたたちも大切ですよね」という意識なので、そこがまた難しく、あなたたちも大切なんだから一緒にきれいに整えましょうっていう感覚なんだと思うんですよ。親の考えと自分の考えは違うっていう概念がない。そこが難しいところで、だから目の前ではもちろん捨てられないです。さりげなくちょっとずつ、見えない、分からなそうなところ。もうきりがありませんけど、小さな抵抗をしています。

橋 でも、その3.11の直後ぐらいとあって、書いてました？ それとも書けなかったとか？

N 書いてました。意外と精神的に何かが変わったかということ、うちの娘はメンタル的なダメージがそんなに大きくはなかった。それも年齢かもしれないですね。

橋 でも、それはたぶんすごく助けになってたはずなので、個人的にはルーティーンの中に入ってるかもしれないし、いつものことを……

N そうですね。淡々とみたいな。私も特にすごい動揺をしたっていうわけではないので、私も普通に日常を、今までどおり変わらず淡々とできることをちゃんとしていうのをしたので、なので、日常がありましたね。

橋 カレンダーで、学校はお休みです、みたいなのも、視覚的に少し本人の理解が進むようなことをされてたんですね。

N そうですね。カレンダーに書くっていうのは、もう小学校に上がる前からやってたので、月曜日から金曜日までは学校です、土曜日はどこに行きます、日曜日は何がありますと書いて、本人のカレンダーでそれを確認するっていうのをやってたんですね。

橋 スケジュールを。

N そうですね、スケジュールを。なので、まず1カ月は行けないっていう見通しが付いてたので、それを変更することも全然可能なので、鉛筆で書いて、そこを消しゴムで消して、例えば「学校始まるってよ、この日から学校だよ」とって言って、もう消して「学校」と書けば、本人も、ここから学校に行けるんだ、うれしいな、ぐらいの。

橋 それはすごく助けになりますよね。

N 助けになりました。

橋 うちもやりました。鉛筆で変更が利くようにとか、ボールペンで二重線とか、マジックで塗りつぶしてとか、

いろんなことを考えると思うんですけど。うちも鉛筆で本人に消させてとか、本人が書くようになったら本人が書くとかね。小さい頃も、インフルエンザの予防接種とか。

N あーうちできないです。できなくなっちゃいました。

橋 やっぱり嫌々じゃないですか。もう2回目から分かるから、嫌だけど本人に決めさせる。「こことことどっちにする？」って。本人は「どっちにする？」って言ったら選ぶ人だったので、この日によって決めて。

N えらい、かわいそう。健気（笑）。

橋 そうしたら、ちゃんと行く。

N 行くんだ。本人は諦めてしゅんとしながら、しょうがないってこうやって手を出して。

橋 でも、自分で決めたことみたいになっているから。そうやってましたね。

N かわいい、えらい。

橋 でも、うちは本当にそういう視覚的な助けがないととても大変な人なので。

N 皆さんそうです。私だって考えたら手帳に全部書いてますもん。私は手帳命なので、紙に書くのが好きなので、それを考えたら、自閉症の子だけじゃなくて、視覚支援はみんなに必要です。

橋 見て分かりやすいということがみんなの助けになるはずで、例えば見えない方が避難所にいたとしても、周りの人が分かれば誘導してあげられるので、全てにプラスになること。ずらずら文字で達筆で書いていただくのではなくて、すごくシンプルに。

N そうですね。

橋 ピクトグラムとか、日本はすごく進んでる部分もあるから、単純化して分かりやすくとか、そういうことが進んでいけば。

N 駅も分かりやすくなりましたよね。

橋 病院とかもね、この赤い線を行ったらレントゲンのところに行くとか、採血は緑の線で行ってくださいねとか。あと、入院とかですごく困った方、大変な方とかがいて、病院側もちょっと医療的なところもどうしたらそういう人たちが分かってくれるかという、だいぶ前にそういう報道もありましたけど、やっぱり視覚的なことって本当にすごく分かりやすいことですよ。

N 私、娘が小1のときは名古屋に住んでたんですけど、名古屋は色もすごいんですけども、下も上もです。要するに下だけ見て歩いてると危なかったりするんで、上に全部蛍光のピンクとかで、何々線というのが書いてありました。上にも必要なんですよ。下だと人の足で見えなくなったり、例えば車椅子の人とかがそこ通っちゃったら線が見えないとかなるんですけど、上にあると見える。なので、そういうところも少しずつ分かりやすく。

橋 なるほど。ちょっとした意識のチェンジというか。

N そうですね。ただ、色がすごい派手だったので。

橋 名古屋ってそういう文化が割とね。

N そうそう。とりあえずショッキングピンクを進んでいこうみたいな。でも、スーパーとかは上のほうに文字があって、何売り場とか、仙台もそうじゃないですか。例えば調味料とか。

