

	地方版 脊損ちば
	編集 全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部 〒261-0001 美浜区幸町1-1-1-921 電話 070-2024-6504
	第146号 2023年8月

ホームページアドレス = <http://www.normanet.ne.jp/~ww101938/>

メールアドレス = ciao0721kt@gmail.com



2023年7月9日
サッポロビール千葉工場(船橋市)

於：サッポロビール 千葉ビール園
(笑い飯 HAPPY ランチ会 期日：令和5年7月9日)

千葉県支部 9月・10月のイベント

- | | | |
|-----------|------------|------------------------|
| 9月27日(水) | ピアサポート活動 | 会場：千葉県千葉リハビリテーションセンター |
| 10月15日(日) | 第3回役員会議 | 会場：市原三和保健福祉センター(サンハート) |
| 10月22日(日) | 車イスで遊ぼう8 | 会場：千葉ポートタワー前広場 |
| 10月25日(水) | ピアサポート活動 | 会場：千葉県千葉リハビリテーションセンター |
| 10月29日(日) | ピアサポートイベント | 会場：千葉ポートタワー前広場 |

一般社団法人日本損害保険協会
2023年度自賠責運用益拠出事業

バーベキュー昼食会のご案内

今年もやります！マー牧BBQ！！

新型コロナウイルスも5類に引き下げられ、少しずつコロナ前の生活に戻ってきました。
皆様との親睦を深めながら思いっきり楽しいひと時を過ごしていただければと思います！
ご家族、ご友人などをお誘いの上ご参加ください。

・開催日：令和5年9月24日(日)

受付時間 11:00～入口にて 食事開始 12:00～14:00 予定
※昼食後は園内でお過ごしいただけます。雨天決行(会場屋根あり)

・会場：マザー牧場 ジングスカンガーデンズ

住所：千葉県富津市田倉 940-3
TEL：0439-37-3211

・参加費：**会員**価格

非会員価格

大人(中学生以上)	¥3,000	大人(中学生以上)	¥3,500
小人(小4～小6)	¥2,500	小人(小4～小6)	¥3,000
小学3年生以下	無料	小学3年生以下	無料

※駐車場代・入場料・昼食代・ソフトクリーム代込み(会員・非会員とも)

・駐車場：まきば駐車場(下側)をご利用ください。

※駐車場入口にて、「脊損連合会千葉県支部」と言わないと有料になるので注意！

・申込み先：TEL 080-1205-5951

メール oobakasantaro3@gmail.com 担当者：佐藤

・申込みメ切：令和5年9月17日(日) 期限厳守！



令和5年度 第2回役員会議 議事録

期日：令和5年 6月11日(日) 13時～16時
場所：市原市三和保健福祉センター 2階ボランティアルーム

【一般経過報告】

1. 千葉リハ関係

1) ピアサポート関係

4月26日(水) テーマ「日々のおでかけ」 参加者：露崎、尾崎、佐藤、飯岡
5月24日(水) テーマ「退院後の生活～家の中編～」 参加者：露崎、尾崎、佐藤、飯岡

2. 令和5年度 第22回定時総会

期日：令和5年 6月10日(土) 14:15～16:45

出席者：飯岡(本部役員)、佐藤(代議員) ZOOMにて参加

2023年度本部提案事項

- ・第23回全国総会 愛媛県大会 6/8～9 開催予定
- ・各支部の活動活性化 「ピアサポ・学習会及びイベント」「地方自治体への要望活動」「HPやSNSの活用」
- ・WGへ積極的に参加参加を「労災・介護補償・バリアフリー・組織体制・脊損ニュース・ピアサポ」

3. 会報 脊損ちば145号について

6月11日(日) 会員等に発送

4. その他

- ・入会者 なし
- ・退会者 なし
- 会員数 6月11日現在 91名
- ・寄付 佐藤・尾崎・進藤(ハガキ)

【今後の支部活動予定及び審議事項】

1. ピアサポートについて

6月28日(水) テーマ「未定」 参加予定者：佐藤、尾崎、飯岡
7月26日(水) テーマ「未定」 参加予定者：佐藤、尾崎、飯岡

2. ランチ会について

会場：サッポロビール 千葉ビール園

日時：7月9日(日) 11:30 受付 12:00 スタート

役員集合 11:00 駐車場：佐藤、 受付：尾崎、豊田

3. 会報 脊損ちば146号について

原稿担当：佐藤(議事録・ピアサポ報告・編集後記・編集・印刷手配)、露崎(家族の足跡達)
尾崎(脊損ママ)、重永(訪問看護) 原稿締切：7月31日

4. BBQ 昼食会(マー牧)について

9月24日(日)

