



アンビシャス



いつも明るく!!
笑顔の絶えない毎日!!

表紙は語る

「クローン病」

アンビシャス通信

4月の報告あれこれ

こころの現場から

つぶやきチャンプル

シリーズ 第2回

『患者学』 加藤 眞三教授

沖縄県難病団体の掲示板

団体定例会・交流会スケジュール

沖縄県内難病患者団体一覧

アンビシャス広場

エッセイ 諸喜田 美智代さん

患者団体からのお便り

読者の声

難病短歌・川柳

お勧め映画情報

占い

編集後記

アンビシャスメモ

保健所からのご案内

平成27年度訓練生募集のご案内

表紙は語る

新垣 睦子(あらかき むつこ)さん クロウン病

いつも明るく!! 笑顔の絶えない毎日を!!



診断され今に至ります。それは症状を自覚してから実に6年も経ってからです。

その頃は、現在と違いインターネットも普及していなくて、クロウン病について簡単に調べることが出来ませんでした。図書館にある医学書にも説明が数行しかなく、どんな病気なのか良くわかりませんでした。ただ、お医者さんには、「これからずっと付き合っていく病気です。」と言われました。

「原因が特定されていなくて、完治する治療法も確立していませんので……」とも。

これまでに、6回の入院、2回の手術をしました。

最初の入院では、診察を終え炎症の度合が大きく(小腸造影などにより炎症範囲が広い)即入院となり、いきなりの絶食を言い渡され食べ物を口にする事が出来なくなりました。

治療方法は、絶食して腸を安静にする事で、炎症が落ち着いたら、栄養療法になるとの事でした。

その当時の栄養剤は経口摂取するには不味くて全く飲めませんでした。そこで鼻から胃までチューブ(カテー

テル)を挿入し直接胃に流す栄養補給方法が取られました。初めてチューブを入れて貰った時は、過呼吸を起こしてしまい直ぐに抜き取りましたが、翌日に再チャレンジです。チューブが細くなつたためか、スミーズに入れる事ができ、ようやく栄養剤を流す事が出来ました。炎症も落ち着き、チューブにも慣れ、少しずつ低残渣食も取れるようになるまでに、8カ月の期間を要したのはとても辛い経験となりました。

最初の入院時、主治医からの病名の宣告より「自分の栄養摂取が第一なので、お子さんは諦めて下さい。」と言われた事の方が、とてもショックだった事を今でもよく覚えています。

しかし5年後、体調も安定し体重を増やすことが出来た事で主治医の了解を頂き一男一女、2人の子供を授かることが出来ました。当時のショックが大きかっただけにとても感謝しています。

現在まで、炎症が強くなつては入院を余儀なくされ6回の入院を繰り返

クローン病と診断されて、26年になります。

当初、ご飯を食べる度、ストレスがかかる度にお腹が痛くなり、1日に何回もトイレに行き、食欲もなくなり体重も減少してきました。

病院も内科や婦人科を受診し、検査をしたり、薬を飲んだりしましたが、原因もわからず症状が良くなることもなく、だんだん食事も取れなく

なつてきて、仕事帰りに点滴をしてもらうために、近くの病院に通っていました。

ヘモグロビンが、輸血の必要に迫られるほど減少してきたため、総合病院を紹介してもらい輸血をする事になりました。

病院を総合病院に変更(現在でいうセカンドオピニオン)してきちんと検査を受け、その時に『クローン病』と



家族で娘の見送り(現在は中国へ留学中)

し、その間、炎症が治まっても小腸の通りが著しく悪くなり、腸閉塞を起こしてしまい2回もの手術を受けました。

発症当時は、周りの人の難病に対する理解が得られず、入院生活も長引き、職場に迷惑をかけてはと勤めていた会社を退職。その後、体調が良い時に短期のアルバイトしていました。長期の仕事を目指していましたが、体調を崩し職場に迷惑をかけるのが怖くできませんでした。

そんな頃、同じ「クローン病友の会」で顔見知りだったアンビシャスの照喜名さんから声が掛かり、NPO法人として立ち上げたばかりのアンビシャスで12年間、経理の仕事を通3日のペースでさせて頂きました。同じ難病者として

て体調が悪い時は気軽に相談ができ、私の体調に無理の無いペースで仕事を続けることが出来ました。この間、自分のスキルアップが出来、なにより体調面でも仕事にも自信が持てるようになりました。