橋 列の端っこに、上のほうに。

N そうです。娘なんかは最初それを見て、自分の好きなものところに行って。今は覚えちゃえばすぐ一目散にそこ行くんですけど。

橋 ちなみに、3.11からちょっと離れてしまうんですけど、スーパーとか、例えば調味料の細かいピンとかがびーっと並んでるようなところって、お嬢さんは好きだったりしませんか。そういうところはまた別なんですか？

N そこは大丈夫ですね。並べたりって意味ですか？

橋 うち、今はそんなにしないですけど、全部を正面に向けたりする子がいますよね。

N 正面に向けたくくなりますよね。います、います。

橋 うちの子はそれでしたね。それがコロナのときとかもあったから、触らないという約束で徐々に、見るだけに。うちは文字をものすごく読みたいので、全ての文字を読みたいので、すごく時間がかかる。

N ドレッシングの文字とかもすごいですもんね。

橋 1列全部なので、とても時間がかかる。一緒にいる人の根気が（笑）。

N そうですよ。それこそヘルパーさんお願いしますって。

橋 ヘルパーさんと出かけたときとかも、どうしても好きなので、申し訳ないけどそうやって1列に30分とか。

N それは全列？

橋 もちろん、それはとてもじゃないので、1列だけとか約束事をして、親も1列は待つとか。

N お付き合いしますと。なるほど。

橋 独り言も多いので。

N うちも、みんなしゃべりますよ。

橋 ほかの買いたい人とかが来たときに、やっぱりすごい声を出してて、そこからどかない人とかいたら迷惑になるので、親も離れるわけにいかないんですよ。あそこにいるから大丈夫ね、買い物してくるわっていうふうにはできなくて。ちょっと近場とかは行くけど、すぐ戻れるところでいなければならなかったの。今はそれも終わってるんですけども。いつの間にか終わるんですよ（笑）。

N そうなんです。知らないうちに。うちはまだ買いたいものが頭の中でいっぱいなので、そっちですね。何と何と何をかうとか、でも、ないとどうするんだろうと思ったら、なかったら買わなきゃいいんですけど、代用できるようなものをまた買うんですよ、別に。麺づくりっていうカップヌードルがあるんですけど、あれはおいしいですよ。私が食べてもおいしいと思うんですけど、醤油味、みそ味、担担麺味、その3つが好きで、必ずその3つを土曜日に買うんですね。でも、ないときもやっぱりあるんですよ。よかった、カップヌードル買わないで済むと思うんですけど、そうじゃないです。ほかのを買うんですよ、結局。ほかのマルちゃんの何か、こっちで我慢しようかみたいな、食べ物とかも。

橋 でも、次はまたやっぱり、あれば買う。

N そうそう。あればそっちを買うっていう。代用できる能力というのもあるから、それは大事だなとは思いますが。どうしてもそれが食べたいわってなるわけじゃなく、じゃあこっちでとか。お菓子なんかも、「ないね、帰ろうか」って言うと、違うものを手に持って、うっそ、買うんだ、と思って。

橋 そういうのって、少し男女の違いはある感じはしますね。

N そうですよ。だから、もしかして震災のときとかも、そういう臨機応変さがあったので、買い物も「何か1個だよ」って言っても、それこそ買い物ゲームみたいに欲しがってた子ですけど、一つで我慢できたっていうのは、もしかして高校生ぐらいから対応能力が付いてきたのかなとは。中学、高校ぐらいですかね。

橋 そのぐらい少し対応できる、受け入れることができるぐらいになってたのかもしれないですね。

N なってきてたんだと思う。親は分からなかったですけど、そういう経験で子どもの成長が分かりますよね。待てるんだとか。

橋 地震で、何かがあって仕方ないんだっていうことを学んで、そのときからなのかもしれないし。

N そうですね。諦めることも大事っていう。たぶんそういう震災みたいな経験がなかったら、ルーティーンがただ増えていだけだったかもしれないですね。

橋 そうですね。で、立体も始まってなかったかもしれないし（笑）。

N （笑）。でもそうなの。震災がなかったらもしかして……。1部屋使ってない部屋があったんですよ。この部屋もつたいないから、誰かコワーキングスペースじゃないですけど、何かちょっとパソコンとかやりたい部屋が欲しいっていう人に、賃貸というか、1部屋貸すってこともできるよねっていうぐらい使ってなかった。でも余裕があるところが全部埋まっちゃった。今、アパートを借りてるんです、荷物が置けなくなって。自分たちの荷物が置けなくなる。そのぐらい。

