

Ambitious アンビシヤス

生きるからには楽しまなきや勿体ない！
家族や友人に支えられながら、
自分なりの楽しみを見つけています。



表紙は語る

「進行性骨化性線維異形成症」

アンビシヤス通信

7月の報告あれこれ

お役立ち情報

こころの現場から

ヒトツナギの志

シリーズ

「患者の力」

加藤眞三教授

患者会の掲示板

アンビシヤスメモ

エッセイ 諸喜田 美智代さん

患者団体便り

読者の声

アンビシヤス広場

心の雑学

ポエム

お勧め映画情報

占い

今月の保健所情報

表紙は語る

生きるからには楽しまなきゃ勿体ない!
家族や友人に支えられながら、自分なりの楽しみ
を見つけています。

私の病気は、筋肉が骨になる病気「進行性骨化性線維異形成症」通称「FOP」200万人に1人、世界中で約400例とも言われ、沖縄県内では1人。発症は3歳頃で、当時の病名は「進行性化骨筋炎」と言われ、後頭部の腫れからでした。

「難病で治療法が無い」としか聞かされず、という病気がささも分からなかったのです。ただ、「叩いたり転んだり、怪我しないように」との事でした。

中学1年までは、体育以外は普通の学生生活を送っていました。中学1年の1学期、教科担当の教師の無知・無理解による体罰に遭い、足が腫れた後、動かなくなり、楽しかった学校を3ヶ月休みましたが、この時に初めて、この病気が「難病なんだ」と思い知らされ、難病である事、体罰を受け悪化した体と現実には、その後も進行は続き、10代は悔しい思いをしたのを覚えています。筋肉が骨になり、あらゆる関節をも動かなくしてしまうのが、私の病気。

その後も病気は進行を続け、二十歳になる前には、一人での外出が困難になり、友人たちとも、なかなか会えず、引きこもりの生活になりました。その時に出会ったのは、BSやWOWOWで、映画を良く観るようになりました。(その甲斐あって? アンビシャスで「映画情報」を書かせて貰っています。)

しかし、物足りなさがあり、ネットの普及に伴い、ネットデビュー。機械いじりが好きで、パソコン設定やネット設定も、ずっと自分でやっていました。

当時は、世界には、日本には、何人の患者がいるのかさえ分からず、なかなか、同病者とも出会うこともありませんでした。

そんな中、やっと他県の同病者と出会うことができ、嬉しい安心感がありました。

ネット交流を通じ、同病者4人で、なんとなく

渡久地 優子さん (とぐち ゆうこ)
進行性骨化性線維異形成症 (FOP)



女子会・親族の集まり、おしゃれを楽しんでいます!

始めた事…署名活動が、世間や国を動かす事になりました。

「難病指定にして欲しい、研究をして貰いたい」それがキッカケで、アンビシャスと出会ったのは2006年だったでしょうか。FOPを難病指定にすべく活動を始めた頃で、政治も知らない、どうやって難病指定にするのかも知らないまま。患者会も支援団体もなく、イチから…何から何まで、ネットを活用し難病指定にするまで必死でした。

患者も少ない、支援団体もない状況で、難病指定は無理とか、何年も掛かると言われました。

そういう言葉が奮起にも繋がり「絶対、やる!」と。新聞、テレビに出た甲斐もあり、集めた署名がみなさんの協力でなんと約130万人、署名活動を始めてから1年半弱で、難病指定になりました。

難病指定後には、アメリカから「FOP」を研究している教授が来日し、患者交流会を大阪で行えました。

難病指定された後、患者会の代表を退き、少し気持ちを休め、自分の生活、時間を取り戻しながら、また、物足りなさや「何か」を遣りたいなあと、うずうず模索していました。

そんな時、新たにネットで色んな出会いをしました。

多くは、精神疾患の人達で、鬱やパニック障害、解離性同一性障害(多重人格)など、本土と地元に来た新しい友達で、精神疾患に関心

を持ち調べたりして、メンタルや心理にも関心があり、アンビシャスでは、「心理の雑学」も担当させて貰っています。

難病指定後に出会った友人たちは、当時の活動を知らない人がほとんどですが、

沖縄の精神疾患のある人たちとの出会いや、その繋がりから、あらゆる「障害」に偏見を持たない人同志、20代～40代の色々な世代が集まり、月1～ふた月1回のペースで、「ゆいま～るの心」をテーマに持つメンバーと、自宅で「女子会」を開き、病気・病院・体調の話や、女子ならではの、話が脱線しながら楽しく、ゆんたく～しています。(一度の参加最多人数8人だった事も。)

