

1971年 8月 7日 第三種郵便物認可(毎月6回 1の日・6の日発行)
2015年 8月16日発行 SSKA増刊通巻 第8693号

SSKA

ああるぴい

第 76 号
2015 Autumn

K a n a g a w a



私たち自身で
治療法の確立と
生活の質の向上を目指す
JRPS 神奈川

** この会報誌は「神奈川新聞歳末たすけあい」の配分金により作成しています **

RIP

ああるぴい

KANAGAWA 2015 Autumn

第76号 目次

・ 巻頭言

- 2 支部名変更～神奈川県網膜色素変性症協会に～

・ JRPS神奈川の活動

- 3 総合カレンダー
4 総会の報告
5 医療講演会の報告
7 代議員会の報告
7 旭区難病講演会の報告
9 チャリティーライブの報告
10 つくしの会・中華ランチ報告
10 子育て世代の女子会の報告
12 患者のつどい in 秦野のご案内
14 ガイドヘルパー勉強会のお知らせ
15 らくらくスマホ体験会のご案内
16 つくしの会 秋のバスツアー「農業体験」募集
18 カラオケ交流会のお誘い
19 JRPS会報発送作業のお知らせ
20 JRPSカレンダーのご案内

1

●
もくじ

・ 情報コーナー

- 21 ちょっと話してみませんか？
22 生活の知恵
27 読書のすすめ

・ 投稿コーナー

- 30 みんなの川柳・俳句・短歌
32 あれは偽者ロックマン
33 目は見えなくても夢はみえる
36 落書きストーリー

今月の表紙／ご講演いただいた慶応義塾大学の小沢洋子先生

JRPSの本部が、一般社団法人となり本年度の第一目標が公益法人取得であることは皆さんご存知の通りです。

この度、本部より各支部の名称を〇〇支部ではなく各都道府県名の網膜色素変性症協会に変更するよう通知がありました。神奈川支部は「神奈川県網膜色素変性症協会」、略称は「JRPS神奈川」となります。支部長は会長となります。

これは、法的には本部支部の関係でないためであり、公益法人化に向けて誤解を招かないようにするためです。

本部が一般社団法人を取得する時にも支部の位置付けが課題となったわけですが、支部として連結決算を行うには支部の事務負担が重いこと、支部登記すると全体では膨大な地方税がかかることなどから、支部は任意団体のままで行くことになりました。

公益法人化にあたっては、より以上に厳正な管理、特に会計処理が必要なため、やはり支部は任意団体で継続し名称も各都道府県名の網膜色素変性症協会となることになった訳です。詳しい案内がJRPS会報紙あるぴいにてなされると思います。しばらくは混乱することもあるかもしれませんが、よろしくご理解いただきますようお願い致します。

このように慣れ親しんだ本部・支部という呼び方はなくなりますが、JRPSはあくまでJRPSであり、JRPS神奈川となっても目的は一切変わりません。このことはしっかりと確認しておきたいと思います。

全国のJRPSグループと一つとなって「治療法確立と生活の質の向上」、これを達成するために会員皆さんと共に邁進して参ります。

この会報紙がお手元に届く頃には、公益申請がなされていることと思います。公益法人化は今まで以上の活動と影響力を発揮するためとご理解いただき、一層のご協力をお願いする次第です。

JRPS神奈川会長 佐々木裕二

JRPS神奈川の活動

総合カレンダー

- 9月 5日(土)※カラオケ交流会 上大岡 12時～
9月13日(日) ミニ集会 県民センター709 12時～
9月16日(水)※患者のつどい in 秦野 秦野センター 13時30分～
9月26日(土) 陶芸クラブ 横浜ラポール 13時～
9月26・27日(土・日) 世界網膜の日 in 群馬(群馬県)
10月11日(日) ミニ集会 県民センター710 12時～
10月14日(水)※つくしの会 バスツアーと農業現場体験(小田原市)
10月24日(土) 陶芸クラブ 横浜ラポール 13時～
10月25日(日)※パソコン教室 ライトセンター 13時～
11月 8日(日)※ガイドヘルパー勉強会 9時30分～
ミニ集会 12時～ いずれも県民センター710
11月22日(日) 会報発送作業 県民センター9階 9・10時～
11月28日(土) 陶芸クラブ 横浜ラポール 13時～
● 12月5日(土)※カラオケ交流会 上大岡 12時～
12月13日(日) ミニ集会 県民センター710 12時～
※…この印の項目は記事が掲載されています。

◆ミニ集会の会場

ミニ集会は通常、かながわ県民センター(045-312-1121)で開催します。横浜駅西口からヨドバシカメラのビルに向かって進み、その手前の横断歩道を渡ったら、右に曲がります。100mほど進んで高速道路の先の信号のある交差点の左角の建物です。点字ブロックが駅から敷設されています。なお、かながわ県民活動サポートセンターは、かながわ県民センター内にあります。

第20回支部定期総会報告

会長 佐々木 裕二

去る6月21日「新川崎 創造のもり k2ハウス」にて支部定期総会を開催しました。あいにくの雨天、初めての会場のためか役員を除く出席会員数は33名でした。

議長に白崎正彦さん、副議長に横瀬正英さん、議事録署名人に茅場達さんが選出され議案は全て可決承認されました。なお、第一号議案の中で元役員の支部活動費の誤った請求に関して返還請求することがあわせて議決されました。

今年度は、会員5000名達成のための初年度としてJRPS神奈川では30名増員を目指して活動して参ります。これは、治療法確立に向けた治験、臨床研究が活発になる中で患者会としての発言力を増すためであり組織を充実させるためです。会員の皆様にはご理解いただき同病の仲間を悩んでいる、困っている人を見かけたら是非ともミニ集会や各イベントへお誘い下さい。少しでも解決でき心が軽くなり共に活動できるようになればそれがJRPSの目的達成に近づくこととなります。



◆ご寄付のお礼

総会・医療講演会にて、募金22,780円、また青い鳥はがきのご寄付をいただきました。この場をお借りしてお礼申し上げます。ありがとうございました。

医療講演会の報告

役員 神田 信

今年度の医療講演会は、「最近の網膜変性疾患に対するアプローチ」と題して慶応義塾大学小沢洋子先生にお話しいただきました。

先生は、網膜色素変性症を治す薬はまだ開発されていないと前置きされ講演を始められました。しかし、近い将来には病気の進行を止める、もしくは進行を遅らせる薬の完成が約束されていると感じとったのは私だけではなかった様に思います。以下、講演の要旨です。

我々が取り組んでいる網膜の研究は、世界中で様々な方法で行われている。大別すると、人工網膜、細胞の移植、進行の予防の3つになる。

人工網膜は、目の中に電極を埋め込み、脳を直接刺激する方法。細胞の移植は、昨年行われた理化学研究所の高橋政代先生による iPS 細胞を使った網膜色素上皮の移植手術。その他、視細胞の移植も動物実験であるが研究は進んでいる。

病気の進行予防は、遺伝子治療、神経保護治療の薬を開発して行うことになる。薬を開発するには、病気のメカニズムを解明する必要がある、これまで病気の網膜を採取し研究することはできなかった。しかし、iPS 細胞により病気の網膜細胞を作製することに成功し、それが可能となった。

我々が行った実験では、ロドプシン遺伝子に異変を持つ患者さんの iPS から視細胞を作製し、正常なものと比較した。結果、患者さんの視細胞は小胞体ストレスが上がり、アポトーシスが増え細胞が早く死んでいくことが確認できた。小胞体ストレスとは DNA から作るタンパク質が

正常なものを作れなくなったとき、小胞体に詰まり正常なタンパク質も運べなくなることを指す。実験で幾つかの薬材を視細胞に投与すると、ラパマイシンなどが効果が高いことがわかった。それにより、ロドプシン遺伝子が異変したこの患者さんには、ラパマイシンを投与することにより細胞が生き延びることがわかった。