担当：佐藤(会場予約・打合せ・案内チラシ作成)

5. 鴨シーについて

11月12日(日)

担当：佐藤(会場予約・打合せ・案内チラシ作成)

10月15日の役員会にて、案内チラシ発送

6. 関東甲信ブロック会議について

開催日：9月3日 栃木

参加予定者：露崎、佐藤、豊田

要望事項：・介助者について「頸損のみを廃止・金額も同額」

・家族の食事会費を出してほしい

・空港リムジンバスについて

・集合住宅等の新築・改修時のバリアフリー化について

・車椅子の助成金について

7. その他

1) そうめん販売事業について

別紙参照

金額など再度会議

2) PC 購入について

管理候補者の都合により一旦見送り

当面、各自所有のPC 対応。

◎次回役員会 令和5年8月20日(日)10時～ サンハート

審議予定内容：マー牧、車イス8、鴨シーなど

※会報発送作業あり 早め(9:30目安)に集合できると助かります。

ピアサポートグループ報告

日時	令和5年5月24日(水) 16:20~17:20 3C デイルーム
テーマ	はじめてシリーズ 日々のおでかけ
参加者	<入院>S様 M様 O様 H様 S様 Y様 O様 T様 A様 T様 N様 <ピアメンバー>脊損連合会: 露崎 佐藤 尾崎 飯岡 <スタッフ>SW:阿部 真原 心理:遠藤 杉澤 菊池
開催方法	Zoom によるリモート開催 ※連合会ピアメンバーは Zoom にて参加
当日の流れ	1, 自己紹介 2, 脊損連合会の紹介 3, 脊損当事者の外出に関する動画視聴 4, 質疑応答

今月のテーマは『はじめてシリーズ 日々のおでかけ』でした。脊損連合会千葉県支部から、4名のピアサポーターにご参加いただき、和やかなひと時となりました。はじめに、自己紹介を兼ねて、ピアサポーターの皆様から受傷の経緯や外出の際に気を付けていることとお話いただきました。その後、脊損当事者の外出(買い物・雨の日の外出など)の様子をまとめた動画を視聴しました。後半では、その動画の内容や、参加者各々の疑問に関連させて、ピアサポーターの4名から、ご自身の実際の外出での工夫や経験についてお話いただきました。

日時	令和5年6月28日(水) 16:20~17:20 3C デイルーム
テーマ	日常生活 ～退院して日常生活を取り戻すまで～
参加者	<入院>S様 H様 Y様 T様 N様 A様 H様 S様 T・A様 <ピアメンバー>脊損連合会:佐藤 尾崎 <スタッフ>SW:阿部 真原 心理:遠藤 杉澤 菊池 補装具科:福島
開催方法	Zoom によるリモート開催 ※連合会ピアメンバーは Zoom にて参加
当日の流れ	5, 自己紹介および脊損連合会の紹介 6, 動画視聴 7, 質疑応答

今月のテーマは『日常生活 ～退院から日常生活を取り戻すまで～』でした。脊損連合会千葉県支部から、2名のピアサポーターの方々にご参加いただき、和やかなひと時となりました。はじめに参加者全員の自己紹介を行いました。次に、脊損当事者が退院後日常生活を上手く回せるようになるまでの経験談をまとめた動画を視聴し、退院後の生活についてイメージを膨らませる時間を設けました。その後、動画の内容や事前に収集した質問をもとに、ピアサポーターの御二方より退院後の生活で工夫したこと、体験したことについてお話しいただきました。免許に関する事柄や健康管理、余暇活動など、幅広い内容の情報交換ができ、大変有意義な時間となりました。

日時	令和5年7月26日(水) 16:20~17:20 3C デイルーム
テーマ	退院後の健康維持と余暇の過ごし方
参加者	<入院>S様 N様 H様 T・T様 N様 S様 M様 T・M様 K様(3B棟) <ピアメンバー>脊損連合会:露崎様 佐藤様 <スタッフ>SW:阿部 真原 心理:遠藤 杉澤 菊池
開催方法	Zoom によるリモート開催 ※連合会ピアメンバーは Zoom にて参加
当日の流れ	8, 自己紹介および脊損連合会の紹介 9, 動画視聴 10, 質疑応答

