

平成30年度事業報告

概 要

平成30年度事業は、昨年度に引き続き川崎市、横浜市、相模原市、神奈川県リハビリセンターの4か所において脊髄損傷者等及びそのご家族を対象にピアサポート相談会を実施いたしました。

平成20年度の事業計画で「神奈川県リハビリセンターにおけるピアサポートモデル事業として、グループ相談会やロールモデルの派遣、個別訪問のピアサポート活動などを、神奈川県支部のピアマネージャーや支部役員によって毎月一回定期的に実施して行く」として、神奈川県リハビリセンター側と何度も話し合いを持ちましたが、結局実現には至らなかった経緯があり、まずは県内4か所から広く相談を受け付けることになり、全脊連神奈川県支部の役割の一つであるピアサポート事業が、広く県内の一般の脊髄損傷者を対象に本格的に始まった7年目の取り組みとなりました。

もう一つの大きな支部の事業として、共同募金からの助成金事業として、医療セミナー等の様々なセミナーを開催しておりますが、30年度は、“脊髄損傷者の太極拳”と題して、中国武術健身協会上級指導員の細田友子氏、野沢晶子氏を招いて、太極拳を行いました。

脊髄損傷者は、車椅子に座ったままのため、どうしても全身の血流が悪くなり、肩こりや、腰の痛みがひどい人が多いと思います。太極拳というと、その名の通り、激しい武術を行うイメージがあつたのですが、当日は、講師の真似をして、身体をゆっくりと動かし、尚且つ、呼吸をゆっくりと吐き出す、腹式呼吸のような動きを3時間行いました。

車椅子でも、ゆっくりと上半身を動かすだけで、汗をかけたので、心身ともにリフレッシュできて、爽快な気分を味わえました。

また、その他支部が主催する催事や各協会が実施する催事は、会員やそのご家族にも気軽に参加できるようにご案内して順調におこなわれました。

1、～あなたの力になれます～

脊髄損傷者のための相談会の実施

～あなたの力になれます～『脊髄損傷者のための相談会』の開催は、永年に亘り脊髄損傷という重い障害と様々な困難を乗り越えてきた貴重な知識と豊富な経験を持つ当事者が、同じ脊髄損傷者等の精神的な支援と社会生活に必要なあらゆる情報を提供する相談会を実施し、脊髄損傷者が再び誇りある社会の一

員として活躍できるよう支援していくことを目的に事業を実施しました。

主 催 全国脊髄損傷者連合会神奈川県支部
協 賛 一般社団法人 日本損害保険協会
公益社団法人全国脊髄損傷者連合会

(1) 相談会開催期日及び会場

第1回 神奈川県総合リハビリテーションセンター管理棟・役員会議室
平成30年8月18日(土) 13時～15時

第2回 神奈川県民サポートセンター6階603会議室
平成30年9月17日(月) 13時30分～15時30分

第3回 相模原市けやき体育館 1階機能訓練室
平成30年10月20日(土) 13時～15時

第4回 川崎市国際交流センター
平成30年11月4日(日) 13時30分～16時30分

(2) 個別相談者 合計1名

第1回 相談者なし

第2回 1名 Aさん(女)59歳 頸髄損傷C2,3の妻

第3回 相談者なし

第4回 相談者なし

(3) 支部出席者 延べ27名、内ボランティア9名

第1回6名 赤城、山崎、澤藤、相馬、宝子山、小暮

第2回4名 山崎、澤藤、安藤、小暮

第3回6名 赤城、山崎、澤藤、宝子山、相馬、小暮

第4回2名 澤藤、北島

(4) 個別相談会の内容

個別相談会を相模原市、川崎市、横浜市、神奈川リハセンター(厚木市)の4か所で実施し、女性1名の相談を受けた。又、相談を受ける支部役員は、延べ27名でボランティア9名であった。

相談の内容は、ご主人が10年前に自転車で止まっている車の後部に追突して、頸髄損傷になり、呼吸器をつけ、鶴巻温泉病院に入院中。医療費以外の請求が毎月20万円近くあり、現在は、90歳になる父親から生前贈与でもらったお金でやり繰りできているが、そのお金がなくなると経済的にやり繰りが出来なくなる。家のリフォームにもお金がかかるので、どうすれば良いか悩んでいるという相談。

奥様が色々と情報収集しており、医療費以外の請求が20万円近くという内訳が、詳細不明であるが、65歳になると介護制度に変わるので、その時の状況で再度ベストな対応を考えることを提案した。

(5) 実施に当たっての所感

ピアサポート事業は、今回で7年目の実施となったが、今後、支部の定例活動として継続していくには、更に相談者を増やすことが必要と考えている。それには相談会の開催回数を増やすことと、開催のための広報活動をもっと活発に広範囲に行っていくことが必要である。支部活動にはこのような課題があるが、脊髄損傷者とその家族を対象とする相談会を神奈川県内に定着させ、普及を促進することが私たち支部のためであり、県内の脊髄損傷者やそのご家族のためでもあると考えている。

