

Ambitious アンビシャス

～沖縄から両親の眠る静岡へ～
笑顔で接するコミュニケーション
が一番の良薬



表紙は語る

「パーキンソン病」

アンビシャス通信

6月の報告あれこれ

アンビシャスマエモ

保健所からのご案内

令和5年【10月開講】

障害者委託訓練生募集のお知らせ

難病医療相談会（9月開催）のご案内
沖縄障害者職業センターの
オープニングセミナーのご案内

こころの現場から

つぶやきチャンプルー

シリーズ 第100回

『患者学』 加藤 真三教授

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

アンビシャスからのおたより

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

表紙は語る 勝見 優（かつみまさる）さん パーキンソン病

勝見 優（かつみまさる）さん パーキンソン病

笑顔で接するミニユケーションが1番の良薬



職員の似顔絵で会話が弾む

したが、どうするかは考えていませんでした。それどころか、私は静岡県の実家に戻り、以前とは全く

違う生活環境によるものか体調を

崩してしまい実家に近い静岡県内の施設でリハビリのため通所と入院を繰り返して現在に至っています。

しかし、今回も前回と大きく異なる内容ではないけれど、ありのままの自分であれば、良いのかなと思いつつ投稿してみました。その契機になつたのは、以前、沖縄の施設に通所していた時、サンダン花の川田悠可さんの『平和の祈り』が目に入りとても感動しました。『何をか言わんや』、自分のやるべき道が決まりました。コロナが世界に蔓延するなかで、各国の政治や経済等に又、人間の価値観や考え方を変えるまでになりました。

まえがき
沖縄在住時に寄稿した前回のアンビシャス220号では、自分を振り返る機会となり家族共々大変喜んでいます。これも沖縄でお世話を

の人生の道標となればと思い投稿しました。

現在の様子

令和5年を迎え、実家の近くにあるリハビリテーション病院に通所、その後リハビリのために入院し退院後は隣の小規模多機能の施設に通院しています。また同じく近隣にある大学付属病院の脳外科、泌尿器科等で検査してお腹に溜まつた尿をバルーンで取り出しています。その他には、起床時の起き上がりができず腰や股関節のレントゲン等諸検査を実施して経過を見ています。こちらでも、相変わらず、リハビリテーションの松崎医院長先生をはじめ看護師、介護福祉士や理学療法、作業療法、言語療法士等の多くの方々に世話をっています。

静岡に帰郷後は最寄りのリハビリテーション病院のケアマネージャーに早速相談して、満床のところを翌年の1月12日に入院できました。後で気が付きましたが、実は私の父が以前この病院に入院しており、その病室は偶然にも父が療養していた部屋と同じでした。それにはさすがの私もビックリしました。

この病室はマウンテンビューで眺めが良く、富士山は見えませんが、何處にいても富士のように見守つて下さる松崎院長先生の優しい心（仁愛）とご配慮に感謝しております。この様に地域の方々の支えがあつて『生かされている事』を実感します。

考えてみれば、パーキンソン病の治療法は各人に個人差があり、特効薬はない様に思いますが最後の砦は自分自身の生き方や考え方等『パーキンソン病』とどう向き合つて生活するか』等に尽きます。病状は人によつて様々であり、一言では言えませんがこの難病情報誌アンビシャスを通じて、会員の皆様の交流の大切さが伝わってきます。お互に新たな発見があれ

ました。後で気が付きましたが、実は私の父が以前この病院に入院しており、その病室は偶然にも父が療養していた部屋と同じでした。それにはさすがの私もビックリしました。

この病室はマウンテンビューで眺めが良く、富士山は見えませんが、何處にいても富士のように見守つて下さる松崎院長先生の優しい心（仁愛）とご配慮に感謝しております。この様に地域の方々の支えがあつて『生かされている事』を実感します。

