

2017 年 2 月 13 日発行

縦横夢人

2017 年 冬 15 号



2017 年 1 月 21 日 リハケア大会 シンポジストとして問題提起をする三戸呂会長

兵 庫 頸 髄 損 傷 者 連 絡 会

ホームページ: <http://hkeison.net/>

E-mail: hkeison@yahoo.co.jp

新年を迎えて

兵庫頸髄損傷者連絡会 会長 三戸呂克美

新年おめでとうございます 今年もともに大きく羽ばたきましょう

新しい年の始めは皆様にとっていかがだったでしょうか。私事ですが、毎年のことながら今年は飛躍の年にするぞー！と思いはするのですが、時間とともにその気持ちが薄れてしまうのです。こんな事が何年続いている事やら。（今年はやるぞー！）

さて、今年は兵庫頸損連絡会が発足して15年目になります。2000年に準備室が出来、2003年正式に頸損連絡会になりました。小さな事から一つ一つ積み重ねて今日まで来ました。今年も皆さんとともに楽しいイベントを企画し、自分自身が自信を持って成長できる計画を立ててつき進められる年に行きたいと思います。

兵庫頸損連絡会は会員の皆さん一人ひとりがリーダーになれる稀な団体です。しかし、ややもするとお任せ状態になる弱い面も持ち合わせています。会活動を活発にやればやるほど求心力が増し、多くの仲間を、支援者を引き寄せるそんな魅力ある兵庫頸損連絡会を今年もよろしくお願い申し上げます。

また、会員の皆様、ご家族の皆様、ご支援いただく皆様のご健康とご多幸を、そして会の発展をお祈り致します。

もくじ

特 集	『神戸おもてなしバリアフリーマップ』（島本卓、宮野、米田、T、山本）	2
会員報告	「ハワイ音楽活動」（宮野秀樹）	21
行事報告	「定例会」（宮野秀樹）	24
活動報告	「差別解消法学習会」（島本卓）	25
行事報告	「忘年会」（米田）	26
活動報告	「第18回兵庫県総合リハビリテーションケア研究大会」（三戸呂、米田）	27
連 載	「自立生活はじめました」（山本智章）	29
連 載	「白内障」（三戸呂）	30
行事のお知らせ		31
入会案内		34



今年もよろしくお願い申し上げます

特 集

神戸おもてなし バリアフリーマップ

三宮
エリア

元町
エリア

ハーバー
エリア

兵庫県の観光地と言えば、三宮・元町・神戸を思い浮かべると思います。グルメにつきましても美味しいお店が多くあります。以前、兵庫大会が開催された時にもバリアフリー調査を行いました。未開拓の場所があると思います。また、ここ数年の間に新しいお店ができているかもしれません。まだ知られていないお店が多くあると思います。今年の8月末には、第32回リハ工学カンファレンスが神戸で開催される予定となっております。そこで、今回の特集を「神戸おもてなしバリアフリーマップ」と題しまして兵庫の“観光地・グルメ”にスポットを当てました。頸損者にとって寒い季節は苦手です。そんな極寒のなかにも関わらず兵庫メンバーが観光スポットやグルメスポットを調査してきました。いろいろと面白いスポットを紹介しています。これからの縦横夢人にも兵庫の魅力としまして、今回のような特集を企画して掲載できればと思っています。

もし、兵庫県に訪れた際には是非この「神戸おもてなしバリアフリーマップ」を参考に観光を楽しんでいただければ幸いです。

(山本 智章)

お洒落とグルメ、満喫スポット

紹介者 島本 卓

JR 三ノ宮駅周辺 EV、トイレ

三ノ宮を楽しむために EV、多目的トイレの情報を紹介します。まず①JR 三ノ宮駅です。

●島本使用電動車椅子 幅 70 cm×長さ 120 cm×高さ 140 cm



JR 三ノ宮駅 多目的トイレ 入り口幅 85 センチ



JR 三ノ宮駅 EV 入り口幅 90 センチ

②ポートライナー三宮駅を紹介します。JR 三宮駅中央改札を出て、タクシー乗り場のところに EV があります。入り口幅 90 センチあり、入りやすいですが通り抜けタイプではありません。次にバス乗り場にも EV があります。この EV は地下からも利用ができ、阪神電車がポートライナーへの移動に使いやすいです。入り口幅 90 センチあり、通り抜けタイプで使いやすい。雨天時の利用時は雨に当たるので、タクシー乗り場 EV をおすすめします。



タクシー乗り場 EV



バス乗り場 EV

③地下鉄三宮駅に、地上から行ける EV を紹介します。JR 三ノ宮駅中央改札を出て北に行けば

EV があります。入り口幅 90 センチ、通り抜けができて使いやすい。EV 内にも設置されているモニターで確認ができます。



地下鉄三宮駅 EV

④阪急神戸三宮東口の EV を紹介します。とてもわかりにくい場所に設置されています。入り口幅 80 センチと狭く、通り抜けタイプではありません。



阪急神戸三宮東口 EV

昼グルメ

まず、三ノ宮に来たら食べに行っておほしい、お店を紹介します。神戸に来たら「南京町」のイメージがあるのではないのでしょうか。確かに沢山の店があり、選び放題。どのお店で食べようと、考えてしまうほど。皆さんに是非、食べに行ってもらいたいお店が「中華料理雲井亭」です。JR 三ノ宮駅から車椅子で7分、ダイエー1F北側にある。安くて美味しいだけでなく、ボリューム満点。入り口 90 センチを入れば、円卓と雰囲気食欲が

湧いてきます。ちなみに私は「唐揚げ定食」を注文します。唐揚げにコショーマヨネーズをつけると、美味さがアップします。



中華料理雲井亭



円卓と雰囲気大好きです



唐揚げ定食 780 円

餃子もめちゃくちゃ美味しかったです。

つづいて「磯丸水産 三宮駅前店」です。新鮮な魚がリーズナブルな値段で食べられます。入り口は両開きで 160 センチは余裕であり、店内のスロープ幅 85 センチと入りやすいお店です。事前連絡で対応。



磯丸水産の店長と 2 ショット



旬の刺身 6 点盛り



島寿司

店内には水槽もあり、いつでも新鮮なお魚が食べられるのが魅力です。刺身の鮮度も最高です。めちゃくちゃ美味しいので、是非食べに行ってください。

ポータライナーEV、トイレ

三宮からポータライナーに乗って、楽しいスポットに案内します。まずポータライナー三宮駅の多目的トイレからです。入り口幅が 90 センチ、トイレ内は狭く、私の電動で何回も切り返しが必要です。



ポータライナー三宮駅 改札中 多目的トイレ

ポータライナー改札中の EV を使って、ホームに上がります。入り口幅 85 センチもあり、EV 内も広くて使いやすいです。通り抜けタイプじゃないのが、とても残念です。

※ポータライナーは無人運転で、移動する際の景色がとても綺麗です。



改札内 EV

京コンピューター前駅のEV入り口幅90センチもあり、通り抜けタイプで使いやすいです。改札内の多目的トイレは「これぞ完璧」だと言えるぐらいです。入り口幅が90センチもあり、広くて配置がいい作りです。



京コンピューター前駅 改札内EV



京コンピューター前駅 多目的トイレ

おすすめスポット

京コンピューター前駅にある人気スポットといえば「神戸どうぶつ王国」です。全天候型対応施設で、花と人と動物のふれあい共生パークです。

沢山の動物とふれあいながら楽しい時間を過ごせます。障害者割引（介助者1名）もあり、1100円で入場することができます。車椅子でも見学しやすい施設内になっており、福祉車両の駐車スペースもあります。そして、施設内の多目的トイレは4ヶ所もあります。しかし、入り口幅は85センチありますが、トイレ内は狭く利用しづらくなっています。



レッサーパンダ



メンフクロウ



和の多目的トイレ風

珍しい動物がいますので、是非行ってみてください。

「収穫祭 三宮店」

紹介者 宮野 秀樹

私が三宮で紹介するのは、JR 三宮駅前のそごう南側、ロフト東側にある三宮ビル南館の地下1階にあるダイニングバー「収穫祭・三宮店」です。店内は雰囲気よく広々としていて、電動車椅子でも十分動けます。というより、入ったらすぐにわかる「女性が好むオシャレ感」。電動車椅子のオッサンがいることの違和感がハンパなかったです(笑) ここでのオススメは「パスタランチ」。1058円(税込)でメインのパスタに加えて、スープ・サラダ・惣菜・パン・ライス・デザートが食べ放題のおかわり自由です。からコスパ最高! 女子受けすること間違いナシ! パスタはいい感じのアルデンテで、パンは自家製パンで毎日焼いているそうです(行った日も7種類ほどの焼きたてパンがありました)。サラダや惣菜に使用している野菜にもこだわりがあり、三田産の野菜が使われています。とにかくお腹いっぱいになること間違いナシです。週替りの平日限定サービスパスタランチが上記のオススメになりますが、土日祝日もパスタランチはあります(約1200円)。

お店は宴会や結婚式の二次会などに利用可能ということです。レイアウト次第ではかなりの台数の車椅子が入ることが可能。ただし、店内トイレが車椅子では不可。同フロアに車椅子用トイレがあり、そちらで対応できます。駅から近いこともあり、利用しやすいお店ではないでしょうか。

店名: 収穫祭 三宮店 URL: <http://www.shukakusai.jp/>

住所: 兵庫県神戸市中央区御幸通7-1-16 三宮ビル南館 BF1 電話番号: 050-3459-2954

定休日: 無休

営業時間: ランチ 11:00~15:00 (L.O. 14:30)

ディナー 17:00~23:00 (L.O. 21:45)

最寄駅: JR 三ノ宮駅 中央口徒歩3分

阪急神戸本線 三宮駅 東口徒歩3分

阪神本線 三宮駅 徒歩3分

※駐車場はありません



↑ 重厚な扉がありますが、
店員が開けてくれます



← パスタランチの内容
どれも美味しい!