2、共同募金助成セミナーの開催

「脊髄損傷者の太極拳」

講師 細田 友子氏

中国武術健身協会上級指導員 中国武術協会楊式太極拳4段

野沢 晶子氏

中国武術健身協会上級指導員 中国武術協会楊式太極拳5段

太極拳は、古来より中国に伝承された武術です。「柔よく剛を制す」武術といわれ、小さな力で大きな力に勝つために、相手の力の大きさと方向を察知し、柔軟な動きで相手の力を外します。現在では、太極拳は健康法として親しまれていますが、本来は自分の力を最も合理的に使う高度な技法として使われていました。

現在行われている太極拳のほとんどが陳式太極拳の系統であり、これを「楊式太極拳」といいます。今回、ご指導いただいた両名の講師の流派です。

当日、ご指導いただいた太極拳は、簡化24式太極拳といわれるもので、楊式太極拳を元に24組の主な動作を組み合わせ、比較的簡単な動作から難しい動作へと導いてゆくので、老若男女、年齢に関係なく初心者にも優しい太極拳として習得し易い健康体操でした。

また、太極拳には、3つの効果と効能があります。効果の1つ目が、有酸素運動による血流促進です。太極拳は、ゆっくりと身体を動かしながら全身の筋肉を使い、意識的に腹式呼吸を行うので、全身の細胞を活性化させる有酸素運動の役割を果たします。

2つ目が、血流がよくなることで肩こりや腰痛などを改善させることも可能で

す。酸素を取り込みながらの大きな運動は、心地のよい疲れが生じ、不眠解消にもつながります。また、大きく深呼吸をおこなうことで、心身ともにリフレッシュされ、ストレス解消への効果も期待できます。

3つ目の効能が、美容とダイエットです。一般的に1時間の太極拳を行った場合の消費カロリーは、1時間のジョギングを行った場合の消費カロリーと同じであるといわれています。

また、太極拳の動きは、身体のさまざまな部分を伸ばす動きが多いため、新陳代謝が高まり、肌荒れやニキビの解消などの美肌づくりにもなります。

太極拳は、思っていたよりも、脊髄損傷者に適した運動だということを実感しました。

3、平成30年度支部総会の開催

開催日 平成29年 6月17日（日）

場 所 フォーラム246 会議室
懇親会

支部定例総会 出 席 者 11名

委任状提出者 40名

合 計 51名

「資格審査」

平成30年度4月1日現在の支部会員数は94名であり、会則第10条2項による総会成立の定足数は48名以上となり、今総会は成立しました。

（総会議事）

議長の選任を諮り、県央協会の路川みどりさんを選任し、議事の審議へと進めました。赤城支部長、相馬財政部長より平成30年度事業と平成29年度決算報告及び大井知子会計監査の監査報告が行われました。

第1号議案 平成29年度事業報告

(1)「あなたの力になれます」脊髄損傷者の相談会実施の報告

(2)共同募金助成セミナーの報告

(3)平成29年度支部総会の開催報告

(4)定例役員会の開催 第241回から第246回までの6回

(5)支部会報「やわらぎ」の発行 第101号、102号、103号の3回発行

(6)共同募金活動への参加 横浜駅西口、相模原市役所前の2か所

(7)第16回全国定時総会沖縄県大会出席

赤城支部長が出席。

- (8) 関東・甲信ブロック会議茨城県大会出席
赤城支部長と小暮が参加。
- (9) 関東甲信ブロックスキルアップ研修会
赤城支部長と小暮が出席
- (10) 協会活動報告 川崎、横浜、県央の各協会報告
- (11) その他の活動報告 県内の各関係機関への参加活動報告

第2号議案 平成29年度決算報告及び監査報告

- (1) 貸借対照表
- (2) 収支決算書
- (3) 平成29年度監査報告書
- (4) 付属 地区協会決算報告書

以上、平成29年度事業報告、平成29年度決算報告及び監査報告を一括審議の結果全会一致で承認されました。

また、第3号議案の平成30年度活動方針及び、川崎、横浜、厚木、相模原市の4か所の公共施設においてピアサポート相談会の開催などの事業計画および第4号議案の平成30年度予算案は支部提案通り全会一致で承認されました。

・懇親会の開催

支部の懇親会は、会員をはじめそのご家族や友人も参加して相互の親睦を深めることを目的に支部総会時に毎年開催しております。

今回も合わせて16名が参加して料理を楽しみながら歓談しました。

4、定例役員会の開催

神奈川県支部を運営して40年目を迎えた平成30年度も定例役員会は順調に2か月に1回の割合で計6回開催しました。

役員会には、支部役員が毎回出席して支部活動に関する報告や企画、催事の開催と調整などについて協議を行うなど、支部の運営はすべてこの役員会の合議を経て維持されています。