橋 えー、すごい。じゃあどこかのアートスペースにそのままの形で、みたいな。

N 本当はね。夢物語で語ってるんで、そういう工房兼美術館みたいところがあつたら飾れていいのにねって。そうしたら、みんなどんな人でも見に来てもらえるのにねなんて、震災からまた外れましたけど、そんな感じで。

橋 皆さんにお聞きしているんですが、そのときによかったことっていうのは？ 私がお話を聞いてて思ったのは、コミュニティがよかったんだなって。

N マンションのコミュニティはよかったです。ご近所付き合いは大事だと思います。

橋 その後もそうやってね。

N Cちゃん（娘）大丈夫？と伝えてくれて、気にかけてくれるとか。コミュニティが大事。

橋 あと、備蓄もすごくあった。あとお薬も。

N たまたまですよ。ありましたね。

橋 困るようなことにはなってなかった。3.11 近辺で一番困ったことって、ガソリンとかもあったけど、お風呂とか？

N お風呂ですね。まあ全てが大変だったけど。

橋 うちもほんとに困りました。お風呂とガソリンがすごく困りました。

N ガソリンは入ってたんですけど、あまり使わないようには。

橋 減らさないように、歩けるところは歩く。

N そうですね。ただ、当日は車で過ごしましたね、一晩。揺れがひどかったじゃないですか。

橋 ずっと余震がありましたよね。

N あったので、ガソリンを見て、一晩二晩は大丈夫だねっていうことで車で過ごしたのと、あとよかったことで、うちキャンプ用品があったんです。ランタンがあったりとか、庭でちょっと焼いたり、ストーブもアラジンのストーブがあったので、ファンヒーターとかエアコンが使えなくても寒さはしのげたんですよ。普通のストーブ。

橋 灯油？

N 灯油です。灯油はもちろんあったので。

橋 そういのは聞きますね。灯油があった。

N 灯油がありました。何だろう、備蓄がすごいですよね。そういうのは昔から気を付けて、地震があるからとかそういうのではなくって、ガソリンも結構常に満タンに近い状態にいつも、からからにすることはないので。キャンプ用品は助かりました。

橋 お嬢さんも、車の中は安心できる場所なんですよ。

N そうです。なので、今日はここだよって言うても、全然大丈夫でしたね。

橋 じゃあ一番はお風呂？

N お風呂。

橋 近くにいたご家族も、すぐ大丈夫なのが分かったし。

N 大丈夫でしたね。

橋 そのときのお嬢さんの様子は、さっき最初に台所に行っちゃってというお話があったけれども、その後、アートの立体以外に何か変化とか、感じることは？ 例えば、地震の報道だったりとかそういうので落ち着かなくなるようなことがあったりとか、精神的な部分とかで。

N 震災が原因っていうよりも、アートが始まってからのほうですよ。要するに、揺れるとアートが崩れる。なので、前までは、余震があったときはとりあえずビクッとしますけど、特にワーってなるとか、そういうのはなかった。

橋 地震のニュースとかがあっても？

N 大丈夫。それは大丈夫なんです。特に彼女の中で、それはそれ、なのかもしれない。そのときに起きたことと、その地震のニュースがイコールではないんだと思います。私たちとか、健常の人って言っちゃおかしいですけど、イコールでつながってるんですよ。

橋 全部つながっていきますからね、思考が。

N あのとときの映像だとか。でも娘はそうではなくて、地震は地震がありました。この映像が流れてますけど、それは映像として見えるだけなので、特に大丈夫。

橋 よみがえってくるという感じではない。

N ないんだと思う。それは特徴的なことなのかもしれないです。

橋 食べ物もそんなに困らなかったんですもんね。

N そうですね。ルーティーンを食べたがった。

橋 わかめスープを買ってあげる機会とかもあったんですよ。

N うん。

橋 逆にほかの人は、生鮮とか、そういうのが欲しかったみたいです。あの頃って結構パンが買えなかったりとか、ヨーグルトとかも、しばらくなかなか手に入りにくくなったりとか。

N そうですね。あと、あれもありました。ラッキーというか、うちの主人が一応サービス業なので、お店に勤務

してたんです。それで、もちろんお客様優先なんですけど、お客様に売れない賞味期限が切れたものは持ち帰ってたかもしれないですね。それこそパン、腐るものとかは駄目だけど。

橋 パンとかって、賞味期限を過ぎても全然大丈夫ですもんね。

N そうなんです。それで、1個ずつとか、数は少ないですけど、娘に食べさせたりとか。私は食べなくても生きていける人なのであれですけど。で、カップヌードルとかも備蓄してたような気がします。最初はパンでしのいで、しばらくしてから、近所のお肉屋さんで卸のところが開けてくれてるよって行って、ウインナーとか、そういうのは譲ってもらったりして。

