１９７１年８月７日第３種郵便物認可　毎月１・６の日発行
２００６年１１月２４日発行　　増刊通巻５７２４号

SSKA　全国パーキンソン病友の会会報
愛知県版　２８号

○　特定疾患に係わる街頭署名活動を１１月１２日に行いました。東海ブロック連絡会の活動として取り組みました。当日は木枯らしの吹く寒い日でしたが、会員その家族、支援者等３０名が名鉄デパート正面入り口付近で署名を呼びかけました。

○　恒例の一泊旅行も無事終了、豊田市の講演会も、悪天候にも係わらず６０名ほどの参加者があり盛会でした。睡眠障害や大災害時の対応など、ちょっと違った角度からのお話がありました。

○　月日の経つのは早く、会報も今年最後の発行となりました。寒さに向かってくれぐれもご自愛の上お過ごしください。

去年今年貫く棒の如きもの　　高濱　虚子

目　　次

積極的にいきる　・・・　・・・　・・・　丹羽　浩介　・・・　２ｐ
来年の全国総会は名古屋で　・・　・・・　・・・　・・・　・　４ｐ
パーキンソン病との関わり　・・　・・・　湯浅　浩之　・・・　５ｐ
薬の話（まとめ）　・・　・・・　・・・　平山　正昭　・・・　６ｐ
音楽療法・よもやまばなし　・・　・・・　鵜飼久美子　・・・　８ｐ
一泊旅行に参加して　・　・・・　・・・　町野　弘明　・・・　１０ｐ
１１月の行事に参加して　・・・　・・・　益田　　緑　・・・　１１ｐ
署名運動に参加して　・　・・・　・・・　池田冨美子　・・・　１３ｐ
パーキンソン病友の会の活動について　・　池田　幸夫　・・・　１３ｐ
人生色々　・・・　・・　・・・　・・・　山尾佐知子　・・・　１５ｐ
或る日の感動　・　・・　・・・　・・・　伊藤　君子　・・・　１６ｐ
特急人生　・・・　・・　・・・　・・・　丹羽　浩介　・・・　１７ｐ

積極的に生きる

丹　羽　浩　介

色々書きました。何を言っているのか分からないなんて言わないで下さい。

1　素朴さ

私の書く文章を見て、以前に比べて素朴さがなくなった、という人がいます。言われてみれば自分でもそうだと思います。私はこの会に6年前に入りましたが、入会の日が役員〔会長補佐〕就任の日であり、会報編集責任者就任の日だったのです。本当に何も分からないままに、人様を励まそうという気持だけでスタートしました。

だから自分の体験のことを中心に書いてきました。人様のために尽くそうにも、何をして良いのかすら分らなかったからです。

ただひたすらに会報編集に燃えていました。ある号にいたっては、４０ページのうちほとんど大半を自分一人で書きました。それは、人間にとって必要なものは何か、それを病人に当てはめるとどうなるか、自分の書くことが人様にも役に立つと信じて書きました。

これが『愛知県支部会報』の基本的な性格として定着したものと思います。倦まず弛まず(あきることなく心緩むことなく)ひたすら会員の皆さんの善き日々の送られることを願って書きました。

この間に色々のことを身に付けました。人様の仕合せを単に願って文章を書いているうちに、色々の所に出かけ、色々の人と知り合い、人様のために行動するようになりました。そうしたら、素朴さだけでは通じない世界に入りました。実際の行動で人様の役に立たせていただく、このことを得るために素朴さが自然になくなったと思います。この辺のことは諸行無常（世の中のすべての事が変化する）としておきます。

2　患者会は助けあう組織である－1－

患者会の支部の役目は励ましあい助け合うことです。患者会が仲間の患者を助けずに、仲間の患者の心の側に立たなかったら、それを誰に求めることが出来るのでしょうか。そこに必要なことは助け合いの精神です。この会は入ることも出ることも自由です。会員になったら、自分に出来ることをしてください。会費を払って会報を読んでいただく、それだけでも十分です。しかし、当たり前と思はないで下さい。

会報があなたの手に届くまでには沢山の方の善意の行為がいっぱい詰まっているのです。感謝の心で接していただければと思います。この会のために自分は頑張っていると思う人、ご苦労様です。しかし、あなたは人様に奉仕できると言う立場の人なのです。自分自身と会員と社会に感謝していただければと思います。この考え方が、この会運営の基本「善意と任意」なのです。

3　患者会は助けあう組織である－2－

この会の人達はお互いに助け合っています。会員名簿の配布については検討中です。が各種問合せにはお答えしています。又、実際に多くの行動をして皆さんの手伝いをしています。介護問題などこの会の力ではどうすることも出来ない面がありますが、

それでも話はお聞きすることが出来ます。お電話下さい。**(０５６２－３２－４５１８　夜７時過ぎにしてください)。**

3　この会の財政

６年前１０５人であった会員は現在２５０人です。当面３００人くらいを目標にしています。３００人にすると言っても、具体的なプランが必要です。手始めに全国総会キャンペーンに合わせてこの会の意義について社会に知ってもらうこととします。