そんな中、昨年2月に心筋梗塞になり、ひと月半ほど入院をしました。

その時は、まさかの心筋梗塞で、あやうく手遅れになるところで、心臓の2/3が壊死していて、難病以外に、心臓疾患の仲間入りをして、薬も大量に増えました。

それがキッカケで、心臓や内部の病気にも関心を持つようになりました。

去年は、同世代の同病者や筋ジスの友人が亡くなり、「今を生きる」という事を、改めて考えさせられました。生活の95%は介護・介助がなければ生活は出来ませんが、やはり、生きるからには楽しまなきゃ勿体無い♪

高校卒業後は、カウンセラーやソーシャルワーカーになりたいと思ったものの、病気の進行もあり、諦めざるを得ませんでした。ネットと言う世界で、誰かの何かの役に立てたらなあとの思いは変わらず、色々な交流をしながら、自身の成長にも繋げています。いつでもどこでも、探せば「居場所」は見つかるものなんですよ。

近所の人達は、私の病気を知り驚いていましたが、知って・理解されて貰えた事で得られた「安心感」知られていないより、知ってもらえる安心感は違うので、精神疾患も、1人でも多くの方が安心できたり、理解してくれる人が増えるといいなあと思っています。

元々、調べたり書くことは好きなので、エッセ

イストみたいな物書きが出来たらなあど、淡い夢を持ちつつ、ネットを通して色々な情報を吸収したり、交流したり、友人限定に公開日記を書いたり、ネットは私の人生において、生活の一部であると共に、居場所でもあり、なくてはならないモノです。

体が不自由で殆どの関節が固まって、開口障害で食事も限られていても、家族や友人たちに支えられながら、自分なりの楽しみも見つけながら、私にも「まだまだ・もっともっと」やれる・出来る何か事があるんだと思い、終わらない探究心が、私の未来を変えてくれています。



女子会、くわっち～& ゆんたくを楽しんでいます。
* 沖縄方言解説 くあっち～& ゆんたく…ご馳走& おしゃべり
ゆいま～る…お互いに支え合う

語者プロフィール

渡久地 優子 (とぐち ゆうこ)

昭和46年 沖縄市出身、旧石川市育ち・在住。

FOP患者会の発起人&患者会元代表。

2007年3月 全国より130万人もの署名を集め、「進行性骨化性線維異形成症」を国の研究事業対象とすることを勝ち取る。

趣味：ネット、映画鑑賞、心理学。

日課：ネット交流、メール、電話。

現在活動：精神疾患や障害関係の「女子会」

肢体不自由仲間と「沖縄翔涯者の会～樹言～」を立ち上げ交流を楽しんでいます。

(参考記事)…渡久地さん掲載記事

アンビシャス会報誌Vol 54(表紙は語る)

(アンビシャスホームページより閲覧可)

沖縄タイムス(闘病記) 2007年2/8より5回連載

※渡久地さんへの応援メッセージ募集！事務局まで

7月の報告 **あれこれ**



特別警報の台風8号

今年は県花であるデイゴが満開だったことから、台風が多い年になるとの都市伝説があるが、気象庁ではエルニーニョの影響で台風は少ないとの予測でした。

しかし、7月から台風8号が直撃、沖縄の古くからの伝説が有力になっている。

今年の台風8号は、特別警報と数十年に1度の現象が起きるとの予測であったので、停電対策で発電機を導入世帯でも、病院への避難入院を決断した世帯も多かったようです。

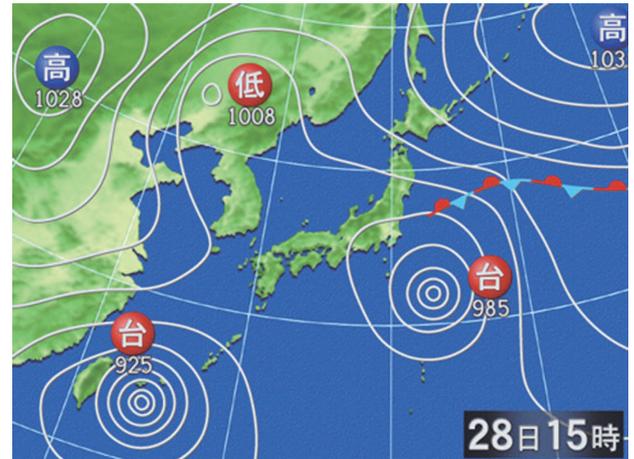
しかし、どうしても在宅で台風をやり過ごしたいと考える世帯もあり、その世帯では色んな対処で備えている。

