



おしゃりん 9月発行

自立生活への第一歩にどうですか？

2 p

話題の「自立マンション」見学してきました

3 p

市販品を利用した、車いす用スマホケース！

4 p

「車椅子が結ぶ、同級生との不思議な縁」石川美由紀さん

5 p

バリアフリースポット「居酒屋 烏壺」

6 p

話題の「自立マンション」見学してきました

宜野湾市に新たに建設されスタートした、重度障がい者対象とした「自立支援マンション」を見学してきました。

宜野湾市を中心に高齢者、障がい者の介護サービスを総合的に経営している、みかん・おれんじグループが運営。代表者は自身も筋

ジストロフィー症の重度難病者でもある喜納正博さんです。喜納さんが熱意をもって障がい者の自立支援を目的として建設・運営をされ、福祉関係者も大きな関心をもっている話題の「自立支援マンション」に新会員となった友利克也さんと共に見学に行ってきました。



閑静な住宅街に建つ2階建てのマンション



スライド式玄関



奥行きがあり、広々としたエレベーター



広いトイレ

R.C.Y.

Rehabilitation Clinic Yamaguchi

リハビリテーションクリニック やまぐち

〒900-0003 那覇市安謝1-10-28

TEL098-864-1100

診療スタッフ

院長 山口 健 リハビリテーション科専門医
副院長 山口 浩 整形外科専門医

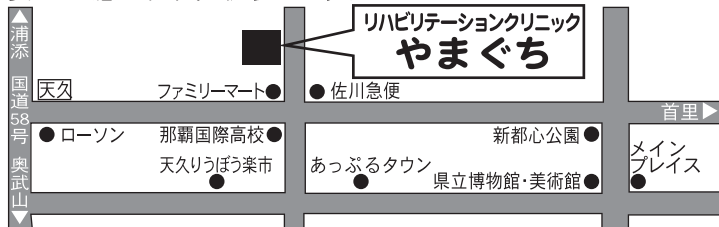
リハビリテーション 理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・看護師

診療科目/リハビリテーション科・整形外科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~11:30	○	○	○	○	○	○
午後 2:00~ 6:00	○	○	○	○	○	○

- ▶ 身体機能訓練
- ▶ 身体能力訓練
- ▶ 言語訓練
- ▶ 摂食嚥下訓練
- ▶ 認知訓練

安らぎ・癒し・元気を提供します。



自立生活への第一歩にどうですか？

場所は浦添市西原のパークレーズコート付近。県道 241 号線沿いにある最強食堂と「居宅



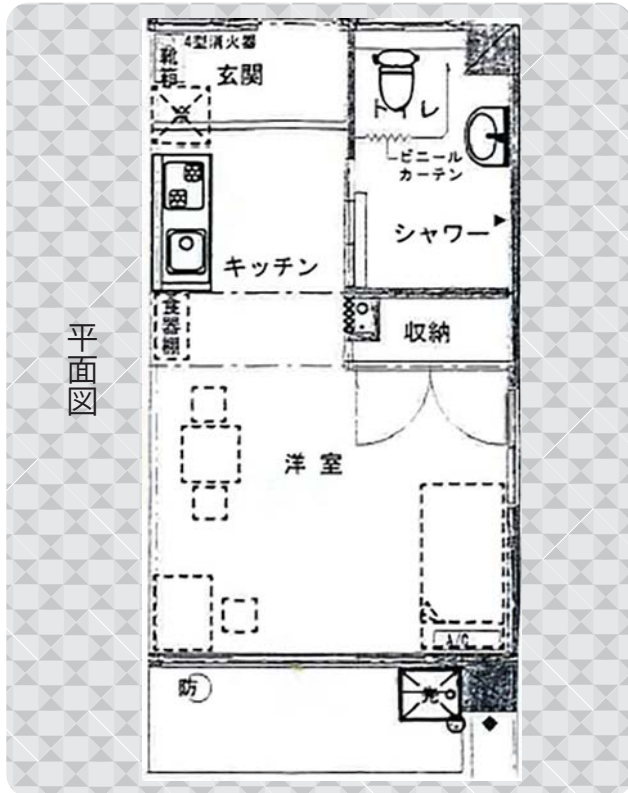
開放感のあるバルコニー

介護支援事業所は「んこみかん」の間にある脇道から入った先の閑静な住宅街の中にあります。3 階建てで部屋数は 10 室。1 階にはグループホームも併設していて、事務所にスタッフが常時対応する体制になっています。部屋は 1DK。特にトイレとシャワー室は介護者等のことも考え広い！風通しも良く快適な環境といってよいと思います。

やはり、難点は場所ですね。県道 34 号線からは徒歩 5 分程度ですが、道が凸凹で坂道があることを考えると預損だと厳しいので要確認です。最近はバリアフリーを宣伝にしたアパートやマンションが出てきていますので、自立生活を考えている会員がいれば沖脊協事務局にお問い合わせください。