会費は一人年間５０００円です。全員治めていただいたとして、１２５万円です。

全国組織に約４０万円納めます。愛知難病連関係に約１０万円必要とします。会報１回当たり、印刷代６万円、郵送費１万円、諸経費２万円、年間６回で５４万円、通信費郵送料電話代で年間１２万円、役員会議費年間１２万円、これだけで、支出合計１２８万円となり会費収入ではやっていけないことを示しています。旅費・交通費となると自弁が普通という有様です。確かに「入りを以って出を制せよ」という考え方があるかもしれません。これを大きく逸脱することはゆるされません。しかし、現実に世の中の秩序が出来上がり、その中での患者会活動です。出来る人に出来ることをお願いする姿勢を守り通す限り、寄付を要請することは間違っているとは思いません。ここは日本です。アメリカの事を言ってもせん無いことですが、３年前にアメリカの患者会を視察したとき、多くの財源の大半が個人寄付でした。

4　患者会は寄付で成り立つようなもの

皆様に多くのご寄付を頂いております。本年の寄付状況は１０月末現在で会員個人寄付合計２７人で３８万円です。全国総会寄付は１１人で４７万円です。

自分の事を言うのは品位に欠けます。しかし、知っていただく必要もあります。日本の組織は,責任のあるものが率先垂範することを求めています。会長を務めている以上私は毎年応分のことはしています。ご理解ください。何回も言います。この会は、出来ることをやっていただければ成り立ちます。出来ることをおやりください。ですから、自分の立場が何であれ、感謝の気持ちを忘れないで戴ければと思います。

5　なぜ感謝なのですか

自分に向けてすることを普通感謝とは言いません。感謝とは人様や社会に対して持つ感情です。この病気にとりよくないことは、自分を見つめることなのです。誤解があるといけません、自分の存在を、精神を通して見つめることは、素敵で大切なことです。良くないというのは、自分の病気を悔やみ、原因を追究するような気になって、自分を責める、このような見つめ方はよくないといっています。自分を見つめると生きる力が中に向かって働きます。これに対して、感謝するとは、自分の生きる力が外に向かって働くことになります。生きる力が外に向かって働くことを積極性と名づけましょう。積極的な考え方と行動は、人間性を豊かなものにします。

だから感謝の気持ちで心を外に広めることの大切さが分かっていただけると思うのです。

来年の全国総会は名古屋で　　3

1　**来年の全国総会の（仮）参加の受付をします。**
2　生きるコツ。友の会が主催するあらゆる行事を自己の生活体験にご活用ください。
3　全国総会とは別に愛知県支部総会も例年通り開きます。こちらは平成19年4月です。
4　全国総会は平成19年6月21日～22日の二日間です。
5　名鉄ニューグランドホテル／新幹線名古屋駅口前です。
6　お互いに病人です。　そのときの都合で取り消していただいて構いません。
7　参加希望者は次の表の　〔　左　中　**右**　〕右欄の数字に○印をつけてください。
　いくつ申し込まれても構いません。　いずれの場合も　車椅子参加の場合は　車椅子必要にも○印付けてください。『参加の案内』冊子を6月10日までに送ります。
　申込は　必ずこのページをコピーするか切り取って記入してください。間違いの防止です。
　仮申込の期限は本年中です。　今回申し込まれた方には来年4月頃再度確認します。
　来年4月頃再度募集しますが、数に制限があります。

・　**申込書送り先**

〒４５８－０８４７
名古屋市緑区浦里１－６８－５０８　　越澤　博

いずれの行事も数に制限があります。今回申し込まれた方には席を確保します。

総会	6月21日　13:00～17:00	1　本人のみ参加 2　本人と付添参加 3　車椅子席希望
交流会 宿泊	6月21日　18:00～20:00　　一人6000円	1　交流会本人のみ参加 2　交流会本人と付添参加 3　車椅子席希望
	宿泊一人12000円(朝食つき)	1　宿泊本人のみ 2　宿泊本人と付添
体験発表	6月22日　9:00～11:00　9時は少し早く感じられるでしょう　宿泊者に合わせています　記録を作る予定をしています。	1　本人参加 2　本人付添参加 3　車椅子席必要
シンポジューム	6月22日　13:00～15:30　記録を作る予定をしています	1　本人のみ参加 2　本人と付添参加 3　車椅子席必要

上の表につけた行事に参加申し込みをします。　　本年中に送ってください。

参加者名	郵便番号	住所

パーキンソン病との関わり

公立陶生病院神経内科　湯浅浩之

“転びやすくなった”,“手が震える”などの症状が出てきて近くの開業医さんを受診し，神経内科専門医を紹介され，不安な気持ちいっぱいで診察・検査を受けた結果，“パーキンソン病”と診断された...　会員の皆様は，一度はこのような体験をされているはずです．神経内科専門医は，日々の診療で多くのパーキンソン病の患者さんと接していますので，パーキンソン病を特別珍しい病気としてとらえていないことが多いのですが，この病名を初めて告げられた方はかなりの衝撃を受けることを，担当している患者さんから伺いました．“原因もはっきりせず，根治させる治療法もまだ発見されていない難病”と捉えられる方が多く，またそれは正しい情報なのですが，近年のパーキンソン病に対する治療法の進歩は，多くの患者さんの生活の質の向上に寄与しているはずです．

“病気を治す”ことを期待して，患者さんは病院・医院を受診されると思います．ウイルス性の風邪や急性胃腸炎などは，安静と栄養補給で治ることを皆さんも経験されているでしょう．医者の出す薬は症状を楽にしますが，病気自体は自分の免疫力，自然治癒力で治ります．しかし，世の中には完治しない病気がたくさんあることをぜひ皆様に知って頂きたいのです．高血圧や糖尿病という生活習慣病は飲み薬で数値が安定することを第一目標に，脳梗塞や心筋梗塞，腎不全，眼底出血などの合併症を起こさないようにすることが最終目標となる慢性病です．厳密な食餌療法で薬が必要なくなる方もまれには見えますが，多くの人はずっと内服治療の継続が必要となります．つまり“完治しない病気”なのです．