今月のテーマは『退院後の健康維持と余暇の過ごし方』でした。脊損連合会千葉県支部から、2名のピアサポーターの方々にご参加いただき、和やかなひと時となりました。はじめに参加者全員の自己紹介とそれぞれが趣味や健康管理で気になっていること、聞いてみたいことを共有していただきました。次に脊損当事者の休日ルーティンや余暇活動についての動画を視聴し、イメージを膨らませる時間を設けました。その後は、参加者の皆様からの質問について、ピアサポーターの方々から関連した体験談などをお話しいただきました。ピアサポーターのお二人からは「何事もとりあえず挑戦してみよう！」という旨のエールもいただき、大変有意義な時間を過ごせました。

『脊損の私がお母さんになった話6』

尾崎ひかる

みなさんこんにちは!

子どもたちから風邪の菌をもらって毎日鼻声の尾崎です。

幸い私は熱は出ず鼻風邪の症状だけなんです、ついこないだ子どもたちは夏風邪を見事にひいてしまい38℃~39℃の高熱でダウンしていました。

そんな子どもたちですが、先日お兄ちゃんのりんたろうは2歳の誕生日を迎えることができました♪プレゼントしたキックバイクで30分かけて公園に行って、疲れていても「帰りに消防署にいこう」と言うとまた頑張れるのはすごいなあと感じました。

弟のてんちゃんは10ヶ月になり、ハイハイが上手にできるようになりました!

少し前までお兄ちゃんにおもちゃを奪われたりやられっぱなしだったのに、近頃はお兄ちゃんに突進して水筒を奪い去ったり、おもちゃもお兄ちゃんの手からもぎ取って泣かせたり、早くも負けん気の強さが伺えて面白いです。

そして先日、山武市の一棟貸しの古民家に妹家族と旅行にいつてきました。

特にバリアフリーの作りだったわけではありませんが、室内はほとんどフラットで、浴槽のへりも広く、玄関の段差だけ車椅子を持ち上げてもらえれば大丈夫だなと思い予約しました♪

トイレは間欠バルーンをつけていったので全く問題なく、室内はタイヤカバーを付けて実際なんのストレスもなく利用できました。

屋外でバーベキューと花火と特大トランポリンをしたり、子どもたちは初めての経験ばかりで大興奮でした♪

周りに家もなかったのが気兼ねなく大騒ぎできたのもよかったです。

一見車椅子では無理かな…と思っても事前に下調べしたり、問い合わせしてみると意外と大丈夫だった!という事はよくありますよね。

とっても楽しかったので家族の恒例行事にしたいなと思いました。

だんだんコロナ前の日常に戻ってきて、以前より出かけやすくなりどこに行っても混んでるイメージですが…みなさんもお身体に気をつけて外出楽しんでください♪



車いすユーザーに共通して起こる問題と解決策について

(株)ユニバーサルトレーニングセンター 理学療法士 渡部 勇

—自己紹介—

私は理学療法士として、3年間病院でリハビリ業務に従事しました。その後、5年間は脊髄損傷のトレーニングを専門に行い、現在は訪問型・オンライン型のパーソナルトレーニングを行っています。私たちの会社は車いすユーザーの運動をテーマにし、より多くの人に運動するための機会を提供しています。今回はそんな私が車いすユーザーの方に共通して起こりやす問題点と解決策についてお伝えします。



—車いすユーザーに共通して起こる問題—

【共通する問題】

車いす生活では常に背もたれに接しているため、限られた空間に固定されている関係から、肩甲骨の動きが制限され、「腕が上げにくくなる」、巻き肩になり「胸が開きにくくなる」、体が硬くなり「体幹が捻りにくくなる」という3つの障害が起こりやすいです。

【改善ポイント】

可動域を改善するためのアプローチとして、ゆっくりした動きで伸ばす「スローストレッチ」と、関節を動かしながら伸ばす「アクティブストレッチ」があります。上記の3つの問題に思い当たる節がある場合は、まずは下記に記載しているストレッチを集中的に取り組むことをお勧めします。

—可動域制限に対する解決策—

【肩甲骨の動き】

車いす生活では巻き肩になり肩甲骨が開いてしまいます。この状態が続くと首や肩の筋肉に負担がかかり血行不良から老廃物が溜まり痛みが出現します。画像のように頭の後ろに置き肘を開く運動がおすすめです。



【胸部の動き】

車いす駆動動作や徐圧動作など胸筋を頻繁に使う動作が多くなることで、胸を開く動きが妨げられます。片手・両手を広げながら体幹を少し回旋し深呼吸を使って胸を開く運動がおすすめです。