さて、ごく一般的な事かも知れませんが、私のパーキンソンに対する目標は以下の事に決めてます。

現在の目標

①日常生活が普段通り送れるよう努力する（睡眠、食事、排泄等）、声の発声、嚥下、気分転換等を図る（カラオケ、詩吟）

②介助生活でも、出来る事は自分で

する。

③地域の人と交流出来る場で、自分なりの役割をもつ事（施設等）

④現在は、入院中の時に作業療法で似顔絵イラスト等の絵画（スケッチ）を自己流ですが描いています。皆さんに喜んでもらえる事が、とても楽しい想い出になりました。

お陰様で、作業療法の時間を活用して利用者や職員に配布すると好評で、施設内でも話題になり利用者や職員間のコミュニケーションにもなっている様です。順次作製中ですが『徒然草伊豆長岡リハビリ編』を冊子にして見て頂いて

ます。内容は似顔絵や塗り絵（東海道五十三次等）です。

編集はリハビリ担当職員の國井さん、椎名さん、小林さん達に手

伝つて頂いています。

以前から趣味で文化財等の古文書解読等を行なつていきましたが、この地域の歴史や文化にも触れ合う活動をしたい為、伊豆学研究会に入会し、早速江川文庫の和算の古文書解読を行つています。趣味

現在活動中

以前から趣味で文化財等の古文書解読等を行なつていきましたが、この地域の歴史や文化にも触れ合う活動をしたい為、伊豆学研究会に入会し、早速江川文庫の和算の古文書解読を行つています。趣味

最後に一言

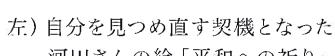
コロナの渦中、医療機関や介護等の職場では、その予防や対策に日々明け暮れ、疑心暗鬼で毎日過ごしている中でも、ユーモアや冗談を交え楽しい会話や団欒ができる良いです。やっぱり、笑顔で接するコミュニティケーションが一番でしょう！

そしていつも私の側にいて支え続けてくれる妻へ感謝を込め

「ありがとうございます！」
を伝えたいと思います。



上) 徒然なるままに描いた
似顔絵が冊子に



左) 自分を見つめ直す契機となつた
河田さんの絵「平和への祈り」



語者プロフィール

勝見 優(かつみ まさる)さん

昭和24年生まれ。

【趣味】

古文書解読、カラオケ、お酒

【好きな音楽】

EXILE(道)、福山雅治(桜坂)

を活かして地域に貢献出来れば幸いと思っています。

6月の報告



イオン・幸せの黄色い

レシートキャンペーン贈呈式

6月11日、イオン那覇ショッピングセンターにて「第28回幸せの黄色いレシートキャンペーン」の寄付贈呈式が催され、12万6千円余りのご寄付を頂戴しました。

2020年度より同キャンペーンは沖縄県内を8エリアに分けて展開。アンビシャスはAエリア（那覇地区）でのエントリーとなりました。

頂いたご净財は難病情報誌「アンビシャス」を皆様のお手元へ郵送する際の封筒、約1年半分の購入代金に充てさせていただけます。イオン琉球株式会社様、そして黄色いレシートのご投函によりご支援をお寄せいたただいたお客様に心より深く感謝申し上げます。

6月のご寄付

6月19日、株式会社大央ハウジング様より昨年に引き続き10万円のご寄付を頂戴しました。

丁度この日が大央ハウジング様の設立33周年との事で、記念すべきこの日のご寄付を頂戴したことの大変感慨深いものがあります。

大央ハウジング様ではこれまで

皆様からお寄せいただいたご厚志に応えられるよう、今後も難病支援活動に取り組んで参ります。



黄色いレシートキャンペーンAエリア寄付贈呈式

も地域の福祉施設へ寄付を続けてこられ、福祉活動への強い志を感じました。私どもはご寄付に託された想いを真摯に受け止め、その期待にしつかり応えていく決意を改めて強くしました。

また先にご報告のイエローレ

シートキャンペーングのご寄付をはじめ、毎月ご継続の寄付や、おきぎんSmart募金からも7名の方のご支援がありました。6月はこれらを合わせ26件、40万円余りのご寄付を頂戴しました。この紙面を借りてご支援をいたいた皆さんに、厚く御礼申し上げます。



大央ハウジング前盛社長より寄付贈呈

ポータブル電源の貸出事業

例年になく早く発生した台風2号の接近に伴い5月末から6月2日にかけポータブル電源の貸出し希望者が殺到し、容量の小さなポータブル電源を残し全て貸出されました。

台風2号は幸い大きな被害もなく通過しましたが、やはり人工呼吸器等を装着して療養生活を送る難病(小児含む)患者の皆様には不安が募る日々だったかと察します。

ポータブル電源の貸出は、自費購入をご検討の方が事前に実際の使い勝手を確認する目的の他、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を行っています。

これからが台風の発生が多くなる時期です。台風などの緊急時の貸出しは原則人工呼吸器を付けている難病の方を優先としています。台数に限りがありますのでご希望の方はお早めにご連絡をお願いします。(ポータブル電源を人工呼吸器へ直接つなぐことは厳禁です!)

