

# ODA おしやりん

第 149 号 拡大号

2021 発行  
1月

会員さんお宅訪問記

小嶋晴樹さん

2p

2021 丑年おめでとございます／あんやたん写真館

3p

会員のデジタルネットワークワーク化を目指します

4p

コロナ禍における各障がい者スポーツ団体活動のようす

5p

バリアフリーなまちづくりを目指して

6-7p

活動アラカルト

全国的な脊損者の実態調査に向けた検討会議／障がい者のテックフロ  
ジー活用の働き方検証活動に助成／観光バリアフリー体験ツアーで  
講師参加／障害者差別に関する相談員研修のオンライン運営

職員紹介

8p

車いすユーザーでも着脱楽々、ユニクロが前あきインナーネット販売開始

スマホネット接続不要！音で操作シーリングライト  
IoTサポート事例：支援機器を活用した生活のようす

バリアフリースポット／お悔やみ／編集後記

11p

12p

10p

NPO法人 沖縄県脊髄損傷者協会 TEL.098-961-6715/FAX.098-961-6716  
〒901-2121 沖縄県浦添市内間5丁目4番3号 ハウジングシーサー101号  
E-mail office@okisekikyo.com  
ホームページ http://okisekikyo.com/  
facebook https://fb.com/okisekikyo Skype ID:okisekikyo



会員さん  
お宅訪問記

こじま はる き  
小嶋 晴樹さん

「家族との穏やかな日々幸せ感じます。」

熊本県八代市出身。3人兄弟の長男。

19歳で航空自衛隊に入隊。平成11年に沖縄県恩納村分屯基地に配属。具志川市に住んでいた妻と平成12年に出会い。1年後、22歳の時に妻と結婚。2002年に長女、2007年に長男に恵まれました。

平成21年2009年7月に県立武道館で行われた柔道職域対抗戦で、100\*もあると思われる米軍人に背負い投げを仕掛けたところ、頭から前のめりに畳に打ち付けてしまい、その瞬間から意識がなく、会場に居合わせた消防隊員の心臓マッサージ等を受けて救急で南部医療センターに。2日後に意識が戻りました。後から思うと消防隊員の処置がなければ助からなかったかもしれないのでラッキーでした。その後の転院先がなかなか見つからず困っていたところ、当時、福岡県飯塚市にある「国立せき損センター」に同級生がたまたま勤務していたので入院手続きのサポートを受けて5か月後には転院することができました。同時に家族と妻の母も一緒に病院近くで暮らしをスタートさせ2年程度住みました。

せき損センター退院後の暮らしについて、九州ではまわりに頼れる環境がなく、暮らしは不安で、介護や子どもの学校のことを考え、また、寒さに弱かったこともあり、沖縄の具志川に戻ることを決めました。その時は長女が3年生、長男は4歳の時でした。

沖縄での暮らしをスタートさせるために自宅をバリアフリーに改修。また、同じ会員で読谷村在の宮城幸春さんのアドバイスを受けIT機器の環境整備を行いました。



現在の福祉サービス利用状況は支援区分6を受けて、週1回は生活介護(デイサービス)し、週に2回訪問看護

サービスで排泄支援。重度訪問介護で入浴を週4回(2人)、その他移動支援を使って1日車いすに朝から夜まで乗っている時もあります。

褥瘡は体重減少するとできてしまう傾向があるので毎日おしりチェックして注意しています。外出機会は子どもの学校で“読み聞かせ”をしたり、クラブ活動見学などで行く機会が多いのですが、最近はコロナ禍で制限が多く行けない状況です。近くの海岸に散歩するようにしているとのこと。

日々の中で心がけていることについては、関節拘縮にならないように妻にストレッチ的に毎日動かすようにして体調管理をしながら、穏やかに過ごしているようでした。

今後は、今の生活を維持しつつ、同じ障害の立場の方々に良い影響を与えられるようにピアサポート活動できたらと話されていました。

訪問した時は12月で、クリスマス装飾で家族写真も多く。温かみのあるご家族の温かみを強く感じた会員訪問でした。



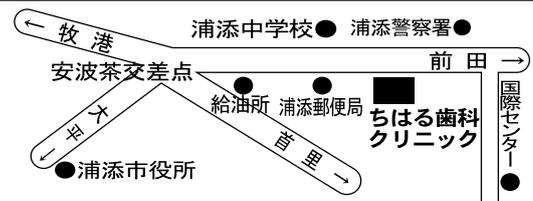
ちはる歯科クリニック  
CHIHARU DENTAL CLINIC

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。

## 2021年おめでとろございます。



昨年1年間は残念ながら新型コロナウイルスの影響で混乱、不安な日々送られたことと案じます。特に麻痺により気管支不安や基礎疾患が多い脊損者にとって戦々恐々の毎日で不要不急の外出は避け日々を穏やかに過ごしたと存じます。