ディープな神戸の元町高架下

紹介者 島本 卓

スポット

今回、元町高架下（以下 モトコー）のオススメのお店を紹介します。

お宝を探すならモトコーですね。驚くようなレア物が見つかるかもしれません。多くのテレビ番組でも取り上げられています。モトコーは、①番から⑦番まである。数字が増えるごとに店が濃くなっていくのも特徴です。

③番にコンバース好きには堪らない「コンバースの聖地」があります。全てのカラーがあると言い切っても良い位の商品の品揃え。ヴィンテージ物からレア物まで揃っており、見たことの無いデザインと沢山出会える。約 5000 足もあります。



店内の写真



これぞ、モトコー



柿本商店

EV、トイレ

モトコーをはじめ、元町を楽しむのなら EV、多目的トイレの情報は重要です。私が元町を散策をして、利用しやすいと思った、設置場所を紹介します。まず阪神元町駅の EV は通り抜けタイプ。多目的トイレは、入口の幅、トイレ内のスペースも使いやすかったです。私の電動車椅子より大きいサイズは難しいかもしれません。●島本使用電動車椅子 幅 70 cm×長さ 120 cm×高さ 140 cm



阪神元町駅 多目的トイレ 入り口幅 90 センチ



阪神元町駅 地上 EV 幅 90 センチ

続いて JR 元町駅の EV、多目的トイレは、入り口幅は通りやすく、トイレ内のスペースで私の電動車椅子で回転することができました。



JR 元町駅 西口 スロープ



JR 元町駅 EV 入り口幅 90 センチ



JR 元町駅 多目的トイレ 入り口幅 90 センチ

※JR 元町駅の改札西、東の 2 ヶ所で、多目的トイレは両改札にあります。EV については、西側しかありません。

グルメ

モトコーに行った帰りには「鉄板肉酒場 二代目亀田精肉店」がオススメです。入り口も 140 センチもあり、店内へは余裕で入れます。

食事スペースも事前に連絡しておけば対応いただけます。大衆居酒屋を連想させる店内で、ワイワイ、ガヤガヤと厳選のお肉を食べ放題。おすすめは、鹿児島産黒毛和牛はじめ、厳選のお肉を好きなだけ食べ放題で楽しめます。ランチもやっています。是非、行ってください。



大判リブローズのリッチ炙り

「元祖ぎょうざ苑」

紹介者 宮野 秀樹

私が元町で紹介するのは、神戸南京町にある餃子のお店「元祖ぎょうざ苑」です。昔から有名店で頸損になる前から食べていましたが、ありがたいことに電動車椅子でも行けるお店として、元町に用事があれば結構な頻度で行っています。それくらい美味しい！神戸の餃子と言えば「味噌だれ」。知らない人も多いと思いますが、神戸では大体のお店に当たり前のように味噌だれが置いてあります。そのまま使用するもよし。醤油を混ぜたり酢を混ぜたりすりおろしニンニクを混ぜるもよしと、好みのたれを作って食べるんですね。考えただけでもヨダレが出ます。餃子は何種類（水餃子、揚げ餃子）かありますが、やっぱり焼き餃子がオススメ。外はパリッとしているのですが噛めばモチリとした食感の皮で、中の餡もニンニクが入っていないのであっさりしていて何個でも食べられる！という感じ。かといって旨味もしっかりあるので不思議だと思ったら、なんと隠し味に神戸牛や天日塩が使われてあるらしい。

お店はハッキリ言って狭いです。でも、どんなに混んでいても嫌な顔をせず、愛想よく対応してくれます。一番広いテーブルを車椅子用に用意してくれて、大げさに対応するのではなくあくまでも普通に接してくれる。行けば必ずリピーターになりますよ。11:45 からオープンするのですが、30 分前には並んでおいた方がベスト。タイミングが悪ければ長蛇の行列になっています。店内にトイレはナシ。南京町中央広場近くにある「臥龍殿」という市民トイレの女性用側に車椅子用トイレがあります。とにかく私の説明より、直接行って食べてみないとこの味はわからない！

店名：元祖ぎょうざ苑 URL：<http://www.ganso-gyozaen.co.jp/>

住所：兵庫県神戸市中央区栄町通 2-8-11 電話番号：078-331-4096

定休日：無休

営業時間：11:45～15:00（L.O.）、17:00～20:30（L.O.）、ランチ営業、日曜営業

最寄駅：JR 東海道本線または阪神本線「元町」駅より、徒歩 5 分



←味噌だれと餃子 2 人前
ペロッといけます(笑)

「丸玉食堂」

紹介者 宮野 秀樹

私が元町で“紹介したい”のは、JR 元町駅すぐ近くにある台湾料理のお店「丸玉食堂」です。いや～懐かしい！ただただ懐かしい！私の青春の味がここにある！24 年前、私が警察官をしていたとき、元町駅派出所（現在はない）の隣にあったのがこの丸玉食堂。派出所の隣なんだから当然昼食も夕食もここで食べていました。若い頃の私が「豚足」を初めて知ったのがこの店だったと思います。先輩に連れられて真っ昼間から飲んでたな～（当然プライベートですよ）。ビールと豚足しか食べさせてもらえず、しこたま飲んだ後に最後のシメで「ローメン」を食べる。これが王道パターン（笑）とにかくローメンが旨いんですよ！卵とじあんかけ麺とでもいうのでしょうか（当時は汁なしそばって呼んでいました）、沖縄そばのような平打ち麺に野菜たっぷりの卵とじあんかけがドッサリかかった、薄味なんだけどなんとも言えない“優しさ”を感じる simple is best！な一品なのです。間違いなく飲んだ後の胃袋に最適な食べ物だと言えます。丸玉食堂は他にもメニューはたくさんあるのですが、私が勧められるのはビールと豚足とローメンだけ（笑）昔、ギトギトの油で真っ黒な、とても体に悪そうな（※個人の感想です）酢豚があり、これが超絶旨かったのですが、今は普通の色になっていてちょっぴり切ないのでよかったら食べてください（めちゃくちゃ旨いですよ！誤解のないように。）

店内は狭く、入り口のテーブルにかろうじて電動車椅子が収まります。店員はとても親切に対応してくれます。トイレはありません。JR 元町駅の車椅子用トイレが近いので使用できます。現在のバリアフリー感とは一線を画しますが、誰をも受け入れる人と味はあまり紹介したくないほどオススメです！

店名：丸玉食堂

住所：兵庫県神戸市中央区元町高架通 1-124 電話番号：078-331-5385

定休日：毎週月曜日 ※2 月～11 月は月一度、月・火連休

営業時間：11:00～20:50 お店のお昼休憩が無い、ランチ営業、日曜営業

最寄駅：JR 元町駅下 阪神元町駅すぐ



ゴーフルでお馴染みの店 「神戸風月堂」

紹介者 米田 進一

神戸のお土産として“ゴーフル”を購入されるお客が多い神戸風月堂。アクセスも JR 元町駅から徒歩5分と近いです。神戸元町商店街内に本店とミュージアムが点在しています。定番のゴーフルを始め、焼き菓子やケーキ、ギフトなどお洒落に陳列されており、店内でシェフがオーダーを受けてから作っている商品もあり、甘〜い香りが程良く感じられます。ティーサロンで出来立てを頂け、2F では食事が出来たり、店外でも商品も販売されています。西隣にミュージアムがあり、店内に入ると神戸風月堂初代社長の吉川市三の木彫やゴーフルが誕生した歴史を写真や展示物、金型用の焼き印として神戸の観光名所をモデルにしたイラスト、2008 年に姫路市で開催された全国菓子大博覧会で農林水産大臣賞を受賞されており、見学することで“神戸風月堂”についての更なる歴史を学ぶことも出来ます。本店、ミュージアムともにバリアフリーなので問題なく入ることが出来ます。神戸の定番のお土産として今も親しまれています。

