

ODA おしゃりん

第 167 号

2024 発行
1月 行

◎**会員投稿**—

会員紹介

新里 聖寿さん

2-3p

新年のごあいさつ

3p

関東の無人駅を視察してきました。

4p

ゆんたくカフェ

5p

琉球治療院の利用について

6p

私が首里城観光をお勧めする理由

7p

サンシャインゆいまーるさまからの寄付に感謝

寄稿のお願い／編集後記

8p





会員紹介 しんざと せいじゅう 新里 聖寿さん



初めまして、私は令和5年12月に仲根さんのお誘いを受け、沖脊協に入会しました。

宮古島の新里聖寿（せいじゅう）です。

2001年の同時多発テロの年、脊髄髄内腫瘍の摘出手術を受けその後両下肢機能障害となりました。

普段の生活は、外出先では手動車いす利用、自宅内ではロフトランドクラッチ杖を使っています。

身体に違和を感じたのが、脊髄腫瘍が見つかる1年程前でした、息子の通う保育園の運動会で走る事になったのですが、自分が思っている感じで走る事が出来なかった所からでした。

その時は、運動不足だろうと言う感じで考えていました。その後、足の裏側から痺れが出始めて徐々に動きにも影響するようになって来ました。

建築関係の仕事をしていたのですが、現場内でも思うよう動けなくなって来た時に整形外科を受診しヘルニアと診断され、しばらく通院していましたが特に痛みもなく痺れが酷くなっていくので原因は別にあるのではないかと思い病院を転々と変えましたが、原因は分からず「しばらく休養してみれば」と言われた事もありました。

原因も分からず、仕事も行けない状態で不安な日が続いていましたが、知り合いの方に進められて受診した整形外科でレントゲン撮影した結果、レントゲンに映らない場所に何かあるかもしれないと言われ県立病院へ紹介してもらいMRIの検査で原因が分かりました。

胸髄に腫瘍があり、手術が必要との事でした。

腫瘍があると聞かされ時は、何で自分がとか悪

い方向に考えてばかりいましたが、結果は腫瘍の摘出してみないと分からないとの事で術後は車いすの生活になると言われていました。

このころになると、歩くのも100mぐらいで疲れるぐらいになっていましたが、原因が分かっただけでも気持ちは楽になりました。後は手術を受ければ車いすでもなんとかなると思い進む方向が少し見えてきた感じがしました。

術後は、じぶんの力でベットに座った時に座っている感じが全くなく、ふわふわしていて今後こんな生活するのかと思うとがっかりでした。

その後は、退院に向けてリハビリを受けロフトランドクラッチ杖を使って生活するようになりました。



退院後は、自分の生活しやすいようにソファやベットの購入などを行い、車の改造も出来る事がわかり手動式運転装置を付けて自分で運転して好きな時間に移動できた時はとても嬉しくなりました。

しばらくは、術後影響もあり長時間座っていることも出来ませんでした。少しずつリハビリで歩いたりできる事をやっている内に長時間すわる事もできるようになってきて、これから先自分に出来る事は何かあるのか、仕事もやりたいと思っていたので、パソコン教室に通ったりして出来る事をやってきました。

ハローワークで職を探して、現在自立生活センターで働くようになり、島内だけではなく県外の障害を持つ方達とも繋がる機会ふえました。

人工呼吸器を付けた重度の障がいの方達が、介助者を付けて色んな研修会に参加している姿を見た時は、自分で動けなくてもやりたい事は出来る方法がある事に気付きました。

この仕事を通して、いろいろな方達と繋がりが増えました。障がい者が生きやすいように活動する人との繋がりと、宮古島で障がいを持つ方達とのレクリエーションでの楽しみなど、最近は週に1回のポッチャを楽しんでいます。

やりたい事、やらないといけない事は沢山ありますが、障がいを持っている方達がいろんな場所で楽しんでいけるようにして行きたいと思っています。障がいと言っても、人それぞれ出来る事、出来ない事があるので情報交換しながら一緒に学