橋 あと、避難所には行かなかったですよ。

N 行かなかったんです。

橋 近くだから、人がすごっていう様子も分かるし、戻ってくる人からも話が聞けたりとかしましたよね。例えばそのときに、もしマンションの部屋が駄目だったら、避難所は考えてましたか？

N もちろん考えてました。何かのときは避難所とは考えてたんですけど、ただ、ガヤガヤが苦手なので、人と人がこうやってしゃべってるのは大丈夫ですけど、(避難所は)ものすごい大勢の人がしゃべるじゃないですか。その上揺れたら体育館なので、ものすごくガチャガチャ聞こえたりする。音には敏感なので、逆に精神安定上良くないっていうか、安定しないっていうか。そういうときは何とか外で、キャンプ用品があったから、寝袋も、タープっていうのもあったので、庭にタープしてテーブルとキャンプ用品。

橋 そうか、1階でお庭もあるんですね。

N そう、庭があるんです。結構ちゃんとした庭が。そこでしのごうかっていう話はしてたんですけども、かろうじて住めたので。もちろんストーブもあったので。

橋 そうか、あまり現実的に避難所に行くっていうことはなく、行かなくても大丈夫だろうっていう、お庭もあるし。

N 何とかできるぞ、大丈夫だ、きっとすぐによくなるぞ仙台、と思っていたので、そのときは。

橋 そうしたら、お嬢さんのことを考えて、避難所に何があればいいと思いますか？

N 避難所はやっぱり困る場所がないと駄目だろうなって思った。それこそダンボールでも何でもいいので、1人になる空間ですよ。あと使える仮設トイレですよ。

橋 ダンボールハウスとかもありますよね。

N ありますね。いろいろでき始めたのがそのときからですよ。ダンボールで、紙でちゃんと部屋を作れるやつとか、食べ物も水とかパンはあったって、私は取りには行かなかったんですけど、そういったものはあったっていうのは聞いてたので。

橋 食べられるものがものすごく少ない方もいるじゃないですか。そういうことではないから、昔の避難所をイメージして、体育館に雑魚寝で、そのうちおにぎりとかの炊き出しがある。でも、そういうものはお嬢さんも食べるんですよ。

N 食べられます。たぶんおなががすくと食べるだろうとは思いました。いつもの「食べられない」っていうのは、要するに他に食べたいものが出てくるわけだから食べないのであって。でもどうしても苦手なものも、私はたぶん死ぬ間際でも食べられないだろうと思うものもあるんですけど。でもそれこそ一般的なおにぎりであるとか、そういったものはもちろん食べられるだろうとは思いますが。避難所の様子は見に行かなかったので、今思うと行ってみてもよかったのかなとは思いますが。ただ、やっぱり連れていかないと駄目なので、それでちょっと娘が乱れるのが怖かったっていうのがあります。地震が来ても安定してるのに、そういうところに連れて行ったがために精神的に乱れ始めて、うちでも乱れるようになってしまうのがちょっと怖かったので、連れては行けなかったんですよ。

橋 そうなるだろうっていうことも分かってるし。

N そう。帰ってきたお友達のお嬢さんなんか、「あそこには入れない」って言ってたので、そうだねって。やっぱりあれですよ、おのおののスペース、プライバシーを確保できるような、ちょっとしたパーティションあるだけで。家族用のパーティションとか。

橋 家族ごとのはっきりとしたスペース、ここはうちのスペース。

N 何々家、とかね。

橋 表札みたいな。

N そうそう。そういうのとかがあったら。

橋 うちが聴覚過敏のすごく強い人なので。実は10歳のときは気づいてなかったというか、そんな気配は見ていなかったんですけど、今はイヤーマフを着けて通所も通ってるんですけど。

N そうなんだ、大変だね。

橋 とてもじゃないけど、今は音の聴覚のほうで無理なんだけれども、その当時でも行くことはちょっと考えられなかったんですね。それがさっきおっしゃってたみたいにダンボールハウスみたいなもの、そんなに遮音されてないとしても、区切られて、ここは安心というのがあれば……。例えば体育館の近いところの教室とか。

N 教室いいですよ、使えたらね。

橋 その中にダンボールハウスとかで、ここはあなたの場所、とか。皆さんとは違うトイレを使えたりとかっていうことがあればいいんじゃないかなと思っているんですけど。

N ヘルプカードって今できたじゃないですか。あれはすごくよかったなと思います。

橋 着けてますか？

N 着けてます。娘も着けてるんですけども、娘がどうのというよりも、私が見たときに、地下鉄とか乗ったときに、例えばペースメーカーが入ってるかもしれないし、何かそういう障害を持っているためにヘルプカードを着けてるんだなというのが目で見て分かるから、周りの人も、譲ったりとかもそうだし、あれは良かったです。

