

おしゃりん 3月 発行

平成29年度浦添市体育功労賞等
スポーツ愛好者懇話会

◎式及ひ 特集二

- ピアサポーター 1p
- バリアフリースポット 美ら花 2p
- テレワークを体験して 3p
- 調べてみました 配送サービス 4p
- 会員さんお宅訪問記「国吉修さん」 5p
- 会員投稿 新後礼子さん 6p
- 浦添市体育功労賞 7p
- お知らせ 冲脊協から 7p
- 編集後記 7p



ピアサポーター養成講座～受講しました～

2月19日(月)午後、てだこホール多目的室2で講師2名を招き「ピアサポート養成講座」が初めて開催され沖脊協会員をはじめ30名近くの方が参加されました。



目的は同じ障がいを持つ同士による相談活動(ピアサポート)を担い手とする「ピアサポーター」の人材育成です。

最初の講師は沖縄市障がい者福祉協議会理事長の平田聖人さん。テーマは「ピアサポート活動を振り返って」～ピアサポートセンターつなぎの取り組みと課題～。

自己紹介から福祉活動の経緯、その自身の経験を通してピアサポートのことを話してくれました。その中で印象に残ったのはピアサポートの失敗例で、進学のためにサポートしてあげた方が結局学校を辞めてしまったという話です。サポートする側が手続きの期日を気にして進めたが本人の意向を十分にくみ取れなかった。本人の為には余裕を持ってもう1年待ってからでもよかったのではと。

私も過去に何度かピアサポートに関わったことがあり、本人や家族のお役に立てればと思って色々アドバイスしたこともあります。今振り返ってみると本人の意向をちゃんとくみ取っていたのだろうか、自分の言いたいことだけ話してい

たのではと反省する思いがあります。

続いての講師は沖縄リハビリテーションセンター病院医療ソーシャルワーカーの大城将平さん。テーマは「医療ソーシャルワーカーの役割と連携」。

脊髄損傷者の動向データを交え病院の紹介をし、医療ソーシャルワーカーとは、その業務とはを説明してくれました。ピアサポートについては、沖脊協が関わる例もあるが入院・外来において他院より脊髄損傷者が多くいることで自然と当事者同士が繋がる場面が多く、そこから更に繋がりが広がりをみせることもあるというのが県内の他の病院と比べて特徴的でした。

私も受傷後県外の脊髄専門の病院に入院し治療とリハビリしたことがあります。脊髄損傷者が多いので自然と同じ障がいの患者同士集まりました。ただたわいもない話から情報交換、今後について相談しあった覚えがあります。

講座の最後に仲根理事長からピアサポートシステムの説明がありました。現在、ITサポートおきなわでシステムの作成中だそうです。ピアサポートの活動データをまとめることで当事者の悩みやニーズが理解しやすくなり、今後の私たちの活動に役立てることができるようになることでしょう。(大城一志)



『ピアサポーター』って何??

例えば、事故や病気によってある日突然、脊髄損傷になってしまった。二度と元の身体に戻ることはない重度の障害。この先この身体で家族と一緒に元の生活に戻れるのか、これから一体どのような生活が待ち受けているのか、社会活動ができるのか、仕事は、生活費は…。

脊髄損傷者の心の痛みを一番よく理解できるのは、やはり同じ脊髄損傷者です。この事が正に、

ピアサポートを行う上で最も重要な視点です。この貴重な経験の持ち主こそがピアサポーターとなり、同じ仲間による精神的な支援と、情報面の支援を受ける事で、数々の困難に遭遇しても、自ら明日を切り開けるのです。

可能な限り幸せな生活をして欲しいという思いで応援します。そしてピアサポーター自身も、他者を応援することで、深みのある豊かな人生づくりにつながることになるのです。



美ら花



今回お邪魔したのは、名護市幸喜にある沖縄そばと沖縄料理の店「美ら花」。沖縄県産の新鮮野菜と、こだわりの自家製麺を使用した、地元でも人気のお食事処です。

観光バスも入れる広い駐車場は、もちろん車イス用駐車スペースもあります。店舗入り口の左側にスロープが付いており、店内も広々。車イスでもスイスイ移動ができます。

私が注文したのは、アーサそば。アーサがのっているのはもちろん、アーサの天ぷらに、アーサが練りこまれた麺。あっさりとしたスープにはアーサの香りがふんわりとのっています。