役員会	開催日	開催会場
第247回	平成30年 4月22日	相模原市「けやき体育館」
第248回	平成30年 6月17日	伊勢原市「フォーラム246」
第249回	平成30年 8月18日	神奈川リハビリセンター
第250回	平成30年10月20日	相模原市「けやき体育館」
第251回	平成30年12月 9日	伊勢原市「フォーラム246」
第252回	平成31年 2月24日	相模原市「けやき体育館」

5、支部会報「やわらぎ」の発行

平成30年度「やわらぎ」の発行は、第104号、105号、106号の3回発行にりました。

第104号は総会議案書

第105号は神奈川県支部総会の報告、全国総会石川県大会の報告、カーレットに参加して、蓼狩り、ワイワイ味わいランチ会等。

第106号は関東甲信ブロック会議、川崎協会研修会の3Dプリンターを活用した自助具作成について、車椅子でもできる太極拳等。

*やわらぎ第104号(総会議案書)……………平成30年5月21日発行

*やわらぎ第105号……………平成30年8月31日発行

*やわらぎ第106号……………平成31年2月 3日発行

6、共同募金活動に参加

赤い羽根の共同募金は、民間社会福祉事業やボランティア・市民活動をはじめとする地域での支え合い活動を支援する資金となるとともに募金活動を通して市民に助け合いの心を普及する大きな意義を持っていると言われています。支部では、毎年この活動に参加しています。

昨年度は、10月2日に桜木町駅前で赤城支部長、相馬財政部長他1名の合計3名が参加。相模原では、10月23日に相模原市役所前で赤城支部長が参加しました。

7、全国総会石川県大会出席

全脊連の第17回全国総会は、6月9日から11日までの日程で石川県立音楽堂において開催され、全国から社員が出席しました。

支部から、赤城支部長が出席しましたが、赤城支部長は、本部役員になっている。

総会は、29年度事業報告、決算報告、監査報告、30年度事業計画および予算案についてなどの審議が行われ、すべて可決されました。その後大会スローガンの採択と次期全国総会を山形県で開催することを決め、全国総会は終了しました。

8、 関東・甲信ブロックピアサポート 研修会に出席

開催日 平成30年9月1日(土)
会場 栃木県宇都宮市コンセーレ
主催 全国脊髄損傷者連合会 関東ブロック会
主管 全国脊髄損傷者連合会長野県支部
支部出席者 赤城支部長が参加

プログラム

「ITピアサポートシステムの紹介」

講師 砂川 昭人 氏
下重 敏子 氏(国立障害者リハビリテーション病院MSW)

9、 第41回関東・甲信ブロック会議 長野県大会出席

関東地区の東京都、神奈川県、千葉県、群馬県、栃木県、埼玉県、長野県、茨城県、山梨県の各支部が一同に会して、障害者福祉制度やバリアフリー環境の問題点等について意見交換と情報交換と親睦を兼ねて毎年持ち回りで開催しています。

長野県大会は、9月2日(日)、栃木県宇都宮市コンセーレで開催され、支部から赤城支部長が出席しました。

日本損害保険協会助成事業として、全脊連が全国規模で毎年開催している関東ブロックでの脊損のピアサポート研修会は、言うまでもなくピアサポート活動を行う上で必要な技術と資質の向上を目的としていますが、各支部での活動がもっと普及されることが大切であり、研修会の内容をさらに改善する必要があると思われる。

10、 各協会報告

30年度は、川崎協会が催事を開催し、会員の皆様にご案内し参加者を募りました。

(1)川崎協会

「3Dプリンターを活用した自助具作成について」

開催日 平成30年11月25日(日)
会 場 川崎市国際交流センター
講 師 情報理工学博士 硯川 潤氏
株式会社イグアス 3Dシステム事業部
事業部長 中村 明宏氏

参加者 35名
懇親会 25名

この研修会は、頸髄損傷者の自助具作成について、作業療法士のスキルなどに依るところが大きく、また、使い慣れたものを再現することの難しさがあります。そういったことの解決手段の一つとして、近年低価格化が進んでいる3Dプリンターを活用した自助具作成について、現状と今後の可能性についての知識習得を図ることを目的として開催されました。新たな「もの」を作ること。「思い」を「言葉に」「言葉」を「形」に福祉用具では形も重要と話されていました。

1 1、その他の活動

- 1、赤城支部長が神奈川福祉サービス運営適正化委員会に出席。
- 2、山崎副支部長は、神奈川県社会参加促進センターの委員として毎月の会議に出席。
- 3、相馬財政部長が神奈川県障害者差別解消支援地域協議会に出席。