橋 車椅子とかではないから、見た目で分かってもらえないじゃないですか、知的障害の人たちは。

N そうなんですよ。だから、「彼女はおとなしそうに見えるけど、でもヘルプカードを着けてるから何か過敏な部分があるかもしれない」というのもすぐ分かるし、これから先何かあったときも、そういうヘルプカードを持てますという方の部屋、教室とかがあれば。赤いのをぼーんと着けて、この部屋とこの部屋はヘルプカードを着けてる方どうぞ、広く使ってくださいとか。ワーってにぎやかな男の子とか、走り回る子いるじゃないですか。イエーイとか、そういう子たちは入っちゃいけないですよっていう。「ここは静かにする部屋だから、ちゃんと約束は守りましょう」って。そこで親も教えられないじゃないですか。ここは入っちゃいけない部屋だから、みんなこっちで遊ぼうねとか、こっちの教室行こうねっていうことが分かりやすいので、だから、あのヘルプカードすごく良かった。娘も着けてます。

橋 うちも着けてます。

N ぱっと見分からないんですけど、思いっきり揺れるので。

橋 ちはぱっと見も独り言を言ってるので、これを着けてしゃべったりとかするので、見た目ですぐ分かるのは分かるんですけど。ヘルプカードも「大丈夫ですか、譲りましょうか」という感じの通常の赤いのに加えて、「そっと離れて見守ってください」みたいな緑色のヘルプカードとか、そういうのがあればいいなとか思っちゃいます。ちはは近くに来てほしい人じゃなくて、離れていてほしい人なので。

N うちもどっちかっていうとそうですね。そういうのいいですよ。

橋 色分けとかもできれば、さらにいいなと。内部障害の方は黄色だったりとか。

N ね。きっと変わってはいくと思いますよ。

橋 そういふうになっていって、1人で行動できる方も中に連絡先とか入れられるし、もうオーダーメイドですごくすてきなのを作ったりとかしてる方もいらっやいますね。

N なるほど、そうなんだ。いいですよ。ちゃんとそういうので、浸透することが大事だなと思います。

橋 そうですね。ヘルプカードはやっと認知は進んできてはいるかなとは思いますが。でも、そこからもうちょっと進んでほしいなとは思。避難所のこと、福祉避難所をちゃんとやるとか、震災の後で少しそういう時期があったんだけど、何も変わってないじゃないですか。

N うちの娘が通ってる施設も、震災のときに開けていろんな人を受け入れたみたいなんですけど、それは結局みんないろんな人を受け入れたみたいなので、それはそれで素晴らしいんですけど、やっぱりそういうちょっと福祉的な面っていうか、そういったこともこれから進んでいかなきゃ。私たちの娘の時代に比べて、ボーダーにいるというか、「微妙ですね、アーチルへどうぞ」みたいな人が増えてると思うんですけど。増えてるっていう話を聞くので、必要になってくるのかなと。

橋 増えてますね。アーチルとか、小さい頃からどんどん判定をして、じゃあ支援学級にとか、支援学校にとかって、前よりも支援学校とかは選びやすくなってるんだろうなと思います。そして、進路のこととかを考えて支援学校にと

いう方もいて、先々そうやって決めてもらえるじゃないですけど、そういうルートがあるところに行く。何か特別な療育があるでしょう？みたいな感覚で……。

N そうなの？ そんなことではない……。

橋 でもね、そういう感じが入ってくる方もいる。「それなのにどうして？」とか、先生のほうに「ちゃんとやって」みたいなことを言う親もいるとか、すごく聞きますね。支援学校のハードルは下がっているんだろうな。

N そっか、入りやすいってうか。

橋 昔よりも選びやすい。

N ただ、結局高等部を出た後も能力別なので、生活介護はなかなか入るところが厳しいんですけども、結局能力が高い子っていうと一般就労、就労移行支援、A型（就労継続支援A型事業所）、ちょっと重くてB型（就労継続支援B型事業所）ぐらいまでになってはくるので、自力も大事かなと思うんですけど、自分でいろいろ選ぶってうか。

橋 選択肢があることはとてもいいですね。でも、支援学校ですごくやってくれるっていうことでもないの。先生たちが免許を持ってますとか、すごく勉強してますってことではないの。

N そうですよ。資格、特に。

橋 特に、宮城、仙台とかはなかなか進んでないエリアだと私は思っていますね。

N うちの姪っ子も先生をしてるんですけど、彼女はちゃんとそういう資格を持ってるんですよ。なのに、普通学級を持っています。おーいと思ったんですけど、でもやっぱり普通学級でも難しいって言っています。そういうボーダーの子もいっぱいいるし。若いのに頑張って対応しているんですけども。