病気は治さなければならないとお考えの方が多いと思いますが，決してそんなことはありません．日々の暮らしに支障が出ないようにすることを我々は目標にしています．高血圧や糖尿病自体は無症状であるため日常生活が障害されることはありませんが，長きにわたり通院治療を必要とすることはパーキンソン病と何ら変わりはありません．つまり，高血圧と同様にパーキンソン病も薬（＋α）で全身状態を安定化させる治療，つまり少しでも自然に生活できるようにすることが目標となるのです．

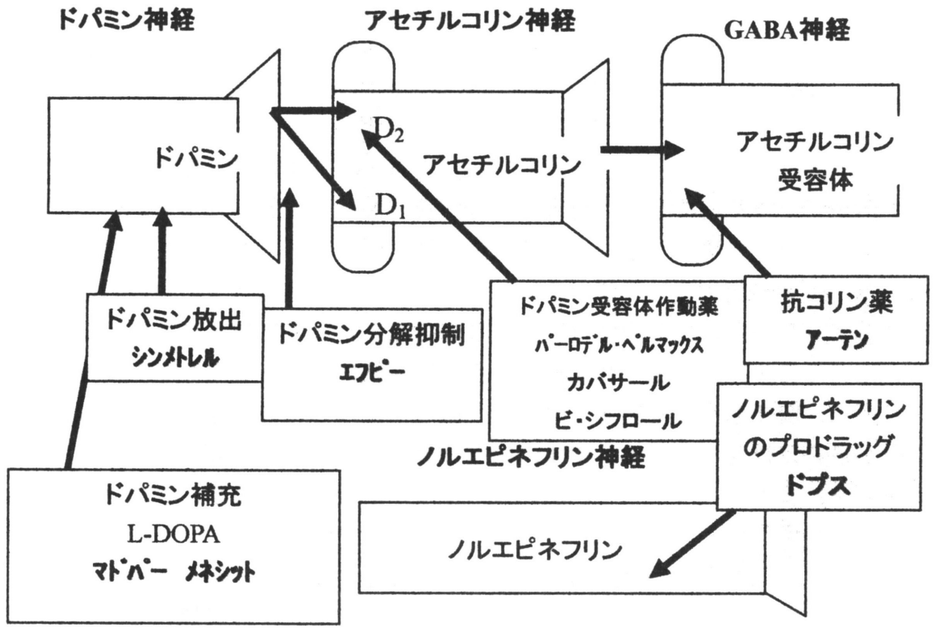
このように書くと，パーキンソン病を治すことができない現在の医学の限界を言い訳しているようですが，残念ながら現時点ではその通りなのです．しかし日本そして世界の医学者たちは日々神経変性疾患の根治療法を目指して研究を続けています．何年か経つと，“パーキンソン病になったが，今は症状がなくなった.”という患者さんの声が聞かれるようになる可能性があります．我々一般病院に勤務する臨床神経内科医も，最先端のパーキンソン病の治療を勉強し，皆さんに伝達・実施できるよう研鑽に努めています．もう少しお待ちください．

では，実際パーキンソン病に罹られた方がいかに自然に日々の生活を過ごせるように，現在の我々何ができるか，またどのような治療法が研究されているかということを次回から述べたいと思います．

薬の話(まとめ)

名古屋大学医学部神経内科　平山　正昭

主なパーキンソン病治療薬の作用部位



今回は今までの話のまとめです。

上の図は脳の中でどの薬がどこに働くかを示したものです。これ以外に脳の中にドーパが取り込まれる前に血液のところで代謝されてしまわないように COMT という薬がたぶん来年の2月に承認される予定です。さらに、10月20日にレキップというドーパミン受容体作用薬が承認されましたので 12 月ごろには発売されると思います。このように、いろいろなところに効く薬が出ている神経の難病はありません。たとえば、アルツハイマイー病という認知症を起こす病気は、今でも長谷川式の痴呆スケールで 1 点ぐらいしか改善しないドネペジルという薬しかありません。そして、まだ新しい薬が出るというううわさを聞きません。一方、パーキンソン病の治療の歴史を以下に示します。()内に薬の名前を記入します。

- 1817年　James parkinson　振戦麻痺
- 1905年　抗コリン剤　スコポラミン
- 1919年　C.Tretiakoff　黒質の病変を指摘
- 1949年　トリヘキシフェニジル(アーテン)
- 1952年　定位脳手術(視床、淡蒼球破壊術)
- 1950年頃　アポモルフィン
- 1960年　佐野、H.Ehringer &O.Hornykiewicz　線条体でドーパミンの減少　L-ドーパによる治療
- 1962年　ドーパ脱炭酸酵素阻害薬(DCI)とドーパの併用
- 1964年　β-ブロッカーが振戦に有効(インデラルなど)
- 1969年　塩酸アマンタジン(シンメトレル)
- 1970年　L-ドーパとDCIの併用療法確立
- 1974年　ドーパミン受容体刺激薬ブロモクリプチン(パーロデル)
- 1977年　長期投与による副作用(wearing-off、on-off、dyskinesiaなど)の問題
- 1981年　ノルアドレナリン前駆物質　ドロキシドーパ(ドプス)
- 1985年　日本でブロモクリプチンのパーキンソン病への適応
- 1985年　脳への自己副腎髄質移植
- 1994年　ドーパミン受容体刺激薬　ペルゴリド(ペルマックス)
- 1996年　ドーパミン受容体刺激薬　タリペキソール(ドミン)
- 1998年　MAO-B　阻害薬セレギリン(エフピー)
- 1999年　ドーパミン受容体作動薬カベルゴリン(カバサール)
- 2003年　ドーパミン受容体作動薬　プラミペキソール(ビシフロール)
- 2006年　ドーパミン受容体作動薬　ロピニロール(レキップ)
- **2007年　COMT阻害薬**　entacapone　(コムタン)予定
- その他　抗てんかん薬ゾニサミド(エクセグラン)