そして沖縄そばと言えば三枚肉旨がぎゅっ



と染み込んで、とってもやわらかいです。一口食べると、口の中でほろほろと溶けていきます。

夜は居酒屋としても利用でき、テレビのから揚げ、島豆腐の厚揚げなんかをおつまみに、お好きな泡盛で一杯、というのもいいですね。

1つ残念だったのは、車イス対応トイレ。2つ設置しているまでは良かったのですが、個室に手すりが無く、乗り移りがちょっと大変。車イスユーザーにとって、広さも重要ではありますが、手すりが無いと乗り移りができない方も多いため、今後の設置を期待したい所です。



住所：名護市字幸喜111-1

TEL：0980-53-0331

時間：ランチ 11:00~15:30

居酒屋 17:00~23:00

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 HP http://www.ryukyu-chiryoin.com/

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号室
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

テレワーク を 体験して



大城一志さん

昨年の10月からITサポートおきなわの就労支援移行を利用しています。在宅でできるのが私にとって大きな魅力でした。

12月までは週に1~2回ほど事業所に通所していま

したが、年明けから貸与してもらったパソコンを使い週2~3回の在宅利用と週1回の通所をしています。

通所の場合わからないことは直接訪ねて、在宅利用の場合は主にスカイプやチャットワークを使いコミュニケーションを取っています。ただそれらに不慣れなのでいまだに操作をするときは少し緊張します。更にわからないことや困ったときはリモート操作で助けてもらっています。

在宅利用は私にとって都合の良いことが多いですが、少し距離間を感じることもあるので週1回の通所の時には事業所の皆さんとの直接のコミュニケーションを楽しむようにしたいです。(大城)



上間智也さん

今まで、ネットサーフィンはやってきましたが、メール、ましてやテレビ電話等、ほとんどやったことがありません。ITサポートでは、訓練の一環としてSkype、チャットワークを使いますが苦手意識がなかなかとれません。

しかし、訓練で使うことで、少し慣れてきました。車椅子の自分にとってテレワークは便利で、家にいながら今日やる訓練の指示が貰えるし、間違った個所を指示して貰えます。特に通学しないで済むのがいいですね。自分はデータ添付の送受信が特に苦手です。送られてきたデータを開くのにドギマギしてしまいますし、送ったら届いたのか不安になります。しかし、ITの皆さんに指摘してもらいながら日々奮闘しています。自分にとってテレワークは便利なアイテムの一つとなりそうです。(上間)



又吉季美さん

テレワークという言葉の意味は知っていてもどういう風に業務を行うんだろうと思い、実際に経験して分かった事は、常にSkypeで繋がった状態でいつでもやり取りでき、事業所にいる時と同じように業務を行える環境でした。たまに通信状態が悪くSkypeが繋がらなくなった時は、チャットなどで対応しているので安心です。

在宅の日は通勤の必要がない分、始業時間までゆったり過ごしています。

ただ毎日、在宅となると寂しい気もしますが、私の場合、週に2日通所して他のスタッフとのお昼休みやおしゃべりを楽しんでいます。

一人だと集中しすぎて休憩を忘れがちですが…これからも頑張っていきます。(又吉)

テレワークとは?

テレワークとは、情報通信技術 (ICT=Information and Communication Technology) を活用した、

場所や時間にとらわれない柔軟な働き方のことで、「tele = 離れた所」と「work = 働く」をあわせた造語です。

国では「働き方改革」と銘打って、テレワークを強く推進しています。その理由・効果は①オフィスコストの削減：パーパーレス、オフィススペース等のコスト。通勤・交通の時間ロス対策②ワークライフバランス：家族と過ごす時間、自己啓発などの時間を増やす。③雇用の創出と労働力創造：通勤が困難な障がい者、遠方居住者などの新規雇用。などがあります。在宅勤務に限ること外出先すべてでワークするなど多様な働き方を広げる施策が広がってきています。

沖縄での障がい者テレワーク

その国の施策もあり、就労支援事業におけるテレワーク活用は就労継続A型とB型が平成24年から、

就労移行支援は平成27年から利用が認められていて、沖縄県では「障がい者ITサポートおきなわ」が初利用者を出して先駆的に取り組んできたといえます。

その追い風から、ITサポートおきなわから、初のテレワーク就労での採用者が出るなど一歩一歩進んできていることはうれしい限りです。

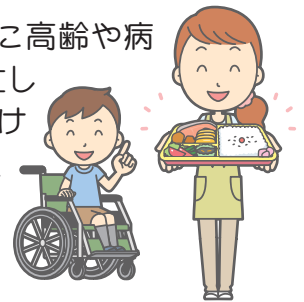


調べてみました - 知ってますか?? - 配食サービス

「命は食から」というように、私たちの健康を維持する上で、食生活は重要なものです。できれば栄養バランスのいい食事を摂りたいものですが、毎日のこととなると、メニューを考えたり、買い物に出かけたりするのは、なかなか大変ですよね。