橋 高校卒業のときに別の人になるわけじゃないので、つながって、その先もどこに住んでも選択肢があってほしいなと思いますね。

N そうですね。

橋 仙台市だと、生活介護は全部会議にかけられてっていうのは、ずっと今でもそうだし。

N ねー。生活介護ってどんどん狭き門になりそうで。まあ新しいところが増えてくれればね。

橋 できるんですけど、結局そこにずっといる、50代60代とかまでいると思ったら、各区で持ち回りで順番につくってはいるけれども、自分の子どもに合うところかどうかというのは……。

N それ大事。すごく大事です。

橋 選択肢の中にあってほしいなと思います。うちは最初からB型に通っていて、1カ所目はB型が閉鎖しちゃったので、次のところを探して、今、二つ目のB型に通っているんですけど。

N 楽しく行かれてる？

橋 うーん、最初のところよりも、お仕事をちゃんと作業しなきゃいけない感覚のところ、その部分はちょっとステップアップというか、大変だな、できるかなって。生活介護と2カ所比べたんですね。で、私は生活介護のほう……新しい生活介護のところだったんです。開設のときだったので。

N 近くですか。そうでもない？

橋 そんなに近くじゃないんだけど、車で送迎があったし。

N 生活介護はそうですね。助かります。

橋 だからこっち（生活介護）がいいかなって思っていたけれども、本人はこちら（就労B型）を選んで。

N ちゃんと選べてすごい。

橋 いや、ちゃんとかどうかは……私たちのちゃんとというよりは、きれいでタイプの支援員さんがいたのがとても強かったみたいです（笑）。

N（笑）それはそれなんだよね。

橋 ただ、その彼女は本当に本人に合った支援を考えてくれる方だったので、結果的にはよかったんですけど。

N 素晴らしい。よかったですよ、正解。

橋 でもそこで、そうじゃないということになる方もいっぱいいらっしゃるの、自分に合ったところをもうちょっと選びやすくなればね。B型A型はどんどん減っていくので。

N そうなんですか？

橋 減ってるんです。結局落ちてくるお金が、生産性を高めないと落ちてくるお金もあれで、ペイしないというのでどんどん減ってしまったようなんですけど。結局上から落ちてくるものがあるから、どうしても仕組みにはめなきゃいけないんですけど、その中でもちょっと特色を持って、ここで合うとか、そういうふうになってほしいなと思います。やっぱり送迎とかも、望む人には送迎が……。

N 送迎ないんですか？

橋 うちが行ってるところは、就労B型なんだけれども、送迎があるところなんです。

N 素晴らしい。

橋 頑張ってる目ならまたほかを探さなきゃならないかもしれないけど、本人が選んだので、送迎もあるし、まあそこで。あとは、そちらの施設の方に本人を見て学んでもらってじゃないですけど、本人に合った支援を考えていただくことになったわけですよ。そのままではちょっといられないな、無理だなんていう感じだったけれども。

N うち、B型は無理だなと思っちゃったな。

橋 施設側がすごく歩み寄ってくれました。

N 素晴らしい。それは素晴らしいですね。

橋 2年半ぐらい行ってますけれども。

N じゃあもう慣れた感じですね。

橋 それでもいろいろ新しい人が入ってきたら、それで心が乱れるし、大変ですけども。

N 支援員さんは代わらず？

橋 結構代わらないです。周りのお母さんたちとかからは「もうころころ人が代わるの」という話も聞くけれども、うちが行ってるところは支援員さん代わらないんですね。

N それだったらいいですね。

橋 そのきれいな人もずっといるので(笑)。

N その人がいなくなったら、ついて行くって言っちゃうかもしれないね。転勤があるところだと、異動があるところだとドキドキしちゃう。

橋 大きいところは本当に動きますもんね。

N もう3月ドキドキで。前に5年間ずっと娘の担当をしてくれてた人がやっぱり代わったので、うわーどうだろうと思ったんですけど、意外と本人は大丈夫で。次の人が来ても、要するにその人が代わっても場所が変わらないっていうのがいいのかもしれない。自分が行くところはここで、自分の居場所はここにあるって思うと、本人は落ち着いて。1週間のスケジュールがちゃんと決まってるし、給食はおいしいから、もう1カ月の初めに必ず給食のチェックをして、私も食べたいわと思いつつ一緒に見てとか、そういう楽しい、自分の中ではすごく居心地のいい場所になったので、娘はもうずっとこれから先もお世話になるなとは思っています。

橋 素晴らしい。今、30歳？

N 30歳になりました、この間。

橋 その後と違って考えられたりします？例えばグループホームにとか、一人暮らしをととか。

N グループホームを1回体験したんですね。でも、グループホームの方から連絡があって、「ちょっと緊急性の高い人を入れなければいけなくなったので、申し訳ないんですけど」と言われて諦めたところの一つあります。

