

ODA しゃりん

第 169 号

2024 発行
6月

◎特集

横田清さん(初代会長)

第一章

壮絶な大けがから復活への挑戦

第12回(令和6年)通常総会

4p

2024年度全脊連第23回定時総会愛媛県大会参加報告

経肛門的洗腸療法導入その2

6p



特集：第一章

よこた きよし 横田 清さん

沖脊協 40 周年を記念しまして、**沖脊連（旧：沖縄脊髄損傷者連合会）創設時から尽力いただいている初代会長の横田清さんの半生記事の特集で書いていただきました。**

大けがと入院生活（県立病院）

仕事中に大けがをする。

夏のある日、いつものように早朝のジョギングをやった後、出勤した。会社でもいつものように朝礼を済ませ、倉庫内で商品の仕分けから仕事が始まった。倉庫内で商品仕分けの最中に事故が発生した。倉庫内は中2階の構造になっていて、私は1階で屈む姿勢で仕分け作業をしていた。その時、突然何の前触れもなくドーンと鈍い音が聞こえた。その音に間髪を入れず自分はうつ伏せ状態で倒れた。その後激しい痛みを感じた。意識はあるものの何が起こったか理解できず、ただ痛みだけが激しいので、仰向けに体を起こそうとするが自分ではできず、仲間に助けを求めた。間もなくして救急車で県立那覇病院に運ばれた。あまりの痛さに耐えきれず所々意識がなくなった。病院に運ばれてすぐさま手術を受けた。

脊髄損傷という腰の骨が脱臼する大きな怪我だった。最初の手術後、2、3か月後に2回目の手術を受けた。1回目の手術後は痛みも少なく済んだものの、2回目の手術後は激しい痛みが襲った。痛みを抑えるため鎮痛剤を多用した。次第に幻覚症状が出現するようになり、鎮静剤の服薬・注射は拒否し、ひたすら痛みに耐える日が続いた。全身に付いていたゴム管が外れるとともに痛みも次第に軽減していった。激しい痛みが無くなった頃から、今度はものすごい悪寒と高熱に襲われた。発熱前の悪寒はこれまで経験したことは

無く、体が激しく痙攣し口内の歯が激しく歯ぎしりした。悪寒が収まり今度は高熱に襲われた。悪寒が収まった頃、何やら口の中が小石でも噛んだようにガリガリするので、吐き出したら、自分の歯の欠片だった。

以後、退院するまで幾度となく高熱がでた。原因は腎盂腎炎^{じんうじんえん}である。脊髄損傷による下半身まひで排尿や排便が自力でできなくなったため、慢性的な膀胱炎が続き、それに伴い腎炎が発生したのである。

自力排尿ができないので、簡潔導尿というペニスにカテーテルという管を通し、膀胱からおしっこを出す作業を自分でやらなければならない事になった。昼夜問わず毎日数回やる必要があるやっかいな作業だった。排便は何もしなければ、簡単に言うと垂れ流し状態である。寝ている最中にいつの間にか便が出ていたこともあった。その度に看護師のお世話になった。シャワーチェアに座り入浴中、突然便が出て入浴しているのか排便しているのか戸惑う時もあった。そのため、事前にベッド上で摘便するかレシカルボンという排便促進の座薬を使用して排便をベッド上で済ませた。



沖縄県更生指導所、沖脊連結成大会

じよくそう 褥瘡に悩まされる。

排便、排尿が毎日私を悩ませる一方、手術直後にできてしまった褥瘡（床ずれともいう）も入院生活で大変大きな悩み事だった。2時間ごとに体位変更という煩わしい寝返り

を強いられた。昼間はまだ良いほうで夜間の寝返りは辛かった。自力で寝返りが不可能なため、寝ている最中呼び起こされて体位変更が行われた。排尿のための自己導尿も同様に昼夜問わず行わなければならない本当に辛かった。こんな状態が今後一生続くのかと思うと、将来への不安感と必ず歩いて退院するのだという心の葛藤が脳裏を駆け巡った。