【体幹の動き】

背もたれがあるため身体を捻る動作が極端に減少します。スムーズな動きを出すには体の軸である体幹の柔軟性が必須です。画像のように車いすのフレームなどを持って手の力も使いながら身体を捻りましょう。



—もっと知りたいけど何を参考に運動すればいいの—

運動は大切とわかっていてもどうやっていいの、参考になる情報が少ないことが問題と考えていました。そこで、我々はどこでも気軽に運動ができるオンラインパーソナルトレーニングサービス「SIT-FIT」を作りました。上記でお伝えしたエクササイズ方法のように脊髄損傷者の身体的特徴に合わせて運動が取り組めるように専門トレーナーがレクチャーしているエクササイズ動画を豊富に取り揃えました。

【STI-FIT の主な特徴】

- 豊富なエクササイズ動画を用いた専門トレーナーによるパーソナルプログラム作成。
- AI 動作解析技術を用いた「オンライン身体機能評価システム」による現状把握。
- 「独自の身体機能評価カルテ」を用いて現状課題を分かりやすい説明。
- 月額980円から気軽に始められる。

【パーソナルプログラムの作成】

SIT-FIT は豊富なエクササイズ動画だけでなく「どんな運動をしたら良いか」「身体機能把握」ができるオリジナルプログラムを用意しています。専門家があなたの身体機能に適したエクササイズを毎月提案し運動が継続できるようにサポートします。



詳しくはQRコードから
<https://www.sit-fitness.info/>



—会社情報—

株式会社 ユニバーサルトレーニングセンター
〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂1丁目10-8 渋谷道玄坂東急ビル1F
E-mail : info@universal-training-center.com

「笑い飯」 in サッポロビール園を終わって★

暑い日が続いていますが、みなさまいかがお過ごしでしょうか？

役員の尾崎です。先日、4年ぶりにランチ会が無事開催できたのでその時の様子を報告させていただきます。

場所は、船橋にあるサッポロビール園を初めて使わせていただきました！

少しわかりづらい場所にありますが、駐車場も広く、身障者トイレもあり、タブレットでオーダーができるのでなかなか便利だった印象です。

コロナ禍ですっとお会いできていなかった会員さんご家族と久しぶりにお話できた事、そして今回初めて参加してくださった方が2組いらっしゃって、とても嬉しかったです♪

ビールを飲んでご機嫌な方もちらほらいましたね(>▽<)／ 『』

みなさまお忙しい中参加してくださり、本当にありがとうございました！

反省点としましては、今まで毎回参加してくださっていた常連の会員さま達が不参加だった事です。イベント告知がうまく伝わっていなかったのか、また役員で試行錯誤しつつ考えていきたいと思っています。

イベントの開催場所も新たに発掘していきたいと思います！どこかいい場所をご存知の方がいらっしゃったら、お気軽に千葉県支部の連絡先までご連絡いただけると幸いです♪





家族の足跡達…42の巻



みなさんこんにちは。

夏になりましたね、大好きな夏来ましたよ。

夏になる前の話なんですけど子供達の運動会と体育祭がありました。

毎回運動会そうなんだけど、ウルウルしちゃうんだよね、自分の子供も含め子供達が頑張ってる姿を見ているとウルウルが止まらないんだよ(笑)

だからいつも写真撮る時はピントがずれない様にするのが大変なんだよね。

しづくは中学生になったから当然だけどスケールは大きくなるし迫力が出るよね。

自分も中学 3 年最後の時に応援団長して最高に楽しかった体育祭を思い出したよ、ああ書いてる途中で思い出したけど小学 6 年生の時も小学校生活最後の運動会応援団長していよねー。

どちらも動機は「応援団長やったらすげーもてるよ」って言われてやったけど楽しかったけどもてると言うのはうそだった、あれは都市伝説だね(笑)

子供達がこっちに気が付きと手を振ってきたりするとふにゃふにゃになるよ。

まだコロナの事もあり運動会はフルではなくお昼は一緒に食べる事は出来なくて昼休み親たちは別にお昼を食べに行くんだけど小学校の運動会を見に行った時はしづくと 2 人で歩きながらお昼食べながらいろんな話ができて楽しかったし、しづくの学校での出来事、部活の事、友達の事、話が出来て成長感じれて嬉しかったです。

しづくの体育祭見に行った時はみのりと 2 人で近く中華料理屋さんにお昼食へ行ってみのりの学校の出来事聞いてさ、やっぱり小学 1 年生は可愛い、幼稚園生から小学生になるのってすごく大きな変化だね。

