



アンビシャス

人生のマイナスイメージに見える
出来事は、より良い自分にな
るために必要な時期だった！



表紙は語る

「多発性硬化症」

アンビシャス通信

9月の報告あれこれ

アンビシャスメモ

保健所からのご案内

令和5年【1月開講】

障害者委託訓練生募集のお知らせ

難病とのつきあい方！

「ここからからだの

セルフ・コントロール」講習会のご案内

こころの現場から

つぶやきチャンネル

シリーズ 第91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

患者団体からのおたより

沖縄県内難病患者団体一覧

今月のおくすり箱

アンビシャス広場

エッセイ 渡口 正さん

お勧め映画情報

占い

編集後記

表紙は語る 藤村 美来（ふじむら みらい）さん 多発性硬化症

人生のマイナスに見える出来事は、 より良い自分になるために必要な時期だった！



障がい者馬術を始めた頃、干拓の里馬事公園にてジャスミンちゃん。

目覚めると、体が思うように動か
かせず起き上がれないという約20
年前の朝が、忘れられない発症記
念日です。当初は線維筋痛症と診

断されました。

友人に抱えられタクシーで地元
の総合病院に行きましたが、どの診
療科で診てもらえばいいのかわから

ず、総合案内で症状を伝え整形外科を案内されました。整形外科では感じの良い若い先生が体のあちこちを指で押し確信に満ちた顔で「線維筋痛症ですね。」と告げました。「せいいきんつうしょう？」初めて聞く病名に「この病気は治りますか？」と訊くと、「原因も治療法も見つかっていません。」と言われ、この病気の痛みに有効だというノイロトロピンという点滴を受けて帰りました。飲み薬が切れた予約日に、その先生の診察を受けに行くと、転勤で別の先生に代わっていて「すみませんが線維筋痛症は診ていません。」と診察を拒否されました。「では診察は結構ですが、せめて前回と同じ点滴をして頂けないですか？」とダメもとでお願いすると、困惑顔の先生は渋々要求を呑み、点滴をしてくれました。その後、次回の診察予約の話をする、渋い表情で先生は「線維筋痛症の患

者さんは診ていません。他を当たってください。」と言われました。「それでしたら専門の先生を紹介してください。初めて聞く病名なので」と言うと、「専門の先生は知りません。すみません」と言っただけを伏せ、これ以上の交渉はやめてくれという合図でした。そこから約10年が、私の人生で最も辛く苦しい暗黒期になるとは、この時まで気付いていませんでした。

それから家族や友人にこの病名を伝え、インターネットで検索しましたが、専門医は関東方面にいる事くらいしか分かりませんでした。今のようにならぬグーグルやTwitterが盛んではなく、何とか同じ病気の方と繋がりたいとの思いからアメーバブログを始めました。ブログで線維筋痛症を検索し、片っ端から友達申請をして複数の同病の患者さんと繋がることになりました。知り合った患者友だちの殆ど

が、診察拒否や、精神科を勧められたりしていました。

私も、複数の病院に行きましたが、線維筋痛症と告げるだけで診察を拒否されたり、「検査しても異常はなく、精神的な痛みが体に出る身体表現性障害ですから、精神科の治療を受けてください。」と複数の先生に言われました。素直に精神科を受診しても「あなたはどこも悪くないです。整形外科で治療を受けてください。」と、また整形外科に戻るといいう堂々巡りを何年も続ける事になりました。だんだん精神的に追い詰められ、お医者さんが信用できなくなってきました。そのうち本当に精神が荒み、診察に希望が持てず、初対面の先生に八つ当たりするようになりました。

り添ってくれた家族の存在があったからです。

どこに行ってもまともな診療が受けられず諦めかけていましたが、元々1つ多い頸椎が悪さをしている可能性もあるため、地元の別の総合病院で整形外科を受診しました。しかしもうお医者さんの事が信用できず、診察室で病歴を話しながらも期待はしていませんでした。そのため「思い当たる病気があります。造影剤を使ったMRI検査をしてもいいでしょうか？」と、優しく話してくれた先生の言葉にも半信半疑で、どうせまた「何も悪いところはない」と言われるあの絶望感を感じるのが嫌で、淡々とした気持ちで検査を受けました。

ところが「やはり私の予想していた多発性硬化症という難病です。直ぐに専門医を紹介しますので早めに受診してください！」と先生からの説明に驚くことになりました。その先生は、ずっと難病専門の所におられて、整形外科に移ったばかりのお医者さんでした。あの時、あの先生との出会がなければ、今のポジティブで明るい私はいません。今でもその時の出逢いに深く感謝しています。