橋 でも、練習がちょっとできた感じですね。

N そうですね。本人はもちろん2日間だけ泊まって帰る、2日間だけ泊まって帰るを繰り返したので、でも、薄々こういうところに行くんだろうなっていうことを分かり始めたので。

橋 体験しないとそれはね、いくら言っても聞かせてもね。

N そうなんです。グループホームの女の子が、娘と同じ年のとってもかわいいお嬢さんが担当してくれたんで、娘がもう大好きになっちゃって、かわいいうし優しいし。だからそのまま行ったら、娘は土日だけ帰ってきて、そうすると私も平日はフルに仕事ができると思ったので。でも結局緊急性、アーチルのほうから来たので、それはもちろんしょうがない。だから、うちはまだ家族が主人も私もちゃんと健在ですし、大丈夫ですって言って。

橋 でも、いい体験もできた感じですね。

N できました。でも、また新しくできる場所があって、体験してみますかっていうお話があるので。

橋 いいですね。それは相談員さんとかから？

N そうです。相談員さんにお話があって。夫婦とも元気に見えるんですけど、ちょっと大きい病気をしてるので、どうしても何かあったときのことを考えて、一人娘ですし、いろんなものを今考えて。

橋 そうですね。できれば遠くのとかよりも。

N 近いところなので。

橋 そういうところで、しかも、本人に合ってるところとか見つかったらいいですね。

N ほんとは彼女自身としては、自分の家で……。前に『道草』（宍戸大裕監督、2018年）っていう映画があったんですけど。

橋 知ってます。見ました。

N 見ました？ ああいうふうに移動支援と居宅介護を使って……。ちょっと役員をやったときに、こういう映画があったので、ぜひ保護者の方みんなに見てほしいと。やっぱり保護者から言わないと動かないって言われたので、保護者の方で署名を集めて、そういうヘルパーさんとかいろんな人を増やして、お給料を上げて増やしてもらって。自分の家で暮らしたいっていう人はいっぱいいると思うんですよ。居宅介護と移動支援を利用して、日中はそういうところ（生活介護や就労継続支援の事業所）に行ってまた戻ってきて。そうできるのであればみんなそうしたいと思うんです。お母さんや両親も安心だろうし、大人数じゃない、本当に気の合うヘルパーさんと一緒に夜過ごして、別のヘルパーさんに連れてってもらってっていう、そういう制度、仕組み、それがちゃんと仙台市にあると、もっといっぱい……。先輩お母さんたちもみんな、うちの子どうしようって悩んでる方はいっぱいいるので。

橋 親の会がしっかりあるところでもんね。

N そうなんです。で、よしじゃあ映画（鑑賞会）をやきましょうってなって、私いろいろ調べますねっていうときに、コロナ禍になっちゃった。それで映画ももちろんできないので、もしちょっと落ち着き始めたら、またそういう計画を立てさせてもらって、皆さんに映画を見てもらって動いてもらったら、時代的に全然家で暮らせるようになってるかもしれないし。

橋 そうですね。仕組み自体はあるんですよ。国の法律なので。仙台市は進んでいかないですね。

N 全てがそうだよ。だから、Zoomなんかでいろんな勉強会みたいなものにもたまに参加すると、もう主催が関西とかなので。うち、主人が京都の出身で、今お母様が滋賀に住んでるんですけど、滋賀はすごいんです。やまなみ工房とかもそうなんです。だからよっぽどどうしようってなったら、滋賀に帰ってもいいよねって。ただ、娘が今のところを気に入ってるので、ここから移動するのも……。1回滋賀に帰って、いろんなところを娘に体験させて、こっちがいいなっていうふうになったら、全然私たちは場所を選ばないので、どこに行っても平気な2人なので。

橋 でも、ご主人は自分のね。

N お母さんもいるし、90代で元気で生きてます。私は全然一緒に住むのに抵抗がないので。

橋 そうなんですね。

N 全然。いい義母さん。

橋 じゃあほんとに機会があったら、ちょっと目星を付けてっていうか、体験みたいなこととか予約して、お楽しみも含めてそっちに行くみたいな。

N そうです。大好きで娘も行きたいんです。滋賀まで1年に一遍行ってたので、車で10時間かけて。

橋 うわー、すごい。

N だから行きたい。

橋 そこで世界が広がればね。

N そうなんです。ちょっと連絡をして、行けるときにやまなみ工房さんとか、いっぱい絵を描くところ連れていこうと思って。

橋 私も一回見たいですよ。カフェもできてるし。

N 義母は近江八幡っていうところに住んでるんですけど、そのNO-MAっていう美術館も近所にあるので、そこもまた行きたいので。お金はかかりますけど。3人なのでびっくりするぐらいかかる。