自分の両親もおじいちゃんもおばあちゃんも僕と妹の運動会には必ず来てくれていた、お昼になると色んなお家がシートひいてワイワイお弁当食べてたな、おいなりさんや唐揚げや最高においしくて食べ過ぎて午後動くのがつらかった気がするなあ…

あの頃の両親やおじいちゃんおばあちゃんも僕みたいな気持ちで運動会身に来てたのかな。

出店が出てたり BBQ やってる家もすごく楽しかったな。今はコロナがあるからみんなでワイワイお昼休みにお弁当食べるなんて出来ないから、いつになったらその状態に戻るんだろうな、くるみは 4 年生だけどそう言った形の運動会をまだやった事がないんだよね。

早く色んな事が元通りになる日が来ますように願います。

来年の運動会はみんなでシート広げてお昼食べられるようになると良いのにな。

つづく…



訪問看護師からの報告

～訪問看護師として働きながら、ふと思うこと…～

ルピナス訪問看護ステーション 看護管理者 重永あずさ

例年のない猛夏。皆様いかがお過ごしでしょうか。

今夏、様々なイベントや催し物が開催され、地域がコロナ前の賑わいを取り戻したように見えました。

私は、日差しが強く、運転しているだけで日焼けが増して来ましたので、長そでを着用し訪問看護に回っております。数時間起きの日焼け止め、帽子…これらが欠かせない夏になりました。

全国にはおよそ160万人の看護師資格を持った人が看護師として働いている実態が報告されていますが、訪問看護はそのわずか3%程度にも満たない数となり、訪問看護を選択する看護師は貴重な存在になります。訪問看護師として働くことを選択する看護師の多くは、看護師としての経験を重ね自分の思う看護を提供したいと思い就業しているケースが多いと言われています。次いで家庭やWLBを考慮した働き方が可能となるため訪問看護に転職をするケースが多いと言われています。私自身も、仕事と家庭のバランスを考慮し訪問看護を選択しました。

現在、わが国では少子高齢化の影響を受け、労働人口の確保が課題となっています。とりわけ、地域医療を担う医師や看護師の不足は地域の医療提供体制に影響を及ぼしています。しかし、看護師を養成する看護学校や各種教育機関は増加している傾向があります。では、なぜ看護師が不足しているのか?と考察すると、年齢ごとの就業状況から見てみると特徴は2つあります。まず1つ目が30代の看護師がライフイベントなどにより一時的な理由で現場から離れてしまうこと、2つ目が50代から60代の看護師が多いことです。こうした状況から、様々な理由や背景があっても働き続けられるように支援する医療機関が増えました。院内託児所の整備や再雇用制度の拡充など、働く環境が大きく変化してきたと言えます、訪問看護を選択する看護師も僅かですが増え始めている傾向があります。

先日、私が新人時代に大変お世話になり、凛々しい姿にあこがれを抱いた上司(看護部長)から、ご自身がご執筆なさった著書を頂きました。「看護のための検査値の見かた ポケットガイド」(中央法規)

超、大きな組織の超、末端にいる私のような者にも気さくに声を掛けてくださり、体調を崩した際には、「大丈夫?」と何気ない会話とともに声を掛けてくださり、何度も折れた気持ちを鼓舞させてくださいました。他にも、仕事だけではなく「プライベートの充実も必要」と言って、当時はまだ珍しかったリフレッシュ休暇を与えてくださることもありました。10年が経過して管理職研修に参加した際に、看護師の離職(看護師が退職すること)について質問があった際に「様々な理由や原因があったとしても、離職は悪いことではなく、ここで過ごし得た経験が他の場所で活かせるチャンスだと思う。だから、在職期間中によりよい経験と学びを得てほしい」と話されていました。…確かに!!だから、休暇をくれたのか?!とそのシンプルな回答に納得がいきました。

私は、訪問看護ステーションの所長職になって5年目に突入しました。これまで、私と共に駆け抜けてくれる職員たちには「みんなが患者さんを護ってください。私は、患者さんを護っているあなた方を護ることがもっとも重大な役割です」と伝えています。所長が「荒ただしく、駆け回っていて、落ち着きない人だ」と思われているのでしょうか、これが世の訪問看護ステーションの特徴でもあり、まぎれもなく弊所も同様です。では、【訪問看護ステーションの所長は誰が護るのか?】と次なる疑問が湧いてきそうな…こなさそうな…ところで今日は終わりにします。