そんな方のために「配食サービス」があります。

配食サービスは、主に高齢や病気で自炊が難しい方や忙しく作る時間がない方向けのお弁当宅配サービスで、代表的なところでは「コープおきなわ」の夕食宅配サービス、



沖縄の食材を使った健康食「わだや」などがあり、栄養士が考えた健康的でバラエティ豊富なメニューを、毎日食べることができます。

配送以外にも、高齢者の安否確認や見守り活動をしている企業も多く、一人暮らしの高齢者や、車イスユーザーにとって、嬉しいサポートもあります。

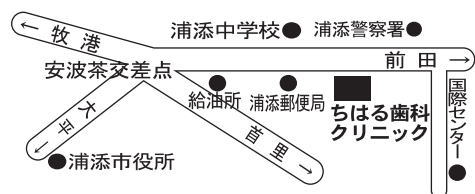
65歳以上のシニアに限り介護保険制度で一部補助が出る自治体はあるものの、残念ながら障がい者への配食費補助はありませんでした。しかし、各市町村(宜野湾市・浦添市・那覇市)へ問い合わせたところ、「今すぐに、というのは難しいけれど、障がい者向けの配食サービスも検討していきたい」と前向きな返答を頂くことができました。

これから障がい者向け配食サービスが広がる日もそう遠くないのかもしれない。

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。

「くによし おさむ 国吉 修さん」

会員さん お宅訪問記



今回の会員宅訪問は国吉修さん。

7年前の2011年東日本大震災のあった数か月後の54歳の時に腰の痛みから、病院でのMRIによって脊髄腫瘍があると診断。それも30万人に1人の確率という状況に驚きと狼狽。県内では手術が難しいという事で県外での治療先探しに奮闘し、横浜市立病院にたどり着き、その年の12月に手術。それでも痛みが続いたので帰沖してペイン治療等に通っているとのことでした。県外病院暮らしでは、経費負担も多く困窮したようです。

現在困っていることを聞くと「歩行はできるが、腰を起こしてると直ぐに腰が痛くなり、リクライニングして腰を休めないと生活できない状態。なので車いすもリクライニング式になってしまい大きいので外出等が大変。車の運転もしたいが10分持たない。特に、ペインクリニック通院に介護タクシー利用していて、経費負担が大きいことと、仕事や介護に負担の大きい妻に同行するのも恐びない。通院介助のサービスを利用できないだろうか」と深刻な悩み状態でした。ちなみに訪問介護サービス利用のために自立支援給付の申請中とのこと。今後は、相談支援専門員等の支援でどうか困り感を解消



していきたいと前向きなお声でした。

家族は妻と三男の3名で同居。長男、次男は県外にいて孫も4名。4月には三男が大学卒業して社会人になるとの事で、父として一定の責任は終了するので晴れ晴れしいと喜んでいました。

今はやーぐまい状態だけど、若い時で「第1回那覇マラソン」に出場して完走する等スポーツマンだったのが自慢。これからはアーチェリーやテニスといった余暇スポーツもやってみたい。さらには自宅での仕事の可能性があればチャレンジもしてみたいと明かるい国吉さんでした。



インタビューを通して強く感じた課題
～超高度救急医療を沖縄で！～

離島県沖縄の医療問題で、どうしても治療やリハビリのために県外での入院生活をさげるをえない例があります。頸髄損傷の方は特に大変です。経費負担は大きく、患者本人はもちろんのこと、家族の負担も多大で、仕事を辞めなければならない場合もあります。超高度救急医療が沖縄県内でも受けることができれば「歩いてかえる」ことができる症例が多くなると思います。



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。



会員投稿

しんご れいこ

新後礼子 さん

私自身の事を自己紹介がてら断片的ではありますが書き綴ってみたいと思います。

まず、私が腰部に障害をきたすようになったのは63歳になった時からである。歩くのがおぼつかなくなり、やがて足や腰に異常をきたし車椅子を利用するようになっていた。それでも、何とか元通りに歩けるようになりたいとの思いが強かった。通院していた担当医師とも相談しながら精密検査を受けた。その結果、病名は腰部脊柱管狭窄症であった。手術に不安を感じていた私に先生は、「これまで同様な手術を何例も行って来ており自信はあります」との事だったので、全幅の信頼で先生の手術を受けたのである。

しかし、一つだけ気になったのは、先生からの「手術後に歩けるようになる補償はありませんよ」と申し渡されたことでした。不安は的中してしまいました。手術して3週間が経過しても歩けるようになる気配は全くありません。私の心は時の経過とともに折れそうになりましたが、まだ、何とかなると県内最高権威の医師達のいる病院を探して第二オペオンを求めて歩き回りました。