び出来る事を増やせるアドバイスが出来る人になりたいですね。

今後とも宜しくお願いします。



新年のごあいさつ

NPO 法人 沖縄県脊髄損傷者協会

理事長 上里一之

沖縄県脊髄損傷者協会（以下、沖脊協）の会員の皆さん、関係者の皆さん、明けましておめでとうございます。

昨年6月より理事長を引き継いで半年が過ぎましたが、周りの人たちの支えのおかげで新しい年を迎えることが出来て、改めて感謝申し上げます。

辰年の今年、初代会長の横田清さんや先輩方の協力で沖縄脊髄損傷者連合会を立ち上げてから40周年の節目の年となります。現在のようにインターネットやSNS環境も無い時代に、横田会長を中心に一人ひとりに声をかけセルフヘルプの会を立ち上げ、仲間を増やし、全国の脊髄損傷者連合会ともつながり、脊髄損傷者の生活環境向上のため活動を継続してきました。また前理事長の仲根建作さんの下、任意団体からNPO法人へ移行し、

従来ピアサポート活動に加えて、県の委託事業や障害福祉サービス事業（就労継続支援A型・B型）を運営するなど、大きな組織として成長してきました。

そのような中で、活動の中心となり障がい者スポーツの分野でも牽引してきた役員の方、会員の皆さんの高齢化、障害の重度化等、若い世代へのバトンの引継ぎは、他の当事者団体同様、喫緊の課題だと感じており、これからの活動を継続していく上で多くの方の知恵と協力を得て行かなければならないと思います。

ピアサポート活動を礎に会員の皆さんとの連携の下、「Let`s enjoy our life together（共に人生を楽しもう！！）」をテーマに本年もどうぞ宜しくお願い致します。

2024年1月吉日



民間車検場（沖指第590号）/（株）ミックニライフ&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



関東の無人駅を視察してきました。



昨年3月に突如発生した「モノレール無人駅問題」。現在は対策案の待ち状態。そこで、昨年11月に関東地域の無人駅3か所を視察しましたので報告します。

①ゆりかもめ(東京臨海副都心線)

新橋と東京臨海副都心を結ぶ交通機関として、1995年開業し28年も経っていますが、自動運転(運転手がない)の「ゆりかもめ」お台場含めた臨海副都心の街を見て回りましたが、ユニバーサルデザイン度が高く、無人駅はすべてではなく、基幹駅には駅員がいました。また、各駅には昇降サポートする職員がいて、通勤時やイベント等の時間帯等で配置していました。



段差・隙間はほぼ無く、昇降サポートが無くてもストレスなく利用できました。



車いす等昇降場所は段差・隙間対応している表示を目立つように工夫!



車いす・ベビーカー優先スペースは表示もわかりやすくなっていて緊急時に運転手・駅員への連絡できるように画像確認もできるインターフォンが設置

②千葉都市モノレール

1999年3月24日に開業。千葉みなと駅から県庁前駅を結ぶ1号線と、千葉駅から千城台駅を結ぶ2号線の2路線を持つ。無人駅はすべてではなく基幹駅4駅には駅員が常駐。



③多摩都市モノレール

多摩都市モノレール線の開業によって、多摩地域の鉄道空白地帯は大きく減ることとなったが北多摩や南多摩地域には空白地帯が多く残っており、さらなる延伸も計画・構想されている。



一日平均乗客数は、2001年度の7万9815人から、2017年度には過去最多の14万2498人へ増加した。

4両編成で、仕切りがなく開放感があり車椅子等優先スペースは床部表示がなく、段差・隙間は広く、駅員さん対応のスロープの長さも短いため勾配があり昇降時は不安だった。



前号で報告した「宇都宮ライトレール(LRT)」のように、最新のIT活用と地域経済活性は公共交通の鉄則であり、アクセシブル化の条件だと思いました。沖縄都市モノレールさんは「負担軽減」視点での無人化方針に感じます。観光客含めた「人にやさしい」を軸に無人化回避をしてほしいものです。

報告@仲根



ゆんたくカフェ

沖脊協ピアサポート部会では、令和5年12月10日(日曜日)14:00~16:00、道の駅いとまんにて、「ゆんたくカフェ in いとまん」を開催しました。南部地区在住の脊損者や家族、支援者が集い、地域生活を営む中での困りごとなどランチを囲みながら、ざっくばらんにユンタクしました。主な内容として、介護者の確保等在宅サービス利用の工夫や介護保険制度を含めた65歳問題、また、南部地域に暮らす若い車いす利用のALS(難病:筋萎縮性側索硬化症)患者の講演会開催の案内等ありました。コロナ禍で途絶えていた対面でのゆんたく会を通して、南部地区で生活する仲間と久しぶりに会える喜びを改めて感じる事が出来ました。