重永あずさ 1984年生まれ 看護師

2007年 看護師取得以降、都内大学病院で勤務

2019年(千葉県富津市) 訪問看護ステーション所長

2022年 亀田医療大学大学院

2023年 社会福祉法人斎信会 監事





～ピアサポート同時開催～

こんな時ありませんか？
本人・家族の方の悩み不安を誰かと話したい。
そんなときは！
ピアサポートがある話してみよう！聞いてみよう！

【医療従事者・学生・行政・情報の欲しい方】
車への乗移り・排泄管理・仕事・車の運転等、
私達の実情を「見て」「聞いて」情報収集の場として
利用して、その情報を現場で活かしてください。

※ピアサポーターは医師やカウンセラー等ではありません。
医学的・専門的な相談やカウンセリングは行いません。
私達の経験をお話します。

日時:2023年10月22日(日)

11:00~17:00 参加無料

【雨天10月29日に順延】

場所:千葉ポートタワー広場

住所:千葉県千葉市中央区中央港1

主催:全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部

【一般社団法人 日本損害保険協会自賠責運用益拠出事業】

【お問い合わせ】

全国脊髄損傷連合会 千葉県支部

TEL:070-2024-6504

Mail:ciao0721kt@gmail.com

ホームページ:

https://www.normanet.ne.jp/~ww101938/kt0721



「車イスで遊ぼう」ってどんなイベント？

- ・車イスって乗った事ある？
- ・普段なじみのない「車イス」に実際に乗って、リレーレース・鬼ごっこをして遊びながら車イスを体感して頂くイベントなんです。

「他には何があるの？」

- ・ハラペコになったら色々なキッチンカーで満腹に！
- ・見た事ない福祉車両が展示されてるよ
- ・車イスに乗って路線バスちばシティバスに乗れる
- ・チーパくんも遊びに来るよ
- ・ドドンッと体に響く和太鼓演奏もあるよ

全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部

ピアサポートイベント

「ピアサポート」ってなんだろう？

「ピア」は英語の peer で、仲間、対等、同輩を意味します。

「サポート」は英語の support で援助を意味し、

「仲間同士の支え合い」を表します。

参加無料

※雨天中止



誰でも
本人・家族の方の悩み
不安を誰かと話したい。
こんな時ありませんか？

そんなときは！
ピアサポートがある
話してみよう
聞いてみよう



【どなたでもご利用ください】

車への乗り移り・排泄管理・仕事・車の運転等、私達の実情を「見て」・「聞いて」
情報収集の場として利用して下さい。その情報を現場で活かして下さい。

※ピアサポーターは医師やカウンセラー等ではありません。
医学的・専門的な相談やカウンセリングは行いません。
私達の経験をお話します。

- ・色んなキッチンカーが出るよ
- ・福祉車両展示
- ・和太鼓、ダンスのパフォーマンス
- ・車イスの体験試乗
- ・車イスに乗って路線バスに体験試乗



2023年10月29日(日)

【雨天中止】

11:00～17:00



千葉ポートタワー前広場

千葉県千葉市中央区中央港1

主催:全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部

【お問い合わせ】

全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部

TEL:070-2024-6504

ホームページ:<https://www.normanet.ne.jp/~ww101938/>

Facebook: <https://www.facebook.com/sekisonchibakensibu>

YouTube:全国脊髄損傷者連合会千葉県支部 ← 検索



【編集後記】

まだまだ暑い日が続いておりますが皆様いかがお過ごしでしょうか。

夏風邪で鼻をかみながら編集している佐藤でございます！

さて、2回目となる編集後記ですが、今回は9月24日に開催するバーベキュー昼食会と、千葉県支部会員で株式会社ユニバーサルトレーニングセンターの渡部さんが記事を書いたのをその2点について少し触れたいと思います。

まずはマー牧についてひと言だけ、昨年久しぶりに復活したマー牧BBQですが、今年も開催いたしますのでぜひご参加下さい。

詳細は2ページに記載してあるので、見逃してる方は再度ご確認をお願い致します。

次に渡部さんの記事について、退院後の運動や健康維持についてはピアサポでもたまに聞く相談で、個人的にも気になってた事です。車イスだと身体を動かせる場所も少なく、個人で運動しようにもなかなか難しいのが現状ですが、車イスのまま自宅等場所を選ばずオンラインでパーソナルトレーニングができるという内容なので、興味のある方は問い合わせしてみてください。(詳細：8～9ページ)