しかし、別の遺伝子変化を持つ患者さんには、それぞれの病気のメカニズムにあった薬剤を探す必要がある。

この神経保護治療を行えば、人間の細胞は強いため死にかけた細胞も蘇らせる可能性も秘めている。まずは、病気の進行を遅らせたり止めたりすることであるが、それもまだまだハードルはある。臨床実験でも長い期間が必要となるが、一步一步確実に進んでいきたい。

先生は、網膜色素変性症の理想の治療は、早期発見、早期神経保護治療、遺伝子に異常があっても網膜に影響が出ないようにすること。

治療法が確立されれば、生まれた時に一斉診断を行い遺伝子異変にあわせて薬を飲めば網膜色素変性症は症状を抑えられる病気になるとおっしゃられていました。

最後に、日夜研究に励まれている慶応義塾大学のメンバーの写真をスライドで映されました。小沢先生を始め、我々のために日々頑張ってくださっている方々に感謝しつつ、期待をしたいと思います。

＊ ＊ この講演会は「神奈川新聞歳末たすけあい」の

配分金により開催しました。 ＊ ＊



第2回社員総会(代議員会)の参加報告

代議員 志村 清四郎

去る6月27日(土)、東京品川の「きゅりあん」において、JRPS 第2回社員総会(代議員会)が開催されました。北は北海道から、南は沖縄まで各都道府県から総勢53名の参加がありました。JRPS神奈川からは、奥原・田上・溝田(書面表決)・志村の4名が参加しました。

社員総会の報告はJRPS会報誌にも掲載されていますが、すべての議案について質疑応答の後、原案どおり可決承認されました。質疑の中で、「特定医療費(指定難病)医療受給者証の申請手続きが煩雑なので、もっと簡素化するように国に対し要請して欲しい」との提案が出されました。現時点でのRP患者数の統計数値は、この指定難病医療受給者数しかないのです。手続きの煩雑さのため受給申請が減ってしまうのは問題であり、重要な取組み課題だと思いました。

なお、総会に先立ち、国立病院機構東京医療センター・感覚器センターの岩田岳先生から「網膜色素変性の網羅的遺伝子解析と病因・病態機序の解明」と題して講演がありました。

横浜市旭区難病講演会の報告

役員 田上 真由美

去る6月26日(金)の午前10時～12時まで横浜市旭区役所におい

て、旭区主催の難病講演会(網膜色素変性症「RP」)が開催されました。当日は、定員70名で会場もいっぱいになりました。講師は国際医療福祉大学熱海病院眼科教授の高野雅彦先生でした。

高野先生の講演は、RPの基本的な内容など初心者にも大変分かり易いものでした。病態についてはパワーポイントで眼底写真を映しながら丁寧に説明して下さいました。

遺伝については、孤発(散発)例と劣性遺伝の説明がありました。最近では少子化が進み孤発型が多くなってきていると説明されました。これは少子化が進み家族歴の詳しい調査が難しくなり孤発型と診断されるケースが多くなっていると言う事だそうです。

劣性遺伝では保因者頻度が約50人に一人で、患者になる確率は保因者同志が結婚した場合1%だそうです。しかし、これはあくまでも机上の計算とおっしゃっていました。そして、現在は有効な治療法はありませんが、今できる事として、飲み薬の事、眼鏡の装用のすすめ(子供にはいじめの対象になるという事で、すすめていないそうです)等、また研究が進むiPS細胞の将来性など最新の情報まで幅広くお話されました。

それから、先生からは白内障、緑内障、その他の併発症のチェックやその治療をしっかりと行うためにもぜひ眼科に通って下さいとお話がありました。

また、当日は「日常生活の留意点」として高野先生がまとめられた資料も配布されました。講演の最後には最新の情報や便利グッズなどの正しい情報を得るためにもと患者会をすすめて下さいました。質疑応答では、質問された内容からセカンドオピニオンの話をされ今かかっている医療機関で不安に思う事があれば、ためらわず他の眼科医の意見を求める事が大切と言うことでした。

予定時間は過ぎましたが、福祉機器業者(光学堂さん、丸進テックさん)からの説明に続き患者会の時間もしっかりとって頂き、患者会スタッフより紹介をさせて頂きました。

当日は、保健師さんの司会進行によりとてもなごやかな雰囲気の中での講演会で、終了後は各業者さんのブースを興味をもってご覧になる方や私達患者会スタッフに話しかけて下さる方もいらっしゃいました。さらに患者会に入会された方もいらっしゃいました。

全体を通して参加者の方々がとても真剣にお聞きになっていた事から、もっと患者会を知って頂き、さまざまな情報を得て頂ける様、さらに努力を続けていかなくてはと思いました。

チャリティーライブ 「ミュージックパーティー2015」の報告

副会長 内田 知

9 横浜ラポールでの開催から、約4年ぶりのチャリティーコンサート。5月23日、横浜駅近くのライブレストラン(サムズアップ)にて、コンサートからライブと開催名を変えて行いました。

● 今回は、飲食をしながら音楽を楽しんでもらう形をとり、ライブハウスでの開催としました。当日は、140名収容の店舗が満席となりました。ライブハウスと言う店舗に初めて来られる方が多く、店内の雰囲気を楽しんでおられる方もいました。また、お客様としてご来場していただいただけではなく、横浜駅から店舗までの案内係や、店内誘導をお手伝いしてくださった方々がいました。そして、出演してくださった、ブレーメン、栗山竜太&ダイアン、ウシオジーメンによるステージパフォーマンスのすばらしさが来場してくださったお客様に楽しい音楽の時間を与えてくださいました。お帰りになる方たちの楽しかったとの感想に、なんとも言えない嬉しさと安堵感を感じました。しかしながら、主催者としての不手際で、お客様にご迷惑をおかけする部分があったと反省しなければならない事があったと思っています。今回のいくつかの反省点を教訓として、次への開催に生かして行きたいと思っています。

今回のイベントが開催できたのは、チラシ配布等、広報のお手伝いをしていただいた皆さんと、出演を快諾してくださった3グループのメンバーの皆さんのおかげと感謝の思いです。また、夜遅い外出にも関わらず視覚障害者のガイドをお引き受けいただいたヘルパーの皆さんがおられた事が、視覚障害者の方々の来場を可能にしてくださったこと、ガイドヘルパーの皆さんへの感謝でいっぱいです

最期に、今回のチャリティーライブを開催へと導いてくださった皆さんへ、心から感謝申し上げます。ありがとうございました。

つくしの会だより～中華ランチのご報告

横浜市 浜崎 富代

去る7月6日(月)、あいにくの雨模様にもかかわらず、総勢36名(内、会員23名)の参加をいただき、中華レストラン「重慶飯店」に行ってきました。

桜木町駅から赤い靴号(バス)に乗車して、目的地まで晴れていたなら、横浜の街並みを霏雨気だけでも堪能できたのにと、残念に思いました。遠方からはるばる参加して下さった方、久しぶりに親交を温めあった方々、そして今回は男性も数名参加して下さり、とても和気あいあいと賑やかなひとときでした。

参加して下さった皆さん、そしていつもご協力頂いているガイドヘルパーの皆さん、お世話になり、有り難うございました。

「子育て世代の女子会」の報告

役員 伊藤つえみ

今回の「子育て世代の女子会」は、昨年来られなかったのでぜひ参

加したかったと言ってくれた方や、お母様とご一緒に参加いただいた方、子育てが一段落し皆様へ何かの参考になればと参加いただいた方など、13名の参加で、そのうち約半数の方が初参加でした。

役員として感じたのは、ミニ集会や懇親会には参加されていない方も多く、普段お話する機会のない方達と交流が出来たのがよかったと思います。また、その後、これが機会となり連絡しあったり、相談したりしていると聞きますと、本当に開催してよかったと感じております。