このように、たくさんの薬が毎年のように出ています。

さらに今では ES 細胞というものを使った脳移植の研究も進んでいます。したがって、パーキンソン病になったからといって悲観せずに前向きに治療をしてください。また、薬以外に音楽療法といったリハビリも非常に効果があります。次回は、昭和区の保健所で行っている音楽療法の結果が出ましたのその結果を紹介したいと思います。

追記　11/12 は署名活動に参加できませんでしたが、何かお役に立てることがあれば参加しますのでみなさんもがんばってください。

音楽療法～よもやまばなし～　その５

音楽療法士　鵜飼久美子

前回、音楽療法の理論「カタルシス」「同質の原理」についてお話しましたが、今回は、「アルファー波」「1/f ゆらぎ」についてです。

音楽は、私たちの身近にあるものですが、そのあり方は人それぞれに違うことは言うまでもありません。一般的に音楽を聴いたり演奏したりするという芸術としての音楽は、―それは「美」を追求することにも繋がっていきますが―18 世紀頃からだと言われています。（それ以前の音楽は、魔術とか医術のひとつの方法という捉え方をされていました。）それが、1980 年代つまり 20 年くらい前から少しずつ変化してきました。そのころは、‘健康で過ごすこと’が人間にとって大切であるとされてきましたが、経済が繁栄しゆとりが生まれるにつれて、‘健康で過ごすこと’プラス‘快適で心豊かな生活’を求めるようになってきました。それは、世界がインターネットで結ばれ、いつでもどこでも誰とでも携帯電話でつながり、ハイテクを駆使した機器に囲まれた生活環境になるほど、精神的にも安らぎのある豊かな生活が求められた、ということかと思います。音楽の世界では「アルファー波」「1/f ゆらぎ」といった言葉が‘癒し’‘リラックス’を謳った CD に使われるようになってきました。

「アルファー波」は、脳波のことですが、1929 年にドイツの精神科医 H・ベルガーによって発見されました。それは、人間の意識や睡眠のレベルを表していると言われています。例えば起きている時にはベータ（β）波とアルファー（α）波が混ざった状態であり、β波は仕事をしている時や緊張した時にあらわれ、α波はリラックスしている時にあらわれると言われています。では、α波と音楽療法の関係はと言えば、確かに音楽はリラクセーションの手段になっています。しかし、リラックスするには、ゆったりした音楽であったり、まったく反対の快活なテンポ感のある、時には激しい音楽であったりするかもしれません。つまり個人的な感覚によるところが大きいと思われます。

余談ですが、私も数年前に脳波の治験者となり音楽を聴きながら測定しましたが、心地よい眠りに吸い込まれて、α波どころかシータ（θ）波に移行してしまったという笑い話にもならないような体験をしました。

次に「1/f ゆらぎ」ですが、もともとは 1/f 雑音として（f とは、周波数 frequency のこと）1925 年に電子工学の J・B・ジョンソンによって発見されました。以後様々な研究が加わり、同じ周波数のところで細かく揺れるという原則があることが判りました。自然界のそよ風、小川のせせらぎ、波などや、人間の心拍や脳波にも、このような特殊な揺れがあり、これらが「1/f ゆらぎ」と言われています。「1/f ゆらぎ」がなぜ起こってくるかは分からないそうですが、この周波数の揺れが、快適なゆらぎであることは本当のようです。音楽では、クラシック音楽に「1/f ゆらぎ」が最もみられると言われていますが、日本の雅楽は、「1/f²ゆらぎ」になるそうで、どちらかと言えばやや退屈に感じるようです。

今回は、「アルファー波」「1/f ゆらぎ」についてお話しましたが、どうやらこのような言葉は、昨今の癒しブームに乗ったうってつけの言葉であって、実際のところはその効果は曖昧さが残るといったことかと思います。いずれにせよ、大切なことは個人によって音楽の感じ方も異なっていますので、自分に合った音楽を上手に利用して、心と身体の健康に役立てていただければと思います。

一寸休憩のひとときを・・・

①「“キミとボク”とのさし向かい」このほほえましい光景を表す一字は何でしょう。
「アナタとワタシ」ではなく「キミとボク」ですよ。

②　カンタンな問題ですからすぐ答えて下さいね。
「自動車が走るのは道路の上、電車が走るのは線路の上、では、飛行機は？」

前回の答え

昼からはちと翳（ふ）もあり雲の峰

どうということもない夏の句ですが、この中に生き物がいくつ入っているでしょうか。そして、それをみな漢字で書けますか。

蛭　蚊　蜂　蜥蜴　蟻　蜘蛛　蚤　　の七つです。

一泊旅行に参加して

町野　弘明

友の会一拍旅行に参加して、私初めての参加でしたが大変有意義な一日でした。役員の皆さんのお力添えに感謝致します。ありがとうございました。

交遊会など楽しく過ごさせていただきました。この会に参加できることは幸せなことと思います。何故ならば、私一人で行動ができます。発病して１０年目です。今は前向きに暮らしています。