といったところで編集後記を終わりにしたいと思います。

では、9月24日にマザー牧場で皆さんと元気にお会いできるのを楽しみにしております！

次回の会報は11月19日に発送予定です。

各種イベント報告や千葉県支部忘年会の案内も掲載予定なので、147号もお楽しみに♪

また、皆様から「こんな事してみたい」、「こんな時どうしているのか？」と、普段気になっている事やお困り事、千葉県支部・本部・行政に対してのご意見がございましたら、どうぞお気軽にご連絡ください。車椅子やベビーカーでも利用しやすいお店や施設などの情報提供もいただけると幸いです。

皆様からのたくさんのご意見ご要望をお待ちしております。

国産車から外車まで
オールメーカー対応



〒289-1512
山武市松尾町八田2399-7
TEL(0479)82-2236
FAX(0479)82-2246

お気軽にご相談ください
〈販売と修理〉

あなたのお役に立ちます

〈介護用品全般・車いす〉

山石商会

山武郡横芝光町長倉1308
TEL(0479)82-2228
FAX(0479)82-8299

全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部
事務局代表電話：070-2024-6504

全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部
副支部長 佐藤 翔太
電話：080-1205-5951

メール：oobakasantaros3@gmail.com

【事務局からのお知らせ】

千葉県支部会員様特典が出来ました。

手動装置改造メーカーの有限会社フジオート様との提携により千葉県支部会員限定で手動装置取り付けの際「工賃無料サービス」を受けられる様になりました。いくつかルールがありますのでご参照ください。是非ご活用ください。

【サービスを利用する場合の条件】

1. 千葉県支部の正規会員である事
2. 依頼の場合は必ず千葉県支部事務局に連絡する事
(事務局からフジオートに連絡、フジオートより会員様に連絡が来ます)
3. 原則として会員様本人の車両が対象とします。

【サービス適応外】

1. 千葉県支部事務局に連絡せず直接フジオートに連絡した場合
2. 会員様からの第三者への紹介
3. 会員様本人以外の車両

※ご不明な場合は事務局露崎 (090-1846-1058) までご連絡ください。



楽しく自由に移動したい あなたの車を作ります



フジオートについて

「自操式運転補助装置」のあり方

フジオートの願いは、自動車を運転したいと思うすべての方に、乗りたい車を運転してもらうこと。そのために必要な装置をお客さまに合わせて一つひとつ開発・製作することで、安全・快適な運転はもちろん、カーライフそのものもより豊かになってほしいと考えております。



取扱製品



手動運転装置 FC-B



室内クレーン



トランスフォーボード

その他、多数の製品のご用意がございます。

お気軽にご相談下さい。

自操式運転補助装置研究所

有限会社フジオート **FUJICON**

〒184-0003

東京都小金井市緑町4-6-6

TEL 042-384-6090

WEB <https://www.fujicon.co.jp>



千葉県最寄り代理店

有限会社アストロ

〒133-0052

東京都江戸川区東小岩3-21-5 フォークス小岩1F

TEL 03-3650-6887

WEB <http://www.astro-corp.co.jp>



【会 員 募 集】

千葉県支部は会員を募集しております。

どんな方でも会員になれます。私達と一緒に活動してみませんか？

入会申込用紙ページを切って頂き千葉県支部事務局

〒261-0001 千葉県千葉市美浜区幸町1-1-1-921 千葉県支部事務局

露崎宛にお手数ですがお送りください。事務局に到着後ご連絡いたします。

◆入会金：無料

◆年会費：¥6,000

◆主な活動

- ・支部総会(4月)
- ・ランチ会(笑い飯7月)
- ・車イスで遊ぼう(5月・10月)
- ・ピアサポート活動(通年)
- ・公開講演会(8月～9月)
- ・BBQ(9月～10月)
- ・忘年会(12月)
- ・みんなの音楽会(12月)
- ・年4回の会報発送

【YouTube 全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部チャンネル】

千葉県支部ではYouTubeチャンネルを開設しました。

イベントの様子、役員会オフショットなどアップしていきますので是非ご覧ください。

「全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部」で検索



全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部

支部長 露崎 耕平

TEL : 070-2024-6504

(様式第3号)