実際の内容や感想などを、参加者のお一人であるママさんが詳しく書いてくれましたので、以下も含めてご報告とさせていただきます。

◆「子育て世代の女子会」に参加して

【横浜のママさん】

爽やかな五月晴れの5月10日、日曜日。県民センターに13名が集まり「第2回子育て世代の女子会」が開かれました。

2歳のお子さんを持つお母さんから、お孫さんもいらっしゃる方まで明るくて前向きな方ばかりで和やかな雰囲気でした。

「白状を持つきっかけは？」という話から始まり、子供の学校関係やママ友の話題に。

小、中学校まではPTA活動など、他の人に協力してもらいながら頑張らなくてはならないことも。ママ友の付き合いもある程度はしていないと子供に影響がでることがあります。

私自身も子供が小さいころは必死でPTA活動をこなし、病気のことを理解してくれるママ友の協力を得てなんとか過ごしてきました。

県民センターで、午前中2時間お話しした後、中華料理屋さんへ移動。美味しい海鮮ランチを食べながら更に2時間おしゃべりしました。同じ悩みをもつ患者同士で話せると、共感してなんだかほっとします。

今回参加された方は勿論、子育てや家事が忙しく普段患者会の会合に出席されていない方も、次回は参加してみませんか？

お待ちしております。

網膜色素変性症患者のつどい in 秦野
～9月16日(水)に開催、お気軽に参加を～

役員 武川 宏

神奈川県平塚保健福祉事務所秦野センターとの共催により、9月に「患者のつどい」を開催することになりました。

秦野での開催は2011年3月18日に、当時「出前セミナー」として予定していたものの、3月11日の東日本大震災で中止を余儀なくされていましたが、今回改めて県平塚保健福祉事務所秦野センターのご協力を頂き開催することになりました。

秦野・伊勢原地区の皆さん、長い間お待たせいたしました。患者の皆さん、ご家族の皆様、お気軽にご参加ください。

「患者のつどい」は、医師などの専門家は参加しませんが、同じ患者の立場から、注目すべき最新の医療情報、療養生活で注意しなければならないこと、知って便利な福祉情報などをお話するとともに、同病の仲間として、心配事や日常困っていることなど何でもお気軽に相談をお受けします。また、地域の患者さん同士の交流の機会にもなります。

日 時：平成27年9月16日(水) 13時30分～15時30分

会 場：神奈川県平塚保健福祉事務所 秦野センター講堂

(旧 秦野保健福祉事務所)

対象者：網膜色素変性症患者、家族、福祉関係者等(定員30名)

◆申し込み先(問い合わせ先)

神奈川県平塚保健福祉事務所秦野センター保健予防課

(担当者) 日極(ひずめ)

(電話)0463-82-1428

◆申し込み締め切り：9月9日(水)

『教えて、ガイドヘルパー利用法』 ～ミニ勉強会のお知らせ～

役員 田上 眞由美

ガイドヘルパー利用を考えているけど知らない事、分からない事が色々あるのではないのでしょうか。事業所の事、ガイドヘルパーさんの事等々。

そこで、今回気軽に疑問や質問を出し合える「ミニ勉強会」を下記の日程で行います。既に利用されている会員さんも、ガイドヘルパーさんにもご参加いただき、気軽な話し合いのなかからいろいろ教えて頂きたいと考えています。

将来利用を考えている方、また興味関心のある方の予備知識としてお役にたてて頂きたいと思えます。

参加ご希望の方は、下記までご連絡下さい。

日 時： 平成27年11月8日(日曜日)9時30分～11時

場 所： かながわ県民センター 710号

定 員： 15名

【連絡先】

田上 眞由美 (メール) ****@*****

((電話) ***-****-****



パソコン教室 ～らくらくスマホの体験会のご案内～

会長 佐々木 裕二

今回のパソコン教室は、NTTドコモの『らくらくスマホ』の体験会を行います。

携帯電話はらくらくホンで読み上げ機能を使っている方が多いと思います。今流行のスマートホンに乗り換えようか検討している方、iPhoneとどちらがいいか迷っている方、この機会にらくらくスマホをじっくり触ってみませんか？

体験会はNTTドコモのスタッフが行い、参加者全員がらくらくスマホを操作しながら体験できます。そのため定員が14名となります。ご興味のある方は是非この機会をご活用下さい。

15

日時:10月25日(日)13時～16時

会場:神奈川県ライトセンター 2階講習室

相鉄線二俣川駅よりバス5分。または、徒歩15分。詳細は申込時。

定員:14名 参加無料

※申込み多数の場合は会場、時間帯が変更になることがあります。

申込先:佐々木 裕二

(電話) ***-****-****

※自宅20時以降にお願いします。

(E-mail) ****@****.****

* * この体験会は「神奈川新聞歳末たすけあい」の

配分金により開催します。* *

つくしの会だより

～バスツアーと農業現場体験及び料理教室のご案内～

横浜市 浜崎 富代

残暑いまだ厳しいこの頃ですが、皆さんはいかがおすごしでしょうか。さて、このたび“つくしの会”では、「公益財団法人すこやか食生活協会」のご支援とご協力を賜り、初めてのバスツアー及び農業現場体験を実施する運びとなりました。

尚、バスツアー終了後、この行事の一環として、料理教室を開催いたします。開催日は、11月下旬から12月上旬の予定です。今回の企画は、バラエティーに富んだ内容ですので、皆さんには大いに楽しんで頂けるものと思っております。皆さんのご参加を心よりお待ち申し上げます。

開催日：平成27年10月14日(水)

集合場所：横浜駅西口 横浜天理ビル前

集合時間：9時15分厳守

◆出発：9時30分

◆解散：16時30分頃(横浜駅西口横浜天理ビル前)

バス会社：東洋観光バス(大型バス)

行き先：ミナファファーム

(所在地)小田原市鬼柳311

(電話):0465-37-0955

募集人数：30名(ガイドさん含む)

参加費:無料

【体験内容】

- (1)野菜の収穫体験
- (2)かまどご飯とバーベキュー
- (3)農機具体験

◆当日の服装と持ち物

- ・動きやすく汚れてもよい服装、運動靴
- ・持ち物はタオル、飲み物、健康保険証、軍手

★雨天決行（雨具をご用意下さい）

◆申し込み締切り：9月25日（金）なお、応募者多数の場合は抽選とさせていただきますので、御承知おき下さい。

◆申し込みとお問い合わせ先：

- ・浜崎 富代 （電話）***-****-****
（携帯）***-****-****
- ・渡邊 千登世 （電話）***-****-****
（携帯）***-****-****

◆主催者

公益財団法人すこやか食生活協会

17

【事業名】農林水産省「平成27年度消費者ニーズ対応型食育活動
モデル事業」

『すこやか食生活協会について』

当協会は、視覚障害者や高齢者の方々に、食生活情報を提供している公益法人です。1984年に発足し、2014年に創立30周年を迎えました。

主な活動内容として、視覚障害者向けに食生活に関する知識と情報を録音した月刊「声の食生活情報」を制作し、カセットテープまたはデジタル対応のCDの形で提供しています。

その他、大活字と点字を併用した料理のレシピ集などを作成し、全国の視覚障害者、点字図書館、社会福祉協議会などに配布したり、視覚障害者や高齢者を対象とした料理教室を開催しています。