ここで漢方薬についてお話ししたいと思います。私事ですが、パーキンソン病の薬のほかに蜂の巣、スズメバチの巣をせんじて飲んでいます。そのためか疲れを感じません。蜂の巣が手にはいりにくいので、試してみたいという方に少しですがおわけします。（早い者勝ちです！　〒４６３－００８８　守山区鳥神町６０）

作り方

蜂の巣を砕いて、お茶のパック「大」に詰める。２コを１・８リットルのヤカンで、十分ぐらい煎じる。冷まして、冷蔵庫で保管する。４日ぐらいで飲んでしまいます。　皆さん試してみてはいかがですか？　元気に成ります。

◎　一泊旅行　　事務局・越澤　博

新畑先生との質疑応答は好評でした。お心のこもったお答えに感謝いたしております。反面、愛知健康プラザの施設が障害者むけに注意が行き届かなくて、お泊りの皆様にいろいろとご不便をおかけしまして申し訳ありませんでした。

昨年から参加してくださっています、東海市の市会議員・神野久美子さんが今年はご一緒にお泊りになり、施設改善について県へ申しいれてくださるようです。

交流会は和気藹々、とても良い雰囲気でした。

◎　講演会

降ったり止んだりの天気でしたが６０名を超える参加者がありました。

鷲見医師が講演を、安田医師がコーデネーターをつとめてくださいました。概要を記しますと

①　パーキンソン病ってどういう病気？
②　睡眠障害
③　災害時の対応

以上、３点についてお話がありました。②・③については新しい視点からのお話でした。睡眠障害については、これまで薬に影響ぐらいに考えて見過ごしてきたが、睡眠による症状改善に取り組む必要を感じるとのことでした。また大規模災害時における難病患者支援体制を整えることが必要で、知多保健所の取り組みなど話されました。最低３日間、何とかしのげる備蓄が必要であると申されていました。

１１月の行事に参加して

益田　緑

１１月４～５日・１泊旅行

いまだに、大勢の人前では、あがってしまい話がしどろもどろになる私ですが、お喋りは好きです。主人に言わせると　要らん事はうるさいほど喋るが要ることは言わない、たわけだそうです。「そこまで言わなくてもいいのに」と思っても、助けてもらわないとたちまち困る私なので、そこは我慢して今年も参加できる事を感謝しつつ出かけました。３０名程の出席された方との懇談会や、会報でお名前だけは知っていた方、久しぶりにお会いした人、又今回初めてという方とも、病気や薬の事、困った事など、又旅行のこと等お話ができて楽しいひと時でした。病気が進んで閉じこもるようになってからは、口がくっつくほど喋らないこともあります。そんな生活に慣れてしまうと、お喋りしたいのに話題がみつからないこともあります。なめらかに言葉が出てこなくてこれは、頭の体操をしなきゃと声をだして新聞を読んだりしています。　今回、泊まった健康プラザは、広々とした温泉のお風呂があっても、OFがきて動けなくなるのがこわくて入らないというのも悔しいのでどぼん！と烏みたいに、はいってみました。　やはり部屋の洋式のバスよりも落ち着きます。　医療講演では、一見難しいお話をされる先生かな？と思いましたが、質問を受けて下さる時は、親身になってたくさんの質問に答えて頂けました。交流会も泊まりだと、少し不安があってためらいますが、ゆっくりお話が聞けたりできてよかったです。

１１月１１日・医療講演会

この日は　豊田市で医療講演会でした。雨降りにもかかわらず用意した椅子を追加して座って頂くほどで約６０人も来ていただけました。　講演を聴いて、毎日の生活で役にたつことがみつかることもあります。そんな手もあったのだわと思う事もあります。私の場合、講演会など出かけることで緊張するのか、家にいる時より動けるようです。それに お友達に会えることが楽しみです。というものの１人では出かけられない有様です。先生のお話で女性が患者の場合、甘やかされていることが反対の場合より多いと言われました。私もそうかなぁ自分では頑張っているつもりですが。

１１月１２日・医療費補助打ち切りに反対の街頭署名

とても寒い朝です。でも今日は、街頭署名の日です。集合場所の名鉄名古屋駅入り口前に東海ブロック（岐阜・愛知・静岡）から２０人ほど集まりました。立派な横断幕・プラカード・チラシ揃い、さっそくみんなでお揃いのジャンパーを着て街頭に立ちました。　会長のこれから始めようの声を聞いても、まだ薬が効いてきません。どうしよう、どうしょうと、どきどきしつつ、よろけながら人ごみに立ちました。 始めはご年配の方がいいかなと思ってお願いしましたが、なかなかです。そのうち、「パーキンソン病ってどんな病気ですか？」と若いカップルが寄ってきてくれました。うれしかったです。その後もあさはかな私の思いに反して、流行のファッションで決めた若い方たちが協力的でした。そういえば、拉致問題の横田さん達は、市民運動からはじめて、とうとう、アメリカの大統領まで動かしたのだわ、すごいなあ。今日の**私たちの運動もだれかの心をすこしでも動かせるといい**のにと願いつつ、会長の「大成功でした」との言葉に、よかったわねと皆で喜びました。　夜のNHKのニュースでも放映されました。今までは無視することの多い通行人の１人だったので、今度はいい体験をしました。