そして更なるステップアップのためにフルタイムの仕事をめざし一昨年にアンビシャスを退職しました。

その後ハローワークに障害者雇用の枠で登録して求職活動をしていましたが、なかなか採用されず、今の会社は求人誌を見て応募し面接して頂きました。

面接に臨むにあたって、仕事を始めてから体調などに左右され職場に迷惑を掛けてしまう可能性もあるので正直に、クローン病の事、体調の事、8週に1度の通院の為仕事を休む事など全て話したうえで採用して頂きました。

私は現在、再生可能エネルギーを主としている会社で、正社員として経理のお仕事させて頂いています。幸い社長も大変理解のある方で、良くして頂いております。若狭にある会社で省エネ、再生可能エネルギーに本気で取り組んでいる会社ですので、太陽光や風力など省エネに関する事で何か有れば、ぜひご相談ください。社名はイーゴス株式会社と申します。(笑)勤めて1年8カ月になります。1度だけ疲れから下血をして1週間入院

してしまいました。この間に会社に迷惑を掛けてしまいました。今は体調も良く一所懸命に仕事をしています。

26年に渡る長い間、難病であるクローン病と向き合ってきましたが、家族の支えもあり充実した毎日を過ごしています。

子育て中も、トイレの回数が多く、出かける前に済まして、移動中コンビニのトイレへ寄る事も度々でした。子供に「またトイレ？」と言われていましたが、成長して病気の事を理解できるといふようになります。何も言わず待っていてくれるようになりました。

娘が幼稚園へ通う頃になっても、トイレの回数は改善しないままでした。「お母さんと一緒だったら遅刻するから、お父さんと行くよ」と言われた時は少しショックでしたが「朝は家でゆっくりしていいよ」と主人の言葉もあり、それからは朝の長女、長男の通園・通学は主人にお願いしました。そんな子供達も手が掛かる時期も過



二男のミュウは、人留守番、テレビを見ながらふて寝!

ぎ、長女は現在、中国で大学生活をおくり、長男もお陰様で今年から高校生になりました。

最初の入院の頃、主人とは未だ結婚していませんでした。その時、主人には病名や難病の事、子供が将来持てないかも知れない事を話しましたが、それら全てを理解し、受け入れてくれました。

私には何も言わないのですが、双方の親からは色々と言われたみたいですけどね。(笑)入籍したのは、その入院中の事です!(笑)

お陰様で去年の12月に銀婚式を迎えることができました。今後も笑顔の絶えない日々を過ごして行きたいと思っております。

難病を患っていても、一人で抱え込まず、家族や職場に理解して貰う事で支え合う事が大切です。こうして明るく過ごすことが出来る幸せを十二分に味わっています。

語者プロフィール

新垣 睦子さん

(あらかき むつこ)

【出身地】1968年 那覇市若狭出身

【趣味】

ドラえもん、のび太君と一緒に(昼寝!)

【家族構成】夫、長女、長男、猫のミュウ

【特技】計算(経理…合ってるかも)

【最近の楽しみ】

長女とのテレビ電話、ミュウの行動観察

アンビシャス通信

4月の報告

あれこれ



アンビシャス

難病支援活動講話

4月1日那覇市商工会議所「水会」様のご要請を受け、アンビシャスの難病支援活動についての講話を行いました。

アンビシャスでは難病に対する理解・啓蒙活動の一環として企業や



各種団体への講話を積極的に行い、難病活動へのご支援をお願いしています。

今回は照喜名が体調不良の為、急ぎよ迫理事長へ講師を要請、企業人の立場からアンビシャスの活動に関わった経緯、アンビシャスの理念等をお話し頂きました。

アンビシャスではこの様な活動を通じ、法人賛助会員、個人賛助会員へのご加入のお願いやご寄附等のご支援を頂いています。

今年度のパソコン教室

今年2月から再開したPC教室、今年度(27年度)も引き続き開催しています。

生徒のみなさんのほとんどがパソコンの苦手な方ばかりでしたが、講師の安和先生の分かりやすく、一人一人の習得度に合わせた丁寧な指導で、パソコンの楽しさ便利さが分かり、みなさん次の教室がとて待ち遠しいようです。これまで月2回でしたが、みな様の要望を

受け5月より毎週水曜日(第3水曜除く)の開催となりました。

*不要なノートパソコンがありましたらPC教室用にご提供ください。(XPC可)