当協会のホームページ「すこやか食生活ネット」では、「声の食生活情報」の内容や料理のレシピを紹介しており、音声で聞くことができます。

ホームページ「すこやか食生活ネット」

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

♪カラオケ交流会のお誘い♪（9月・12月開催）

恒例のカラオケ交流会です。楽しい仲間たちが皆さんの参加をお待ちしています。

さあ、ストレス解消！大きな声で一緒に歌いましょう！

日 時： 9月5日（土）12時～16時

12月5日（土） 同上

場 所： モコモコ 上大岡店（電話045-845-0311）

集合場所： 横浜市営地下鉄上大岡駅改札付近
（バスターミナル側）

集合時間： 12時

会 費： 1,500円（基本）

【申し込み連絡先】

渡邊 千登世 （電話） ***-****-****

（携帯） ***-****-****

高木 貞子 （電話） ***-****-****

JRPS会報発送作業お手伝いのお誘い

役員 田上 眞由美

今回も引き続きJRPSが発行している会報誌(ああるぴい)の発送作業のお誘いをさせていただきます。

7月の発送作業は、おかげさまで2名の方が初めて参加され計7名の方が参加されました。ありがとうございます。

この発送作業は、奇数月(年6回)、第4土曜日の午前中に行われています。JRPS千葉、JRPS東京、JRPS埼玉、JRPS神奈川の皆さんでそれぞれに分かれ楽しくお喋りをしながら進められています。作業終了後は、お茶とお菓子をいただきながら皆さんと交流の時間をもっています。

この発送作業に参加してみようかな、と思われる方がいらっしゃいましたらぜひお願いいたします。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

19

●
J
R
P
S
神
奈
川
の
活
動

【次回のJRPS会報発送作業】

日 時: 平成27年9月26日(土) 午前中

場 所: JRPS

(所在地)東京都品川区南大井2-7-9

アミューズKビル4階

待ち合わせ: 京急大森海岸駅改札出口前 午前9時20分(集合)
(JRPS神奈川参加者で集合して行きます)

【連絡先】

田上 眞由美 (メール) ****@****.****

(電 話) ***-****-****

JRPSカレンダーのご案内 ～ご注文お忘れなく！～

今年もJRPSオリジナルのユニバーサルカレンダーが発売されます。黒地に白文字のとても見やすい大判のカレンダーです。メモ欄も付いています。(写真は今年のカレンダーです。)

購入ご希望の方は忘れずにお申し込み下さい。毎年年末になってご連絡をいただく方がいらっしゃいますが、昨年は本部にも在庫がなく購入できないということがありました。

●JRPSオリジナルカレンダー

サイズ:約縦55cm × 横38cm、12枚

価格:1100円 (郵送の場合は 1400円)

注文締め切り:9月27日(日)

注文先:佐々木裕二

電話 ***-****-****

E-mail:****@****.****



ちょっと話してみませんか？

心理相談員 板嶌 憲次郎

仕事や今後の事など、意外と家族や身近な人にも話しにくいこの病気の悩み。いざ話してみても「なかなか分かってくれないなあ…」と感じている方も多いのではないのでしょうか。

JRPS神奈川としては、基本理念のなかの「私たちの手でQOLの向上を」というところから「患者の皆さんの悩みをお聴きし、少しでも元気な患者の方々を増やしたい。」という思いから、この企画を立ち上げました。

前回の会報誌に掲載させていただきましたところ、数名の方のお話を聴かせていただきました。モヤモヤした感じを言葉にして自らの口で話すことは、カタルシス(心の浄化作用)効果につながります。ちょっと話してちょっとでも心を軽くスッキリしてみませんか。

【対象】

RP(網膜色素変性症)患者とその家族

◆聴き手 プロフィール

板嶌 憲次郎(イタジマ ケンジロウ)

- ・1970年(昭和45年生まれ) 44歳
- ・約25年前(20歳頃)にRPと診断される。
- ・約15年前(30歳頃)障害者枠で金融系の会社に転職し現在に至る。
- ・一般社団法人日本産業カウンセラー協会 産業カウンセラー

【連絡先】

(電話) ***-****-****

(メール) ****@****.****

****@****.****

知っている役立つ生活の知恵(22)

横須賀市(会員家族) 剣持 智子

【食事】

◎炊飯器で調理

会員の宇田川さんより、炊飯器で作る鶏の照り焼きや煮豚の情報を戴きましたのでご紹介致します。

宇田川さんの作り方ですが、肉は余分な水分を取り除くために塩もみをして1時間程たってから好みの味付けをしたタレと一緒に炊飯器に入れて炊くだけとのこと、その際水は入れず鶏の照り焼きには砂糖や蜂蜜を多めに、煮豚には野菜くずを入れ、一緒にゆで卵を入れても良いとのことでした。なお、調理後炊飯器の匂いが気になった場合には水を入れて沸騰させればきれいになるとのことでしたが、宇田川さんはリサイクルショップで炊飯器を購入し調理専用として使っているそうです。

そこで、私も使い古した炊飯器を引っ張り出し、そこに肉が隠れる程度の調味料を入れて炊飯してみました。でも通常の炊きあがりの時間が過ぎてもスイッチが切れず、結局エラーが出るまで放っておいたら肉のうまみ成分がタレに出てしまい、ちょっとパサついた肉になってしまいましたので、炊く時にはタイマー等を使ってご自身でスイッチを切ることをお勧めします。なお、私が使ったIH炊飯器は炊飯途中でフタをあけて

中の状態を確認することが出来るため、加熱途中であっても攪拌作業や味加減をチェックしたり、火の通りが悪ければ再度フタを閉じてそのまま炊飯を続けることもできました。

なお今回いろいろ試してみた結果、味付けは最初に調味料を入れる段階で出来上がりに近い濃さとし、かつ大根等の水分が出易い素材を使う場合には更に少し濃い目の味付けにしておいた方が良い事、また調味料の量は、沸騰した時には調味液が上の方まで上がってきて素材全体に浸透しやすい状態になりますので、かなり少なめでも大丈夫だということがわかりました。ただそれでも好みの味に仕上がらなかった場合には別の鍋に移して味を調える事もできますので、手軽にかつ勝手に作ってくれるこの炊飯器調理は大変便利な調理方法であると感じました。なお炊きあがり後にタレが残った場合には、とてもおいしいので再利用することをお勧め致します。

それと、今回炊飯器で調理できることを知ったので早速図書館で関連する料理本を借りて調べてみたところ、参考にして欲しい内容の記載がありましたので抜粋します。

23

1. **ご注意**・・・圧力式の炊飯器は蒸気のみ出し口に食材が詰まったり、フタをあけたときに中身が飛び散るなどの事故が起きているので**使わないで下さい**。(IH炊飯器やシンプルな機能の炊飯器でしたら大丈夫です。)
2. 炊飯器調理はじっくりと煮こんだり、きれいな形を生かした煮物や蒸し物が得意で、焦げついたり煮詰まりすぎたりもしません。
3. クッキングシートで作る落としぶたやアクとりシートを利用すると更においしく仕上がります。
4. 耐熱容器や蒸し板を使えば蒸し物も作れます。
5. 煮汁の材料は、あらかじめ混ぜてから加えてください。また、容量はふきこぼれの原因になりますので、内がまの1/3量までとし、調理時間はタイマーを使って調整してください。

また、今回宇田川さんからは肉料理を紹介して戴きましたので、料理の本からは魚料理を2種類紹介します。よかったら参考にしてください。

①サバの味噌煮・・・炊飯器で45～50分

<材料> (5合炊き、3合炊きで4人分)

- ◎さば(切り身)・・・4切れ ◎しょうが・・・1かけ
- ◎ネギの青い部分・・・1本分 ◎塩・・・適量
- ◎A【砂糖・・・大さじ4、みそ・・・大さじ3、酒・・・大さじ2】

<作り方>

- (1) さばは全体に塩を振り水分が出てきたら軽く洗い流してくさみを消す。しょうがは飾り用少々を細いせん切り(針しょうが)にし、残りは薄切りにする。ねぎは内がまに入る大きさに切る。
- (2) 内がまにAと水1/2カップ、薄切りのしょうが、ねぎを入れてよく混ぜ、炊飯スイッチを入れて20分加熱し、煮汁を作る。さばを入れてアクとりシートをのせ25～30分炊飯する。煮汁が煮詰まるとろみがつけば出来上がり。
- (3) 器に盛り、針しょうがをのせる。