橋 そうですよ。うちはなかなかそれはかなわない。これ（聴覚過敏）が始まる前は、温泉大好きでいろんなところに泊まってたんですけど、本当に始まる時は突然始まりました。

N でも、きっかけありましたよね。

橋 もちろんもともと持ってたものが出たっていうことなんでしょうけど。

N でも、うちも小学校ぐらいのときは、トイレに入れなかったんです。外のトイレ。流す音がたぶん一斉に聞こえたときにびっくりして、それ以来トイレに入れなくて、どこに出かけてもうちまで帰ってきて、我慢してってということが続いたんですね。

橋 でも障害じゃない方でも、そういう方はいましたね。女性で、自宅でないといけないので帰ってこなきゃならないんですけど、普通にお仕事されてるんですけども、すごく短時間のお仕事を家から近いところでされている。

N うちも音がすごく苦手なので、暖房便座の音も消すんですよ。音が苦手。あと、24時間換気も消すんです。そのくらい音には過敏なんですけど、でも、それも大丈夫になっていくと思います。それこそ20代後半ぐらいから、だんだんしてる人少なくなっていく。年齢が高い人ではあまりいないと思いますよ。何だろう、自然と、私がそうなんですけど、耳鳴りがしてくるのかもしれない（笑）。

橋 違うほうに（笑）。緩和されていくといいですけどね。

N いくと思いますよ、いろんなことが。小学校、中学校、高等部ってガチャガチャしてるんです、音が。

橋 ちはほんとに、一番大きかったのは、高等部に上がったときですね。周りがすごく言葉が……

N 光明（支援学校）ですよ。

橋 光明の後、中2から小松島（支援学校）だったんです。それも中2っていう中途半端なところで、できた年がそうなので中2からだったんですけども、その後に、高1でドカンというのが。

N 結構遅くですね。小学校ぐらいのときは大丈夫だったんだ。

橋 全然。

N ちょっと遅くに始まるからあれかな。

橋 もともと持ってたんですけど、ドカンと。そこからほんとに旅行も行けなくなってしまったので。ただ、ヘルパーさんと出かけるときって、ラジオをイヤホンで結構な音量で聞いて、それは周りの音をかき消すために聞くんですけど、イヤホンで聞いているから、イヤーマフはせずに結構遠くまでお出かけできるんですね。もちろん週末なので、混んでる電車とかで子どもとかがいると、じゃあ降りようかって降りて、次の電車に乗るとかっていうことをヘルパーさんがやってくれるので。

N じゃあいいですね。

橋 時間もたっぷり出かけて。きちきちの予定だとそんなことできないけど、すごいゆっつりの予定で、彼は外食してくればすごく満足なので。

N ちは2時間取ってるんですけど、いつも1時間で帰ってくるんです。

橋 ほんとですか。えーもっとどうぞって思いますね。もう2時間いっぱいいっぱい。

N おかえり……みたいな。

橋 もう？って思っちゃいますね。でも、ヘルパーさんは本当にありがたいですね。3.11のときもそういう仕組みとかがあればいいなって思ったけど。でもみんなが被災者なので、ヘルパーさんももちろんそうですし、支援者側のデイサービスの方たちだって皆さんご家族がいるから。

N そうなんです。やっぱりそっちを優先していかないとね、こういったときは。

橋 特にあのときは言えなかったですね。みんなが大変なんだから、津波が来てるほうとか、もっと大変な人がいっぱいいるんだからとか、犠牲になった人がいっぱいいるんだからと思うと、ほんとに言えなかった。

N それは人としての優しさだと思います。

橋 能登のこともあるし、あれから13年とか経っているのに、そちらの地域でもまた同じ苦しさがあるんだっていうのが。何か（私たちの体験から）活用できるものがあつたらしたいなど。でも、それをグラフにまとめるとかそういうことではなくて、生の声を。3月にメディアテークで展示をしたときに声の展示もして、やっぱりすごく響く。それが生の言葉だから。

N そうですね。

橋 母親同士とか、先生とかも結構聞いてくれて、他県から来て聞いてくださった方とかも、先のことをちょっと考えるのにすごく学びになったし、生の言葉だからっていうことを伝えていただいたような反響があったので。私も発

表するために始めたのではないんですけども、生の会話のままをデータで残すっていうことは、それはそれでぶんすごく大事なことだと思うので、ほんとにありがたい機会です。ほんとにありがとうございます。

N いえいえ、こちらこそ。あまりお役に立てたかどうか微妙……。

橋 とんでもないです、ありがとうございます。

N ありがとうございます。