

## 海の暮らし体験もやってみたいな

高齢者・障がい者の旅をサポートする会理事長

くぼたまきこ  
久保田 牧子氏

今回は、高齢者・障害者の旅や外出に対するケア情報の提供や、支援に情熱的に取り組むNPO法人「高齢者・障がい者の旅をサポートする会」理事長の久保田牧子さんに、豊富なご経験を交え、高齢化の課題をかかえる漁業・漁村の暮らしに生かせるお話を伺いました。

## 料理編集者にして日本語教師

——いつも当会発行「うえぶ」誌の編集協力ありがとうございます。在宅介護というJF共済とも関係の深い雑誌編集のお仕事がきっかけだったと伺いました。大学を出てアナウンサーになりたかったのですが採用してもらえず、マスコミ志望をかなえようと婦人生活社という婦人雑誌社の編集者になりました。結婚退社し、子供の成長とともに、専攻した英語を生かし英語塾を開くうちに、

念願だった外国暮らしを実現しようと発起します。縁があつてアメリカの小学校教師のアシスタントをするインターンシップ制度を活用し、ホームステイで約1年間アメリカ暮らしをしました。帰国後、婦人生活社の系列社発行の「おあじ

はいかが」という料理専門販促媒体の編集者をしなごら、神田外語学院の外国人に日本語を教える仕事を5年間続けました。

## 平野レミの「目からウロコ」

——人生のスタートからエネルギー豊富な仕事選びですね。その後、介護のお仕事にかかわることになる。

婦人生活社のなかに、在宅で高齢者をケアする情報誌「やさしい手」という雑誌がありました。実は父が脳梗塞で、半身麻痺のうえ失語症になっており、父の

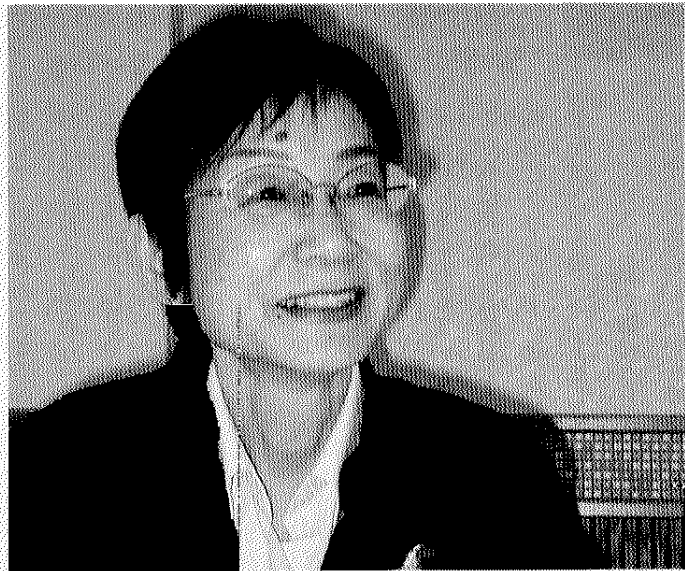
介護体験を生かしながら、介護を学んだり取材できる、この雑誌の編集に携わることができました。「やさしい手」には、10年間ほどおり、その間にJF共水連発行「うえぶ」の編集のお手伝いをさせていただくことになりました。

料理記者時代からお付き合いいただいた平野レミさんの、楽しく簡単な魚のレシピを紹介する「目からウロコお魚クッキング」を担当し、20回を越えました。この取材を通して、魚のおいしさを再認識し、毎日食べても飽きない魚ってすごいと、ホント思いました。日本人は、太古の昔から魚を食べてきて、生まれ持ったDNAが備わっているのですね。最近では魚を中心にした和食が食育のテーマにもなっています。

20回分のレシピをまとめて、今度、JF共水連さんで、1冊の本にまとめてい

久保田牧子 氏

1945年東京都生まれ。玉川大学卒業後、婦人生活社入社、「婦人生活」編集者として料理記事担当。結婚退社後、外国人教師に日本語を教える神田外語学院講師を経て、在宅介護誌「やさしい手」、「かいこの学校」の編集に携わる。2008年に高齢者・障害者が旅をとおしていきいきと暮らせるサポートを目的に「NPO法人高齢者・障がい者の旅をサポートする会」を設立、理事長に就く。本会誌「うえ〜ぶ」編集協力スタッフとして「平野レミの目からウロコおさかなクッキング」も担当。



ただくことになりました。漁業関係者ばかりか、ぜひ幅広い読者に、魚のすばらしさを、平野レミさんからのメッセージとして伝わってほしいと思います。

## 高齢者・障害者の旅をサポート

——「介護」と「旅」とを結びつけるとは久保田さんの行動力と発想力があってのものですね。

父が失語症になり、好きだった旅行にも行けず、家に閉じこもるようになりました。外に連れ出そうにも、交通手段、宿と、家族みんなの力をあわせても、全

部セットするにはそれは大変で、なかなか連れて行ってあげられなかったんですね。

そんなときに介護情報誌「やさしい手」の編集取材に携わりました。「温泉」や「観光」の記事はありましたが、ただ見て楽しむだけのページ、世間の受け入れもほとんどのない、そんな時代でした。高齢者や障害者の方が、体が不自由でも温泉にでかけたり、旅行を楽しめるような企画ができないかなと思うようになりました。