②ブリ大根・・・炊飯器で60分

<材料> (5合炊きで4人分)

- ◎ぶり(切り身)・・・3切れ ◎大根・・・500g
- ◎塩・・・少々 ◎こぶ・・・10cm
- ◎しょうが・・・1かけ
- ◎A【酒、しょうゆ・・・各大さじ3、砂糖・・・大さじ2】
- ◎B【しょうゆ、みりん・・・各大さじ1】
- ◎ゆずの皮・・・少々

<作り方>

- (1) 大根は2～2.5cm厚さの半月切りにする。Aと水1カップをよく

まぜた煮汁を内がまに入れ、大根とこぶ、せん切りにしたしょうがを入れ、クッキングシートの落としふたをのせて40分炊飯する。

- (2) ぶりは大きめの一口大に切り、さるに並べて塩を振り、少しおいて熱湯をかけ、水にとって汚れを落とし、水けをきってBで下味をつける。
- (3) (1)のスイッチを切らずにふたをあけ、ぶりを入れてふたをし、さらに20分炊飯する。器に盛り、ゆずの皮をせん切りにしてのせる。

以上は「主婦の友社」発行の『決定版 炊飯器で絶品レシピ』から引用させていただきましたが、炊飯器にもそれぞれ特徴がありますので、あくまでも参考としてお考えください。

25 ●
情報
コー
ナー

なお、私も上記を参考にしながら作ってみましたが、どちらの調理にも水は入れず、その代わりにサバの味噌煮の方は味噌を控え料理酒を少し多めにし、そのタレにサバをからめて最初から入れてしまい30分炊飯してみたところ、焦げ付くこともなくおいしくできましたし、ブリ大根の方は醤油を若干控えめにしましたが、大根が煮汁をたっぷり吸ってとても柔らかくおいしく煮えましたので、皆さんも試される場合には、ご家庭の味付けで調理してみてください。

なお、炊飯器は一度切った後に続けて炊飯しようとしてもスイッチが入らないことがあります。そんな時はお釜が少し冷めるまで待ってから再度スイッチを入れてみて下さい。

この炊飯器クッキングですが、前述しましたように肉や魚はもちろん火の通りにくい大根やじゃがいも等の野菜も、ただ煮汁を入れて炊飯するだけで簡単にかつとても柔らかく仕上がる大変便利な調理器具であることがわかりましたので、皆さんもよかったらお試しください。なお、私が調理した時には、煮汁はかなり少なめにし、かつ容量もお釜の1/

2位まで入れてしまいましたでしたが、それでも大丈夫でした。

宇田川さん、情報をありがとうございました。

次に料理に関連したミニ情報です。

◎青紫蘇の葉にキムチの素を混ぜるとおいしいキムチが出来上がります。

(この情報も宇田川さんより戴きました。)

◎麺類の噴きこぼれを防ぐ方法

麺類を茹でる際に噴きこぼれるまで気付かないことがあります。そんな時には麺類と一緒に鍋底に金属製のスプーンやフォークを2本入れて茹でるだけで噴きこぼれを防ぐことができます。

◎ラップが器に貼りつかない時には

器やラップの種類によってはピタッと貼りつかないこともあります。その場合には、水でぬらした手で器の縁をさっと撫でてからラップをするときれいに貼りつきます。

さて、このコーナーでは随時皆様からのアイデアや情報を募集しております。

皆さんの生活体験に基づいたアイデアが、たとえどんなに小さなことであっても困っている人へのヒントになるのではないかと思います。ご協力、よろしくお願い致します。

なお、ご連絡は下記もしくは本会報誌の「読者の声」欄までお寄せ下さい。

またアイデアや情報だけでなく、どのような事でも構いませんので何かございましたらお気軽にご連絡下さい。

◆剣持智子 携帯電話:***-****-****

メールアドレス:****@****.****

◇◆読書の薦め(読めばワカルヨ一)◆◇

横須賀市 内田 知

日本文学界において、どんなジャンルの作品を執筆している作家であっても、決して避けては通れないテーマがある。そう、太平洋戦争である。今年には終戦から70年、節目の年と言っている。そして今号が8月発行の事もあり、あの時代をテーマにした作品を紹介させていただきます。

例によって、私めの独断と偏見によって選ばれた作品である事をご承知おきください。

■いつかX橋で 熊谷 達也 著

昭和20年、空襲で焼け野原となった仙台駅近くに通称X橋と呼ばれている橋があった。

そこで出会った若者二人。彼らのように生きた若者がいたのだろうか。いや、彼らのように生きるしかなかった若者たちがいた時代だったのかもしれない。そんな思いにさせられた一冊。

■群青に沈め 僕たちの特攻 熊谷 達也 著

国のためなら死ねる、と特攻に志願した17歳。だが、軍部が考え出した特攻方法はあまりにばかっていた。カッコ悪いのはいやだ。意味のない死なんて馬鹿げてる。訓練中に友達が死んだ。逆らう事も逃げ出すことも許されない。

それでも、ひたむきに日本の勝利を信じた17歳。太平洋戦争をテーマにした作品で主人公が生きてラストとなった事に安堵感のような思いで読み終えた一冊。

■指の骨 高橋 弘希 著

激戦地となった南洋の島で野戦病院に収容された若き兵士は何を見たのか。日本への帰還を夢見ながら死んでいく戦友たちを見送る若き兵士の胸中に宿る思いとは。

著者は34歳。太平洋戦争もベトナム戦争も知らない。そんな若者の文学的感性が作り出した圧倒的なリアリティー。デビュー作にして、芥川賞候補ともなった一冊。

■カミカゼ 永瀬 隼介 著

敵艦に体当たり寸前に、現代にタイムスリップしてしまった特攻隊員。偶然知り合った現在の若者との生活が始まる。混乱する胸中の中、今の日本の平和に安堵する。だが、彼の前に狂信的な思想を持ったテロ集団が現れる。そして日本に新たな危機が迫っていることに気付く。

時代を超え、世代を超えて、沈みゆく国を救うために究極の凸凹コンビが立ち上がった。強靱な肉体と死をも恐れぬ戦闘能力の特攻隊員。気持ちはあっても身体は動かさない今時の草食系男子。激しい銃撃戦の中に飛び込んでいく二人。彼らの運命はいかに。

あの時代を描いた展開は少ない作品だが、絶対どこかで泣くことになるだろう。

■記念試合 室積 光 著

旧制七高造士館(現・鹿児島大学)野球部の創部百年を記念して宿敵五高(現・熊本大学)との対抗試合の開催が決定した。この試合を取材に来たフリーライターに、バンカラ学生たちの青春を生き残った老人が語り始める。旧制高校から帝大に進んだかつてのエリートたちは、私欲に走る事無く国家や社会のためにひたむきに生きることを目指した。

太平洋戦争の終盤、学徒出陣で徴用された多くの学生が戦死し生き残った者たちはその遺志を継いで、国の再興に力を尽くした。

記念試合の終盤、生き残って老人となった友たちに、今は亡き学友が先輩が戦友たちが、死してもなお熱き友情で結ばれている生き残っ

た者たちへ送った軌跡。

硬派ひとすじに生きた男たちの、誇り高き精神の物語。笑って泣いての繰り返し。気が付けばもう朝なのかと、徹夜の一気読み。

この作品はサピエにはありません。お近くの公共図書館かライトセンターに問い合わせでお借りください。

■兵士ピースフル マイケル・モーパーゴ著 佐藤 見果夢 訳

物語は、一人の若き兵士が、幼い頃を回想しようとする所から始まる。彼には、優しく頼りになる兄が居た。少年の冒険心とちょっとしたきっかけで、二人は軍隊に入隊する。

そこで、待ち受けていたのは戦っている敵だけではなく。砲弾が飛び交い、毒ガスがおおいかぶさり、塹壕と鉄条網に閉ざされた世界。兄弟に襲い掛かるあまりにも痛ましい運命。物語の中に、6月25日午前6時と言う日付が主人公によって発せられる。この日付の意味する所は。その意味を知った時、誰もが読む手をとめるだろう。だが、最後まで読んでほしい。

