SSKA 全国パーキンソン病友の会会報 愛知県版 37 号

丹羽会長から皆々様へのメッセージを掲載しています。愛知県はもとより全国から お見舞いの言葉、手紙を頂き、改めて会長の存在の大きさを痛感しています。 頂いた手紙、原稿をまとめてみましたので、併せてご一読下さい。 (池田)

〈目次〉

				頁
希望と勇気・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	丹羽	浩介	• • • • • •	2
皆さん、ありがとう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	丹羽	浩介	• • • • • •	3
時の流れ 丹羽浩介会長入院一(2) ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	越澤	博	•••••	6
総会のお知らせ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	越澤	博		10
薬の話・・・・・・・・・・・・・・・ 名大医学部	平山	正昭		14
第2回 パーキンソン病と嚥下障害・・・・・名大医学部	渡辺	宏久		18
平成20年度にあたり、ご挨拶を 愛知医大	佐橋	功	• • • • • •	21
2月度一日交遊会のまとめ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	事 務	5 局	• • • • • •	22
一日交遊会に参加して ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	林三	紀子		26
冬から春へ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	篤永	章子		27
ある雨の日 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	伊藤ス	フサ子	••••	28
感謝することを知って・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	豊田	国昭		29
会長お見舞いの手紙・・・・小川節子・加藤のぶ・浜田周	月子•辻	:弘子	• • • • • •	30
文芸コーナー : 俳句、詩、掌編小説 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	(文 書	芸部)	• • • • • •	32
鍼のおかげで歩けた! ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	川津	利子	• • • • •	34
トンネル ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	大宮	好江	• • • • •	36
私の一日	神谷み	タよ子	• • • • • •	37
鍼灸治療紹介	鷹羽一	十九子	• • • • •	38
ああ"ハワイ旅行はもう駄目"か ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	刈谷	良一	• • • • •	39
たくましく生きよう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	金子	幸枝	• • • • • •	40
お役に立つことが私の願い ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	花木石	有規子	• • • • • •	41
臨済録のなかから・3 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	丹羽	浩介	• • • • • •	42

「希望と勇気」

丹羽 浩介

友の会の皆様、ご心配をおかけ致しております 今、平成20年2月11日の夜、入院して3ヶ月目に入りました。

この間の事情につきましては、会報36号に越澤事務局 長が詳しく書いていますので、その通りでございます。 ただ、事実内容を申し上げれば、人様とお会いするのは、 調子の良い時で、大変な苦しみと痛みと絶食、昏睡を繰 り返しておりました。

今週中にはホスピスに転院することに決まっており、自然に即した生き方をしたいと思います。ご心配して戴いている皆様には申しわけございませんが、電話やお見舞いにつきまして謝絶しましたことをお詫びします。

私の生きる人生のモットー「**希望と勇気**」は一日も忘れず に闘病生活を送っております。今後とも皆様方と共に歩 みたいと思っております。

まずはご報告まで。

皆さん、ありがとう

丹羽 浩介

口述筆記 池田幸夫 益田利彦

1、発症、退職、そして佛教大学へ入学

今から24年前の昭和60年、私は全国セラミックス労働組合の委員長をしていた。45歳、自分の健康に何の疑問を持つことも無く、職務に当っていた時に、突然体が動かない、手が震えるなどの症状が発生。検査の結果は「あなたはパーキンソン病です」との宣告だった。

「ああ~、そうですか」と冷静に返事をしたことを思い出します。何とか治療を、仕事だけはやり遂げたいと思うものの、身体のほうは言うことを聞いてくれず、結局、50歳で退職することに。 退職に際して会社は最大の評価を以って私に報いてくれました。本当にありがたいことです。

私は神経質で、気が小さく生きていくのが辛かった。しかし退職してからというものは、給料を 貰っている訳ではないから、実績を考える必要もなく、虚勢を張る必要も無い。正直なところ、 パーキンソン病になってよかったなと思ったこともあります。

退職してからも、病の方はいっこうに良くならない。病に対する不安、成すべきことは何だという不安等で人生そのものが怖くなりました。これを救済するのは仏教しかないと一念発起し、京都市北区紫野北の佛教大学(通信教育で6年制)へ入学しました。

入学式に出席しましたが、周りは20歳前後の若者ばかり。其の中へ、白髪混じりの老人が一人。奇異な目で見られているうちに、やがて挨拶の順番が私のところへ回ってきて「私はパーキンソン病です。入学の目的は・・・・・・。」と挨拶すると、先生方や若い学生たちの視線が一気に私のほうへ。

それからというもの、先生方は親切丁寧に教えて下さるし、歩けないときは若い学生が手を添えてくれるし、重たくて持てない物は代わって持ってくれる。それも黙ってやってくれるし、黙って去って行き、何も要求しない。人というものはもともと親切なのだ、恐れることは何も無いとの思いに至りました。パーキンソン病友の会の思想の原点が、この時に培われたものと思います。54歳の時です。

それからは猛勉強をしました。お蔭様で、履修6年のところを4年で卒業。これからの私を形成する、非常に重要な意義のある4年でした。

2、友の会に入会、会報創刊、 そして会長就任

ある時、愛知県パーキンソン病友の会の八野会長から誘われ、会長補佐として友の会に入会。 58歳の時。

入会して最初に考えた事が、会員と会をつなぐ手段が何も無いということでした。会長に談判し、 会報をつくることに決定、 60 才の時。 そして会報の目的を

- ① 会員を元気付けること
- ② 会員に情報を流すこと
- ③ 政治的折衝を図ること(一昨年の特定疾患外しのときなど)

に設定し、創刊に向けて日夜努力の連続でした。会を重ねる毎に会報の内容は充実してきて、

今では、他と比べて何等遜色の無い、誇りうる会報になったと自負しております。

ある時、八野会長から自宅に呼ばれ「私は今期で会長を退任する。ついては後任に君を推薦するから是非、受けてくれないか」と言われました。

「分りました。お受けします」と返事すると、「きみきみ! こんな問題は1週間くらい考えて、返事するもんだよ」と怒られたことがあります。63歳のときでした。

会長就任に当って、私が願ったことは

"友の会を手伝うということは、ボランテイアであり、

リハビリ なんだ。一人でも元気にしたいし、助けたい"