署名運動に参加して

池田　冨美子

１１月１２日、名鉄名古屋駅前で「パーキンソン病に関する特定疾患事業の適用見直し作業の中止について」の署名運動が行われました。

私に何かお手伝いが出来るだろうかと不安な気持ちで椅子に掛けて待っていました。隣には、日ごろ何事にも率先してキビキビと動いていらっしゃる、印象の強いMさんが、普段と全く違う様子で「お薬の効く前は、何時もこうなのよ。もうすぐ効いてくるから」とご自分のことより、署名に来てくださるお姉さんと妹さんに心配をかけてしまうと、逆に気遣っておられました。

そのうち「さあ始めましょう」の声に、皆さんさあーと歩道に出て行かれて、横一列に並ばれました。私はMさんに「私の肩か手を持って歩く事ができますか？」と訊いて列の端に加わったような気がしますがあまり憶えていません。その後は頭の中が真っ白になり、夢中で前を通る人にビラを渡していて、ふと気が付くとMさんの懸命にビラを手渡されている姿が目に入りました。そして初めて、いつも家族が病気のことを理解してくれないと不満に思ったり、文句を言っている自分が、相手を思いやる気持ちに欠けていることがわかり、申し訳ない気持ちで一杯になりました。横では、応援に駆けつけてくださった東海市の市会議員の先生の「署名をお願いします」と大きくよくとおる声での呼びかけに、意外にも若い人達が多く応じられていたように思えて嬉しくなりました。又中年の女の方が、ちょっと躊躇された後、思い切ったように応じてくださっているのを見て、今まで避けて通ることの多かった私もこのようにありたいと思いました。

家に着くと早速、丹羽会長からねぎらいの電話を頂き元気になれました。

夕方、NHKテレビのニュースで、いい雰囲気の画面と共にきちんと報道されていて、本当に嬉しく、疲れが吹っ飛んでしまいました。その上翌朝には、友の会のKさんから「偶然テレビを見たのだけどありがとう」とお礼の電話まで頂き感謝しています。参加できてよかったです。

パーキンソン病友の会の活動について

池田　幸夫

私は６５歳、家内は６２歳です。家内がパーキンソン病と診断されて８年近くなります。一昨年末に名古屋市に住む娘夫婦と同居するため、引っ越して来ましたが、家内が保健所で同席の方から当友の会の存在を教えて頂き入会させて頂きました。それ以来友の会が主催する医療講演会や交流会、一泊旅行会等へ参加して新しい雰囲気を体験し、諸先生方の医療情報に接し、同じ悩みを共有する方たちとの交流を深めています。半年前から会報発送等の手伝いをしたりしていますが、お蔭様で家に閉じ篭ることも無く、元気を貰っています。私も家内の運転手兼お手伝いとして事務所に寄せて貰っています。

そういう時に「パーキンソン病に関する特定疾患事業の適用見直し」の検討が厚生労働省で始まり、結果として患者の医療費負担増につながることからこれに対する反対運動が始まりました。友の会としても１１月１２日に名鉄名古屋駅で署名活動を展開することになり、私たち夫婦もお手伝いするべく参加させて頂きました。私の役目は署名お願いの連呼と署名をして頂く事でしたが、ビラを配っても受け取ってもらえず、署名をお願いしても手を左右に振って通りすぎるばかり。どうなる事かと思っていると、最初に若い恋人同士が署名して下さいました。それ以降は次々と署名して頂く程大きな反響に驚きました。総じて若い方の署名が多く、中には“爺ちゃんがパーキンソン病です”とか“婆ちゃんも同じ病気です”という声が多く、同じ悩みを持つ者の多いことに驚き、署名後“頑張ってください”と逆に励まされたりして勇気が出てきました。併せて、ＮＨＫも取材に来られ、当日夕のニュース番組で詳細に報道され又々驚きでした。

パーキンソン病は原因が分からず、現状は治癒するのでは無く、薬で症状をいかに軽減するかというのが限界で大変な病気です。

活動の中でパーキンソン病友の会の存在を知らない方が沢山居られました。同じ悩みを持つ同士では気楽に話せますし、話すことで楽になることもあり、家から外に積極的に出ること、新しい医療情報に接する事が出来る友の会の存在をもっとＰＲ出来ないものかと痛感しました。

◎特定疾患に係わる街頭署名活動の結果　　事務局　　越澤　博

私たちのお願い

①　私たちの病気を理解してください

②　政府は医療費負担をあげようとしています。これに反対する署名をおねがいします。

１１月１２日は木枯らしの吹く寒い一日でした。東海ブロックの会長・長谷川更正さんはじめ、岐阜・愛知の友の会会員とその家族、日ごろ後援してくださっている東海市市会議員の神野久美子さん、合わせて３０名が名鉄デパート正面入り口付近で横一列になり街頭署名をお願いしました。**２１０筆**、いただきました。

→　ＮＨＫで取材してくださり、６時４５分からの東海ニュースで一分半放映されました。またラジオでも午後１１時前のニュースで放送しておりました。

お疲れさま。ありがとうございました。

人生色々

山尾　佐知子

８月のある日曜日、誘われてある老人施設を訪れました。そこには、約80人の一人暮らしの老人がいます。中には痴呆の進んだ人もいます。この施設の一人ひとりの人生について、横から何かを言う事は出来ません。しかし、自分のこととしてなら語ることが出来ます。