著者はイギリス人作家。児童文学の世界では世界的に知られた作家である。その著者が戦争と言う行為の愚かさや残酷さを、子供たちへ大人たちへ訴えた力作。時代背景は、第一次大戦下ですが、あえて紹介させていただきました。悲惨な戦場にあっても、強い絆で結ばれた兄弟愛の物語。一読すべき一冊。ページ数の事もあるので解説は省きますが、同著者の以下の作品も読まれたし。

■ケンスケの王国 マイケル・モーパーゴ著 佐藤 見果夢 訳

■ゾウと旅した戦争の冬 マイケル・モーパーゴ著 杉田 七重 訳

2作とも、第二次大戦下が背景になっています。

みんなの川柳・俳句・短歌

神奈川MLのみなさん

●川 柳

【横浜市 渡辺 千登世】

- * 蒸発か ドローンよ何処 風まかせ
(ドローンの行方不明のニュースを聞いて…)
- * 鍋の外 かぼちゃ二切れ 持て余す
(毎度のことです。折角出来上がったのに残念!)
- * 紫陽花の ツボミ指差す 母子の笑み
- * ヒソヒソと 何のお喋り 花の宴
- * 紫陽花に 朝露光る 虹の色
- * 小さな手 あじさい撫でて 母見やる
- * 風鈴は 気だるくチリン ネコ昼寝

【藤沢市 狩野 幸子】

- * 我が命 どれほどの人にささえられて
天を上げば ふりそそぐ希望
- * 有明の 夕日の色は変わりゆく 心の時は行きつ戻りつ
- * 気がつけば 余命いくばく卒寿(そつじゅ)の
母は病(やまい) 我が身を“百”まで生きよと
- * カワセミは 青い鳥だと人はいふ 風の便りか 幸せ運ぶ
- * 今にでも 降り出しそうな空見上げ じっと待つ人 幸せの鳥

【横浜市 原 邦夫】

- * 5月にも 台風来ると 梅雨知らず
- * 太平洋 沈む世界の プロ野球
- * はっきりと 侍よりも 撫子が
- * 屋根付きが 青天井の スタジアム
(7月に手を骨折した時の自虐ネタ)
- * 小指折れ ありがたみ知る 左手の
- * ジャンケンで グーが出せない この手では

【横浜市 清水 秀雄】

- * 眼を閉じて 浮かぶ情景 シネマ会
(毎月ライトセンターでシネマを鑑賞しています)
- * もう来たか 月一診察 明日行こう
(日の経つのは早いものです)
- * 熱帯夜 サウナの夢に 汗地獄
(暑くて熟睡出来ません)
- * 古希を超え 病を友に 目指す喜寿
(一日、一日をしっかりと歩んで行こう)
- * バースデイ シワシワホッペに 思わぬ「チュッ！」
(二才の孫娘から思わぬプレゼントです)

●短 歌

【横須賀市 眞田 京子】

- * あたたかい 鍋を囲んで釣りたての
魚(うお)のさしみの 持て成しに和む
- * 手のひらに 紅梅(はな)の一輪いとしかり
刀自(とじ)の真心 おし花にせん
- * 鉢植えの 藤の花房咲きこぼる 香に誘われて 蜜蜂の舞う
- * 咲き誇る 香につつまれし花園の 真っ赤な薔薇に 潤い覚ゆ

(大船フラワーセンターにて)

* 夫の腕(て)に ひかれし闇夜(やみ)の
川の辺にゲンジボタルの舞い つつ光る

(磐梯高原にて)

* 猛暑なる ま昼の森の賑やかさ ミンミン蝉や法師蝉鳴

●俳句

【横浜市 森田 祐吉】

* 風薫(かぜ薫) 澄んだ空から マリアカラス

(乾燥した晴れた日の散歩中、高くきれいなカラスの声を聴きました。)

* 蝉しぐれ 猛暑に疲れ 途切れ気味

(この句も散歩中に浮かびました、蝉がつからそうに思えました。)

あれは偽者ロックマン

鹿児島県 中村 善暁

32

6月のJRPS代議員会出席のため上京した時、ウッチャンの情報を頼りに予約電話を入れて「六九和」という相模原の中村さんが出した新しいお店に行ってみました。

JR町田駅前から「道順を教えて」と電話したら、「私が迎えに行くからそのまま左方向に歩いて来て」という。歩き始めて一分もしないのに、「こんにちは」と聞き覚えのある中村さんの声。あとをついていくとすぐに「ここが私のお店です」。妻が小声で、「この人は本当に同じ病気なの？ 16、7年前に見えづらいついていたよね、今も小走りに来て、すごい早足で歩いているよ、ぜんぜん普通じゃない、ひょっとして偽者？」と言って笑った。私は病気の進行がゆっくりなのに安心してホッとしたのが本心だった。

食べ物はお任せでお願いしたが、流石である。私の好みを忘れていなかったのか、それとも中村さんの料理が私の好みなのか？ 次々に口に流れていく。ビールで汗が引いたところでお酒にもこだわりがあるはずと、「日本酒を冷で、辛口がいいな」と言うと、「冷酒でいいですか？ どこのお酒にしましょうか？」。私は「どうせあちこちの美味しいお酒を揃えているんだらうから、これもお任せします」。最初に出てきたのが福島のお酒だ。口に含むと何とも言いがたい芳醇な香りとほのかな辛さが何とも言えない。味わうまもなく、ノドが胃の府が早く早くとせきたてる、クイツとノドへ。良いお酒は流石に違う。ノドから胃の府へなんのわだかまりもなく白糸の滝のごとく見事に流れ落ちる。二杯目は長野へ、それからは島根、広島へと続く。どの酒も甲乙つけがたい。調子に乗ってきた。そこで、「今度は何処かな？」と言ったとたん、横から怖い山の神の声、「もういいかげんにしなさいよ、酔っ払っているじゃないの」。私が懇願する猫なで声で、「そんなに呑んじゃったかな、あまりに美味しいのでついついだね、じゃあ最後の一杯とするか」と言うと、中村さんの奥様が、「これは始めて開けるお酒なんです、どんな味だか私達も飲んでみます」とついでくれる。

33

●
投稿
コー
ナー

最後の一杯を味わいながら、「六九和」とはどんな意味なんだ、と聞いてみた。ロックが好きだから六九だという。それに頭も茶髪にしてるそう。RPにしろロックにしろ偽くさい。ただ料理の味とお酒だけは一級、いやウッチャン流に言えば快速特急だ。久しぶりに美味しい料理とお酒を十分に味わえた至福の一夜でした。

目はみえなくても夢は見える
「踊るお父さんとB級グルメ」

横浜市 荻原 康充

ちょっと遡って5月のゴールデンウィークの話。以前より地元の友達

と約束してた B 級グルメツアーを敢行した。場所は、横浜のディープな街でもある野毛。私にとっては幼少時から馴染みのある見慣れた街だが、初めて踏み入れた人は驚くかもしれない。簡単に言うと風紀は「えっ」という感じで、昔ながらの飲食店が立ち並ぶ商店街がいくつもあり、昭和にタイムスリップしたかのような雰囲気。そこには多種多様な店が立ち並びどこに行こうか悩んでしまう。

横浜のグルメといえば「中華料理」ってイメージが強い人も多いかもしれないが、この辺りには古くからの洋食屋さんもある。実はスパゲティナポリタンは横浜発祥と言われていて、山下町の某ホテルと野毛の某洋食店がルーツと2つの説があるらしい。最初にケチャップを使ったのが野毛で、トマトソースを使ったのが山下町の店と言われているらしい。

