

Ambitious アンビシヤス

後悔なんてしたくない!
自分を信じて!
やらぬ後悔より、やる後悔!
「もやもや病」



表紙は語る
「もやもや病」

アンビシヤスマモ

8月の報告あれこれ

保健所からのご案内
アンビシヤスマモ

難病医療相談会のご案内
2023年度（10月～3月までの計画）

こころの現場から

つぶやきチャンブルー

シリーズ 第102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

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

アンビシヤスマモ

エツセイ 渡口 正さん

お勧め映画情報

占い
編集後記

表紙は語る 宮平 夢乃（みやひら ゆめの）さん

もやもや病
(みやひら ゆめの)さん

もやもや病

後悔なんてしたくない！自分を信じて！やらぬ後悔より、やる後悔！



資料を使って外国人手続きの実務と法令の確認をしています。

2017年2月にもやもや病と診断を受け、早6年半が経ちました。2017年12月発行のアンビシャス187号にも経験等書かせて頂きましたが、ありがたいことに、その後

の経過や近況についてまた書かせていただけたところで、とても嬉しく思いますし、難病を持っている方々への情報発信の一助になれると思つております。

専門学生時代に手術を受け、そこから無事卒業でき、当時希望していた塾の先生として就職することができました。現在は転職し、外国人手続き関係の事務をしています。

専門学生時代に手術を受け、そこから無事卒業でき、当時希望していた塾の先生として就職することができました。現在は転職し、外国人手続き関係の事務をしています。

就職したばかりの社会人1年目の頃は、厳しい社会の現実に直面し、上手くいかないことも多く、自分自身のキヤバや体力の限界を把握出来ていないため、頑張りすぎてしまい、体調を崩しがちになってしまつたこともあります。

その際には会社へ相談し、勤務時間の調整や部署異動をさせていた

だき、上手く仕事と治療(体調)のバランスを取る事が出来ました。
部署異動後は事務職に就き、そこで外国人関係手続きという私の中で新しい分野に出会い、視野を広げることが出来ました。その時の周りの方々の理解がなければ、今の私はないと思うので、今でも理解していただいた会社へ感謝しています。

今は自分のレベルアップを求めて転職し、さらに多くの外国人手続きやその他多種多様な業務を経験できる現在の仕事をさせて頂いております。新しい職場にも私の病気について開示していく、理解頂き、安心して仕事をすることが出来ています。

転職する時には、難病支援窓口のような就職方法もあるかと思いますが、その時は病状が安定していたこともあり、特に履歴書や面接では病気に関して伝えず、普通のハローワーク窓口や転職サイトを活用して転職活動をしていました。

社会人になつてお仕事をするにしても、診断されない程度で、もしかしたら他の人と比べて不得意なことや出来ないことが多いかも知れません。しかし、それも自分で理解した上でメモを逐一取り声に出



海外留学を目指していた
学生の頃に作った壁掛

変?と疑つてばかりで、自分に自信がなくなり余計に悪くなつていく気がしてしまい、何も楽しくなくなつてしまいいます。人は人、自分は自分と自分へ言い聞かせて、できるだけ人と比べずに、過去の自分と比べてどれだけ成長出来ているかを大事にしていきたいなと思っています。

もちろん、周りから色々言われることもあるのですが、受け止めるところはしつかり受け止めて、今はタイミングではないと思うことは受け止め流して、自分で上手く必要不要を断捨離していくことも、ストレスフルにならないために必要なことかなと実感しています。とは言つても

して確認したりして、ミスを減らしていく工夫をしています。『病は氣から』ということわざがあるようにあまり自分の病気のことを考えすぎてしまうと、これも変？あれも

私も人間なので、いっぱいいいっぱいになりそうな時にはSNSで弱音を吐いたり、友人に相談したりします。文字や言葉にしつつ自分の頭の中を整理して考えるようになります。他にもドライブやカフェ巡りが好きなので時間がある時には、息抜きのために遠出してゆつくりとした時間過ごすこともあります。