緊急時の電源確保の課題！

本格的な台風シーズンを前に、沖縄県より貸与している発電機等の機器の使用状況確認のため、支援関係者の打合せに何件か参加しました。

そこで浮かび上がった課題として、介護者が高齢であったり、腰痛などの持病のため機器の取り扱いが難しく、発電機があってもいざという時、全く利用できない事例が散見されました。

停電等による緊急時に、ご近所の方に協力を求めたり、公民館や自宅近くのクリニック等、地域のご協力をお願いするなど、発電機の使用に関する工夫を検討していく必要性を感じました。また、カーバッテリーを利用した電源確保や市販の家庭用簡易バッテリーなど、供給電力は少ないが、発電機より操作が簡単な電源確保策も選択肢の一つとして提案を行っていきたいと思います。

台風は予期できる災害であり、電源確保のための救急要請はできません。いざという時の対応策を日頃より考えておきたいものです。

こころの
現場から

家族の問題

ピアサポートでは、家族間の悩みも多く相談されます。自分が育った家族（親やきょうだい）についての相談も多いです。相談者とピアサポーターの関係が深まると、《家族に身体のことを理解してもらえなくて辛い》とか《昔から母親との折り合いが悪い、自分はアダルトチルドレンだと思ふ》等の相談が多くなる傾向があります。

親への憎悪や悲哀の情を全てを吐き出せば、自然と楽しかった思い出が蘇るものです（ただし、楽しかった思い出が蘇るまでにかかる時間が長すぎ

ぎてギブアップしてしまう場合もあります）。

当たり前ですが、世の中に親のない人はいません。そしてどのような親であれ、我が子に少なくとも愛情をもっています（たとえそれが1%でも）。様々な相談を受ける中で、私はやはりそう思いますし、そう信じたいです。産もうと選択したことだけでも大きな愛情の現れです。親自身が自分の親（相談者の祖父母）から愛情をもらっていないと感じていると、子ども（相談者）への愛情表現が間違っていたり、愛情表現の方法を知らなかったり、愛情を伝えたくても生活苦のため仕事に追われ疲弊し、できないこともあるのです。誰が悪い訳でもありません。

ピアサポートの目標のひとつは、相談者が《自分は大切な存在であり、必要な人間である》と感じられることです。その目標達成のためには、相談者が《自分は親から愛されてきた》と感じることが重要なことです。ピアサポーターは相談者のマイナスの思い出や感情を「でも…」という言葉で否定しないで、長い時間かかっても相談者が自分の親との楽しかった思い出や親から愛されていた事実を再発見できるように、相づちを打つ時の表情等を工夫して意識を向けられるといいですね。



臨床心理士
鎌田 依里
(かまだ えり)

つぶやき
チャンネル



順応力で救われる

今年も早くも半分の6月になります。ほんとと光陰矢の如しです。日々の仕事などの生活に流されてしまい、なんとなく成長していないような気になつてしまいます。そんな、普通の生活が出来なくなると、それは、成長と関係してくるのでしょうか？

病院への入院となると体調は悪いし、生活は制限が沢山ありストレスが大きくなります。畳2枚程度の狭いスペースで、隣との境はカーテンだし、色んな面で制限があるから、行動も制限されています。そんな、過度なストレスの中に長くいると、それなりに順応している自分を見つけました。女性は嫁ぐこともあり、環境の変化に順応し易いのだが、男性は自分の城や縄張りを守る性質からか、環境の変化に順応し難いと思います。話が飛躍するのですが、生物が進化してきたのも、環境の変化に順応してきたものが生き残つてこれたのでしよう。ストレスを解消する自己防衛本能でしょう。今の入院生活を意味があり価値のあるものと考えることで、ストレスが軽減される気がします。



著:照喜名 通

シリーズ「患者学」第2回

公開講座「患者学」で学んだこと

―第1回シリーズの終了とその後―

慶応義塾大学看護医療学部
教授 加藤 眞三

2014年秋に公開講座「患者学」は開講し計8回開催した。患者や市民、医療者や学生など様々な立場の参加者が毎回40人から70人集まり、第1回のシリーズは無事終了した。参加者からも好評をえて、成果もあつたと考えられたため、2015年4月から第2シリーズとして毎月1回のペースで継続することとした。開催日は原則として第3火曜日の夜としている。