サポテン公園

九州労災病院ではリハビリに苦勞した。

リハビリは理学療法士による機能回復訓練から始まり、作業療法士による物づくりや床から車いすへの移乗訓練、車いすの操作訓練、乗用車への移乗訓練等、毎日朝から夕方まで訓練攻めだった。訓練を重ねるうち徐々にできることが増えると、厳しい訓練メニューも結構楽しくこなせるようになった。リハビリは計画通り順調に消化し、最終段階になると、ソーシャルワーカーによる社会復帰に備えた様々な情報提供が行われた。

自宅のバリアフリー化のノウハウ、運転免許の更新の仕方、ハローワークでの就職活動及び雇用保険の受給、そして一番重要な生活

資金はどうするのか等、実に多くの情報支援を受けた。

当時、一般就職などはほとんど不可能で当事者も支援者も建前は一般就職が目標であると言うが、それが困難だという事は織り込み済だった。最も可能性が高い働き方は、授産施設という障害者入所施設における訓練目的の軽作業であった。労災病院のソーシャルワーカーもそういう考えだったのだろう、ある日私を病院の車で大分県別府市にある「太陽の家」という授産施設の見学に連れて行った。見学には地元大分県出身で頸椎損傷の若い女性も同行した。この女性は首の骨を損傷し、全身マヒの障害を持っていたが、マヒの状態が不全状態だったため、杖歩行が可能だった。九州労災病院では病棟が同じだったという事もあり、おしゃべりやゲームをするなど仲が良かった。結局彼女は退院後にこの施設へ入所した。私も一時期は施設入所も視野に入れたこともあった。しかし、沖縄の家族のこと、会社への損害賠償請求のこと等、退院後やらなければならない課題が山積している事を考えれば、大分県での生活を選択する余地はゼロだった。(次号に続く)



若き日の横田さん、1994年



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

特定非営利活動法人沖縄県脊髄損傷者協会 第12回(令和6年)通常総会



去る5月26日(日)14:00-16:30 サンアビリティーズうらそえ1階研修室にて、NPO法人沖縄県脊髄損傷者協会(以下、沖脊協)第12回(令和6年度)通常総会が開催されました。正会員80名中、会場参加者及び委任状提出者合わせて59名の議決権の下、昨年度の活動報告や収支決算(案)・新年度の事業計画や予算(案)・役員の補充(案)などが審議され、全員一致で了承されました。



特に役員補充では、長年に渡り監事を担っていただいた横田清氏が本総会をもって退任するにあたり、感謝の気持ちを伝えると共に、事務局の方から花束を贈呈いたしました。また、前田光智氏を新たに理事として迎えることになり、沖脊協創立40周年記念の年を会員や職員の皆さんと共に盛り上げて行きたいと思えます。理事の一人である小嶋晴樹氏のハーモニカ演奏を堪能しながら閉会となりました。(報告：上里)

売上(A・B型)

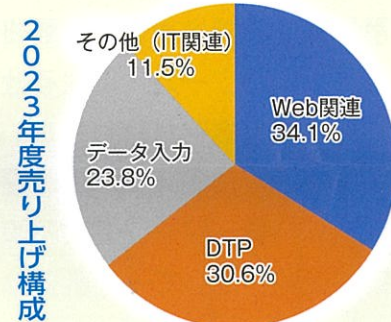
内 容	売 上	比率
Web関連	4,100,094	34.10%
DTP	3,678,373	30.60%
データ入力	2,869,387	23.80%
その他(IT関連)	1,389,342	11.50%
合 計	12,037,196	100.00%

一般就労につながった実績

	A型	B型
一般就労支援人数	0名	0名

生産活動収入と給与・仕入れの収支状況

内 容	金 額
生産活動収入(全体)	12,037,196
人件費支出(A型)	9,306,280
人件費支出(B型)	4,876,870
仕入原価支出	941,117
差引額(生産収益)	-3,087,071



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 ④ ① ② ③ http://www.ryukyu-chiryoin.com/

2024年度全脊連第23回定時総会愛媛県大会参加報告



去る6月8日(土)・9日(日)松山市総合コミュニティセンター3F大会議室にて、2024年度全脊連第23回定期総会愛媛県大会が開催されました。今大会は全国頸髄損傷者連絡会も共催で実施されました。全国各県支部から会場・ZOOM合わせて70名余りの会員参加の下、昨年度の活動報告・収支決算報告、監査報告、本年度の活動計画・予算案等の議案審議がなされ、全て全会一致で可決・成立となりました。