足なことを実感することも多く、きっとと完成された人間はどこにもいらないんだろうなと思います。人は興味関心を持つ限り学び、成長していく生き物だと思います。



ドライブで遠出して見に行ったコスモス畑
事務所の上司とチームで行った目標達成のご褒美
レストランでの思い出

せることは大変なことも多いです。それでも、自分に自信を持つために、そして、もやもや病やバセドウ病の持病があり、不利な点が多い自分にでもできるんだということを証明し、私のような境遇を持つた方にも勇気を与えられるように頑張りたいと思っています。

手術が終わり、学校を卒業した
と思っています。

困難な方を選んできた私自身の選択の結果が今の自分を作っています。あの時こうしていたら……など後悔はしたくないので、選択してきた今この道が正しかつたと自信を持つて『言えるように、今後も『※ Stay Hungry. Stay Foolish. (渴望せよ、常識に牙を抜かれるな。)』精神で生きていきたいと思います。

語者プロフィール

宮平 夢乃

(みやひら ゆめの)さん

1996年 浦添市生まれ(那覇育ち)

目標：行政書士試驗合格

学生の頃からの夢、海外留学

趣味：ライブDV

夢：世界旅行

困難な方を選んできた私自身の選択の結果が今の自分を作っています。あの時こうしていたら…など後悔はしたくないので、選択してきたくらの道が正しかつたと自信を持つて見えるように、今後も『※ Stay Hungry. Stay Foolish. (渴望せ常識に牙を抜かれるな。)』精神で生きてこられたいと思います。

※Appleの創始者スティーブ・ジョブズのスピーチより

困難な方を選んできた私自身の選択の結果が今の自分を作っています。あの時こうしていたら…など後悔はしたくないので、選択してきた今、の道が正しかつたと自信を持つて言えるように、今後も『※ Stay Hungry. Stay Foolish. (渴望せよ、常識に牙を抜かれるな。)』精神で生きていかたいと思います。

※Appleの創始者スティーブ・ジョブズのスピーチより

当時の私は今の私になつてゐることを想像も出来ていなかつたでしよう。目標が変わることや努力が実らないこともあります。しかし、その目標に対して頑張つた過程やそ

8月の報告



「先輩に聞いてみよ!」 「父兄向け講演会・交流会」 実施報告

8月1日に予定していた「先輩に聞いてみよ!」は、台風6号の通過に伴い急遽8月7日へ延期となりました。今回は事前の質問やアンケートにチエツクのあつた「病気が分かつた時の事」「学生生活の事」「進学の事」「就活の事」の4つのテーマについていただきました。

腎臓系疾患を患つた先輩は「再発しそうだなと思つたとき、こういうところがきつくなつたら危ないということを自分でわかるようにしておくことも大事。共通してやつぱり無理しないつていうところと、自分の無理なラインを知つておくこと。最初はボーダーが分からぬ。徐々にこの辺から危ないというのが分

して上がった「先輩と一緒に企画していく過程も学生の糧になる」との考え方から、次回からは企画運営委員を募集していく運びといたします。

神経系医療相談会 (今年度初)

かつてくる。最初は試行錯誤失敗したからこそ分かる。」等と語つてくださいました。

参加者からは、「オンラインなので参加できる。」「食事について聞くことができた。」「身近な先輩とざつくばらんに話せる場は貴重。」といった声が聞かれました。次回は12月26日を予定しております。今回の振り返りと

が多かつたことから始めた「父兄向け講演会・交流会」ですが、今回の2つの会を通して、次回からは父母も小児期に病気を患つた方からのお話を聞ける場「先輩に聞いてみよ！」を提供でなければと考えております。合わせて父母の企画運営委員も募集しておりますので、お気軽に問い合わせください。



がとうございました。」との感想がありました。普段、主治医とお話ができるいても、今更聞きにくい事や、普段聞き忘れてしまう事、こんなこと聞いていいのかと悩まれている事等、長年病院に通われている方から最近診断を受けた方まで、個々人で様々の思いがお有りかと存じます。

離島や外出が難しい方はオンライン相談も可能です。まずはアンビシヤスへお気軽にご相談ください。

また、「父兄向け講演会・交流会」は予定通り8月8日に開催しました。参加されたお母様からは「初めてでしたが、貴重なお話を聞けて良かったと思っています。」とのお声をいただきました。実際に、沖縄県地域保健課より「小児慢性自立支援事業について」や、受給者証について説明があり、兄弟児の按分について質問が上がりました。