ある日のこと、人間としてこの世に生まれてきた私達、両親に育ててもらって（そうでない人もいます）やがて自分で生きて行かなければならない時期が来る。その時、自分はどの道を選ぶのでしょうか。今の時代幸せ過ぎて、あまりにも色んな道があり過ぎて、幸せも解らない、感謝の気持ちもわからない人で溢れている、そんな気がしてなりません。一人静かに暮らしたいと思うのもいいでしょう。また、施設に入ってみんなと共同生活もいいでしょう。でも、やっぱり一番いいのは家族と一緒に過ごせるのが一番の幸せでしょう。いちばん自然な姿だと思います。情けない事に、今その自然な姿が見られなくなりました。なぜ、知らず知らずの間にそんな状態を皆で、私達が作って来てしまったのか、そのことに早く気がつかないとね。皆仲良くしましょうよ。

老も若きも子どもも孫も、皆でゆずり合って励まし合って、色んな事を家庭の中で、自然に体で覚えて行く事が大切だと思います。いつも笑い声の絶えない家庭、そんな中で大切な宝物、子供を育てるべきです。

どうしたらそんな家庭を作れるでしょうか。女の人、女って大変ですね、責任重大です。母であり、女であり、時には友達であったりして、家庭という一つの大きな器を作って育てて行かねばなりません。でもこんなやりがいのある立派な仕事は外にありませんよね。大切な主人と可愛い子供たちを家族、家庭という大きな大自然の心の器の中で楽しく過ごしてもらえたら・・・立派なお母様ですね。そんな家庭作りを・・・

誰もが通る道、自分の老後のことなど、友達と話しをする時、この話がよく出て来るようになりました。いよいよ年だなぁ・・・と思ってしまいます。

やすらかに美しくねむって行きたいものです。今を一生懸命生きて、喜びと感謝の気持ちを忘れないことでしょう。ＡＴＭ 明るく楽しい毎日を そんな難しいことなのでしょうか？いつも誰かと一緒にいる私達には、色んな日々があり、色々な行き違いがあったり、だから話し合って楽しく過ごせるのです。人として学んで行けます。

健康な家庭作りに協力して、楽しく老いて行きたいですね。

忘れないで明るく楽しい毎日を、心掛けて守って行きます。

或る日の感動

伊藤　君子

暑い昼下りお仏壇のお掃除を致して居りました。内孫の正行君（当時小学五年生）が私に近づき、一言云うのです。

「おばあちゃん、自分では綺麗好きとか、きれいにしなきゃとか、いつも云うけどさ。」

「一ぺん聞いてもいい。」えっ何の事かしら。

「あの佛さんの木魚の中、見た事有る。」と聞くのです。私は、即座に返事の仕様がなかった。

「え、どうゆう事なの。」

「あのさ、教えようか。此の間、あの木魚の中、どうなっているかなと、窓際の光で、中を覗いてみたのさ。」

「そしたら、中はどうなっていたか？わかる。」

「ちょっとだけ、おばあちゃんに報告さ。」

私は、余りにも意外なお知らせに驚いた。私も早速明るい窓際で、孫が見たと思う格好で、細い間から、まじまじ中を見ました。どうでしょう。五十余年以上も見た事のない、世界ですよね。

「あるわ、」「あるわ。」中は綿の様なほこりで一っぱいです。よくも今まで、何も知らなかったのかしら。いつも木魚の上を、「モク。」「モク。」有難そうに、たたいていたのだと思うと、ぞっとするやら、子供の意外な一面と云うのか。好奇心と云うものなか。・・・・私の驚きと共に、自分の一番好きな、「目くばり。」「気くばり。」「心くばり。」が、心の中から、崩れ落ちそうになりました。自分だけは絶対と思っていた事が、有り得なかった。そしてまだまだ何事も卒業がない、学ばなければならない私の、大発見を致しました。

それと同時にみ佛様に申し訳なく、お詫びを申しました。そして中を、割り箸を使ってきれいに致した次第でございます。これと同時に、すてきな孫を頂いた些細な、感動でございました。

特急人生

丹羽浩介

何もかも急いできました。人は何故と問います。分かりません。性分でしょう。多分。

文字をいじくっていたら自然に五・七・五・七・七になっていることに気づいたのは一年くらい前のことです。短歌もどきを百首くらい作ったのです。ところが人様のものとどこか違います。それで中京大学の成人コース「楽しい現代短歌」十二回コースを学ぶこととしました。二十三人の編成です。ズブの素人は私一人です。五年、六年生が大半です。のびのびと楽々と心豊かに、人生何に憂いあるや、の世界です。授業は九十分、一回一首の添削です。一クール通っても十首です。

ここでも急ぎました。特別個人指導を願いでたのです。許されて個人添削を受けています。昨日まで規定課題八首、任意提出約三十首、気に入ったものを並べてみます。世に短歌詠む人おおいだけに恐れつつ。一番すきなのは次のものです。