さて、話は戻り B 級グルメの話。桜木町からほど近くの中華料理屋（洋食の話を書いたのに中華って？）。この店は本当に昔から味のある雰囲気、野毛で 1、2 を争うんじゃないか？というくらいメニューや看板にインパクトのあるお店。「毛沢東もビックリ」とか昔から変わらない遊び心が満載。そして中に入ると傾いた店内。

店内に友達と入ると「お兄さん達、ビールと揚げ鶏と餃子でいいかな？」と押し売りの先制パンチが飛んでくる。全く知らないノーガードな人はまず驚くだろう！

今回、友達と「料理より店を楽しむ」事を考えてチョイスした店の為、そのままオーダー。すると「ハイ、逆らう気なしねー」とオーダーが通る。友達と顔を見合わせて「ウチらテクられてるんじゃないねー」と話す。そして、ビールと共につまみが続々と来る。最初にファーストドリンクを頼むと出てくるお通しがある。通称「バクダン」と言われる、こんがり揚げたニンニクに自家製味噌がタップリかかったもの。ホックリとした揚げニンニクの食感に、甘辛の味噌ダレがマッチしてなかなか美味しい。そして揚げ鶏、こちらも自家製の味付けで美味。そして餃子。ニンニクタップリ効いた餃子は身体が温まる。ニンニク苦手な私でも美味しく食べられるレベ

ル。この他に、変わり種のアアルコール類が多数あり、オーダーする時の店主とのやりとりも楽しいのだが、掲載には不適切な表現も含まれそうなので伏せましょう。

次は洋食屋か？と思うかもしれないが、台湾料理。野毛の商店街を日の出町方面に歩いて到着。こちらも店のインパクトは凄い。表の看板には「豚豚豚豚豚」と豚がいっぱい書かれてる。こちらも名物料理があるのだが、メニューには書かれていない裏メニュー。でもほとんどの人がオーダーしてる。だけど裏メニュー。料理は茹でた麺にごま油とニンニクをあえた感じ。きざんだ生ニンニクが入っていて、ちょっと辛く感じる。やみつきになる人もいるかもしれないが、並んでまで食べようとは思わないかも？他に頼んだホルモン料理がこれまた美味で「近所であれば通うよねー」と友達と話す。

その後、腹ごなしにフラフラと歩く。そして到着したのが伊勢佐木町と野毛の間にある吉田町。この日は町をあげてジャズフェスティバルが行われていた。ライブハウスに行かなくても、夜風に当たりながらジャズが聴ける。この日は道路を通行止めにして、商店街のレストランや居酒屋、ワインバルの人達が店前に露店を出して盛り上げている。路上には椅子とテーブルを並べ、シートを敷くなど観客が無料でくつろげるスペースが設けられている。路上ライブはいくつかの場所で行われていて、良い音が聴こえると観客が移動するようなシステム。ライブを行うほとんどのバンドは、ボーカル、ギター、ドラム、ウッドベースで構成されていた。中にはギターの代わりにヴァイオリンなど違う弦楽器で構成されてるバンドもあり、夜空に響く音が心地よかった。夜になるほどに眩しさが軽減されるのか？入って来る音が更にクリアに聞こえた。

さて、飲食店の方々が露店を開いてるので何も買わないのも失礼かと思い、ドリンクを購入。色々なドリンクがある中で、友達が見つけて来たのが「季節限定とちおとめのサングリア」。親父達が飲むには可愛すぎると思うけど、ほどよい酸味と甘味がとても美味しくて友達は何度もおかわりしてた。

そして、ライブを見てるとボサノバ風の女性ボーカルのバンドもあった。普通に聴いてると、周囲から笑い声が聞こえる。友達に何が起きてるのか訪ねると「お父さんが音に合わせて踊ってる」という！お父さんの踊る姿を見ようと場所を教えてもらおうと、確かに踊ってる。そして、段々と女性ボーカルやギターに近づき、目の前で踊り始めた。これこそまさに路上ライブならではの光景だろう。この後、お父さんは係員に誘導されて撤収するが、再度登場して踊り出し注目を集めていた。

横浜の中でも本当に色々な店が立ち並ぶエリアは、とても刺激的で楽しいひとときを与えてくれた。ちょっと見えづらいと「行くの嫌だなー」と思う場所も多いが、行ってみると楽しい時もある。たまにでいいけどね。

さて、今まで連載してきたこのコーナーですが、私の都合によりしばらくお休みさせていただきます。いつも、つたない文章を読んでいただき本当にありがとうございます。また戻って来るまで、お楽しみにしていただければ光栄です。お読みいただきありがとうございました。

ウッチャンの落書きストーリー
☆歓喜の声☆

横須賀市 内田 知

朝、コーヒーを飲みながらトーストが焼けるのを待っていた。「お兄ちゃん、パンにはマーガリンだけでいいの」「ジャム塗ってくれる」「そのジャムが見つからないのよ」「冷蔵庫の上から2段目の左側」「えーと、そこには無いわよ」「奥に入り込んでしまっているかもしれないから、手前にある物をどかしてみなよ」とすると「あった、お兄ちゃんすごいね」とオフクロサンの歓喜の声。

その日の午後、オフクロサンのいる居間からガサゴソと何かを探して

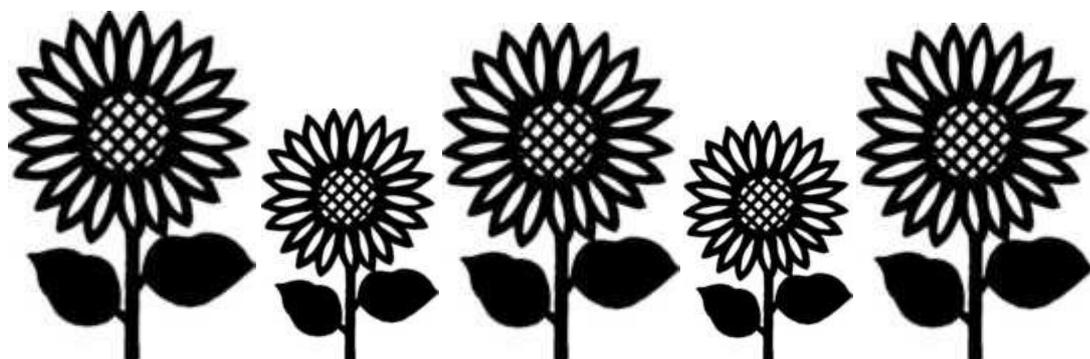
いる音が聞こえてきた。(またか)と舌うちしながらオフクロサンの元へ。「何を探しているの」「役所から来た封筒なんだけど」「ちゃんと探したの」「解るようにテーブルの上に置いたもん」それを聞いたウッチャンは「おれが見つけたら1000円もらうよ」と言った。

オフクロサンの返事は無し。これを了解したと考えたウッチャンは、探し出す前に尋ねた。「だいじな物だからって、いつもの引出しに入れたりしてない」「そこは見た」「だからあつ、引出しは3段あるでしょ。全部見たの」「全部は見てない。だって大事な物は一番上に入れてるから」「そんじゃあ、一応他も見てみなよ」オフクロサンは、しゅしゅ顔で2段目の引出しを空けた。で、朝と同じように「あつたあ」と歓喜の声。

さて、夕方6時頃、台所ではオフクロサンが晩御飯の調理を始めた。冷蔵庫を開けたり閉めたりする音。まな板の上で何かを刻む音。そんな音の中から「お兄ちゃん」の声、ウッチャンはその声に向って叫ぶが如く「よく探してからおれを呼んでくれよ」と言葉を返した。

すると、しばらくして台所から「あつたあ」の歓喜の声。若い女子の歓喜の声なら何回聞いても苦にはならないが、80を超えたばあさんの歓喜の声を1日に3回も聞く。これはかなりきつい。

オフクロサンとの日々を送る中、ウッチャンは思った。(ただ、見るだけなのと、探すことの違いだけなんだけどなあ)と。



◆◆◆読者の声(FAX 用紙) → FAX ***-****-**** ◆◆◆

あなたの声をお聞かせください。会報誌に関する感想、JRPS神奈川の活動への要望、悩み事など、内容は問いません。

ロービジョンルーム

視覚に障害のある方や、見えにくくてお困りの方に
 おすすめしたい商品を多数取り揃えております。
 一般的にあまり見る機会のない商品を多数展示・販売しております。
 是非、相談にご来店をお待ちしております。



遮光眼鏡

無料で20日間貸出し・ご相談実施中!