介護サービスや公的制度を活用した自立生活の可能性が高まっています。

会員の皆さん、新たな生活チャレンジを考えてみませんか？(仲根)



平面図



お問い合わせ
障害者自立マンション
みかんグループホーム
TEL 098-917-5805
住所 浦添市西原 1-14-30

交通事故の法律相談

人身事故被害に関する法律相談は、
おもろまち法律事務所へ

那覇市おもろまち4-17-25T&C 新都心ヒルズ804

弁護士 坂井大高(沖縄弁護士会所属)

【完全予約制】☎(098) 963-6268

※ ご予約の際「しゃりん」を見たとお伝えください。



◆人身事故被害の【無料】法律相談を実施しています。
移動が困難な方には、出張相談や電話相談のご利用が可能な場合もありますので、お問い合わせください。
相談例: 後遺障害等級、賠償金額の増額交渉、休業損害、慰謝料、労働能力喪失率、治療の打ち切り、自宅改造費用 など

市販品を利用した。車いす用スマホケース！

2 年前に初めて自分の車いすを購入した私。その時におまけで付けてもらった車いす用のスマホケースが、もうボロボロで買い替えが必要になった。ネットで同じ商品を探したら、それ自体は 2,000 円しないくらいのまあまあの価格だが、沖縄への送料はなんと 3,240 円！俺は送料を買うのか???

アホらしくてその商品をあきらめ、他の商品を探したが、無い！いや、それは言い過ぎかもしれないが、高かったり、ダサかったり、とにかく種類が少なく、いい商品が無い。

だったら何かで代用できないだろうか？ということで、メインプレイスの東急ハンズに探しに行った。広い店内。どこに何があるかわからないので、とりあえず店員に聞いてみた。

「車いすに付けられるスマホホルダーみたいなものありますか？」

もちろん、そんな商品を尋ねられるのは初めてなはず(;; 店員 3 人がかりでいろいろ調べた結果、『申し訳ございません、ありません』ということに。そりゃそうだよな。

沖縄本島内で年間で何個そういった商品が売れるだろうか？恐らく多くて 2~3 個;;

天下の東急ハンズでも、そこまでニッチな商品は取り扱わないだろう。

でも、私のスマホホルダー事情は一刻を争う。ホルダーの横側が縦に 100% 裂けていて、ホルダーの横一線に縫い付けられた 1cm 幅の紐で辛うじてスマホが落ちずに入れておける状態だが、入れ方が悪ければ、スルリと抜け落ちるという危険な状態 (>_<) 代用でもいいから何かないか・・・？

探したら…ありました！

ここからが本題(前置き長すぎ！(;;)) おそらくこの商品は、本来は腰のベルトに通して使うタイプのスマホケースだと思われる。しかし、それがいい！

写真を見ていただければわかる通り、ベルトを通す部分にマジックテープ式のバンドを通して車いすのフレームに縛りつければ、車いす用に作られた製品と同じになる！

今回見つけたスマホケースは本体が 1,700 円ほど。マジックテープバンドは 500 円前後で買えそうだが、今回は使えなくなったスマホケースのものを再利用したので 0 円で済んだ(o^)/物は使いよう！アイディアと工夫で、車いす生活をより便利に！(山川)

※ネットで調べたら情報がありました

メーカー名：LIHIT LAB

商品名：SMART FIT モバイルポーチ

品番：A-7584



いつも会費をお支払いいただき、まことにありがとうございます。
お支払いがまだの方は事務局にて直接、もしくはお振込をお願いします。

正会員
年間 6,000円



楽天銀行 第二営業支店(普通) 7104311
トクヒ) オキナワケンセキズイソンショウシャキョウカイ

賛助会員(個人)
一口 3,000円



沖縄銀行 石嶺支店 (普通) 1520193
特非) 沖縄県脊髄損傷者協会 理事長 仲根 建作

賛助会員(団体)
一口 5,000円



琉球銀行 石嶺支店 (普通) 445603
特定非営利活動法人沖縄県脊髄損傷者協会 理事 仲根建作

会
員
投
稿

車椅子が結ぶ、同級生との不思議な縁

私は、宮古島出身の石川美由紀といいます。沖脊協の運営する障がい者ITサポートおきなわのスタッフ(利用者)です。平成12年に膠原病(こうげんびょう)全身性エリテマトーデス(SLE)を発症しました。当時は生活に支障はなく、宮古島でバスガイドの仕事をしておりましたが、その十年後に合併症による脳梗塞を患い、車いすの生活になりました。当時は車いすになった自分を受け入れるのが困難な時でした。

昨年4月に那覇市役所の総合案内に一般就労しましたが通勤が困難なため断念し、同9月からITサポートおきなわに入所しました。ITは得意ではありませんでしたが少しずつ教わり、今では主にデータ入力の仕事をしています。

ITサポートおきなわでは、仕事だけではなく、積極的に車いすマラソン大会に2度出場し、車いすバスケットの練習にも参加させてもらい、すごく良い経験ができました。福祉関係者の方々に触れ合う事によってアドバイスなどもしていただき感謝しています。