その後「やさしい手」がなくなり、フリーの編集者をしていたとき、日本医療企画という会社から、在宅ケアの介護情報誌を作らないかというお誘いを受け、「かいこの学校」という月刊誌を立ち上げたんです。本のなかで、バリアフリーにしようとかがんばっている旅館やホテルの紹介をする企画を作り、スポンサーの旅行会社から、1泊2日の宿泊券を読者にプレゼントすることになりました。それに当選されたご夫婦がどんな旅をされるか、追っかけ取材をしたのです。

## まるく、夢を見ようよ

ご夫婦の読者の方は、ご主人が脳卒中による片麻痺で車椅子利用でした。この機会に奥様が温泉旅行に連れて行ってあげたいと応募されたんです。ご主人は「こ

んな体で行きたくない」と思っていたようですが、自分が行けば奥様が温泉でゆっくりと体を休められると、奥様孝行のつもりで参加を決めたといいます。

家から移送サービスを利用して旅館に着くと、入り口、廊下から部屋まで、すべてバリアフリー、お風呂場にはリフトや手すりも完備している旅館でした。ご主人も私たちのサポートなしに、温泉に入ることができたのです。温泉に入らないつもりが、思いもかけず温泉に入ることができて、「夢を見ているようだ」と、感激して話してくれました。倒れてから初めての旅行だったらしく、「こんな体でも旅ができる」という自信と意欲がわいてきたというのです。

奥様も「おとうさんがこんなにうれしい顔をしてくれるなんて」と、涙を流しました。その喜びようを目の当たりにして、「これは、もうやるしかないな」と、旅をサポートする仕事を決意しました。

## 修学旅行でハワイへ行く

「かいこの学校」のバリアフリー旅行の企画が1年で終了しました。スポンサーの旅行会社さんに「学校が終わったんだから修学旅行しようよ」と持ちかけたんです。国内の旅館や交通機関は、まだバリアフリーになっていないところが少



「うえ～ぶ」に掲載された  
20回分のレシピをまとめた  
「平野レミの目からウロコおさかなクッキング」

なく、「いつそのこと条件が整っているハワイに行っちゃおう」ということになりました。こうして、5年前に高齢者や障害者の方たちと一緒にハワイへ行くツアーが実現したのです。

——何人参加されたのですか。

120人です。「かいこの学校」の校長先生として諏訪中央病院の鎌田實先生になっていたで、ハワイ旅行にも同行していただけました。この企画は現在、近畿日本ツーリストの系列会社クラブツーリズム社が主催して、1年に2、3回ハワイと上諏訪、今年からグアムへと旅が継続されています。

「旅をあきらめない、夢をあきらめない」「障害があっても、高齢でも、旅という夢は果てしなく」がキャッチフレーズ。「鎌田先生と一緒に行くバリアフリーツアー」がこうして実現しました。

——外国ではバリアフリーの環境が整っているのですか。

ノーマライゼーション。直訳すれば「均一化」ですが、障害者と健常者とが区別なく均質の生活環境を享受しようという考え方が、欧米で1960年代から始まります。きっかけはベトナム戦争。体や心の後遺症として障害を持った方が、国に戻り生活復帰のリハビリの一環として実践され、一般的な考え方としても広ま

り、環境施設が整っていったのです。

しかし日本はまだです。大きなホテルや旅館でも、健常者である一般の宿泊客を基準にして、「手すりをつける」と病院みたいだから」とバリアフリー化するのを嫌がる風潮がまだあるのは残念なことです。

## NPO法人を立ち上げる

——さあ、いよいよNPO設立にいたる奮戦が始まるのですか。

もう個人の力だけで続けていくより、バリアフリーの「旅」という大掛かりな仕掛けや責任をとるような仕事になってきて、ボランティアグループの企画から、歩進めて、たくさんの方々との協力も得て、きちんとした組織で取り組む時期が来た。NPO法人設立を決意しました。

NPOについて一から勉強して、書類作りから規約など言葉で表現すれば何ページもかかるぐらいの試行錯誤を繰り返しました。東京都から認可書が届き、法務局への法人登記をすませ、第1回総会にこぎつけたのが去年の春のことでした。2年近くかかったことになりました。会の名称は、NPO法人「高齢者・障がい者の旅をサポートする会」です。

活動内容は、できるだけ広く高齢者や障害者による旅行や外出の機会を増やす

ための情報提供を行い、積極的な支援体制作りをすることですが、そのための人材育成の養成講座開催や普及啓発活動も大切な仕事になります。

## 漁村暮らし体験の旅が夢に

——「旅」という仕掛けで、バリアフリー化、ノーマライゼーションを日本に根付かせる動きにつながっていくのですか。

旅には、「行く前」にワクワク、「行っている間」ドキドキ、「帰ってから」ウキウキの3つの楽しみがあります。そのうえ、高齢者や障害者の方に誰でもが気軽に自由に旅に出られるチャンスができれば、生きていくことの目標づくりや何よりも「自信」につながるのですか。今年からは、春にはグアム、初秋にハワイ、晩秋に温泉へ旅立ちます。

最後に、「うえ～ぶ」を通じて、漁業・漁村に暮らす人々と接する機会ができ、新しい仕事のメニューを考えました。介護が必要な高齢者や障害者の方々の旅のひとつに、「海の暮らし」体験ができないかということ。海という環境や漁村の人々との交流は、きっと思いもよらない心のケアにつながるのではないかとワクワクします。その時には皆さんよりしくお願いします。

(聞き手 中島 満)