と、これが私の信念であり、今でも変わることはありません。会則に記載してある、

「パーキンソン病友の会は、患者のための会であり、

患者が中心になって協議し実行することに意義がある」という事です。

この目的を達成するもう 1 つの手段として、会員方に出向き、直接対面して話合うという家庭訪問を始めました。実際に、通算6年で約180人位訪問しました。これのインパクトは強烈で、訪問した全ての皆様から大きな感銘をうけました。

中でも忘れられないのが、Tさんを訪ねた時のことです。

Tさんは、会員名簿をワープロで作る時に手伝いをしてくれました。彼女にお会いしたいと駅から電話すると、快諾してくれました。お母様が言われるには "丹羽さんが来られるという事で、化粧をしてうきうきして待っている。この娘のこんなに喜んだ姿を今迄、見たことが無い。小さい時に発症して、しなくてもよい苦労を、押し付けてしまった私が悪い。娘に是非、希望を与えて下さい"と涙ながらに言われ、カラオケをやろう、ビールを飲め、饅頭を食べろと次から次に勧められました。それらを受ける訳にはいかず、困ったことを覚えています。でも、私のことをこんなにも喜んでくれて、嬉しかったですねぇ~。

入院している時に、親子で来てくれました。つましい親子ですが、貯金をはたいてタクシーで来てくれた。私の価値を認めてくれたということで、本当に嬉しかった。嬉しかったですねぇ~。

いろいろな活動の中から生まれたのが、『ATM』です。パーキンソン病はいくら悩んだからといって治るものでもないし、考えたからといって良くなるものでもない。むしろ何らかの刺激を与えた方が、ドーパミンの分泌が増えて良くなることがある。そこで生まれたのが、

明るく(A) 楽しい(T) 毎日を(M)

のキャッチフレーズです。とにかく、前向きに考えたほうが、全てうまくいきますよ。

丹羽節を楽しみに来てくれる人もいます。これが無くなった時には、代わりのものを探せばいい のです。その代わりのものとは、皆でワイワイ言って、皆で決める事。

全国大会(平成18年)の準備をしているとき、実に楽しかったじゃないですか。

この時は、実に楽しかったですね。 考える、聞くという前に "喋る" という事で、みんな元気 になっていました。 - 4 -

年間行事予定なども、みんなでワイワイ協議して、夫々担当を決めて全員で運営するという形に持っていってください。

それと、友の会には権利は無いんです、あるのは感謝のみ。 それに、出来ることをする、出来 ないことはしない。お互いがお互いを助け合って、力を結集し、同じ目的に向かって邁進する。 これが理想だと思います。

3、癌の発症と入院

昨年 12 月に、腹部に痛みを覚え、名大付属病院に入院しました。入院して 3 日後に「副腎癌です。背骨、肝臓に転移しており、手術は出来ません。化学療法を考えてみましょう」と言われました。

入院しているとき、ある会員の方から、手紙を貰いました。この方はご自身のパーキンソン病に加えて、お子さんが難病を患っておられます。その手紙には「助けて下さい!助けて下さい!」の言葉のみ。

すぐさま、飛んでいって抱きしめてあげたいと思うものの、肝心の私が寝たきりの状態。止むを得ず、手紙に「私は今、名大病院に入院しています。何も出来ません。頑張って下さい、頑張って下さい、頑張って下さい」と書いて返事しました。この時ほど、**"生きる"** という事のありがたさを実感したことはありません。

家内が「本当のことを告知して下さい。主人もそれを望んでいます」とお願いして、10日後に「これ以上、化学療法を続けると丹羽さんの体力が持ちません。残念ですが、化学療法も断念せざるを得ません」といわれ、私の運命が決まりました、

このときも、私の返事は「そうですか、分りました」と、パーキンソン病を宣告された時と同じく、不思議なほど、平静に対処できました。

名大医学部は、神経内科、内分泌科、整形外科、化学療法科、麻酔科、泌尿器科等、名大医学部の総力で、私の病気に対処して下さいました。これ以上、何も申すことは有りません。本当にありがとうございました。

私の副腎癌は非常に稀な癌で、名大の先生方でも見たことがないと言われる、非常に珍しい 癌。学術面、医学面で利用して頂きたいと、献体の申し入れをしました。どうぞ、医学の進歩の ために是非、私を役立てて下さい。

4、人生の総括として、

私の人生は、失敗の連続だった。数え上げたらキリが無いし、それこそ後悔の連続でした。でも、会社生活の時代や友の会での活動を通じて、素晴らしい出会いがあり、素晴らしい仕事が出来て、最高の人生だった。するべき事は全てして、やり残したことは全くありません。 改めて、お世話になった全ての皆様に、

ありがとう! ありがとう! ありがとう!

