

# ODA おしゃりん

第 161 号

2023 発行  
1月 行

◎**会員投稿**— 横田清さん自己紹介

2p~3p

年始のご挨拶 3p

セミナー&リフレッシュ交流会 4p

サンシャインゆいまーる寄付金が

累計100万円を超える!

5p

ヘルパー利用者懇談会 6p

会員のデジタル支援致します。 7p

お知らせ／編集後記 8p

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

会員投稿

よこた きよし  
横田 清さん 自己紹介

時は1981年(昭和56年)8月21日、職場の倉庫で作業中に荷崩れの物資に押しつぶされ脊髄損傷を負い救急車で搬送された。その時テレビでは国際障害者年の啓発キャンペーンが毎日流れていたのを思い出す。その時から横田の障害人生が始まった。

受傷後およそ2か年の療養生活を終え在宅生活に移行したが、その頃はバリアフリーの概念がほとんど確立されてなく、受傷時住んでいた住宅は平屋であったため、退院時にはアパートに移転していた。そのアパートも1階ではあったものの玄関前には5段くらいの階段だった。退院後すぐに家族の協力で木製のスロープやお風呂場の手すりや床のかさ上げ等を行い、何とか生活ができるようになった。



福岡の病院で鍛えられたリハビリの効果と33歳の若さもあって行動力はあった。早速取り組んだ仲間探し(後の脊髄損傷連合会結成につながる)と同時期に始めたアーチェリー競技には何かしら使命感のように集中できた。その時一緒に行動してくれた荻堂盛助さんには随分助けられたし勇気ももらった。荻堂さんがいなかったら、もしかして脊髄損傷会も誕生してなかったかもしれない。そんな荻堂さんはその後、アーチェリーから車いすマラソンに目覚め、今では車いすマラソンのレジェンドとして活躍している。



私の障害者として生きていくヒントをもらった方が高嶺豊さん(現那覇市身体障害者福祉協会会長)の存在は忘れてはいけない。福岡で療養中に実施された全国自立生活セミナー福岡大会の一員として参加していたのが

高嶺さんだったからだ。高嶺さんは沖縄出身だが、米  
国代表団の一人として日本の各地の自立生活セミナー  
で障害者たちに自立生活運動の啓発活動を行っていた  
のだ。福岡でのセミナーでの高嶺さんの活躍はとて  
まぶしかった。その時に受けたピアサポートの精神は、  
後に誕生した脊損会活動に生かされ、上里一之さん、  
仲根健作さんをはじめとし歴代会長と大城昌彦(事務  
局)さんに受け継がれ発展し、現在では県内当事者活  
動の先導的位置にいても過言ではないだろう。



さて、今の横田はどうなっているのか。年齢は今年(2023年1月)74歳になり体力は先細り頭髪も風前の灯火でてっぺんは数本の毛がしがみついている。大好きだった魚釣りの回数もめっきり減り、釣り場の漁港に行っても他の釣り人の様子を眺めるばかりだ。コロナ以前は船釣りも同級生たちと楽しんでいたが、交流目的の毎月の模合も無くなった。本来だったら楽しみにしていた老後の生活も何かと制約が付き単独行動

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

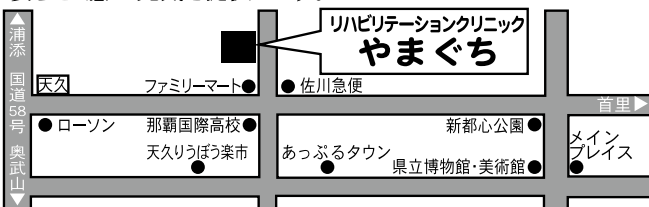
リハビリテーションクリニック  
**やまぐち**

〒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	○ ○ / ○ ○ ○

あらゆる・癒し・元気を提供します。



が多くなった。



そうは言っても、現在は障害者総合支援法が整備され、障害者一人でも何とか生きていける状況になっている。私もそろそろ社会の仕組みを活用して自分の生活を自分らしく設計できるようにしたい。受傷時には