たらい回しの間に車いす利用者

になりましたが、約10年前から、多発性硬化症の専門医の診察と治療を受け、今は夫と幸せな毎日を過ごしています。

現代医学では完治が難しいと言われている難病です。診察と治療の他に、1年半前から自分なりに考えたりハビリをしています。

1つは乗馬です。乗馬療法は元々傷病兵のリハビリでした。私は数年前、ホースセラピー体験で馬の愛らしさや高い目線から見る特別な景色、自分ではそんなに歩けないのに馬が背中に乗せて歩いてくれることに感動しました。その心が震える体験がベースとなり、1年半前から夫と一緒にパラ馬術のレッスンを週1ペースで受けています。

もう1つは華道です。指先が動かすにいく握力も少しずつ落ちてい



小原流いけばな社中ミニ花展にて、大好きな薔薇と百合の作品を出展。

語者プロフィール

藤村 美来

(ふじむら みらい)さん

【出身地】長崎市

【趣味】いけばな・乗馬

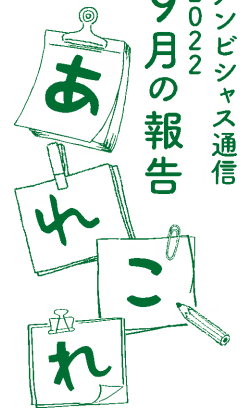
【好きな動物】パンダ

【好きな言葉】和を以て貴しとなす

るので、作業療法として1年ほど前からいけばなを始めました。大変優しい先生に恵まれ、毎週お稽古を続けており、今の夢はいけばなの先生になり、少年院や刑務所などで自己表現として教えたいと思っています。

また、電動車いす利用のため長年叶わなかった在宅勤務にも恵まれました。就労支援A型事業所の仕事ですが、スタッフの皆様が大変優しくとても良い環境で仕事をしています。

もしかすると、たらい回しの10年を乗り越えられたから、今在る有難みに気付く心が生まれ、様々な新しい事にチャレンジする前向きな気持ちになれたのかもしれない。そう考えると、人生のマイナスに見える時期や出来事は、より良い自分になるために必要な時期だったのかもしれない。感謝。

アンビシャス通信
2022
9月の報告

ポータブル電源の貸出事業

アンビシャスでは人工呼吸器等を装着して療養生活を送る難病(小児含む)患者の方が、災害時の停電対策としてポータブル電源装置の自費購入をご検討される場合、実際に使い勝手を試してもらい購入時の参考となることを目的に無償で貸出しをしています。貸出機はJackery Japan様より一昨年末に寄贈された10台を含め助成金で購入した各メーカーの機器を加え16台で運営しています。

また台風などによる長期停電に備え電気を必要とする難病の方へ2週間を上限として貸出しも行っています。9月は3個の台風が毎週末に接近したこともあり緊急時用に2台を残し14台すべてを貸出しました。難病以外の障がいのある方からの問合せもありましたが、原則人工呼吸器を付けている難病の方を優先とさせて頂いておいており、今回の様に希望者が殺到した場合はお断りをさせていただきます。ご理解

の程よろしくお願い申し上げます。



台風接近前(9/1以前)

9/5現在

9月の難病医療相談会

9月は神経難病系疾患に膠原病系疾患、下垂体系疾患と3つの難病医療相談会を行いました。神経系疾患の難病医療相談会は今年度2回目、膠原病系疾患も2回目を2月に予定をしております。

どの相談会でも相談者さんからは「この先どうなるのでしょうか?」「他にはどんな治療法がありますか?」.と言った質問が上がります。神経系疾患の医療相談会では、「リハ

ビリのアドバイス」や「日常生活で注意すべき事」なども良く上がる質問です。膠原病系、下垂体系では「この病気について詳しく教えていただきたい。」といった質問もあります。普段の診察時にはゆつくりと聞くことができなかった事を個別にお聞きする場として、アンビシャスの難病医療相談会があります。

どの難病医療相談会も各30分の定員4組で2時間としています。先生のご厚意で1時間延長し、これまで2回の難病医療相談会で12組のご相談を承りました。12月と3月にあと2回予定しております。また、10月は肝臓系を、11月には腎臓系、12月には消化器系を予定しております。10月20日現在、既に定員に達しキャンセル待ちとなります。詳細はお問合せ願います。

難病ピア・サポーター

養成研修(応用編 最終回)

5月より開始の「2022年度難病ピア・サポーター養成研修(応用編)」は9月10日をもって終了しました。昨年の難病ピア・サポーター養成研修(基礎編)を受講された10名

