

1971年8月7日 第3種郵便物認可(毎月1・6の日発行)

2025年6月23日発行 SSKA 頸損 増刊通巻11536号

# SSKA 頸 損

## KEISON No. 145

### 目 次

特集 介護リフトの活用	1
「第8回災害リハビリテーション支援研修会」参加報告	13
ミニ四駆大会開催報告	14
自立生活学習会開催報告	15
誰もが尊厳を守られる支援（介護）とは	16
バリアフリー2025 出展者セミナー参加レポート	17
NPO 法人ケアリフォーム研究会第22回全国大会 in さいたま 参加報告	18
愛知支部勉強会	24
To be yourself 人権2告知	25
お役立ち！	26
報道・情報ピックアップ	27
事務局からのお知らせ	28
支部ニュース	29
全国頸損連絡会&関係団体“年間予定”	30
全国頸髄損傷者連絡会連絡先	31
編集部のページ	32



# 介護リフトは「自由への鍵」

— 重度障害者の主体的な生き方を支える不可欠な存在 —

全国頸髄損傷者連絡会 宮野 秀樹

全国的な人材不足も相まって、介護現場の人手不足は年々深刻化しています。私の生活では、今働いてくれている介助者に長く働いてもらいたいという思いから、私が行動するあらゆる場面で介護リフトを活用し、労働の負担軽減を図っています。

今回は、私の介護リフト活用術をご紹介します。

## 1. 介護現場が直面する深刻な人材危機

今、日本の介護現場はかつてないほどの人手不足に直面しています。厚生労働省が2015年に発表した「2025年に向けた介護人材にかかる需給推計」では、2025年に必要とされる介護人材は253万人。しかし、供給見込みは215万人にとどまり、38万人もの人材不足が予測されています。いわゆる「2025年問題」は、2025年を迎えた現在、数字的に「改善された・改善されなかった」を示すデータは示されていませんが、確実に言えるのは全国的にも人材不足は改善されていないということ。2015年に発表された「2025年問題」は、「警鐘」として非常に有効で、「このまま何もしなければ人材が大きく不足する」と注意を促すための根拠になっており、結果、危険の予告を改善するには至っていないのが現状です。

しかも、この問題は2025年で終わるわけではありません。日本の高齢化率は2040年には35%を超えると見込まれており、75歳以上の高齢者人口は2000万人を突破します。介護を必要とする人が増え続ける一方で、介護を担う人材は減り続ける。この構造的な危機が「介護現場の破綻」を招く可能性があるのです。

しかし、この問題を「社会全体の課題」「行政の責任」として傍観しているだけでは、私たちの生活は守れません。

この人材不足は、私たち障害当事者自身の生き方、そして「自由に生きる権利」に直結しているのです。

## 2. 「介護者がいない」という現実が突きつけるもの

近年、介護労働者の離職率は高止まりし、新規採用も思うように進みません。その背景には、低賃金・過重労働・非正規雇用への依存という構造的問題があります。介護者は慢性的な疲労とストレスにさらされ、腰痛やヘルニアなどの職業性疾患によって職を離れるケースも少なくありません。

一方で、介護の現場では高齢化した介護者が高齢者や障害者を支える「老老介護」や「認認介護」が今もなお広がっています。若い介護者が少ない現状では、体力的に限界のある高齢者に過度の負担がかかり、結果として事故や健康被害が増えるという悪循環が起きています。

この「介護者不足」は、決して誰か他人の問題ではありません。私たち重度障害者にとって、これは「生活の継続」そのものに関わる危機です。介護者がいなければ、外出や食事、入浴もままならない。つまり、生きることそのものが制限されるのです。

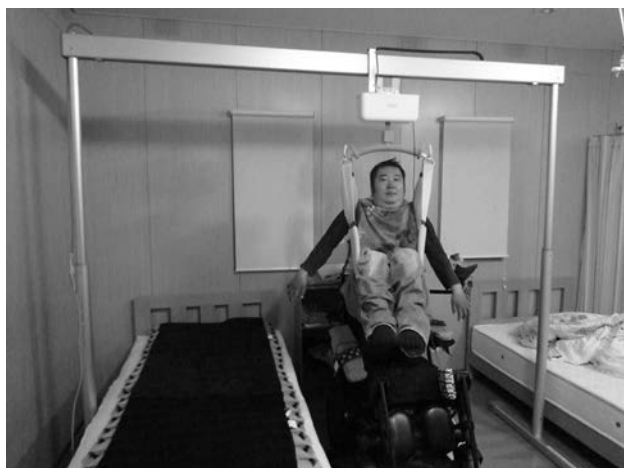
## 3. 「担がない介護」への転換 — リフト導入の意義

こうした状況の中で、私が真っ先に取り組んだのが「介護者の身体的負担を減らす」ことでした。そのために導入したのが「運搬型介護リフト」です。

従来、重度障害者の移乗（ベッドから車椅子への移動など）は、介護者が人力で“担ぐ”ことが当たり前とされてきました。その結果、多くの介護者が腰痛を訴え、離職を余儀なくされてきたのです。

私は、「担ぐことをやめる」ことを徹底しました。外泊や宿泊支援の際にも、必ずリフトを使用し、「人が担がない」介助を原則としたのです。

運搬型の簡易組立式リフトはキャスター付きで、1人でも移乗介助が可能。使い慣れれば、時間も手間も大きく変わりません。それどころか、介護者の体力的・心理的負担を大幅に軽減し、継続的な支援を可能にするのです。



15年前の沖縄旅行で運搬型介護リフトを初導入



11年前のシンガポール旅行に運搬型介護リフトを持参



新幹線の旅では運搬型介護リフトを必ず持っていく

#### 4. 「道具を使う」ことへの抵抗を乗り越えて

当初、私が所属する法人の多くの職員や利用者がリフトの使用に抵抗を示しました。「機械を使うのは面倒」「相手に悪い気がする」「人の手で支えるほうが安心」そうした心理的な壁が、リフト導入を遅らせていたのです。

しかし、本当に「人の手」で行うことが相手のた

めになるのでしょうか？腰を痛めて介護を続けられなくなれば、結果的に誰のためにもならない。道具は人を助けるためにある。使うことこそが思いやりなのです。

私たちは研修を重ね、職員全員で「腰痛予防チェックリスト」を作成し、道具使用を徹底しました。「しんどい」と言える環境を整え、利用者宅でも個人指導を行い、全員がスライディングシートやマルチグローブを携帯するようになりました。さらに、障害当事者スタッフも同じように道具を使用する側の一員として協力し、対等な立場で安全介護を共有する体制を築きました。

その結果、腰痛を理由に退職する職員はいなくなり、職場全体の雰囲気は「守り合う職場」に変化したのです。



法人全体での腰痛予防研修①



法人全体での腰痛予防研修②

#### 5. 「意識は変えられる」－当事者発の改革

兵庫支部でも、同様の取り組みを始めました。宿



泊体験や合宿の際には、リフトをどのように調達し、どう配置するかを真剣に話し合うようになりました。かつて「面倒だから」「恥ずかしいから」と敬遠されていたリフトが、今では「安心して出かけるための必須アイテム」として受け入れられています。

この変化は、行政が起こしたわけでも、企業が推進したわけでもありません。当事者自身の意識の変化から始まったのです。

私たちは、介護される立場でありながら、同時に介護を支える存在でもあります。

だからこそ、介護を「される」ものから「共に作る」ものへと変える力を持っているのです。

## 6. 介護リフトは「自由への道具」

リフトを使うことは、単に介護者の腰を守るためだけではなく、それは、重度障害者が自分らしく生きるための「自由の道具」でもあるのです。

たとえば、旅行や外出、社会参加の機会を考えてみましょう。「リフトがあれば泊まれる宿」「リフトがなければ無理な旅」この違いは、行動範囲を決定づけます。道具の有無が、「行けるか行けないか」「できるかできないか」を左右するのです。

私が海外旅行を簡単に実現できているのも、各国で介護リフトなどの機器が普及していたからこそです。もし“人の手”に頼るしかなかったら、旅程を組むことすら不可能だったでしょう。リフトは、重度障害者が社会とつながり、世界を広げるための「翼」なのです。



台湾・台北市で介護リフトをレンタル



ハワイで介護リフトをレンタル&プールを楽しむ

## 7. 「道具を使うことは自立の一步」

日本では、介護用具を使うことに「依存的」「過保護」という誤解が根深くあります。しかし、本当の自立とは「他者に頼らないこと」ではなく、「自分の意思で選び、最適な手段を活かすこと」です。リフトを使うという選択は、介護者の負担を減らし、関係を持続可能にし、結果として自分の生活を主体的に守ることにつながります。

介護者の健康を守ることは、イコール「自分の生活を守ること」。つまり、リフトを使うという行動そのものが、当事者の自立の象徴なのです。



旅先では常に介護リフトを使用

## 8. 共に支える社会を目指して

介護リフトの導入は、単なる機器の問題ではなく、「共生社会」実現のための第一歩でもあります。介護者も障害者も、互いに尊重し合い、安全に働き、安全に生きる。そのためには、「担がない介護」を標準にし、道具を使うことを当たり前にする文化を育てていく必要があります。リフトを導入するための制度的支援や助成の拡充、事業所間での共有体制、地域全体での備品ネットワークづくりなど、社会的な仕組みの整備も欠かせません。

しかしその前に、私たち自身が変わらなければならない。「自分は大丈夫」「うちは慣れている」その油断が、人を傷つけ、未来を狭めていくのです。



国内ではどこでも介護リフトのレンタルが可能



大学の授業でも「担がない介護」がもたらす益について講義

守るために、介護者を守る。そのためにリフトを使い、腰痛を防ぎ、安全な介助を選ぶ。それこそが、本当の共生であり、真の自立なのです。

介護リフトは「負担軽減装置」ではなく、「自由を保障する装置」。それを使うかどうかで、私たちの行動範囲も、生き方の選択肢も、大きく変わります。だからこそ、声を大にして言いたい。「介護リフトは、重度障害者の自由を支える翼である」と。

道具を使う勇氣。意識を変える決意。その小さな一歩が、私たちの「自由な未来」を確実に近づけていくのです。



ドイツ・デュッセルドルフの電車での一コマ

介護リフトを運搬中



海外でも介護リフト活用して入浴が可能

## 9. 結びに 「意識を変える」のは私たち自身

今、介護現場に必要なのは、新しい制度や補助金だけではありません。それ以上に必要なのは、「意識の改善」です。私たち障害当事者が、自らの生活を

## 介護リフト活用術

愛媛頸髄損傷者連絡会 鈴木 太

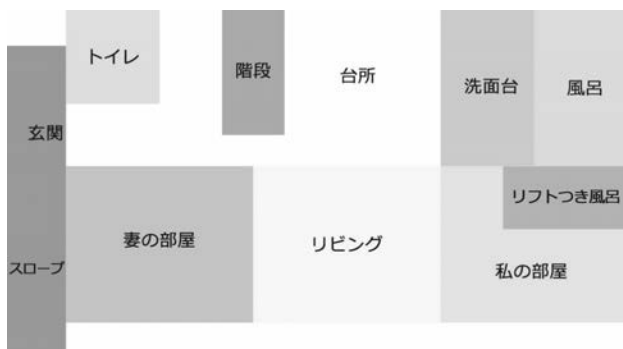
### はじめに

私は C4-5 完全麻痺、右腕で電動車椅子を操作出来るレベルの 48 歳男です。19 歳で受傷後、愛知・大阪・愛媛での入院リハビリ生活、実家での生活、1 人暮らしを経験後、祖母所有の築 45 年軽量鉄骨 2 階建ての一般住宅を使い、現在は妻と子供 1 人と共に生活を送っています。

### 八畳和室・床の間を介護リフト付き居室・浴室へ

リフォームを行うまではリビングへ電動ベッド・据置式リフトを設置し、入浴は家族共用の浴室で、浴槽につかることなくシャワーチェアによるシャワー浴を 10 数年行ってきました。食事は台所で行っていましたが、衣食住ほとんどの時間をリビングで過ごしていました。

今まで手つかずの八畳和室にリフォームを行い、洋室化と天井走行リフト・浴室の設置を行いました。天井走行リフトの設置と浴槽の増設で入浴の夢を実現させました。



現在の間取り

### 仕様の決定まで

既存の部屋に天井走行リフトの設置は無理だと言われてきました。しかし、福祉機器展などで知り合った業者へ和室の天井高 2300mm に対応可能なレールと軽量鉄骨の骨組みに天井裏の加工を施すことで今の家のも施工が可能と言うことがわかりました。

浴室の仕様は、天井走行リフト用ユニットバスで

話を進めていましたが、工務店からハーフユニットという浴槽と洗い場のみを既製品でまかない、天井と壁は工務店が施工するという提案がありました。大幅に工事費が削減でき、使い勝手は変わらないだろうと判断しました。この浴槽を利用するのは入浴時全介助の私だけ、ドアも必要ないだろう、居室と浴室を仕切るドアの設置も取り止めました。



リフォーム前の和室



床の間にはユニットバスを配置





リフォーム後の寝室

### リフォームを終えて

頸髄損傷になる前は当たり前のように毎日風呂に入っていたが受傷後、週3日の入浴となり、今の家ではシャワー浴を週3回となっていた。一部の介助者からは2人介助の希望が上がり、負担軽減が必要とされる入浴となっていた。リフォーム後、入浴用車椅子への移乗はなくなり、入浴に必要な時間は短縮され、介助者の負担は大きく軽減された。移乗回数は半減し、私自身の負担も軽減しました。

### 旅先での介護リフト利用

28 年頸髄損傷者生活を送ってきて行き着いた旅行方法も紹介します。



宿泊先での設置状況

外泊先には分解できる天井走行式介護リフトを宅

配便で宿泊先へ送付しています。多機能電動車椅子へ1人介助で姿勢良く座るためには介護リフトの存在は欠かせませんし、ホテルへ移乗の協力を依頼する心理的負担は軽減します。送料はかかりますが、最近はこの方法がしっくりきています。

旅行へ行く体制としては1人介助の3泊までの外泊がほとんどです。排泄・入浴は外泊先では行わず、バリアフリースイレで毎日頭や顔を洗っています。

### ポジショニングシーツの活用

最近の介護リフト活用では、ポジショニングシーツも活用しています。ツルツルした素材で出来た2枚のシーツで、上の1枚には左右に持ち手がついています。ベッド上での左右の移動にも持ち手で引きやすく、その持ち手を介護リフトであげることによって側臥位へ介助者は力を使うことなく引き寄せることが出来ます。シーツとして使えるので日常敷きっぱなしで、洗濯機で洗えます。

介助者からは慣れが必要だけど、力が必要じゃなくなるし腰への負担はかなり軽減されるようです。私にもメリットが多く、全体で包まれているので安定感や体への負担も少ないです。



側臥位へは介護リフトの力を活用

### さいごに

介護リフトは介助する側・受ける側、双方を護る道具です。無理のない介護で楽しく笑って過ごせる毎日を送りたいです。



## 介護リフトの活用法

兵庫頸髄損傷者連絡会 島本 卓

### 入院中にリフトの体験

私が初めて「介護リフト」という福祉用具の存在を知ったのは、入院中のことでした。それまで「介護」といえば、人の力で相手を「持ち上げる」というイメージがとても強くありました。

私の身長は175cmもあるため、この大きな体を毎日持ち上げてもらうのは無理だと思いました。また、在宅で生活することになれば、家族が疲れ果ててしまうのではないかと心配になりました。そんなときに病院で出会ったのが「介護リフト」でした。初めてその動作を見たとき、「これなら人の手を借りなくても、安全に移乗できるかもしれない」と希望がわいてきました。機械に頼ることに最初は少し抵抗がありましたが、実際に使ってみると想像以上にスムーズで、何より「介助を受ける側」「介助をする側」の身体的な負担が大幅に減ることを実感しました。これなら、在宅でも無理なく生活できるかもしれない。そう考えたことは、退院後の生活を考える上で、大きなポイントになりました。

### 自宅環境に合ったリフトの選定

入院中は、天井走行式リフトと床走行式リフトの2種類を使って、ベッドから車椅子への移乗を行ってもらっていました。いざ在宅生活で導入しようとすると、部屋の広さなどいくつかの条件を考慮する必要があります。

私の場合、既存の住宅を改修して在宅生活に備えたため、部屋の構造に合わせて介護リフトを選定する必要がありました。入院中に担当してくれたセラピストの方と相談し、介護ベッドに設置できる(株)モリトーの「つるべー」を選ぶことにしました。退院後に初めて使うのは不安だったため、お願いして入院中にお試しで使わせてもらうことができたので良かったです。また、同時期に退院に向けて、両親が病院に泊まり込み、介護の練習をする機会も設けてもらいました。

### 退院後の移乗とヘルパーさんの協力

退院後は、主に通院時の車椅子への移乗を両親が行ってくれていました。当時、支援に入ってくれていたヘルパーさんからは、「介護リフトを使ったことがない」という声や、「トランスファーで対応してはどうか」といった提案もありました。私は、知識や経験が少ないなりに「安全に移乗を行いたい」という思いをしっかりと伝えました。それをきっかけに、ヘルパーさんが何度も練習に来てくれるようになり、最終的にはヘルパーさんだけで介護リフトを使って移乗を行ってくれるようになりました。



介護リフト「つるべー」を活用しての移乗

### ひとり暮らしに向けた物件探しの条件

退院後は、実家で家族のサポートを受けながら約9年間、在宅での生活を続けてきました。しかし、日々の生活のなかで、家族への負担も大きく、思い切ってひとり暮らしを始める決断をしました。新しい生活を始めるにあたり、これまで使っていた介護リフトも、新たな環境に合うものへ買い替えることにしました。物件を探す際には、次の2つの条件を大切にしました。①電動車椅子でもスムーズに移動できる、十分な広さがあること。②備え付けの浴室での入浴を前提としない生活が可能であること。その条件にぴったり合ったのが、今住んでいる賃貸マンションの部屋でした。ここでの暮らしが、自分にとって新たな一歩になりました。

## 自分らしい生活に合わせた介護リフトの選定

私が新しい生活をスタートさせるにあたり、まず最初に、事業所から(株)明電興産の「アーチパートナー」をお借りして生活を始めました。やはり、限られた住空間をできるだけ有効に活かしたいという思いがあり、介護リフトを選ぶ際には、次の4つの条件を重視しました。①ベッドの横で、介護リフトを使って入浴ができること。②十分な介助スペースを確保し、電動車椅子への移乗がスムーズに行えること。③災害時にも使える、バッテリー式タイプであること。④据え置き型で、移乗の際に安定性が高いこと。これらすべての条件を満たしていたのが、(株)日本ケアリフトサービスの「アトラスクロス」という製品でした。アトラスクロスは、部屋に4本の支柱を立て、その支柱の間をX軸・Y軸方向に移動できる構造になっています。また、リフト使用時も4本の支柱による高い安定性があり、体の揺れによる転倒リスクの軽減にもつながっています。さらに、バッテリー式のため、停電時や災害時にも使用でき、安心して使える点も大きな魅力です。アトラスクロスを選んで、本当によかったと感じています。



介護リフト「アトラスクロス」を活用しての移乗

## 介護リフトを取り入れた入浴方法

私の生活の中で、皆さんにぜひお伝えしたい工夫は「入浴方法」です。多くの方は、「介護リフトを使って入浴する」と聞くと、浴室内にリフトを設置するのが一般的だと考えるのではないのでしょうか。

しかし、私の場合は、ベッドの横に通販サイトで購入した浴槽を設置し、介護リフトを使って入浴しています。アトラスクロスを導入する前は、毎回入浴のたびに介護ベッドを移動させる必要があり、ヘ

ルパーさんの負担も大きいものでした。ですが、アトラスクロスを取り入れたことで、部屋の空間を有効に活用できるようになり、4本の支柱の間であればベッドを動かすことなく、そのまま入浴ができるようになりました。



介護リフトを活用しての入浴

## 人材不足にむけた対策と制度の課題

現在、介護業界は深刻な人材不足という問題を抱えており、その解決策はまだ見つかっていません。

中でも、人手不足の大きな要因の一つとされる「腰痛による離職」を防ぐことは非常に重要です。新しい介助者が、腰痛が原因で退職してしまえば、根本的な人材不足の解消にはつながりません。現在、各市町村では「日常生活用具給付制度」を活用し、介護リフトの購入が可能となっています。この制度には給付の上限額が設定されているため、自己負担が発生するのが現状です。今後、介護リフトを導入しやすくするためには、自己負担の軽減や給付上限額の見直しが重要になるでしょう。腰痛予防への意識を高め、介護リフトを積極的に導入することで、介助者の離職防止と持続的な支援体制の実現につながるのではないのでしょうか。

## まとめ

現在の生活を継続できているのは、早い段階で介護リフトを導入できたおかげだと思います。介護リフトを活用することで、どの介助者からも同じ方法で移乗介助を受けられるようになりました。介助を受ける側・する側の負担を軽減し、安全性を高めてくれる介護リフトは、今後の介護を支えるうえで欠かせない福祉用具だと感じています。

## 介護リフトの活用法

兵庫頸髄損傷者連絡会 伊藤 靖幸

私は頸髄4.5番を損傷していて自分だけでは移乗が出来ません。そのため介護リフトは必要不可欠です。どのように導入し使っているのか、また介護リフトの必要性についてお伝えしていきます。

私が初めて介護リフトを使ったのは、事故を起こしてから3番目に入院した吉備高原医療リハビリセンター(以下「吉備リハ」という)です。吉備リハで天井走行リフトを使って車椅子からベッド、ベッドから車椅子の移乗を行っていました。最初に使った時に便利なものがあるなと驚いたことを覚えています。そこから移乗には介護リフトを使うのが当たり前になりました。そして、実家を住宅改修して暮らすことが決まった時、市の障害福祉課の方に福祉機器や使える福祉サービスについて教えてもらいました。事故等で頸髄損傷者になり、退院に向けての話し合いでどんな制度がありどんなふうに使えばいいのかわからないまま過ぎていってしまい後になって後悔することもあると思います。そんな時に障害福祉課の方が積極的に取り組んでくださり、主治医になる病院や訪問看護、ホームヘルパー事業所などの連携をとってくれてとても助かりました。私も両親も安心しました。介護リフトは、吉備リハで使っていて便利な機器と分かっていたことと生活する上で必要になると考え導入することになりました。それと同時並行して住宅改修業者、福祉機器業者、作業療法士(吉備リハ)が実家に集まり天井走行リフトをどう取り付けたらいいのかということを打ち合わせしていました。私は、この打ち合わせには参加出来ず両親だけが参加しました。今思えば、自分の生活なのに両親任せで情けない話でした(苦笑)。何度も打ち合わせを行ったことで、介護リフトの移乗も問題なく、在宅生活を始めることが出来ました。介護リフトはグルドマンの天井走行リフトGH-2です。費用は加害者の保険で全額出ましたが、介護リフトの補助金、助成金については、労働者災害補償保険と障害者総合支援法の日常生活用具給付等事業などの制度があります。

また、住んでいる自治体によって利用出来る制度があるかもしれないので、購入の際には自治体の障害福祉課や相談支援専門員などに問い合わせしてみてください。

私は9年前から賃貸で一人暮らしを始めました。最初の半年くらいは知り合いの事業所から据置式リフトを借りて生活していました。しかし、いつまでも借りるわけにもいきません。実際介護リフトを使用し、便利なことは身をもってわかっていて半年後、株式会社モリトーの“つるべBセット”を購入しました。



一人暮らしでの移乗

つるべBセットは、ベッド本体に固定して吊り上げて使用する介護リフトです。ベッドに固定して使うので揺れが少なく安心して使うことが出来ます。また、狭いスペースでも使用することもメリットです。購入前にインテックス大阪で行われたバリアフリー展で試乗させてもらい、実際に使えるのか部屋のサイズなど測り導入を決めました。障害者総合支援法の日常生活用具給付等事業を利用して購入しました。

一人暮らしを始めた時から浴槽に浸かりたいと思っていました。インターネットで調べていたらたくさんの種類があって、その中の一つがバリアフリー展にも出店されていることが分かり見に行きました。賃貸でも取り付け可能で、試乗させてもらった感じ



も良かったので導入することにしました。それが、株式会社モリトーの“つるべF2R セット”です。壁に穴を開けるなどの工事が不必要で浴室の壁に突っ張ってシャワーキャリーから浴槽に浸かることが出来ます。使ってみた感想は安全に入浴することが出来て購入してよかったなと思っています。ただ、購入前にもう少し検討すればよかったことがあります。それは、浴室がそこまで広くない事と脱衣所から浴室に入るときに段差があり、この段差を軽減するために伸縮する 2 関節あるつるべF2R セットを購入しました。しかし、脱衣所が寒かったことと簡単なスロープで段差を解消出来てしまい、1 関節の少し値段が下がる製品を購入すればよかったなと思い、あとになって後悔しました。購入にあたって入浴補助用具の制度利用の問題がありました。入浴補助用具に介護リフトは当てはまるのですがシャワーキャリーの座面が離脱できて座面と一緒に入浴できるシャワーキャリーを使用していないと対象にならないと言われました。粘り強く交渉しましたが、結局認められなくて全額実費で購入することになりました。

宿泊施設などに外泊する時も介護リフトを活用しています。宿泊施設に介護リフトがあれば良いのですが、私の知ってるところでは、かんぼの宿に介護リフトがあるくらいで、設置されているところは全国探してもほとんどありません。そのためレンタルしています。今回は“据置型介護リフト マキシスカイ 440”をレンタルしました。



介護リフトをレンタルして移乗

外泊時に介護リフトを依頼する前は確認しなければいけない事がたくさんあります。まず、事前に宿泊施設に身体のこと、介護リフトを使うことを伝える

必要があります。次に部屋の広さは最低でも 20 平方メートルくらいは必要です。そして、ベッドを動かしてスペースを確保しないと難しい場合が多いです。それからベッド下に空間があるか確認します。空間があれば床走行式リフトを、空間がなければ据置式線レール型リフトをレンタルします。据置式線レール型リフトは組立てと解体が必要で、福祉機器業者と時間を合わす必要があります。他にも天井の高さや部屋の形など事前に確認しておかないと設置できない場合があります。一つ注意点があり、使用料について介護保険制度が使えない方は全額自己負担になります。また、吊り具がレンタル、貸し出し出来るかは福祉機器業者により異なりますので事前に確認してください。もし吊り具がない場合は持っていくしかありません。宿泊施設での介護リフトの利用は調整がかなり大変ですが、キッチンと調整が出来れば安全に移乗が可能です。ベッドへの移乗が解決出来なくて、外泊を諦める方もおられると思います。そのためにもっと便利な移乗機器や用具があれば、外泊が挑戦出来ていいのにとおもいます。

介護リフトは便利な福祉機器です。購入する時の給付金はあるのですが、足りない場合があったり障害を負った時の状況で給付金をもらえない場合もあります。厚生労働省の HP に支給対象のものと基準額の詳細がありますので購入の際は参考にしてください。また、障害福祉課や相談支援専門員、周りの頸髄損傷者に聞いて購入を進めてもらえればと思います。また、福祉住環境コーディネーターや福祉機器業者などの専門家に相談して、しっかりと検討することをお勧めします。

私は、介助者の身体を守るためにも介護リフトは絶対必要なものだと思います。私もそうですが、この「頸損」を読まれている方の中にも生活のほとんどのことに介護が必要な方もおられるのではないのでしょうか？今居る介助者もそうですし、今後の介助者がリフトを使わず移乗して、身体を壊してしまったらその介助者の人生も壊してしまうことにもなりかねません。安い買い物ではありませんが、制度を活用して介護リフトを利用してみてください。



## マンションでの介護リフト生活

大阪頸髄損傷者連絡会 久留井 真理

### ◎転居・リフォーム

昨年65歳を迎え、受傷31年になりました。交通事故で受傷、部位はC4,5、夫と娘が2人います。受傷当時夫は会社勤め、長女は中学1年生、次女は小学校3年生。娘達はそれぞれ結婚してお母さんになり、気が付けば私は5人のばあばです。負い目の中、いつも対等に接してくれた家族に救われ、ここまで時間が過ぎたように思います。

9年前、夫の退職を機に広島市内にある自宅へ帰って来ました。長年市外に住んでいたのも、制度の違いの困惑、ヘルパーと訪問看護との新たな始まりの戸惑い、転勤で置いていた自宅はマンションで、リフォームに制約がある上、築30年ということもあり、随分悩みました。一番悩んだのはリフトの配置です。私はトイレに座る為、ベッド・浴室・トイレと3か所必要。転居前は1戸建てに住み、明電の天井走行リフト・パートナーを設置し、ベッド・浴室・トイレは1台のリフトで使用できていました。しかしマンションでは、今まで使っていた天井走行は取り付け不可の為、3か所にそれぞれ設置するしかありません。でももしそうすると、限られたスペースには浴室やトイレへの設置は不可能です。いろいろと考えてくださった業者さんの提案で、モリトーのつるべ2関節アームリフトを、浴室とトイレに座れる絶妙な位置に設置することで、浴室とトイレは1台のリフトで賄え、リフトは2台で納まる事が出来ました。

### ◎リフトと補助具の種類と使用方法

2台のリフトはモリトーのつるべ、ベッドは置き型、入浴・トイレは2関節アームの固定型です。ベッド、入浴、トイレの移乗に使用していますが、長年使っていた天井走行リフトとは使用感や使い方が違い、慣れるまでに時間が必要でした。モリトーさんのアドバイスでコツが掴め、今ではスムーズに使えるようになりました。移乗で使う吊り下げ用具

は、入浴時スリングシート、ベッド・トイレは2本ベルトを使用。2本ベルト使用の理由は、1人介助でも使いやすい為時間もかからないのと、車椅子やトイレへ良いポジションで座れるからです。2本ベルトは、体の取り付け位置が合っていないと私は腕の痛みが強く、注意が必要です。

### ◎快適な生活・介護者の負担軽減

浴槽へ浸かる時やトイレへ座る時も、リフトに吊り上がった状態で、看護師とヘルパーが上半身、下半身をそれぞれ支え、的確な位置へ誘導して下さいますが、介助者の体への負担がかかることなく利用できているようです。ヘルパーの妊娠中も、入浴やトイレ介助、ベッド移乗の訪問に来てくださるし、腰痛持ちの夫も、ベッド移乗は一人で使用でき助かっています。リフトは、介助者にもやさしい大切な介護用品と実感する日々、リフト活用でヘルパー不足が少しでも解消されて、快適な在宅生活が送れることを願っています。

概要 自己紹介 身体状況 介護者 住宅環境 悩み事

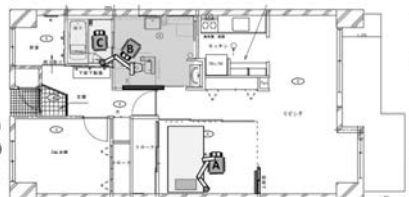
#### 移乗について（身体状況）

- ・頸髄損傷（C5不全）
- ・受傷年数
- ・関節可動  
（肩関節左右差がある、肘関節左右屈伸可、手関節）
- ・筋力  
（肩、肘、手関節）
- ・体幹

概要 自己紹介 身体状況 介護者 住宅環境 悩み事

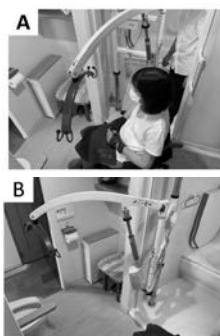
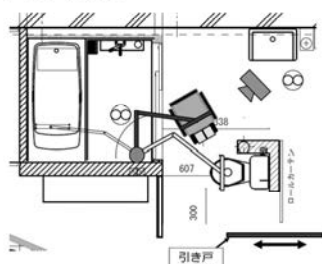
#### 移乗について（住宅環境）

- ・マンション
- ・住宅改修
- ・トイレの位置
- ・風呂の位置
- ・アームの動く範囲
- ・車いすA（ベッド移乗）
- ・車いすB（トイレ移乗）
- ・車いすC（風呂移乗）



概要 自己紹介 身体状況 介護者 住宅環境 悩み事

## トイレ移乗



概要 自己紹介 身体状況 介護者 住宅環境 悩み事

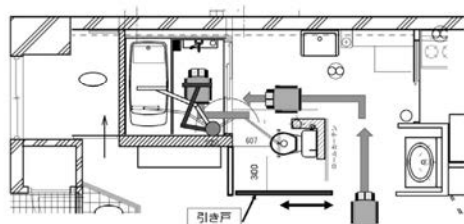
## ベッド移乗での悩み①

・腕の痛み



概要 自己紹介 身体状況 介護者 住宅環境 悩み事

## 風呂移乗（シャワーチェアで移動）



概要 自己紹介 身体状況 介護者 住宅環境 悩み事

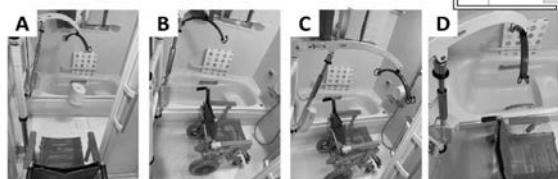
## ベッド移乗での悩み②

・角度が浅い理由



概要 自己紹介 身体状況 介護者 住宅環境 悩み事

## 風呂移乗



資料作成 谷口公友・広島国際大学

## ピアサポートを受けたい方募集中

思いもよらないことで、頸髄や脊髄を損傷してしまい、今まで考えなくてもできていた日常生活が、思い通りにならず不自由さを毎日感じている。できないことにイライラしたり不安になったり、これからどのようにして過ごしていけばいいのか…。そんな思いや不安な気持ちと同じ経験をし、いくつもの苦しい山を越えてきた人たちに、今の気持ちを話してみませんか？

疑問や質問を投げかけてみませんか？全てが解決しなくても、明日からのヒントがつかめるかもしれません。体調が良ければご参加ください。みんなでお待ちしています！

当会では、リハビリテーション病院に入院している脊髄損傷患者に対して、当事者でもある脊髄損傷者ピアサポーターが、健康などの自己管理や自立生活、生活、福祉用具に関することなど相談支援・情報提供を行いながら仲間を支援するとともに、患者の不安、苦痛などつらい心理状態に対し心のケア、癒し、やすらぎが持てる活動を行っています。

お問い合わせ：本部事務局 宮野 jaqoffice7@gmail.com

## 「第8回災害リハビリテーション支援研修会」参加報告

大阪頸髄損傷者連絡会 横山 和也

2025年1月25日、大阪急性期・総合医療センターにて「第8回災害リハビリテーション支援研修会・大規模災害、重度障害者が生き残る道」に参加しました。

障害当事者として、これまでも防災には関心を持ってきましたが、今回の研修は、改めて「生き抜くための備え」の大切さを強く実感させられる機会となりました。

実は私自身、以前に大阪市西淀川区で要援護者の防災活動に携わっていた経験があります。地域の中で障害者や高齢者の支援体制を考える取り組みでしたが、実際に災害が起きたとき、自分がどう行動できるのか、常に不安を抱えていました。だからこそ、今回の研修に参加することには大きな意味がありました。

研修会では、重度障害当事者4名が、それぞれ自ら取り組んでいる防災対策について発表しました。その中で特に心に残ったのは、鳥屋さんが取り組まれている地域防災訓練のお話です。車椅子ユーザーだけでなく、視覚障害、聴覚障害、精神障害など、さまざまな障害を持つ仲間が地域の防災訓練に積極的に参加し、避難所での困りごとや配慮点を話し合う時間が設けられているというものでした。

「障害があっても、声を上げていい」「地域に必要とされる存在でいい」——そんな前向きなメッセージを受け取ることができ、胸が熱くなりました。

また、呼吸器を常時使用している米田さんが作成した、本人仕様の「避難所マニュアル」にも大きな学びがありました。呼吸器の設定や、必要な介助方法、停電時の対応などを細かくまとめ、支援者が誰でも対応できるよう工夫されていました。

「災害が来たらもうどうしようもない」ではなく、「どんなときでも命を守るためにできる準備をす

る」という米田さんの姿勢に、私も強い勇気をもらいました。

重度障害があると、災害時に絶望的な気持ちになることも正直あります。支援が途絶えたらどうしよう、避難所で受け入れてもらえるだろうか、自分だけが置き去りにされるのではないかと――。

でも、今回の研修で学んだのは、「諦めなくてもいい」「備えることで、助かる命が必ずある」ということでした。

障害があるからこそ、事前の準備と周囲とのつながりが何よりも大切です。自分のことを理解してもらおう努力も必要ですし、地域社会に対しても「一緒に生き抜く仲間」として参加していくことが大事だと、改めて実感しました。

これからは、私自身も、自分のためだけでなく、同じように不安を抱える障害当事者の仲間たちのためにも、防災に向き合っていきたいと思います。

「どうせ無理」ではなく、「備えればきっと助かる」。この研修で得た学びを胸に、一歩ずつ行動を重ねていきたいと思います。



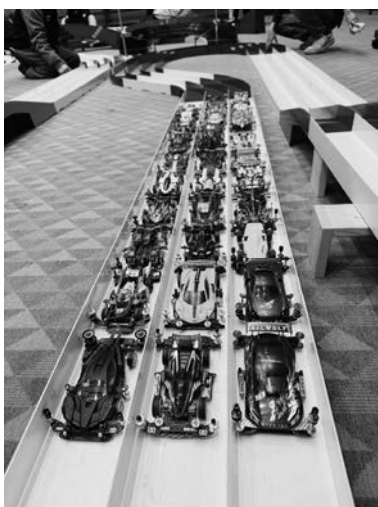


## ミニ四駆大会開催報告

愛媛頸髄損傷者連絡会 柴田 明寿

はじめに

2025 年 1 月 29～31 日で「HOSHIZORA CUP2025」を行いました。全国のミニ四駆好きが集まるこの大会は今回で 4 回目になります。今年のエントリーは星空メンバーを合わせて 32 台のマシンが戦いました。今回も現地参加の人とマシンを送ってもらったの参加でした。現地参加では遠くは福井県から来ていただき本当にありがたく思います。



開催当日

今年から始めた前日にテスト走行とマシンの調整をできる日を作ったのですが、今年のコースは非常に難しく当日になり急遽コースレイアウトの変更をするというハプニングもありました。



毎年勝ち進んでいったプレイヤーも初戦で負けていくという面白さもありました。これだからミニ四駆は辞められないんですよ。でも全国のもんなで繋がってひとつのことをやり遂げる達成感は何と

も言えません。負けたけども笑顔でみんな帰っていくそんな大会が僕は大好きです。そして障害の有無や種類関係なくみんなが一緒に同じことを楽しめるって素晴らしい事だと思いませんか？

今後について

僕はこのミニ四駆大会は続けて行きたいと思っています。いつかは身内だけではなくて、本当の誰でも参加できるような大会にしたいと思っています。それまでに僕のマシンももっともっと強くしていきたいと思っています。

全国のみなさんで少しでも興味をもたれた方はぜひ来年のミニ四駆大会にエントリーしてください。もちろん見学も大丈夫です。お待ちしております。



今年の全国大会も YouTube にアップしているので見ていただけると嬉しいです。





## 自立生活学習会開催報告

様々な問題を解消し、自分の理想とする自立生活を送るために ～当事者の声を聞いて～

兵庫頸髄損傷者連絡会 米田 進一

### ○はじめに

先日、明石市のウィズあかしで「自立生活学習会」を開催しました。今回の学習会は、重度の頸髄損傷者が理想の生活に近づくために工夫されているのかを聞き、既に自立生活を送られているパネリストからの助言を基に、当事者と支援者が話し合い、理想の自立生活に近づく事を目的として、今後の課題解決に向けた話し合いを行いました。

### ○概要

日時：2025 年 2 月 16 日（日）13：30～16：00

会場：ウィズあかし 学習室 802 号室

テーマ：「様々な問題を解消し、自立生活を送るために～当事者の声を聞いて～」

登壇者：橘祐貴氏、米田進一

パネリスト：田村辰男氏・鳥屋利治氏

コーディネーター：宮野秀樹氏

### ○当事者の思い

橘氏は一人暮らしをされており、自分のペースで生活できる喜びがある一方、重度訪問介護サービス支給量が月 350 時間程度と不足しており、理想の生活を送れていません。複数の事業所を利用していても、介助者の不足により緊急時の対応にも不安があるそうです。今後は、制度の見直しや的確なサービス提供を望まれ、就労の学び直しや海外旅行にも挑戦したいという事を語られていました。

私は自立生活を送る中で、外出の制約や家族と同居という理由で、行政からの必要な支援が得られず、高齢な両親の介護負担が今もおおっています。

24 時間重度訪問介護サービスが利用できず、呼吸器使用を理由に事業所から断られる事もあり、1 日平均 7～8 時間のヘルパーサービスを利用し、その後は家族が対応しなければなりません。

呼吸器使用者のイメージを払拭し、住み慣れた街で理想とする自立生活を送りたいと考えています。



田村氏は昨今、姫路市で 24 時間に近い支援を築かれ、その理由は相談支援員が変わった事や行政との粘り強い交渉によるものだと言っていました。



鳥屋氏より、国と地方行政の連携不足が支給時間不足を悪化させ、その結果、支給量拡充が不十分との指摘。個人交渉には限界があり、当事者部会や地域団体との連携、訴えと議事録、マンパワー不足には、当事者によるヘルパー育成と地域への発信が重要であり、人材募集には、地道な広報や当事者ネットワークが有効と言う事でした。CIL 継続にはピアサポートと世代を超えた連携が必須で、当事者団体との連携と情報収集や発信の重要性を語られました。

### ○最後に

頸髄損傷者の自立生活に十分な支給時間と、介助者不足を解消する課題が挙がりましたが、橘氏に求められる事は、相談支援員と連携を図って行政との交渉に挑む事、私はこの学習会后、1 日に必要な介助量を記入した要望書を提出しました。1 日でも早く行政が期待に答えてくれる事を待ち望んでいます。

# 誰もが尊厳を守られる支援（介護）とは

兵庫頸髄損傷者連絡会 土田 浩敬

## 1. はじめに

こんにちは、兵庫頸髄損傷者連絡会の土田浩敬です。今回、2025年2月23日（日）場所は、京都駅から南に向かって10分ほど歩いたところにある、京都テルサ東館3階 大会議室にて行われた“全国脊髄損傷者連合会・全国頸髄損傷者連絡会合同学習会”に参加してきました。私は午前中、他の予定があったので、途中のパネルディスカッションから参加になりました。参加費は無料で、頸髄損傷者に限らず様々な種別の障害を持った方々が参加されていました。

## 2. 女性障害者の複合的な差別

障害者であるがゆえに、受ける差別がありますが、そこに女性であることから更に生き辛さを感じる場面があります。

今回は、二部制で行われました。まずは第一部、DPI 女性障害者ネットワーク代表から藤原久美子氏の基調報告として、—2024 国連女性差別撤廃委員会（CEDAW）における総括所見から— 総括所見から見える、障害のある女性への支援に対する社会的な課題について、報告があった後にパネルディスカッション、—障害者への異性介護問題—が行われました。パネリストは、藤原久美子氏（介護者）、村田恵子氏（被介護者）、他 学識経験者、居宅介護事業所の代表者。ファシリテーターとして、村上祐子氏（元 KBS 京都アナウンサー）のみなさんで意見交換がなされました。

介護現場における性的虐待や嫌がらせ。被介護者が、当たり前のように異性介護を受ける実態の話がありました。障害者ゆえに受ける差別とはまた別に、多くの問題があることを、知る機会になりました。

第二部は懇親会です。会場は、京都テルサ 東館1階 うどんダイニング凜で行われました。オードブル形式で、各々が好きな食事を取り分けていきます。

懇親会では、頸髄損傷者以外にも脊髄損傷者、ミオパチー、脳性麻痺といった障害をお持ちの方々が、参

加されていました。私自身、初めてお会いする方もいました。名刺交換を済ませて、そこから生活の話や活動の話など広がりました。

面白いもので、共通の知り合いや話題なんかがあると、話のテンポも良くなり、その場が盛り上がることで、円滑な情報交換につながります。日頃からですが、人との出会いの大切さを感じました。

## 3. まとめ

今回、途中参加になってしまったのですが、身近にこのような差別があつて、生き辛さを感じている人がいることを改めて考える機会になりました。

世の中には、様々なマイノリティがある中で、自身も声を上げられるようにならねばと思いました。

一人一人が、細かなところにも気を配ることで、誰もが生きやすい社会につながっていけばと感じた、シンポジウムとなりました。



京都支部の村田会長と

## バリアフリー2025 出展者セミナー参加レポート

東京頸髄損傷者連絡会 伊佐 拓哲

皆様初めまして今年から頸髄損傷者連絡会の東京支部にお邪魔することになりました、伊佐拓哲（イサタクノリ）と申します。

私はジェイ・ワークアウト株式会社という脊髄損傷者専門のトレーニングジムを経営する傍ら、チェアスキーというスポーツに魅せられ多くの方のサポートの下、挑戦を続けさせていただいております。

チェアスキーは道具がとても大切で、そのサポートを受けた恩返しができればと思い、現在は一般社団法人日本リハビリテーション工学協会の理事としてもお手伝いをさせて頂いております。

本日は2025年4月16日（水）に大阪市のインテックス大阪で開催された、社会福祉法人 大阪府社会福祉協議会主催のバリアフリー2025（第31回 高齢者・障がい者の快適な生活を提案する総合福祉展）にて一般社団法人日本リハビリテーション工学協会の出展者セミナーが開催されましたのでご報告させていただきます。

テーマは「重度身体障害者の一人暮らし」で、講師は（一社）日本リハビリテーション工学協会関西支部の幹事で（公社）全国脊髄損傷者連合会 兵庫県支部 支部長であられる島本卓氏でした。

私は同協会の理事として、当日は企画者として参加させていただきました。



「重度頸髄損傷者は自身の力だけで日常生活を行うことは難しいですが、最適な福祉機器や訪問介護といった資源を上手に活用することで、行動のすべ

てを自分で選択できる自立生活を実現することができ。」という内容を島本さんの実例から報告されていました。

まずは、ご実家を改装しお母様と在宅生活を始めた際のエピソードのお話からスタートします。様々な工夫とエネルギーを費やし、在宅生活を手に入れられた話も大変勉強になりましたが、話の本題はここではありません。

島本さんは数年間続けた家族介護の限界という現実を目の当たりにし、一人暮らしが行える体制を作るために動き出します。

ご実家の自治体は福祉の制度の自由度が低く、自由度が高い姫路に移住を決められました。

そこでアパートをどのように見つけるか、どのように浴槽につかるか、といった様々な挑戦が実体験をもとに紹介され勉強になりました。

制度の自由さを求め移住するとか、浴槽をリビングに設置してしまうといった発想は全くなかったため、多くの気づきをもらいました。実は重度の頸損だけでなく、アクティブだった脊損者も高齢化によって介護が必要な課題が増えてきているという状況にあります。私が運営するジェイ・ワークアウト株式会社のクライアントさんも同じ課題が増えています。

今私は自力で移動したり行動を選択することはできていますが、将来的には誰かのお世話にならなければならないと考えると今から情報収集が大切だと感じました。





# NPO法人ケアリフォーム研究会

## 第22回全国大会 in さいたま 参加報告

全国頸髄損傷者連絡会 鴨治 慎吾



◎さいたまの大宮ソニックシティにて、NPO法人 CRS（ケアリフォームシステム）研究会の全国大会に参加してきました。

2025年4月21日(月)13:00～16:00

会場 大宮ソニックシティ市民ホール4階 401, 402

12:30 受付開始

13:00 開会、代表挨拶

13:10 講演 障がい児を守る！災害時の備え

14:00 パネルディスカッション

15:30 総評 実行委員長

15:40 閉会

16:00 交流会（自由参加）

17:00 終了

### 全国大会の趣旨

私たちは、身体が不自由な方とその家族の住まいを第一に考え、自立（律）や介助者の介護負担を軽減するための住環境の提案を目的としている研究会です。「できなかったこと」「難しかったこと」「あきらめていたこと」を住まいの工夫で改善し、災害時

も安心して身を守れる住まいについてお話致します。

講演では、講師である齊藤朝子先生のお話で、ある学校の構造上の問題や立地条件などの問題などを述べていました。

パネルディスカッションでは、コーディネーター松尾清美氏を中心に各地での事例や災害に対しての



【ワークショップにて】



【代表理事 白石充 氏】

事を中心にお話がありました。また、ワークショップ等もあり、中身の濃い大会でありました。

今回は、「住まい」と「防災」をテーマで、いろいろな立場からの話がありました。



## 愛知支部勉強会

沖縄旅行レポート・(皆合様の発表を本部事務局で文字にしました)

愛知頸髄損傷者連絡会 皆合 宏昭

本日は昨年の 10 月に電動車椅子ユーザーである二人と介助者として同行した看護師・PT が初めて飛行機を利用して二泊三日で沖縄を旅行したお話をしようと思います。まずは今回の沖縄旅行に参加したメンバーを自己紹介させていただきます。一人は山口紘太さん C4 の 36 歳で、私は皆合宏昭 C6 の 59 歳です。どちらも名古屋市緑区に住んでおります。普段乗っている電動車椅子はクイッキーで、どちらもギャッチが可能です。山口さんはチンコントロールで、私はジョイスティックで電動車椅子を操作しております。私たちはこちらも名古屋市緑区にありまず訪問看護事業所リライフで日常の訪問看護やヘルパー支援、リハビリテーションのサービスを受けている利用者です。リライフでは、私たち以外に約 20 人の主に脊損の利用者が所属しておりまして看護師、介護士、PT・OT など、約 25 人のスタッフの皆さんから日々サービスを受けております。今回の沖縄旅行には山口さんと私、それと同伴スタッフとして看護師の大須賀悠吾さんと、PT の立川舞さんが同行してくれました。

まずスタッフには航空券の予約から始めてもらいました。中部国際空港セントレアから那覇空港へは JAL や ANA の他にもピーチ、スカイマークなど LCC 格安航空会社も飛んでおりますけれども、結構早朝だったり、想像ですけども機内が相当狭いと聞いておりまして障害者の受け入れに慣れていないのではないかと不安になりました。LCC は候補から外しました。JAL や ANA のホームページには体の不自由なお客様に向けたコーナーがあり車椅子ユーザーの登場のために事前に搭乗のための事前知識を得るのに便利です。また、車椅子ユーザー用の専用ダイヤルが設けてあるので大まかな日程が決まったらここに電話してみましょう。専用ダイヤルでまず尋ねられることは、日程や便名、人数はもちろんですけども、障害者の状況についても詳しく聞かれます。座

席に座れるか、ストレッチャーが必要か、この場合料金が四倍ぐらいかかるそうですが、座席への移乗に介助が必要であるか。それから体幹の弱い人を座席に固定するサポートベルトが必要かなどです。

次に車いすの大きさについて高さや全長、幅また重さについて尋ねられます。車椅子は飛行機の貨物室に積み込んで飛びますけれども飛行機の種類によっては貨物室が狭い場合があります。この場合には車椅子の高さについて何センチ以下でとかで制限をされます。私たちの車椅子も大型で高さが 140 センチぐらいありましたものですから、空港のチェックインカウンターで肘掛けの高さを六角レンチで調整したりバックシートを外したり作業が必要でした。事前に航空会社の指定するサイズに収まるような分解や調整ができることをよく確認しておく必要があります。次に電動車椅子のバッテリーについての情報を質問されます。まずはバッテリーの種類、簡易電動車椅子に多いリチウムイオンバッテリーやニッケリバッテリー、それから私たちの大型の車椅子に使われているシールドバッテリーなどの種類があります。また、簡易電動車椅子に多い、取り外しができるかということが尋ねられます。私たちの車椅子は大型バッテリーで固定がされておりました。また、絶縁という言葉で聞かれることがありますけれども、これはどうやらバッテリーの電源位置がどういうふうにあるかについての質問のようです。いずれについても車椅子業者に確認するか。取扱説明書で確認しておきましょう。また、バッテリーの種類を表示したシールが車椅子に貼ってあるそうで、私たちの場合は、空港のチェックインカウンターで急に尋ねられましたので確認ができずに困りました。事前にこのような資料はどこに貼ってあるのかについても確認しておくとい良いでしょう。これらの情報については、事前の専用ダイヤルから細かく質問されます。けれども空港のチェックインカウンターで

の説明のために取扱説明書を持っていかれると良い場合が多いです。なお車いすを空港のチェックインカウンターに貨物として引き渡すタイミングについてお話しします。私たちのように大型車椅子で分解などが必要な場合、早めに出発の二時間前から引渡し準備が必要です。簡易電動車椅子のように特に分解などが必要ない場合は飛行機の搭乗直前に引き渡すこともできますが、あまり直前に飛行機の貨物室の積み込みに手間がかかって飛行機の出発の時間が遅れることが時々であるそうです。また、空港に備え付けの車椅子にはリクライニング付きか、そうじゃないかが選べますので必要な場合は忘れないで指定しておきましょう。機内は空港備え付けの車椅子ないと入れませんし、座席への移動も事前に介助を十分に打ち合わせておかないと基本的には手伝ってくれないと思われます。私たちの場合は、一般の乗客が乗り込む前に専用車椅子で機内入り、こちらのスタッフ二名で座席へ移乗してもらいました。なんといっても機内は非常に狭く、移乗する人は通常の移乗に比べて相当に力がいいると思われます。私たちが乗った ANA はホームページで移乗などの手伝いをしないということを明記されておりましたが、航空会社によっては移乗などの手伝いもしてくれる場合があるようなので専用ダイヤルで予約の時によく確認しておくと思いいます。また、私たちのように体幹が弱く、体勢の維持が難しい人には固定用のサポートベルトが借りることができて、これで固定することができます。

次にホテルを予約するときには、最初に車いすユーザーであることを事前に伝えておいた方がスムーズです。最近はバリアフリーにしっかり対応されたユニバーサルルームがあるホテルも見受けられます。まずはホテルの入り口や館内に段差がなくエレベーターも車椅子が使えることを確認しましょう。次に客室については、入り口の幅、室内の大きさを確認します。部屋の広さは 20 平米以下では室内で車椅子の向きを変えることはほぼ無理です。また、ベッドへ移乗させるためにベッドサイドに車椅子がベタ付けできるか、また椅子などの家具が移動できるか、使わない家具はあらかじめ撤去しておいてもらうの

もいいでしょう。また使う場合はトイレなどの入り口や室内の際は室内のサイズも確認しておきましょう。あと、私たちは使えませんでした。レストランの状況についても使う場合は、会場の状況や配膳の状況についても忘れずに確認しておきましょう。あと、タクシーの予約も旅行ではかなり重要だと思います。今回セントレアまでの往復は、普段お世話になっているタクシー業者をお願いして特に問題なく予約できました。ただし旅行先、今回は沖縄で使えるリフトタクシー業者の情報が全くなく現地の車椅子ユーザーの知人にも聞いたのですが、リフトタクシーのしかも二台同時に乗車できる業者が見つからずに苦労しました。スタッフはたまたまネットで介護事業所の業者で条件の条件に合うリフトタクシーが見つかりましたけれども、見ず知らずの旅行先で良いタクシー業者を見つけるのは意外と難しいかもしれません。ネットで旅行先のタクシー組合や観光協会に相談してみるのも良いかもしれません。

次に持ち物についてお話しします。10 月の沖縄旅行でしたし、着替えも必要最低限にして薄毛のアウターは一枚だけ持っていきました。実際現地は連日 30℃ 近くの晴天で良かったのですが、名古屋へ帰ってくると急に寒くなっていて、アウターを持っていた助かりました。なお、ジェルクッションは必ず持っていくことをお勧めします。自分の車椅子に座っている時はいいんですが、特に飛行機に乗っている間は座席から異常な圧力がかかるのを防ぐためです。また、ホテルのベッドにも注意が必要で、クッションなどで尻やかかとを保護することを考えた方が良いでしょう。また、今回の旅行では、日常的に使用する干浣腸やおむつ、プロベトなどの介護用品などを利用者に共通する物品について必要最低限な数を看護スタッフに持っていってもらいました。ただ、気をつけないといけなのは看護用のハサミなどは機内に持ち込めないのも貨物室に事前に預けておく必要があります。また、食事会場用のフォークなども持ち込めない可能性があるのも機内では備え付けの食器を使うのが良いでしょう。

では、ここからは旅の工程に沿ってお話ししていこうと思います。10 月 26 日の朝、いつもの排便確

認や清拭などの訪問看護を受けました。前日までに排便対処をしっかりとってもらっていましたが、万が一の機内への失便対策としてアナルプラグを装着しました。また、私たちは膀胱残置カテーテルと尿バッグを使って尿廃棄をしておりますので急な尿意でユニバーサルトイレを探さないといけないという心配はありませんでした。当日 11 時過ぎに予定より少し早く集合して、予約していたリフトタクシーに電動車椅子二台が一緒にあと看護スタッフと PT スタッフ総勢四人が乗り込んで出発いたしました。知多有料道路をスムーズに走り 12 時少し前に中部国際空港に到着しました。それほど混雑しておらず、空港ビルの前にタクシーを停めてもらい下車しました。当初は航空会社からは出発の二時間前に空港に来るように言われていましたが予定より 30 分ぐらい早かったのですが、チェックインカウンターへそのまま向かいました。基本的には受付と荷物の引渡しはすぐに終わったのですが、電動車椅子について事前に知らせておいたことをもう一度聞かれたり、なにより先ほど少しお話ししましたがバッテリーの種類などを表示したシールというのが電動車椅子に貼ってあるそうで、それがどこにあるか事前に確認しておらず、確認するのに非常に時間かかりました。現地の空港スタッフも飛行機に乗せてよいかどうかについて、本社スタッフと長い時間協議してこれも時間かかりました。こういうことは、航空券の予約電話の段階からいろいろと質問事項に答えておりましたし航空会社としては空港スタッフが混乱しないように十分に引き継ぎをしておくべきだろうし、先ほどシールの所在も含めて顧客に確認しておくべきことがまだシステマティックに整備されていないかなという感じを受けました。次に空港に備え置いてある車椅子に移乗して、電動車椅子を分解しパッキング用の包材プチプチのやつですけどこれで包んでようやく電動車椅子の引き渡しが終わりました。分解作業では六角レンチを使ったり、結局一時間以上の時間がかかり少し早めに出発しておいて正解でした。当初の計画では、この後に空港のレストランでゆっくり昼食をとも考えていたんですけども、チェックインの予想外に時間を取られてしま

い売店で昼食を買って早々に保安検査所に向かいました。保安検査所では、保安ゲートをくぐって金属反応をチェックするほかハンディタイプの検査機を使ったり、直接ボディタッチによるチェックもされました。触られて痛いところだとか、特別な器具をつけているときはボディチェックの前に検査員に伝えておくとうまいでしょう。指定された登場ロビーに到着すると、出発前の 45 分前でしたけどもすぐに登場するように指示があり空港職員が車椅子を押して搭乗口まで移動しました。通路はかなり狭く、かなり傾斜があり、前向きに移動すると少し怖いくらいでした。飛行機の前の入り口から入り非常に狭い機内を慎重に移動して座席に横付けされました。座席へは、先ほど見ていただいたようにこちらのスタッフ二名で抱えてジェルクッションを敷いた座席に移乗されました。早めに電動車椅子を貨物室に預けておいたためか、ほぼ満員の飛行機は定刻の 10 時 30 分に中部国際空港を離陸しました。ただし、離陸からしばらくは客席をリクライニングすることが許されず普段電動車椅子のキャッジに慣れている皆合は呼吸するのが辛かったです。この年は台風の多くて出発の前の週にも台風が同時に三個も発生したりして心配していましたが、うまく進路を逸れてくれて飛行機を安定して飛んでくれました。約二時間のフライトを経て、無事に那覇空港に到着しました。

那覇空港に到着すると、出発とは反対に一般の乗客から先に飛行機を降ろされます。機内を車椅子に移乗して手荷物受け取り所に向かいました。電動車椅子は貨物室から優先的に降ろされており車椅子の組み立ても今回はスムーズに終わりました。沖縄都市モノレール、通称ゆいレールはビルの二階ぐらいの高さの高架橋を走る交通機関モノレールです。沖縄には、このモノレール以外に鉄道や地下鉄などはありません。ゆいレールは那覇空港から県庁、国際通りなどの中心部を走っており、首里城方面までを結ぶ 17 キロ 19 駅を東西に結んでおります。北部の美ら海水族館などへ行く場合にはバスかタクシーを使わないと行けなくなっております。那覇空港からゆいレールの駅へは空港とビルが直結しており、雨の心配なく五分ほどで到着できます。料金の障害者



割引は、本人と介助者一名が半額となっており、名古屋市営地下鉄と同じです。駅員に乗車したい旨を伝えると那覇空港駅はホームの段差工事が行われており鶴舞線のように自力で乗ることができました。車両は原則二両編成。ラッシュ時には一部三両編成も運行されています。発車は通常十分間隔で那覇空港駅と終点のてだこ浦西駅間を約 40 分かけて運行されています。私たちは車椅子エリアのある車両に乗ったのですが大型車椅子二台が乗り込む事に特に問題はありませんでした。ただ、夕方のラッシュ時間帯であったためだんだんと混雑してきて降車する牧志駅では降りるのに少し苦労しました。牧志駅では駅員が待機してスロープをかけて下ろしてくれましたので乗車時には駅員に降りる駅を伝えておく必要があります。なお、ゆいレールは全駅で乗車口にホームドアが設置されており転落防止の措置が図られています。

ゆいレールを降りて駅と直結した通路を通り、今夜宿泊するダイワロイネット中国際通りにチェックインしました。エレベーターはやや狭く、一台ずつ乗る必要がありましたが部屋は 47 平米あり。室内での移動やベッドへの移乗にも問題なく安心しました。ホテルで荷物を下ろした後、夕食を食べに近くの国際通りに出かけました。ご存知の通り、国際通りは沖縄を代表する繁華街であり、ホテルやレストラン、土産物屋が集まっています。この日は特にレストランの予約はせず、通りの土産物屋を覗きながら行き当たりばったりで店を探しました。歩きながら気づいたこととしては意外と道路の舗装や段差の解消が十分ではなく、かなり気を使う必要がありました。また、建物も全体的に古いものが多く、ビルや店の入り口にも何気ない段差があるところが多く、名駅や栄周辺のようなバリアフリーからは少し遅れてるなと感じました。しばらく散策した後、国際通り屋台村という 20 件ぐらいの小さい店が集まったところに入りました。土曜日の七時過ぎで店内はかなり混雑していましたが、入り口近くにあった沖縄おでんのお店が、電動車椅子のため座席を六人分ぐらい占領してしまいましたが快く入れてくれました。体調も考えてお酒やオリオンビールくらいにして、

テレビチや沖縄豆腐の入った沖縄おでんやゴーヤチャンプルー、海ブドウなどの期待を超える美味しさでとりあえず沖縄グルメの第一弾は無事に攻略できました。夕食後は翌日に備えて早々にホテルに戻りベッドに車椅子を横付けしてスタッフ二名に持ち上げてもらい、ベッドへ移乗しました。ベッド上でお尻の褥瘡を確認しましたが、私皆合は飛行機の座席で圧がかかったらしくかなり赤くなっている状況でした。プロパトで処置し、ジェルクッションで保護しました。普段は一日中電動車椅子に乗っていても褥瘡になることはほとんどありませんでしたので環境が変わる影響は大きく十分注意しなければならないと気を引き締めました。歯磨きや尿廃棄のルーティンをこなして一日目は就寝しました。

二日目は少し早めの朝七時頃に起床し、排便確認や清拭などを看護師に実施してもらいました。朝食は前日に買っておいた軽食で済ませレストランなどは使いませんでした。十時頃にホテルをチェックアウトし、再び国際通りを散策し土産物屋を見てまわりました。当たり前ですが、土産物屋は店内が狭く商品を引っ掛けてしまうこともあり、神経を使いました。10 月の終わりでしたが、さすが沖縄で気温は 30℃近くあり、日差しも強かったですがいい風が吹いていて快適でした。

11 時頃に沖縄で介護事業所を運営され、全国頸損連の役員でもある宮野さんと合流しました。宮野さんからは、今回の沖縄旅行に先立ち、いろいろとアドバイスをいただいております。本日はランチをご一緒するお約束をしていました。この日は宮野さんおすすめの沖縄そばの名店を紹介していただき、沖縄名物のソーキそば、ソーキは豚バラの角煮、ジュシーという味ご飯のセットを味わうことができました。宮野さんからは、ご自身のタイやドイツなどの海外旅行での体験、特に飛行機に預けた電動車椅子が壊されて帰ってきたり、予約した飛行機に乗れなかった体験談を聞くことができ参考にはなりましたが、自分の身に起こった時を想像してぞっとしました。沖縄そばを一緒にランチをして記念写真を撮ってお別れしました。

宮野さんとお別れをした後、待ち合わせをしてい



たりフトタクシー業者と合流いたしました。業者とは、事前に電動車椅子の大きさを伝えて二台乗れることを繰り返し確認しておいたんですが、いざ乗ってみるとギリギリで乗り込めずにヒヤッとしました。微妙な調節を行ってなんとか乗車することができました。旅行先ですから、当然ながら名古屋市のタクシーチケットは使えず現金払いです。事前に大体の料金は確認しておく必要があります。沖縄市内を出発し。タクシーで北上して嘉手納にある道の駅へ向かいました。ここはアメリカ軍の嘉手納基地のすぐそばにあり、ビルの上に基地が見渡せる展望台がありました。当初はオスプレイが飛んでるかなと思って期待していましたが、この日は日曜日でアメリカ軍もお休みのようで大型の空中給油機が一機動いているのが見えただけでしたが、沖縄が基地の町、基地の島であることを実感しました。道の駅を出発してすぐ近くのラジェントホテル沖縄北谷に向かいました。リフトタクシーは一般のタクシーと同じような料金メーターを使っているようで、印象では名古屋の名古屋市内のリフトタクシーよりも割安に感じました。このホテルのお部屋も前日と同じくらい広く使用するに問題はなく、何よりもオーシャンビューで沖縄を実感する素敵な眺めでした。ホテルで荷物を下ろして、国際通りで、全員で買っておいかりゆしウエアに着替えました。かりゆしウエアはハワイのアルカシャツに似ていますが、沖縄の正装で夏場は沖縄の役所では皆が着ていることで有名です。外出して、ホテルから歩いて五分ぐらいにあるアメリカンビレッジに向かいました。ここは北谷の海岸線に建てられたリゾート施設で、ピンクやグリーンなどの色とりどりのビルにいろんなレジャー施設、レストラン、雑貨店、土産物屋が密集していました。特に近くにあるアメリカ軍基地のためか、たくさんの外人や観光客で結構なにぎわいで少しディズニーランドに似ていました。夕焼けの近づいた砂浜や沖縄の海を眺めながら散策しました。この日は事前に目星をつけておいた北谷ハーバーというビール醸造場を併設したアメリカンダイナーで夕食をとることにしました。店内からは海を望めて、店に入るとちょうどいい夕暮れ時で、まるでハワイに来たような

雰囲気の中でビールやピザ、ムール貝、ステーキで夕食を楽しみました。

最終日も七時頃に起床し、ルーティン作業を行いました。私、皆合の褥瘡は昨日から悪化しておらず、一安心出発しました。今日も軽食で朝食を済ませて出発しようとしたんですが、皆合の車椅子の充電ができてないことがわかりました。急いで充電して半分程度の充電を終えてホテルをチェックアウトしました。

この日もホテルの前で待ち合わせていた、前日と同じリフトタクシーと合流し再び那覇市内に戻り首里城に向かいました。首里城までは月曜日の朝で少し渋滞しましたが首里城の駐車場で下車しました。運転手さんは沖縄っぽい気さくな方で美味しいちんすこうの老舗のお店の話などをしていただいたり、守礼門の前で一緒に記念写真を撮ってもらいお別れしました。たまたま良いリフトタクシー業者が見つかったことは、今回の旅行が成功した大きな要因であったと思います。首里城は障害者と介助者は無料で入場できました。ご存知の通り。琉球王朝時代の王宮で那覇市内を一望できる小高い山の上に建っていて結構な勾配の坂を登ることになりました。首里城の頂上に立つ正殿は2019年に火災により消失した後、現在は再建工事中でした。建物は、巨大なプレハブの中で工事が行われており。プレハブ横にあるエレベーターで屋根のすぐそばから見学することができました。この時は棟上げが終わっておって終わっており、沖縄でしか取れない土で焼いた赤瓦を拭いている作業が行われました。間もなく完成する状況でした。プレハブの外周にも電動車椅子も通れる見学通路が作られており、ガラス越しに中の様子が見学できました。見晴らし台から気持ちの良い風に吹かれながら那覇市内や海を眺め、教えてもらっていた老舗のちんすこうを買って首里城を後にしました。沖縄は島でありそれほど高い山はありませんが先ほどの首里城のように、そこそこのアップダウンがあって道路の整備はあまり良いとは言えず電動車椅子の操作には結構疲れました。そろそろ昼食という時間になりましたが、電動車椅子二台が簡単に入るような店はなかなか見つからず、たまたま途

中で見つけたマクドナルドに入りました。皆合は坂道をガリガリ走ったためか、バッテリーの残量が半以下に減少しており、マックのコンセントを借りて充電しました。

昼食を終えて、次に近くのやちむん通りを散策しました。やちむんとは、焼き物の沖縄方言で琉球王朝から続く独特のデザインを描いた皿や壺、シーサーの置物が有名です。やちむん通りは琉球王朝時代から連綿と続く陶工たちが集められた通りで、昔は店の裏にある上り釜でやちむんを焼いていたそうです。私がたまたま入った店も、現在の当主は六台目の名家とのことで 30 センチぐらい、お皿が 50,000 円もしたので十センチぐらいの魚紋というやちむんの魚がデザインされた小皿を 4000 円でなんとか買いました。今では家でベッドからの見える位置に飾って眺めています。その後は国際通りに戻り再びお菓子や地酒などお土産を買いました。荷物も結構な量になったので、最寄りの郵便局に立ち寄りゆうパックで名古屋へ発送して身軽になりました。

当初の旅行日程を無事に終了して、余裕を持ってゆいレールで那覇空港へ戻りました。那覇空港では行きの経験があったため空港車椅子への移乗や電動車椅子の分解、引渡しも順調に終わりました。皆合の呼吸は慣れたといえ、かなり苦しみました。帰りも出発時間 45 分前ぐらいに搭乗が行われました。行きと同じように、座席の横からスタッフ二名が移乗してくれましたが、シートベルトによる固定を客室乗務員に当初は断られて困りました。行きの便では客室乗務員が黙って装着してくれたことから、ここでも社内マニュアルの整備が不十分で従業員の徹底が不足していると思いました。飛行機は 17 時 55 分定刻に離陸しました。帰路はエコノミーに空席がなかったため、全員プレミアム席であり、夕食夕方であったことからお弁当が出されました。しかもアルコールも飲み放題とのことでしたが、飲み過ぎると暴れる客のニュースも聞くことから、皆合もビール一本で止めておきました。定刻の 20 時頃に中部国際空港に到着し、行きと同じく最後に降りました。電動車椅子の組み立ても順調に終わり、山口さんのリクライニングに一部不具合が見つかったものとり

あえず帰宅することができました。飛行機から降りた時に車椅子に故障があった場合は、後日修理代金の請求ができる場合があるので空港を離れる前によく確認して発見した場合は、すぐにクレームカウンターに届ける必要があります。

その後は持ち合わせていたタクシーと合流して 21 時過ぎに緑区の自宅に戻り、順次解散。二泊三日の沖縄旅行は無事に収録することができました。以上のように、今回は事故もなく大変快適に旅することができた要因として河村代表をはじめ、リライフの全面協力のもと大塚さんや立川さんの事前準備や現場での適切な介助によるところが大であります。特に航空会社との事前相談から空港でのセッションまできめ細かく対応してくれたこと。また、リフトタクシーとの事前の念入りな打ち合わせにより当日は順調にスケジュールが達成することができました。また、今回は現地にお住まいの宮野さんに事前に相談に乗っていただきいろいろと有効なアドバイスをいただけたこと、さらにはネットでの観光協会や障害者支援のページなどから得られた情報も非常に助けられました。なお、これは旅の醍醐味が削がれるというご批判があるかもしれませんが最近ではユーチューブ動画で観光案内のコンテンツがたくさん出ており、空港やルイレール国際通りやアメリカンビレッジの様子を事前にある程度実感できていたことは、安心材料になったと思います。

# To be yourself

～自分らしくあるために～

テーマ：人権 2－障害当事者として考える－

日時 2025年12月13日(土) 13:30～15:00

会場 オンライン開催 (Zoom ミーティング)

全国頸髄損傷者連絡会では、「To be yourself」と題して頸髄損傷者が直面する様々な課題について、参加者でディスカッションを行い、情報提供や課題解決を目指しています！今回のテーマは「人権」の2回目です。障害当事者としてハラスメントにどう向き合っていくのか、組織や個人がそれぞれの立場で正しい理解と適切な対応を求められるだけではなく、障害の有無に関わらず、すべての人が互いに尊重し合う意識が求められています。障害者としての立場からも他者との関係性を見つめ直し、共生社会の一員としてふさわしい行動・言動を考える機会としたいと思います。

## プログラム

- 13:15 入室開始
- 13:30 あいさつ
- 13:35 テーマ「人権」

話題提供者

島田 令子氏

クオリティライフ株式会社 副社長

- 14:05 事例検討
- 15:00 終了

※終了時間は遅くなる場合もあります 自由に休憩しながらご参加下さい

To be yourself

↓参加申込はこちらから↓



主催： 全国頸髄損傷者連絡会

問合せ： 全国頸髄損傷者連絡会・本部 事務局

〒669-1323 兵庫県三田市あかしあ台5丁目32番地の1

ウッディ殿ビル 402-B

特定非営利活動法人ぼしぶる内

電話 079-555-6022

メール jaqoffice7@gmail.com

ホームページ <https://k-son.net/>

参加費

無料

頸髄損傷者連絡会

検索



## お役立ち！？

全国頸髄損傷者連絡会 鴨治 慎吾

最近、暑すぎませんか？梅雨は、どこにいったのでしょうか。

頸髄損傷者は、体温調整がうまくできない方が多いです。厳しすぎる夏がきそうです。その夏を乗り切るためのアイテムを集めてみました。皆で乗り切りましょう！

◎折りたためるコードレス扇風機  
(25cm FD03NG-WH)



DC タイプ

高さ調整 約 52～80 cm

入/切タイマー 最長 12 時間（1 時間ごと）

マグネット式リモコン付き



価格：14,990 円（税込）

<https://www.nitori-net.jp/ec/>

◎1 台 7 役の扇風機



1 台 7 役の多機能ファン、いつでもどこでも、涼しさを（傘取付、首掛け、腰掛け、卓上、車内、バックストラップ、手持ち）

静音設計。TYPE-C 充電。モバイルバッテリー機能付き。バッテリー6,800mAh。

縦 7.6 cm 横 6.9 cm 幅 4.5 cm 重さ 137g



価格：2,580 円（税込）

<https://www.amazon.co.jp/>

## 報道・情報ピックアップ

政治山 3/7(金) 11:14 配信

### [東京都港区]障害者の排泄予測支援機器購入費を給付

東京都港区（26 万 1600 人）は、障害者（児）日常生活用具給付事業として、新たに排泄予測支援機器を給付対象に加えた。利用者の下腹部に専用シートを装着すると膀胱内の状態を感知し、排尿のタイミングを把握して本人または介護者に通知する機器で、在宅の障害者（児）が安心して日常生活を送れるようになるのが目的。対象となるのは、学齢児以上の身体障害者手帳を所持する下肢・体幹・肢体不自由の障害 1～3 級程度と膀胱機能障害、学齢児以上の最重度または重度の知的障害者（児）など。9 万 9000 円を上限に排泄予測支援機器本体価格の 9 割（生活保護・住民税非課税世帯は 10 割）を給付する。また、機器使用で必要となるシートなど消耗品に対して 2 か月分で 3080 円を給付する。5 件分の予算を計上し、それ以上の申請があった場合は追加の財源措置を考えていく。

排泄予測支援機器は 2022 年から特定福祉用具として介護保険で利用可能だが、障害者（児）の日常生活用具への追加を求める陳情が 2023 年 6 月に区議会に提出されるなどしていた。日常生活用具給付事業に排泄予測支援機器を含めたのは全国初とみられ、同機器によって自立排泄が促され、障害者（児）の尊厳を守るとともに、介助者の負担軽減やおむつの使用枚数削減などにつながると効果が期待されている。

また区は、障害者（児）日常生活用具給付事業として、ストーマ装具の給付に関する基準額の上限を引き上げるとともに、電動機器による痰の吸引など医療的ケアが必要な人向けの災害用バッテリーを新たに給付対象とした。物価高騰によりストーマ装具代が上昇していることから上限を泌尿器系で月 1 万 5000 円、消化器系で月 1 万 3000 円に引き上げ、災害用バッテリーは災害時等の停電でも安心して過ごせるように 10 万円を上限に給付していく。

（月刊「ガバナンス」2024 年 8 月号・DATA BANK 2024）

福祉新聞 4/22(火) 16:00 配信

### 障害者の避難生活 障害関係団体連絡協議会が課題と解決策を公表

障害当事者団体を中心に 20 の全国団体からなる「障害関係団体連絡協議会」（障連協、阿部一彦会長）は、障害者の避難生活における困り事と解決策を整理した報告書とパンフレットをホームページで公表した。2022 年度から 3 年間行った研究事業を基に、24 年 1 月の能登半島地震の経験も踏まえてまとめたもので、ダウンロードして活用してほしいと呼び掛けている。

報告書は、避難所生活と自宅での避難生活における障害特性ごとの具体的な困り事と解決策を整理している。例えば、避難所生活では、知的障害児・者は早口で話されると不安な状態や多動が見られるため、家族などの安心できる人のサポートや個室の提供が必要とした。自宅での避難生活では、重症心身障害児・者が使用する人工呼吸器などの医療機器の電源確保が求められるとした。

また、行政の災害対策における当事者参加の課題と解決策も盛り込み、行政、専門職、住民代表、当事者団体による要援護者対策検討会を設け、実践的な避難訓練を行い、課題を抽出してその後の計画などに生かすことを提言している。

パンフレットは全 12 ページ。イラストを入れて困り事と解決策を分かりやすく説明し、障害に関する各種マーク（耳マーク、オストメイトなど）も紹介している。

障連協は「日ごろから地域で関わることで障害特性の理解を得ることになり、避難生活の環境向上につながる」としている。



## 事務局からのお知らせ

全国頸髄損傷者連絡会事務局

### ○全国代表者会議 2025（秋）開催報告

2025 年 9 月 7 日（日）に大阪市立青少年センター講義室 406 において全国代表者会議 2025（秋）が開催され、各支部の活動報告や今後の計画について議論が行われました。出席者は、会場参加 11 名、オンライン参加 12 名の計 23 名。13：30～16：30 での開催となりました。

東京での全国総会の実施報告では、6 月 7 日（土）と 8 日（日）に東京都中央区日本橋で開催された総会とシンポジウムについての総括が行われました。全国脊髄損傷者連合会との共催で「日本橋ライフサイエンスハブ」で行われた全国総会は、概ね成功裡に終えられたこと、懇親会も盛況であったことが報告されました。二日目の総会は、会場参加者が 8 名の少数参加であったことを受け、会員の会場参加を促す工夫が必要であるとの意見が出されました。事務局としても、この問題に真摯に取り組みたいと思います。

また、事務局からイベント、セミナー、シンポジウムの開催報告が行われ、7 月 20 日（日）にリファレンス大阪駅前第 4 ビル 2307AB 会議室で開催された「挑戦は終わらないー車椅子ユーザーとして切り拓く未来ー」講演会の様子が伝えられました。会場が満席となる参加人数となり、参加者数 89 名の内、車椅子ユーザーが 32 名であり、会員車椅子ユーザー 23 名、一般参加車椅子ユーザーは 9 名であったことが報告されました。全体数の中でも一般参加者が半数以上を占めていたこともあり、障害の違いや障害の有無を問わず、関心が高いテーマであったことが窺えました。全国頸髄損傷者連絡会が主催となって開催する久しぶりの対面式の講演会が、多数の来場者を迎え、成功裡に終えられたことで、今後もこのようなイベント開催を継続して行っていくことを代表者全員で確認しました。

来年度の総会開催地は兵庫県、春の全国代表者会議の開催地は神戸で行うことが決定、引き続き組織の活動の発展に向けた取り組みに努力することが各代表者に共有されました。

### ○全国代表者会議後に取り組む事項

- ・2025 年度の全国脊髄損傷者連合会との合同イベントを九州（大分・別府）で開催する。
- ・2026 年 3 月 29 日（日）に京都で女性障害者に対する複合差別の是正に関するシンポジウムを開催する。
- ・介護リフトの普及調査を実施するための実行委員会を立ち上げる。
- ・2026 年 3 月 1 日（日）に春の全国代表者会議を神戸で開催する準備を進める。

### ○機関誌『頸損』145 号発行遅延のお詫び

日頃より当会の活動に深いご理解とご支援を賜り、心より御礼申し上げます。このたび、会員の皆さまへお届けすべき機関誌の発行が大幅に遅延いたしましたこと、深くお詫び申し上げます。今回の遅れは、限られた人数で編集作業を担っている体制に加え、複数の編集委員が体調を崩したことにより、必要な作業が予定通りに進められなかったことが主な原因でございます。発行を心待ちにしてくださっている皆さまにご迷惑とご心配をおかけしましたことを、改めてお詫びいたします。今後は、少人数に過度な負担が集中しないよう編集体制を見直し、健康不調等の不測の事態が生じた場合でも作業を継続できる支援体制の整備や業務分担の再構築を進めてまいります。再発防止に向けて誠心誠意取り組み、より円滑な情報発信に努めてまいりますので、引き続きご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



## 支部ニュース

### 栃木頸髄損傷者連絡会

6 月に総会を予定しています。

役員として活動が可能な方は、何卒ご協力いただきたく、名乗りを上げてください。

皆様、健康に気をつけてお過ごしください。

### 東京頸髄損傷者連絡会

浅草の東京都立産業貿易センター台東館で4都県合同交流会を行いました。会場は3名、zoomが5名の参加。2025年の6月7～8日に、東京の日本橋ライフサイエンスハブにて、全国総会を開催。

### 愛知頸髄損傷者連絡会

今年度も対面での活動を計画。5月は犬山城下街の散策を企画しました。6月には年次総会をZoomと書面で実施いたします。7月はエアコンの効いた涼しい屋内でのランチ交流会を企画中です。

### 頸髄損傷者連絡会・岐阜

ここ数年発行できていなかった機関誌を2月に発行しました。

今年度の予定は決まっていますが、役員会と支部総会を開催し行事等を決めていく予定です。

### 京都頸髄損傷者連絡会

4月27日に恒例のバーベキュー交流会を開催し仲間や交流のある団体と親睦を深めました。

5月17日には定期総会を開催、2025年度の活動方針を決め新たな活動への一歩となりました。

### 大阪頸髄損傷者連絡会

4月は車椅子で桜を見る会、支部総会&交流会を行いました。5月はピアサポートを行う予定で、6月は10年以上ぶりにBBQイベントを開催します。7月はビアホール交流会を開催予定です！

### 兵庫頸髄損傷者連絡会

4月19日に、支部総会を会場(神戸市)とオンラインのハイブリッド形式で行いました。5月、関西頸損のつどいの事前調査。7月、兵庫支部と九州支部とのオンライン交流会を行います。

### 香川頸髄損傷者連絡会

4月6日に丸亀城前の建物でお花見を開催しました。

5月18日に総会と勉強会を開催予定です。7月27日には食事会を開催予定です。

### 愛媛頸髄損傷者連絡会

愛媛では毎月月末の火曜19時にZoom交流会を開催しています。愛媛会員の方々ご参加ください。食事会を企画中ですが、各自様々な活動をしているので日程調整が大変です。

### 徳島頸髄損傷者連絡会

3/1に新年会を夜の居酒屋で開催しました。(会員5+2人参加)段差あり凸凹の路面ありで難儀しましたが、酒良し肴良しで会話も弾み親睦深めました。次は6/1午後に例会を予定しています。

### 九州頸髄損傷者連絡会

7月12日大分県別府市のふれあい広場・サザンクロスにて、大分県アイサポート委員会主催の「アイサポフォーラム」を開催します。ご都合の合う方は是非大分県まで足をお運びください！

### 支部ニュース

全国頸髄損傷者連絡会、各支部からの近況報告や今後の予定を告知していきます。

# 全国頸損連絡会 & 関係団体 “年間予定”

(2025 年 6 月～2025 年 12 月)

事務局

[2025]

- |               |  |
|---------------|--|
| 6月7～8日(土～日)   | 第52回全国頸髄損傷者連絡会総会・東京大会(東京都日本橋)                                    |
| 6月24～26日(火～木) | JIL 総会(静岡県・アクトシティ浜松)   |
| 7月20日(日)      | 「挑戦は終わらないー車椅子ユーザーとして切り拓く未来ー」講演会<br>(リファレンス大阪駅前第4ビル2307AB 会議室23F) |
| 8月8～10日(金～日)  | 第39回リハ工学カンファレンス(東洋大学赤羽台キャンパス)                                    |
| 9月7日(日)       | 全国代表者会議(秋)(大阪市立青少年センター)  |
| 9月26～28日(金～日) | 第28回日本福祉のまちづくり学会全国大会<br>(公立小松大学中央キャンパス)                          |
| 10月4日(土)      | 第16回「To be yourself」人権1(オンライン)                                   |
| 10月6日(月)      | 省庁交渉2025(参議院会館・会議室)  |
| 10月8～10日(水～金) | 第52回HCR国際福祉機器展(東京ビッグサイト)   |
| 10月25日(土)     | 日本リハビリテーション工学協会関西支部・全国頸髄損傷者連絡会 連携セミナー(神戸市)                       |
| 11月9日(日)      | 四国頸損の集い2025(愛媛県四国中央市)  |
| 11月22日(土)     | 全国頸髄損傷者連絡会・全国脊髄損傷者連合会合同学習会<br>(大分県・亀の井ホテル別府2階大会議室)               |

※開催場所が決定していないイベントは、「場所未定」と記載しています。

※予定日時・場所は変更になる場合があります。対面開催からオンライン開催になる場合がございますのでご了承ください。

※全国機関誌『頸損』発行 4月・8月・12月(年3回)

※お問い合わせは該当各支部、本部事務局までお願いいたします。

## オンラインランチミーティングを開催しています！ 頸損の仲間と気軽に話す場です。参加してみませんか？

現在、全国頸髄損傷者連絡会では、オンライン(Web 会議ツール「Zoom」を使用)でランチミーティングを毎月第2土曜日 11:30～13:00 で開催しています。

○全国頸髄損傷者連絡会のホームページに開催の詳細情報が掲載されます。

○登録フォームからお申込みいただくと、当日参加するための URL が送られてきます。

詳しくは、全国頸髄損傷者連絡会ホームページをご覧ください。

<https://k-son.net/>

お問い合わせ：本部事務局 宮野 jaqoffice7@gmail.com

## 全国頸髄損傷者連絡会連絡先

(2025年6月現在)

## 全国頸髄損傷者連絡会・本部

〒669-1323 兵庫県三田市あかしあ台5丁目32-1 ウッディ殿ビル 402B 特定非営利活動法人ぼしぶる内

TEL: 079-555-6022 e-mail: [jaqoffice7@gmail.com](mailto:jaqoffice7@gmail.com) <https://k-son.net/>

【郵便振替】口座番号: 00110-0-62671 口座名義: 全国頸髄損傷者連絡会

※各支部、地区窓口連絡がつかない場合は本部にお問い合わせください。

※電話でのお問い合わせ等は、平日10時～17時の間にお願いいたします。

## 栃木頸髄損傷者連絡会

〒320-8508 栃木県宇都宮市若草1丁目10番6号 とちぎ福祉プラザ内(2F)

TEL&FAX: 028-623-0825 e-mail: [keison@plum.plala.or.jp](mailto:keison@plum.plala.or.jp) <http://www16.plala.or.jp/tochigi-keison/>

## 東京頸髄損傷者連絡会

〒177-0041 東京都練馬区石神井町7-1-2 伊藤マンション205(鴨治方)

TEL: 090-8567-5150 e-mail: [tokyokeisonn@gmail.com](mailto:tokyokeisonn@gmail.com) <http://www.normanet.ne.jp/~tkyksn/index.html>

## 神奈川地区窓口

〒228-0828 神奈川県相模原市麻溝台696-1 ライム106号室(星野方)

TEL&FAX: 042-777-5736 e-mail: [h-futosi@wa2.so-net.ne.jp](mailto:h-futosi@wa2.so-net.ne.jp)

## 静岡地区窓口

〒426-0016 静岡県藤枝市郡1-3-27 NPO 法人障害者生活支援センターおのころ島気付

TEL: 054-641-7001 FAX: 054-641-7181 e-mail: [matunosuke@cy.tnc.ne.jp](mailto:matunosuke@cy.tnc.ne.jp)

## 愛知頸髄損傷者連絡会

〒466-0035 愛知県名古屋市中区松風町2-28 ノーブル千賀1F AJU 自立生活情報センター内

TEL: 052-841-6677 FAX: 052-841-6622 e-mail: [kito@aju-cil.com](mailto:kito@aju-cil.com)

## 頸髄損傷者連絡会・岐阜

〒503-0006 岐阜県大垣市加賀野4-1-7 ソフトピアジャパン702 バーチャルメディア工房内

TEL&FAX: 0584-77-0533 e-mail: [kson\\_g@yahoo.co.jp](mailto:kson_g@yahoo.co.jp) <http://g-kson.net/>

## 京都頸髄損傷者連絡会

〒601-8441 京都府京都市南区西九条南田町4番地 九条住宅B棟313(村田方)

TEL: 090-8886-9377 e-mail: [keison@ev.moo.jp](mailto:keison@ev.moo.jp)

## 大阪頸髄損傷者連絡会

〒534-0027 大阪府大阪市都島区中野町3-4-21 ベルエキップ・オグラン1階 自立生活センターある内

TEL&FAX: 06-6355-0114 e-mail: [info@okeison.com](mailto:info@okeison.com) <http://okeison.com>

## 兵庫頸髄損傷者連絡会

〒669-1323 兵庫県三田市あかしあ台5丁目32番地の1 ウッディ殿ビル 402-B 特定非営利活動法人ぼしぶる内

TEL: 079-555-6229 FAX: 079-553-6401 e-Mail: [hkeison@yahoo.co.jp](mailto:hkeison@yahoo.co.jp) <http://hkeison.net/>

## 香川頸髄損傷者連絡会

〒768-0104 香川県三豊市山本町神田1223(長谷川方)

TEL: 0875-63-3281 e-Mail: [tsu-chan.h@shirt.ocn.ne.jp](mailto:tsu-chan.h@shirt.ocn.ne.jp)

## 愛媛頸髄損傷者連絡会

〒799-0433 愛媛県四国中央市豊岡町豊田336-2(山下方)

TEL: 0896-25-1290 e-mail: [ehimekeison@gmail.com](mailto:ehimekeison@gmail.com)

## 徳島頸髄損傷者連絡会

〒779-1402 徳島県阿南市桑野町岡ノ鼻28番地(江川方)

TEL: 0884-21-1604 e-mail: [awakeisons@gmail.com](mailto:awakeisons@gmail.com)

## 九州頸髄損傷者連絡会

〒874-0919 大分県別府市石垣東3丁目3番16号 別府J1階 NPO 法人自立支援センターおおい内

TEL: 0977-27-5508 FAX: 0977-24-4924 e-mail: [kkr@jp700.com](mailto:kkr@jp700.com)





【兵庫支部より】明石海峡大橋プロムナード ～世界第 2 位の吊り橋を体感！～明石海峡大橋プロムナードをご紹介します。全長 3,911m を誇る明石海峡大橋は、かつて世界一だった吊り橋。「橋の博物館」で構造を学び、プロムナードでは橋の真下を電動車椅子で散策する事が出来ます。ガラス張りの床から 47m 下の海を見下ろすスリル、海の風や磯の香りをを感じる貴重な体験をしてみませんか？

JR 舞子駅から駅前歩道橋を通り徒歩約 5 分で明石海峡大橋プロムナードに行くことができます。

## 編集部通信

### ●頸損者に役立つ情報、編集企画、また機関誌へのご意見を募集しております

編集部連絡先（担当：宮野） E-mail：[h-miyano@st.rim.or.jp](mailto:h-miyano@st.rim.or.jp)

全国頸損連絡会・本部事務局 E-mail：[jaqoffice7@gmail.com](mailto:jaqoffice7@gmail.com)

TEL：079-555-6022

### ●当会では、善意の活動支援寄付もお願いしております

郵便振替口座番号：00110-0-62671 口座名義：全国頸髄損傷者連絡会

### ■機関誌広告募集 年3回発行（4月・8月・12月）

機関誌「頸損」は、全国頸損会員（約500名）及び関係する方々に購読していただいています。当会では、広告掲載して活動支援をしていただける、福祉・医療機器業者の方を募集しております。当会HP <http://k-son.net/> をご参照いただき、是非、広告掲載をご検討いただけたら幸いです。

〔広告掲載要綱〕

◎料金：1 ページ・2 万円／半ページ・1 万円（※1 年以上継続契約の場合は半額割引）

◎問い合わせは上記の編集部連絡先、または本部事務局までお願いいたします。

## 編集後記

全国頸髄損傷者連絡会全国総会東京大会がようやく終わりました。今回は、全国脊髄損傷者連合会との合同大会で日本橋のライフサイエンスハブというところで行いました。懇親会会場が、なかなか見つからなかったり、宿泊先が高かったりして、いろいろなことに変化があった総会であったと思う。インバウンドの影響で、宿泊費が高騰し、参加費をあげざるを得なかったことや、もう少し楽しいイベントなどを行うことができなかった。今後、東京で全国総会を行う時は、もう少し楽しいイベントを入れて、皆さんと一緒に楽しめるような総会を行いたいと思う。今回関わって頂いた上智大学のボランティアの皆さん、受付やトランスファーの介助をいただいたボランティアの皆さん、誠にありがとうございました。また、何かありましたら、宜しく願いいたします。（S・K）



昭和四十六年八月七日第三種郵便物認可（毎月六回一・六の日発行）  
二〇二五年六月二十三日発行 S S K A 頸 損 増刊通巻第一一五三六号

編集人  
東京都練馬区石神井町  
七―一―二―二〇五  
全国頸髄損傷者連絡会

発行人  
東京都世田谷区祖師谷三―一―十七  
ヴェルドウーラ祖師谷一〇二号室  
障害者団体定期刊行物協会

## 全国頸髄損傷者連絡会

〒669-1323

兵庫県三田市あかしあ台 5 丁目 32 番地の 1

ウッドィ殿ビル 402-B 特定非営利活動法人ぼしぶる内

TEL : 079-555-6022 Email : jaqoffice7@gmail.com

頒価 250 円

無断転載・複製を禁じます