当初、10代の小児慢性自立支援の方を対象に始まつた「しやべり場」に父母からの問い合わせ

実際に参加された方からは「不安な気持ちが強かつたのですが大分楽になりました。」「貴重なアドバイスが聞けて、本当にあります。

2023年10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、10月の予定はございません。

難病医療相談会 2023年度(10月～3月までの計画及び予約状況)

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）を無料で受けることが出来ます。

定員は4組となっております。先着順となりますので、ご希望の方はお早目にお申込みください。

(空き状況:9/20現在)

疾患	担当医	日程	空き状況
膠原病系 疾患	小禄 雅人先生 (新健幸クリニック)	10月7日(土) 14時～16時	残り1組
		2024 2月17日(土) 14時～16時	4組
神経難病関連 疾患	渡嘉敷 崇先生 (沖縄病院)	10月13日(金) 14時～16時	残り3組
		12月1日(金) 14時～16時	4組
		2024 3月1日(金) 14時～16時	4組
肝臓系 疾患	前城 達次先生 (なかよし内科 クリニック)	10月14日(土) 16時～18時	残り1組
腎臓系 疾患	小禄 雅人先生 (新健幸クリニック)	11月18日(土) 14時～16時	残り3組
消化器系 疾患	金城 福則先生 (浦添総合病院)	12月9日(土) 14時～16時	4組
下垂体系 疾患	池間 朋己先生 (浦添総合病院)	12月～3月で 日程調整中	4組

お申込み・お問い合わせ：098-951-0567

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

こころの 現場から



勝手な想いの投影と ステレオタイプ

皆さんのご自宅に愛玩動物はいますか。我が家には愛犬が1頭います。さて先日、満員電車の中で盲導犬を見ました。人混みでも、電車が揺れても動じず、また電車から降り、下りのエスカレーターでも、しつかりと仕事をしていました。私は盲導犬の仕事の様子を拝見しながら、我が家で自由気ままに過ごしている愛犬を思い浮かべ、「うちの犬は今頃のんびりと遊んでいるのだろうな、盲導犬はお仕事をしていて偉いなあ」と思いました。

ここで「勝手な想い」と敢えて記載をしたのには理由があります。

我々人間は、愛玩動物に対しても、家族に対しても、他人や自然に対しても「勝手な想い」を投影して生きています。もしかすると我が家の愛犬だって、私の留守中に番犬として

しっかり仕事をしているかもしれないし、私が勝手に好きなように過ごしているのを我慢して気を紛らわすための遊んでいるのかもしれないし、実のところはわからないのです。

これらの「勝手な想いの投影」は家族に対しても同様におこなわれます。身近な人であるからこそ、他人よりは容易にかつ正確に「おそらく、こうだろう」と想像してしまいがちですが、この勝手な想いの投影から生じる誤解は、時に家族内の大きな亀裂を生むことがあります。特に家族に問題が降りかかったときにその亀裂は顕著に現れます。

また「仕事をするから偉い」というステレオタイプもあります。盲導犬の仕事の様子をみて感じたことから私自身の無意識に光が当てられ、ステレオタイプにも気が付きました。中立な考え方をしよう、多角的な見方をしようと意識することが日々の生活では大切なのか



臨床心理士
公認心理師
鎌田 依里
(かまだ エリ)

つぶやきチャンブルー



危機を予測出来ても対応できることも

人類はAI（人工知能）の進化により更に高精度な予測が可能となつてきました。

身近なところでは天気予報や台風予測についてもAIを活用しています。今までに蓄積された過去のデータと現在の状況を照らし合わせて今後の進路をAIが予測します。日本では気象庁のスーパーコンピュータで高精度の進路予測が発表されます。他国でも独自の技術で発表された予報を私たちはインターネットから得ることができます。