のうち6名の方が今年度の応用編に進まれました。

応用編では講師に沖縄県地域保健課疾病対策班の保健師さんや、社会保険労務士、行政書士の先生に登壇いただき、「国や都道府県の難病対策」や「社会保障について」等、難病制度の全体像を把握していただきました。また、臨床心理士、公認心理師の先生にも登壇いただき、具体的事例を通して学ぶ機会もありました。

参加者様からは「難病ピア・サポーター養成講座、基礎編・応用編と充実した講座を開催して頂き、ありがとうございました。この講座で多くの方との新しい出会い、学びの場を得ることができました。また、自分の病気との付き合い方についても違った視点から考え直すきっかけになりました。」等のご感想をいただきました。ピア(仲間)として相手の話を聞く訓練を通し、自身を見つめ直す機会にもなっております。

10月より2022年度の難病ピア・サポーター養成研修(基礎編)がはじまり、12名の方が参加されます。基礎編も実り多き研修にしていきたいと思っております。

2022年11月の各保健所からのご案内

【北部保健所】Tel:0980-52-2704 【那覇市保健所】Tel:098-853-7962
 【中部保健所】Tel:098-938-9883 【宮古保健所】Tel:0980-72-8447
 【南部保健所】Tel:098-889-6945 【八重山保健所】Tel:0980-82-3241

各保健所、11月の予定はございません。

令和5年【1月開講】障害者委託訓練生募集【募集期間:令和4年11月1日(火)～25日(金)】
【訓練期間:令和5年1月5日(木)～3月31日(金)】(3ヵ月間)

コース名	定員	管轄校	募集対象	訓練場所	委託先
パソコン ビジネス科 (知識・技能)	10名	浦添校	身体《上肢・下肢(車イス不可)・視覚・ 聴覚(通訳なしで口話が理解できる方)・ 内部障害》、精神、発達、高次脳機能 障害、難病	那覇市	株式会社 ワイエムシィ

Word・Excel等のソフト操作を身に付け文書作成から表計算処理等、一般事務・経理・営業事務等で必要とされる技能を習得する。

受講料無料(但し教科書代、検定代、保険料、駐車場代は自己負担)

※詳しくは、浦添職業能力開発校へお問合せください。お問合せ先: **098-879-2560**

難病とのつきあい方!

「こころとからだのセルフ・コントロール」講習会のご案内

今年度も難病を抱えている方を対象に、心身のセルフコントロールについて学ぶ講習会を企画しました。難病と診断され悩まれている方や、難病に伴う日頃のストレスを解消したい方に向けた講習会です。本会は、個別指導を行き渡りやすくするため定員を4名迄とし、毎月必ず参加できる方に限定しています。

【内 容】ストレスがおよぼす心と身体への影響、病気の捉え方、ストレス解消法、マインドフルネス瞑想法など(※講習会前後で「ストレス度チェック」及び結果報告あり。)

【講 師】上田 幸彦先生(沖縄国際大学 総合文化学部 教授・公認心理師)

【対 象】難病を抱えているご本人で、1月・2月・3月の3回とも参加可能な方

【日 程】2023年1月21日(土)・2月18日(土)・3月25日(土) 各13時30分～16時30分

【定 員】先着4名(※要申込。先着順となります。10月20日現在、残り2名です。)

【参加費】無 料

【場所・申込】沖縄県難病相談支援センター(認定NPO法人アンビシャス)
那覇市牧志3-24-29グレイスハイム喜納2-1階

【電 話】**098-951-0567** 平日10時～17時(土・日・祝祭日休業)

こころの

現場から



自分の望みとは

漫画『ドラえもん』（作：藤子・F・不二雄）はご存じのことと思います。今回は、22世紀の未来からやってきたドラえもんが四次元ポケットから取り出す「ひみつ道具」を通して、あなたの自身の「望み」を改めて考えてみます。臨床心理学は無意識に光を当てて、これまで生きてこられなかった自分や、自分の人生について考える学問であると言っているかもしれません。人間はイメージを通して共感する生き物で、身の回りにある絵や音楽には、それぞれ自分の想いが投影され、それに対して好きとか嫌いとか様々な感情が付随してくるものです。ちよつと疲れたところをほぐすつもりで、少し考えてみましょう。

あなたは「ドラえもんのひみつ道具」の中で何が一番好きですか。もし自分が一つだけ手に入れるとしたらどんな「ひみつ道具」がいいですか。こ

の問いには正解はありません、正解か間違いかは考えずに素直に考えてみましょう。

直観で一つ「ひみつ道具」を選ぶのもよいかもしれませんが。そこに、自分があるかもしれない。また、「今日はこのひみつ道具がいいかな」と思ったけれど、暫く経って状況が変わると「また違うひみつ道具に惹かれる」場合もあります。