店名	神戸風月堂 元町本店
ジャンル	洋菓子（その他）、和菓子、洋食、多目的ホール
TEL・予約	元町本店 078-321-5598 予約可
住所	兵庫県神戸市中央区元町通 3-3-10
営業時間	10:00～19:00 [喫茶店]11:00～18:30 (L.O. 18:00) 11:30～14:00 はランチタイム
定休日	菓子販売：元旦のみ 喫茶店：月曜 レストラン：火曜 ミュージアム：水曜



JR 元町駅からアクセスマップ



神戸風月堂 元町本店



神戸のお土産 ゴーフルと神戸ぶっせ



昭和43年頃のゴーフル手焼き金型

バウムクーヘンのお店 ユーハイム神戸元町本店

紹介者 米田 進一

ユーハイムと言えばドイツのお菓子であるバウムクーヘンが有名です。元町商店街内に本店があります。店内に入るとショーケース内に美味しそうな洋菓子が横一面に並んでいて、バウムクーヘンは勿論のこと、本店オリジナルの「アッフェルバウム」という“ふじりんご”が入った代物や「マイスターの手焼きバウム」「神戸牛のミートパイ」など、一際目に付く商品も販売しています。カフェ&レストランでもあるので、B1F にティーサロン、2F にも販売兼食事も出来ます。トイレは車椅子では狭いです。ランチにはライスまたはパンが選べます。神戸牛を使用したハンバーグは歯応えも良くデミグラスソースに合い美味しいです。ビーフシチューも時間を掛けて煮込んであり柔らかなお肉を味わえます。アクセスですが、JR元町駅から徒歩約5分位で近いです。お土産を購入目的としてもよいお店だと思います。

店名	ユーハイム 神戸元町本店
ジャンル	カフェ&レストラン
TEL・予約	078-333-6868
住所	兵庫県神戸市中央区元町通 1-4-13
営業時間	ショップ、ティーサロン 10:00～20:00 レストラン平日 11:00～15:30 (LO 14:30) 土日祝 11:00～18:00 (LO 17:00)
定休日	水曜日



JR 元町駅からのアクセスマップ



ふじりんごが入ったアッフェルバウム



本格スイーツ店 「パティスリー グレゴリー・コレ 神戸元町本店」

紹介者 米田 進一

阪神淡路大震災から3年後「神戸のまちの復興のために」と題し、神戸・元町商店街3丁目にパティスリーが誕生した事で有名な「パティスリー グレゴリー・コレ 神戸元町本店」。フランス人シェフ・パティシエとして迎えられたグレゴリー・コレ氏が作り出すスイーツはたちまち評判を呼び、こちらではケーキの他にクッキーやフィナンシェなどの焼き菓子やショコラ、アイスクリームも供されており、種類も豊富でどれも美味です。詰め合わせセットはお土産用にとっても重宝しています。店内はバリアフリーなので車椅子でも問題なく入れ、お洒落でセンスがあり、ランチも提供しています。トイレは狭いため車椅子は使用できません。玄關口に近づくと店員さんが扉の開閉をしてくれる気遣いも嬉しいですね。

店名	パティスリー グレゴリー・コレ 神戸元町本店
ジャンル	カフェ、ケーキ、フレンチ
TEL・予約	078-326-7511 予約可
住所	兵庫県神戸市中央区元町通 3-4-7
営業時間	10:30～19:30 (L.O. 19:00) ＜ランチタイム＞[平日]11:30～14:00 [土・日・祝]11:30～15:00
定休日	水曜(※水曜が祝日の場合は営業)
予算	ランチ約1,000円～1,999円、ディナー約～1,000円



JR 元町駅からのアクセスマップ



パティスリーグレゴリー・コレ 神戸元町店



美味しそうなケーキが並んでいます



コレ氏が手がけた洋菓子

140 年以上の歴史を誇る元町商店街の魅力

紹介者 米田 進一

元町商店街の歴史はとても古く、明治7年（1874年）に「元町通」と改称され、東西に1.2kmにも及ぶアーケード商店街として今も尚、多くの人々に親しまれています。ジャンルは様々で飲食店や美術品店、装飾店、靴やバッグのお店など、戦後に復興した昔ながらの店舗が多く、外国人居留地が整備されハイカラな情景が港町らしく残っています。神戸大丸前の東玄関口にはステンドグラスで覆われた幻想的な輝きが見られます。食店は和洋中が中心で神戸ビーフが食べられる店や、元町ケーキなど地元の名物も購入できます。昨年に神戸開港150年を記念し「みなと港」をテーマに明治から平成までその歴史を振り返る『アーカイブ写真展』を催し、毎月第3水曜日に兵庫県産の食材を販売、“夜市”といった年間通じて様々なイベントも行っているそうです。洋風なデザインや、古風な情緒溢れる歴史的な建物も元町ならではの特徴ともいえます。トイレは4丁目の「こうべまちづくり会館」内に設置されていますが、大きな車椅子では入れないと思います。移動しながら文化も学べ、楽しい時間を過ごせますよ。

名称	元町商店街（1番街、3丁目～6丁目）
TEL	TEL/FAX (078) 391-0831
住所	〒650-0022 神戸市中央区元町通3丁目13-1
アクセス	JR 元町駅西口から徒歩5分
営業時間	店舗により異なる
定休日	神戸元町商店街連合会に準ずる



JR 元町駅からのルートマップ



商店街アーケード



神戸風月堂ミュージアム



こうべまちづくり会館

「エッグスンシングス 神戸ハーバーランド店」

紹介者 宮野 秀樹

私が神戸ハーバーランドで紹介するのは、MOSAIC の 2 階にあるハワイアンパンケーキのお店「エッグスンシングス」です。ハワイで有名なこのお店が日本に進出し、関東を皮切りに関西まで店舗を拡大。神戸ではハーバーランドにオープンしてくれたワケです。お店は MOSAIC の 2 階の海に面したところにあるのですぐにわかります。外観からしてハワイアン！店内が明るくすごくいい感じ！テラス席もあるため、夏の朝なんて停泊する船を見ながら朝食を！なんて気持ちがいいことができそうです。コンセプトが“All Day Breakfast”らしく、ブレックファーストメニューを朝昼晩提供してくれます。オジサン頸損だけど、ハワイでも沖縄でもパンケーキを食しているためそこは手慣れたもの、お店の一番人気と店員のオススメ、パンケーキの大きさを慎重に確認してオーダー。“ホイップクリームとフルーツが沢山のったパンケーキ”の中から「ストロベリー、ホイップクリームとマカダミアナッツ（1080 円：税別）」をチョイスしました…が「聞いてないよ〜」っていうくらい“どい〜ん”と塔のようにそびえ立ったホイップクリームにパンケーキが敷いてある（こういう表現になると思います）食べ物が運ばれてきました。3 種類のシロップ（メイプル、ココナッツミルク、グアバ）から好みのものをかけていただきます。オジサンはグアバがいい感じ！コナコーヒーも good！でも、ホイップクリームは 4 口で撃沈（笑）すごく美味しいけど、一人で一品は危険です（笑）

店内は広く、電動車椅子でもゆったりと席に着けます。入り口も店内も段差ナシ。店内にトイレはありませんが、同フロアに車椅子用トイレがありますのでそちらで対応できます。女子受け間違いナシ！のパンケーキ。港町神戸で一度ご賞味あれ！

店名：エッグスンシングス 神戸ハーバーランド店 URL：<https://www.eggsthingsjapan.com/>

住所：兵庫県神戸市中央区東川崎町 1-6-1 umie MOSAIC 2F 電話番号：078-351-2661

定休日：無休

営業時間：9:00～22:00(L.O. 21:30) ランチ営業、日曜営業

最寄駅：JR「神戸」駅 中央改札口より徒歩約 5 分 地下鉄「ハーバーランド」駅より徒歩約 5 分
「高速神戸」駅 東改札口より徒歩約 10 分



↑ ハワイアンな感じ！が
似合っていないですけどー



ハーバーランド・モザイクのお薦めの店

紹介者 T. Y

外出時、外での食事は楽しみの一つです。でも車椅子で入店できるかどうか分からないので、とりあえず無難なフードコートやファストフードで済ませてしまいがちです。もっといろいろな店を開拓したいなと思い、最近に掲載店のランチメニューが 500 円で食べられる冊子「ランチパスポート」を利用しています。段差等で車椅子では利用できない店もありますが、「こんなに美味しい店があったとは」と新しい発見もあったりするので店の探索を楽しみながら活用しています。

