

ODA おしゃりん

第 165 号

2023 発行
9月

◎**会員投稿**

新垣正樹さん「地域で暮らす障がい者サポートを目指して」

2p

大変！台風6号の影響

3p

活動アラカルト

4p

便利グッズの紹介

5p

バリアフリースポット／脊損NEWS

6p

デジタル障害者手帳「ミライロード」とは？

7p

お知らせ／寄稿のお願い／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 <http://www.facebook.com/okisekikyo> Skype ID:okisekikyo

表紙写真：新垣正樹

会員投稿 「地域で暮らす障がい者サポートを目指して」 新垣正樹さん

皆さんこんにちは。新垣正樹と申します。

現在49歳になりますが17歳の時にバイクで交通事故にあい5と6番の頸椎損傷になり32年になりました。自傷する前はとび職をしていました。それまでの生活は、週末になると自由奔放に行きたいところに行き海でのバーベキューや友達と交流したりしているところでした。

事故後、琉大病院に運ばれ手術をしたのですが現在の医療技術では神経を繋げることが出来ないと知り、人生何もかも終わりだと絶望の中、入院2年+在宅1年の3年間、失望のまま過ごしていた。

その頃に、脊髄損傷者協会の皆さんが在宅に訪問に来てくれて排泄の事やベットから車椅子の移乗の仕方などを教えてくれました。

▶ ツインバスケットボールの出会いで希望が



20歳になり、このままではダメだと思い心機一転、社会復帰のために施設に3年間入所しましたが、ツインバスケットの存在も知り車椅子で出来るスポーツを知った。楽しさも増え、希望が湧いて来た。

23歳で那覇にて一人暮らしを始め、高校に1年半通うが、社会的な制度や支援を使うことなく一人ですべてをこなすことが自立だと思っていたため挫折する。実家へ戻り、昼夜逆転のひきこもりの生活に戻り、4年が過ぎていきました。

26歳の時、NPO法人名護市障害者関係団体協議会を通じて、自身と同じような若い障がい者がたくさんいることを知り、仲間たちとカラオケに行ったり、交流する機会が増える。そして、同法人の北部障害者生活支援センター ハーモニー 身体部門の方に「社会で過ごす上で困ったことはないか？」と声をかけられ、自身の感じた不便(バリアフリーの飲食店、楽しそうなところについてなど)を吐露したところ、それらを機関誌に掲載することで共に情報発信していかないかとハーモニーのスタッフに誘われる。

その後、福祉の活動に興味をもつようになり、障害者が主体となって活動や運営をやっている自立生活センターイルカの存在を知り2年間研修をさせてもらい「重度の障がいがあっても社会の中で人間らしく過ごせる」ということに気づく。

▶ 仲間たちと「北部自立生センター希輝々」を設立

2003年に、名護市障害者関係団体協議会で知り合った仲間たち5名で「北部自立生センター希輝々」を設立。当初、事務局、現在代表を務める。

障がいのある仲間との出会いを重ね、その中でダスキン愛の輪基金の存在をしり、ダスキン障害者リーダー育成海外研修派遣事業に応募。2004年、自立生活(CIL:



希輝々の仲間たちと

Center for Independent Living) 発祥の国 アメリカで、沖縄と気候風土の似ているハワイ州を選び、ハワイ自立生活センターを中心に研修を行った。



ダスキン海外研修のハワイ自立生活センター

この研究で学びの種をもらい、帰国後は、積極的に小中学校へ福祉体験学習や講演に出向くようになり、障がい者が地域で自立生活を送れるよう共生社会の実現を目指し、様々な啓発活動を行う。



久辺小で講話している正樹さん

久辺小で講話している正樹さん

現在、希輝々の代表として活動、その他、「障がいのある人もない人も共に暮らしやすい社会づくり条例」の沖縄県調整員会と全国自立生活センター協議会の人権委員会をやっています。これからも、地域社会で自立生活して行きたいと願う障害当事者をサポートして行きたいと思っておりますので、皆様今後ともよろしくお願いいたします。



▶ 障害を持った仲間の出会いでエンパワメント!