人間にはいろいろな望みがあり、自分らしく人生を送るために、その時々で望みを叶える方向に自己決定していきます。今回のように、時にはイメージで遊びながら、自分の真実の想いについて探って、こころのストレッチもしながら、自分の望みが叶えられるように様々な自己決定ができるといいですね。そしてもし、あなたが支援者だったら、できるだけ本人の願いが何かということを探していくのもよいでしょう。



上野里依り
心理師
臨床心理士
鎌田依り
(かまだえり)

つばやきチャンプルー



個人情報の利益と不利益

過去には電話帳に氏名と住所、電話番号が掲載され無料配布されていた時代がありました。現在でも沖縄では新聞の死亡広告に家族構成を掲載していますが、個人情報の利用には利益と不利益があり地域や時代とともに変化していくのだと思います。

また現在は個人に関する情報が他人に漏れないよう、個人情報保護法が施工されています。アンビシャスでも業務で知りえた、氏名・住所・電話番号やメールアドレスなどの個人情報非公開で、その方への連絡や郵送の場合のみ利用しています。もちろん、ご本人の承諾をいただいた上で保健師など他の支援者へ情報を提供し共有することはあります。しかし、たとえ知人から個人情報の提供を求められたとしても、ご本人の了解が得られない限り、こちらが知り得た情報を開示することはありません。

個人情報保護の観点からはむやみに監視されるのは嫌ですが、事件や事故があった場合には、監視カメラの映像が貴重な情報になります。DNAの遺伝子技術では難病の原因解明といったメリットはありますが、悪用されないか不安は残ります。

情報の活用には利益もありますが、不利益もあるのです、提供する側とされる側が丁寧を確認することが大切になってきている時代ですね。



通名喜照著

事前の意思表示をどのように伝えるか その2

さて、前回は老人ホームに入院中の高齢者が意識障害により救急車が呼ばれた件について述べましたが、その話の中には、超高齢者が事前に意思表示することに關して考えなければならぬ問題点が含まれています。

それは、本人の意思が本当に十分に活かされているのかどうか、後でその方の死を家族が受け容れられるのか、患者さんの意思が救急隊を含む医療者側にどのように伝わっているのかの3点になるかと思えます。

老人ホームの職員は「老人ホームで心臓と呼吸が止まって発見されたときに、無理に救命措置はしなくてもよい」と聞いたときに「この方は救急救命措置を一切望まない人である」と受け取りました。次に、そのことが救急隊の隊員に告げられると、隊員は「この人は救命救急措置を拒否した人

だ」と解釈し、搬送先として三次救急を最初から搬送先の選択肢からははずすことになったのです。

ここには、まるで伝言ゲームであるかのように、言葉として伝わる毎に少しずつ生じています。このような状況下に、本人が望んでいた医療が提供されることにならなかったとすれば、本人にとっては悔しいことでしょう。

また、その家族は亡くなった後に「あの時、こうしていたら」、「あの時、そうしなかつたら」と悔やむことになるかも知れません。例えば、最初から三次救急に搬送されていれば助かったのかも知れないと感じたり、脳の出血であっても硬膜下血腫であれば比較的簡単な手術で後遺症も少なく対処できると後になって知るのである。このように、本人や家族が自分たちの意思を伝えたとしても、それ

がそのままに伝わることの難しさがあるのです。

もう一つの問題は、最終的に搬送された三次救急病院の脳外科医が、本人及び家族の意思を尊重する人であるかどうか、一定ではないだろうことです。救命救急医によっては、現在できる最大限の治療を何でもしなければいけないと考える医師もいます。そんな時、医師は「救命救急センターに運ばれて来たのに、あなたは患者さんのいのちを見捨てるつもりですか」と家族に最大限の積極的な治療をせまることがあるかもしれません。

だからこそ、救急隊員は三次救急の病院を搬送先の選択肢からはずしていったのでしよう。しかし、三次救急であっても、患者さんの意思を優先したり、患者さんの状況によつては保存的な治療でよいと判断する医師もいるのです。これは、地域によつても異なるだろうし、時代によつても変遷してくるのだと思います。だからこそ、それぞれの人の対応は難しいのです。

現在の日本が、こんな状況であることを十分に認識した上で、日頃から自分でもよく考え、家族内でもよく話し合っておくことが大切でしょう。患者本人及びその代弁者となる人は、本人の希望を医療提供側にうまく伝えることが必要になります。さらに、もし本人の望まない方向に進もうとしていれば、その軌道修正をするための交渉力も必要となるのです。