さて、最近一番嬉しかったことは、車椅子に



石川美由紀さん

なったために一度は諦めかけた自動車の運転を十年ぶりに再開できた事です。運転することにより行動範囲も広がり、職場へも車通勤ができるようになりました。

事業所では、今年の4月に始まった就労移行支援に、同じ宮古出身で高校時代の同級生である友利克也さん(頸髄損傷)が利用者として入ってきました。彼とは高校以来の、まさかの車椅子同士の再会で、お互いに懐かしさと不思議な縁に驚きました。また、6月に行われた全脊連の全国大会in沖縄では、同じく高校時代の同級生だった名古屋支部代表の平良隆志さんとも再開。打ち上げでは、同じく宮古島の先輩でもある会員の洲鎌敏美さんも加わってテーブルを囲み、宮古島の懐かしい方言をたくさん交えて島酒でオトーリを酌み交わし盛り上がりました。高校で健常者時代に同級生だった3人が、こうして車椅子になって一緒に再開できたことは本当に予想外なできごとでした。これからもチャレンジ精神を忘れず明るく前を向いて前進して行きたいです。



初出場にもかかわらず車椅子マラソンで上位入賞!



左から美由紀さん、平良さん、洲鎌さん、友利さん

ちはる歯科クリニック

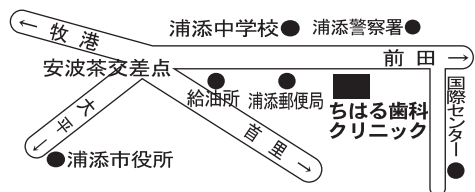
CHIHARU DENTAL CLINIC

浦添市仲間3-3-9

☎(098) 877-6480

FAX (098) 877-9251

E-mail chiharu@ryukyu.ne.jp



訪問歯科診療と口腔ケアを行なっています!

対象者: 在宅療養をしている個人で、通院が不可能な方。
病院、保険施設等に入所(院)されている方、障害者施設に入所の方。

バリアフリー
スポット



居酒屋 鳥壺

那覇市上間、南風原高校近くの 329 号線沿いに『鳥壺』という居酒屋がある。名前から想像できるとおり、焼鳥をメインにしたお店で、その味には定評があり、伝説の K1 ファイターの故アンディー・フグも沖縄にトレーニングに来る度に足を運んだ、知る人ぞ知る名店だ。

実は私が健常者の頃、仕事で鳥壺さんとお付き合いがあり、会社の忘年会などでよく利用していた。車いす生活になって約 5 年ぶりに行ってみた。

結果から言うと問題なし！店舗前の駐車場から店の入口に通じる通路に上がるのに 5 cm 程度の段差があるが、そこさえ越えれば、あとは店の入口から店内、トイレまで全てバリアフリー！うれしいのがトイレが広いこと！ただし、トイレへの通路が若干狭いので、電動などの大きな車いすは確認が必要。店内はあまり広くはないが、店に入ってすぐ左側にあるテーブル席には車いすが 6～7 台は余裕で

入る(詰めればもっと入るかも)。

肝心の味も言うことなし！新鮮な県産鳥を厳選した備長炭で丁寧に焼いた焼鳥は最高にうまい！その他のメニューも素材や作り方にこだわったものを出していて、きっと満足行くはず！障がいがある無しに関わらずオススメの料理店です。(山川)

- ・連絡先：098-854-2920
- ・住所：那覇市上間 294 番地
- ・営業時間：17:00～24:00
- ・定休日：日曜日



広いトイレ

編集後記

前号からリニューアルしました『しゃりん』。会員の方からのウケもよく、大変好評だとお聞きして編集スタッフ一同とても喜んでおります。ただ、完成した原稿を改めて確認しますと、誤字などのミスが見つかり、いくつか課題も残りました。今号はそのようなミスがないよう再三の注意を払っておりますがいかがでしたか？・・・(汗)今度とも日々努力してより完璧な広報誌になるよう努めてまいります。 知名



からだの痛み・悩みを 自宅で解消!



ご自宅や介護施設まで出張施術します!



病院と同じ健康保険証が使えます!

代表 林 秀一

TEL: 098-867-0006

FAX: 098-867-0008

〒900-0004

那覇市銘苅2-11-19

グローヴィーサイト新都心2F

琉球治療院

リハビリ・はり・きゅう・マッサージ

年中無休 9:00～18:00

沖縄県内全域で出張施術します。



フリーダイヤル

0120-680-006

mail info@ryukyu-chiryoin.com H P http://www.ryukyu-chiryoin.com/

発行人／沖縄県島尻郡八重瀬町字仲座 1038-1 編集人／沖縄県浦添市内間 5-4-3 ハウジングジャーナー 101 購読料は会費を含む【頒価 20 円】
NPO 法人沖縄脊髄損傷者協会しゃりん編集部