えられないほど社会環境は変わり希望の光が見え、私たちが望む環境に近づいてきたかと思ってきた矢先、あのノーマライゼーション社会は実現不可能と思う世の中になりつつあるのが気がかりだ。ジェンダー平等やLGBTQ、格差社会、インクルーシブ、DV などなど、次から次へと出てくる社会問題の中に埋もれていくノーマライゼーションと機会均等の考え方が普及どころか忘れ去られていくようだ。社会が安定しなくては私たち障害者の生活は成り立たないのに。



## 年 始 の ご 挨拶

2023 兎年おめでとうございます。

続き第8波になってしまったコロナ禍。沖脊協活動もリアルな行事は難しかったのですが、思い切って1月7日開催した新年交流会。久々の会員とご家族、そして、新人会員と総勢68名の参加者でした。最近は行事参加者が減少傾向でしたのでうれしい限りです。今後も家族ぐるみで集えるイベントを考えていきたいものです。

さて、私仲根は連合会時代1992年～1995年の4年間、2013年～今日までの併せて約13年を会長・理事長として担わせていただきました。

2013年にはNPO法人化。2016年に障害福祉サービス事業の就労支援として「障がい者ITサポートおきなわ」の経営・運営を開始するなど、会活動活性のためにがむしゃらに動いてきました。反面、一人歩きの場面があったり、理事・役員の皆さんとの連携協議不足が発生したりと反省も多々です。



事業規模も大きくなるにつれて、組織体制の基盤強化が課題となっています。そこで、私の我が儘でバトンタッチを願い出し、次期総会で辞任することを前提として、体制づくりに入っています。役員の皆様には申し訳ないのですが、脊協のさらなる発展のためには避けて通れない事です。残任期間はありますが、会員の皆様にお伝えし、役員、会員ともども皆で会を盛り上げてほしいと思います。

2023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 建作

からだの痛み・悩みを  
**自宅で解消!**



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

## セミナー・介護者リフレッシュみんなで大交流会



会員の皆様

あけましておめでとうございます。

今年もよろしくお願いたします。

1月7日土曜日にユインチホテル南城でセミナー&リフレッシュ交流会が催されました。

参加していただいた皆さんどうもありがとうございました。

残念ながら参加できなかった皆さんとは次の機会にお会いできる事を楽しみにしております。

新年会のプログラムで行われた3つのセミナーについての内容と個人的な感想をお伝えしたいと思います。セミナープログラムについて

**講話1「C4のひとり暮らし体験と排泄」宮野秀樹氏、**

**講話2「便失禁への対応 経肛門的洗腸療法」大濱代表理事、**



宮野秀樹氏



大濱代表理事

**講話3「65歳の壁問題に直面したこと」仲根建作理事長。**

3つのセミナーとも会員の皆様にとっては、65歳の壁問題と排泄・排便コントロール等とても気になる問題だと思います。

講話1の宮野さんの講話の中で人工肛門(ストーマ)をわかりやすくメリットデメリット教えていただいて個人的にとっても興味深いものでした。

人工肛門(ストーマ)とは、腸の一部をお腹の壁を通して外(皮膚)に出して、肛門に代わって便の出口としたものです。1~2センチメートルほど皮膚から腸が突き出た形になります。ストーマとは、ギリシャ語で「口」を意味する言葉です。

講話2の大濱さんの講話の中では経肛門的洗腸療法という方法を教えていただきました。

お忙しいスケジュールの中、沖脊協会員のためになるのではないかと東京から足をお運びいただき心より感謝です。

講話3の仲根さんの講話の中では65歳の壁問題は私も含めて障がい福祉サービスを受けている皆さん大きな問題で仲根さんの実体験をもとに対処方法や強い意志が必要というのを知ることができました。

障害福祉サービスや介護保険サービスの違いや65歳になった時にいまのサービスがどう変わっているのか障害があっても年齢で決められることなく受けたいサービスを選択できるようになればとも思います。とても勉強になりました。

講師の皆様どうもありがとうございました。



リフレッシュ交流会ではコロナ禍で会員の皆様とリアルでお会いする機会がなかったのですが今回久しぶりに皆様にお会いできて嬉しい楽しい交流会になりました素敵な機会を頂いて企画運営してくれた仲根理事長と事務局の皆様、ご参加いただいた皆様、心より感謝いたします。

残念ながら今回参加できなかった皆様ともお会いできる機会を楽しみにしております。

今年も皆様にとって素敵な年でありますように!