公開講座「患者学」に参加して学んだこと

主催者として、そして医師として、わたしは講座「患者学」に参加したが、2015年12月に左足首の骨(腓骨遠位端)を骨折し、患者としての立場で学ぶことが多くあつたことを発見した。以下、患者学で学んだことを挙げてみたい。

①病気や外傷の状況を受け容れること

脚を踏み外してのうっかりのケガで

あつたが、骨折をしたことを悔やむことなく、すぐにその状況を受け容れることができた。それは多くの患者さんの体験談を聞いたことで学んだことであつた。

もちろん、もつと重い病気や障害を抱えたとき、状況を受け容れるために、もつと時間を必要とすることだろう。だが、今回のケガの受け容れは自分でも驚くほど素直にできた。それは「患者学」で学んだお陰だと思ふ。

②障害があつても社会活動に参加すること

ギプスを装着し、両腕に松葉杖ついで送る生活が約1ヶ月続いた。この間も、右足が使えるのでオートマチックの自動車で通勤し、松葉杖で歩くことにより、診療や授業などの仕事を休むことなく続けることができた。両手が他の用途に使えないこととの不自由さを思い知らされたが、肩から鞆をかけて荷物を運ぶなどの工夫をして松葉杖で歩いた。

③早くからリハビリをする

そんな状態で勤務をするなんてと思うかも知れないし、医師が患者さんの目の前で松葉杖をついているところなど見せない方がよいと考える人もいた。だが、わたしは障害がある状態でも可能な範囲で社会活動に参加すればよいことを講座で学んだので、迷うことなく勤務をつづけることができた。

当たり前のことであるが、医師も1人の人間である。ケガをすることもあれば病気になることもある。それを恥ずかしいことと思う必要もないし、隠す必要もない。患者も医師を理想の姿としてとらえるのではなく、1人の人間としての医師を受け容れてもらうことも必要だろう。

骨折後早期から左足の筋肉を維持するためのリハビリを続けた。実際に関節を動かさなくても、力を入れることを意識するだけで、筋肉は収縮し、筋肉量は維持できる。ギプスをつけている間も筋肉に力を入れることにより、左足の筋肉をほとんどやせさせることなく維持できた。

また、他の患者にあまり勧められないことではないが、主治医の許可の前から少しずつリハビリを早めていた。松葉杖を2本を1本にすること、半分に切ったギプスを家庭の中では外すことなど、主治医の許可の

ある前から始めていた。「骨折した部位に痛みが出ない範囲でなら、ある程度動かしても支障はない」という友人の整形外科医のコメントをもらっていた。主治医は患者に責任感をもつため、どうしても運動の許可をだすことを躊躇しがちだ。

主治患者として自分の責任でリハビリを早め、その結果、骨折3ヶ月後にはテニスの練習を開始し、5ヶ月後には以前とほとんど変わらない程に運動可能となつた。主治医は慎重な判断をするので、主治患者として自分の可能な範囲を少しずつ広げ、体を動かすことが成功したと思ふ。それも病気を抱えながら、体を動かす患者の体験談に励まされてのものであつた。

患者の力:

患者学で見つけた医療の新しい姿

出版社: 春秋社

「患者には力がある!」 毎日を健康に生きるために、そのためにも、真の患者中心の医療を実現するために、いま必要なこととは。



加藤 眞三

1980年、慶應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、慶應義塾大学医学部内科専任講師(消化器内科)を経て、現在、慶應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)。





沖縄県内 難病患者団体 掲示板

2015年 6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
日本網膜色素変性症協会・沖縄県支部	13日(土)	13:00~17:00	沖縄県男女共同参画センター 「ていりる」1F (総会・講演会)
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 多目的室C (総会)
神経難病友の会八重山	15日(月)	10:00~13:00	パンナ公園でのピクニック (雨天の場合18日定例会に変更)
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
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
日本ALS協会・沖縄県支部	21日(日)	14:00~16:00	南部医療センター 講堂(総会・講演会)
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
脊髄小脳変性症/多系統萎縮症患者・家族交流会	27日(土)	13:30~15:30	南風原町社会福祉センターちむぐる館 問合せ(井上)090-5937-5292
全国パーキンソン病友の会沖縄県支部	28日(日)	12:30~16:00	那覇市保健所3階
全国筋無力症友の会沖縄県支部	28日(日)	13:00~	南部医療センター(総会&医療講演会)