次回、やんばるにて開催いたします。北部地区の脊損者等や車椅子ユーザーとユンタクしませんか?ご参加お待ちしております。

「ゆんたくカフェ in やんばる」

令和6年2月25日(日曜日) 14:00~16:00

場所: ガスト名護店(名護市字宮里875-16)

連絡先: 沖脊協事務局まで

電話: 098-961-6715 ✉: office@okisekikyo.com



ちはる歯科クリニック

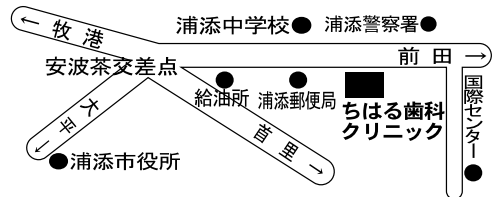
CHIHARU DENTAL CLINIC

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。

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

琉球治療院

皆さんはご存じですか？健康保険証がご自宅で使える訪問の鍼灸マッサージを行う治療院！

Q 琉球治療院とはどんな治療院ですか？

A 沖縄県全域を対象に、健康保険証が適用できる訪問の鍼灸マッサージの治療院です。

世界保健機関（WHO）が効果効能を認証している鍼灸マッサージを提供しています。

Q 初めての利用ですが、初回の料金を教えてください。

A 初回は無料でお身体の状態を伺いながら、無料で実際に治療を受けていただきます。

その際、継続希望であれば、当日で継続の手続きまで行えます。

Q 治療場所はどちらになりますか？

A 訪問治療がメインとなっておりますのでご自宅、もしくは施設にお伺いして治療を行います。

Q 契約や申し込み方法等を教えてください。

A 施術を開始するにあたって契約等はありません。

2、3枚程度必要書類をご記入いただくと全てこちらで継続の手続きを行っております。

無料体験はお電話又はHPやFAXにてお受けいたします。

Q 無料体験時に何か準備するもの等がありますか？

A 健康保険証と、お薬手帳、身体障がい者の方は障がい者手帳と、お持ちの方は重度障害者手帳をご用意頂きます。



Q 初回はほんとに無料で大丈夫なの？

A 無料です。鍼灸マッサージを活用することで介護費、医療費の負担軽減にもつながるので是非ご活用下さい。

Q 料金はいくらですか？

A 健康保険証が適用できますので、一割負担の方なら400円〜となります。

負担割合に応じて変わります。生活保護者や重度身体障がい者はゼロ円になることもありますので、ご相談ください。

Q お支払い方法は？

A 健康保険証を使用するの施術の場合、都度払いができませんので、一か月分をまとめて翌月に口座引き落とし、又は、現金引き渡しにより集金しております。

Q 治療対象外の患者様等はいますか？

A 基本的にありません。詳しくはご相談ください。

Q 電話したその日で治療は受けられるの？

A 受けられません。お電話にてご希望の日時を伺い事務員が調整致しますので、最短で翌営業日以降の対応となります。

Q ベッドが無いけど大丈夫？

A 人一人、横になれるスペースがあればどこでも施術が行えます。

横になる事がきつい方も座ったまま施術を受けることができます。

Q 女性の施術者もいますか？

A はい。女性施術者も多数在籍しておりますので、ご希望の際はご相談ください。



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

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



私が首里城観光をお勧めする理由 part 2

火災で焼け残った大龍柱もガラス越しで見られる

火災後の調査で割れているのが分かり、補修された大龍柱が展示されていますが、新たな大龍柱の製作が始まると見本として使用される為、非公開になるそうです。



天候次第では慶良間諸島などの眺望を楽しめる

西のアザナはスロープで登れるので、首里城より西側の那覇の街並みから東シナ海や慶良間諸島などの眺望を楽しめます。ちなみに東のアザナは石段のみでスロープはありません。