そういった出会いの冲脊協やイルカ等の障害を持った仲間や関係者から、あらゆる

制度に関するの情報提供や利用の援助、介護問題、住宅環境問題、移動問題等のアドバイスや情報がもられたので、エンパワメントされ、いろんな障壁が乗り越えられてきたのだと思います。

大変! 台風6号の影響



変則でのろのろだった台風6号。長かったことで影響が大きかったようです。特に停電が20万世帯と多く1週間の地域もあり、

- 停電でエレベーターが動かなくなったので3日間自宅に閉じこもり状態だった。
- 停電で電動ベットが動かなくて、介助の手間が大変だった。
- 停電で、エアコンが止まり、汗が出ない頸損は辛かった。
- 台風時にヘルパーや訪問看護が来なくて困った。

などなど様々。そこで、台風で困った会員の声を集めてみました。

枝川泰邦さん (うるま)



停電は大変でした。

私は脊髄損傷者の前期高齢者(69)、先月8月1日だったかな? 台風9号影響で我が家は朝から停電していました。最初の内は直ぐに復旧するだろうと思っていました。

しかし8月3日になっても復旧しないので沖縄電力のコールセンターに電話をしたら「ただいま込み合っています、しばらく経ってからお掛けなし下さい」のメッセージ。

このまさかの停電が9日間も続くとは夢にも思いませんでした。それとともに日常生活が電気無しでこんなに不自由するとは思いませんでした。

停電時の備え 4つのポイント

食

カセットコンロが役立つ。ガスボンベを多めに、缶詰や乾物も備蓄を



トイレ

断水で使えない恐れ。凝固剤で排せつ物を固める簡易トイレを用意



体の保温

冬の災害用に防寒具を準備。軍手、靴下、カイロなども

情報収集

スマホは乾電池式充電器があると便利。情報は周囲に伝達



朝に身支度でシャワーを使うのですが、ガス湯沸かしは電気がないと使えないのです。8月の時期だと冷水でもシャワーは浴びれるけど冷水だと髭剃りもできないのでシャワー後のスッキリ感は無のまま9日間も過ごしました。

また、食料を購入のためにスーパーへいったら調理しなくても食べれるパンやおにぎりなどの食品は品切れ状態が続く、これから先どうなるんだろうと思いつつも

隣の沖縄市まで食糧調達に行ったのですがどこも同じような状態でした。

とにかく食パンがないと食事のままならないので食パン探しでいろんな店舗を回った結果、何とコンビニに食パンが残っていました。ありがたや〜コンビニさん。

もう一つ困ったのは電話です家庭用の固定電話機も電気がないと使えません、携帯電話も電池切れを起こしたらおしまいです。携帯ショップで充電サービスはしていたけどショップで充電完了まで待つのはつらいです。

今回停電が長引いたので我が家と我が家と隣近所の1・2軒だけだったみたいなので隣に住んでいる女房の姉の家で1日1回充電してもらいなんとか携帯は使えるようにしていました。

電気がないとクーラー、扇風機も使えません、幸いなことに停電している頃の天気は殆ど曇り空で風もあったので耐えられないほどの暑さではありませんでしたので、何とか乗り切ることができましたが女房が非常用電源の確保が必要だと思ったのか? バッテリー電源を購入したようです。

具志壮士さん (那覇市)



那覇は停電になってもいつもは短時間で復旧するんですが、今回は珍しく2日間も停電になりました。

1番困ったのが電動ベットとエアコンでした。

エアコンが使えなくて熱がこもったので、保冷剤を集めて首や顔を冷やしてました。

ベットが動かないことで食事は寝たままでお腹の上に置いて簡単に食べれるものにして、自己導尿のたびに2人で抱えてもらい車いすに移乗していました。2日目には蓄電池を借りることが出来たので、ベットや扇風機が使えたのでめっちゃめっちゃ助かりました。

対策としてLEDランタン(2つで1,500円)と充電式扇風機(2,700円)をアマゾンで買いました。蓄電池は高すぎて、手が出ませんでした。

「呼吸器」「淡吸引」といった生命維持に電源を必要としている重度頸髄損傷の方もいます。緊急時の電源の備えは重要で、頸髄損傷者の夏場のクーラー故障も大変です。停電が生命にかかわることもあるので電源確保の備えは大切です。

また、24時間介護が必要な方にとっても死活問題。緊急避難的な活用として「ショートステイ」施設を事前に利用できるように障害福祉サービスの需給決定を受けておくことも備えです。

