



平成 28 年 6 月 28 日(火) (毎週火曜日) 第 12261 号

昭和 54 年 8 月 1 日第三種郵便物認可 編集・発行

特定非営利活動法人

清水障害者サポートセンター そら

静岡市清水区庵原町 219-18

TEL 054-366-8000 FAX 054-366-7780



なつ 夏のごあいさつ

しみずしょうがいしゃ 清水障害者サポートセンターそら
りじちよう 理事長 山本 忠広

発行所 東海身体障害者団体定期刊行物協会

名古屋市中区丸の内三十一番四三 三三三センター四F 定価五〇円

ひさ たよ とど あつ し き むか みな か
久しぶりにお便りをお届けします。暑い時期を迎えていますが、皆さんお変わりはありませんか？くれぐれも熱中症にお気をつけくださいね。

ほ こうしゃせんよう にほんいちなが つりばし しずおかけん ぞんじ みしまし
歩行者専用としては日本一長い吊橋が静岡県にあることをご存知でしょうか？三島市にあり
ぜんちょう みしま つりばし みしまし い こくどういちごうせん
ます全長400mの「三島スカイウォーク」がその吊橋です。三島市と言っても、国道一号線を
はこねやま む やま ちゅうふく つりばし はば くるま どうし ちが
箱根山に向かった山の中腹にあります。吊橋の幅が 1.6mあり、車イス同士ですれ違いがで
きるということで、早速ゴールデンウィークに行ってきました。

いま にんき ちゅうしゃじょう こんざつ き はや い くるま
今はけっこう人気があり、駐車場も混雑すると聞いたので早めに行ったところ、車イス
せんよう ちゅうしゃじょう ちゅうしゃ ちゅうしゃじょう いりぐち いどう
専用の駐車場に駐車することができました。駐車場から入口まで 200mくらい移動し、
にゅうじょう か はい あんない かた ちゅういじこう でんどうくるま しゅどうじょうたい
入場チケットを買って入りましたが、案内の方からの注意事項で、「電動車イスは手動状態
にして、介助者に押ししてもらってください。」とのことでした。「おいおい、そんな大事なことはホームページに載せておいてくれよ！」と思いましたが、その場はそのまま渡りました。確かにくるま ちが はば ちじょう きょうふう ゆ つりばし うえ
に車イスのすれ違いはできる幅とはいえ、地上70mの強風で揺れる吊橋の上では、なかなか
でんどうくるま そうさ むずか でんどうくるま じぶん あし わた
電動車イスの操作は難しいでしょう。「電動車イスが自分の足なんだからこれで渡らしてくれよ」という気持ちと、「周りの方への安全の配慮」というところで考えさせられます。皆さんもよかったら体験してみてください、揺れる吊橋！



しゃしん 写真はホームページより

かいご <介護サービスそら>

今回、介護サービスそらで、重度訪問サービスをご利用頂いている志野明弘さんが参加した、FOP (進行性骨化性線維異形成症) の交流会についてのお話を紹介させていただきます。

『 FOP 講演会 & 患者家族交流会へ参加して思う 』

私は FOP (進行性骨化性線維異形成症) という病気の患者です。筋肉が骨になる病気で、いまだ治療法はなく、患者数も少ないです。私は 10 歳の頃に発病し、それから約 40 年経ちました。体は大きな関節のほとんどが骨で固まり、重度の身体障害者となりました。

2016 年 3 月 12 日に兵庫県明石市で、京都大学 iPS 細胞研究所の戸口田教授講演会と患者家族交流会が行われ参加してきました。介護タクシーを利用して片道約 7 時間の 1 泊 2 日の旅でした。

戸口田教授は、ノーベル賞をとった山中教授の研究所で、iPS 細胞を使い FOP を研究してくれています。その研究報告を聞きました。内容はまだ公表できないそうなので書けませんが、これからの期待できるものでした。近い将来、進行を抑える治療薬がひとつできるかもしれません。

FOP という病気は、注射や手術等で体を傷つけたり何かにぶついたり圧迫するだけでその個所に骨化が進行することがあり、患者数も少ないために、研究が難しかったと聞きます。それが iPS 細胞によって FOP の組織が作れるようになり、体を傷つけることなく研究ができるようになったようです。医学の進歩発展を実感します。

患者家族交流会では、知っている方が多く、楽しく交流ができました。成長期の患者さんの中には前回見た時より新たな進捗があったようです。

子供が最近 FOP と診断されたというご家族の方が来ていました。私も経験してきたことです。がやはり不安が大きいようです。



FOP 講演会の参加者の人たち

戸口田教授とのツーショット



私は新しい FOP 患者が見つかったことを聞くと、まず残念に思ってしまう。それは、FOP という病気がなくなってほしいけどなくならないということだから。早く治療法が完成してほしい。それが現実となる時代の始まりが今なのだろうと思っています。

志野 明弘

せいかつかいご 〈生活介護そら〉

みなさま 皆様こんにちは。いよいよ夏の到来ですね。そらの日々の様子です♪



こい づく およ こい
〔鯉のぼり作り〕そらに泳ぐ鯉のぼりは、とてもたくましかったです♪



やさい やさい
〔BBQ〕野菜をカットしたりフルーツの盛り付けをしました☆



かつどう づく じかん ま
〔エコラフト活動〕バックやカゴを作っています。時間があつという間だなあ～☆



たなばたかざ しみずたなばた さんか みずいろ はな こいじょう かんせい
〔七夕飾り〕清水七夕まつりに参加します♪ 水色のお花は 400 個以上！そらの完成です。

♪どねみ♪



室内では、女の子には粘土や紙で作ったお寿司屋さんが人気。男の子には、サッカーの

ボードゲームが人気です！



外遊びは、近くの公園でサッカー、大縄跳びに縄跳び、砂場が人気です！



はらぺこあおむしを製作中です。7月の七夕祭りで清水銀座商店街に吊るされます。



城北浄化センターで花菖蒲を見学してきました。とても綺麗でした！

かんりしゃ いかわ けいすけ
管理者 井川 恵介



★ はいくぴあ・エイトからの お知らせ ★

はいくきょうしつ ひ つづ おこな
俳句教室は、引き続き行っています！

みな き
皆さん、ぜひ来てみてください！

にちじ まいつきだい げつようび よていへんこう
日時：毎月第3月曜日 (予定変更あり)

ばしょ しみず かい
場所：はーとぴあ清水1階ビューロー

こうし あおやなぎはつぼうせんせい
講師：青柳八風先生

かいひ えん
会費：500円

たんどうしゃ ともえがわりゆうのすけ
担当者：巴川龍之介

といあわ
お問合せ：m. 32518-32518@docomo.ne.jp

てづく はんばいちゅう
☆手作リシュシュ&ゴム 販売中☆



せいかつかいご りようしゃ さくせい
生活介護の利用者さんとスタッフが、作成・
はんばい 販売しています。心を込めて作っていますよ~♪
販売場場所：そら入口事務所前
もと (お求めは、生活介護そらにお声かけください♪)



せんりゅう
～みんなの川柳～

うじ かね しず まち な わた
宇治の鐘 静かな町に 鳴り渡る

かいごう ねんきん さ ふあんま
介護受け 年金下がり 不安増し

おかし さま ちゅうがっこう きょうとしゅうがくりゅうこうご まん だしゅくだい
(昔、じいさんが中学校の京都修学旅行後に詠んだ宿題)

5がつまつ ねんきん さ い つうち
(5月末、年金が下がるという通知をもらい…)

じいさん様

あめあ げんべい ひ
雨上がり 源平ホテル 灯をともし

すだれかけ あつ よこ
すだれかけ 暑さをさけて 横になる

おおくぼひでこさま
大久保英子様

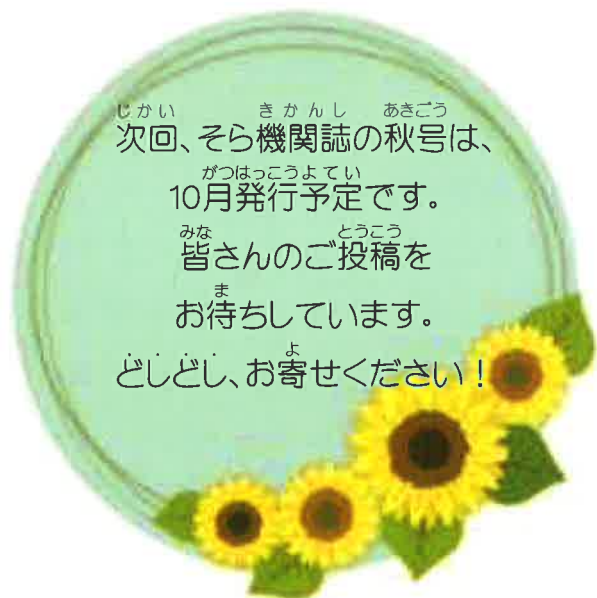
はいく
～みんなの俳句～

ひやくさい つぶなつ じょうざい
百才に ひと粒夏の 滋養剤

まつもと さま
松本うめ様

なつ さいこう
夏だよね やっぱりスイカは 最高だ！

すぎやまゆきひろさま
杉山幸弘様



じかい きかんし あきごう
次回、そら機関誌の秋号は、

がつはつこうよてい
10月発行予定です。

みな とうこう
皆様のご投稿を

ま
お待ちしております。

よ
どしどし、お寄せください！

ホットハート介護サービス



研修会の報告

4 月:「**接遇**」“あなたは、自分自身に**介護**されたいですか?”

「**介護職**にとって**永遠**のテーマですね。」と、ヘルパーが感想に書いてくれました。研修で振り返る機会を持ち、ぜんまいのねじが巻かれても、時間の経過につれて接遇への意識も弱くなってしまう。そのとき、自分の胸に問いかけてみましょう。

“自分自身に**介護**されたいですか?”

5 月:「**ひやりはっと・事故報告書**について」

ひやりはっとは、事故報告書ではありません。危険を見つけ出すためのツール(手段)として必要になることがありますので、“**気づきレポート**”をたくさん書き出してみましょう。

川柳でおなじみ

“ひのさか”の波乱万太郎

連載スタート!

私は 67 才。ホットハート介護サービスを利用して 2 年くらいになります。平成 10 年 4 月に突然「**右胸 郭出口症候群**」という病気になり右腕が肩から指先まで腫れ麻痺してしまいました。激痛に苦しみながらそれでも、朝夕、開業医で鎮痛剤の注射を打ちながら仕事に通いました。3 カ月後日赤病院を受診すると、右肩三頭筋と右の第一肋骨で動脈が 2 センチほど圧迫されていて、放置すれば右腕を切断しなくてはならないと診断されたのです。右胸からわきの下の後ろまで 38 針縫う手術は約 9 時間かかりました。2 週間は 45 度ほど倒したベッドで絶対安静でした。その後、松葉杖で院内の廊下を歩行中に手すりに右手が挟まり、薬指と小指を骨折。麻痺している右手は、痛みさえ感じませんでした。折り紙を折って手や指のリハビリをしたり、治療を受けながら 4 ヶ月半の入院生活を送っていた年末、医師から、信じられない言葉を聞くのです。

「残念ですが右腕はあきらめてください。」その言葉を受け入れる事は出来ませんでした。退院後、酒におぼれ急性アルコール中毒で救急搬送されたり、やけになり右肩の骨が見えるほどブロック塀に強打したこともあります。3 年の月日を経てようやく自分の障害を受け入れられるようになった時、ある人から「**畑**をやってみないか」と言われたのです。「**畑!!**右腕の機能を失った自分が?」本当にびっくりしましたが、少しずつ気持ちが動き始めていきました。次号へつづく。

編集担当・大澤

内容のお問い合わせ・稲葉

居宅介護支援 ホットハート

みなさま 皆様、いつも機関誌を読んでいただきありがとうございます。
 さわやかな季節もあつという間に過ぎ、うっとり梅雨になりました。事務所の暖炉は休憩中ですが、初夏の立派な百合の花の引き立て役になってくれています。これからの季節、皆様が、熱中症には十分気を付けてお過ごしください。



雨の日に頭と口の体操はいかがですか？

～頭の体操～

静岡市の地名です。ご存知ですか？ (答えは下にあります。)

初級編

- ① 上土 ② 浅間町 (葵) ③ 聖一色 ④ 丸子 (駿河) ⑤ 御門台 ⑥ 馬走 (清水)

中級編

- ⑦ 産女 ⑧ 水見色 (葵) ⑨ 根古屋 ⑩ 向敷地 (駿河) ⑪ 清地 ⑫ 茂畑 (清水)

上級編

- ⑬ 沓谷 ⑭ 慈悲尾 (葵) ⑮ 安居 ⑯ 石部 (駿河) ⑰ 葛沢 ⑱ 増 (清水)

～舌の体操～

食事をしっかり噛むことができ飲み込みやすくなります



口唇のまわりを 1 周まわす

口を閉じて行うストレッチ



頬、口唇の内側を 1 周まわす

頭の体操 答え ①あげつち②せんげんちょう③ひじりいっしき④まりこ⑤みかどだい⑥まばせ
 ⑦うぶめ⑧みずみいろ⑨ねごや⑩むこうしきじ⑪きよじ⑫もばた⑬くつのや⑭しいのお⑮あご
 ⑰せきべ⑱とずらさわ⑲ぞう

しずおかし ふくしひなんじょ
静岡市における《福祉避難所》 どうなってるの？

ことし がつ 今年4月、またもや想定外の大きな地震が発生し災害の怖さを感じました。私たちはこれからも
 じじょ じぶん み じぶん まち じこころが ぼうさい げんさい たいさく おこな じつよう
 自助(自分の身は自分で守る)に心掛け、防災や減災のための対策を行うことが必要ですね。

さて、みなさんは、静岡市の福祉避難所についてご存知ですか？

しずおかし ふくしひなんじょ
静岡市の福祉避難所は…

- ★ 地震や風水害その他の災害が発生した際、体育館などの避難所での生活において特別な
 はいりよ ひつよう かた たいしよう にじてき ひなんじょ
 配慮を必要とする方を対象とした二次的な避難所です。
- ★ 災害時にすぐに開設するものではなく、避難所での避難者の状況や福祉避難所となる施設
 ひがいじょうきょうなど かんあん しずおかし ほんだん もと かいせつ
 の被害状況等を勘案し、静岡市の判断に基づき開設されます。
- ★ 受入れの対象となる方は、避難所での生活が困難であり、避難所生活において何らかの特別
 うけい たいしよう かた ひなんじょ せいかつ こんなん ひなんじょせいかつ なん とくべつ
 な配慮を必要とし、施設等に入所・入院するに至らない程度の在宅の方です。
- ★ 福祉避難所の受入れの対象となる方は、静岡市が決定しますので、
 ふくしひなんじょ うけい たいしよう かた しずおかし けつてい
 直接福祉避難所へ避難しても受入れてもらうことはできません。
- ★ 施設の被害状況等によっては開設されない場合もあります。



ふくしひなんじょ ひなん きぼう ばあい
福祉避難所への非難を希望する場合…

まずは、近隣の避難所の担当者へ、困っている状況を伝えることが必要です！

しずおかし さんこう
 ~静岡市のホームページ参考~

ちいき ぼうさいくんれん さんか
地域の防災訓練に参加しましょう！！

みな す ちいき ひなん ぜんじ じたく にっちゆう
 皆さんは、お住まいの地域において、どこへ避難したらいいかご存知ですか？自宅や日中の
 かつどうさき けんいき ちょうないかい じちかい ひなんち ひなんじょ うんえい みどか ひなんち
 活動先などには、その圏域の町内会や自治会が避難地や避難所を運営します。身近な避難地を
 しら ことし ぼうさいくんれん さんか
 調べ、今年こそは防災訓練に参加してみましよう。

お問い合わせ： しみずしょうがいしゃ しょうだんたんとう はぎわら ふかざわ
 清水障害者サポートセンターそら 相談担当 萩原・深澤 まで
 TEL :054-366-7781 FAX 054-366-7780

へんしゅうたんどうしゃ
【編集担当者より】

む きせつ すいぶん こまめ ほきゆう ことし がつ う さんなん
 蒸し暑い季節になりました。水分は細目に補給しましょう！今年3月に産まれた三男が、
 さいきん め お わら さいきん ねがえ がんぼ いかわ
 最近、目で追い笑うようになりました。もうすぐ寝返りもしそうです！頑張り!! (井川)

* すべてのお問い合わせは、「清水障害者サポートセンターそら」までお願いします。

TEL 054-366-8000 《代表》 FAX 054-366-7780

http://n-sora.org

Email: mail@n-sora.org