(宮城幸春)



活動  
アラカルト

サンシャインゆいまーる寄付金が累計100万円を超える！



(株)サンシャイン様の社会貢献として2016年からスタートした「サンシャインゆいまーる」。

スタート当初より冲脊協助成団体として年間15万円から20万円を継続し寄付金贈呈を受けてきました。先だつての第11回クール(2022年1月～6月)で76,000円寄付金があり、2016年からの累計で102万円となりました！！

(株)サンシャイン様は冲脊協の事業活動に対する温かいご理解の上100万円の多額のご寄附を賜り冲脊協の円滑な運営に多大のご貢献を戴きました。ご厚意に対し深く感謝申し上げます。



STEP1

景品カウンターで投票用紙を受け取る

ジャンボ・サンシャイン・J・パーク各店の景品カウンターで投票用紙を受け取り、投票BOXまでお持ち下さい。

STEP2

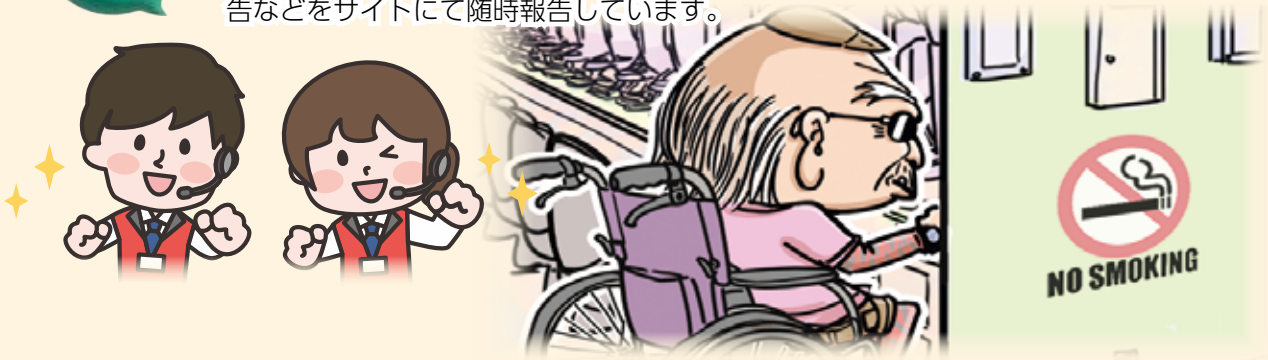
応援したい団体を選んで投票

投票BOXには各団体ごとに個々に投票箱が設置されています。その中でお客さまが応援したい団体さまへ投票！  
※ここがポイントです。冲脊協に投票しましょう！

STEP3

投票率に応じた額を寄付金として寄贈

6か月ごとに投票された投票用紙を団体毎に集計、投票率に応じた寄附額を各団体に寄贈。寄贈の様子や活動の報告などをサイトにて随時報告しています。



ジャンボ・サンシャイングループ(サンシャイン・ジャンボ・Jパーク)各店は、県内で活動されている「NPO法人・ボランティア団体・学校・福祉団体」などの方々に対し、その活動のお手伝いとして寄付を行います。「ゆいまーる」プロジェクトは、その寄付先をお客様に選んでいただく、お客様参加型の社会貢献活動です。

# 活動アラカルト

## ヘルパー利用者懇談会



8月27日にヘルパー利用者懇談会を開催しました。

この会の趣旨は沖脊協の会員の皆様の中に重度の方でヘルパーさんを利用して無い方や利用時間の少ない方また一人暮らしの方が少ないので、今後の会員の皆様のヘルパー利用の促進や一人暮らしに一步でも近づければと思い、頸損歴が長くヘルパーさんの利用時間の長い方にzoomを使って皆さんの自宅から参加して頂きました。