温暖化傾向によって、これまで以上の大型の災害がいつか来ると思い防災準備をするように心がけてほしいものです。



活動アラカルト

4年ぶりの JICA研修受け入れ

8月30日(日)4年ぶりのJICA主催でエンパワメント沖縄さん運営の発展途上国の障がい者研修プログラム「地域に根差したインクルーシブアプローチによる障害者の社会参加」参加の中南米11か国12名の研修者が沖脊協運営の沖縄県障がい者ITサポートセンター&障がい者ITサポートおきなわに視察見学にきてくれました。

研修参加者は、国機関の上級スタッフやNGO、支援機関の現場スタッフ、障がい当事者と様々な立場の皆さん。9/30までの約1か月の長期プログラムですが学び以外の遊びでも沖縄を満喫してほしいですね。

ありがとうございました。



中南米の JICA 障害研究者の皆さん

無人駅問題のその後

しゃりん163号(5月)に掲載した「ゆいレール無人駅問題」のその後について、報告します。



①共生社会条例に問題ありと訴え

沖縄県障害のある人もない人も共に暮らしやすい社会づくり条例(以下略称:共生社会条例)の第14条に「公共交通機関の利用における差別の禁止」があることから、8月25日に同条例の対応窓口である沖縄県障害福祉課に沖脊協@仲根と視覚障がい者の渡嘉敷綾秀さんの2名で訴えに行ってきました。訴えの趣旨は「3年前から経塚駅-石嶺駅の2駅では巡回方式となっているが、事前に障がい当事者等への打診調整もなく、合理的配慮対策も不十分なまま勝手に実施したことは公共交通事業者として不適切な行為」と伝えました。今後、県障害福祉課が都市モノレール社と私たちとの協議の場を持ち調整を図る予定です。

②関係機関合同で現場検証と意見交換

9月4日に沖縄総合事務局の調整で障がい者団体(沖脊協、沖視協、沖身協)とモノレール(株)とで駅の現場検証と意見交換を実施しました。

モノレール(株)側からいくつかの改善提案を受けましたが、最終的には「事前の連絡」に頼る内容でした。例:事前に「駅に今から行くので対応をお願いします。」というもので、障がいを理由として事前連絡は共生社会条例及び障害者差別解消法に照らして合理的配慮に欠ける行為になるものと考え障がい者団体は問題提起しました。法的な解釈を持ち帰り確認するとして終わりました。



今後は沖縄以外の都市部での無人駅状況を視察見聞し検討・研究を行う予定です。



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

便利グッズの紹介 車いすのハンドリム!

皆さんこんにちは。私が日常的に使用している車いすのハンドリムを交換しましたので紹介します。交換したのはドイツのCARBO LIFE社製GEKKO(ゲッコ)という製品。断面が逆三角形っぽい形状で親指が当たる部分がシリコンになっているタイプ。このシリコンゴムは消耗品として交換が可能です。



はっきり言って、このゲッコ超イイです。こぎ始め、上り坂、段差超えの際、親指に絡みつクシリコンと下側の4本指が形状に沿ってグリップできるので、力を入れるのがスムーズ。かなり非力になってしまった自分は、より一層この違いを感じることができました。

下り坂や急なブレーキの時も親指は全然熱くはありません。ストップの際に親指は殆ど使わないし、気になるならシリコンから外側にずらしてあげればOKです。これはハンドリムの形状にかなりの恩恵を受けていると思います。

通常の丸パイプの場合は、人差し指から小指までの4本は指先がメインになるので、握る力が足りずにどうしても親指をタイヤに押し付けるかタイヤと一緒に握らなければならなかったんです。また、自分の場合、握ることはできても握力が弱く常に乾燥気味なので通常の丸パイプではスルスルと滑るんです。特に冬場は乾燥がひどいので大変です。

ゲッコの場合、4本の指がきちんとハンドリムを包

み込むので親指に頼らなくても十分握る力を確保できます。



握力が弱い人や楽をしたい人におすすめしたい一品です。唯一のデメリットは、第一印象として見た目デカッ!、普通サイズは通常の丸パイプと比べるとデカいんです。また大きさに伴って重量も少し重くなることです。しかしこぎやすさは抜群です。