最近関わることのあつた事例から、考えさせられたことを紹介しました。



加藤先生の YouTube 配信中です!
「Dr.シンゾウの市民のための健幸教室」
<http://www.youtube.com/watch?v=V6dyrwmTC9k&t=109s>



加藤先生の最新書籍
肝臓専門医が教える
病気になる飲み方、ならない飲み方
出版社：ビジネス社



加藤 眞三
慶應義塾大学名誉教授。
上智大学グリーフケア研究所研究員。
患者と医療者の協働関係を作り上げることをテーマに公開講座「患者学」や著作 等を通じ、患者も自ら積極的に医療に参加する啓発活動に取り組む。

沖縄県内 難病患者団体 掲示板

2022年11月の各団体定例会・交流会スケジュール



団体名	日時	場所・連絡先
全国膠原病友の会・沖縄県支部	5日(土) 14時半～16時	那覇市保健所3階「健康増進室」 リアル(対面)開催 参加希望の方は9ページ連絡先へメール又はお電話ください
全国パーキンソン病友の会・沖縄県支部	27日(日) 15～16時	ズームカフェ(オンライン交流会) 参加希望の方は9ページ連絡先へメール又はお電話ください
ギラン・バレー症候群 交流会	27日(日) 14～17時	ノボテル沖縄那覇 1階ラウンジ ※必ず事前に9ページ連絡先へLINE又はお電話ください
下記団体の交流会は新型コロナウイルスの感染リスクを避けるため暫く中止します。 再開については、9ページ各連絡先まで		
沖縄クローン病・潰瘍性大腸炎 友の会	OPLL (後縦・黄色靭帯骨化症) 友の会	
沖縄県網膜色素変性症協会	脊髄小脳変性症・多系統萎縮症 那覇・南部患者の会	
四つ葉の会 (宮古膠原病友の会)	脊髄小脳変性症・多系統萎縮症 中部患者・家族会	
神経難病友の会八重山	全国筋無力症友の会沖縄県支部	
沖縄サルコイドーシス 友の会		



2019年6月29日のコロナ前医療講演会のあとの交流会の様子

患者団体からのおたより

全国膠原病友の会沖縄県支部より

リアル(対面)交流会のお知らせ

膠原病友の会では患者会の大切な役割の一つで、患者さん・ご家族(ピア)を一人にしない為に、交流会の開催をしています。

しかしながら、新型コロナウイルス感染拡大の影響で2年半もの間、対面での交流会ができていません。オンライン交流会にはネット環境が必要ですが、1丁の苦手な方々はなかなか参加することができませんでした。少しずつ対面での交流会も初めてまいりたいと思います、ご案内いたします。オンラインは抵抗があつて参加できなかった方「膠原病って医師から告げられたけれど、膠原病って何?皆、どのように生活しているの?」等など…。

会員さんはもちろん、初めての参加大歓迎!!です。運営委員一同、皆様にお目にかかれるのを楽しみにしております。(リアル交流会が本場に久しぶりなので、ドキドキです)

日時：11月5日(土) 14時半～16時
会場：那覇市保健所3階「健康増進室」
参加費：無料

※コロナ感染の状況を見ながら、今後の交流会の形を考えていきたいと思っております。



沖縄県内難病患者団体一覧

団体名	代表者	連絡先
OPLL(後縦・黄色靱帯骨化症)友の会	黒島	(久高ひさえ)080-4119-1241 (安谷屋聡)090-7989-2130
脊髄小脳変性症/多系統萎縮症 那覇・南部患者の会	井上 栄治	(井上)090-5937-5292
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 メール:k-mi-ya-18@docomo.ne.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 メール:kougen.okinawa@gmail.com
もやの会沖縄県ブロック	金城 忠英	(金城)080-2719-4650
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 メール:info@parkinson.okinawa.jp
日本ALS協会 沖縄県支部	仲村 厚子	(島田)090-3418-7982
全国筋無力症友の会 沖縄県支部	上原 アイ子	(上原)090-7479-8841
沖縄県網膜色素変性症協会	小野 雅幸	メール:okinawarps@gmail.com 北部部会(伊良波) 電話・Fax:0980-53-1262 中部部会(又吉) 電話:090-3797-4125 南部部会(譜久島) 電話:080-1766-2669 八重山部会(平良) 電話:090-5081-5622 宮古部会(伊良波) 電話:090-8294-6174
神経難病友の会八重山	黒島 里枝	(黒島)090-5470-7485
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	(内間)090-9784-8219
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
とらんがらの会(宮古神経難病・患者家族のつどい)	砂川 泰彦	(砂川)080-1536-9287
脊髄小脳変性症・多系統萎縮症 中部患者・家族会	仲西 智春	(仲西)090-9585-9259
沖縄サルコイドーシス 友の会	祖堅 善樹	(祖堅)080-9851-5758 (仲榮眞)090-6856-9274
ギラン・バレー症候群 交流会	山川 朝教	(山川)080-3955-1663 又は LINE公式アカウント http://nav.cx/fi71JOn
リンパ浮腫 ゆんたく会	喜納 美和	(喜納)080-6497-6320 mail:k.slimpa@outlook.jp