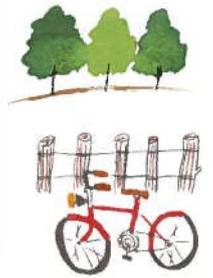
※詳細は下記患者団体連絡先へお問合せください。

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(國頭) 電話: 080-2773-1571 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

広場



エッセイ 諸喜田 美智代さん(ALS)
「支えてくれたみなさんありがとう」

私がエッセイを本誌に投稿し出したのは、平成23年2月号からだ。初めは病気の受け止めに揺れ動く心の葛藤を、後半は受けているサービスについて書いた。あえて身の回りの狭い範囲の事をテーマに選んだ。1人の患者の生き方をまわりの人に知って欲しかったからだ。思いの伝わらない辛さと娘の介護負担を考えると、人工呼吸器を付けた事を何度も後悔した。でもエッセイを書くことにより、後ろ向きになる気持ちも前向きに切り替えられた。多くの友人たちから、エッセイを楽しみにし



ているとのメッセージももらった。それは大きな励みとなりここまで続けることが出来た。支えてくれた皆さんありがとう。4月に清拭中に右腕を骨折し、今は病気の辛さと骨折の痛みと戦っている。体はともきついですが、力の続く限り頑張りたい。エッセイも今後は少し外にも目を向けて書きたいと思う。

患者団体からのおたより

各患者団体 平成27年度 総会のお知らせ

網膜色素変性症協会 沖縄県支部

定期支部総会&QOL講演会
開催日：6月13日(土)
場所：沖縄県男女共同参画センター「ていりる1F」
講演：「QOL向上に向け」(仮称)
講師：金澤真理氏(JRPS本部QOL担当理事)

全国膠原病友の会・沖縄県支部

平成27年度支部総会&勉強会
開催日：6月14日(日)
場所：那覇市保健所 3階会議室
勉強会：「難病関連法って何？」
講師：新城尚子氏(沖縄県業務疾病対策課主任技師)

日本ALS協会・沖縄県支部

第8回総会&講話
開催日：6月21日(日)
場所：南部医療センター 講堂
講演：「心のケアの重要性」
講師：金城正孝先生(沖縄県立中部病院神経内科)

全国筋無力症友の会 沖縄県支部

平成27年度支部総会&医療講演会
開催日：6月28日(日)
場所：南部医療センター 2階会議室
講演：「重症筋無力症と社会生活」
講師：稲福徹也先生(稲福内科医院院長)
関心のある方はお気軽にご参加ください。

※各患者団体の総会開始時間・詳細お問合せは7頁の患者団体一覧よりご確認ください。

読者の声



アンビシャスの会報誌を、病で苦しみ悲しんでいる一人でも多くの仲間たちに知ってもらいたい、読んでもらいたい、これが私の願いです。会報誌でーじにふえてーびる！(とてもありがとうございます)

山原のスミィより

いつも楽しく、時には考えさせられながら会報誌を読んでいます。特に「表紙は語る」と、諸喜田さんのエッセイ、加藤教授の「患者学」は読み応えがあり毎月の楽しみにしています。

那覇市 A・Hより

「読者の声」へのご投稿のご案内

このコーナーは読者のみな様が会報誌に關して、日頃感じている事、各コーナーへのご意見、感想などをおしゃべり感覚で自由に述べて頂くコーナーです。100〜200文字程度でのご投稿をお待ちしています。
*採用の方には500円相当のクオカードを進呈します。
*採用の方へクオカード送付のため住所、氏名も明記してください。
*匿名希望者はペンネームもお願いします。



お勧め映画情報

「永遠の僕たち」

/ 2000年アメリカ作

主演はD・ホッパーの息子H・ホッパー、日本の加瀬亮も出演。

交通事故で両親を失った少年は、彼だけに見える「人」が話し相手になっていた。

そんな彼は、他人の葬式に参列するのが趣味で、そんな日々を過ごしていて、ある日、そこで不治の病に冒された少女と出会い、2人は急速に距離を縮めていく…。

加瀬亮の役が、第二次世界大戦で戦死した日本の特攻隊員の幽霊という内容も、物語の、重要なところではないでしょうか。

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、ネットで見てます。

難病短歌 難病川柳

難病がある方や家族の方、サポートする方々で日常感じている悲しみ、辛さ、笑い、皮肉や優しさなどを短歌・川柳にしてご応募ください。採用の方には寄稿料として千円相当のクオカードを進呈します。詳しい応募要項は10頁をご覧ください。