発電機のみならず、複数の予備バッテリー、予備燃料、照明器具などの準備も済んでいる。

とはいえ、毎日のように練習をしているのではないので、操作に不慣れであったと反省の声もありました。

1年以上も使用していない世帯からは、操作方法を忘れた、発電機が壊れたと問い合わせもありました。

本人も含め支援者へは、日々の災害訓練をこまめに点検、実施する決意を望みます。



驥尾の会モアイで寄付

異業種交流会模合として発足して20年近くになる、驥尾の会(きびのかい)は琉球新報の「ザ・モアイ」の第一回掲載となった模合仲間です。

模合金、場所代とは別にオブザーバーも含む参加者全員が500円を平成20年9月から足かけ6年間、アンビシャスへ寄付をしています。

この6年間で実に延べ709,800円の寄付を寄せて頂きました。模合に参加し交流を楽しむだけではなく、ボランティアをするのは沖縄でも非常に珍しく絶賛されるべき存在です。驥尾の会のみな様、長期間の継続のご支援に心より感謝申し上げます。



賛助会継続支援への御礼

アンビシャスの難病支援活動を支える大きな柱に「賛助会員制度」がありますが、平成25年度は法人、個人合わせて実に120件もの会員のみな様よりご支援を頂きました。改めて御礼申し上げます。

今年度も賛助会継続のお願いをしているところですが、7月末現在で75件もの継続支援のお申し入れを頂いています。誠にありがとうございます。

この会報誌の作成費を含め賛助会員のご支援なしにはアンビシャスの活動はなりたちません。単に会費収入が増えるという事ではなく、これだけ多くの会員のみな様に見守られ、支えられているという、精神的な安定、心強い応援団になっています。今後とも継続支援の程よろしくお願い致します。

又、新たな賛助会員も募集しています。是非みな様のお力をお貸しください。よろしくお願い致します。

賛助会へのお申し込みは、事務局までご連絡頂きましたら申込用紙を郵送いたします。

お役立ち情報

こころの現場から

「人のせいにするのは簡単…。しかし…」

臨床心理士
鎌田 依里
(かまだ えり)



病気を抱えて生きていたり、職場でうまくいかなかったり、社会的な地位が低かったりする、いわゆる心理的なストレス状態が長期間持続すると、物事への対応の際に、自分の思うとおりにいかなかった場合に、他人のせいにしてしまうきらいがあります。

確かに、人間なので自分の失敗点や改善点などに素直に目を向けその先に進むことが難しいのは当然の心理です。それゆえ、他人のせいにしてたり何か他のことを悪者にしてたりして、自分の気持ちを納めることが手っ取り早く、楽だと感じてしまうものです。しかし、責任転嫁する状態を続けていると、身体的には年を重ねていっても、心理的には全く成長しないまま…ということになってしまいます。たとえ難病を抱えて生きていても、経験をして自分自身をよりよい方向へ改善していくことで、人としてのすばらしさを身につけていくことができるのではないのでしょうか。

では、他人を悪者にしないで人のせいにならないで生きるためにはどうしたらいいのでしょうか。

それは、自分自身の現状を素直に話せる人を作っておき、自分自身の辛さ、嫉妬する気持ち、心配事など、ネガティブな気持ちも素直に話すことです。ただし人の悪口を言うことで人とつながるのは避けましょう。あくまでも主語は「自分」で、自分がどう感じたかということを中心に話すのです。悪口でつながっている関係は生産的ではありませんし、人のせいにしてしまっているのですから。

また自分自身がどう感じているかを認めることも大切です。「あ、今疲れてるな」「辛い気持ちを押し殺してるな」「理解してもらえていないな」という自分の気持ちに気づいてあげること、自信のあることを作る事が大切なのです。

「ヒトツナギの志」

身体の断水

油断の語源を調べたら、行灯などの油の準備を怠った為夜間に油が切れ、敵に襲われ命を落とすことから「油断」になったとの説もある。

クローン病である私は食事制限があり、私は油物がダメです。つまり、油物を断たないといけません。ついつい油断して食べてしまいます。

言葉遊びはこれくらいにして、7月連休に孫と遊ぼうとお昼前にタライで水浴びをさせました。お昼にそうめんを食べて夕方になったら、手足の指先がしびれ、冷たくなってきました。

熱中症だと考え水を飲んでもしびれは悪化するし、お腹は痛くなるし、クローン病も暴れていました。悪寒はするが熱中症であれば身体を

冷やさないといけないので、冷房にあたると余計に悪寒が悪化する。これで人生おしまいなんだと思いつつ病院にいきました。クローン病で腹膜炎の疑いもあったので採血の際には、血液が出てこないくらいに脱水していて最終的にはクローン病では無く熱中症による脱水症状で、多めの点滴をして対処しました。

まさか自分が熱中症になるとは思ってもいなかったもので、まさしく油断でした。油断して脱水での点滴となったので、これを油断点滴という。くれぐれも、身体の断水にならないように、こまめに水分補給をしましょう。



著:照喜名 通



シリーズ「患者の力」

慶応義塾大学看護医療学部 教授 加藤 眞三 著

第5回 慢性病の時代を迎えている

かつては、感染症や急性病が病気の主役であったが、その後慢性病が増加し、現在は慢性病の時代を迎えている。慢性病には、生活習慣病が挙げられる。糖尿病、高血圧、脂質異常症、肥満などのメタボリック症候群も含まれる。そして、慢性腎疾患（CKD）や慢性閉塞性肺疾患（COPD）なども患者数の多い慢性病である。結果として、わが国の医療費全体の中で大きな部分を占める。

パーキンソン病、関節リウマチ、SLE(全身性エリテマトーデス)など、進行性で原因不明である難病も慢性病に含まれる。難病の患者数は生活習慣病ほど多いわけではないが、進行性や遺伝性のものが含まれ、病気が結婚や就職、出産など患者の人生へ与える影響は大きい。感染症では、C型・B型肝炎、そしてHIV感染症など、短期間で治癒せず進行するものが含まれる。さらに、最近では、がんの成因として生活習慣の因子が大きく、治療後の生存者ががんサバイバーの数も多くなり、がんも慢性病に分類される。

わが国の死因の3分の1はがんであり、8分の1が心臓病、8分の1が脳卒中である。後2者はメタボリック症候群からの心・血管疾患の結果であり、死因の約3分の2は慢性病である。

慢性病の特徴は、経過が長く、対象人数が多いこと、進行性であることなどがあげられる。慢性病の多くは治療法に乏しい。そのため生活習慣の改善やよい療養生活を送ることが、病気の治療に比べ相対的に重要となる。

慢性病では、病気と健康の間に線引きが難しく境界線がはっきりしない。何の自覚症状もなく健康と思っているも、検査異常が見つかる場合がある。だるい、動悸がする、眠れないなど自覚症状はあっても検査上異常のない機能的病態もある。顕微鏡や肉眼で観察し臓器に変化が確認できると本物の病気、すなわち器質的病態になる。器質的病態の先には、障害や致死的状态があり、最期は死に至る。しかも、これらの間には境界がなく、連続的変化である。

病気の研究のために、役所に書類を提出するためには、他の病気や健康状態と明瞭に区別することが必要となり診断基準がつけられ基準を満たすと〇〇病と判定される。だが、実際には境界線上の病態がいくらでもある。

例えば、慢性肝炎と肝硬変の間に境界はない。血小板が10万/ μ L以下になると、肝硬変になったのではと恐れる患者も多いが、10万以上で肝硬変の人はいるし、10万以下で慢性肝炎の人もいる。針生検という方法で体表面から肝臓に針を刺入して肝臓の組織をとり、顕微鏡で観察して診断することが最も確実な診断法であるが、この方法でも組織のとれる部位により慢性肝炎と診断されたり、肝硬変と診断されることがある。進行した慢性肝炎と初期の肝硬変を区別することはとても難しいのだ。

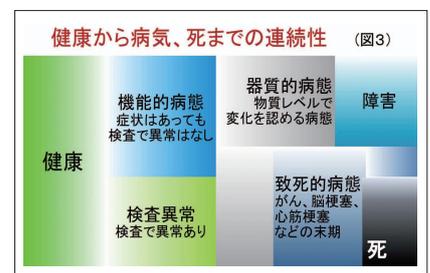
がんか否かの判定も、臓器の一部を生検し、細胞の顔つきを顕微鏡で観察しても、難しい場合がある。しかも、顕微鏡で確実にがんであると診断されても、進行せずに、そのままの状態でとどまるものもある。

健康から病気、死に至るまで、それぞれの病態に境界はなく、連続的変化の中にある。健康だと思っても、検診で検査異常が指摘されて、がっかりしたり、症状を訴えて受診をしても、検査では異常がなく病気でないと言われて納得がいかないという人も多い。このような人は、図3の健康から死に至る病気の全体像を理解すると少しは納得できるのではないだろうか。



慶応義塾大学看護医療学部
教授 加藤 眞三

1980年、慶応義塾大学医学部卒業。1985年、同大学大学院医学研究科修了、医学博士。1985～88年、米国ニューヨーク市立大学マウントサイナイ医学部研究員。その後、都立広尾病院内科医長、慶応義塾大学医学部内科専任講師（消化器内科）を経て、現在、慶応義塾大学看護医療学部教授（慢性病態学、終末期病態学担当）。



2014年9月の 各団体定例会・交流会スケジュール

団体名	日(曜日)	時間	場所
沖縄クローン病・潰瘍性大腸炎友の会	10日(水)	19:00~21:00	那覇市保健所3階
八重山クローン病・潰瘍性大腸炎患者・家族の会	13日(土)	14:00~16:00	八重山福祉保健所
全国膠原病友の会・沖縄県支部	14日(日)	14:00~16:00	那覇市保健所3階
MS友の会(多発性硬化症・視神経脊髄炎)	14日(日)	16:00~18:00	サンアビリティーズうらそえ 研修室
沖縄クローン病・潰瘍性大腸炎友の会(中部地区)	16日(火)	19:00~21:00	沖縄市福祉文化プラザ
神経難病友の会八重山	18日(木)	調整中	福祉センター研修室(勉強会)
四つ葉の会(宮古膠原病友の会)	20日(土)	14:00~16:00	宮古保健所1階 危機管理室
強皮症・皮膚筋炎ゆんたく会	22日(月)	14:00~16:00	南風原町社会福祉センターちむぐる館
全国パーキンソン病友の会沖縄県支部	28日(日)	13:00~16:00	那覇市保健所3階

*詳細は下記患者団体連絡先へお問合せ下さい!

沖縄県内難病患者団体一覧

団体名	代表者	連絡先
沖縄クローン病・潰瘍性大腸炎友の会	宮本 勝也	(宮本)090-8413-2621 (上原)070-5819-4876 http://okinawa-ibd.ciao.jp/
全国膠原病友の会 沖縄県支部	阿波連のり子	(阿波連)090-1944-2441 http://blog.kougen-okinawa.sunnyday.jp/
もやの会沖縄ブロック	金城 忠英	(金城)098-879-5591
全国パーキンソン病友の会 沖縄県支部	又吉 忠常	(又吉)090-8294-1974
日本ALS協会 沖縄県支部	伊波多和子	(新里)090-5028-4599
全国筋無力症友の会 沖縄県支部	上原アイ子	(上原)090-7479-8841 (金城)070-5482-8541
日本網膜色素変性症協会 沖縄県支部	長嶺 房子	北部部会(伊良波) 電話・Fax:0980-53-1262 中部部会(金城) メール chi070907@yahoo.co.jp 南部部会(當間) 電話:080-6495-6846 那覇・浦添連絡員(本永) 電話:098-996-1991 八重山部会(平良) 電話:090-5081-5622
神経難病友の会八重山	松藤 純	(松藤)090-6635-4185 (島仲)090-8763-3670
八重山クローン病・潰瘍性大腸炎患者 家族の集い	内間 洋子 村山 盛有	(内間)090-9784-8219 (村山)090-1179-6912
強皮症・皮膚筋炎ゆんたく会	伊是名 恵子	(伊是名)090-3792-0199
MS友の会(多発性硬化症・視神経脊髄炎)	仲里 清彦	(仲里)090-8290-3569
四つ葉の会(宮古膠原病友の会)	下地ヒロ子	(下地)090-5489-4109

アンビシャス・メモ

～エッセイ～

「通行止め？」 諸喜田 美智代(ALS)

「通行止めになってるみたい。工事中かね～」
口の中を吸引しながらヘルパーのKさんが笑いながら言った。

くいしばりがひどくなり口が開けにくく吸引もやりにくくなってきた。さらに舌の萎縮も進んで全く動かなくなり、口の中でべたっと張り付いた状態だ。

くいしばるたびに舌のへりや下の歯ぐきを傷つけ出血。口の中は傷だらけだ。

漢方や口の軟骨で対応しているが、間に合わない。まさに工事中状態だ。

病気の症状は人それぞれ違う。私にとって今一番辛いのは、くいしばりだ。

2年前、呼吸器をつけて長期入院をした時、今後の家族の介護負担を想うと辛くて、お盆が近づくと今は亡き父と母に

「お父さんお母さん、帰る時私も一緒に連れて行って」と必死に祈ったものだ。

今年もお盆が近づいてきた。

「お父さんお母さん、9月に保健所から大きな仕事を頼まれているので、今年私は私の所に寄り道しないでまっすぐ帰ってね。それに私のまわりは今、工事中で通行止めになっているから」



日本ALS協会沖縄県支部より

平成26年6月21日(土) 日本ALS協会沖縄県支部 第7回総会開催!
会場：(独立行政法人国立病院機構) 沖縄病院デイケア棟



今年には本部の玉井相談役を含め60名程の参加となりました。

総会議事と活動報告後、沖縄病院の神経内科医、諏訪園秀吾先生に「患者会に望むこと2014」と題してご講話いただき、支援者が当事者のことばにならないことを聴く大切さや、療養生活の中で新しい価値を発見し役割を感じられる場づくりが、関わる全ての支援者の役割であると学びました。

交流会では、家族や支援者、未来の看護師の方々との充実した質疑応答がされました。

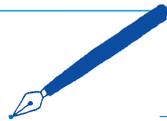
当支部では、会員さん宅での交流会も行なっています。日頃の介護で困っていることや、介護の工夫など仲間とお話をしてリフレッシュしませんか。お気軽に支部運営員までご連絡ください。

それから、毎回ご提供いただいた当会場が解体となる為、11月予定の定例会会場を探しています。いい場所があれば情報提供をお願いします。

(那覇・具志川看護専門学校の学生さんに会場準備から終了までお手伝いいただきとても助かりました。ありがとうございました。)

連絡先 090-5028-4599 (新里) 090-1369-7376 (田港)

読者の声



いつも、アンビシャス通信をご愛読くださり感謝申し上げます。皆様のご意見・ご希望・ご感想などを御寄せください。紙面でご紹介させていただきます。

Reader's-Voice

Fax/098-951-0565

メール/info@ambitious.or.jp

封筒を開けるとカラーの表紙が眼に飛び込んでくる(まだ慣れない)!色が付いているというだけで明るい気持ちになりませす。

医学部の学生さん方も難病に深い関心を持ってらしていることを知り、嬉しく思いました。みんなで助け合っ、みんなが笑顔で過ごせる社会が理想です。治療や、相談できる所や、雇用、職場、家のことなど問題は山積みですが、一緒に考えてくれる誰かがいるということを忘れずにいたいし、自分も誰かの力になれるかもしれないから前を向いて行きていくことを大事に守っていこうと思いました。 by ジュウミー

アンビシャス広場

ポエム

「心理の雑学」

独り言を言う人と言わない人が居ます。

TV や映画やスポーツを見ながらの「つつこみ」をする人は、多いかもしれません。

または、仕事など作業をしながらの独り言は、気持ちの整理のような自己対話。

しかし、危険な独り言というのがあり、ブツブツ、ボソボソと愚痴や文句の他に、攻撃性のある言葉を言っている場合は、注意が必要なようです。

渡久地 優子 (進行性骨化性線維異形成症 (FOP))
…カラーセラピーやパワーストーンも好きで、時々、ネットでみます。

【変わる時】

「あたりまえ」を「ありがとう」というのが感謝
「羨ましい」を「おめでとう」というのが称賛
「もうダメだ」を「これからだ」というのが希望
「なりたないな」を「なってやる」というのが決意
「もういいや」を「まだ待とう」というのが忍耐
「もう泣かない」を「泣いていいよ」といつてもらえるのが安心
「安心」が「毎日」になった時
それは…幸せ♪

竹村 安津季

おすすめ映画情報

電話にまつわる映画。米国

脚本作。

- 1) キム・ベインガ主役で、突然、拉致・監禁されるノンストップ・サスペンス。
 - 2) コリン・ファレル主役で、こちらは電話ボックスを中心にしたサスペンス。
- 両方とも、90分前後の作品ながら、見ごたえたっぷり、ハラハラもの。

1) 2002年 / フォーン・ブース、2) 2004年 / セルラー
共に、ホラー作品を多く手がける監督ラリー・コーエンの

渡久地 優子 (進行性骨化性線維形成症 (FOP))

今月の占い ★★★★★



牡羊座 3/21~4/19

ストレス発散法--
睡眠・昼寝
☆おすすめスイーツ☆
フルーツゼリー



牡牛座 4/20~5/20

ストレス発散法--
散歩
☆おすすめスイーツ☆
ぜんざい



双子座 5/21~6/21

ストレス発散法--
ライブに行く
☆おすすめスイーツ☆
アイス最中



蟹座 6/22~7/22

ストレス発散法--
音楽を聴く
☆おすすめスイーツ☆
フロート



獅子座 7/23~8/22

ストレス発散法--
自然に触れる
☆おすすめスイーツ☆
かき氷



乙女座 8/23~9/22

ストレス発散法--
コメディ鑑賞
☆おすすめスイーツ☆
ヨーグルト



天秤座 9/23~10/23

ストレス発散法--
カラオケ
☆おすすめスイーツ☆
あずきバー



蠍座 10/24~11/21

ストレス発散法--
映画鑑賞
☆おすすめスイーツ☆
ジェラート



射手座 11/22~12/21

ストレス発散法--
お風呂
☆おすすめスイーツ☆
シャーベット



山羊座 12/22~1/19

ストレス発散法--
絵画や写真
☆おすすめスイーツ☆
ソフトクリーム



水瓶座 1/20~2/18

ストレス発散法--
深呼吸
☆おすすめスイーツ☆
フルーツパフェ



魚座 2/19~3/20

ストレス発散法--
美味しい食事
☆おすすめスイーツ☆
プリン

編集後記

盆を旧暦で行う沖縄では、例年全国の盆からひと月近く遅れて盆(旧盆)を迎えますが、今年は珍しく8月中旬(8/8~8/10)の旧盆。全国とほぼ同じ時期の盆休みとなりました。県出身の方は帰省がしやすかったのではないのでしょうか。

親族が一堂に会し近況を伝えあう、家族に自

身のルーツを伝える、確認する場。

学校だけ、職場だけの単層的な人間関係だけでなく、親族・地域・友人と重層的にいろんな場所に所属している、居場所があると確認するのも良いと思います。アンビシャス会報誌も読者のみなさんの心の故郷、心地よい居場所になりたいと思います。

2014年 9月の各保健所からのご案内

【北部福祉保健所】 Tel:0980-52-2704

9月の予定はありません。

【中部福祉保健所】 Tel:098-938-9700

9月の予定はありません。

【南部福祉保健所】 Tel:098-889-6945

- ALS（筋萎縮性側索硬化症）にて療養中の患者、家族交流会
日 時：9月26日（金）午後2時～4時（予定） 場 所：南部福祉保健所 大会議室
＊日程の変更もあり得ますので、詳細は保健所迄お問合せ下さい。

【宮古福祉保健所】 Tel:0980-72-8447

- 網膜色素変性症患者・家族のつどい
日 時：9月12日（金） 13：30～15：30 場 所：宮古保健所 1F危機管理室

【八重山福祉保健所】 Tel:0980-82-3241

9月の予定はありません。

【那覇市保健所】 Tel:098-853-7962

- 脊髄小脳変性症と多系統萎縮症 医療講演会及び患者交流会
日 時：9月8日（月）14時～16時15分 場 所：保健所3階大会議室
講 師：野原 ゆう子（のばるゆうこ）先生 大浜第一病院言語聴覚士

※急な日程変更があることもございますので、事前の予約確認を各自でお願いいたします。

研修会・医療講演会のお知らせ

主 催：アンビシャス 詳細問合せは事務局 TEL 098-951-0567 迄

(下記研修・講演会は田辺三菱製薬株式会社「手のひらパートナープログラム」の助成金によるものです。ご支援ありがとうございます。)

1)「コミュニケーション支援勉強会」

日 時：平成26年10月4日（土）10時～18時 ＊両日とも昼食をはさみます。

10月5日（日）10時～16時

会 場：沖縄県総合福祉センター 研修室403号（予定）

講 師：今井 啓二、仁科 恵美子（NPO 法人 ICT 救助隊）

内 容：「意思伝達方法の種類からオリジナルスイッチ製作まで」

共 催：NPO 法人 ICT 救助隊

2)「多発性硬化症（MS）/ 視神経脊髄炎（NMO）医療講演会」

日 時：平成26年10月19日（日）13時50分～16時30分

会 場：大浜第一病院 2F「ふれあいホール」

講演内容及び講師：「MS と NMO の基礎知識」 越智博文 先生（愛媛大学大学院）

「MS と NMO の治療」 近藤誉之 先生（京都大学医学部附属病院）

共 催：認定 NPO 法人 MS キャビン

(研修・講演会とも会場の関係で事前申し込みが必要です)

2014年7月31日現在

ご寄付・ご支援・ご協力ありがとうございます

順不同敬称略

サポート・パートナー法人

★全保連株式会社 ★株式会社アイアム ★株式会社いなんせ典礼

毎月定期ご寄付の方々

●驥尾の会 ●株式会社 ぽーしょん ●匿名 1名

7月のご寄付

●島袋 律子 ●翁長 美千代 ●金城 末子 ●城間 路子 ●三和金属株式会社
●匿名3名

7月のご支援・ご協力

- 小波津正光さんより FEC お笑い劇場外の優待チケット5枚頂きました。
- 難病情報誌147号の折り曲げボランティアとして参加して頂いた方々
指定障がい福祉サービス事業所「あるにこ」さん
- 千羽鶴ボランティアの方々
(愛知県のO様・京都府のT様・沖縄県のA様他)

募金箱設置ありがとうございます

順不同敬称略

- ココストア浦添宮城三丁目店 ●レストラン&カフェ「オン・ディッシュ」 ●フォーモストブルーシール北谷店
- MISTY本店・美浜店 ●有限会社育英堂書房 ●T.T.BOWLてだこ ●西崎オートサービス ●マリンショップぶくぶく
- 花野原 ●ホテルまるき ●水のサンクス ●株式会社メガネ一番 ●株式会社琉葉 ●恒和ペイント株式会社
- さわやか歯科クリニック ●三郎寿し ●海岸創庫21 ●auショップ久茂地店 ●沖縄県栄養士会
- T-SHIRT-YA.COM国際通り店・北谷店 ●カラカラとちぶぐわ～ ●サウンドメール ●又吉内科クリニック
- しゃしんやきんちゃんDigi-pit店 ●日本交通株式会社 ●さくら家さくら ●沖縄かりゆしアーバンリゾート・ナハ
- 豚骨拉麺昇家 ●カラオケシアターDisone ●沖縄ちゃんがるネット(イオン那覇店1階) ●マヤMAYA
- 沖縄宝島(イオン南風原店1階) ●沖縄トヨペット株式会社港川店・中部店・小禄ザン店 ●八重山そばびんだま
- 串焼き屋あだん ●山城二輪 ●社団法人全国個人タクシー協会沖縄支部 ●全保連株式会社 ●シャトル・ケア
- 全保連コントロールセンター ●有限会社だいにちシール ●オリオンビール株式会社 ●株式会社大成ホーム
- 照正組 ●株式会社かりさら ●上間菓子店 ●HAIR&MAKE EARTH沖縄新都心店 ●メディケアセンター
- 2DATOP(ツタトツ)ダンススタジオ ●株式会社いなんせ典礼