今月のおくすり箱

インフルエンザの流行を前に

今冬、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行が懸念されています。専門家はこの冬にかけてインフルエンザの流行が起き、新型コロナウイルスの「第8波」となる可能性があるとしています。

新型コロナウイルス感染症もインフルエンザも発熱やせき、のどの痛みや関節痛などの症状が似ており、検査をせず症状だけで両者を判別することはかなり難しいとみられています。インフルエンザの症状は通常1週間程度で落ち着きますが、肺炎などを併発し重症化することもあります。小学生以下の子どもや妊婦、基礎疾患のある人や高齢者といった重症化リスクのある人は体調不良の場合、速やかに発熱外来やかかりつけ医を受診しましょう。医療機関では新型コロナウイルスとインフルエンザの検査を受け、診断に応じて、治療薬の処方を受けるなどの対応をとります。

感染拡大を防ぐためにも処方された薬は最後まできちんと使用してください。また、流行前のワクチン接種(コロナワクチンとインフルエンザワクチンの同時接種も可)やマスク、手洗い、部屋の加湿、換気など感染症対策を心がけましょう。



沖縄県
薬剤師会
吉田 典子



エッセイ 渡口 正さん (ALS)
「後悔」を「納得」へ換える試み

去る、9月29日(木)私は中学1年生の時に経験した初恋の相手だった女性と会い、当時のことを謝りました。

中学校の入学式の日、笑顔がはじけきりから輝いていたある女生徒に秒殺された私は、5月、突然、彼女からコクられ、更に、7月には、交換日記を提案されたものの、どうしていいか分からず放置した結果、私の初恋は敢えなく終わりました。そのことで彼女の自尊心を深く傷つけたことを後悔してきました。

再会するまで彼女と話したことがなかった私は、「後悔」を「納得」へ換えることを試み、無事、普通に会話できる関係を築くことができました!!

これからも「後悔」を「納得」へ換える試みを続けていきたいと思えます。



お勧め映画/DVD 情報

天海祐希 主演出演のおすすめ作品

- 1) 老後の資金がありません!
コメディタッチの老後の心配を楽しく描いた作品。
- 2) 記憶にございません!
主演ではないけど、存在感がある。
三谷幸喜作品で、中井貴一主演作。総理が、記憶をなくし、ドタバタが始まる。

- 3) チア☆ダン
～女子高生がチアダンスで全米制覇しちゃったホントの話～ 本場アメリカのチアダンス選手権大会で優勝を果たした福井県立福井商業高等学校の実話を映画化。顧問役の天海祐希、やはりカッコ良い。

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。



今月の占い

リ=リフレッシュ法

- 牡羊座 3/21-4/19
素直に接してみよう
リ…DVD鑑賞
- 牡牛座 4/20-5/20
美味しい物食べよう
リ…お風呂
- 双子座 5/21-6/21
猜疑心を捨てましょう
リ…スキンケア
- 蟹座 6/22-7/22
睡眠は十分に取ろう
リ…ドライブ
- 獅子座 7/23-8/22
綺麗な景色や風景を見て
リ…歌唱
- 乙女座 8/23-9/22
感謝を伝えよう
リ…飲食
- 天秤座 9/23-10/23
健康的な生活に
リ…断捨離
- 蠍座 10/24-11/21
楽しく有意義な日を
リ…音楽鑑賞
- 射手座 11/22-12/21
努力は報われる
リ…ネット観覧
- 山羊座 12/22-1/19
振り回されぬ強さを
リ…読書
- 水瓶座 1/20-2/18
趣味を楽しんで
リ…睡眠
- 魚座 2/19-3/20
慌てず無理は禁物
リ…ネット鑑賞

編集後記



全国的には秋の盛りといったところでしょうか、沖縄もこのところ暑さが和らぎ秋めいてきました。新型コロナウイルスの今後の動きと、予想されるインフルエンザの流行に注意しつつ、爽やかな秋の風を身体一杯受けて心身ともリフレッシュしたいですね。