2023年8月の各保健所からのご案内

【北部保健所】Tel:0980-52-2704

【中部保健所】Tel:098-938-9883

【南部保健所】Tel:098-889-6945

【那霸市保健所】Tel:098-853-7962

【宮古保健所】Tel:0980-72-8447

【八重山保健所】Tel:0980-82-3241

各保健所、8月の予定はございません。

令和5年【10月開講】障害者委託訓練生募集 【募集期間:令和5年8月1日(火)～25日(金)】

【訓練期間:令和5年10月2日(月)～12月28日(木)】(3ヶ月間)

コース名	定員	管轄校	募集対象	訓練場所	委託先
リネン類 クリーニング科(実践)	2名	具志川校	知的、精神、発達、 高次脳機能障がい、難病	名護市	沖縄綿久寝具株式会社 【名護工場】

その他、受講料無料(保険料等は自己負担)

【申込方法】住所地のハローワーク 【お問合せ】具志川職業能力開発校 **TEL:098-973-6680**

難病医療相談会(9月開催)のご案内

難病医療相談会では、難病の詳しい説明や治療・療養について、専門医による個別相談(お一人30分間)を無料で受けすることが出来ます。定員は4組、先着順となります。

※定員に達し次第締め切りますので、ご希望の方はお早目にお申込みください。

疾患	担当医	日程
神経難病関連疾患	渡嘉敷 崇先生 (沖縄病院)	9月8日(金) 14時～16時
下垂体系疾患	池間 朋己先生 (浦添総合病院)	9月15日(金) 14時～16時
膠原病系疾患	小禄 雅人先生 (新健幸クリニック)	9月30日(土) 14時～16時

開催場所：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

沖縄障害者職業センターのオープンセミナーのご案内

沖縄障害者職業センターでは職業相談、職業評価、職業準備支援、ジョブコーチ支援を通して一人一人に合った「長く安定して働く方法」と一緒に考えていくことを目的としたオープンセミナーを開催しています。

・就職活動を手伝って欲しい。・自分に向いている仕事って…何?・一生懸命やっているのに長続きしない。等で就労を考えているが、上記のような悩みや不安のある方、オープンセミナーへ参加してみませんか。

対象：障がいや難病がある求職者、そのご家族や支援者

日時：毎月隔週火曜日 10:30より(8月は8日(火)・22日(火))

お申込み・詳細問合せ：沖縄障害者職業センター Tel:098-861-1254 メール：okinawa-ctr@jeed.go.jp

会場：沖縄職業総合庁舎5階(那覇市おもろまち1-3-25)

こころの 現場から



相手の人生の時間を 使っている

人は誰でも、人に相談をしたい事がありますし、人にただ話を聴いてほしいという時もあります。人は生

来的に社会的な生き物ですので、健康なこころを維持するためには、どうしても自分の話を聴いてもらう時間が必要なようです。あなたは、話ををするほうですか。それとも、あなたは話しの聞き役に回ることが多いですか。

話ををする際に、話をする人は「話を聴いてくれる人の人生の時間を、自分が消費している」という認識がないことが多いです。特に相談をする場合には、話をする人は切羽詰まつた状況になっているので「相手の人生の時間をもらつて、自分が相談をしている」という認識がほとんどなくなっている状態です。また、現代の情報社会では携帯電話はほとんどの人が持つている状態ですので、

「電話をすれば必ず相手が出るだらう」とか「ライン（メール）が既読になれば、すぐに返事が返ってくるだらう」という傲慢な期待が生じやすいです。この期待は、自分を中心として世の中を見ているがゆえに生じる心性です。そして同様の心性は、無料の相談窓口で相談をする人にも生じています。

人の人生の時間ほどかけがえのないものはありませんから、有料で相談をする場合には、聴いてくれる人の時間をお金で買つているという認識をもつことが適切です。誰かに相談や頼み事をする場合に、共依存関係ではなく、また支配—被支配という関係でもなく、お互いに自立した関係で居るために「相手の人生の時間を自分は使っているのだ」という認識を持つておくと、礼節を保つて生活をできるかかもしれない。このような意識を根底にしません。このように自己決定もスムーズに行くようになります。



臨床心理士
心理公認心理師
鎌田 依里
(かまだ えり)

つぶやきチャンブルー

こころを休める勇気

働く（はたら）くの語源は傍（はた）を楽（らく）にさせるという説があります。人が持っていない・困りごとを解決することで対価をもらい、自分の利益になります。

自己愛が強く全ての事に自己中心的な人は、周囲から煙たがられ結果的に幸せを感じることが少なくなります。

逆に他人のために自分を押さえる人も幸せにはなりません。「採用してくれた会社のため」「苦労して育ってくれた親のため」「子どもの幸せのため」にと仕事に追われ、休日も家事や介護・育児で休みたくても休めない状況が続くと心身ともに疲弊してしまいます。

今、注目されているセルフ・コンパッションという言葉があります。日本語では、自分へのやさしさ、慈しみ、慈愛、慈悲などと訳されます。苦難にあっても自分を責めない。

辛いのは自分だけではない、自分を良き理解者とし、疲れている他人に対し休んだ方が良いとアドバイスするように、自分自身に休んだ方が良いと話しかけましょう。自分自身を非難しない、ネガティブな発想でいっぱいのとき、完璧でなくとも、世の中完璧な人などいない。今、休むことは長期的には自分も他人も幸せになります。さて、勇気をもつて休み、休んでいる実感を味わいましょう。



著:照喜名通

シリーズ「患者学」第100回

慶應義塾大学
名誉教授 加藤 真三

患者が医療者と対等の関係になるとはどうのことなのか（その2）

患者さんが自分が望んでいることを優先すること、やりたくないことを可能な限り避けることにより、その生活を持続することが可能となります。ですから、慢性病や難病においては、患者さんの側からの情報が必要不可欠なのです。

ところが、今までの医療では、患者さんが自分の希望や避けたいことを医療者側に十分に伝える機会がありませんでした。医療者側にも、それだけの時間的な余裕がなかつたという事情があります。そのため、とりえずは今まで通り、型どおりにすませたいという気持ちが出てしまうのです。医療者側はガイドラインやマニュアルに従つていれば、悩む時間も少なくなり、楽になれます。しかし、個人の要望にそつてその患者さんのための医療を創りあげることには努力が必要となります。

今までの医療の現状を開いていくためには、医療者側が変わるだけで、患者さん自身が変わることも求められます。例えば、医療者が患者さんの大切とすることを聴いたとしても、患者さんがそのことを上手く伝えられない可能性もあるからです。

一つは、医療者、特に医師、に対する遠慮です。こんなことを言つてもよいのだろうか、こんなことを言つては嫌われてしまわないだろうか。そんな心配をするために、患者さんは余り自分

の要望を出さないようにしていることも多いのです。

二つ目は、自分で大切としているものを十分に把握できていないために、伝えられない場合もあります。わが国では、周りの人と同じようにすることが尊ばれる雰囲気、すなわち同調圧があるために、自分の主張をする機会がそれ程多くはありません。自分の好みを周りに伝えることを遠慮しがちであります。そのような環境の中で自分が優先したいもの、避けたいことをあいまいなままに過ごしてきたことも多いのです。

さて、このような新しい医療は実際ににはどのようにすすめられていくのでしょうか？

例えば、メタボリック症候群の人であっても、自分はなるべく薬に頼らないで生活をしたいと考えている患者さんであれば、医療者側からは、運動や食事、睡眠など生活上の改善から取り組むことが奨められるでしょう。運動においても、ランニングや水泳が好きな人もいれば、テニスや草野球など球技なら楽しみながら続けられるという人もいるでしょう。あるいは、ゴルフをする人なら、なるべくカートを使わないでプレイするということも大切な工夫となります。スポーツではなくても、歩くことが好きとか、草花や野菜を育てるのが好きとか、アーティストがそのような時間を多くすることで運動量は増えます。

一般的に、今までの医療では病気が慢性病の多くではどこまでの運動であれば、安静よりもむしろ身体を動かしていった方がよいということが明らかにされています。それは身体面だけではなく、心理的にもよい影響をもたらし、社会的にも活動が可能となり、スピリチュアルにもよい影響をもたらすのです。

食事においても、このような食事はダメとか、これを食べなさいと指導されるよりは、今までの自分の食事の中で、どれをどのように変えれば、少しだけ患者さんの病態をよくできるかを、患者さんと医療者がお互いに情報を提供し対話をすることにより、工夫するという手もあるのです。

（次号に続く）

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=V6dyrwTC9k&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 真三

慶應義塾大学名誉教授。
上智大学グリーンアカデミー研究所研究員。
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んでいます。



QRコード



沖縄県内 難病患者団体 掲示板

2023年8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 南部地区	12日(土) 14~16時	那覇市保健所 3階(健康増進室)(毎月第2土曜日) ※7月よりオンラインから対面に変更
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(毎月最終日曜日) ※必ず事前に9ページ連絡先へLINE又はお電話ください

※詳細は左記患者団体連絡先へお問合せください。



体験談掲載の内容

※2頁構成。400字詰め原稿用紙5枚程度(2,000~2,200文字)にまとめてください。

※基本的に表現は自由です。但し特定の宗教や政党、健康食品などの紹介はご遠慮願います。

※ご執筆者には心ばかりですが、執筆料として1万円をご進呈します。

※実名、お写真掲載可能の方に限らせていただきます。

(参考までに過去の体験談の閲覧はこちらより!)

<http://www.ambitious.or.jp/magazine/>

詳細については 下記事務局:仲村までお問合せください。

Tel: 098-951-0567 メール: info@ambitious.or.jp

アンビシャスでは難病の方ご自身の病状や小児慢性疾患のご家族からの体験談を募集しています。ご体験を難病情報誌「アンビシャス」に掲載してみませんか。文章を書くのが苦手な方でも、沖縄県本島内であればインタビュー形式の訪問取材も行っています。またZoomを使用しての取材も可能ですので宮古・石垣その他の離島及び遠方の方のご応募も大歓迎です。

「表紙は語る」体験談募集!

アンビシャスからのおたより



沖縄県内難病患者団体一覧

団体名	代表者	連絡先
OPLL(後縦・黄色靭帯骨化症)友の会	黒島	(久高)080-4119-1241 (安谷屋)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
沖縄クローニ病・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:tadatune9030118@yahoo.co.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	横目 トヨ子	(横目)090-7380-6329
八重山クローニ病・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
とうんがらの会(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

コロナの治療薬について

全国的な新型コロナウイルスの感染者増に伴い、医療機関を受診される方や入院する患者も増加しています。新型コロナ感染症の治療は、通常軽症の場合には風邪薬や解熱鎮痛薬、重症化リスクのある場合等にコロナ治療薬が処方されます。

現在、国内で使えるコロナの飲み薬は3種類。投与対象が重症化リスクのある人に限られるのが「ラゲブリオ」と、「パキロビッド」です。もう一つは、初の国産飲み薬として実用化された「ゾコーバ」です。

パキロビッドは重症化予防効果が高いことで知られています。しかしながら、パキロビッドとゾコーバは飲み合わせの悪いお薬もあるため、服用量の調整が必要な場合や、普段服用している薬を一時的に中止しなければならない事もあります。

安心して治療が受けられるよう、医療機関を受診する際はお薬手帳を持参し、市販薬や健康食品についてもご相談ください。また、体調が悪くなる前に抗原検査キットおよび解熱鎮痛薬を家庭にて準備しておきましょう。基礎疾患をお持ちの方やご高齢の方は、日頃からかかりつけ医療機関に相談できるようにしておことも大切です。



沖縄県
薬剤師会
吉田 典子



アンビシャス広場



エッセイ 渡口 正さん (ALS)
ALSとの出会い

令和元年10月、右手の握力低下に気づいた私は、整形外科と脳神経内科の受診を経て、翌年4月、沖縄病院へ検査入院し、筋萎縮性側索硬化症(ALS)と診断されました。

当初は気にならなかったが、整形外科医から脳神経内科の受診を勧められたところでネット検索するとすぐALSがヒットしましたが、意図的にALSのことを忘却しました。

いつものように一生懸命とうるぱり(ほんやりし)、仕事にハマリ、泡盛を楽しみ、*イシミーバイと語り合い(釣り)、正月料理づくりに夢中になって、卓球に汗を流していたら、九州年齢別卓球選手権大会のダブルス県代表を勝ち取ることができましたが、渡口、県予選の決勝戦でも*どうるぱいかーぱい。県代表は、パートナーの下地恵政さん(何度も県チャンピオン獲得のレジエンド)のおかげです。

*イシミーバイ・カモンハタ(魚)
*どうるぱいかーぱい・ぱーつとして反応が鈍い事



お勧め映画/DVD情報

夜行観覧車 TBS系ドラマ

原作、湊かなえ。10話のドラマ。

高級住宅街に引っ越してきた家族と他の住人たち。様々な事が起こり次第に崩壊していく家庭。絆は戻せるのか。

出演は、鈴木京香、石田ゆり子、夏木マリ、高橋克典など

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

清潔感をもっと大切に
リ…お風呂

牡牛座 4/20-5/20

自分に投資の気持ちを
リ…買物

双子座 5/21-6/21

体調管理を怠らずに
リ…睡眠

蟹 座 6/22-7/22

集中力を高める事を
リ…散歩

獅子座 7/23-8/22

遊び心で軽やかに
リ…談笑

乙女座 8/23-9/22

思い立ったが吉日で
リ…食事

天秤座 9/23-10/22

ストレスを溜めずに
リ…断捨離

蠍 座 10/24-11/21

自由時間を楽しんで
リ…ネット観覧

射手座 11/22-12/21

徳を積む行動を
リ…掃除

山羊座 12/22-1/19

ゆとりある行動を
リ…音楽鑑賞

水瓶座 1/20-2/18

色々な話に聞く耳を
リ…ドライブ

魚 座 2/19-3/20

怒りに任せるなかれ
リ…仮眠

今月の「表紙は語る」は3年前にご投稿いただいたパークinson病の患者さんに沖縄から静岡へ帰郷された後の様子を綴っていただきました。

難病に特効薬はなくとも、似顔絵イラストや絵画を描く事で皆さんに喜んでもらえたり、趣味の古文書解説等で地域に貢献できること事が楽しいと、自分自身の考え方次第で前向きになれると語っています。色々と示唆に富むお話をかと思います。

話は変わりますが、本誌「患者学」が今月で100回目を迎えました。

新しい医療を創るには、医療者と患者を対立から協働の関係へ、上下から水平の関係へ導くことが必要として、2015年にスタートした同シリーズも100回を数え、その前の「患者の力(12回)」と合わせ9年以上も「患者と医療の関わり方」に関するお話を色々な切り口からお話ししていただきました。特に難病の方は主治医との関わりが長期に及び自身に当てはめて参考にされた方も多く思います。加藤先生にはご多忙の中、一度も途切れずに今までご寄稿いただき心より感謝申し上げます。これからもよろしくお願ひいたします。

文仲村明

編集後記



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 ●匿名2名

6月のご寄付

●有限会社麦飯石の水 ●ホテルまるき ●慶田盛 克磨 ●イオン琉球株式会社
●株式会社大央ハウジング ●喜納 美和 ●おきぎんSmart募金(7件) ●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。

6月のご支援・ご協力

●難病情報誌254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オフィスよりお笑い劇場公演優待チケット3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) トヨタウン港川店、トヨタウン松本店、トヨタウンシーサイド店 ●(株)琉薬 ●(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
●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(トペ)
●(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 ●有機農産物 ばるず

法人賛助会員 順不同敬称略

●全保連(株) ●(有)ナンセイ日本商事 ●松城クリニック ●訪問看護ステーションぷくじ ●はびねす訪問看護ステーション
●まみ皮フ科クリニック ●(有)北辰ハウジング ●はいさいクリニック ●コザクリニック ●(有)仁開商事 ●光クリニック
●おおにし医院 ●恩納クリニック ●日本交通(株) ●くすみ薬局 ●玄米クリニック ●(株)ホープネクスト ●サンクス
●(有)タカラ ●(株)ケアコネクト ●さわやか歯科クリニック ●大和商工(株) ●(株)クオサ ●(有)麦飯石の水
●(有)プログレス ●(株)アイアム ●ワンズトラスト(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
●ライフホームズ(株) ●たつや脳神経外科 ●(有)ティダエステート ●(株)テルソウ ●(株)長堂木材店
●なかむら内科おなかクリニック ●ゆづりは訪問診療所 ●(株)ドウ・オキナワ ●(有)太陽印刷 ●(資)新垣自動車工業
●どこでもWork(株) ●まつおTCクリニック ●こころクリニック ●しんざと内科 ●前田胃腸科医院 ●(有)ディー・ランド
●北部皮フ科クリニック ●外間眼科医院崇元寺 ●沖映通り眼科 ●テルモ(株)沖縄支店 ●(株)流行 ●(株)大央ハウジング
●首里城下町クリニック第一 ●首里城下町クリニック第二 ●城間クリニック ●サザン歯科まえだ ●(株)まる不動産
●(株)アクティブ ●(同)ONE live ●(株)沖縄ネット不動産 ●(株)メガネ一番 ●(株)ホープ住宅 ●(株)大成ホーム ●南西医療器(株)
●訪問看護ステーションおもととよみの杜 ●(有)新地開発 ●(有)沖縄矢崎販売 ●(有)名桜不動産 ●(株)舜 ●比嘉歯科医院
●南部徳洲会病院 ●琉球ダイハツ販売(株) ●じのん整形外科クリニック ●おもと会統括リハビリテーション部 ●愛聖クリニック
●高良登記測量事務所 ●浦添さかい眼科 ●ねたて内科クリニック ●那覇かなぐすく皮膚科 ●いくみ皮ふ科クリニック
●(株)K.Turtles ●訪問看護ステーションこころのかて ●仲本病院 ●こばし内科クリニック ●中部協同病院 ●オリオンビール(株)
●嶺井第一病院 ●中部地区医師会 訪問看護ステーション ●訪問看護ステーションはっぴー ●(株)いなんせ典礼 ●岡野法律事務所
●(株)興ハウジング ●神谷医院 ●かりまた内科医院 ●(株)ざまみダンボール ●(株)国建 ●牧港眼科 ●(社)沖縄県栄養士会
●伊佐内科クリニック ●松本歯科クリニック ●沖縄メディカル訪問看護ステーション ●稻福内科医院 ●(株)名城 ●沖縄病院
●空と海とクリニック ●すながわ内科クリニック ●(株)ホカマ ●訪問看護リハビリステーションhappiness
●訪問看護ステーションちゅらぐくる ●ふたば訪問看護ステーション ●訪問看護ステーションみかん ●(株)上咲組
●こもれ陽訪問看護ステーション ●みやぐに皮フ科 ●又吉内科クリニック ●訪問看護ステーションうんな ●ハートライフ病院
●沖縄県農業協同組合 ●訪問看護ステーションいやしの邦 ●潮平病院 ●(株)パートナー ●(株)チェーロ(cielo)

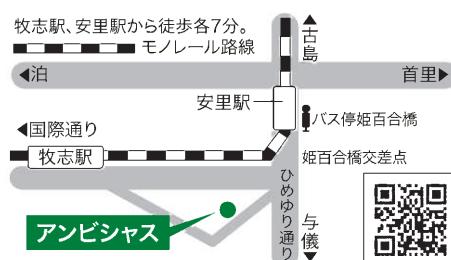
難病無料相談(電話・来所・メール) 難病のこと、それに伴う不安や家庭・職場での悩みのご相談をお受けします。

☎098-951-0567 ☐soudan@ambitious.or.jp

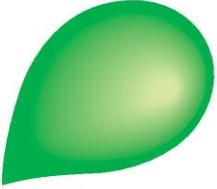
平日10:00～17:00 (休:土日祝日・年末年始)

※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 \(Official Twitter @RyukyuKings\)](https://www.twitter.com/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
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 てら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