今回はハーバーランド周辺のバリアフリーで入られる店の紹介というテーマを頂いたので、モザイクにある「トニーローマ」と「サニーブレス」を紹介します。

モザイク 3 階の「トニーローマ」はアメリカ発祥のリブ肉(骨付き豚肉)の専門店で、骨付きリブ以外にもステーキやハンバーガー、シーフード、サラダ等も楽しめます。アメリカ料理だけあってボリュームもあります。数年前に映画館の跡地に新しくできたこの店は、店内のスペースも広くとってあり車椅子でも利用しやすいです。

料理ももちろん美味しいですが、この店で一番のおすすめポイントは窓から見える神戸港の景色です。個人的にはモザイクで一番眺めの良い店だと思います。店の北側と東側がガラス窓になっていて、港を発着する遊覧船やポートタワーを間近に見ながら食事を楽しむことができます。日によっては大型客船を見ることもできます。まだ日中しか利用したことがありませんが、夜の神戸港の夜景もきれいだと思います。

年度もう一つのおすすめの店、モザイク 1 階の「サニーブレス」はタコスやブリトーなど本場のネイティブアメリカン料理が楽しめるカフェです。店内はネイティブミュージックがかかり、調度品も現地のものを使用しているのでまるで現地にきたかのようです(残念ながら店内の撮影は NG)。この店でトルティーヤに野菜やチーズなどの具材を巻いたブリトーを食べたことがありますが、具沢山でサルサソースの辛みがクセになるお薦めの一品です。まだ食べたことはありませんがパンケーキなどスイーツメニューもあるそうです。

今回はモザイクの 2 店舗を紹介しましたが、ハーバーランド内に車椅子で利用できる店は他にも沢山あるので、いろいろな店を利用してみてお気に入りの店を見つけてみてはどうでしょうか？



店舗情報

トニーローマ 078-366-6601 営業時間 (11:00~23:00)

サニーブレス 078-360-3678 営業時間 (11:00~21:30)

ハーバーランドでスペアリブを食べるなら「トニーローマ TONY ROMAS」

紹介者 米田 進一

神戸へ遊びに出掛けた時はハーバーランドでよく食事する事が多々ありますが、ちょっと奮発してお肉を食べたい時に利用するのが、umie モザイク北棟の 3F にある「トニーローマ TONY ROMA'S」というスペアリブが食べられるお店です。アクセスも良く JR 神戸駅から徒歩 15 分程で、歩道橋を利用しプロメナ建物内（2F）を通り抜け、モザイクまでバリアフリーなので問題なく行くことができます。元々海外にもあるお店ということもあり、客層も外国人が多く見られます。店舗の場所も海に近くテラス席もありますので、景色も堪能しながら食事ができます。店内も広く大きい電動車椅子が数台入っても余裕があります。料理ですが、どちらかというと外国人向けの感じなので量も多く、日本人には充分過ぎる位で結構満腹になります。お肉だけではなくケーキも頂けるので、景色の良いお店でお食事するのもたまにはいかがでしょうか。

店名	トニーローマ 神戸ハーバーランド店 (TONY ROMAS)
ジャンル	ステーキ・アメリカ料理・ケーキ
TEL・予約	078-366-6601 予約可
住所	兵庫県神戸市中央区東川崎町 1-6-1 umie MOSAIC 3F
営業時間	11:00～23:00
定休日	不定休(神戸ハーバーランド umie モザイクに準ずる)
予算	ランチ約 1000 円～、ディナー約 2500 円～



JR 神戸駅からのルートマップ



リブ&グリルサーモンのランチセット



広々とした店内

煉瓦倉庫でお馴染みのパスタ店

「オールド スパゲティ ファクトリー」

紹介者 米田 進一

神戸の煉瓦倉庫でパスタと言えば「オールド スパゲティ ファクトリー」が定番です。地元ではまあまあ知られている所ではないでしょうか。煉瓦倉庫は築 100 年以上前に造られた物で、外観はレトロな異国情緒漂う、港町神戸らしくお洒落に改造されていて、店内はアメリカンチックな落ち着いた感じで、私が訪問した時期がクリスマス前という事もあり、多くのお客がこのパスタを楽しんでいました。アクセスも神戸駅から 15 分程で着きます。料理ですがパスタをはじめ、ピザやサラダの他、バイキングなどパーティーや女子会、デートの利用としても人気があります。ランチにパン食べ放題のサービスもありました。店内にはトイレがなく、一旦店外に出てすぐの場所にあり、大きい車椅子でも問題なく入れます。神戸に出掛けた際は、煉瓦倉庫に行って食事にパスタを頂くのも良いかもしれません。

店名	オールド スパゲティ ファクトリー
ジャンル	パスタ ピザ バイキング
TEL・予約	078-360-3911 予約可
住所	兵庫県神戸市中央区東川崎町 1-5-5 煉瓦倉庫レストラン
営業時間	月～金 11:00～15:00、17:00～22:00 土日祝 11:00～23:00
定休日	不定休



JR 神戸駅からのアクセスマップ



煉瓦倉庫入り口看板



アメリカンチックな店内



ランチでパスタとパンを堪能

異国情緒漂わせる煉瓦倉庫周辺を歩く

紹介者 米田 進一

煉瓦倉庫は 1890 年代後半に建造され、神戸港に次々と到着した貨物の倉庫として使用されているそうです。1992 年（平成 4 年）ハーバーランド完成に合わせて旧神戸港信号所から煉瓦倉庫レストラン街横の船着場まで海沿いに板張りのハーバーウォーク（ボードウォーク）が整備され、倉庫建物は夜間ライトアップされるようになり、港の雰囲気盛り上げていて、現在はデザイン文具・家具のショップやレストラン、ライブ会場等の営業もしており、隠れ家的な老若男女問わず人気の観光名所になっています。煉瓦倉庫までのアクセスですが、徒歩約 15 分位で着きますが、雨の場合は場所的に離れているため濡れてしまいます。トイレですが大きい車椅子でも入ることができます。周辺にはイベント広場の「はねっこ広場」があり、その中央に架かる通称「はねっこ橋」という歩行者専用の「平行四辺形式跳開橋」となっています。平成 2 年(1990)に架けられたはね橋で、水陸両用観光船のハーバーランドへの乗り入れを機に、約 12 年ぶりに定期的に開閉するようになりました。周囲に石畳の階段状ベンチが設置されています。夜には橋に取り付けられた 1700 球のイルミネーションが灯り、ロマンチックな雰囲気に。磯の香りを漂わせ見るだけでも楽しめると思うので、お立ち寄りの際は行ってみてはいかがでしょうか。

TEL 078-360-3639 （神戸ハーバーランド総合インフォメーション）
 住所 兵庫県神戸市中央区東川崎町 1-5-5 煉瓦倉庫
 E-Mail mailofinquiry@harborland.co.jp
 営業時間 AM10:00～19:00
 定休日 不定休



JR 神戸駅からのアクセスマップ



煉瓦倉庫の外観



はねっこ橋



ハーバーウォーク

会員報告

Hawaii 音楽活動報告

宮野 秀樹

去る 2016 年 11 月 30 日 (水) ～12 月 5 日 (月) の日程でハワイのオアフ島に行ってきました。ちょっと変わった経緯でのハワイへの旅でしたので報告しておきたいと思います。

実は昨年ハワイへは今回を含めて 2 回行っています。1 回目は初ハワイであり、完全なプライベートでした。なぜ 1 年に 2 回もハワイへ行ったのか？考えてみると贅沢な話ですよ。2 回目に行ったハワイへの旅は明確な目的がありました。以前から交流があり公私ともに親交を深めている沖縄の三線奏者・我如古盛健さん（通称：ケンさん）から、障害のある仲間たちが「音楽が好き!!」という 1 つの想いで集まっているバンド「ケントミファミリー」を引き連れて、音楽活動をハワイで行うから一緒に来ませんか？と誘いを受けたのがきっかけでした。これまで音楽活動らしい活動はやっていなかった私ですが、昨年、所属する法人のスタッフと音楽ユニットを組み、ケンさんが主催する音楽祭「愛音楽（アネラ）音楽祭」に出場し、見事アネラ賞（大賞）を受賞したことで調子に乗ってしまいました。音楽活動に色気が出てきてしまい、ハワイのどのような場所で音楽活動を展開するのか興味を持ってしまったため、ケントミファミリーに帯同することに決めたというワケです。