法人賛助会員

順不同敬称略

- 全保連株式会社 ●沖縄トヨペット株式会社 ●有限会社クニオフィスサプライ ●株式会社 アイアム
- 弁護士法人 岡野法律事務所 ●医療法人かなの会コザクリニック ●さわやか歯科クリニック ●日本交通株式会社
- 有限会社 翔南石材 ●株式会社 舜 ●しゅくみね内科 ●有限会社 ダイヤプリント ●株式会社 メガネ一番
- オリオンビール株式会社 ●株式会社 名城 ●株式会社ざまみダンボール ●高良登記測量事務所 ●水のサンクス
- 社団法人 沖縄県栄養士会 ●株式会社 アクティブ ●有限会社 長堂商事 ●株式会社 アース ●プログレス
- 有限会社 沖縄矢崎販売 ●ふたば訪問看護支援センター ●株式会社 ぽーしょん ●テルモ株式会社
- 南西医療器株式会社 ●株式会社 ウェルビー ●有限会社医学写真研究所 ●株式会社いなんせ典礼

みなさま、ご支援・ご協力、本当にありがとうございます。

アンビシャス

〒900-0013 沖縄県那覇市牧志 3-24-29 (グレイスハイム喜納 2 1F)

Tel : 098-951-0567 (代表)

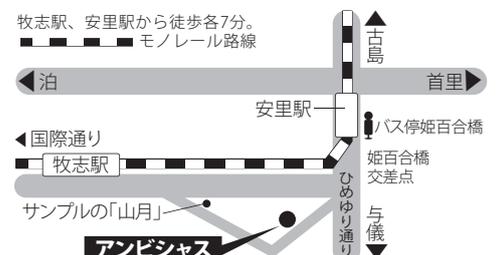
Fax : 098-951-0565

http://www.ambitious.or.jp

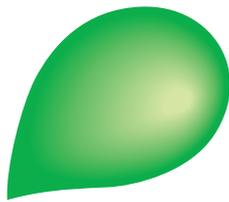


発行元 / 沖縄県難病相談・支援センター アンビシャス <認定 NPO 法人 国税庁認定番号: 課法 11-261>

理事長: 迫 幸治 副理事長: 照喜名 通



私たちは、沖縄県難病相談・支援センターアンビシャスの活動を応援しています！



Zenhoren

全保連株式会社 代表取締役 迫 幸治
〒900-0003 那覇市安謝2丁目2番5号 TEL.098-866-4901(代表)

RYUKYU GOLDEN KINGS
<http://www.okinawa-basketball.jp>
 facebook:Ryukyu Golden Kings Official
 TEL:098-897-7331 e-mail:customer@okinawa-basketball.jp

FUN TO DRIVE, AGAIN.

家族想いの
パチバン、
ポルテ



沖縄トヨペット

沖縄県浦添市字港川244 Tel.098-879-1190 Fax098-876-7391

AQUA ALPHARD PRIUS

複写機・OA器機リース、レンタル、
オフィス家具までトータル提案

有限会社
KOS クニオフィス サプライ

本社 〒901-2122 沖縄県浦添市勢理客1丁目20番14号
Tel:098-879-0162(代) Fax:098-879-0198
E-mail : kos-knti@nirai.ne.jp
<http://www.kunioffice.net>
北部営業所 〒905-0006 沖縄県名護市大北5丁目20番25号
Tel:0980-51-1600 Fax:0980-51-1601

とちかおくちょうさし

土地家屋調査士

伊波 学

098-897-1245

<http://w1.nirai.ne.jp/mabu05/>
e-mail:mabu05@nirai.ne.jp

お墓のしょうなん
新築・修繕・建替え

お墓の年間管理いたします

◎お墓よろず相談所(無料でご自宅への出張OK)

《見積無料》有限会社 翔南石村

☎945-8771 西原町字我謝688-7

協賛広告のお願い

社名、広告内容、画像など

お申込:アンビシャス事務局
TEL:098-951-0567
e-mail:info@ambitious.or.jp



クレジットカードで
寄付しませんか?
一口2,000円から!

アンビシャス 寄付

検索

