

ODA しかりん



今年の成人の日に娘と共に写した家族写真

たかみね ゆたか
今号の表紙：高嶺 豊さん

日本・アジアの障がい者社会参加促進に尽力された高嶺豊さん。障がい歴50年という節目に沖縄復帰50年と重ねて、歩んできた道のりを振り返った投稿を寄せてくれました。障がい者支援に没頭し様々なバリアに立ち向かい切り開いてきた正しく“生きざま”は凄いです。ご一読下さい。

contents

- | | | | |
|---------------------|---|----------|---|
| ・今号の表紙・会員投稿：高嶺 豊さん | 2 | ・理事長コラム | 7 |
| ・バリアフリースポット | 5 | ・活動アラカルト | 8 |
| ・ZOOM「沖脊協の未来を語る会」報告 | 5 | ・お知らせ | 8 |
| ・脊髄損傷の健康管理Ⅱ | 6 | ・編集後記 | 8 |

会員投稿

チャレンジの50年を振り返って

高嶺 豊

今年沖縄県は、本土復帰50周年を祝う行事がいくつも行われている。私の障害歴も50年を超えるので、当時の沖縄の事情も加えながら私の受傷後を振り返ってみたい。

私が受傷したのは、本土復帰前の1965年12月、17歳の高校生の時だった。以前にも本誌に寄稿したが当時の沖縄は、復帰前で、リハビリテーションがようやく始まったばかり。国家資格を持ったPTやOTがいない時代だった。

私は、高校のクラブ活動の器械体操中に落下して胸髄12番を損傷した。当時の八重山病院では治療が難しく翌日那覇の病院に空輸された。その病院には、頸髄、脊髄損傷者が私以外に3人いた。皆2、3年の長期入院者だった。いや自宅に戻れなく滞留していたと言った方が良いだろう。私は、若かったので病院に一生涯閉じ込められるのが恐ろしくて、一年半の入院後、自分で行き先を探して退院した。そこは沖縄県障害者更生指導所というところだった。



首里石嶺にあった沖縄県立更生指導所の仲間達と。私は下肢装具をつけています。

対象者は脊髄損傷者を想定してなく、宿舎は畳間だった。しかし、そこでしっかりリハの訓練を受けることができた。その結果、両足に補装具を付け、両膝を固定し、松葉杖を使って歩くことができた。そのことで、ようやく一人で外出することができた。

当時は、まだ、バリアフリーという概念がなく、

自宅、学校、職場、公共施設などどこもバリアだらけだったので、車椅子のみでの活動は難しかった。施設を出て、私が当時の沖縄キリスト教短期大学（現在の沖縄キリスト教学院大学、以後、キリ短）に入学できたのは奇跡的とも言える。私は、高校を中退して高校卒業資格検定試験を受けて受験資格はあったが、車椅子の私が受験できる大学はなかった。思い切って、キリ短に相談したところ、学長が面談してくれることになった。面談の時、できるだけ支援したいとのことで、受験が可能となり、入試を受けて合格できたのである。当時のキリ短の校舎は20メートル程の丘の上にあった。そこには車道があったが車椅子では到底登れない坂だ。私の兄は自動車修理工場を営んでいたの、オートマチック車を手動



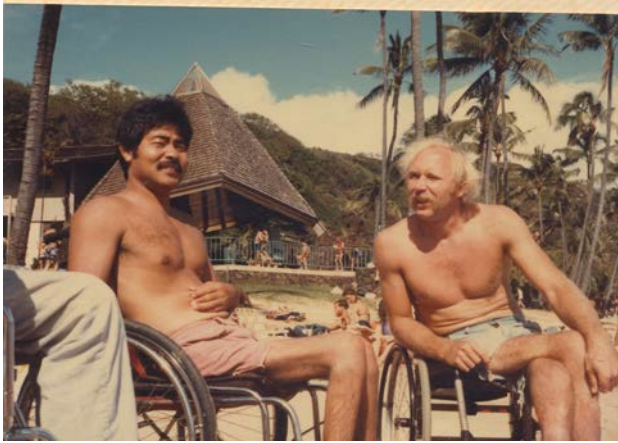
兄が改造してくれた手動式装置のついた車です。恐らく沖縄県で初めての装置だと思います。復帰前で、簡単に改造し免許が取れました。

で運転できるように改造してくれた。その車を運転免許場に持ち込んで、免許証を取得できたので、車での通学が可能になったのである。復帰前の沖縄でしかできない事であった。