通常は関西国際空港からハワイ・ホノルル空港に飛び立つのですが、今回は那覇空港→羽田空港→ホノルル空港という行程のケントミファミリーに合わせ、私も羽田空港からハワイに向かうことにしました。新幹線と電車（京急）を利用して羽田空港へ。いつものように運搬型簡

易組立式リフトとエアーマットを持参したのですが、1 名の介助者でこの大荷物を持って運ぶことは不可能であったため、空港ゆうパック（日本郵便）を利用して荷物を空港内カウンターで受け取れるようにしました。ANA の国際線で航空機に預けられる重量（個数は 2 つ、1 つ 23kg まで）をスーツケースや運搬型簡易組立式リフトがクリアできるかが心配でしたが、無事にチェックインカウンターで預けることができました（本当は少し重量をオーバーしていましたが、厚意で通してもらえました）。ケントミファミリーと合流してみんなで記念撮影後、4 台の電動車椅子を含む計 9 名の障害者が一斉に航空機に乗り込みました。もちろん電動車椅子組の私は最初に乗り込みました。いつも通り機内用車椅子に乗り換え、いつも通り座席に乗り移り…とここで予期せぬ事態が！



羽田空港にてツアーメンバー同

座席に乗り移った瞬間、プヘンと嫌な臭いが…「まさかね…」と思いつつ介助者に確認してもらったところ、残念なことにストーマ装具が皮膚から外れて便が漏れてしまったという最悪の状況であることが判明したのです。フレンジ

（面板：皮膚に貼り付ける装具）から漏れた便が衣服を汚していなかったのがせめてもの救い。CA をお願いして機内移動用車椅子を用意してもらい、機内用トイレへ直行。一般乗客が続々と乗り込んでくる中、出発前ギリギリで装具の交換が完了。ある程度修羅場をくぐってきたせいも、私も介助者も不思議なくらい落ち着いて処理をしていました。いつもながら私の旅にはハプニングがつきもの。でも、さすがにこんなハプニングは遠慮したいです。ピンチを切り抜けた安堵感からかおながが緩んでしまい、ハワイまでの航空機内で 2 回もトイレに行くことに…経験値は上がりましたが気も遣いました。こればかりは不可抗力ゆえ仕方がないことですが、できれば遠慮したい経験ですね。



このあとに悲劇が…

それにしても 7～8 時間のフライトは頸損者には地獄ですね。同じ姿勢のままというのは…全く寝られな一い！いくら麻痺しているとはいえ、腰が痛い、尻が痛い、精神的に辛い！この苦痛さえなければハワイ旅行は最高なのに…と考えながらひたすら時間が過ぎるのを耐えて待つ。ようやく眠気が…というところで「あと 20 分ほどでホノルル空港に到着いたします」とアナウンスが。一睡もできず（介助者も私の“常に話しかける”攻撃で一睡もできず）にハワイ（オ

アフ島）に到着したのです。（それでも救われるのは“CA の心配り”。体のあちこちが痛いと訴える私にブランケットや枕を運んでくれて、トイレに行きたいと訴える私を機内移動用車椅子で押して連れて行ってくれる。その全てに笑顔で対応してくれる。本当に感謝です。）

ホノルル空港の入国審査がとにかく長い！通過するまで 1 時間はかかっているのでは？というくらい長い時間を待たされます。電動車椅子のリクライニング機能に助けられますが、一睡もできず苦痛を強いられた体には「ちょっと待つ」というのもただただ苦痛でしかありません。審査をクリアして荷物受け取り場所へ向かう頃には一気に疲れが押し寄せます。たくさんの荷物を抱え、フラフラしながら団体出口に向かい、移動用のバスが待っている場所へ。

今回の旅行を手配してくれたのは H. I. S. （以下、HIS）のユニバーサルツーリズムデスクでした。HIS が用意してくれたのは“リフト付き観光バス”。リフト？と聞いて不安が横切りましたが、垂直に駆動するリフトは難なく私ごと電動車椅子を持ち上げてくれたのです。計 16 名のメンバー全員乗り込んでホテル OHANA Waikiki Malia へ向けて「いざ出発！」



内心は落ちないかドキドキでした(笑)

ちなみにこの時期（12月）のオアフ島の天候は、晴れていて日差しが強いのに雨が降るといふ日本にはあまりない天候です。おまけに風が強いので寒さも感じられます。とはいっても、やはりハワイ！頸損には過ごしやすい気候であることは間違いないです。

ホテルに到着後、ひと息ついてからロビーに集合。早速予約していた「車椅子ハワイ・ドットコム」のリフト付き福祉車両（実は前回初ハワイの時に利用しました。オーナー兼ドライバーの鈴木さんはとってもいい人です。）に乗り込み、最初の訪問先「Shriners Hospitals for Children Honolulu」へ。いわゆる小児病院で、ポリオの患者が多く入院しているらしい（近隣の島からの入院患者が多いとのこと）。ロビーに集まってくれた子どもたちは「今から何が始まるんだろう？」とワクワクそれで見知らぬ日本人車椅子ユーザーにちょっぴりオドオドといった感じ。私が電動車椅子で動く様は、どこに行っても注目を浴びるので可笑しい。

このハワイでの音楽活動の訪問先をコーディネートしてくださったハワイ沖縄県人会連合元会長・東恩納良吉さんの挨拶の後、ケンさんのオープニングトーク、そしてケントミファミリーの演奏が始まりました。ケントミファミリー・新垣元気さんのジャンベ（太鼓）から始まる「たちとうし（瀧落とし）」。そして私が大好きな曲「仕合わせのウミ唄」へと演奏が続きます。子どもたちはどんな反応かな～？と目をやると、やはり音楽は世界共通の言葉なんです！子どもたちがニコニコしながら演奏に合わせてリズムを取っている姿を見たとき、あらためて音楽の持つパワーを感じました。子どもたちが特に反応していたのは太鼓。太鼓の響きも世界共通言語なんですね。バーランクー（タンバリンのような太鼓）を渡すと、見よう見まねでたたき出す。これがまたみんなキャッキヤ、キャッキヤと楽しそう。ちょっと驚いたのが、

子どもたちの中にやんちゃそうな中学生？くらいの boy がいたのですが、最初は照れて踊らなかったのに、最後のほうに演奏された「だいじょうぶよー」の頃にはすっかりとノリノリでバーランクーを叩きながらカチャーシーを踊っていました(笑)



ケントミファミリー演奏の様子

予想以上の歓迎と、演奏がうまくいきご機嫌で Shriners Hospitals を後に。ホテルに戻ってそこから夕食へワイキキビーチ方面に繰り出しました。地元でも有名なビアバー「Yard House Waikiki」にてビールをグイッと…ここで一睡もしていなかったツケが回ってきて撃沈。介助者曰く、ホテルに戻るまでと戻ってから一言も発さず、ベッドに上げた途端、凄まじいびきをかいて good night していたそうです。



Yard House のオーナーと記念撮影

今回は原稿枚数制限のためここまで。次号で完結予定の音楽活動報告を乞うご期待！

活動報告

兵庫頸髄損傷者連絡会 定例会報告

宮野 秀樹

年末は寒かったですね。そして年が明けても寒いです。兵庫でも年が明けてから雪が降って積もるなど頸損泣かせの天候と気温が続いています。というワケで（どういうワケかはわかりませんが）、昨年 11 月 13 日（日）に神戸市勤労会館会議室において開催した定例会について報告しておきます。

定例会は、会の運営において総会で出た意見や会員ニーズを反映できているかを、役員のみならず会員も一堂に会して中間チェックする会合です。行事やイベント活動の振り返りだけではなく、生活や身体について困っていることの相談、それぞれが抱える問題、そして在宅や病院で情報入手に困っている頸損者の情報などを、みんなで共有しながら解決していくための情報交換、そして孤独に陥らないためのピアサポートも目的としています。

今回の定例会にも、普段の行事になかなか出てこられない仲間が参加してくれました。そして人工呼吸器を使用する仲間も 2 名参加してくれました。「久しぶり！」と声かけられること、どんなに重度な障害があっても集まって語り合うことができるというのがなによりも嬉しいことなんです。会合では活動報告に対する厳しい意見や出口が見つけにくい制度の問題など重い雰囲気になることもあります。みんなで活路を見いだそうとする空気感に触れるだけでも意味があります。

また、今回はミニ勉強会として「障害者が 65 歳になることで介護制度に起こる問題」についてみんなで情報共有しました。定例会終了後は、三宮のイタリアンレストランで交流会を行い、みんなでわいわいガヤガヤ語り合いました。大変有意義で充実した一日となったということを報告しておきます。



活動報告

実現させたい、共生社会

島本 卓

平成 28 年 11 月 28 日（月）に、姫路市・姫路社会福祉協議会の主催で「障害者差別解消法ってなに？ ～暮らしがよくなっていく工夫の積み重ね～」が姫路キャスパホール（姫路市西駅前町 88 山陽百貨店西館 7 階）で開催された。

今回の講演は、NHK E テレ「バリバラ」にコメンテーターとしても出演されている、玉木幸則さんが講師でした。平成 28 年 4 月 1 日に施行された障害者差別解消法について、ご自身の半生を交えながらの講演。誰もが聞きたいと思います。

残念ながら、参加申し込み者（障害当事者）多数のため抽選が行われることになり、その結果、私は抽選にハズレて参加できなかった。28 年も残すところ 1 ヶ月となり、運を掴み損ねるといった結末に終わる。だから一言言いたい。テーマを読み返すと、障害者差別解消法についてなのにと悲しみに暮れた。

これは「合理的配慮?」、それとも「私の運?」なのかと自問自答をする。定員 300 人であるのに、入れなかったのはなぜなんだろう。その思いのまま 1 月に入り、会場であった姫路キャスパホールを今後の会場としても調査しておきたかった。姫路駅からも近く、会場としてアクセス面でも最高です。会場内には横入り口から入れるので、利用しやすいのが印象です。



会場内 写真

●島本使用電動車椅子 幅 70 cm×長さ 120 cm×高さ 140 cm

行ってみて抽選の理由がわかりました。収容人数 331 席があり、車椅子（取り外し可能）席が全体の 3 席という結果でした。驚きのあまり、案内の方に、2 回も聞き直してしまいました。



矢印の 3 席



多目的トイレ 入り口幅 85 センチ
トイレ内 広さ GOOD

参加者全員が参加できるように別の会場で、もう一度開催されることを望んでいます。障害者差別解消法をみんなで考え、差別がない社会の実現に向けて、活動していきたいと考えています。

行事報告

忘年会を終えて

米田 進一

去る、12月11日(日)、三宮センタープラザの19Fにある中華料理「東天紅」にて、兵庫頸髄損傷者連絡会が主催の忘年会を行いました。例年寒いこの時期にも、総人数31名と多くの参加者が来て下さり、進行や段取りをするにあたり、坂上副会長に乾杯の音頭だけとお願いしていたにも関わらず、開宴の御挨拶も飲み物が運ばれてない状況でしたが、時間も押していたので半ば強制とも言わざるを得ない“水”で乾杯という、忘年会開催以来の大失態を犯してしまいました。この場をお借りし申し訳ありませんでした。会場となりました「東天紅」ですが、入り口から近い部屋を押さえて、尚かつ円卓のテーブルを4卓にセッティングして下さり、19Fから神戸の街を見渡せる景色が最高でした。料理を運んでくる店員さんの対応がとても良く、その他も状況に対して柔軟に応じて下さいました。料理も前菜、点心2品、熱菜2品、スープ、ご飯、漬け物、デザート2品、食後の飲み物ととても美味しく満足できました。雑談も和気藹々と盛り上がり、あっという間の時間が過ぎ、終わりの時間が過ぎているにも関わらず、お店のはからいで有意義な時間となりました。締め括りの挨拶としまして、三戸呂会長の御挨拶を頂きました。最後に集合写真の為に別室を用意して下さい、全てに於いて皆、「東天紅」に好印象を持たれていたのではないのでしょうか。また機会がありましたら、利用したいです。参加して頂いた皆様、ありがとうございました。



忘年会終了後の集合写真

活動報告

第 18 回兵庫県リハビリテーションケア研究大会

三戸 呂 克美

去る 1 月 21 日(土)、神戸市三宮にある神戸市勤労会館 7 階大ホールにおいて標記の大会が開催されました。当日は、大寒を過ぎた翌日で寒さも一段と厳しい日でしたが、会場は熱気に包まれ活発な議論が予想出来る雰囲気でした。当日のプログラムは 3 部構成で進められ、会場の参加者も自由に発言できるようにと企画をされていました。

1 部・その人らしい暮らしを実現する～障害者差別解消法施行を追い風にして～《講演会》

2 部・その人らしい暮らしを実現する～65 歳問題について考える～《シンポジウム》

3 部・指定演題～団体活動報告～《兵庫頸損連絡会・他当事者団体全部で 4 団体が発表》

当日、私は“65 歳問題について考える”のシンポジウムにシンポジストとして参加しました。

1 部の講演会では NHK (e テレ: バリバラ) 出演の玉木幸則さんが講師で特に「インクルーシブな社会」を目指す事について話されました。大きく取り上げられたのが「合理的配慮」「医療モデル」と「社会モデル」で、教育については自分自身の経験をもとに話されたのは良く理解できた一駒でした。

2 部のシンポジウムでは、65 歳になると「障害者総合支援法」から「介護保険法」に優先的に移行される。移行する事で、

生活が出来なくなる。ありどのように不安来るのか、また障害を作るにはどうすれば専門職から見た思いした。

私は、障害者と高齢度を比較する事で導論として介護保険です(ADL を増やす)こ支援法の自立は多くも社会生活、社会参そして移行した今で

法に戻りたい、という事を発表して終わりました。

3 部では、団体活動報告で「兵庫頸損連絡会」を会員の米田進一さん、山本智章さんの 2 人に発表していただきました。パワーポイントを駆使しての発表は参加者に会が実施しているイベントなどをアピールする場となり理解していただけたと思います。今後もこのような発表する機会があればどんどん出て行きたいと思います。

ここで少し補足しますと、兵庫県リハビリテーションケア研究大会(リハケア大会と略す)は年に一度、兵庫県リハビリテーション協議会の主催で開かれるもので、協議会に属している専門分野の当事者団体が持ち回りで行う事業です。

因みに属する専門分野とは兵庫県下の、行政(兵庫県、神戸市)、医療系(病院、医師、看護師、PT、OT、ST)、福祉系(介護士、社福士、精神福祉士、MSW、介護支援専門員、相談支援専門員、各種協議団体)、患者団体(当事者の会、親の会、福祉系事業所)、マスコミなどが一堂に会する全国でもまれな組織を持つ団体です。兵庫頸損連絡会も構成団体の 1 つで現在理事として活動しています。



発表者の皆さん

今まで出来ていた日常移行には多くの問題が無く移行することが出当事者の納得いく生活ばいいのかをそれぞれを発表していただきま

者との違いを 2 つの制き出せると発表し、結の自立は介護度を減らとにあり、障害者総合の人に支援を受けてで加をすることにあり、も私は障害者総合支援

活動報告

第 18 回兵庫県リハビリテーションケア研究大会報告

米田 進一

去る、1月21日（土）神戸市勤労会館7F大ホールにて、「第18回兵庫県リハビリテーションケア大会」が開催されました。午前の部は「講演テーマ：その人らしい暮らしを実現する～障がい者差別解消法と専門職に求められるもの～」と題し、NHK 福祉番組に出演されている玉木幸則氏による講演がありました。講演内容は玉木氏が実際に経験した事や合理的配慮に欠けている事、日常生活で感じた事を踏まえ、当たり前障がい者が差別なく暮らしていける世の中にしていきたいと訴えられていました。

午後の部は「65歳問題について考える」と題し、まず堂野前氏が相談員の立場から計画支援制度の財政問題を中心に話され、続いて当事者である三戸呂氏が、介護保険に切り替わる際の障害者総合支援法との併用の難しさについて事例報告され、その後に三戸呂氏をモデルとして彼に携わった人達からみた65歳問題について順番に報告しディスカッションをしました。この問題はいずれ私達も直面することであり、準備をするまでに情報収集する事が重要と感じました。ディスカッションが終わり、指定演題で「兵庫県自立生活支援センター」の藤原勝也氏による活動報告があり、人工呼吸器を付けながらも支援環境が整っていれば社会参加する事ができ、自立した生活が送れると訴えておられました。続いて我々からは「兵庫頸髄損傷連絡会」の紹介や活動報告について報告しました。3番目に「脳卒中者友の会 あけぼの会」の坂口氏による活動報告、最後に「兵庫県手をつなぐ育成会」の小原氏による活動報告と息子さんの育児経験談を熱く語られていました。4組全ての報告が終わってから質疑応答の時間で、宍粟郡から来られていた来場者から、地域による環境の差による困難さがより大きく影響していることに、私達もこれから解決していく事にも十分に情報を得られたと話されました。身近にある問題と認識する上で共に学んだ良い研究大会となったと思います。



連載

自立生活はじめました

～不安と楽しみ～

山本 智章

前は住宅改修をテーマに書きましたが、今回は実際に始まっていく生活の“不安と楽しみ”について書いていきたいと思います。具体的に言いますと、思い描いていた生活との違いについてです。もちろん実家と比べると大きく変わり過ぎています。いろんなことを考え、思うことがたくさんあります。一人暮らしとは？自分が決めた予定通り、好きなように“自由”に過ごすことができる楽しい生活だと思っています。そうならば、もっと快適な生活になるだろうと。

そんな甘い生活をイメージしながら始めました。まずは実家を出ること、一週間のスケジュールに沿って生活することだけを考えていました。計画通りに進めて慣れようと必死でした。後々その“計画通り”に生活をするのが大変しんどく感じました。想像していた一人暮らしのイメージが崩れ、求めている自由はどこにあるのか、また自由とは何なのかと思うようになります。もともと人が居て何かをすることに慣れていません。ほぼ日中は介助者が居て夜は一人で過ごすという生活スタイルです。だから、家の中に誰かが常に居るということです。勘違いをしてほくないのですが、決して人が居て困るという訳ではありません。ただ、人に対して気を遣う性格が悪いのかもしれない。何故か人が居ると落ち着きません。例えば、機関誌の原稿作成や音楽を聴くことなどです。どうやら私にとっての“自由”とは一人の時間を楽しむことだったようです。しかし、生活をしていくには介助者が必要になります。今の生活リズムは私自身が決めました。

冬になり寒くなると体温調節が難しくなりました。朝、体が熱くて目が覚めます。それは毛布が首元まで上がっていて熱がこもっているからです。こんな時にこそ人が居てくれると助かるのと思います。

介助者が居てくれないと困るのに落ち着かな

いなんて矛盾したことを言っていると思います。

不安と言いますか、不満のようなことを書きましたが、楽しいこともあります。毎日の食事“朝・昼・夜”と3食分を買いにスーパーへ行きます。いつも何を食べようかと悩みます。もともと食に興味がなかったので、考えるのが大変です。それに比べて実家では親が作った料理を食べるだけで、なんて楽なことをしていたのだと思います。あまり大きな声では言えませんが、「ありがとう」と感謝しています。スーパーへ行くことすらなかったのですが、今は自分で考え、食材を選び買い物に行くようになりました。料理を考えるのは大変ですが、食材を見ていると食欲が湧いてきます。自分で決断していることが少し自立しているようで嬉しくなります。今までに無かった“食べる”ことが楽しみになりました。今の私の楽しみの一つです。

これからの課題として介助者が生活の中に入ってくることに慣れていくことです。私自身が望む生活スタイルによって介助者が必要な時間帯はどこなのか、今もまだ自問自答を続けています。もっと周りの“仲間”に介助者の利用や距離間などいろいろと相談していれば良かったと反省しています。まだ生活は始まったばかり、改めて考えていきたいです。“まだまだ、これから”と諦めずに。

連 載

白内障について①

～医療報告～

三戸呂 克美

年齢を重ねると体に色々な障害が発生します。特に鍛えようが無い個所に発生するとその障害を受け入れなければ治療が出来ないのです。今回私がこんなに早くなるとは思いもしなかった「白内障」について報告します。

白内障と違うかな？と思い始めたのは褥瘡の治療のため入院中(県リハ病院)の時でした。片目で見ると右目がボンヤリと見え始めたのです。左目は正常に見えていました。

何となくの状態だったのでさほど気にはしていませんでした。両眼で見ると全くと言って良いほど普通？に見えるのです。退院後しばらくは生活をしていたのですが、いつの間にかレース越しにみる様な見え方に変わってきたのです。ホント！良く言われるようにレースのカーテンか、ティッシュを眼に当てて見た状態になり、すぐに家の近くの眼科を受診したら白内障と診断。最近では日帰り手術も出来るというので眼科の医師に聞いたら、三戸呂さんの場合は入院して手術、治療になりますとのこと。僕の電動車椅子はティルトになるのでベッドに上がらなくてもいいですよ、と胸を張って言ったら、手術はそんなもんではありません、と一喝食らわれました。(何も知らない事は怖いです。)

一度受診して状態を検査してもらって下さいとか、入院は1週間ぐらいでしょう、などの話を聞き入院出来る病院を紹介してもらいました。と、ここまではこれまでの経緯を述べましたが、私はどうして白内障になったのか疑問でした。思い当たる事は入院中横向きの状態でテレビを見ていた事で無理な姿勢になり眼にストレスがたまりそれになったのだろうか、などと考えていました。

ここで、“白内障について”説明しましょう。説明は以下のホームページに詳しく出ていたので引用させていただきます。

《<http://www.asahi-net.or.jp/~pd2k-nim/sub1.htm>》

白内障とは、眼の中のレンズの役割をする水晶体が濁ってしまう病気です。白内障は、加齢に伴って発生する場合が最も一般的で、早ければ40歳から発症し、80歳を超えるとほとんどの人が何等かの白内障の状態にあるといわれています。白内障は、放置さえしなければ基本的には失明する病気ではありません。しかし一度発症すると、薬では治りません。薬剤は、白内障が発生する前に予防をするか、発症した初期に抑制することが出来ますが、最終的には手術をする以外の方法はありません。

(第2章に続く)

＜行事のお知らせ＞

日 時	内 容
2/18 (土)	兵庫頸髄損傷者連絡会セミナー「電動車椅子での航空機利用を考える」
2/21 (火) ～3/23 (木)	第32回リハビリ工学カンファレンス in 神戸 演題登録期間
3/25 (土)	第6回合同シンポジウム 「つながろう！～みんなで考える車椅子ユーザーの住まいづくり～」
4/16 (日)	兵庫頸髄損傷者連絡会 第7回支部総会
4/20 (木) ～22 (土)	バリアフリー2017
5/27 (土) ～28 (日)	全国頸髄損傷者連絡会総会 四国大会

兵庫頸髄損傷者連絡会セミナー「電動車椅子での航空機利用を考える」

日時：2017年2月18日（土） 14:00～16:30

場所：大阪国際空港（伊丹空港） 北ターミナルビル 4F 星の間

主催：兵庫頸髄損傷者連絡会

一般社団法人日本リハビリテーション工学協会関西支部

一般社団法人日本福祉のまちづくり学会関西支部

後援：国土交通省大阪航空局

協力：大阪頸髄損傷者連絡会 全日本空輸株式会社

今回のセミナーでは、障害当事者、航空事業者等の知識向上と情報共有を目的として、電動車椅子利用者にとってより快適な航空機利用を利用者・交通事業者双方の立場から考えたい。

プログラム

14:00-14:10 主催者あいさつ

14:10-14:40 ①障害者差別解消法と交通アクセス（福祉のまちづくり関係者を予定）

14:40-15:10 ②電動車椅子利用者による航空機利用 宮野秀樹氏（兵庫頸髄損傷者連絡会）

15:10-15:30 ③航空事業者の対応事例 山本勝代氏（ANA おからだの不自由な方の相談デスク）

15:30-16:00 ④電動車椅子から見た航空機利用 剣持悟氏

（（一社）日本リハビリテーション工学協会）

16:00-16:20 ディスカッション

16:20-16:30 閉会挨拶

●参加申込方法

2/15（水）までに、氏名・所属・連絡先（電話 or メール）・会員区分

車椅子の使用有無・介助者の有無・情報保障の有無（※）

その要望などをお書き添えの上、メール（kansai@resja.or.jp）までお申し込みください。

**全国頸髄損傷者連絡会 & (一社)日本リハビリテーション工学協会
& NPO 法人ケアリフォームシステム研究会
第6回合同シンポジウム**

「つながろう！～みんなで考える車椅子ユーザーの住まいづくり～」

日時：2017年3月25日（土） 13：00～17：30

会場：福岡県中小企業振興センター（福岡市博多区吉塚本町9-15／JR 吉塚駅より徒歩0分）

会費：500円（会員・学生）／1,000円（一般）

問い合わせ先：第6回合同シンポジウム実行委員会事務局

総合せき損センター 医用工学研究室 担当：江原

E-mail：ehara@sekisonh.johas.go.jp FAX：0948-24-6533

プログラム：13:00 受付開始
13:30-13:45 開会挨拶と主催団体紹介（リハ工・頸損連・CRS 研究会）
13:45-15:15 セッション1 /事例報告 3～6題
15:15-15:30 休憩 展示見学
15:30-16:50 セッション2 /パネルディスカッション
17:00 閉会の挨拶
17:00-17:30 参加者交流・展示展見学

兵庫頸髄損傷者連絡会 第7回支部総会 開催のお知らせ

日時：2017年4月16日（日）13:00～16:30

場所：〒662-0844 兵庫県西宮市西福町15-12 「西宮市立若竹生活文化会館」第6会議室

バリアフリー2017 福祉機器展のお知らせ

日時：2017年4月20日（木）～ 4月22日（土）10:00～17:00

場所：〒559-0034 大阪市住之江区南港北1-5-102 「インテックス大阪」

2017年度 全国頸髄損傷者連絡会総会 四国大会のご案内

場所：香川県高松市 日時：2017年5月27日（土）～28日（日）

※詳細は全国頸髄損傷者連絡会本部より封書で届きます。

※会員のみなさまへのお願い

お手元に届いた「全国総会・四国大会」案内封筒の中に出欠はがきが同封されています。
総会成立に必要な委任状でもありますので、欠席される方も委任状に記載して郵送ください。
ご協力のほどよろしくお願いいたします。

第32回リハ工学カンファレンス in 神戸 演題募集開始！

実行委員からのお願い

第32回リハ工学カンファレンス in 神戸が、Powerful Asia の統一テーマの下、アジアのリハ工学と支援技術の国際会議である、i-CRETe 2017 と同時に、2017 年 8 月 22 日（火）～24 日（木）の日程で神戸のポートアイランド「神戸国際会議場」にて開催されます。

このリハ工学カンファレンス in 神戸の運営実行委員会に兵庫頸髄損傷者連絡会から 2 名の会員が参加しています。

一般社団法人日本リハビリテーション工学協会が主催するリハ工学カンファレンスでは、障害のある方のリハビリテーションを支援する機器や技術について、リハビリテーションに関係するさまざまな分野の参加者が互いに理解できる言葉で納得できるまで討論することを目的として、毎年 1 回開催されています。障害のある方、工学・医学・福祉・教育・行政などの関係分野の方だけでなく、「リハビリテーションのための工学技術の応用」に興味をお持ちの方は、ぜひご参加ください。

演題募集が始まっています。

登録期間：2017 年 2 月 21 日（火）から 3 月 23 日（木）まで

<http://www.resja.or.jp/conf-32/>

★当事者発表枠があります！

本来、リハ工学カンファレンスで演題発表するには会員資格が必要になります。日本リハビリテーション工学協会では、「当事者参画」をより促進するため、「初めてリハ工学カンファレンスにて演題発表する障害当事者」および「初めてリハ工学カンファレンスにて演題発表する障害当事者の家族」については、日本リハビリテーション工学協会の会員・非会員を問わないという特別枠を設けています。

福祉用具・機器は、障害ある者の生活を豊かにするために欠かすことのできないものです。いかに自分の要望を満たす有益な情報や用具・機器とつながるかが、自立度をいち早く向上させるための重要なポイントとなっていて、全国頸髄損傷者連絡会としても情報や用具・機器に触れてもらう様々な機会を設けています。

「こんな道具や機器を使っているのを知ってほしい」「こんな工夫をしているのを聞いてほしい」「こんな道具や機器を作ってほしい」といった私たちの実際の生活や思いや必要としているものを、リハ工学研究者や開発者に伝えるチャンスです。我々が本当に必要とする道具や技術を開発させるために、ユーザー視点に立った製品開発を求め、積極的に参画して研究者や開発者と一緒に考えましょう！

是非、演題発表にチャレンジしてください！

兵庫頸髄損傷者連絡会 入会案内

兵庫頸髄損傷者連絡会は、兵庫県及びその近郊に在住する頸髄損傷者（以下、「頸損者」と略す）及びそれに準ずる肢体不自由者の生活を明るく豊かなものにするために、日常的な、しかし最も基本的な「介助」や「移動手段の確保」といった問題を出発点として、重度身障者がこの社会の中で、いかにすれば自立性を失わない、真に人間的な生活を送れるかについて、会員及びそれを取りまく人々と共に考え、実現することを目的とし達成する為に次の事業をおこなっています。

（１）頸損者の生活条件整備のための広範な活動

- ・自治体などの要望活動 ・街づくりや公共交通機関などの調査
- ・生活関連情報の収集研究 ・宿泊訓練 ・その他学習会や交流会

（２）機関誌の発行、必要文献の提供

- ・「頸損だより」「事務局通信」の発行 ・ビデオや文献の貸し出し、配布

（３）交流を深めるための集い、レクリエーション

- ・街に出よう ・運動会 ・忘年会 ・その他、見学会、交流会

本会の会員は

- ・兵庫県に在住、または県外在住でも入会をされた頸損者（正会員）
- ・会の活動を手伝ってくださる方々（協力会員、ボランティア）
- ・それ以外の地域在住で機関誌の購読を希望する方々（購読会員）

などで構成されています。また、本会正会員になることで自動的に全国頸髄損傷者連絡会（本部：東京）の会員になります。

※入会、協力、購読を希望の方は、下記事務局までお問い合わせください。

入会申込書を FAX か郵送いたします。ホームページからの入会も可能です。

★カンパも受け付けています★ 兵庫頸髄損傷者連絡会の活動に是非ご協力ください。

振込先

郵便振替口座：００９９０—８—２６５９７４

口座振込名義：「兵庫頸髄損傷者連絡会」

ゆうちょ銀行 ○九九店 当座預金 口座番号０２６５９７４

振込名義：ヒョウゴケイズンシヨウシヤレンラクカイ

三菱東京UFJ銀行 明石支店 普通預金 口座番号４７８７７０３

振込名義：兵庫頸髄損傷者連絡会 会長 三戸呂克美

兵庫頸髄損傷者連絡会 事務局（臨時窓口）

〒669-1546 兵庫県三田市弥生が丘 1 丁目 1 番地の 1 フローラ 88 305B

特定非営利活動法人ぼしぶる内

TEL 079-553-6400 FAX 079-553-6401

E-mail : hkeison@yahoo.co.jp HP : <http://hkeison.net/>

頸髄損傷って何？

人間の身体には、首から腰の辺りにかけて背骨といわれる太い骨があります。その背骨の中には「脊髄(せきずい)」と呼ばれる太い神経の束が通っていて、この脊髄は手や足を動かして運動したり、「暑い・寒い」や「痛い」などを感じたりする神経などがたくさん集まっており、すべて脳につながっています。この神経はとても大事なもので、1本でも切れたりすると手が動かなくなったり、足が動かなくなったりします。中でも脳に最も近い部分の神経のことを「頸髄(けいずい)」と呼び、その神経を損傷してしまうことを「頸髄損傷」と呼びます。その頸髄神経が切れてしまうと人間の体は大変なことになります。体が動かないことに加えて、温度を感じることができなくなり「暑い」「寒い」がわからなくなって「体温調節」をすることができなくなります。汗もかかなくなり、体の中に熱がこもります。痛みなども感じなくなるので、ジッとしていると体の一部が圧迫され、その部分に「褥創(じよくそう)」と呼ばれる、皮膚や肉が死んで穴が空く状態になり、放っておくと死に至る可能性もあります。

そして、頸髄損傷には損傷を受けた部位によって「やれること」「動く部分」の範囲が変わってくるという特長があります。首から下が動かない人もいれば、車椅子を自分でこぐことができる人もいます。自動車を運転できる人までいます。頸髄損傷といってもその症状は千差万別で、“全く同じ状態の人”を探すのは困難なのです。

もし今後、頸髄損傷の人の介助をすることがあったなら、まずその人に身体の状態を聞いてみてから、適切な介助を心懸けることが望まれます。まずは聞くことが第一です。大抵の人は身体の状態を教えてくださいと思いますよ。

～編集後記～

今年の冬は、とても寒くなりました。あまり見ることがない雪も降っています。天候の変化も激しく体調管理が難しいです。今回の特集「神戸バリアフリーマップ」においては、寒さにも関わらずに神戸の街を調査してきました。いろいろと面白い観光スポットやグルメスポットを掲載しております。ただ、寒さゆえに特集のネタ探しが困難になりました。これからも特集のネタは必要になってきます。そこで、皆さまから「こんな特集あったらいいな～」と思うことを募集しております。よろしくお願いいたします。

(T. Y)

個人情報保護についての当会の方針

当会では、会員の皆様の個人情報の取り扱いにあたりましては、個人情報が個人の人格尊重の理念の下に慎重に取り扱われるべきものであることに鑑み、権利利益を保護するために、最善の配慮を行っております。

『縦横夢人』2017 冬号(NO.15)

2017.2.13.

編 集 者：兵庫頸髄損傷者連絡会

編集責任者：兵庫頸髄損傷者連絡会 編集部長 土田浩敬

本 部：〒674-0068 明石市大久保町ゆりのき通 2 丁目 3-5-1-205(三戸呂方)

TEL&FAX：078-934-6450

臨時 窓口：〒669-1546 兵庫県三田市弥生が丘 1 丁目 1 番地の 1

フローラ 88 305B 特定非営利活動法人ぽしぶる内

TEL：079-553-6400 FAX：079-553-6401