高倍率ルーペ

常時250種類ご用意 見比べて下さい。

強カライト

万が一の夜間歩行や暗がりに必需品!

音声時計

時刻を音声でお知らせする音声時計や、
 直接針に触れる事ができる触読時計など。

拡大読書器

20台の最新型拡大読書器デモ機をご用意! 自分に合った使いやすい機種を探してください。

プレクストークポータブルレコーダー

プレクストークで デイジー図書や 音楽CDの再生、
 JRPS会報誌を聴く! カセットテープに変わる機械です

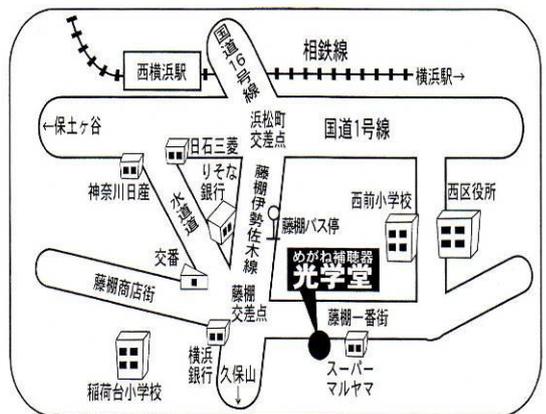
スピーチオ 活字読上げ装置

スピーチオを使ってSPコードの音声再生や、
 ものしりトークを使って音声でICタグにメモ録!

体重計・電磁調理器

音声で誘導、体重をお知らせ。高火力と高い安全性で好評の視覚障害者用IH調理器。

単眼鏡、弱視眼鏡、日常生活便利グッズなど多数ご用意



光学堂 ロービジョンルーム

〒220-0051 横浜市西区中央2丁目6-5 めがねの光学堂内

ご来店の際はお電話でご予約ください。

**ご予約
電話**

045-290-0048

営業時間: AM10:00~PM7:00 水曜定休日 担当: 中山 まで

詳しくは <http://www.kougakudo.jp/>

アイネットワークは、交流会などに参加し、見えにくい、見えない、というかたがたの、ご意見、ご要望をお聞きし、他社には無いもので、ご要望のある新しいモデルを開発し、用具を選ぶとき選択の幅が広がることを目指しています。全て日常生活用具で給付を受けられます。

下記モデルは日常生活用具の給付項目、活字文書読上げ装置、拡大読書器、の対象品です。

アイビジョンスピーチオ



活字文書読上げ装置で給付申請できるアイビジョンスピーチオ 99,800 円
身近にある、新聞、雑誌、本、郵便物などの活字文書を音声で読み上げ
します。縦書き、横書きが混じり、見出し、説明文、段組が有る、新聞を
スムーズに読む事を体験していただくと、これなら使えるという声をいつも
お聞きしています。SPコードが印刷されていると、ワンタッチで、解読して
音声で読み上げます。見えないというかたも使えるよう、音声ガイドを聞き
ながらの簡単操作です。拡大読書器とは別の給付項目ですから、拡大読書
器の給付を受けている人も、手帳1級と2級の人は申請できます。原則1割
負担で 9,980 円の自己負担です。非課税の人は1割負担を免除されます

(1) ノート型



(2) しゃべるテレビを画面 に使用型



拡大読書器で給付申請できるかたには、上記同様の読み上げ音声を聞いて
使え、画面も見て使える拡大読書器が複数モデル有ります。拡大読書器の
基準額 198,000 円に対し、原則1割負担で 19,800 円の自己負担。非課税の
人は1割負担を免除されます。基準額からの超過額は自己負担です。

(1) アイビジョンデジタル(ノート型、画面の大きさは 15.6 インチ) 208,000 円

2006 年に出荷開始で、使いやすさを進展させてきたモデルです。カメラと
スキャナーが付属、簡単操作アクリル板の穴に指を入れ、順にタッチする
簡単操作で、活字文書を音声で読み上げ出来て、画面も見て使えるモデル

(2) アイビジョンデジタル(しゃべるテレビを画面に使用したモデル) 198,000 円

本体にカメラとスキャナーと簡単操作ユニットが有り。画面にしゃべるテレビ
を採用していますから、拡大読書器を使わない時にテレビを視聴できます。

(アンテナの接続が必要)「しゃべるテレビ」には、チャンネルを選んだとき、
放送内容を音声で知らせてくれる機能があります。画面は、19 インチ、
24 インチ、32 インチから選べます。どれを選んでも価格は変わりません。

資料は、音声で聞けるCDと、大きな文字のカタログが有ります。送付依頼は下記へご連絡下さい。
この他に、画面を見て使う拡大読書器も複数あります。「アイビジョンデジタル見る・書く・動く」は、
新モデルで、198,000 円です。省スペースで使え、約7kgですから使用場所の移動も簡単です。
視野は狭いが、視力は有りますというかたに、10インチ画面を採用。大きな画面で使いたい場合
外部画面に接続して使用できますので、しゃべるテレビの無償付加サービスが利用できます。

拡大読書器と活字文書読上げ装置で、読める世界を拓く

アイネットワーク有限会社 担当は宮武(みやたけ)です

電話で ご連絡いただくと、一度切って、同じ電話会社の電話で、こちらからおかけいたします。

NTT 電話 & FAX 042 - 583 - 7450 NTT ドコモ携帯電話 080 - 8034 - 1163

au 携帯電話 080 - 5876 - 6373 ソフトバンク携帯電話 090 - 8341 - 5229

メール aivision@js7.so-net.ne.jp 〒191-0055 東京都日野市西平山 5-23-12

『スピーチオ、SPコードは株式会社廣済堂の登録商標です。しゃべるテレビは三菱電機の商品名です』
『アイビジョンはアイネットワーク有限会社の登録商標です』

編集後記

◆いや～、炊飯器で料理を作れるとは知りませんでした。今号の生活の知恵では、会員の宇田川さんからの情報提供で、鶏の照り焼きや煮豚、さらにサバの煮つけなどの調理法が紹介されています。どれもおいしそう。様々な行事を予定している秋に向け、猛暑で疲れた身体に栄養をつけるにはもってこいですね。さて、約10年間、会報編集に携わってきましたが、この度、佐藤さんにバトンタッチすることになりました。長い間、ありがとうございました。 (田中)

- ◆会報は3形式でお届けしています。
変更を希望される方は会長までご連絡下さい。
- 1) 墨字版: 印刷物、大きめのゴシック体の文字
 - 2) デイジー版: デイジー形式の録音CD
 - 3) メール版: テキストメール

JRPS 神奈川連絡先

- ・事務局 溝田 隆之
〒237-0067 横須賀市 * * * - * * * *
TEL・FAX: ***-****-****
- ・会長 佐々木 裕二
〒256-0812 小田原市国府津 * * * * - * * * *
TEL: ***-****-****
E-mail / ****@****.****
- ・編集 JRPS神奈川編集部
E-mail / ****@****.****

発行人 身体障害者団体定期刊行物協会
東京都世田谷区砧6-26-21