但し、取り付けが可能なホイールは限られているようなので興味がある方は四輪舎の具志堅さんに確認してみてください。また、この製品には7種類の形状が用意されています。頸損者向けの形状やラバーコート仕様もあります。私のものと同じ形状でひと回り小さいSサイズもあります。Sサイズはこれまで使用していた丸パイプとほぼ同じサイズ感なので違和感なく切り替えられます。私は通常サイズとSサイズの両方を使ってみましたけどどちらも使用感は抜群です。

以上、ご紹介まで。

報告者：大城昌彦



ちはる歯科クリニック

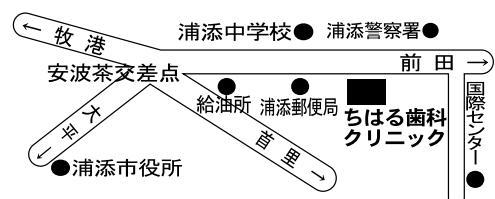
CHIHARU DENTAL CLINIC

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

ゆうなみ坂下店



坂下店の出入り口は段差なしの軽い傾斜。扉は引き戸になっていて入り易い。中は車いすで利用できるテーブル席も多く、車椅子対応トイレ有りでバリアフリー度はgood♪。駐車場は車いす専用スペースはなかったが一般駐車台数は多い。但し、客が多いのでランチ時は気をつけたほうが良いですね。気になったのは、車椅子対応トイレの表示が「男性のご利用はご遠慮ください」と表示され、♿マークなし。改善してほしいとお店の方に伝えました。

ゆうなみの麺の特徴は、栄養素が豊富に含まれる全粒粉が配合した自家製



生麺。よもぎ麺か細麺、平麺を選べたので、私は細麺のソーキそば(800円)を注文。豚肉とカツオだしの旨味がつまったスープで麺はしっかりコシがあり、マ

ジ美味しかった。お勧めです。



ゆうなみ坂下店

- 営業時間：11:00~21:00
- ラストオーダー(料理 20:45/ドリンク 20:45)
- ※麺とスープがなくなり次第終了 年中無休
- 定休日：不定休
- 所在地：〒902-0062 沖縄県那覇市松川 301-15
- 電話番号：098-887-5080

脊損関連 NEWS

仲里と新城 連覇貢献 初日本代表で個人賞獲得 車いすソフトボールワールドシリーズ



(2023年8月9日 沖縄タイムス記事)

車いすソフトボールの2023ワールドシリーズが3~5日、米国のシカゴで行われ、仲里進、新城茂人(いずれも琉球ワイルドキャッツ)が初の代表入りした日本は決勝でネブラスカ・バロンズ(米)を11-6で破り、2連覇を果たした。仲里はクアッド(頸椎=けいつい=損傷)、新城は二塁手でベスト選手賞を獲得した。



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

Q&A コーナー

デジタル障害者手帳「ミライロID」とは？

Q サンアビリティーズうらそえの受付カウンターにポップスタンドで「MIRAIRIDご利用いただけます」とあったので、職員さんに聞くと「障害者手帳同様のスマホアプリで、窓口確認用でOKにしているとのことでした。このデジタル障害者手帳アプリは公式に利用できるのか疑問に思ったので教えてください。



A デジタル障害者手帳「ミライロID」は、障害のある人に向けたスマホ用アプリです。

アプリに登録することで、カバンや財布から取り出していた障害者手帳を、これからはスマホでパッと提示できるものですが、**行政発行ではなく、民間の「株式会社ミライロ」さんが開発・運営しているもので**、各種の企業や関係団体に活用の賛同を広げていて、今では全国に普及しています。飛行機や電車、バス等の公共交通のみならず飲食店、映画館など利用可。

ミライロのホームページサイトには沖縄県内で使用できる企業等サービス内容が記載されているので詳細のQ&A含めてご

確認ください。

気を付けることは、役所などの行政は使用できない場合があることと、万が一の紛失や、紛失時の個人情報の漏洩対策にもつながることも気を付けて下さい。

ちなみに、記事執筆@仲根は空港のレストラン「ロイヤルホスト」利用の会計の際に、ミライロIDにあるクーポンで10%割引でした！



ミライロのホームページQRコード

しゃりん寄稿のお願い

沖脊協では、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。オンラインフォームも用意しております。オンラインフォームへの入口はホームページにも設けております。

【オンラインフォーム】 <https://x.gd/0WxIR>



R.C.Y.