これからヘルパーさんを使いたい方へ

**(1)相談員を見つける。相談員と利用したい本人家族と、どのくらいヘルパーさんを使いたい(利用時間数)、何時に使いたいかなど相談して、役所の障害福祉課に申請する。**

**(2)障がい支援区分申請をする。障がい支援区分とは役所から調査員が自宅に来てヘルパーさんを利用したい本人がどのくらい日常生活動作が出来るか、出来ないかを判定してもらう。**

**(3)相談員にヘルパー事業所を探してもらう。利用時間数によって一ヶ所から三ヶ所程度契約する。**

皆さん障がい支援区分は6で居住地は那覇市が4人、西原町が1人、読谷村が1人。年齢は40代から60代です。生活体系は一人暮らしが2人、実家で世帯分離をしてほぼ一人暮らしが2人、家族同居が1人、シェアハウスが1人(グループホームとは違います。)です。ヘルパーさんの利用時間は150時間から511時間で、それぞれ相談員などと相談しながら本人の利用時間数や利用目的などを決めています。

利用目的は家事援助(ご飯を作ってもらう、部屋の片付け、洗濯、買い物の代行)、身体介護(食

事などの介助、排泄、着替え、入浴、移乗、見守り)、移動支援(余暇活動)、※余暇活動とは冠婚葬祭、投票、買い物、イベント、スポーツなどの外出支援。通院等介助(通院、公的手続き)があります。他に重度訪問介護があります。重度訪問介護は上記すべてが使えます。重度訪問介護は今回の参加者がほぼ利用していました。利用時間が多い方が使い勝手が良いようでした。

他には短期入所(緊急避難的)があります。

入浴について風呂場が狭い方はデイサービスを使っているようです。それと併用して訪問看護(主治医の指示の医療行為、浣腸、排便、床ずれ処置、等々)を利用しています。※訪問看護、訪問リハビリを利用したい方は主治医にご相談ください。

今回の参加者の皆さんはヘルパー利用年数も長く沖脊協会員の中でも重度の方ばかりでしたが出来るだけ家族(親、兄弟、子供など)に頼らず、それぞれ生活が充実するように工夫しながらヘルパーさんを利用し楽しく生活出来ているようでした。

今現在家族に介護してもらっている方も、家族も年をとります。いつまでも頼れるわけではないので、この記事をきっかけに少しずつでもヘルパーさんを利用して家族の負担を減らし、本人も楽しい人生にしましょう。沖脊協ではピアサポートと言って沖脊協会員が会員の皆様の悩みや生活改善を手助け致します。

ヘルパーさんの利用についても1から相談に乗りますのでお気軽に沖脊協事務局までお問い合わせください。

TEL.098-961-6715 / FAX.098-961-6716

メール office@okisekikyo.com

## 会員のデジタル支援致します。

世の中はコロナ禍の影響もあり、急速にデジタル化が進行してきました。そんな現状とは裏腹に、大多数の会員はパソコンやスマホを使うことに慣れていないのがほとんど。沖脊協では、会員が急速なデジタル社会化に順応できるように、会員さんの要請に応じてデジタル活用をお手伝いできる「支援員」を派遣していく事業を今年度行っております。

**「ガラケー携帯からスマホへ替えたいけど分**

**からなくて困っている」「オンライン交流会にZoomで参加してみたい」**など、デジタル・ITに関する相談やお問い合わせを受け付けております。まずは沖脊協事務局へお電話ください。

なお、人を派遣すると普通は交通費・人件費などがかかりますが、この事業は助成金を活用しているので無料でご利用になれます。

### VHO-net沖縄学習：沖脊協の取り組み例

#### 会員のデジタル活用を支援します。～デジタル活用推進事業～

##### I 事業の必要性

- 1) コロナ禍で会員同士の交流機会がなくなり、相互の生活情報や困りごとなどを分かち合える機会がなくなった。
- 2) そもそも高位頸髄損傷者等の移動困難な方々は、パソコン、インターネット等を利用したくても入力環境支援の環境整備がなければ、情報アクセスが難しい。ペット横で支援が必要。
- 3) 会員の高齢化も含めて、社会的背景として、行政手続きや携帯電話利用パソコン手続き、生活用品の通販化と日常生活のデジタル化が急速に進んでいるが、移動困難な脊損者は高齢化も含めて、IT等デジタルに弱く使いこなせない(デジタルバイド問題) 方々が多い。
- 4) 脊損会として脊損者への情報提供は2か月に1回の広報誌に限られていて、リアルタイムな生活情報や相談支援が弱い。

##### II ねらい

脊損者が急速なデジタル社会化に順応できるように、脊損者間の生活情報提供や交流機会を広げ、また、必要に応じて通信ツールで気軽にピアサポートできる仕組みにつなげるために、デジタル支援員をアウトリーチ型で派遣し、脊損者のデジタル活用推進を図り、生活の質を高めたい。

##### III 内容

- 1) デジタル支援員を配置し、支援が必要な脊損者宅に出向きLINEやメール、Zoom等のネットワーク化支援と生活におけるデジタル活用の相談支援を実施する。80人目標。
- 2) 上記のネットワーク化を図り、広報誌や生活情報提供の定期的なメールマガジン発信を図る。
- 3) デジタル化等の相談会をZoom開催。
- 4) 脊損者情報交流会をハイブリッドで開催。なお、重度頸損等の移動支援が必要な方には、リフト車両による送迎を図る。

##### 現時点の効果：

- ・LINEでの情報交換が増えた
- ・総会（オンライン）での委任状率が9割となった。



# ちはる歯科クリニック

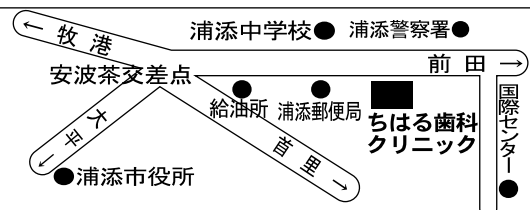
## CHIHARU DENTAL CLINIC

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。



## 脊損研修会 in 沖縄

2023年4月8日(土)北谷ヒルトンにて、脊損研修会 in 沖縄が開催されます。

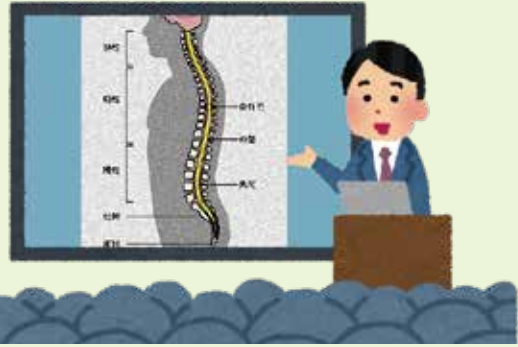
講師の先生方は、西田康太郎氏(琉球大学医学部教授)、須田浩太氏(北海道せき損センター副院長)、田島文博氏(和歌山県立医科大学リハビリテーション医学講座教授)と著名な先生方による講演になります。脊損の最先端の講演にぜひお越しください。詳細が決まり次第皆様にご連絡致します。

日時: 2023年4月8日(土) 13:00~

場所: 北谷ヒルトン

主催: 琉球大学整形外科学講座

参加料: 無料



## 編集後記

会員の皆様、明けましておめでとうございます。コロナ感染者数がだいぶ落ち着いて、セミナー&リフレッシュ交流会をリアル開催出来るまでになりました。沖脊協では色々なイベントをリアル開催して、会員の皆様の元気な交流を増やしたいと思っております。今年もよろしくお願い致します。(具志)

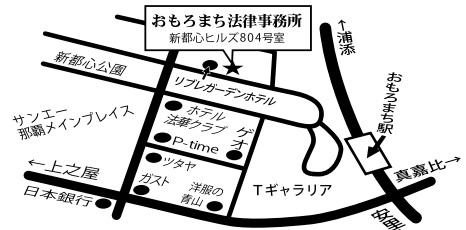
# 交通事故の法律相談

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「しやりん」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

# Nissin ニッシン自動車工業沖縄

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

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

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



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



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



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。