難病短歌
不思議だよ 囚じどころに 顔出して
犯人どこだ 直ぐ逮捕して

難病川柳
上里 米子さん
今朝起床し右手に広がる滲見見て、「又か！」と次に顔見て「ない！」と笑顔。薬の副作用ダヨ
と医師。同じところに！なんでやねん！週間もすれば消えます。

困ったな 命より重い この体

ライカムは テレビ観ただけ 知ったかぶり

ペンネーム やーくまいーさん
GWとはいえ人混みは疲れるのでどこにも行かず、かといって新しくオープンした大型店舗は気になります。そしてテレビからの情報をさも知っているふうに語ってしまう、見栄っ張りなやーくまいーです。

今月の占い

牡羊座

3月21日～4月19日
失敗を恐れたら
成長は無し
ス：散歩

牡牛座

4月20日～5月20日
人生は、泣き笑いが
面白い
ス：塗り絵

双子座

5月21日～6月21日
他人は自分の鏡、
その逆も然り
ス：映画鑑賞

蟹座

6月22日～7月22日
怒る事は疲れる事、
穏やかに
ス：昼寝・仮眠

獅子座

7月23日～8月22日
つまらない生き方は
勿体無い
ス：土いじり

乙女座

8月23日～9月22日
笑顔が自分を輝かせる
ス：カラオケ

スリストレス解消法

天秤座

9月23日～10月23日
不幸と思つたら
不幸の始まり
ス：シヨッピング

蠍座

10月24日～11月21日
自分に無理なく
自分らしく
ス：日記等

射手座

11月22日～12月21日
生きてるから、
常に成長
ス：瞑想

山羊座

12月22日～1月19日
たまには休む事も
大事
ス：ドライブ

水瓶座

1月20日～2月18日
自己暗示で
自信へ繋ぐ
ス：お喋り

魚座

2月19日～3月20日
苛々したら鏡を
見てみよう
ス：料理

編集後記

うりずんの季節も過ぎ、沖繩は梅雨に入りましたが、みなさま体調管理は大丈夫ですか！
天気も曇りがちで湿度も高くなりませんが、気分は常にスカッと爽やかにしたいものです。

今月の「表紙は語る」はついでこの間までアンビシャス・スタッフとして働いていた新垣睦子さん。

かつての仲間が元気に頑張っている様子がうかがえ、とても嬉しくなりました。

また新企画の川柳・短歌にも予想以上のご投稿があり、選考に頭を悩ますほどの嬉しい悲鳴を上げています。「読者の声」を含め、読者参加型の誌面を心がけていきますので、みな様のご投稿をお待ちしています。

そして先月号で案内の「アンビシャスカフェ」(毎月第3水曜日14:00～16:00)第1回のカフェには2名とやや少ない参加者でしたが、終始話題と笑いが尽きない有意義な2時間となりました。病名は違えど同じ仲間として、一緒に語らい、楽しい憩いの時間を過ごしてみませんか。

次回は6月17日(水)です。ご希望の方は事務局までご連絡ください。



2015年 6月の各保健所からのご案内

- 【北部福祉保健所】 Tel:0980-52-2704
 【中部福祉保健所】 Tel:098-938-9700
 【南部福祉保健所】 Tel:098-889-6945
 【那覇市保健所】 Tel:098-853-7962
 【八重山福祉保健所】 Tel:0980-82-3241

6月の予定はございません。

【宮古福祉保健所】 Tel:0980-72-8447

- とぅんがらの会（神経難病患者・家族のつどい）

日時：平成27年6月26日（金） 14:00～16:00

場所：宮古保健所 健康増進室

※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。

平成27年度 障害者の態様に応じた多様な委託訓練

訓練生募集の案内～障害のある人の「働きたい」を実現するために**8月開講【募集期間：平成27年6月1日（月）～平成27年6月19日（金）】**

コース名：しごと準備講座		コースの種類：知識・技能	
訓練期間：8/3（月）～10/30（金）【3か月】	定員：5名	管轄：浦添校	
募集対象：身体（下肢、内部障害）、知的、精神、発達、その他（高次脳機能障害、難病等）			
訓練内容： 就労に必要な職業人の基本的なルール・マナーの習得を図り、さらに就職に対する意識を向上し、一般就労と同時に即戦力として対応できる力をつける。 就労後の定着への意識や安定した生活習慣の意識などを習得し、安定した自立生活を送れるような力をつける。			
【学科】職業生活、SST、自己理解、就職講座 【実技】作業実習、企業実習			
訓練実施場所：宮古島市	委託先：社会福祉法人 みやこ福祉会（0980-73-7770）		