私は、中学校に入学してから英語が得意になり、障害を受けた後も大学に進みたいと思っていた。当時のキリ短は、学生2百人程度の小さな短大で、バリアフリーの設備はないが、先生方、職員、同級生の支援があつて、2年間の充実した学生生活を過ごすことができた。その時の出会いが、その後のハワイ大学留学へと繋がり、私の人生を大きく変えていった。

沖縄では、復帰前には国費・自費大学入学試験制度があり、試験に受かると本土の国立大学等に入学できた。また、米軍のスポンサーで米国留学制度があり大勢の沖縄の学生が毎年米国留学していた。復帰後はそれらの制度が廃止され、全て自費での留学

になっていた。私は、上の事情で、国内四年制大学への進学が難しかったので、米国留学を目指した。米国では、車椅子での就学が可能だと聞いていたからだ。キリ短のハワイ2世の恩師の勧めもあり、ハワイの州立大学を選んで受験し合格した。当時の沖繩は、まだ貧しく、家族の経済的支援の目処もなく、留学できるか大変不安であったが、経済的に行き詰まれば帰ってくれば良いとの無謀な意気込みで出かけた。



ハワイの有名なハナウマ湾で友人と。

私は、1974年の1月にハワイ大学に入学した。1970年代の米国は、障害者運動が盛んになった時代で、連邦政府の公的な機関における障害者差別禁止法が1973年には制定されていた。私が入居した新しい大学寮は、各階にバリアフリーなトイレとシャワーがあり、車椅子でも不自由なく生活できた。また、大学には、既に障害学生を支援する事務所が設置されていて、留学生の私でも支援を受けることができた。キャンパスのほとんどの建物にエレベーターがついていて問題なかったが、階段しかない古い校舎



には、ヘルパーを派遣してもらい階段の上り下りを手伝ってもらった。

私は、学士課程で心理学を学び、さらに保健学を及びソーシャルワーク学の修士号を取得した。

その後、当時設立されたハワイ自立生活センターで、上級カウンセラーとして4年間働き、1985年に帰国した。

私は、ハワイに11年間滞在したことになるが、私にとって大いに学び、遊び、青春を謳歌した時代であった。



ハワイ自立生活センター時代に、日本の障害者リーダー八代英太氏と米国のリーダージャスティン・ダート氏、マイケル・ウインター氏と私で日米障害者セミナーの打合せ。

ハワイから帰国後、私は、障害者運動やリハビリテーションの仕事で、5年間東京や横浜市で仕事をしました。更に、1981年にシンガポールで開催された障害者インターナショナル(DPI)の創立総会に参加したことをきっかけに、1990年4月に、タイ・バンコクにある国連アジア太平洋経済社会委員会の社会開



DPIの要請で、独立前の東チモールの障害者の調査をした時の写真。武装した民兵がいる時代でした。

発部に障害問題専門官として赴任することになった。そして、1993年から始まったアジア太平洋障害者の



国連エスキャップに中国障害者連合会の代表鄧撲方(デン・プファン)氏が表敬訪問をした際の写真。

10年の事務局の担当者として活動する機会があった。2002年に10年が終わり、2003年からそれまで誘いのあった琉球大学の法文学部に教授として赴任した。その時、29年ぶりに沖縄に戻ったことになる。

車椅子の身で長い間故郷を離れてどうして生活できたか驚く人がいるかもしれない。私は、障害者になっても自分のやりたいことを制限する気持ちはなかった。また、当時の沖縄の厳しい環境の中で障害者として過ごしたことがバネとなって、海外や、特に開発途上国の厳しい環境の中の障害者と共感し、一緒に活動できたのではないと思う。どんなに障

害が重くとも、チャレンジする精神を忘れずにいて欲しいと切に思う。



2015年11月に国際協力事業団の仕事でエジプトへの出張でピラミッドに立ち寄った

R.C.Y. リハビリテーションクリニック

やまぐち

Rehabilitation Clinic Yamaguchi

〒900-0003 那覇市安謝1-10-28
TEL098-864-1100

安らぎ・癒し・元気を提供します。

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	日
午前 9:00~11:30	○	○	○	○	○	○	○
午後 2:00~ 6:00	○	○	○	○	○	○	○

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

バリアフリー スポット

那覇市新都心の楽市裏にある沖縄そば屋さん。あっさり系沖縄そば屋さんを紹介します。

麵処「ていあんだー」

那覇・天久りうぼう裏に沖縄そばの店「ていあんだー」があったので立ち寄ってみました。ガラス張りのオシャレな建物に入っています。建物正面にスロープを上がるとお店があり、店内は車いす対応トイレはありませんが、電動車いす含めてアクセスはOKです。

そばは自家製麺であっさり系。フーチバーそばはお薦めです。

那覇市天久 1-6-10 TEL098-861-1152

営業時間 11:00-21:00(定休日：月・火)



沖脊協が目指す 活動とは



ZOOM「沖脊協の未来を語る会」

去る8月14日(日)沖脊協が来年度より実施予定の居宅介護事業や法人として成長・拡大している会の今後、体制などについて、理事を中心としたメンバーで「沖脊協の未来を語る会」が開催されました。

会では理事長からの概要説明の後、新規事業への質問や沖脊協の在り方について議論が交わされ、主なテーマ3つについて意見・質問をまとめました

①新規事業（居宅介護事業）について

〈質問〉

- ・利用者の需要・見込みはあるのか？→体験からの予測に基づいている
- ・対応地域はどうなっているのか？→事業所近隣（那覇・浦添）の利用者の予定
- ・情報収集はどのくらいすすんでいるのか？→全脊連他支部への連携・情報収集は行っている
- ・沖脊協の高齢化という視点での事業展開とのことから、障がい者福祉だけでなく高齢者介護保険事業についての展開も検討しているか？→介護保険にしかないサービスもあり、支援制度が多様であるため、ニーズなども考慮した上で実施見込み。実施時期については検討中。

〈意見〉

- ・充実した情報収集や計画を立てるため、今年度でなくてもいいのではないか
- ・計画が先行していて、制度などにも詳しくなく今聞いただけでは話に入りにくい

②沖脊協の体制、方向性

〈体制・後継者〉

- ・現在の理事長の負担が大きいことや体調などの状況を考えると理事長交代も考えた方がよいのではないか
- ・後継者にスムーズに引き継げるよう業務の整理・他の理事との分担（担当制）が必要ではないか

- ・後継者は外部の方でもよいのではないか
- ・後継者育成が最優先ではないか
- ・重度の方にも安心して担えるように事務局体制の立て直し・強化が必要ではないか
- ・理事間、会員間にも温度差が感じられる
- ・理事長の後継者はフットワークが軽い方がよいのではないか
- ・事務局体制を安定させる人材確保のため、手当を確保することが必要である

・理事会に参加できなかった場合の情報共有（説明）をもっと図ってほしい

〈在り方・方向性〉

・事業拡大に伴い、当初の法人の原点、在り方である本来事業（会員交流・情報提供など）が置き去りになりがち。現在の事業は維持しつつ、再認識する必要があるのではないか

・沖脊協の存在意義は何か→今は若い方はほとんどメリットを感じていないため、会員の増加につながっていないのが現実と思う。

障がい福祉サービス（介護サービス）で存在意義を確認・確立していくことが重要ではないか

〈会費・運営資金〉

・基金として企業から献金を募って運営してみてもどうか

・会費は帰属意識につながっている。廃止すると意識が希薄になってしまう

・クラウドファンディングを活用してはどうか

③就労支援事業所 IT サポートおきなわについて

・理事長の負担軽減のため、就労支援事業は別法人に分離独立してもよいのではないか

・IT サポートおきなわの担当理事を砂川昭人さん、大城昌彦さんをお願いしたい→了承

○まとめ

▶新規事業について

⇒サービス利用者の意見をもっと聞き取りし、事業に反映していく

▶人材育成について

⇒理事長の業務負担の軽減（分担）、引き継ぎ、後任等の人材育成が急務

▶事務局の強化

⇒この語る会は今後、今回のテーマ（新規事業（居



宅介護事業）、事務局体制、就労支援事業（IT サポートおきなわ）について月1回の継続開催を予定しています。

皆さまからのご意見をお聞きし、運営に反映させていただきたいので、ぜひ事務局までご連絡いただければと思います。

脊髄損傷の健康管理Ⅱ 「低血糖症状について」

皆さんこんにちは。前回の脊損者の健康管理Ⅰでは体重測定について書きましたが、今回は頸髄損傷者によくある低血糖症状について書きます。頸損者にありがちとは言っても人それぞれですが、私の場合はよくあるとても怖い症状です。

低血糖かなと感じたらだんだんと全身の力が抜けていく感じがしてだるくなってきます。ほっておくとろれつが回らなくなり会話がしにくくなります。車の運転中などに症状が出れば最悪で危険です。

大阪府が出している脊損ケア手帳にも特に頸損の場合には、自律神経が関与する血糖調節メカニズムが影響を受けて、突然、冷や汗、動悸、手のふるえ（振戦）を伴う低血糖状態におちいることがあります



す。粉ブドウ糖、あめなどで糖分を摂ると回復します。低血糖の経験者はチョコレートをいつでも食べられる状態にしての携行が有効です。と詳しく載っ

てますが、最初は分からず私の場合はとにかく甘い飲み物、冷えたコーラやその他の炭酸飲料を常に自宅と職場の冷蔵庫に常備していました。炭酸の甘い飲み物は一気に飲むと胃が膨らみ満腹感が得られ身体への吸収も早く感じ自分にとってはベストな対策方法でした。

低血糖症状、経験したことがある方は分かると思いますがとにかく怖いんです。最悪な事態には陥ったことはないですが、ほっておくと確実に意識がもうろうとして気を失います。その後はどうなるかは分かりませんが恐怖としか言いようがありません。病院でドクターに聞いても中々分かってもらえず困った症状です。いつ出るか分からない症状ですので血糖値の検査をすることもできませんしね。検査で証明できないので病名がつけられず糖尿病患者のようにブドウ糖の処方できないというのです。

でもご安心、最近うちの近所のマツモトキヨシという薬局でこんなものを見つけました。市販のブドウ糖です。黄色い袋は1包に5gの粉が入ったスティックタイプです。もう一方は1包3gのタブレットタイプです。私は黄色い袋のスティックタイプをセカンドバックに入れ常に持ち歩いています。即効性もありとても便利です。

以上、今回の脊損者の健康管理Ⅱは低血糖症状についてでした。頸髄損傷の会員の皆さまに少しでもお役に立てれば幸いです。

報告者：大城昌彦



理事長コラム

65歳となって体調不良が続出。人間ドッグを3年サボったことを後悔しています。

現在は2週間に1回の訪問診療で膀胱路カテーテル交換をしている。2か月に1回の血液検査による管理指導を受けるのですが体重増加に伴う黄色信号があちこちと出現。自己管理できないことに猛省中です。

脊損者の実態調査での「特定健診・人間ドッグ」利用を質問回答では、63%の方が利用していないという回答でした。理由は「主治医がいない」「バリアフリーな健診に不安」という声が多くありました。

定期的な体調チェックとして特定健診や人間ドッグは大切なことです。受診病院情報が必要な方は事務局に相談してください！

医療保険療養費支給申請ができます

ご自宅や介護施設まで出張施術します

琉球治療院

詳しくはwebを検索! 琉球治療院 検索

お気軽にお問い合わせください 【営業時間 9:00~18:00】 ☎ 0120-680-006

治療内容 はり、お灸、マッサージ

沖縄本島全域、および宮古島、伊良部島、石垣島、八重山諸島、久米島、伊江島で訪問治療します。

民間車検場(沖指第590号)/(株)ミックライフ&オート総合代理店

Nissin 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 携帯 : 090-9586-3197

〒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

車いすラグビー-Okinawa Hurricane 第5回 渋谷区長杯 初優勝！

9月3日・4日に行われた車いすラグビー第5回渋谷区長杯にてOkinawa Hurricanesが渋谷区長杯初優勝！そして来年1月の車いすラグビー日本選手権の出場権を獲得しました！コロナ禍のため2019年12月の日本選手権以来約3年ぶりの公式戦となり、選手スタッフ共に不安や緊張もありましたが期待の高校生新人選手、ベテラン選手(海外、県外、県内組)、スタッフ一丸となり全員ラグビーで4戦全勝しました！応援ありがとうございました。



大交流会の 予告！！

コロナ禍で交流機会がなくなりましたが、うっぶんをばらしとして「大交流会」を開催します！今回は介護者リフレッシュ企画含めています。詳細は後日お伝えしますが、下記内容で行いますので是非ご参加ください。

日時：2023年1月7日（土）・8日（日）

会場：ユインチホテル南城（南城市）

※リフト付き車両を複数台借用し希望する会員を送迎する体制を予定。

※宿泊希望者も募ります。

※介護者の皆さんにはリフレッシュ企画を考えています。

編集後記

ここ1週間はコロナ感染者数が1000人をきるようになり、やっと少しずつ自由に行動出来るようになってきました。これからも感染対策(マスク、うがい、手洗い)は頑張りましょう。(具志)

ちはる歯科クリニック

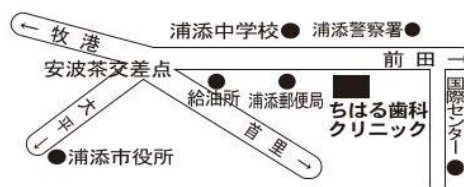
CHIHARU DENTAL CLINIC

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。

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

Rakuten 楽天銀行

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

賛助会員(個人)
一口 3,000円

沖縄銀行

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

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