沢山の思い出を有難う　　50年間の車いす生活を想う

- 80歳。子供から傘寿の祝いをもらいました。想うとなんて不思議な楽しい思い出のある人生を過ごせたのでしょう？
- 28歳で発症、35歳で車の免許取得、5年間の役所勤務、そして沖縄、九州、利尻礼文などの国内の旅、オーストラリア、ハワイ、台湾、韓国なども経験。車いすの会の仲間と一泊の旅、障がい者仲間と楽しかった日帰りの旅。
- 小、中学校での福祉講和、外出すると生徒から“町田のおばちゃんだ”と声を掛けられた思い出。

- 大きな画用紙に好きな漫画の絵を描き、障がい者作品展に出品したことも。
- 傷んだ背骨にセメントを注入したときの痛みは忘れられません。

2025年令和7年6月作成

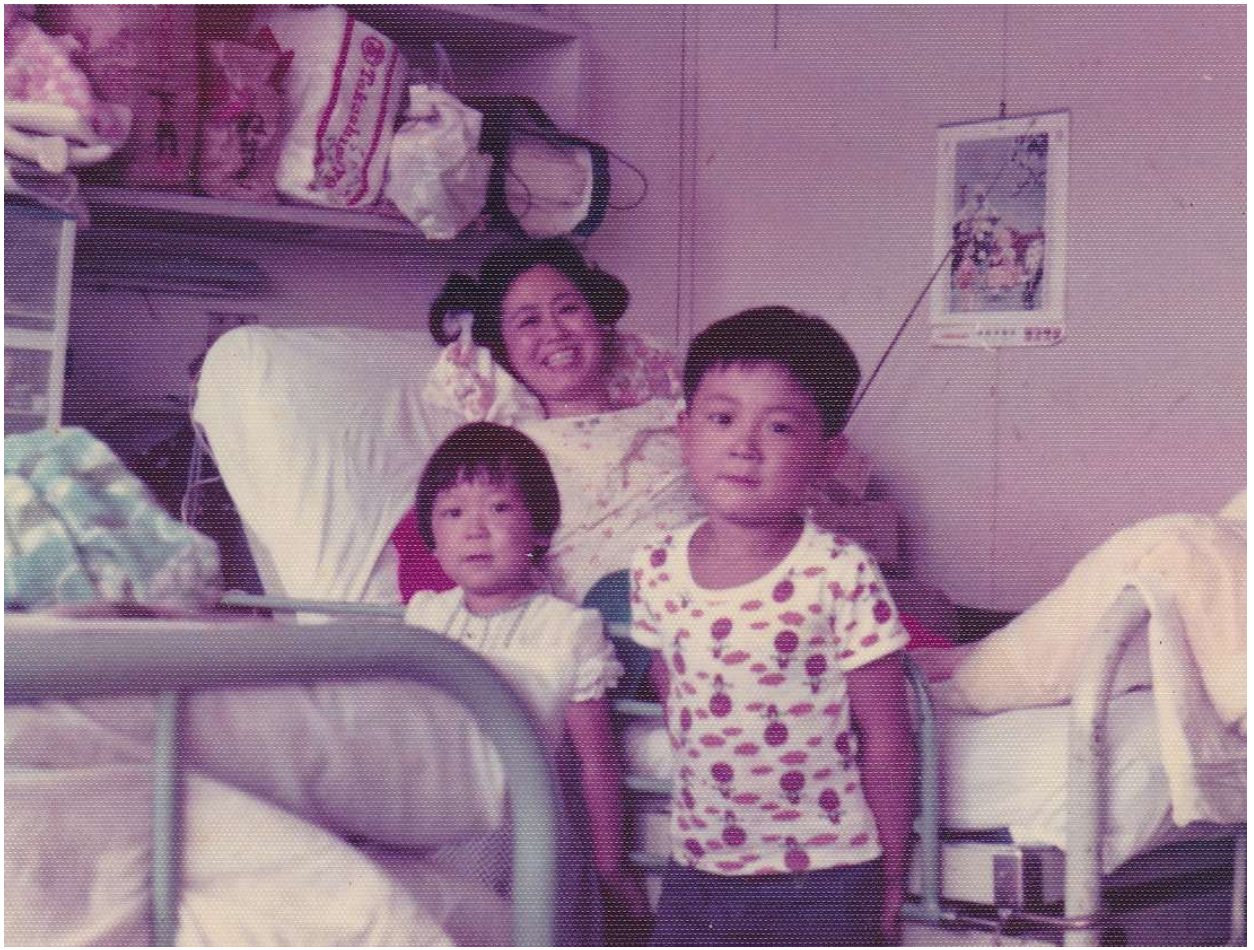
町田克子

昭和20年1945年4月生まれ

手術をすれば治るものと考えてノンビリとしていたことが、麻痺で立てないと知り慌てふためいた。
どうしたらいいのか、寸時にわたり枕を濡らし考えた。日によっては手がしびれることもあるが、手が使える、眼が見える、口が利ける、耳が聞こえる、家庭があり、住む家があり、布団があり、お風呂に入れる、そう考えるときりのない程、沢山恵まれている事が解った。
会話が出来、食事の支度が出来、食事が出来、美しいものが見える。洗濯が出来、留守番が出来、笑顔が出来る。