さて今月の「表紙は語る」は、藤村さんに発症から多発性硬化症と診断されるまでの10年に及ぶ苦難の日々と、診断後の専門医による適切な治療により比較的安定した日常生活の様子を綴っていただきました。難病が故になかなか診断がつかず、適切な治療を受けるまで時間を要したケースが往々にしてあります。診断に納得がいかない、おかしいと思ったらセカンドオピニオンで別の専門医に相談する事も一つの選択肢かと思えます。

話は変わりますが、アンビシャスでは難病(小児含む)の方の体験談を募集しています。文章を書くのが苦手な方は訪問またはZoomでの取材も可能です。詳細は事務局までお問合せください。
文 仲村 明

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 ●株式会社かね屋 ●長濱眼科 ●揚羽屋(あげはや) ●匿名2名

9月のご寄付

●三和金属株式会社 ●てだこボウル ●渡部 純夫 ●有限会社 麦飯石の水 ●仲間 正樹
●株式会社いなんせ典礼 ●匿名3名

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

9月のご支援・ご協力

●難病情報誌245号の折り曲げボランティアとして参加して頂いた方々
就労継続支援B型事業所「あるにこ」さん

●有限会社FECオフィスより 演芸集団F E C旗揚げ29周年記念公演優待チケット5枚を頂きました。

募金箱設置ありがとうございます 順不同敬称略

●全保連(株) ●全保連コントロールセンター ●(株)メガネ一番 ●(株)いなんせ典礼 ●沖縄トヨタ自動車(株) トヨタタウン港川店、トヨタ
タウン松本店、トヨタタウンシーサイド店 ●(株)琉葉 ●(株)照正組 ●(株)K.Turtles ●恒和ペイント(株) ●日本交通(株) ●(社)全国個人タク
シー協会沖縄支部 ●(社)沖縄県栄養士会 ●(有)だいにちシール ●(株)かりさら ●T-SHIRT-YA.COM国際通り店・北谷店 ●カラカラと
ちぶぐわ〜 ●てだこボウル ●フォーモストブルーシール北谷店 ●上間菓子店 ●西崎オートサービス ●マリンショップぶくぶく
●ホテルまるき ●水のサンクス ●山城二輪 ●さわやか歯科クリニック ●auショップ久茂地店 ●しゃしんやきんちゃんDigi-pit店
●2DaTOP (ツダトップ) ダンススタジオ ●HAIR&MAKE EARTH沖縄新都心店 ●ジョッキハウス ●メキシコ雑貨tope (トベ)
●(有) 麦飯石の水 ●スーパーチャレンジセンターミライ ●ひめゆり歯科医院