飯はみて昼間はたらき夜ねんと月日流れて人生終わる

言うに言われぬおかしさがある、でも少し露骨、次のように直しなさい。添削をありがたくお受けしました。

飯はみて昼間はたらき夜眠る月日ながれておわりはそこに

師にしたがいてこそ上達あらん。でもおもしろくもなんともないですよね。

病

痛き身と動かぬ足に死を思う弥陀にあいては心晴れゆく
明るさと積極さがとりえなら病の身とて人のため生く

恋

恋人は時の流れを気にせずに一気に来る天橋立
　大江山生野のみちも遠ければまだふみもみぬ天橋立
恋せんと思えば相手いずくにぞもとよりなきを思う悔しさ

妻

あれをたべこれを食べてはまた太る妻の嘆きに柿の実揺れる
我が意図は他にあること知りながらそ知らぬ顔の妻の恐さは

旅

桂林で奏でる琵琶の音ひびき西施と共に酔うは船人
三彩馬レプリカ求め喜びし楊貴妃思う心がゆれる

父

世の中に出たら一人で生きてみよ父は言いつつ外を見ていた
拾いきて我と歩みし十五年耳鼻衰えし老犬をだく
重ねつつ折りつひねりつする間の心静かに折鶴一羽

会員　加藤和子氏の指導を受けました

会費納入者　　その３

会報２６、２７号につづき、１１月１９日までの納入者氏名です。

山田	洋子	老平	眞弓	奥田	冨美枝	神取	章
谷川	敏夫	岡島	ゆたか	鵜飼	久美子	坂倉	芳三
大月	昭男	三宅	和男	伊藤	人也	松本	勲
小川	勝司	大島	浩子	永渕	宏司	清水	賢正
正木	和子	池田	綾子	増田	民子	近藤	英子
鳥原	純治	杉山	もと	加藤	三夫	萩原	由郎
岩田	年夫	中野	嘉昭	伊藤	文子	野々垣	正雄
稲垣	美代子	原田	昌司	梶田	静子	松本	興一
平野	伊尹						

会費納入のお願い

次のいずれかの方法で送金してください。

① 郵便局で定額小為替（５千円がありませんので、千円を５枚）を求めて、普通郵便でお送りください。出来ましら、お便りを同封してください。

② 郵便局で口座払込用紙に、口座番号００８３０－２－５０４１１　愛知県パーキンソン病友の会・丹羽浩介、金額５，０００円を記入してお送りください。

介護生活の一端　　越澤　博

夫婦の日常生活が逆転して１０年近くなります。妻の身の回りの手伝いから、料理・洗濯・掃除・買い物・・・何ンにも家事を手伝わずに、６０年定年を迎えるまで、自分のことばかりして過ごしてきた私がいきなり主婦の仕事をする事になって戸惑いました。しかし、今では慣れてどうにかこなしています。

外に連れ出すことが病状安定に良いとのことですが、今年の１０月は用事が重なり、まず北陸の白山市（旧松任市）の全国俳句大会に参加。千代女の里記念館が出来、その記念句会を兼ねての催しでした。　“晩秋の松美しき聖興寺”　　英子（妻）

“白山の水脈々と稲稔る”　　博

次は戸倉上山田温泉で英子の小学校時の同窓会。６０年ぶりの懐かしい顔に出会い、皆に助けられてですが大喜び。出席できて大満足。　その次は、群馬・館林で英子の父の１７回忌。子や孫、曾孫が集まり賑やかに過ごしました。嘗てお寺の大銀杏の種を撒いたのが、我が家のベランダで大きく育っています。そして最後が正倉院展。

ドライブを楽しむのはいいですが、ちょっと走り過ぎました。２，５００キロほどありました。私も７５歳、動きが鈍くなり、介護も手抜きが多くなりました。

日ごろ通っているマッサージの先生が英子を診て体の動きがいいね、と言ってくれました。生活に刺激を加えるのも病状安定に効果があるのかなぁと勝手に思っています。

本町クリニック・服部神経内科

〒４６０－０００８　　名古屋市中区栄３－２０－２９

ＴＥＬ　０５２－２４９－０１０１

院長・服部達哉　　**副院長・服部優子**

診療時間　　午前　９：３０　～　１２：３０

午後　３：００　～　６；３０

休診日　　木・日・祝日　　土曜の午後

（有）メディカル在宅マッサージセンター

まずはお気軽にご相談ください

フリーダイアル：０１２０－１９４００４

〒　４５３－０８５１　　名古屋市中村区畑江通８－１８－１

ＴＥＬ　０５２－４８３－３３８８

お休み　第２・４土曜、日曜、祝日

１９７１年８月７日第３種郵便物認可　毎月１・６の日発行
２００６年１１月２４日発行　　増刊通巻５７２４号
ＳＳＫＡ　全国パーキンソン病友の会会報　愛知県版２８号

原稿募集　内容は特に限定しません。会員を勇気付けるものをお願いします。新しく入会された方々に闘病の指針をお示しください。

竹頭木屑

○　年も押し詰まってまいりました。お変わりなくお過ごしのことと思います。
先日、正倉院展に行ってきました。今年は宝物献納より数えて１２５０年の記念の年に当たるそうです。目玉は『国家珍宝帳』でした。端正な筆致で墨書してあり、それは見事なものでした。

○　柳生街道から奈良に向かう途中、忍辱山円成寺（にんにくせんえんしょうじ）に聖徳太子二歳像（南無仏太子立像）があります。木造彩色で８０数センチの像高で、上半身裸形、緋袴をはき合掌しています。庭園の美しさと共に心を捉える尊像であります。

○　大玻璃（おおはり）に紅葉山あるレストラン　　博

玻璃（ガラスの古称）。浅間山麓をドライブした時の即興句です。

編集人　愛知県パーキンソン病友の会　越澤　博
事務局　名古屋市緑区浦里１－６８－５０８
ＴＥＬ・ＦＡＸ　０５２－８９１－３４８２
発行人　特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会
東京都世田谷区砧６－２６－２１
ＴＥＬ　０３－３４１６－１６９８
ＦＡＸ　０３－３４１６－３１２９
加入者　愛知県パーキンソン病友の会
東海市大田区上浜田６１－４－６１５
ＴＥＬ・ＦＡＸ　０５６２－３２－４５１８
定　価　５００円