昔は当たり前に出来ていた事が、今は出来ることの一つ一つが嬉しい。
出来ることのあることがしあわせ。出来ることを見つけられる事がしあわせ。
いっぱいの幸せが身近にあることを知った。太陽の温かさを喜び、雨の静けさの中で心を見つめる。
こうして慣れないながら文を綴っている自分がいることが嬉しい。
どんなふうになるか？でも頑張らなくっちゃー。1981年昭和56年5月20日ぼら協通信掲載

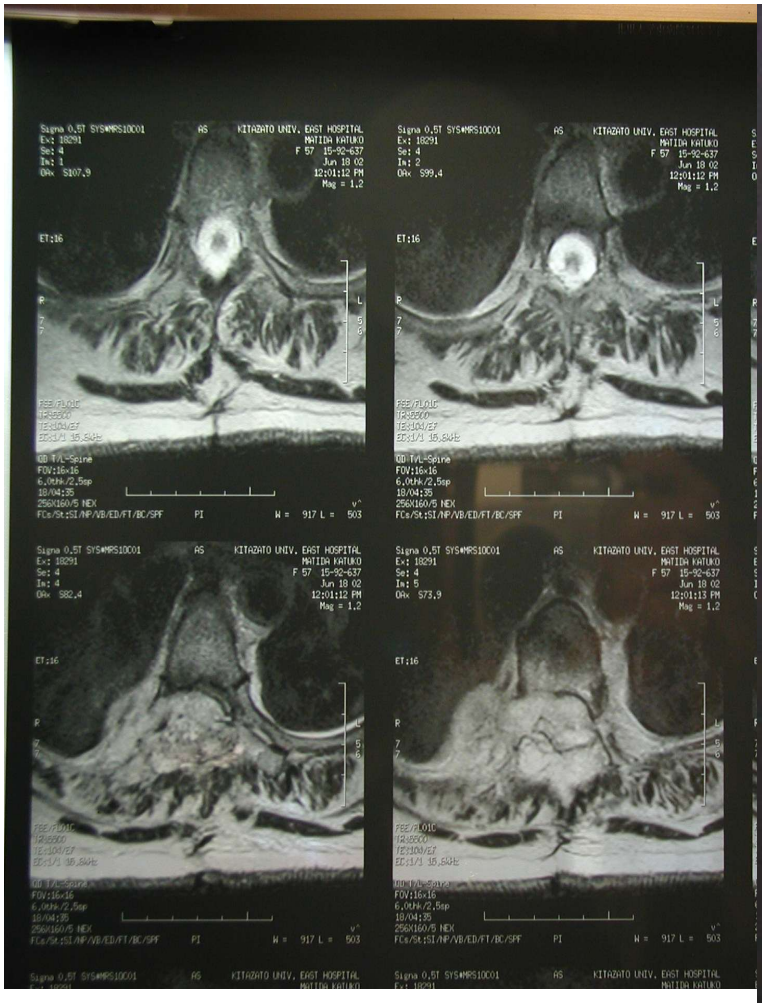
主な入院治療履歴

昭和51年6月国病骨髄癌で施術不可余命3か月
同55年3月七沢リハで大腿骨廻りの褥瘡手術
同55年10月車の免許取得
同56年～61年市社協の老人福祉相談員週3回
同62年4月足首の低温やけどで七沢リハ手術
平成 4年七沢リハ腰骨を背骨に移植の話で入院
静脈血管腫が見つかり、3か月入院
と自宅療養
同12年北里東前田先生起立台でリハビリ
同14年北里から国立病院に治療を移される
同16年1月国立病院で脊髄血管腫の施術開始
同17年2月骨セメント注入の為1ヶ月入院
同17年4月突発性難聴？2週間以降左耳故障
同19年7月右乳がん手術で国病入院
同22年6月国立で左足脛骨折9月七沢で再手術
令和6年国立から北里麻酔科紹介。痛みの投薬



昭和５１年（１９７６年）国立相模原病院にて
同年秋木製の車いすで病院の庭に出たときは嬉しかった。
死の宣告を受けてるとは知らず、家で子供と生活できる
と思い、入院１年半で病院を飛び出した。

骨髄癌のレントゲン写真　2002年6月北里大学東病院にて撮影、北里東病院から国立病院へ転院



私のトイレ；温水、電話、ドアホン付

外出時、車いす乗り換えの為便器に蓋を付けた。
排便時温水でお尻の洗浄が出来、板敷きの為おむつの交換、気分の悪い時はここで寝る時も。

トイレと浴室が繋がっているため、服の脱着や、入浴前の排便も楽に出来る

浴室

吊り下げ装置と洗い場は取り外し式の為家族の利用時は広い洗い場になる。

私の寝室

ここは私の寝室。以前は和室で畳部屋。　日曜大工で畳を板敷に変えた為車いすの移動が楽。ベッドは介護用で、床ずれ予防のエアーベッドです。
柵につけてある電話、照明や冷暖のスイッチ、ワゴンのお薬や水が簡単に取れる。
ベッドの上の厚い木の板が上る時に、赤の薄い板はベッドから降りる時に使います。

洗面所

洗濯機置き場は日曜大工で増築

洗濯機は低くしたので車いすニのまま
手が入り洗濯物の出し入れが出来る

便利な道具

S字（物を吊るす）
Y字（ハンガーをかけたり
　外したり　高い所の物を取る
　時に使う）
らくらくハンド
（手の届かない所にある
　物を　つかむときに使う）

台　所

引き出せる物入れ
物の出し入れが
簡単にできる

車いすが入る空間
調理や食器洗いの際に便利
まな板を使う時は膝の上

薄いガス台（車いすで使う為）
片手鍋（フライパン式）
特に煮物などの移動は片手鍋

表玄関

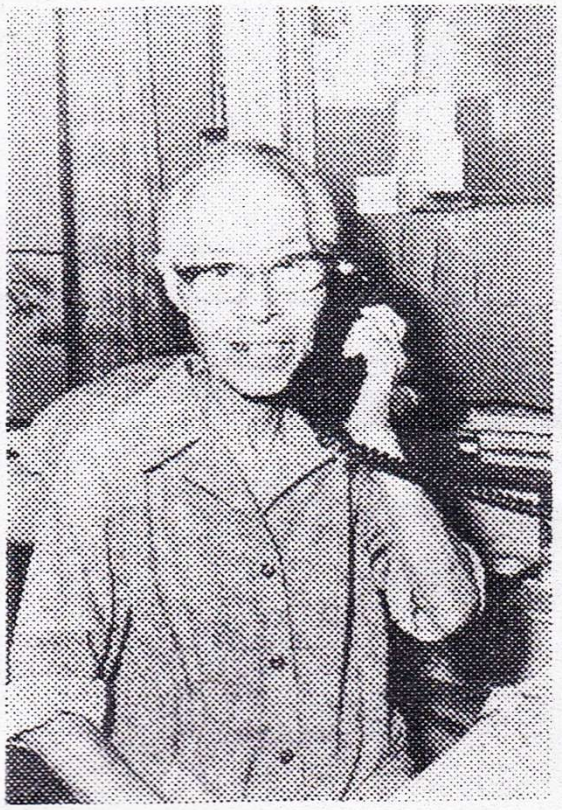
以前は玄関扉との間に土間があったため扉の開け閉めが出来なかった。
床を伸ばして簡単にドアの開閉が出来るようにした。