法人賛助会員 順不同敬称略

●全保連(株) ●(株)アイアム ●岡野法律事務所 ●(株)クオサ ●(有) 麦飯石の水 ●(有) プロGRESS ●玄米クリニック
●(株)ケアコネクト ●はびねず訪問看護ステーション ●いくみ皮ふ科クリニック ●首里城下町クリニック第一 ●首里城下町クリニック第二
●(株)ケイオーパートナーズ ●(有) 太陽印刷 ●恩納クリニック ●空と海とクリニック ●しゅくみね内科 ●(有) 北辰ハウジング
●松城クリニック ●しんざと内科 ●(株)いなんせ典礼 ●はいさいクリニック ●テルモ(株)沖縄支店 ●外間眼科 ●ふたば訪問看護ステーション
●たつや脳神経外科 ●おおにし医院 ●サザン歯科まえた ●くすみ薬局 ●(株)舜 ●牧港眼科 ●まみ皮フ科クリニック ●嬉野が丘サマリア人病院
●城間クリニック ●那覇かなぐすく皮膚科 ●(株)長堂材木店 ●仲本病院 ●光クリニック ●コザクリニック ●いちよう内科あしとみ
●下地第2脳神経外科 ●高良登記測量事務所 ●北部皮フ科クリニック ●なかむら内科おなかクリニック ●岸本外科医院
●(株)アクティブ ●(株)メガネ一番 ●南西医療器(株) ●(株)大成ホーム ●日本交通(株) ●(有) 沖縄矢崎販売 ●じのん整形外科クリニック
●伊佐内科クリニック ●訪問看護ステーションはっぴー ●ぎなクリニック ●琉球ダイハツ販売(株) ●前田胃腸科医院 ●愛聖クリニック
●おもと会 訪問リハビリテーション ●愛知クリニック ●訪問看護ステーションぶくじ ●沖映通り眼科 ●沖縄県農業協同組合
●訪問看護ステーションこころのかて ●訪問看護ステーションおもととよみの杜 ●比嘉歯科医院 ●(有) ティダエステート
●中部地区医師会 訪問看護ステーション ●稲福内科医院 ●浦添さかい眼科 ●オリオンビール(株) ●ねたて内科クリニック
●みやぐに皮フ科 ●嶺井第一病院 ●はびねず訪問看護ステーション ●(有) タカラ ●(株)ざまみダンボール ●かりまた内科医院
●(社)沖縄県栄養士会 ●松本歯科クリニック ●サンクス ●まつおTCクリニック ●沖縄メディカル訪問看護ステーション
●すながわ内科クリニック ●りんご調剤薬局 浦西店 ●訪問看護ステーションちゅらぐる ●訪問看護ステーションうんな
●(株) 興建設まる不動産 ●(株)大央ハウジング ●(株) 上咲組 ●(株) ドウ・オキナワ ●(有) 新地開発 ●(株)ホープ住宅 ●(有) 仁開商事
●(有) いっきゅう商事 ●伊江島不動産 ●(同) ONE live ●(株) 琉行 ●(株) 興ハウジング ●(有) ディー・ランド ●訪問看護ステーションみかん
●(有) 名桜不動産 ●(株) ホカマ ●大和商工 (株) ●ワンズトラスト(株) ●沖縄病院 ●(株) 国建 ●(株) ホープネクスト ●(株) テルソウ
●まなざし訪問看護ステーション ●こばし内科クリニック ●南部徳洲会病院 ●(株) 沖縄ネット不動産 ●又吉内科クリニック
●友愛会訪問看護ステーション ●中部協同病院 ●ハートライフ病院 ●神谷医院 ●外間眼科医院崇元寺 ●訪問看護ステーション 縁
●ライフホームズ(株) ●(株) 住宅管理コンサルタント ●(有) ハート住宅 ●(有) スタプランニング ●さわやか歯科クリニック
●こころクリニック ●(資) 新垣自動車工業 ●訪問看護ステーションいやしの邦 ●ハーモニー薬局 寄宮店 ●潮平病院
●こもれ陽訪問看護ステーション ●エクスプロア訪問看護ステーション ●(株)名城 ●ゆずりは訪問診療所 ●開邦不動産
●訪問看護リハビリステーションhappiness ●(有) ナンセイ日本商事

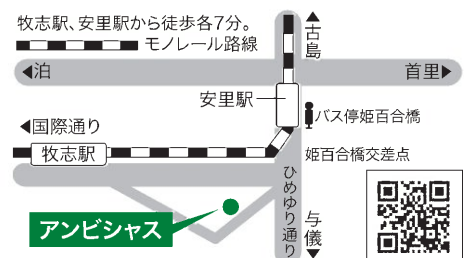
難病無料相談(電話・来所・メール) 難病のこと、それに伴う不安や家庭・職場での悩みのご相談をお受けします。

☎098-951-0567 ✉soudan@ambitious.or.jp

平日10:00~17:00 (休:土日祝日・年末年始)

※ご相談内容・個人情報については「守秘義務」を厳守します。※面談ご希望の方は、事前にご予約ください。

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) 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



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
〒900-8608 那覇市天久905番地 TEL:098-866-4901



RYUKYU GOLDEN KINGS

www.goldenkings.jp
www.twitter.com/RyukyuKings (Official Twitter @RyukyuKings)

沖縄にとってかけがえのない会社へ。



沖縄トヨタグループ
沖縄トヨタ自動車
トヨタレンタリース沖縄 OTM

複写機・OA機器リース、レンタル、
オフィス家具までトータル提案



株式会社クオサ
kuosa

本社:〒901-2201 沖縄県浦添市勢理客1丁目20番14号 2F
Tel: 098-879-0162 Fax: 098-879-0198
北部営業所:〒905-0016 沖縄県名護市大東2丁目14番3号
Tel: 098-051-1600 Fax: 098-051-1601
宮古営業所:〒906-0014 沖縄県宮古島市平良松原534-6
Tel: 098-079-5751 Fax: 098-079-5752

ヴィクサーレ沖縄FCを応援しています。



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

Otsuka-people creating new products
for better health worldwide



Otsuka 大塚製薬
https://www.otsuka.co.jp/

あなたのご支援が
会報誌制作・運営の支えになります。

協賛広告のお願い

広告を掲載いただける
団体・企業様を募集いたします。

広告掲載費: 毎月1万円
(募集枠: 1・2月、4・5月、7・8月、10・11月の年8回 又は 年4回)

【お問合せ】アンビシャス事務局
Tel: 098-951-0567 mail: info@ambitious.or.jp



Terumasagroup

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
てるまさグループは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています