

ODA

発行 社会福祉法人沖縄県身体障害者福祉協会
編集 特定非営利活動法人アンビシャス
理事長 迫 幸治 事務局長 照喜名通
〒900-0013 那覇市牧志 3-24-29 グレイスハイム喜納 2-1
TEL : 098-951-0567 FAX : 098-951-0565

沖縄県難病相談・支援センター

アンビシャス

Vol. **85**
2009. 5.31
May

緊急企画

新型インフルエンザ
最新、正確な情報と
冷静な行動を！

緊急企画
新型インフルエンザ

報告あれこれ

今月の活動

& 出会えた人

保健所からの

お知らせ

団体掲示板

クレイアート紹介

ポエム

お勧め映画情報

ティータイムブレイク

協賛

お知らせ

今月の占い



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





美味しいものを食べに行つて、楽しもう。

1. 正確な情報に基づいて、慎重な行動をしよう

■インフルエンザはこうやって感染します。

【飛沫感染】

感染した人の咳、くしゃみ、つばなどとともに放出されたウイルスを健康な人が吸い込むと感染することがあります。

【接触感染】

感染した人がくしゃみや咳を手で押さえた後や鼻水を手でぬぐった後に他のもの(机、ドアノブ、つり革、スイッチなど)に触ると、ウイルスが付着することがあります。

その付着したウイルスに健康な人が触れた後に目、鼻、口に再び触れると、粘膜・結膜などを通じて感染することがあります。

■インフルエンザの症状は

- 咳や鼻水が出る
- 突然の高熱、全身のだるさ、頭痛、筋肉痛等がある。
- インフルエンザの症状は、新しいウイルスによって変わる可能性があるため、そのつど変更される可能性があります。

【通常のインフルエンザとの違い】

新型のインフルエンザは誰も免疫をもっていないため、通常のインフルエンザに比べると、感染が拡大しやすく、多くの人インフルエンザになることが考えられます。そのため、感染の拡大を防ぐために十分な施策が必要となります。

【治療方法は？】

- 主な治療法は抗インフルエンザウイルス薬(タミフル・リレンザ)の投与です。
- 現在、我が国のタミフルの備蓄は約3,380万人分程度です。

【情報収集が大切です】

- 新型インフルエンザの情報は国や地方自治体から発生状況を随時公表しています。それらの情報収集に努めることが必要です。
- 信ぴょう性が低い情報や噂に惑わされることなく、正確な情報を収集し、パニックに陥らないよう、冷静に対応しましょう。
- 新型インフルエンザは誰でもかかる可能性がありますので、患者さんに対して偏見や差別を持たないようにしましょう。
- 必要のない外出は控えてください(特に人が集まる場所)。
- 外出したらうがい、手洗いを行って下さい。

2. インフルエンザにかからないために

【咳エチケット】

- 周囲の人から1m以上離れてください。
- 咳やくしゃみのしぶき(飛沫)は約2m飛びます。
- ティッシュで口を覆い、顔をそらせて下さい。マスクがない場合は、ティッシュなどで口と鼻を覆い、他の人から顔をそらして、1m以上離れます。
- 外出したらうがい、手洗いを行って下さい。手洗いは石鹸を使って最低15秒以上行い、洗った後は清潔なタオルやペーパータオル等で水を十分に拭き取りましょう。
- 口を覆ったティッシュはゴミ箱へ。
- 咳やくしゃみを抑えた手はただちに洗ってください。
- 咳やくしゃみを手で覆ったら、手を石鹸で丁寧に洗いましょう。
- マスクを着用してください。
- 咳、くしゃみが出たらマスクを着用しましょう。また、家庭や職場でマスクをせずに咳をしている人がいたら、マスクの着用をすすめましょう。

■インフルエンザにかかたと思ったら

- まず保健所等に設置された発熱相談窓口に連絡してください。
- 医療機関に直接行くことは絶対しないで下さい。

3. 新型インフルエンザに関する相談先

- 発熱相談など→県内各福祉保健所
- 平日9:00~17:00までは保健所へご相談ください。

◆北部保健所

TEL:0980-52-5219 FAX:0980-53-2505

◆中部保健所

TEL:098-938-9701 FAX:098-938-9779

◆中央保健所

TEL:098-854-1005 FAX:098-835-1014

◆南部保健所

TEL:098-889-6591 FAX:098-888-1348

◆宮古保健所

TEL:0980-73-5074 FAX:0980-72-8446

◆八重山保健所

TEL:0980-82-3240 FAX:0980-83-0474

平日の17:00以降~翌朝9:00まで及び土日祝祭日には以下の専用回線までお問い合わせください。
夜間・休日相談窓口:098-866-2165



ヘアカラー



ゆったり出来る場所を探してみよう。



タオル

体 調 管 理 を 十 分 気 を つ け ま し ょ う。

企 業 の 社 会 貢 献

イオンの幸せの黄色いレシートキャンペーンが一年経過して物品の贈呈式がジャスコ南風原店にて開催されました。毎月十一日に買い物すると黄色いレシートがもらえます。レシートの金額の一パーセント分がアンビシヤスに寄贈されます。今回は七万四千円分の封筒を頂きました。これは約八八〇枚分の封筒になります。アンビシヤスが難病情報提供事業で会報誌を発送しています。約一年分に相当します。

アンビシヤスのBOXに投函してくれたい方に感謝です。そして琉球ジャスコさんに感謝です。



ラッキーアイテム 時計

全 国 パーキンソン病 友の会 沖 縄 支 部 総 会

四月二十六日、中央保健所にて総会が開催されました。約四十名が参加されて時間をかけて事業報告や決算書の報告がありました。その後、軽食を頂きながら懇親会がありました。熱心な新人さんがいまして会の運営にも関わりそうでした。



網 膜 色 素 変 性 症 療 養 者 ・ 家 族 の 交 流 会

四月二十四日、南保健所にて交流会が開催されました。約二十一名が参加されました。発症した時や今後の不安や生きがいを感じている方など、体験談の交換をしました。沖縄視協の紹介もあり、アンビシヤスの音声会報誌の案内もしました。



ストレス発散は、みんなであウトドアへ。

アンビシヤス会報誌音声版

アンビシヤスでは毎月会報誌を発行していますが、視覚障害やページをめくれない方など向けとして、音声での情報提供もあります。ご希望の方はCDで送付致します。また、インターネットでも聞けるので便利になっています。音声を録音している春山祐希枝さんのミニライブもあるのです。これは聞き逃せませんね。



ラッキーアイテム ネットレス

今月の活動&出会えた人々 (平成21年4月)

4/8

●福島県にお住まいの方より折鶴が届きました。

4/10

●ホームページH20年度寄付金一覧表の更新を行いました。

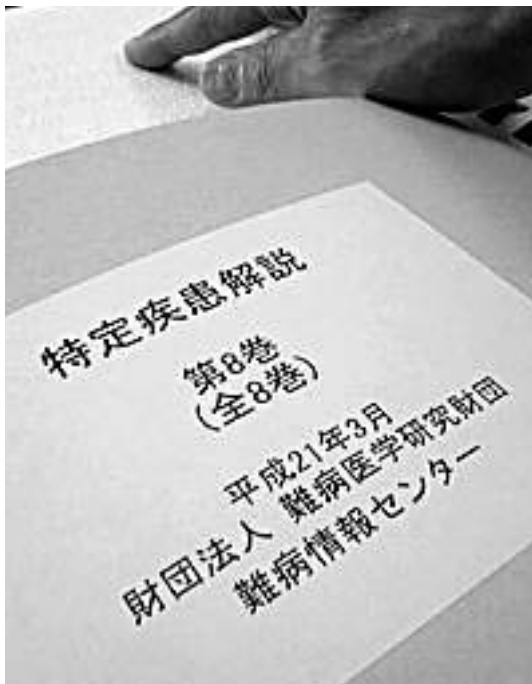
●沖縄県にお住まいの方から折鶴をいただきました。以前、アンビシャスが千羽鶴を贈呈し、そのお礼にと折鶴とお手紙をいただきました。お子様のケアをしてくださっている訪問看護の方、ヘルパーさんも一緒におってくくださったそうです。

4/11

●南風原ジャスコで黄色いレシートキャンペーンが開催。

4/13

●難病を解説した点字本8冊が届きました。提供は財団法人 難病医学研究財団 難病情報センター。



4/14

●北海道にお住まいの方より折鶴が届きました。

4/21

広島県にお住まいの方より折鶴が届きました。以前も何度も折鶴頂いており心より感謝いたします。

4/23

●RBC・毎週日曜日お昼1時54分からの「島人の宝」の取材を受けました。アンビシャスの志が伝わればと思います。放送予定日は、平成21年5月17日(日)でした。



4/25

●コンベンションセンターにてヨガ療法士の全国大会で講演やポスター発表もある。かなり専門的に分析したり、療養ヨガへと向かっている。

4/28

●アンビシャス難病情報誌84号をホームページにアップしました。音声版では、春山祐希枝さんのミニライブも入っています。





ドライブやウォーキングで、周辺ウォッチング。

2009年6月の各保健所からのご案内

- ◇北部福祉保健所(0980-52-2704)
 - 6月の予定はありません。
- ◇中央保健所(098-854-1008)
 - 6月の予定はありません。
- ◇中部福祉保健所(098-938-9700)
 - 6月16日(火)14:00~16:00 「あだんの会」(パーキンソン病患者・家族のつどい)
- ◇南部福祉保健所(098-889-6945)
 - 6月8日(月)14:00~16:00 脊髄小脳変性症患者・家族交流会 / 場所:南部福祉保健所1階福祉会議室
内容:「脊髄小脳変性症の基本知識と療養のポイント」/ 講師:中部病院神経内科医 金城 正高 先生
 - 6月17日(水)10:30~12:00 網膜色素変性症患者・家族交流会
内容:「施設見学」/ 場所:沖縄視覚障害者福祉センター(那覇市松尾) ※申し込み前日までに
- ◇八重山福祉保健所(0980-82-3240)
 - 6月の予定はありません。
- ◇宮古福祉保健所(0980-72-8447)
 - 6月20日(土)14:00~16:00 「四つ葉の会」(SLEの集い)
 - 6月26日(金)14:00~16:00 「パーキンソン病患者・家族の集い」

ご注意

なお、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。

ラッキーアイテム

ハンカチ

沖縄県内難病患者団体2009年6月の掲示板

☆沖縄県クローン病・潰瘍性大腸炎友の会(沖縄IBD)

- 定例会:毎月第2水曜日 19:00~21:00
場所:中央保健所(那覇市与儀)
- 6月10日(水)
- <連絡先>
<http://okinawa-lbd.hiho.jp/>

☆全国膠原病友の会沖縄県支部

- 沖縄県支部定例交流会:毎月第2日曜日 14:00~16:00
場所:中央保健所(那覇市与儀)
- 6月14日(日)
- <連絡先>
支部長 阿波連 :090-1944-2441
副支部長 平良 :098-887-7599
<http://blog.kougen-okinawa.sunnyday.jp/>

☆中部地区 炎症性腸疾患患者・家族の会(クローン病・潰瘍性大腸炎友の会)

- 定例会:毎月第3火曜日 19:00~21:00
場所:中部福祉保健所(沖縄市美原)
- 6月16日(火)

☆全国パーキンソン病友の会沖縄県支部

- 交流会:H21年7月より毎月第4土曜日 14:00~16:00
場所:中央保健所(那覇市与儀)
今月は下記のイベントの為、交流会はありません。
- <連絡先>
仲村:098-850-3699
- 6月28日(日)『バスツアー』
場所:やんばる ※早めに連絡下さい。
- <連絡先>又吉:090-8294-1974

☆もやの会沖縄ブロック(もやもや病患者・家族の会)

- 定例会:偶数月第1日曜日 14:00~16:00
場所:中部福祉保健所(沖縄市美原)
今月は定例会ではなく、下記の総会となります。
- 6月7日(日)
平成21年度総会
ミニコンサート(大城加津美さん)
- <連絡先>
世話人代表 田島良子 098-939-6215

☆日本ALS協会沖縄県支部

- 6月の予定はございません。

【ご注意】

なお、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。



聞いてもらうだけじゃなく、聞き上手を心がけ。

ラッキーアイテム

バンドナ

編集後記

5月18(月)より沖縄地方は『梅雨入り』しましたね。宣言通り、雨の日が続いています。私は湿度が高くなると体調不良になりやすいようで、編集作業の現在も倦怠感に襲われまくります...(^_^;)。5月は各団体、総会の時期でした。私の所属する団体、

今年は参加人数も多く、無事終える事が出来ました。これも会を運営しているスタッフ・その家族の協力あってこそ！感謝の気持ちでいっぱいです。でも、今年度の活動は始まったばかり。皆さまの団体運営も、何事も【過ぎない】ように皆で力を合わせて頑張りましょう(^o^)/

「シーサー作り」



沖縄クローン友の会通信「椰子の実」No.9(2002年3月発行)に掲載

ベテラン職人さん(親方?)の見事な手さばきを見入る子供と、若い職人さん(弟子?)に教えてもらいながら、たどたどしく作る青年。親子なのかな? はてさて、どんなシーサーができるあがるのでしょうか。

砂川哲也(クローン病)

カラーで見たい方は↓
<http://okinawa-ibd.hiho.jp/yasinomi/>

「月ヶ浜」

月が見えるあの浜で二人で語ったね
あの頃は何もかもが輝いて見えただね
流れ星を数えながら夢を語ったね
今は二人遠く離れ夢を追いかけてる

あの日の月は今も
あなたの街で見えていますか?
あの夢今もあつと
星を数えて夢見てますか?
月が見えるあの浜であの頃のように

浜辺に咲く白い花は何も語らない
今は一人夜空見上げあなたを想ってる

あの日の月は今も
あなたの街で見えていますか?
あの日の花は今も
あなたの心咲いていますか?

月も星も空も海も
あなたを待っている

月が見えるあの浜で
あの頃のように

yucky

お勧め映画情報

「潜水服は蝶の夢を見る」

2008年作フランス映画

雑誌「ELLE」誌の編集長のジャン=ドミニク。脳梗塞で倒れ意識を失い、次に目覚めた時、瞬き以外の全運動機能を失っていた。体の自由を奪われてしまった彼に、言語療法士が提案した。「瞬きでコミュニケーションをとる」という事。現在、日本でも取り入れられています、彼が凄いのは、その瞬きで自伝を綴り始め、その映画である。この映画のドキュメンタリー「潜水服と蝶〜20万回の瞬きで綴られた真実」は、DVDの、初回限定映像特典である。瞬きが動く映画の中で、彼の心の声が聞ける。絶望から希望へ、どう変化していくのか。体が動かない苛立ち、もどかしさ。他の同じような患者も、そうなんだろう。「伝えること」の重みが感じる映画です。多くの賞を受賞しています。ジョニー・デップも熱望していた主演には、2008年公開の007シリーズにも出ているマチュー・アマルリック。

★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、石(パワーストーン)も好きで、時々、ネットで見えます。

ティータイムでブレイク

本日のおやつ

”マーターあんだーぎー”

(砂糖) (油揚げ)

<材料>

- A { 小麦粉 300g
- ベーキングパウダー 大1
- ホットケーキミックス 100g
- 卵 3個
- 砂糖 200g
- 塩 少々
- 他に揚げ油&小麦粉少々

<作り方>

- 1.【A】を合わせて2~3回ふるう。
- 2.ボウルに卵を割りほぐして、砂糖、塩を加えて混ぜる。
- 3.【2】に【1】をさっくりと加え混ぜ、冷蔵庫で1時間ねかす。
- 4.揚げ油を160℃に温める。
- 5.【A】以外の小麦粉を両手につけて、【3】を直径3センチ程度の丸型にし、揚げる。
- 6.ゆっくり揚げ、笑うように割れてきつね色がこくなる程度になれば出来上がり。

レシピ紹介: さおり.M.さん(全身性エリテマトーデス(SLE)女性)

休みの日は、思い切りグウタラで。

ラッキーアイテム

ベルト

ラッキーアイテム

時にはリッチな気分になれる、ひと時を。

ラッキーアイテム

サイフ



海やプールで、水と戯れてリラックス。

ご寄付・ご支援・ご協力ありがとうございます (順不同)

4月のご寄付

- 琉球ジャスコ株式会社様 ●亀島孝子様 ●驥尾の会様 ●有限会社やいま企画様
- 真栄平京子様 ●沖縄労働金庫様

※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」をご参照下さい。

4月のご支援・ご協力

- 匿名さんよりノートパソコン 1 台頂きました。
- たくさんの方より、千羽鶴を折っていただきました。
- (株)ファンコム様より、意思伝達装置(レッツ・チャット)を無料レンタルさせて頂いております。
- 沖縄県土地家屋調査士会様より、テープ起しの依頼を頂きました。

みなさま、ご支援・ご協力、本当にありがとうございます。

募金箱設置ありがとうございます (順不同)

- 全保連様●沖縄県栄養士会様●SOHOサポートセンター様●西崎オートサービス様●株式会社メガネ一番様●鶏よし小禄店様
- さくら家さくら様●てだこボール様●山城二輪様●ティーエムエンジニア様●豊見城りょうぼう様●村あしび様●サイバーステーション沖縄様
- 育英堂書房様●ウィングイベントルーム様●美容室青い屋根様●auショップ久茂地店様●花野原様●メディケアセンター様●ホテルまるき様
- 串焼き屋あだん様 ●居酒屋なんくる亭様●上間菓子店様●沖縄水族館様●ココストア浦添宮城三丁目店様●仲田幸子芸能館様
- フォーモストブルーシール株式会社BigDip牧港店・BigDip北谷店様●酒のアルテックぎのわんストア様●恒和ペイント株式会社様
- 株式会社ニュートリション沖縄様●レストラン&カフェ「オン・ディッシュ」様●泉崎リウボウ様●八重山そばびんだま様●三郎寿し様
- 居酒屋風来坊様●カラカラとちぶぐわ〜様

ラッキーアイテム

ストラップ



健康のために、何か始めてみましょう。

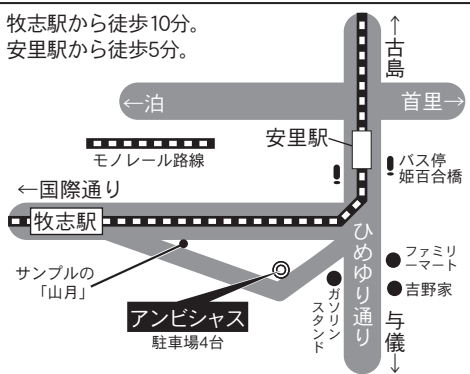
法人賛助会員

- 株式会社アイアム様●有限会社医学写真研究所様●那覇酒類販売株式会社様●株式会社興国開発様●さわやか歯科クリニック様
- 有限会社ワコー貿易様●しゅくみね内科様●ゆいまーる沖縄株式会社様●株式会社アクティブ様●有限会社ダイヤプリント様
- アールカフェ様●株式会社ざまみダンボール様●クラブ瞬様●沖縄県栄養士会様●浜崎商事株式会社様
- 株式会社ジョイントハウス様●株式会社名城様●有限会社発酵理研様●日本交通合名会社様●有限会社ビック開発様
- 有限会社翔南石材様●緑の魔法様●コンフォート様●全保連株式会社様●有限会社長堂商事様●医療法人かなの会コザクリニック様
- 株式会社シーメッド様●有限会社アイランドネットワーク様●ふれあいの在宅マッサージ沖縄様●たんぼ様●メガネ一番様
- 高良登記測量事務所様●有限会社アイアムソリューションサービス様●オリオンビール株式会社様●ファイザー株式会社様