しかし、私のかすかな望みとは裏腹にそこには最終通告ともとれる、腰痛の治る見込みのない胸靭損傷（最初の子供を出産するときに受けた心臓手術の後遺症・胸から糸のようなものが出て腰につながっている）があることが分かりました。それからというのは、心の持ち方を変えて車椅子が手放せない生活を受け入れて生きて行く道でした。

私は元気なころから自分で決めたことはや



り遂げようという性格で、運転免許を20代に取り、主人の仕事のお手伝いをして大阪市内を車で駆け回ったりしたものです。そして、時間的なゆとりが出来てからは大阪の人達で作っていた沖縄民謡グループに参加して三味線を習い始めました。熱心な沖縄ファンのグループリーダーのおかげで私も民謡が弾けるようになり、数名のグループの皆さんと一緒に大阪県内外の老人ホームでの慰問演奏を年間で10回程度の割でやってきました。沖縄民謡の演奏という事で、リーダーは私が沖縄出身だという事で、演奏の始まる前に、「礼子さん、うちな一口で挨拶しなさい」と真っ先に出番を振ってくれたりしました。そこで私は「ハイサイグスヨー・・・」と。

このような事もあったりして、10数年前に大阪から生まれ故郷の沖縄へ戻って来てからは早速、民謡を本格的に学ぼうと民謡クラブの門をたたきました。弟が民謡をやっていたこともあり、刺激を受けて私の腕もメキメキ上達し、沖縄タイムス後援の沖縄民謡保存協会による民謡審査で新人賞、優秀賞、そして、10年後には最高賞までたどり着きました。

楽しい事をやっているのと、無我夢中になり不自由な事等思い出す暇もありません。実際に、車椅子での移動は不自由な面が多々ありますが、それを口実にしては物事が前に進みません。今では施設の方々の手厚い介助もあり、又、主人のヘルプ（車への乗り降り）で電動車椅子、身体障害者専用自動車を運転して食事や買い物などをする事が日常的になっています。

もう一つの楽しみと言えば、大阪にいる娘から送られてくる孫達の動画・写真を見たり、そして、スマホで会話するのが楽しみに加わりました。



—沖繩ハリケーンズ— 浦添市体育功労賞！

2018年2月24日土曜日。浦添市社会福祉センターにて「平成29年度浦添市体育協会功労賞等表彰式」が行われ、車イスラグビー（ウィルチェアラグビー）チーム、沖繩ハリケーンズが表彰されました。

受賞したのは、優秀指導者賞として仲里進（なかざとしん）さん。優秀選手賞（団体）として、沖繩ハリケーンズです。

沖繩ハリケーンズは、過去に全国大会でも2度優勝した事があります。

現在も選手、スタッフ、ボランティアを募集中との事ですので、興味のある方は是非、車イススポーツの世界へ触れて見て下さい。



年会費支払いのおねがい

沖脊協の会活動（同じ脊損仲間の相談・支援やイベント準備）や事務局の運営は、みなさんの会費でまかなわれております。年会費のお支払いがまだの方はお早めにお願ひします。なお、金銭的に余裕がない方はご相談も受け付けております。お気軽に事務所へお問い合わせ下さい。

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

賛助会員（個人）
一口 3,000円

賛助会員（団体）
一口 5,000円



① 沖繩銀行



沖脊協から

沖繩県脊髄損傷者協会 平成30年度総会

日時：5月19日（土）15：30～17：30
会場：サン・アビリティーズうらそえ
※詳細は後日案内文を送付します。

全国脊髄損傷者連合会第17回全国総会 石川県大会参加呼びかけ

毎年恒例の全国総会は石川県金沢市での開催です。参加希望又は関心のある方は事務局にお問い合わせください。

日時：平成30年6月8日（金）～10日（日）
会場：石川県立音楽堂交流ホール
※旅費の半額負担を予定しています。

4月から重度訪問介護の 訪問先が拡大されます。

平成30年4月障害者福祉制度の改正があります。その一つに、「重度訪問介護」について、四肢マヒ等の頸髄損傷者が入院する際にも利用（現に利用している方）できるようになります。詳細は各市町村福祉窓口にお問い合わせください。

編集後記

今回の表紙にもなっているウィルチェアラグビーチーム沖繩ハリケーンズの表彰式に参加し、写真を撮らせて頂きました。カッコよく撮れているでしょうか？(笑)これからも、しゃりんのご愛読宜しくお願ひします。(又吉)

楽天銀行 第二営業支店（普通）7104311
トクビ）オキナワケンセキズイソシヨウシャキョウカイ

沖繩銀行 石嶺支店（普通）1520193
特非）沖繩県脊髄損傷者協会 理事長 仲根 建作

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