各国の予測内容が異なる場合もありますが、比較しながら行動します。台風は予測可能な災害ではありますが、その予測を把握していく人々の行動は異なつてきます。今年の7月末から8月にかけて沖縄に被害をもたらした台風6号では多くの県民が過少評価していたのかもしれません。予報をみても「きっと影響は低いだろう」「予測はずれるもの」と楽観バイアスで解釈し油断していたかもしれません。台風6号により全世帯の3割以上が停電し、中には復旧までに1週間も要した世帯もありました。在宅で人工呼吸器を装着し療養している大人やお子さんは人工呼吸器以外にも吸引機などの複数の機器で電気に頼る生活を送っています。現在、どんな影響があつたのか聞き取りをしていますが、今回の教訓は今後の台風や大規模災害への備えになると 思います。



著:照喜名通

シリーズ「患者学」第102回

慶應義塾大学
名誉教授 加藤 真三

病院を選ぶ、主治医を選ぶ難しさ（その1）

最近、親しい知人から「長男が腎臓移植を受けなければならぬことになつたけれども、何度かトラブルがあり、今通院している病院で治療をして良いのか、もつと医療レベルの高い病院に転医した方がよいのかを迷っている」と相談をうけました。

病気になつたときに、どの病院で治療を受けるのか、どの医師を主治医にするのかは、患者さんが最も悩まれる問題の一つではないでしょうか。しかし、その問題に対して、どの人にに対してもあてはまる唯一の正解があるわけではありません。なぜなら、病気の種類とその経過、治療法の選択肢、その病気以外の健康状態、住んでいる場所、その患者さんと周りの人のライフスタイルなどによつて、適切な答えが一人一人大きく異なつてくるからです。

まず、住んでいる場所からの交通の利便性の問題があります。受診する医療施設が近い方がよいに決まっていますが、必ずしも近くの病院が良いわけではありません。特に、高度な手術や特殊な治療を必要とする病気であり、

しかも、その治療を受けた後には、ほどんど外来通院する必要もなければ、少々離れた地の施設であつても、医療技術のレベルが高い医療機関や主治医を選ぶことが有力な選択肢になります。例えば、浅く広く拡がつているけれども早期の胃がんであり内視鏡下に切除すると完全に取り切れる場合とか、白内障の手術などは、これにあたるでしょう。これらの病気では、最初にうける治療がその後の経過に大きく影響するため、その治療を可能な範囲で技術の高い病院を選ぶことが大切だからです。

ところが、胃がんであつても、ある程度進行していっているのであれば、開腹して胃を切除し、その後に抗がん剤治療を一定期うけることになり、外来での定期的チェックが長期間必要となります。手術後にも頻繁に通院することを考えれば、医療機関があまりに遠いことそのことが大きな負担になります。手術後にも頻繁に通院することを考えれば、医療機関があまりに遠いことそのことが大きな負担になります。通院に便利な病院の中から、ある一定以上の医療レベルにある施設を選ぶことが実際的な対処法になるでしょう。

このようにどの医療施設を選ぶのかは、個人個人の状況を考慮することができ不可欠であり、誰にでもあてはまる簡単な答えはないのです。

さて、地方の町に住んでいる人は、こ

のように医療施設の選択肢で迷うことができるのは大都市圏に住む人だけだと思うかも知れません。それでも、病気の治療を一度受けるだけで、その後の通院の必要が少なく、最初の治療がその後の病気の経過や生活状況、人生に大きく影響を与えるのであれば、

（次号に続く）

それでもうことがもつとも望ましいのに拒絶反応がおきていないか定期的に必要となります。そうであれば、自宅から遠く離れた医療機関を選ぶことが良い選択であるとは言い切れません。

一方で、多くの患者さんにとっての

度確立している慢性病の治療です。例えば、高血圧や脂質異常症、軽い糖尿病などでは、医療施設による治療の差は比較的小さいため、通院がしやすい場合でも、高度先進医療との連携が良い医療施設が自宅の近くにあれば、その負担がかなり軽減されます。

このようにどの医療施設を選ぶのかは、個人個人の状況を考慮することができ不可欠であり、誰にでもあてはまる簡単な答えはないのです。

さて、地方の町に住んでいる人は、こ

のように医療施設の選択肢で迷うことができるのは大都市圏に住む人だけだと思うかも知れません。それでも、病気の治療を一度受けるだけで、その後の通院の必要が少なく、最初の治療がその後の病気の経過や生活状況、人生に大きく影響を与えるのであれば、

ある程度遠くにある医療施設であつても、そこを選ぶ判断もあります。

病人の数が少なく、治療も難しい難病であれば、その難病をよく知る専門医に診てもらうことも必要でしようし、専門医とかかりつけ医にうまく連携



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 真三

慶應義塾大学名誉教授。
上智大学グリーケア研究所研究員。
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

2023年10月・11月(初旬)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	10月は中止 となります	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	29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
もやの会沖縄県ブロック	11月5日(日) 14~16時	ミニ講演会 沖縄県男女共同参画センター ているる研修室1(3階) ※参加ご希望の方は9ページ連絡先へお電話ください。

※詳細は左記患者団体連絡先へお問合せください。

患者団体からのおたより

沖縄県網膜色素変性症協会(JRPS沖縄)より

ロービジョンケア講習会実施のご案内

沖縄県網膜色素変性症協会では「見え方が変わると生活が変わる」と題して11月26日にロービジョンケア講習会を開催します。

残された視機能を活用する技術や視覚障害者のための補助器具、照明、配色、メガネなど、視力を改善するために利用できるテクノロジー・方法などを学び、これらのスキルを身に付け、残った視覚を最大限に活かすことで生活の質を向上させることを目的としています。

会　日　時　.. 令和5年11月26日(日) 10時～12時(受付9時15分～)
 場　.. 沖縄県立博物館・美術館 美術館講座室
 講　師　.. 福岡視力障害センター 山田 信也先生
 参　加　費　.. 無料 定員50名(事前の申し込みをお願いします)
 申　込　期　間　.. 10月30日(月)～11月3日(金)
 電　話　.. 080-11723-8871(小野迄)

※会場では、拡大読書器などを展示しております。



沖縄県内難病患者団体一覧

団体名	代表者	連絡先
OPLL(後縫・黄色韌帯骨化症)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: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・視神經脊髄炎)	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

肩こりや腰痛で気軽に使用されている湿布薬。湿布薬には保湿効果があり刺激の少ないパック剤と伸縮性がありはがれにくいテープ剤があります。製品によつて無臭タイプ、目立たない肌色等様々な工夫がされています。最近は、肩や腰などに貼るための補助具も販売されています。気になる貼付時間ですが、一般的に1日2回タイプであれば12時間、1日1回タイプでは24時間とされていますが、皮膚の弱い方などは長時間貼り続けるとかぶれを起こすこともあるため、その半分くらいの時間を目安にするといいでしよう。

早めに剥がし皮膚を休ませるようになります。

湿布薬は一気に剥がすと皮膚の表面がはがれ傷つけることもあるため注意が必要です。特に粘着力の強いテープ剤は周りの皮膚を手で押さえながら、皮膚に添つてゆつくり剥がしたり、端の方から丸めながら剥がすと皮膚に負担もかからず痛みも少なくなります。剥がした後、一ヶ月は光線過敏症を起こすことがあるため、長袖や長ズボンなどを着用し湿布を貼った部位に日光を当てないようにしましょう。サポーターや帽子、日傘などを使用してみるのも良いかもしません。



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)

私だけのドラフト会議

令和2年4月、検査入院先の担当医から二度同じ質問を受けました。それは我々ALS患者にとって避けて通れない、人工呼吸器の装着による延命措置を希望するか、どうかという私が究極のドラフト会議でした。

私の選択は、次の理由で「希望しない」というもの。

①「気楽な納得人生」を送れるなら、延命に執着しない。

②子供たちにも幸せな人生を送つてほしい。

③延命措置後も自分らしく生きるは無理かも。

私はガチA型人間ですが、ヤバくなると条件の悪い人と自分を比べ「自分のほうがラッキーじゃん」と気楽に納得することがあって、私が研修生だった頃、成績不振(132人中115位)を理由に担当教育官の説教中「132位のふらー(馬鹿者)はでーじ(大変)だはずなあ」とつて思つていたら、説教終了ーッ！でした。



お勧め映画/DVD情報

地域を題材にした面白い映画

1) 翔んで埼玉

出演はGACKT、二階堂ふみ、間宮祥太朗、加藤諒など

2) お前はまだグンマを知らない

出演は、間宮祥太朗、吉村界人、馬場ふみか、他

3) WOOD JOB!～神去なあなあ日常～

出演は、染谷将太、長澤まさみ、伊藤英明など

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

助言の受け入れも必要
リ…仮眠

牡牛座 4/20-5/20

笑顔からの挨拶で和み
リ…掃除

双子座 5/21-6/21

吐き出す事でラクに
リ…運動

蟹座 6/22-7/22

チャレンジ精神で一歩前へ
リ…お風呂

獅子座 7/23-8/22

ゆっくり出来る時間を
リ…読書

乙女座 8/23-9/22

忘れない内に先に行動
リ…カラオケ

天秤座 9/23-10/23

我慢せず好きな事をして
リ…ドライブ

蠍座 10/24-11/21

のんびりな時間を満喫
リ…ネット観覧

射手座 11/22-12/21

前向きな発言や行動を
リ…DVD鑑賞

山羊座 12/22-1/19

疲れたら我慢せず休憩
リ…音楽鑑賞

水瓶座 1/20-2/18

思いやりと気遣いを
リ…断捨離

魚座 2/19-3/20

忙しくせず落ち着いて
リ…散歩

編集後記

今年の夏はあまりにも暑すぎて蚊もさほど見かけなかつたのですが、朝夕が少し涼しくなつたせいか蚊も復活。されど秋というには程遠いこの暑さ。ただでさえ短い沖縄の秋はいつになる事やら。

さて今月の「表紙は語る」は今回で2回目となる、もやもや病の宮平さんにその後の近況を語つていただきました。海外留学を目指していた学生時代の夢を忘れず、現在、外国人関係の手続きの仕事をしながら海外留学と行政書士の資格を取るという目標に向かって奮闘している様子を語つていただきました。

あの時こうしていたら：などと後悔はしたくないと、夢の実現に向かつて努力を重ねる生き方見習いたいですね。

話は変わりますが、先月号でもお願いしました「表紙は語る」のご投稿者を募集しています。難病の方や小児のご父母のご投稿者をお待ちしております。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。あなたの体験談をお寄せください。詳細は事務局・仲村までお問合せ願います。

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 ●全保連株式会社 ●株式会社いなんせ典礼
法人

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

8月のご寄付

●医療法人麻の会 首里城下町クリニック ●有限会社 麦飯石の水 ●株式会社いなんせ典礼

●おきぎん Smart募金(13件) ●匿名1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。

8月のご支援・ご協力

●難病情報誌256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」

●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
- 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 ●有機農産物 ばるず

法人賛助会員

順不同敬称略

- (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ふくじ ●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 ●(株)長堂木材店
- ライフホームズ(株) ●(有)ティダエステート ●(株)テルソウ ●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 ●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 ●那覇かなぐすぐ皮膚科
- 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 ●訪問看護ステーションちゅらぐくる
- (株)ホカマ ●訪問看護リハビリステーションhappiness ●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)チーロ(cielo) ●ハーモニー薬局 寄宮店

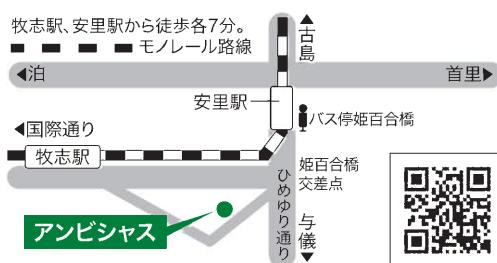


〒900-0013 沖縄県那覇市牧志3-24-29 (グレイスハイム喜納21F)

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 副理事長: 照喜名 通



➤私たちちは、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!➤

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



RYUKYU GOLDEN KINGS

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

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

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



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

Otsuka-people creating new products
for better health worldwide



Otsuka 大塚製薬
<https://www.otsuka.co.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

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

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。

※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。

沖縄県難病相談支援センター アンビシャス

Tel: 098-951-0567 平日10:00~17:00

(土日祝日・年末年始はお休み)

mail:soudan@ambitious.or.jp