その他公開講演Ⅰ・Ⅱや夕食を兼ねた懇親会など、お互いの健康を願いながら、全国各地の情報交換の場となり、来年度の東京大会での再会を約束し、有意義な二日間の定時総会でした。



井谷さんと安藤さん



榎屋先生と伊藤さん

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





経肛門的洗腸療法導入 その2

9月21日 導入から14日後に、コンチネンス外来問診 大腸・肛門外来診察で、14日間の状況は、2日後からは、敵便・座薬は使用しなく漏れなどがなくなった。また、お腹の張り感が取れた感じがあると変化について説明し、今後続けられる旨を医師に説明する。

導入後一番心配なのは、職場・外出時等で残温水の残り水による漏れや失便でしたが、この14日間は一度も有りませんでした。

今後は、2日に1回の経肛門的洗腸療法導入で最大温水700ccに変更する。

10月19日 1日置きを導入後、約1か月が経ち、コンチネンス外来問診 大腸・肛門外来診察 経肛門的洗腸療法の導入後の状況は、敵便・座薬は使用しなくなった。また、お腹の張り感が取れた感じがあり、心配していた職場・外出時等で残温水の残り水による漏れや失便は起こらなかった。次回から1日置き導入に、最大温水量1000ccに変更する。経過を見ながら自分の一番合っている温水量を見つけられれば、予定に合わせ経肛門的洗腸療法が出来れば、大変便利になると感じた。コンチネンス (continence) とは失禁を肯定形にした反対語で、排泄がコントロールついている状態を示す言葉です。排泄は毎日のことであり、これを不快でない状態にすることは生活の質 (Quality of Life) を向上させます。

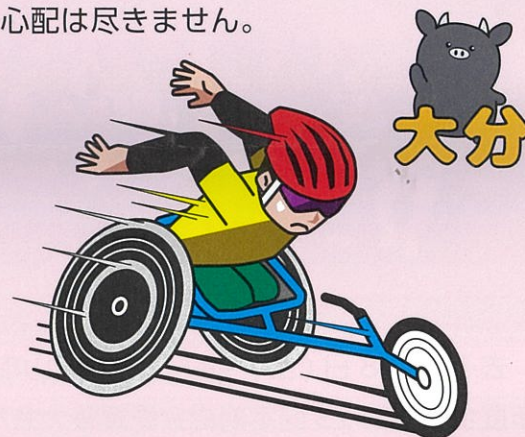
医師による治療だけではなく、生活習慣、食事などの指導や排泄に関わるリハビリ、トレーニング治療も重要な要素となり、大腸・肛門外科による治療と、コンチネンス外来による排泄ケアの両輪で排泄サポートを受けています。

今後、県外への渡航やスポーツ競技の参加などで、どの様に変化が生じるか楽しみにし

ています。ただ、便座に座る時間が90分近くになり、工夫が必要で、現在は、スマホや雑誌などを見えています。

11月16日 導入から75日を経過しました。現在温水にて950cc注入し

ていますが、いまだに職場や外出時等で残温水の残り水による失便や漏れ等が起こらないか心配は尽きません。



11月18日から大分国際車いすマラソン大会に参加する為、11月17日から大分県にまいります。渡航先での経肛門的洗腸を行う予定ですが、ホテルでの便座への移動に、洗腸が出来るか不安は残りますが、まずは、大分へ行ってホテルのトイレを見ながら対応を考えたいと思います。ホテルでの対応が難しい場合は、従来の敵便に座薬での対応を進めたいと思います。

この経肛門的洗腸療法の導入で、排便管理は、依然の下剤・敵便等と比べ大変楽になり助かっています。誰でも出来るかと言われたら「個人次第」だと思います。導入中に腹痛や変化、注入量など試行錯誤状態なので、自分の物になるまでには時間が掛かりそうです。(次号に続きます。)(片倉政人)



ケーソンが主人公、新聞連載小説「ひまわり」

最近、毎日の新聞で気になっている連載小説がある。私は普段、新聞の連載小説などまったく興味は無いのだが、ふとした一文か何かが目に入っているのか読むようになったようだ。

その連載小説のタイトルは「ひまわり」。事故で頸髄損傷になってしまった会社員の女性が始めての人生をえなくなり、その後弁護士を目指す物語。

主人公はケーソン。文面から察するにC5-6レベルだと思われる。文中には「頸損」「痙性」「褥瘡」など、この業界の人達にはとても馴染みのある言葉も出てくる。さらに、全脊連の名前にかなり近い団体名も登場する。

ここまで聞いて「あれ?」と思った方はいないだろうか。

そう、脊髄損傷でありながら弁護士になった菅原崇さんと主人公がよく似た境遇なのである。菅原さんはよく知らないけど、たぶんこんな苦勞されたんだな一とか思って読んでいたのだ。それにしても作者の新川帆立さんはケーソンの世界をよく勉強されているらしい。

さて、しゃりんがこの記事を書くにあたって調べた結果、さらに興味深いことが判明した。逆だった。この小説の主人公のモデルが菅原さんだったのだ。

小説作者の新川さん自身も弁護士資格を取得したことから大変さがよく分かるため、ケーソンの菅原さんがどうやって司法試験を突破したのかを書きたくなくなったことから小説が生まれたようだ。知らんけど。

小説は沖縄では沖縄タイムスのみで読める。読書・文化欄にて火～土に掲載中。(砂川昭人)

R.C.Y.
Rehabilitation Clinic Yamaguchi

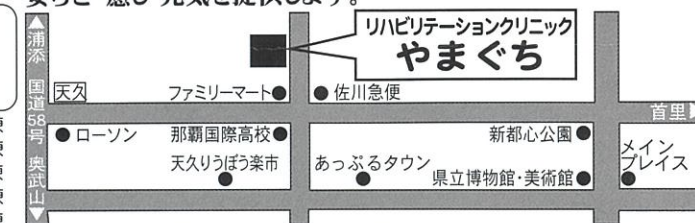
**リハビリテーションクリニック
やまぐち**

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

▶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

安らぎ・癒し・元気を提供します。



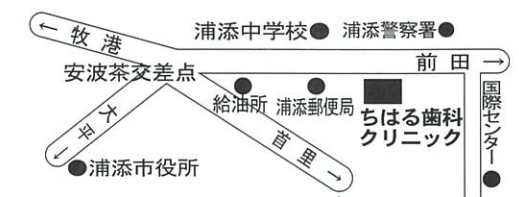
ちはる歯科クリニック
CHIHARU DENTAL CLINIC

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



「東海岸 BBQ TERUMA」に所在する「ひもの食堂」に行ってきました。

こちらの店舗は海中道路に向かう途中の道沿いにあるお店で、店内はバリアフリーの広々とした空間で、私が使用している電動車椅子でも余裕をもって移動することができました(入口だけは自動ドアではなく片開きドアでした)

また、駐車場も広々としたスペースで身障者用駐車場もあり、身障者用トイレも完備。

「ひもの食堂」のメニューは「名物!さば開き定食」、「あじ開き定食」、「真ほっけ開き定食」、「鰯ほっけ開き定食」、「サーモンはらす定食」、「赤魚幽庵定食」、「黒糖さばみりん定食」、「豚の生姜焼き定食」の合計8品の定食が提供されていました。

そして、ごはん、お味噌汁、その他漬物や佃煮、ふりかけ類のおかわりが自由という嬉しいサービス付きとなっていました。

メニュー表を見て注文に迷いましたが、「鰯ほっけ定食」を注文することにしました。

注文を終えてから約10分ぐらいが経ったこ

ひもの食堂

ろ、店員さんが配膳してくれた定食のほっけを見てそのサイズの大きさにちょっとビックリしました。

サイズのみならず、お魚の身も弾力があり、塩味で美味しく、新鮮なお魚を提供してくれているんだという感想でした。

また、付け合わせに、もずく酢とレンコンの和え物の2品が添えられていて「和」を堪能させていただきました。

店内では沖縄民謡のBGMが流れており、雰囲気も良く、ゆったりとした時間を過ごすことが出来ました。

気になるお値段ですが定食一食分で千円台とコスト的にも最高でした。

お店の近くには海中道路や浜比嘉島など絶景スポットも多数あります。

うるま市にお越しの際はぜひ寄ってみてください。(小嶋晴樹)