コース名：造園技能者基礎訓練科		コースの種類：実践能力	
訓練期間：8/3（月）～10/30（金）【3か月】	定員：2名	管轄：浦添校	
募集対象：知的、精神、発達、その他（高次脳機能障害、難病等）			
訓練内容： 造園技能者として就労できる基礎的知識・技能を習得する。			
【学科】植物学、設計基礎、造園施工基礎、樹木生産基礎、就職支援 【実技】樹木管理、設計、造園施工、樹木生産			
訓練実施場所：西原町	有限会社 西原農園（098-945-5231）		

アンビシャスからの緊急案内！

第2次実施分の指定難病196疾病が告示され7月1日より施行されます。

（1月の110疾病と合わせ対象 計306疾病）具体的な疾病一覧は次月、Vol.158号掲載予定

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

4月のご寄付

- 株式会社フォーモスト・ブルーシール北谷店 ●オン・ディッシュ ●全保連株式会社
- ココストア浦添宮城三丁目店 ●HAIR&MAKE EARTH 沖縄新都心店

※ホームページにも掲載しております。アンビシャスホームページ(TOPページ)にあるコンテンツより「寄付した方々/今年度」をご参照ください。

4月のご支援・ご協力

- ライオンズクラブ様より愛音楽音楽祭のチケット10枚頂きました。
- 小波津正光さんよりFECお笑い劇場の優待チケット4枚・ウーマクーボーイズの優待チケット2枚を頂きました。
- 新田幸子さんより混声合唱団アミーチ20周年演奏会のチケット4枚頂きました。
- 難病情報誌156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(福岡県のA様・千葉県のT様・沖縄県のU様)

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 ●てだこボウル ●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 ●株式会社琉薬 ●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ー ●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 ●沖縄ちゃんぶるーネット(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・小禄サザン店 ●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
- 2 Da TOP(ツダトップ)ダンススタジオ ●株式会社いなんせ典礼 ●ジョッキハウス

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 ●株式会社 エルダグリーケアサービス

みなさま、ご支援・ご協力、本当にありがとうございます。



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

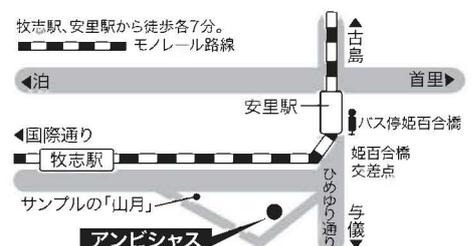
Tel:098-951-0567(代表)

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)

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
〒990-0003 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

MARKX PRIUS AQUA ALPHARD Esquire

もっとクルマの楽しませんか。
Answer for you. TOYOPET

沖縄トヨペット

学問なき経験は、経験なき学問に勝る。

Answer for you. TOYOPET

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

KOS 有限会社
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(無料でご自宅へ出張OK)
《見積無料》有限会社 **翔南石材**
☎945-8771 西原町字我謝688-7

ALS 脳性麻痺
筋ジストロフィーなど
重度障がい者
夜間滞在型訪問介護サービス

訪問介護とは、ヘルパーがご自宅にお伺いし、入浴、排泄、着替などの「身体介護」と掃除、洗濯、調理などの「生活援助」を行うサービスです。

- トイレ介助 ●食事・調理 ●入浴 ●着替・洗濯 ●体位交換
- たん吸引 ●おむつ交換 その他

株式会社 日本エルダリーケアサービス
でいごの花 宜野湾 Tel:098-896-1666
〒901-2201 沖縄県宜野湾市新城1-24-1 Fax:098-896-1667

難病・障害をお持ちの方の
働き場所を準備しました。

【就労内容】
野菜の栽培・収穫・箱詰め、エコクラフトなど

那覇市指定就労継続支援
A型事業所 **スマイルワーク**
Tel:098-835-9801
担当:仲宗根 順子

指定就労継続支援A型事業所
SMILE WORK
スマイルワーク