公益社団法人 全国脊髄損傷者連合会
入会申込書

代表理事殿

申込日	令和 年 月 日	会員種別	<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 賛助 <input type="checkbox"/> 支援
フリガナ		生年月日	年 月 日
氏名		性別	男・女 (才)
		受傷年月	年 月
住所	〒		
	TEL. () -		
	FAX. () -		
	E-Mail:		
以下は任意で記入 (いずれかをチェック) してください。			
傷病名	<input type="checkbox"/> 頸損 <input type="checkbox"/> 胸損 <input type="checkbox"/> 腰損 <input type="checkbox"/> 脊髄疾病 <input type="checkbox"/> ポリオ <input type="checkbox"/> 小児マヒ <input type="checkbox"/> 筋ジス <input type="checkbox"/> その他 () ・身障手帳等級 (級)		
傷病原因	<input type="checkbox"/> 疾病 <input type="checkbox"/> 労災事故 <input type="checkbox"/> 交通事故 <input type="checkbox"/> その他 ()		
受給年金	<input type="checkbox"/> 労災傷病 <input type="checkbox"/> 労災障害 <input type="checkbox"/> 障害厚生 <input type="checkbox"/> 障害基礎 <input type="checkbox"/> 障害共済 <input type="checkbox"/> 無年金		
就労状況	<input type="checkbox"/> 勤務している <input type="checkbox"/> 勤務していない		
自動車免許	<input type="checkbox"/> 持っている <input type="checkbox"/> 持っていない		
脊髄損傷でない方や健常者の方もどなたでもご入会大歓迎です。※年会費 ¥6,000 記入後はこちらまでご郵送下さい。 事務局 〒261-0001 千葉県千葉市美浜区幸町1-1-1-921 全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部 露崎宛			



【申込者(会員番号 _____)の入会を許可致します。
 _____ 支部 支部長 _____ 印】

※大変申し訳ございませんが、支部ホームページ内の入会申込ページを現在調整中の為、ホームページからの申し込みができなくなっております。



全国脊髄損傷連合会 千葉県支部

- TEL:070-2024-6504
- Email: ciao0721kt@gmail.com
- ホムンダ: <https://www.normanet.ne.jp/~ww101938/>
- Facebook: <https://www.facebook.com/sekisonchibakensibu>
- YouTube: 全国脊髄損傷者連合会千葉県支部 ← 検索





ピアサポート

全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部

「ピアサポート」ってなんだろう？

「ピア」は英語のpeerで、仲間、対等、同輩を意味します。

「サポート」は英語のsupportで援助を意味し、

「仲間同士の支え合い」を表します。

自宅・病院等に訪問致します。
Zoom・電話でもOKです。
お気軽にお問い合わせください。

誰でも
本人・家族の方の悩み
不安を誰かと話したい。
こんな時ありませんか？

そんなときは！
ピアサポートがある
話してみよう
聞いてみよう



【どなたでもご利用ください】

車への乗り移り・排泄管理・仕事・車の運転等、私達の実情を「見て」・「聞いて」
情報収集の場として利用して下さい。その情報を現場で活かして下さい。

※ピアサポーターは医師やカウンセラー等ではありません。
医学的・専門的な相談やカウンセリングは行いません。
私達の経験をお話します。



ホール千葉で「おもてなし」



【お問い合わせ】

全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部
090-1846-1058



ホームページ:<https://www.normanet.ne.jp/~ww101938/>

Facebook: <https://www.facebook.com/sekisonchibakensibu>

YouTube: 全国脊髄損傷者連合会千葉県支部 ← 検索

すべての人に移動の自由を。

私たちは長年、移動が困難な方々と向き合ってきました。
すべての人がバリアなく移動できるための商品・サービスを提供し続け、
ひとりひとりの「移動の自由」の実現に、日々取り組んでいます。



●手動運転装置 「APドライブ」

足の不自由な方が、手でアクセル&ブレーキの操作ができる装置です。
手元のレバーに、ウインカーやホーンなどのスイッチを集約できます。

●車いす収納装置 「オートボックス」

車いすをルーフボックスへ楽に収納でき、車内を広く使えます。積み降ろしの際に服や車内を汚す心配がありません。



WELFARE VEHICLE BRAND



●車いす収納装置 「ビー・クレーン」

後部座席への車いすの積み降ろしをサポートするリフトです。
多関節アームで、スムーズな広範囲移動
&コンパクトに収納できます。



福祉車両総合メーカー

株式会社

ミクニライフ&オート

〒349-1145 埼玉県加須市間口 456-1

TEL : 0480-72-7221

<https://www.mikuni-la.co.jp/>



編集人 千葉市美浜区幸町 1-1-1 921
全国脊髄損傷者連合会 千葉県支部

発行人 東京都世田谷区祖師谷 3-1-17-102
障害者定期刊行物協会

頒価 200 円