ひもの食堂

〒904-2301 沖縄県うるま市与那城照間1860-1

TEL.098-989-5626

営業時間: 11:00~16:00 (LO.15:30)



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

だいぶ暑くなりましたね。沖縄は夏真っ盛りです。私は頸椎損傷による四肢麻痺で体温調整ができないので暑さや寒さはとても苦手ですが皆さんは体調管理はどうされていますか?お互いに熱中症対策と水分補給を日頃から意識しながら暑さを乗り切って健康第一で、できる限り無理のないように楽しんでいきましょう!最後まで読んでいただいて、いつもありがとうございます。(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

賛助会員(個人)
一口 3,000円

賛助会員(団体)
一口 5,000円

Rakuten 楽天銀行

① 沖縄銀行

琉球銀行

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ンシヨウシヤキョウカイ

沖縄銀行 石嶺支店 (普通) 1520193
トクビ)オキナワケンセキズイソンシヨウシヤキョウカイリジョウウイガトカズキ
(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
オキナワケンセキズイソンシヨウシヤキョ

具志川火力発電所に行ってきました。



先日、具志川火力発電所の社会見学に行ってきました。
初めての体験でしたが、非常に興味深いものでした。

訪れた具志川火力発電所では、社員の方々が親切に説明してくれ、現場の雰囲気を存分に味わうことができました。

特に、実際に電気を作る様子を目の当たりにし、将来の自分を見据える良い機会となりました。今後も、このような経験を積むことで、自分の将来に役立てていきたいと考えております。

今回の社会見学は、大変貴重な体験となりました。



私達の家にある電化製品は電気が無いと動きませんよね。
その電気を起こすのに必要な動力を作ることが沢山の人の力で作っています。感謝しましょう。

電気は昼間は無くても良いのですが、夜は無いと真っ暗で何も見えませんものね。と改めてわかり電力会社に感謝します。それに石炭が専用の船着き場があることにもビックリ！輸入元の諸外国からという事です。残念ながらどこの国かを係の人に聞きそびれてしまいました。

電気科学館では見て触れて動かすゲームがあり、電気の不思議やエネルギーの力と謎、具志川火力発電所の取り組みの紹介をする施設でした。

ゲームコーナーでは玩具の機械を回して手動で電気を起こす遊びや電気のクイズで遊びました。みんな楽しそうで、あっちこっちで笑い声がしてました。

新 利用者紹介



ふなこし ゆうじ

船越 友二さん

船越さんは4月から入ってきました。最初は少ししか話をする事ができなかったんですけど、ゆっくり話をしていたらちよつとずつ話をする事ができて、自分の分かる範囲でだけど少しだけちよつと教えたりして仲良くしてもらっています。

少し話をしてみたら、右ききで右マヒだったけど、今は左手を使ってパソコンを操作しているので…話を聴いている自分からしてみたら「結構スゴイ人なんだ」と思いました。

逆に自分も教えてもらうこともあるので助かっていますが、これからもまた話をしていきたいと思います。

紹介します!!

紹介者：平良 充さん



防災訓練

災害は前触れなく無くやってきます。避難訓練当日の天気はあいにくの雨。前もって日程は知っていたわけですが、やはり順調に避難できませんでした。

雨が降ってきて右往左往のドタバタです。私たちはみんないろんな形の障害を抱えています。車椅子の使用や身体の麻痺による歩行困難。避難する車に乗り込むだけでも大変です。それから雨の日は足元が滑りやすく危ない。急がなければいけませんが、急ぎ過ぎると危険。この矛盾をどうしたらよいのでしょうか？焦らない。定期的に避難訓練を行う。みんなで安全に避難する事を考えるいい機会になったと思います。



発送作業承ります

ITサポートおきなわでは、弊所で印刷を承った冊子やパンフレット・チラシなどをそのまま複数箇所へ発送する作業も承っております。発送先の住所一覧と発送先毎の郵送物一覧があれば送料を計算し、作業代込みで代理発送させていただきます。お客様にとって、発送の仕分け作業や発送物の在庫管理などの手間を大きく減らすことができますのでぜひご相談ください。