昨年12月初旬に会員であり、車いすインバスケに共に汗を流した長年の友である岸本政弘氏が亡くなりました。病気で入院中だったようですが、コロナ禍だったことで家族も付き添いどころか面会もできずじまい。仲間も看取ることができませんでした。残念でたまりません。多くの方が悲しい別れをしたことと思います。チクショウ!!!という言葉以外見当たりま

せん。それでも彼は、天国で沖脊協活動を温かく見つめてくれるものと思います。

活動、行事の多くが止まってしまいました。新年会も見通しが立たないことから延期となっていますが、この機会だからこそ会員の繋がり強化として「メールやオンライン通信の会員ネットワークを構築しよう!」と役員で取り組もうと決めました!近く会員の皆様にもご連絡が行くと思いますのでご賛同ください。

来る2021年は、コロナ禍を皆で乗り越えて、明るく笑顔に満ちた年にしたい——そんな思いを込めて、新型コロナウイルス感染症の一日も早い収束を祈念申し上げまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

NPO 法人沖縄県脊髄損傷者協会理事長  
仲根 健作



## あんやたん写真館



沖脊協が任意団体から発足して35周年を迎えたことを記念して、昔のスナップ写真を解説と共に紹介します。

2枚の写真は1992年(平成4年)12月5日の忘年会の様子です。

当時のしゃりん9号によると場所は恩納マリレビューパレス。参加者約50名と今では考えられない数字です。当時は「ちょっと遠出をするホテルに泊まりがけで過ごし、日をまたいで帰る」という忘年会をよく行っ

ていました。カラオケもレーザーディスクで時代を感じます。左上の写真は先月亡くなった岸本政弘さん。いつもは着ることのないYシャツにネクタイをピシッと着て気合い入れていました。

右の写真は誰かの部屋に集まった二次会の様子。車いすをたくさん入れるために奥様方の力でベッドを移動してスペースを確保し、オジさん達は遅くまで酒を飲みながら同じ話を延々とやっていたよき時代でした。狭い部屋で熱気ムンムン、タバコもガンガン吸っていたので換気のために少し空けた窓から入ってくる冷たい空気が心地よかったのを覚えています。



左奥から:山城さん、砂川さん、比嘉純三さん  
枝川さん、岸本さん、平山さん。  
左手前から:宮平さん、るり子さん?

# 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4-17-25 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がありますので、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

# ご協力ください! 会員のデジタルネットワーク化を目指します

コロナ禍で感染対策によって進展した一つに「テレワーク」があります。

障がい者ITサポートおきなわでも以前から取り組んでいましたが、移動困難な車椅子ユーザーだけでなく、精神や発達障がいのスタッフも取り組むことになり、テレワークが“仕方なく”から“必然”に社会変革してきました。

この社会変革を受け国は「デジタル化社会」に向けての政策方針を打ち出しました。

**障害者手帳（身体・療育・精神）のカード化について**

- 大分県では、令和2年10月から、カード型の障害者手帳の発行を開始します。
- 新規、更新及び再交付申請時に、カード型が従来の紙型のいずれかを選択し、交付申請することができます。
- 交付申請の受付は、令和2年9月23日からお住まいの市町村で開始します。

**カード型手帳の概要**

カードは、運転免許証と同様のサイズで、従来の紙型の手帳よりも耐久性や携帯性に優れています。



お問い合わせ先  
大分県障害福祉課 電話：097-504-2722  
大分県こころとからだの相談支援センター 電話：097-541-5276  
各市町村障害福祉課

例えば、私たち障がい者制度でいえば「**身体障害者手帳のカード化**」が予想されます。ちなみに、東京都・大分県は10月からはじまっています。それに伴い、車椅子製作（補装具申請）、日常生活給付用具の申請といった行政窓口申請もデジタル申請になるなど、わざわざ役所に出向かなくてもよくなるなど手続きが簡素化される傾向になります。場合によってはオンラインでの動画通話を使った確認などもあるかもしれません。移動困難な脊髄損傷の私たちにとって追い風となってほしいと思います。しかし、高位頸髄損傷（C4等）はパソコンそのものを使うための情報支援機器活用が重要で、情報弱者（情報格差によってデジタル社会に取り残されてしまう者）とならないようサポート体制を整えることも大切です。

そこで、**沖脊協**では「**会員のデジタルネットワーク化**」を最重要目標とすることにしました。

**2021年3月**までには**全ての会員がメールでのネットワーク構築**を目指し、次の段階でオンラインツールの「Zoom」でつながる仕組みを構築したいと考えております。

各会員の承諾を基に取り組むこととなります。場合によっては難しい会員もでてくることも想定されますが趣旨にご理解いただき、照会があった場合はご協力くださいますようお願いいたします。



## 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。

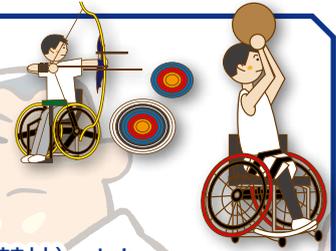


# 0120-680-006

フリーダイヤル

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

# コロナ禍における各障がい者 スポーツ団体活動のようす



コロナ禍における車いすスポーツ団体の活動状況をまとめてみました。  
練習は練習施設の閉鎖に左右されるケースが多いようです。(特に団体競技) また、  
今年の大会は中止・延期がほとんどで、コロナの影響が大きいことがうかがえます。

団 体 名	練 習	大 会
車いす ツインバスケットボー ルチーム 沖縄フェニックス	現在は通常通り練習中。 緊急事態宣言中は休止。(練習 施設の閉鎖・または自粛)	今年度の大会等は中止。今後に ついては状況により開催の判 断。
沖縄県身体障害者 アーチェリー協会	現在は通常通り練習中。 競技がオープンな場所で行う ことから、影響はない。ただし、 練習会場の閉鎖に伴う休止は あり。	今年度の大会等は中止・延期。 今後についても状況により開 催の判断を行う。
沖縄県 車椅子陸上クラブ タートルズ	現在は合同練習、自主練習とも に行っている。参加者は半分く らいに減少している。時間差練 習することで密にならないよ うに。	今年度の大会等は中止・延期。 大分国際車いすマラソンは国 内選手のみ縮小して開催。 タートルズからは招待選手の み参加。今後についても状況に より開催の判断を行う。
車いす ラグビーチーム Okinawa Hurricanes	現在は通常通り練習中。 緊急事態宣言中は休止。練習施 設の閉鎖による休止もあった。	今年度の大会等は中止・延期。 今後についても状況により開 催の判断を行う。
車椅子 バスケットボール チーム SEASIRS	現在は通常通り練習中。 緊急事態宣言中などは断続的 に休止。練習施設の閉鎖による 休止もあった。一部学校・団体 のスポーツイベントに参加。	今年度の大会等は中止・延期。 来年5月に九州予選の予定。 状況により開催の判断を行う。

## しゃりん寄稿のお願い

沖縄協では、しゃりんへの寄稿を募集しております。ご自身の褥そう体験や会  
員の皆さまへのニュースネタ、自己紹介、雑記など幅広く募集いたしております。  
お気軽に寄稿できるよう、必要項目を入力するだけで事務局へ記  
事が送られるオンラインフォームも用意しております。  
ホームページからも受け付けております。

オンラインフォーム <https://bit.ly/2AZtLH8> ▶



# バリアフリーなまちづくりを目指して

～これまでの活動を振り返って～

10月から浦添市で2つのバリアフリー施策「浦添市福祉のまちづくり条例」と「浦添市パーキングパーミット制度」がスタートするなど、沖縄のまちがバリアフリー社会に一歩ずつ前進しています。

沖縄におけるバリアフリー施策「福祉のまちづくり条例」は、沖縄県と石垣市が平成9年、那覇市が平成11年に制定。脊損者にとって重要なパーキングパーミット制度は、「那覇市身体障がい者用駐車場利用認定証交付要綱」が平成25年施行。

そして、令和2年度に「那覇市バリアフリー基本構想」が示され、都市計画としてバリアフリー施策が推進されることになりました。



沖縄県、那覇市のバリアフリー計画関連の研究・検討の場には沖脊協として参画し、一定程度は“当事者の声”で意見提言することができたと思います。昨今では大規模な公共施設を整備する際には事前に計画段階から意見を聞く機会を設けるようになってきています。

例として「ゆいレール」等は計画段階と整備後のモニタリングを適時行って、結果、全国的にバリアフリー整備が高く評価されています。

しかしながら不十分だったり問題だったりすることも多々。「那覇市版パーキングパーミット制度」では意見反映がなされないまま始まってしまい、悔いを残しました。平成13年にあった「沖縄県総合福祉センター新建設での福祉のまちづくり条例不適合問題」はマスコミにも大きく取り扱われ「当事者の声の反映」のあり方が強く問われました。以外にも紆余曲折いろいろと社会問題化した出来事も数多くありました。

今後も車いすユーザーの当事者団体として、バリアフリー社会づくりに貢献できるように行動します。



ノンステップバス導入率8年前までは0%だったのが、「今は72%と関東に次ぎ2位！  
旅客船は74%と全国一高い



昨年に沖縄県に要望書を提出していた「沖縄県福祉のまちづくり審議会の早期開催」について、沖縄県障害福祉課主管で審議会がスタートしました。審議の焦点は「沖縄県パーキングパーミット制度」。審議会委員として山川朝教理事が参画しているので経過報告させていただきます。

去った10月20日に『沖縄県福祉のまちづくり協議会』に初めて参加してきました。主な議題がパーキングパーミット制度(以降「PP」)の導入について。全国では既に37府県で導入が進んでおり、沖縄は遅れている。沖縄県内でのPPの推定対象者は14.2万人余り。PPを導入した際の推定発行数は3.3万人余りで全国平均を上回っている一方、駐車区画数は他府県の水準より低い状況。浦添市と那覇市が県に先立ってPPの導入を実施しているが統一されたルールが無く、浦添市ではこう、那覇市ではこうと市をまたいでルールが異なるため、利用者にとって不便。早急に県主導で一括したルールの元で導入をするべきだと思った。導入に際しては、駐車区画の確保や利用対象者の選定基準、民間事業者への負担など課題がある。また車社会沖縄ではPP導入済みの他府県の駐車区画確保実績数より多くの区画が必要とも報告されている。課題山積で一筋縄では行かない状況のPPではあるが、当事者の立場から必要性を訴えていき、社会全体で調整しながら、みんなが利用しやすい制度にしていく必要があると思いました。

▶浦添市パーキング・パーミット制度

## パーキング・パーミット制度が10月からスタートします。

市では障がい者・妊産婦など「移動に配慮が必要で下記の基準に該当する人」に利用認定証を交付する「パーキング・パーミット制度」を開始します。利用証の申請受付は10月1日からです。(予定)

### ■対象者(予定)と確認書類

対象者	確認書類
①身体障がい者 視覚(4級以上)、上肢(2級以上)、 下肢(6級以上)、新上肢(2級以上)、 脳脊下肢(6級以上)、内臓機能(4級以上)	身体障害者手帳
②知的障がい者 障害の程度がA2以上の人	療育手帳
③精神障がい者 精神障害者保健福祉手帳1級の人	精神障害者保健福祉手帳
④難病患者 特定医療費(指定難病)受給者および 小児慢性特定疾病医療受給者	各受給者証
⑤高齢者 要介護度1~5の人	介護保険被保険者証
⑥妊産婦 妊娠7か月~出産後3か月までの人	母子健康手帳
⑦けが人等 けが等その他歩行に支障がある人	医師の診断書又は意見書

※市役所3階 障がい福祉課窓口で申請できます。(郵送可)

### ■利用証と使い方



【有効期間5年】  
身体障がい者、高齢者、  
知的障がい者、難病者用



【有効期間1年未満】  
妊産婦、けが人用



【利用証の使用例】  
駐車スペースを利用する際に、ルームミラーなど外側から見やすい位置に吊り下げて提示してください。

### ■利用上の留意事項

- 駐車場に空きがない場合は、障害者等用駐車区画に駐車できないことがあります。
- 体調が良い、同乗者の介助などにより歩行や乗降に支障がないときは、車椅子利用者など、より歩行が困難な人のために、一般の駐車場に駐車をお願いします。
- この制度にご協力いただいている施設については市ホームページ障がい福祉課のページでご確認ください。

### パーキング・パーミット制度協力施設 募集中!

市では、パーキング・パーミット制度の趣旨にご賛同、ご協力いただける施設・事業所を募集しています。下記までお問い合わせください。



【申し込み・問い合わせ】  
障がい福祉係(市役所3階) ☎(876)1267



民間車検場(沖指第590号)/(株)ミクニライフ&オート総合代理店

# ニッシン自動車工業沖縄

身体障がい者用自動車運転装置・福祉車両製作・販売・レンタカー・車検・一般修理・板金塗装

TEL: (098) 958-6556  
FAX: (098) 958-6522

〒904-0302 沖縄県中頭郡読谷村喜名 219  
E-mail: info@nissin-okinawa.info

代表 山城 貞二

# 活動アラカルト

## 全国的な脊損者の 実態調査に向けた検討会議

11月8日(日)に日本せきずい基金主催での「脊損者の実態調査に向けた検討会議」に日帰り出席して沖縄県でこれまで4回実施した「脊損者の生活状況実態調査」も参考にすることから、概要説明



しました。全国の脊損医療に精通した先生方が出席されていて、国際比較や学術的評価といった意見提言もありながら、設問は多数にならないように基礎的実態把握を軸にした設問設定とする方向になりました。

まだまだ検討が必要で継続して参画します。

## 障がい者のテクノロジー活用 働き方検証活動に助成



「第23回源河朝明記念 那覇市社会福祉基金助成」の授与式に出席しました。いただいた助成金は「テクノロジーによる

重度障がい者等の働き方試行的事業」で、分身ロボットOriHimeを活用し、最重度障がい者の在宅ワークを試行的に沖縄で取り組むという内容です。しっかりと創造した取り組みにしたいと思います。ありがとうございました!

※OriHimeを操作するパイロットは会員の具志壮士さんです。詳細は次号で報告します。

## 観光バリアフリー体験ツアーで講師参加

11月30日(月)観光産業に携わる方々のバリアフリー体験セミナーに当事者講師として仲根理事長と山川理事が参加してきました。



健常者だとういうところが気付きにくいんだと、逆に気付かされて、こちらも勉強になりました。平和通り商店街のバリアフリーへの取り組みが進んでいることも驚きと感動!

参加されたみなさんが、障がい者の観光客へ接する際の参考になるとうれいすね!

## 障害者差別に関する 相談員研修のオンライン運営

「沖縄県共生社会条例」の推進を図るための障害者支援相談に関わる方々を対象として、毎年開催されている研修です。この研修



事業を今年度は沖縄広告(株)と沖脊協との共同受託することになりました。オンライン研修の部分を中心に沖脊協が担い運営。12/3,10,11,18日の運営拠点を障がい者ITサポートおきなわで実施。初のオンライン研修運営でしたが、参加者は募集定員枠を超えるなど好評。初めてでしたが、ハプニングも少なく成功裡に終わることができました。

### 職員紹介



【所属】障がい者ITサポートおきなわ

【名前】古堅 拓身

【血液型】B型

【年齢】30歳

【出身】生まれも育ちも首里

【趣味】音楽鑑賞、DVD・動画鑑賞、模写、ゲーム、筋トレ

【好きな色】サルビアブルー、ショッキングピンク

【これからの意気込み】今まで介護やパソコンを使った仕事をしたことがなかったのですが一人一人の困り事や心配に思っていることを一緒になって解決できるようになれば良いなという思いで障がい者ITサポートの職員になりました。学ぶことはたくさんありますが、他の職員と一緒にサポートしつつ自身の成長へと繋げてこれからの皆さんの夢実現をサポートできるよう頑張っていきたいと思います。

**R.C.Y.**  
Rehabilitation Clinic Yamaguchi

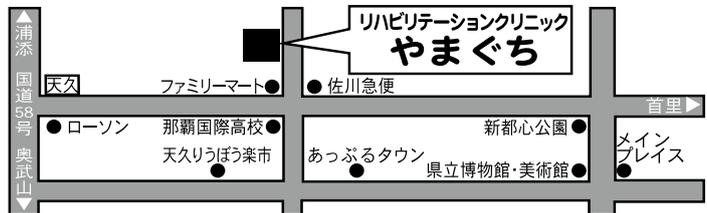
リハビリテーションクリニック  
**やまぐち**

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

あらび・癒し・元気を提供します。





2020年10月1日  
新規オープン!

就労継続支援B型  
IT特化型!在宅ワークも推進しています!

# 利用者募集

車いすでも手が不自由でもOK!  
車いす用トイレ完備!

時給 250円~

### 1日の流れ

- 9:30 朝礼
- 9:40 タッチタイピング  
作業開始
- 11:00 休憩
- 12:00 お昼休憩
- 13:00 タッチタイピング  
作業
- 14:00 休憩
- 15:00 ラジオ体操  
日報・メール
- 15:30 終礼・送迎開始

昼食提供あり  
150円

### 利用日時

- 月曜~金曜
- 9:30~15:30
- 移動困難の方、在宅利用可  
(県内全地域)

定員  
20名

那覇・浦添・宜野湾  
送迎  
あります!

### 仕事内容

パソコンを活用してのお仕事です  
データ入力 音声起こし DTP  
その他パソコンでの作業



見学・体験随時  
受け付けます!

お気軽にお問い合わせください

 障がい者ITサポートおきなわ  
Person with a disability IT Support Okinawa

〒901-2121  
浦添市内間5-4-3 ハウジングシーサー101

☎ 098-961-6715

✉ info@ict.okinawa

☎ 098-961-6716

🌐 https://ict.okinawa/

## 車いすユーザーでも着脱楽々、ユニクロが前あきインナーネット販売開始



比較的安価な値段でオシャレなファッションを展開するユニクロ (UNIQLO) から、体の不自由な人でも脱ぎ着がしやすい「前あきインナー」が発売されました。同商品は、これまでの商品の着脱に不自由を感じていた消費者から届いた一通の手紙が発端になり、医療や介護現場の市場調査を元に開発されたそう。私たちのような車いすユーザーや腕を上げ下げすることが困難な重度障がい者向けにさまざまな工夫がされています。

前あきTシャツは押しはめるだけのスナップボタンや面テープ (マジックテープ) などの2種類の閉め方を導入。また、背中の裾が前より長いため、車いすユーザーにありがちな「前にかがんだ時に背中から腰にかけて下着が丸見え」が起こりにくくなっている。

他に肌に優しいコットン素材利用や、縫いしろやタグなどの異物が肌にあたらないので褥瘡なりにくいのも特徴。通気性も抜群。色も5~6種類と幅が広い。



同シリーズの商品はソックスや女性向けに前あきブラ、子供向けの前あきインナーも用意されています。

一点気になるのは、購入はすべてネットでの注文受付という点。そのかわり購入前に実物を見たい方は、沖縄県内ではただ一箇所うるま市豊原にある「ユニクロ ABLOうるま店」でのみサンプルがあるそうなので、そちらへ足を運んで確認ください。

購入先のユニクロオンラインショップサイトのURLやQRコードを貼っておきますが、ネットショッピングが難しい方は事務局へご相談ください。

<https://bit.ly/349h3aJ>



## 100均ダイソーで見つけよう「おすすめ介護・福祉グッズ」

高額で購入した介護、福祉用具と同じような商品を100均店で遭遇した時の悔しさを感じたことが皆さんもあると思います。それって福祉用具だけではないですね。いかに100均店で揃えている商品メニューをチェックしていざというときに使えるかは重要です。そこで、会員の皆さんで100均をうまく活用している方々から情報提供をいただきたいです。今回は3つの商品をご紹介します。



### ① ストローコップ (写真: LIMO [リーモ])

ムセの防止におすすめなのが、ストローコップ。何かの拍子にうっかり倒しても中身がこぼれにくい、フタ付き仕様です。吸う力が弱い人は使えませんが、ムセることが多くなってきたという場合には使ってみてはいかがでしょうか。

「高価なタイプと何が違う?」

ストローコップの平均価格は1,000円ほどです。高価なタイプは、フタがより外れにくくなっていたり、ストローを外しても使えるようになっていたりします。

### ② 介護用コップ (写真: LIMO [リーモ])

ストローコップと併せてチェックしたいのが、介護用コップです。

握る力が弱くなってきた高齢者でも、このように取っ手が付いたコップなら使いやすく感じるでしょう。

介護コップの平均価格は1,000円ほどです。高価なタイプは次のような特徴があります。

- ・手に「よりフィットする」取っ手
- ・中に傾斜が付いており、少し傾けただけでも飲める
- ・底が広く、倒れにくい

### ③ うがい受け (写真: LIMO [リーモ])

ベッドで口腔ケアをおこなうなら、うがい受けがあると便利です。洗面器などでも代用できますが、うがい受けとして最適化された容器のほうが、ラクに使えて水もこぼしにくいですよ。

うがい受けは500~1,000円が平均価格です。高価なタイプはサイズが大きかったり手で持ちやすかったりといった特徴があります。



## お知らせ コロナ状況による行事等中止・延期

恒例の「春育協新年会」について、1月中での開催は行いません。3月初旬までに感染状況を確認の上、開

催可否のお知らせをいたします。

また、1/23土に開催予定でお知らせしていた「超福祉を考える対談」「WheeLog街歩きinおきなわ」はコロナ感染状況を勘案し「中止」と判断いたしましたのでお知らせします。

# ICT支援情報

## スマホ・ネット接続不要！声で操作シーリングライト



ついに出来ました！アイリスからリモコンを使わず声だけで点灯・消灯ができるシーリングライト発売。「声で家電を操作する」ことに関しては、これまでにさまざまな方法が世に出ていますが、そこには必ず「インターネット環境必須」「スマートフォンによるアプリが必要」という「デジタル難民にはものすごくハードルが高い条件」がつきまわっていました。

でも、このシーリングライトは、スマホやネット環境が不要で、ライト単体で音声を認識できる優れものです。

ネットに繋がなくてもいいため面倒な設定がいらず取り付け後すぐに「声」で照明を操作することができます。他にも色の調色が11段階、明るさの調整が10段階も調整することができ、LEDライトなので電気代もお得です。ただし近隣の電気店では販売しておらず、インターネットでしか購入できませんのでご注意ください。

アイリスオーヤマ商品ページ

アイリスオンラインショップ



商品が気になる方は、障がい者ITサポートセンター（担当：川田）までお気軽にご相談ください。

**障がい者ITサポートセンター：098-911-1930**

## ITサポート事例：支援機器を活用した生活のようす



ヘッドマスターと呼気スイッチでPC操作

手足を動かすことができないため、日常生活は車椅子やベッドの上で過ごすことが多い上里さんですが、支援機器を駆使して様々なIT機器を操作することができます。

通常はマウスとキーボードをつかって操作するパソコンも、マウスの代わりとなるヘッドマスターと呼気スイッチを用いることにより、WordやExcel、メール、LINEでのやり取りも行う事ができ、最近ではZoomを使っのミーティングも行っています。



また、環境制御装置とAmazon Alexaの連動をおこない、声だけでテレビの操作やエアコンの操作を自分のタイミングで行う事ができます。

最近ではGoogleのストリートビューを使い、自分で歩き回れない沖縄県内の各地ををドライブするように、パソコン上で見て回ることが楽しみの一つとなっています。



ストリートビューでドライブ気分

上里一之さんの様子は沖縄県障がい者ITサポートセンターのYouTubeにアップしておりますので、ぜひ見に来てください。

**YouTube** : <https://youtu.be/5kbMbkSr5Nw>





# 沖縄そば店の バリアフリースポットまとめ

【おすすめバリアフリー店】

**すば** // 沖縄そば店  
舗の情報発信「沖縄そば情報ポータル

サイトSOBA」があります。カテゴリー検索で「バリアフリー」があり、口コミ情報も面白いのでサイトを覗いてみてください。 <https://suba.okinawa/about>



お悔やみ  
謹んでご冥福をお祈り申し上げます。  
根原正行 (会員)  
岸本政弘 (会員)  
又吉 達  
(沖縄県リハビリテーションセンター病院院長代理)

**編集後記**  
コロナ禍で売上減少という話はよく聞きますが、何故か事業所では受注が増えています。確かにイベント周りの横断幕やチラシ印刷の類は売上が落ちていますが、他の仕事・売上とも上がっています。それが原因というのは言い訳ですが、しやりん10月発行ができず申し訳ありませんでした。

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 3,600円	<b>Rakuten 楽天銀行</b>	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ソシヨウシャキョウカイ
賛助会員 (個人) 一口 3,000円	<b>沖縄銀行</b>	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 健作
賛助会員 (団体) 一口 5,000円	<b>琉球銀行</b>	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 仲根健作

この広報誌は沖縄県社会福祉振興基金助成を受けて発行しています。