身障割引が受けられる

身体障害者手帳の提示で本人と介護者1名分の入場

料や駐車料金が無料となります。

一度見に行ったら、進捗が気になってまた見に行きたくなる首里城の魅力、伝わったでしょうか？

さて、車椅子での首里城観光には大きなハードル、高低差の対策が必要です。国土地理院地図によれば、守礼門の標高111m、下之御庭125mと14mも登らなければなりませんし、素屋根見学エリアまでは仮設スロープがさらに続きます。さらに西のアザナは下之御庭から5m上りますので、余程の体力自慢でなければ押し上げてくれる人が必要です。

首里城公園側は「たまたま手の空いている職員がいれば介助可能かもしれないが、確約できかねる」とのことなので、自身で同行者を探さなければなりません。

現状、ヘルパーさんを頼んでいけば、外出支援として依頼できるかもしれませんので相談してみてください。

ついでに那覇空港にあるしょうがい者・こうれい者観光案内所に尋ねたところ、料金は掛かりますが2件紹介いただきましたので記します。

☆一般社団法人くくる：098-888-5996

バリアフリー旅行支援（1時間あたりの税込料金）
ヘルパー ¥4,400 ※3時間以上のご利用の場合（3時間未満の場合は料金が変わります。）

利用希望日の1ヶ月半以上前に相談すれば、土日祝でも対応したいとの事です。

例えば、ゆいレール首里駅待ち合わせ→首里城観光→首里駅解散の様な依頼なら、待ち合わせ時刻から解散時刻までの料金になるそうです。

ホームページにアクセス可能なら、問い合わせフォームで、希望する日程や行きたい場所、障害の内容や介助内容を送ると、行き違いなく依頼ができるでしょう。

☆沖縄介護センター：098-882-1156

トラベルヘルパー依頼（税込料金）
8時間：16,500円、超過料金1時間1,980円
要介護度によっては、料金が変わるそうです。

(安田英俊)

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

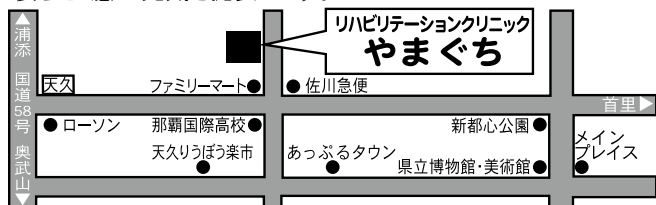
院長 山口 健 リハビリテーション科専門医
副院長 山口 浩 整形外科専門医
リハビリテーション 理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・看護師

診療科目/リハビリテーション科・整形外科 ▶身体機能訓練

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

▶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。



サンシャイン ゆいま～るさまからの寄付に感謝！

遊技業のサンシャイングループさんのCSRで取り組まれている「サンシャインゆいま～る」半期（6か月）で寄付を受けています。今回（2023年7月～12月）は66,000円でした。この寄付金は、沖縄協会のICT支援活動ほかに有効に使わせていただきます。長年のご支援に厚く感謝いたします。

投票方法

店舗内にある募金投票箱があり、登録している社会活動団体にお客さんが替金の際に発行される「レシート」を指定する団体に投票し、ポイント化されてサンシャインさんが寄付額を算定する仕組みです。

みなさん、パチンコ、スロットでおたのしみの際には沖縄県脊髄損傷者協会に投票してください。

よろしくお願いします。



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。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>



編集後記

あけましておめでとうございます。

広報誌しゃりんを読んでいただきありがとうございます。今年からは新年から自然災害やいろんな出来事がありますが皆さんのご健康 ご多幸をお祈り申し上げます。新しい年も広報しゃりんを通して皆様のお役に立てるような情報や沖縄協の活動を知っていただけるように情報発信できるように必要な情報もお届けできたらと思っています。これからもよろしくお願いいたします。

(宮城幸春)

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
トクレ)オキナワケンセキズイソシヨウシヤキヨウカイ

賛助会員（個人）
一口 3,000円



沖縄銀行 石嶺支店 （普通）1520193
トクレ)オキナワケンセキズイソシヨウシヤキヨウカイリジチヨウウイサトカズキ
(特非) 沖縄県脊髄損傷者協会 理事長 上里一之

賛助会員（団体）
一口 5,000円



琉球銀行 石嶺支店 （普通）445603
オキナワケンセキズイソシヨウシヤキヨ