保健所

☆中央保健所	〒900-0076	那覇市与儀1-3-21	tel 098-854-1005
☆北部保健所	〒905-0017	名護市大中2-13-1	tel 0980-52-2714
☆中部保健所	〒904-2155	沖縄市美原1-6-28	tel 098-938-9700
☆南部保健所	〒901-1104	南風原町字宮平212	tel 098-889-6351
☆宮古保健所	〒906-0007	平良市字東仲宗根476	tel 0980-72-8447
☆八重山保健所	〒907-0002	石垣市字真栄里438-1	tel 0980-82-3240

牧志駅から徒歩10分。
安里駅から徒歩5分。

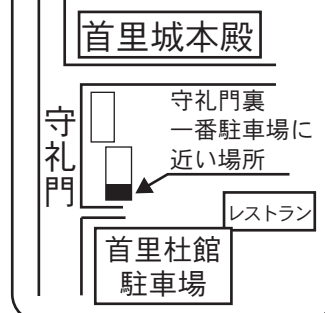


アンビシャス事務所



〒900-0013
那覇市牧志3-24-29
グレイスハイム喜納2-1階
TEL : 098-951-0567
FAX : 098-951-0565

Map



首里城公園内売店



〒900-0815
那覇市首里金城町
1丁目1番地売店1号
TEL : 080-4126-5933

ラッキーアイテム

ティッシュ

インターネットは楽しい♪ Tシャツ作りも楽しい♪

Webシステムの構築・管理・運営/オリジナルTシャツ制作・販売

<http://www.iamdndn.co.jp/>

■ネットワーク事業部 (098) 860-6226 ■デザイン事務所 (098) 860-3222



業務改善と最適なシステムのご提案をします。

- ビジネス系ソフトウェア全般の開発
営業支援管理、Web後方業務、販売・在庫管理
生産管理、物流管理。財務・給与管理等
- 導入後のメンテナンスに力を入れています。

ACTIVE 株式会社アクティブ
〒903-0125 中頭郡西原町上原336番地7
<http://www.active1.co.jp/> Tel:098-835-8368 Fax:098-835-8369

会報誌発送作業員募集

日付:毎月月末の平日の前日。

H21年 6月29日(月)

時間:PM 1時~PM 3時まで

場所:アンビシャス事務局

報酬:1,500円

定員:6名(応募多数時は抽選)

締切:毎月20日

対象:難病患者さん

お問い合わせは:098-951-0567

レシート1枚で難病支援しませんか?

幸せの黄色いレシート



アンビシャスでは、難病情報を送るのに毎月600枚以上の封筒が必要です。毎月11日は「イオングループ」ジャスコ・マックスバリュへ行ってレシートを投函しよう。 琉球ジャスコ株式会社の社会貢献活動です。

千羽鶴 ボランティア 求む!

- 折る人
- つづる人
- 欲しい人
手術前、入院中、長期療養中、お見舞いに

パソコン診療所 修理・設定・増設等

- メモリの増設作業料:1500円~2500円(別途部品代要)
 - パソコン再セットアップ:8500円
(メール・インターネット接続設定まで)
- 難病の方は割引があります

調子が悪い→見積もり無料。ご相談ください

ご自宅への出張OK 1500円(那覇市内)~3000円

営業時間:9:30~19:30(電話問合せ21時まで)

定休日:土(電話問合せOK)、日曜日

連絡先:TEL:070-5413-8519 上原 実

mail: uehara@ambitious.or.jp

※あらかじめご連絡いただいている場合は、土日対応いたします



全保連株式会社 代表取締役 迫 幸治
〒900-0003 那覇市安謝2丁目2番5号 TEL.098-866-4901(代表)

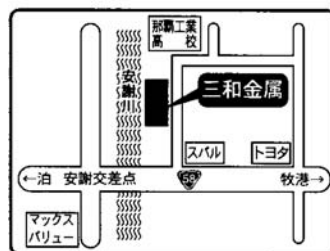
金属リサイクル 三和金属合資会社

代表取締役社長 具志堅 一真



◎非鉄スクラップ原料の回収・リサイクル (アルミ・銅・真鍮・砲金・その他)

◎産業廃棄物の回収・処分



会の運営の為、協賛広告をお願いします。 お問い合わせは、事務所まで