全て日曜大工で作り明るい玄関になりました。

自動車の手動式運転免許を取り、あじさい会館で一人暮らし老人福祉電話相談員を5年間勤めました。

もしもし お元気ですか

ひとり暮らし老人福祉電話



市営上九沢住宅に住む玉井フジエさんは80歳。昭和45年に夫と死別後、単身生活を続けています。

2年前から人工肛門を使用していますが、自分の身の回りのことは自分でやろうという意気込みは盛ん。週1度訪れる家庭奉仕員が驚くほど部屋の掃除などはいき届いています。

ひとり暮らし老人福祉電話は毎日の楽しみ。リリリーン、今日も電話相談員の明るい声から始まりました。

―もしもし、お元気ですかー

「おはようございます。今朝は良い天気ですね。目覚めもいいですよ」

―お変わりございませんかー

「昨日はお医者さんに行って、お薬をもらってきました。近くに住むお友だちからスカートをいただいたんですよ」

―暑い時の外出は大変でしょー

「帰ってくると疲れますね。このところ食事もめん類ばかりで…」

電話相談員との話もはずみます。2人の相談員が69人のお年寄りと毎日、話を交わします。天候のこと、健康のこと、食事のこと、友だちのこと―話題は次から次へ―。

今日も1日の安全を確認し合いました。

社協 さがみはら

民間の福祉団体です。

(発行) 社会福祉法人 相模原市社会福祉協議会
相模原市高上見6－1－20
市立あじさい会館内
☎ 0427(56)5034㈹
発行人 関根 金

高尾山

高尾山登山　昭和56年秋

相模原勤労者山岳会のご協力で高尾山に登れました。
ケーブルカーは使わずにおおぜいの人に引っ張っていただき、砂利道を無事登れました。
感謝です

電車に乗ることの喜びを体験

平成2年6月14日(木)号
相模原市社協の新聞に掲載

車いす友の会では公共交通に乗って、車いすのことを理解してもらうことと、社会参加を積極的にすることが目標だったので、4人の仲間で実行。小田急相模原から乗車し、新宿高層ビルでの食事は美味しかった。

左から、牧野さん 西沢さん 町田さん 松根さん

車イス新宿紀行

麻溝台4丁目　町田克子さん44才

五月二十四日車イスで生活する四人の仲間達が、連れだって新宿への旅に出た。車やバスで移動する事はあっても電車を使う事が初めてという人もあり、また三角ビルではスロープが途中で無くなり立ち往生するなど、緊張と冒険の一日を楽しんだ様だ。今回は介添に若松在住の矢田さんがボランティアで参加した。参加者の一人、町田さんより紀行文が届いたので紹介する。

4 平成2年6月14日(木)号

ボランティア活動

相模原市社会福祉協議会　広報
みんないいひと
2014年9月号
200号
（奇数月20日発行）
ブログ「にこまるの部屋」でも情報発信中！
「社会福祉協議会（社協）」は、市民の皆さづくりを進める社会福祉法に位置付けられた
の寄付金、賛助会費、共同募金に支えられて
発行　社会福祉法人相模原市社会福祉協議会
〒252-0236 相模原市中央区富士見6丁目1番
電話 042−756−5034　FAX 042−759−43
電子メール　info@sagamiharashishakyo.or.j
ホームページ http://www.sagamiharashishak
200号記念
ご近所おむすびサポーター
大特集!!
中華料理店の被災者招待事業
子育てサロン
災害ボランティア体験
見守り訪問事業
ふれあい給食サー
誰もが安心して暮らせる街づくりを進めるためには
何よりも近隣での支えあいが大切です。
市社協では、身近な地域で困っている方に
気づき、受けとめ、そしてつないでいく
「ご近所おむすびサポーター」の取り組みを進めています。
そんな「人と人とのつながり」を大切にしている方や
様々な活動をご紹介します。
ふれあいサービス
「活動は気負わず、楽しく」
心がけているのは、相手の方が
笑顔になっていただくことです
ミニリハビリ教室
福祉教育のボランティア
車いす生活40年「地域で生きて生かされた命です」車いす生活を通しての経験を多くの方に伝えています
「定年退職後、何かしようと思っていたときにふれあいサービスを知りました。」と語るのは市社協が行う会員制の家事援助・介助サービス「ふれあいサービス」協力会員の菊池幸三郎さん。「自分の親の介護ができ
ふれあいサービス協力会員 基礎

2014年9月市社協「みんないい人」に紹介記事

ありがとう、感謝

「新聞を読めますが、そんなボラ活動はありますか？」と聞いたのが始まりでした。

紙芝居をさせていただくことになり、居合わせた青年の膝掛けの絵柄がアニメでした。漫画や広告の絵をまねて描き、やさしさ、生かされている歓び、夢のような心の表現を絵に表せ、お話しする事も、絵を描く事も楽しくて、毎週1回のボラ活動の時間を夢中で過ごしていました。

3年目には、体力が続かなくなり、月2回、ハモニカの方々と歌ったり、詩の朗読をさせて頂いたり、無理せず、出来る事を出来る時にさせてもらい、よき思い出ができました。感謝です。

私がお世話になっているデイサービス施設の玄関に飾られています。

日常の生活、運動の道具

移動に便利な車

スロープ無しで、どこでも乗り降り出来るとても便利な車です。
買い物かご3個分の固定も出来るようにしてあり、近くの友人と3、４人で毎週土曜日に一緒に買い物にも出かけています。

助手席は遠出に使用

車いすに固定のテーブル
簡単に取り外し出来、
食事や書き物に使用

車いすに乗ったまま腕の筋肉運動が出来る

ベッド上で起き上がりや腕の筋肉体操が出来る

描いた絵の一部