Rehabilitation Clinic Yamaguchi

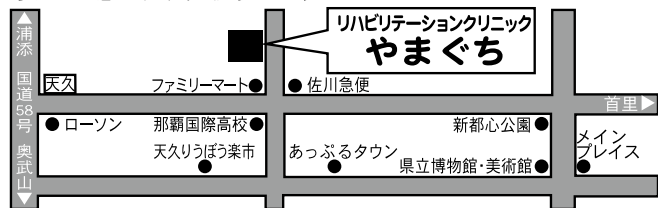
リハビリテーションクリニック やまぐち

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

診療スタッフ
医師 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	○ ○ / ○ ○ /

安らぎ・癒し・元気を提供します。



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。

0120-680-006

フリーダイヤル

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

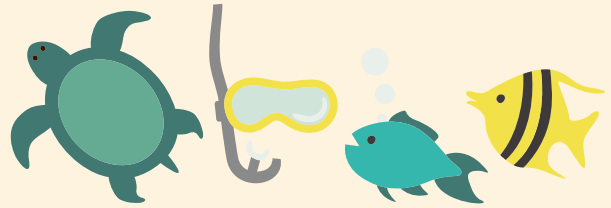


ゆいまーるビーチフェス2023開催！

10月7日(土) 豊見城市オリオンECO美らSUNビーチにて、車椅子ユーザーやおじいおばあ、高校・大学・専門学生までみんなが沖縄の美しい海を楽しむイベントが行われます！

昨年はコロナ禍という事もあり、100名弱で人数制限をかけたりましたが、今年は制限無しのようにです。

昨年同様マリナアクティビティや、サンセットBBQを楽しみつつ今年は更にエイサーを披露。昨年よりパワーアップ。皆様のお越しをお待ちしております。



10/7 OPEN CLOSE 10:00-18:00
会場 オリオンECO美らSUNビーチ
入場料 200円(イベント参加者) 100円(スタッフ)

Jetstar BLUE SEAL 沖縄県酒造株式会社

アクセス 会場お越しの場合：那覇空港から約15分。バスで約15分。那覇バスステーションより西側の55、56、88、99番線からバスで「道の駅豊見城」下車徒歩、西側に徒歩5分。

タイムスケジュール
10:30 開会式
15:30 エイサー/開会式
16:00 サンセットBBQ
18:00 終了

注意事項
・物販での開催になります。ご自身の体調を考慮し、ご自身のペースで参加して下さい。
・雨天決行は出来ません。ご了承ください。
・当日の天候により開催内容が変更される場合がございます。
・プログラムが変更もしくは延期になる場合があります。
・イベントは中止もしくは中止となります。
・イベントの参加及び観覧は50歳以上を年齢基準として行われます。

理事長コラム

スポーツの秋、真っ盛り。サッカー、陸上競技、ラグビー等、世界規模の競技大会で日本チームの活躍が連日報道され、大きな感動をもらう毎日です。特に、沖縄アリーナを拠点に開催された、男子バスケットボールワールドカップ大会では、『アカツキジャパン』のメンバーたちの歴史的な活躍で、来年開催されるパリ五輪・パラリンピック大会出場権を自力で獲得しました。一方、軍事力を誇示し、力比べをしたがる国のリーダーたちもいます。無益な争い事は止めて、スポーツマンシップに則り、フェアプレイ精神に支えられ、試合後には、お互いのチームの健闘を分かち合い、尊敬しあえるスポーツを愛する国のリーダーたちが一人でも多くいてくれるようお願いいたします。(上里)

編集後記

163号～165号の編集担当を楽しくさせていただきましたが、次回の166号からは事務局に戻ります。

理事長交代期で混迷を予想していましたが上里理事長が頑張ってくれています。事務局と連携しこれまで以上に紙面を盛り上げて、地域の会員の声を拾い、生活をリアルに伝えられるしゃりんづくりに尽力いただけると嬉しいです。ありがとうございました。(仲根)



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

賛助会員(個人)
一口 3,000円

賛助会員(団体)
一口 5,000円



楽天銀行 第二営業支店(普通) 7104311
トクレ)オキナクセキズイソシヨウシヤキョウカイ

沖縄銀行 石嶺支店 (普通) 1520193
トクレ)オキナクセキズイソシヨウシヤキョウカイリジツシヨウイサトカズキ
(特非) 沖縄県脊髄損傷者協会 理事長 上里一之

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