時の流れ 丹羽浩介会長入院(2) 越澤

- 1月12日 「数独」を楽しんでおられました。何かやる気が出ていてホットしました。 昼食にうどんが出され、少し食べられたとか、気力だけではダメで少しで も体力をつけようとおっしゃっていました。傍らには2,000ccの点 滴袋があり、一日中点滴をして、小便ばかりしていると笑っていました。 会長が心配しておられた口座の名義変更を済ませたこと、2月の一日交遊 会の決まったこと、東京の養田さんからの伝言など話しました。
- 1月15日 主治医の渡邉先生を困らせては楽しんでいるとか、わりに元気でした。いきなり「家内にも常々言っているが俺は葬式はやらない」と言われびっくりしました。人生の考え方として聞いておいてくれということです。話題を変えて、今朝の中日新聞の中日春秋欄に、人は「自分のため」ではなく「他の人のため」と思えたとき、奇跡的な力を持つことができるのだとありました。会長は長年人のために尽くしてこられたのだから、十分に奇跡的な力を持っています。頑張ってくださいというとニコリとされました。
- 1月17日 朝、会長から久しぶりに電話がありました。声に張りがあり元気そうでした。昨日から食欲が出て、しっかり食べているとのことでした。お医者さんが来たからと電話が切れました。編集会議の後、山尾夫妻と病院へよりましたら、東海市の神野さんがおられました。顔色も良く、元気でした。大きなうなぎを平らげ、バナナも食べ、昨日から調子がいいとご機嫌でした。神戸の全国大会やパーキンソン・デーの署名の状況など話しました。
- 1月19日 全国友の会事務局長・河野さんから和歌山県友の会事務局長・森下さんの作られたミカンを送っていただいたものですから、会長にも持っていきました。非常に喜んでいただき、色のいいミカンを握ったまま話していました。19年度の「難病救済基金」の申請について、いろいろコツを教えてもらいました。体調は良いのだが脚が痛くてたまらないそうです。今日は焼きソバが食べたくて奥様に買いに行ってもらったとか食欲旺盛のようです。前後10回にわたる放射線治療が済み、来週から化学治療が始まるそうで、これまで以上に大変だとか、とにかく頑張るとおっしゃっていました。
- 1月23日 化学治療は中止。病院の治療は一段落したので、療養を主とするホスピス に替わることになったそうです。静かに暮らしたいので当分面会謝絶を続 けて欲しいと言われました。背骨の回復も順調でもう心配ないとか、脚が 痛い他は順調で、食欲も旺盛、今奥様に鰻を買いに行ってもらっていると 笑っていました。声に張りがあり、元気でした。
- 1月26日 大道さんが2月1日の本部役員会で、会長の様子を報告したいといわれる ので同道しました。会長は「ありのまま伝えてください。」と大道さんに 話していました。ホスピスが決まったそうで3月はじめに替わるそうです。 今日も鰻を食べたい、食欲旺盛で入院から20日間も絶食だった(何も食 べたくなかった)頃が懐かしい。一時、骨と皮ばかりになったが今はいく

らか肉が付いてきた。やっぱり食べないといけないな。同時にガンも再び活動しだしたかな。脚の痛みは相変わらず酷く、麻薬を日に六服、飲んでいる。今日も二服飲んだが効かない。麻薬の管理が厳しく、看護師が喉に飲みこむまで見つめている。淡々と話しておられました。気分はココのところ良いとのこと、髭もそって、いい表情でした。窓に雪の御嶽がみえました。

- 1月30日 広島の水野さんの伝言と養田さんの絵手紙を届けました。そこへ、整形のお医者さんが来られ、右脚の痛みの診断を始めました。股関節に放射線治療をすると痛みが和らぐかもしれないと言っていました。背骨や股関節の神経を圧迫しているようです。主治医の方へ連絡しておくからと帰られました。会長は自分で立って小便ができない、ポータブルの便器に移るのが困難になったのが辛いと言っていました。食欲は以前ほどではないがあるそうです。友の会の当面の行事など話しました。
- 2月 2日 定例役員会。「会報36号」発送を済ませた後、会報を持って伺いました。 「ありがとう」といいつつページを捲っておられました。奥様の話による と療養型ホスピスへ移るのが早くなったようです。
- 2月 3日 夜、電話がありました。病気のことを会報に沢山のスペースを使って書いてくれてありがとうと言われました。
- 2月 5日 名大病院ナディックで鵜飼先生による音楽療養が始まりました。同じ病院内ですので、会長も参加されるかと思ったところ、無理だとのことでした。患者さんが15,6名、付き添いが5名ほど集まりました。新しく鈴木先生が加わり、鵜飼先生とお二人で進められました。終った後、会長が鵜飼先生にお話がしたいというのでご一緒しました。会長の手に、何回も読まれたのでしょう、よれよれの会報36号がありました。
- 2月 6日 妻の定期健診日でしたので、帰りに寄りました。右脚の痛みは相変わらずで、股関節への放射線治療は難しく、ブロック(注射で神経を麻痺させる)することになったそうです。なんでもいいから痛みをとって欲しい、楽にして欲しいと訴えておられました。来週にでも緩和ケアーのホスピスに替わるそうです。
- 2月10日 名古屋にしては久しぶりの大雪でした。昼ごろ電話がありました。体力が衰え、幻覚を見るようになったので、頭のハッキリしているうちに話しておきたいことがあると言われますので4時ごろ伺いました。東海市議員の神野さんがおられました。脚の痛みは七割ほど回復されたそうです。散髪をして男前になった会長は、私に「これまでに、次期会長を頼んだのに二度、断られた。なんとか軸になってやってくれないか」と言われます。私は「今迄どおり会長は丹羽会長で、私は事務局長として実務をこなしていきますから心配ありません。役員の方々も一所懸命やっていますし、顧問の神野さんや、服部ご夫妻、平山先生、鵜飼先生もおられますし、安心して静養に専念するよう申しました。
- 2月14日 縦横1メートルを越す布地に墨痕鮮やかに、北海道支部の皆さんの寄せ書 きが病室に掲げてありました。平山先生がおられました。先生の「薬の話」

が会報のスタイルで40ページにもなりましたので、纏めて冊子にしたらどうでしょうかとご相談しました。先生は全体を今一度見直した上でと賛成されました。そして、患者さんに分かり易く読めるように、原稿の校正を丹羽会長にお願いすることにしました。

今日は、これから東海ブロックの役員会(次期役員の選出)に行くもので すからと失礼しました。

- 2月17日 手紙を書いておられました。奥様が事務所の犬が死んでしまったと、その時の様子を話されました。餌をやって帰るとき、奥様のあとを追いかけてきてコロッと倒れてしまった。痙攣を起こしたようにあっけなかったと。看護師さんが胸の鎮痛消炎剤テープを貼替えていきました。神経内科、内分泌科、整形、麻酔、放射線科、糖尿病、皮膚科、片手に余る先生方に診ていただいているとか・・・。副腎腫瘍はどうなっているのか、確実に進んでいると思うが話してくれない。ホスピスを紹介され、環境が変わることが心配だ。何時に無くさびそうでした。
- 2月19日 二時ごろ伺うと今、北海道支部長(山根隆さん)が帰ったところだ。**銘**菓 「白い恋人」を貰ったからとひとつ相伴にあずかりました。

生きてこそ「白い恋人」老の春 と云ったところだと笑いました。 今日は、わりに気分はいいが痛みが酷く、モルヒネの量も増えた。昼食に は助六を一人前食べた。今、家内がピザを買いに行っているから、時間が あれば一緒に食べていかないかと、いろいろ雑談しました。ホスピスは誰 かが死なないと部屋が空かない、また延びそうだ。これが現実だ。実に冷 静です。

- 2月24日 午後1時半ごろ、山尾さんご夫妻と伺うと、池田さん、益田さんが見えていました。ここ数日調子が良く、友の会の皆さんに惜別の辞を口述筆記してもらったとのことです。ホスピスに移ったら奥様と二人の時間を過ごすことになるので、今日が今生のお別れだ、もう電話などしないでくれ、現代医学ではどうにもならないので、自然にまかせるより仕方がない。ただ、痛みを取り除いて、苦痛を和らげてもらうだけだ。皆、握手でなく、掌のタッチで別れました。
- 2月27日 明日、ホスピスに移ると電話がありました。
- 2月28日 昼過ぎにホスピスに行ってみました。八階立ての新しい病院で、最上階が ホスピスです。暖かな日差しのこじんまりした部屋でした。各室ともドア ーは開けっ放しで、カーテンで仕切られています。名大病院では皆さんに 送られ、本当に良くしていただき感謝あるのみですとおっしゃっていまし た。昼食が美味しかったと・・・。新しい生活が始まりました。
- 3月 1日 定例役員会の後、回ってみました。何かお疲れの様子。モルヒネなども名大のときの3倍にも増えたとのこと、痛みを緩和することを第一にされているようです。奥様に見せていただきましたが、入院の時、部屋に備えつけの『旅立ち:死を看取る』というパンフレットがあります。具体的に、死の3ヶ月前の様子、1ヶ月前の状況、2週間前、3~4日前、前日そして死を迎える、余りにも露骨なのに驚き言葉もありませんでした。覚悟の

上とは云い、厳しいものです。

- 3月 2日 総会の資料について話したいことがあると電話がありました。
- 3月 3日 池田さん、益田さんと三人で、お話を伺いました。口述筆記の補充やらな にやらいろいろと話しました。地元のお寺で半年、小僧さんを勤められた とか初耳でした。
- 3月 4日 平山先生からの「薬の話」の原稿を届けました。A4版で68ページになりました。
- 3月 5日 元役員のNYさんが会長にぜひ会いたいというので同行しました。 「薬の話」は良く出来ていると感心していました。
- 3月 6日 池田さんからの口述筆記の原稿を持っていきました。それに鵜飼先生から「友の会の歌」を作ってはと提案があり、歌詞を会長にお願いしたいというので、話してみました。会長は「もう無理だ。創作意欲がなくなった。夜など天井の蛍光灯の縁二本から人が出てきて、三人で話をしている。気がつくと誰もいない。昨日は久しぶりに風呂に入れてもらって気持ちよかった。」
- 3月10日 入院三ヶ月になりました。一時ごろでしたが、今目が覚めたと言われます。 夕べ睡眠薬を飲みすぎてしまったそうです。寝てばかりいるようになった と奥様が言われました。服部クリニックに通院の皆さんの寄せ書きがあり ました。とても喜んでおられました。
- 3月13日 ここのところ食欲がなく、疲れた様子です。熱が出て肺炎を起こし39度 もあったといわれました。手当ての結果、小康状態。水も自分で飲めなく 奥様がスプーンで口に運んでいます。力ない声で「ありがとう、あとをた のむ」「心配なく、休んでください」と握手しました。





平成 20 年度・総会と医療講演会のご案内

日 時 平成20年5月10日(土) 10時 ~ 15時

場所名古屋市総合社会福祉会館・大会議室

名古屋市北区清水町4丁目17番地1号

区役所・保健所と一緒の建物で、大会議室は7階です。

TEL. 052-911-3191

地下鉄・黒川駅下車 41号線を南に約10分です。

日 程 10時 ~ 10時30分 総会

19年度収支決算報告、活動経過報告、本年の活動計画

10時30分 ~ 11時30分 体験発表

発表者 風岡初代、杉山初代、則竹和子、益田緑の4氏

11時30分 ~ 13時00分 ティータイム、懇談、昼食

13時00分 ~ 15時00分 医療講演会

講 師 名古屋大学神経内科 平山正昭医師

演 題 パーキンソン病の最近の治療法について

申し込み 4月30日(水)までにハガキでお申し込みください。家族、付き添いの方の参加もお待ちしております。昼食は1,000円でご用意します。出席申し込みのハガキに住所、氏名、参加人数、昼食(数量)をご記入ください。申し込みされなくても当日の健康次第で参加されても結構です。ただし、この場合の昼食は各自でお願いします。講演会のみの方は申し込み不要です。

申し込み先 〒458-0847 名古屋市緑区浦里1-68-508 越澤 博

19年度・収支決算書

	2007年3月1日 ~ 2008年2月29日				単位:円
	収	入	支	出	
繰越金		396,645	会議費		228,330
会費		1,113,000	交通費		316,890
寄付金	個人	1,241,000	通信費		88,121
	団体	1,079,000	印刷費		907,200
	その他	100,159	総会費		57,112
会報売-	Ł	65,000	交遊会		94,635
			愛難連		62,850
			講演会		150,630
			本部負担金		536,200
			消耗品		141,968
			東海ブロック		4,000
			全国大会		516,565
			NTT 代		91,104
			定額預金		500,000
			次年度繰越		299,199
	=1		=1		0.004.004
L	計	3,994,804	計		3,994,804

預金内訳表

		2008年 2月29日	現在	単位:円
	郵便定額貯金	300,000	次期繰越金	2,000,000
	郵便定額貯金	200,000		
- 1	郵便定額貯金	300,000		-
- 1	郵便定額貯金	200,000		
	郵便定額貯金	500,000		
	郵便定額貯金	500,000		
	計	2,000,000	計	2,000,000

独立事務所開設準備金

監査報告書

会長 丹羽浩介 様

愛知県パーキンソン病友の会・平成19年度の会計を監査しました ところ、記載されている事項と帳簿類、預金通帳との間には矛盾 なく正確に使用されています。

平成20年3月6日 監査人 大道忠弘

19年度·活動報告

現会員数は230名です。友の会の基本理念である「任意と善意」に基づき、明るく・ 楽しく・毎日を(ATM)モットーに過ごしています。19年を振り返ってみますと

- 4月11日 パーキンソン・デー 国会請願に丹羽浩介、山尾佐知子、池田冨美子、 池田幸夫の4氏が参加しました。会報31号に池田冨美子さんがその時 の感想を述べていますので今一度お読みください。
- 5月12日 総会と医療講演会 総会の後、丹羽浩介会長の「元気になろう」と 題してのお話がありました。医療講演は藤田保健衛生大学坂文種報徳會 病院院長 山本纊子教授の「パーキンソン病 〜快適な生活のための工 夫〜 と題してのお話がありました。会場いっぱいの聴衆に深い感銘を 与えました。
- 6月 7日 一日**交遊会** 初夏の海風が気持ちよい港区のブルーボネット で楽しく過ごしました。碧南市民病院リハビリテーションの埜口義広先 生実技指導もありました。
- 6月21・22日 第31回全国総会・大会

「あたしも愛知の人になりたーい」と言わせるほどの大会でした。詳細は会報32~34号をご覧ください。

- 10月27・28日 一泊旅行 知多半島南端のビラ・マリーン南知多(愛知県 南知多老人福祉館)で平山医師同行のもとに行いました。夕食後、先生 を囲んで話合いました。
- 10月30日 **医療講演会** 「パーキンソン病患者の転ばない生活講座」と 題しまして、国立病院機構東名古屋病院の饗場郁子医師、山根碧看護師、 嵯峨守人理学療法士からお話がありました。
- 12月16日 **街頭署名活動** 北風の寒い中、名鉄百貨店前で実施しました。 丁度大安吉日で宝クジを買う人で混雑する中で、約一時間ご協力いただ きました。
- 2月 5日 音楽療法 鵜飼久美子音楽療法士による音楽療法を前から 行っていましたが、定期的に名古屋大学ナディックで実施がきまりました。月一回火曜日2時30分から一時間です。事前申し込みが必要です。
- **2月27日** 一日**交遊会** 音楽療法・お話し合い・リハビリ等楽しく過しました。詳しくは別項掲載をご覧下さい。
- ☆ 国会請願署名ご協力ありがとうございました。
- ☆ 会報の発行 奇数月、(3, 5, 7, 9, 11, 1月) 30号 ~ 36号 特集号として全国大会・シンポジウムの記録を発行しました。

20年度・活動計画

○ 4月11日 (水) パーキンソン・デー国会請願

全国パーキンソン病友の会は、医学の進歩研究に寄与し、医療体制の充実と福祉の向上を求め、社会的啓発活動、相互支援、親睦を図り、パーキンソン病の完治を求めて活動する患者と家族の団体です。現在44の都道府県に支部があります。 患者数は15万人と言われております。特定疾患受給者数は9万人弱です。軽症者・

思者数は15万人と言われております。特定疾患受給者数は9万人弱です。軽症者・ ヤール3以下の者を除外することなく、特定疾患医療研究事業が継続されますよう皆 さんからいただきました署名を国会に提出いたします。

- **5月10日(土) 友の会総会・医療講演会** 於・名古屋市総合社会福祉会館 総会・体験発表は 10 時から 12 時、医療講演会は 13 時から 15 時を予定しています。 体験発表者は風岡初代、杉山初江、則竹和子、益田緑の四人、医療講演の講師は名古 屋大学の平山正昭医師にお願いしてあります。
- 〇 一日交遊会

6月と2月に予定しています。音楽療法、お話し合い、身体を動かそう・リハビリ 等を予定しています。

- 10月 医療講演会 開催地選定中。ご希望をお聞かせください。
- 11月 一泊旅行 開催地選定中。ご希望をお聞かせください。
- 12~1月 国会請顧署名運動にご協力ください。
- **会報の発行** 偶数月:4,6,8,10.12,2月に発行予定です。原稿をお寄せください。

本年度の役員

会 長 丹羽浩介 副会長 大道忠弘 愛難連担当 山尾 武

事務局長 越澤 博

事務局山尾佐知子益田緑益田利彦池田冨美子池田 幸夫大橋美智子神原 時彦後藤サヨ子関和子伊藤 岳枝伊藤フサ子風岡 初代

森 久子

薬の話

名古屋大学医学部 平山正昭

パーキンソン病の話を書いていていつも思うことは、患者さんに何か元気の出るいいことないかなと言う話題探しです。こんなことを考えていると、 "何かいいことないか子猫チャン"と言う映画の題名が頭に浮かんできました。パーキンソン病の患者さんの年代で、映画好きの人は知っている人がいるかもしれません。主演がピーター・オトゥールとピーター・セラーズ、脚本はウディ・アレンというこのキャスティングを見ただけで不思議なコメディーだと分かってしまうハチャメチャな映画です。

お気楽に書ける何か話題はないかなということで、今回は少し楽をさせていただきます。 以前書いたことのリバイバルになりますが、"てんかん"の治療薬に使われている**ゾニ** サミドと言う薬が新しい薬として発売されそうなので、その話題に付いて書きます。

この薬は、以前書いたように東大病院に通院中のパーキンソン病の患者さんが、けいれんを起こした時にけいれんの治療薬としてゾニサミドという薬を投与したところ不思議と l-dopa の量は変えなかったのに、パーキンソン病の症状がよくなってしまったことから発見が始まっています。

このゾニサミドはてんかんの治療ガイドラインでは、最初に使う薬にはなっていません。 実際私なら、脳波をとって局所であれば、カルバマゼピンという薬を、脳波が全体的に 異常ならバルプロ酸と言う薬を出していたでしょう。でも、この間違いがあっても、そ こで、"もしかしたらゾニサミドと言う薬がパーキンソン病に効くかもしれないぞ"と 気がついたのは臨床を行っているこの先生方の優秀なところです。まさに棚からぼたも ち、災い転じて福となすです。

その後、東大の先生は数々の報告をされ、さらになぜこの薬がパーキンソン病に効くのかをほんの数年の間に動物実験を通して解明されました。日本からの新しい薬が発見されることは、少ないですから、東大の先生方の努力は大変なものだったでしょう。その後、治験が行われて、そろそろ薬として発売されそうです。残念ながらこの薬は、単独で使っても効果はありません。しかし、効果としてはパーキンソン病の振戦にもほかの薬よりも効果があるそうですから、1-dopaの補助剤として使える可能性があります。

さらにいいのは、この薬はてんかんの薬としてもう 10 年以上たっているので、非常

に安い薬です。1錠40円ぐらいの薬です。元々この薬は、半減期が長く63時間もありますので、一度脳の中に入れば長く効果を持続します。さらに、てんかんに使うように朝昼晩と飲まなくても夜間だけでも効果が出る様ですので少量ですむようです。元々、さらにこの薬は、眠気があるのですが、夜間に寝られない人にはちょうど、睡眠薬の代わりとしても効果があるので、一石二鳥です。

また、最近ジェネリック薬品といって、後発品の安い薬があるのですが、この薬は安いせいかあまりジェネリック薬品は出ていません。ジェネリック薬品を作っている薬屋さんとしては、どちらかというともうけにならない薬は作らないので、(ルイ・ビトンのバックは、ほかの企業でよく似た形のものが作られますが、ユニクロの服をまねて安く売る企業はいないでしょう) 我々医者としても、あまり知らない会社の薬を使わなくすむので、安心です。

ただし、ゾニサミドは、エクセグランというてんかんの薬として有名になってしまっているので、もしかするとパーキンソン病の治療薬として用いる場合には、エクセグランという名前ではなくて、違う名前になるかも知れないそうです。その時に、名前が違うのだから薬価も違うことになってあまり高い値段にかえられないようにお願いしたいと思います。パーキンソンの薬にドーパミンアゴニストやセレジリンがありますが、薬価のわりには効果は少ないと思います。

ところで、最近論文を読んでいて、面白いものがありました。

一つは、週に2粒以上痛み止めとして**アスピリン**を飲んでいた人は、パーキンソン病になりにくかったという報告です。アメリカ人はとにかく、頭が痛いとすぐにアスピリンを飲むので、こんな報告が出たのでしょう。ただ、この効果女性にはあるのですが、男性にはあまりなかったということです。この報告では、頭痛に使う量のアスピリンでの報告ですが、最近アスピリンは少量では、血液を固まりにくくして、脳梗塞や心筋梗塞を予防することが分かってきて、日本でも値段が安いこともあり(1 錠たった 6.4 円です)非常によく使われています。

アスピリンを脳卒中の人に出すと、最初の頃は"先生私は頭痛はありません"とよく言われたことがありますが、最近は皆さん知識が増えてきて言われることも少なくなりました。脳梗塞がある人は、飲んでいるとパーキンソン病になりにくいかも?ただし、痛み止めは飲み過ぎると、胃潰瘍になってしまいます。残念ながら日本人は特にアスピリン潰瘍になりやすくて、胃炎などを起こしやすい人は、少量のアスピリンでも一緒に胃薬も飲まないといけないらしいです。しかも、プロトンポンプインヒビターという胃薬

の中でも高い方の薬でないと予防できないみたいです。本来の薬よりその副作用を予防する薬の方が値段が高い(約 120 円ぐらい)という不思議な現象が起きています。もう少し真偽のほどがはっきりしてから試してみた方がいいかと思います。

もう一つは、高血圧の治療薬の話です。最近、高血圧の治療薬の ACE 阻害剤や Ca channel blocker に神経保護作用があるかもしれないという報告があります。そこで、高血圧の治療をしている患者さんでパーキンソン病の人が高血圧の薬の種類によって、パーキンソン病になりやすいかどうかを調べたものです。

パーキンソン病になりやすくなるという薬はなく、その意味では安心しましたが、興味 深かったのは、**Ca channel blocker**では、なりにくかったということです。

そして、女性の方が少しその効果が大きかった。女性は得ですね。まだ、その後の報告はないので本当かどうかは数年待たないと確かなことは言えませんが、現在アムロジピンという薬が Ca channel blockerでは一番売れていて、エクセグランとアムロジンはちょうど同じ製薬会社が出しています。ドプスと言う薬も出している会社なので、パーキンソン病の治療にこれからも貢献いただければと考えています。

最近全国から私のところに、患者さんが来ます。全国区になったこの会報も、丹羽会 長が愛知県のパーキンソン病友の会を活気づけてくれたおかげです。私が会報の原稿を 頼まれた時はぺらぺらの会報だったのに、今ではどこの会報にも負けないものになって きました。全国の方が読んでくれるのですね。

この会報を読んで全国から患者さんが来てくれるのはありがたいことですが、しかし、前の先生の悪口は言わないでください。"前の先生は先生ほど時間をかけてしっかり見てくれない"とか言いますが、私も、地方の病院でたくさん患者さんを見ていればきっと丁寧には見られません。私を名医だと思わないでください。ただ、大学だとある程度自由があって時間をかけて診察できるから、そして大学では、そういった難しい患者さんを見る機会が多いからいいようにみえるだけです。

もちろん私は時々患者さんに薬やリハビリという魔法をかけることができます。その時には"先生は魔法使いのような人だ"と言われますが、残念ながら神にはなれないので、その魔法はしばらくすると解けてしまいます。

私にとって感謝してくれることはうれしいのですが、この医療崩壊の進む中で地方の医療を3分診療と言われながらも支えてくれているのは、3分医療に耐えている先生た

ちです。よく診察時間が少ないことを何時間も待ったのに、ほんの少ししか見てもらえ なかったと医者にこぼす方がいますが、筋違いです。

想像してください。看護婦さんは時間になると帰ってしまいますが、その方を見るために、医者は朝から昼ご飯も食べずに何時間もほかの患者さんを見て、その数分を作っているのです。遊んでいる訳でないのに、"ちっとも患者を診ない "などと言われたら自分ならどう思いますか。最近病院救急受け入れ拒否という言葉がありますが、道路には59兆も使うくせに、医療費は世界で最低なのが、残念ながら今のこの国です。ですから病院まで行く道路はあって、病院という建物はあって病室もあるのになぜかそこに診察する人がいません。国の予算は有限ですから何に使うかを吟味しないと、みんな死んでしまったら道路使う人もいなくなってしまいますよ。

残念ながら丹羽会長は、今入院しています。でも、がんばって闘病されていて、時々看護婦さんに説教も行っているみたいです。私も"あの世"の話をしてもらいました。ある看護婦さんが丹羽会長に、"死んだらどこに行くのですか"と聞いたそうです。 丹羽会長は、即座に"あなたは生まれる前にどこから来たか言えますか"と返したそうです。 看護婦さんは、"知らない"と答えると"来たところが分からないのだから、行くところも分からない。だから自分で自分の考えたように行き先の情景を決めるんです"と話したそうです。

私は、"でも会長まだ、死ぬ先のことばかり考えないでくださいよ。まだまだ、パーキンソン友の会には会長が必要だから"と話したら、"では、これからの人生は 100 倍速で、生きないといけないですね"と話されていました。

さらに笑って、"会報の文章は私の文章が本当に価値があるなら、まだまだ書いていきますよ"と話していましたので少し安心しています。

ただ一つだけ反論。"先生、大学はこんなに私をしっかり見てくれるので、日本の医療は大丈夫ですよ"と言ってくれますが、丹羽会長を毎日見てくれる内科の主治医の先生の月給が 20 万円にも満たないと知ったらそんなことも言っていられないと思います。パーキンソン病の特定疾患も数年後にまた存続の危機が来ます。

せっかく丹羽会長が盛り上げてくれた友の会です、会員の皆さんも、どんどん友の会に 参加して盛り上げていきましょう。

EBM とオーダーメード治療

第二回 ; パーキンソン病と嚥下障害

名古屋大学神経内科 渡辺宏久

1. はじめに

この連載では、パーキンソン病の運動機能以外の症状を中心として、最新の標準的治療基準をご紹介するとともに、これまでの治療経験を通じて試してみる価値があるかもしれないと思っている治療やリハビリテーションの方法などをご紹介しています。

第2回のテーマは「嚥下」です。食べることは生きるために必須であると同時に、趣味、喜び、心を豊かにする手段といった側面を持っています。「嚥下」という行為は、食べるために必須の機能で、母親の胎内にいる間に自然に獲得されますが、年をとるにつれてその機能は低下します。パーキンソン病の方でも15-50%に嚥下機能の低下を認めるとの報告もあります。今回は、嚥下障害の原因や対処法につき記載してみます。

2. 嚥下のメカニズム

我々は、毎日当たり前のように口から食べていますが、実はこの食べるという行為はとても複雑なメカニズムから成り立っています。まず食べ物は、歯や舌で唾液を混ぜながら噛み砕かれ、舌でのどの奥へと送り込まれます。のどの奥まで到達すると"のど仏"が上がり、嚥下の反射が起こって食べ物はあっという間に食道を通過して胃に到達します。この間、口の中では鼻や気管への通路が遮断されて流入を防ぐ動きが起こり、食道では胃に入った食物が逆流しないために食道の下にある筋肉が収縮する現象も起きます。

皆様も、あらためて一度生唾を飲んでいただくと、色々な動きが口の中で起こっていることがお分かりいただけると思います。こうした一連の行為には、大脳皮質、小脳、12種類ある脳神経の半数にあたる6種類 (V、VII、IX、X、XI、XII)、各種自律神経や体性神経、口から胃までの様々な筋肉、呼吸筋、といった多数の神経や筋が関与しています。

3. パーキンソン病で認められる嚥下障害の原因

パーキンソン病自体で生ずる嚥下障害と加齢によって生ずる嚥下障害を分けて考える必要があります。ここでは嚥下のみにこだわらず、食べるという行為全般について考えてみます。

- 1) パーキンソン病に関連した嚥下障害の原因
- 一般に手足の動きと同様に喉の動きが十分ではなくなるために嚥下障害が出現することが主な 原因と考えられがちですが、その他にも様々な原因があります。
- ① 口に食べ物を運ぶ前の原因;まず、気分が滅入り、食べる気持ちがわいてこないことが原因になる場合があります。食べる姿勢の問題も大切で、背中がまがり、顎を突き出すように食べること

は、嚥下を難しくします。また、手の自由がきかないために食べ物を口に運びにくいことが問題になる場合もあります。

- ② 口に食べ物を運んでからの問題;口唇、顎、舌の運動が不十分であり、食物が口からこぼれる、十分に噛むことができない、食物を口の中でまとめられない場合があります。次に、舌の運動が円滑にいかないため、食物をのどへ送り込む時間が延長したり、飲み込むタイミングがずれたりする場合があります。また、のどの感覚低下や運動の低下のため、飲み込む反射が遅れる、食物がのどの奥に残ることもあります。最後に、食物を胃へ送るための動きが悪くなったり、胃から食道への逆流が起こったりします。
- ③ 薬の問題;上に述べたこと全般に関連しますが、薬の効果が不十分であれば、手足の機能や嚥下の機能は低下してしまいます。不随意運動が激しければ、食事をとることも難しくなります。

2) 加齢に関連した嚥下障害の原因

一般に加齢に伴い嚥下機能は低下します。その原因として、歯の問題(意外に多い原因かもしれません)、嚥下に関連する筋力低下、加齢に伴う生理的な喉頭の位置の下降(生まれてすぐは、喉頭という場所が高く位置しており、誤嚥しにくいと言われています)、口の中の乾燥、感覚や味覚の低下、唾液の分泌量の減少や性状の変化、無症候性の脳梗塞や他の病気の存在などが知られています。

4, 嚥下障害に対する薬物治療

運動機能に対する L-ドーパやドパミンアゴニスト治療と異なり、嚥下障害に対する薬物治療に十分なエビデンスは残念ながらありません。アーテンなどの抗コリン剤の有用性が 1942 年に報告されましたが、むしろ悪化するという報告もあり評価は一定していません。海外では輪状咽頭筋へのボツリヌス注射の有用性も少数例で報告されていますが、多数例における検討は無く、我が国では保険適応も通っておりません。

5. 嚥下障害に対するリハビリテーション

ここでは詳しく述べませんが、摂食嚥下訓練法として、舌の運動訓練、声帯の訓練(pushing exercise)、メンデルゾーン手技(嚥下時に甲状軟骨の下部を指で押さえ、数秒間その状態を保たせます。嚥下時に喉頭をしっかりと挙上させ、食道入口部を開かせるのが目的です)、頸部・肩・体幹の訓練、空嚥下訓練、口腔内ケア、嚥下材料の工夫などがあり、有効性がいわれています。ただし、これも高いエビデンスがあると言えるレベルの研究は残念ながら報告されておりません。通院中の病院に嚥下訓練設備があれば、一度主治医に相談していただくことも良いかと思われます。

6. 嚥下以外の栄養の投与方法

一般に①経鼻栄養(鼻から胃まで細い管を入れます)、②胃瘻(皮膚から胃に直接管を入れます)、 ③中心静脈栄養(鎖骨の下などから高いカロリーの点滴を入れることが出来る管を留置します)が行 われています。この問題を書き出すと1回分の紙面でも足りなくなりますので、別の機会に詳しく触れることが出来ればと思います。ただ、確認しておきたいことは、『こうした方法を導入することイコール食べることができなくなる』ということでは無いという点です。次に例を示します。

7, 胃瘻導入後、再度食べることが出来るようになった患者さん

58 歳時にパーキンソン病を発症した男性の方で、75 歳時に誤嚥性肺炎で入院されました。嚥下造影という検査を行うと、飲んだ内容物がほとんど肺に流れ込んでしまうため、胃瘻を導入していただきました。その時の入院治療で、体重がとても減少してしまったので、まずは外来にて胃瘻から栄養を十二分に投与して、体重を元のレベルに戻すことから始めるようにしました。ご本人も「もう一度ビフテキを食べたい」という希望があり、リハビリへの意欲もありました。奥様の献身的な介護もあり、肺炎の再発無く、比較的順調に体重も回復してきました。それに伴い痰も減少したので、半年後に嚥下造影を再度施行しましたが駄目。それでも諦めず、胃瘻造設1年半後に3度目の挑戦。この時の嚥下造影は驚くほど改善していたため、徐々に食事量や内容をアップし、2年ほどは、3食とも口から食事を楽しんでいただくことが出来ました。

残念ながら再度肺炎を繰り返されるようになり、今は胃瘻栄養を主体で外来に通院していただいていますが、ここまで改善される方もみえるのだと、大変感動したことを覚えています。医学的に何故改善していただけたのか理由は明らかではありませんが、同様の報告は別の施設からもなされています。栄養状態改善に伴って薬剤の効果が上がったかもしれませんし、嚥下や噛む筋力が改善したのかもしれません。またご本人の意欲が改善したこともあるのかもしれません。いずれにせよ、栄養状態を改善することがここまで波及的な効果があると実感出来た瞬間でした。

8. 第2回のまとめ

以上のように、パーキンソン病の嚥下障害に対しては、高いレベルの根拠に基づいて医療をすること(EBM)が中々困難です。しかし、3の項目でも記載いたしましたが、パーキンソン病の嚥下障害の原因は多岐に渡るので、想定される原因の改善へ向けて地道に努力していくことで喜びが得られる可能性もあります。パーキンソン病自体のコントロール以外に、私の患者さんでも歯科治療が有効であった方、人工唾液がある程度有効であった方などがおみえになります。

尚、誤嚥や嚥下障害の出現を疑うサインとしては、むせる、咳が出る、ツルッとした性状の食べ物を 好むようになった、口の中に食べ物が残っている、痩せてきた、食欲が無くなってきた、熱が良く出る ようになった、などが挙げられます。こうした症状が出てきましたら、主治医と良く相談なさって下さい。 あなたに合った良い対処方法が見つかるかもしれません。

一方で、安易な取り組みは、かえって肺炎を招いてしまう可能性も十分にありますし、努力を重ねても、改善が難しい方の多いことも紛れもない事実です。経口摂取にこだわり過ぎず、時期を逸することなく、適切な代替栄養を受けることが良い場合もたくさんあります。いずれにせよ、適切な病態の把握に基づいた対策がとても大切であることを確認して第2回を終わりにしたいと思います。

平成20年度にあたり、ご挨拶を

愛知医科大学神経内科教授 佐橋 功

2月も中旬となり、少し日差しも暖かくなって参りました。愛知県パーキンソン病友の会の皆様は厳しい冬を乗り切り、身体の動きやすい春を心待ちにしておられる事と思います。 さて、この度は全国パーキンソン病友の会の会報 愛知県版36号をお送り頂きまして誠に有難うございました。何時も楽しみに読ませて頂いております。

パーキンソン病友の会・会長の丹羽浩介様が御入院中の病に臥してお見えのこと、丹羽様の病に触れてもいけませんし、このような折に越澤事務局長もさぞご多忙と思われましたので、編集部宛にご連絡させていただきました。何よりも丹羽様の一日も早いご快癒を祈っております。

さて、愛知医科大学神経内科のパーキンソン病診療外来も年々充実しつつありますが、 本年1月からパーキンソン病専門外来を、毎週火曜日午後に開設しております。

当科には昨年の4月から、順天堂大学水野美邦名誉教授 及び 服部信孝新教授の医局から、パーキンソン病の専門家であられる後藤啓五先生が准教授として赴任して来られ、この専門外来を担当しています。

後藤先生は非常に物静かな先生で、長い間にわたり順天堂神経内科の病棟医長を務められ、パーキンソン病に関して経験と造詣の深い臨床家であります。

先ずは後藤啓五先生を友の会の皆様にご紹介するとともに、先生が愛知県パーキンソン病友の会の発展に貢献してくれることを願っております。もちろん、頻度の多い疾患ですので、 当科の医局員全員も頑張って診療しています。

なお、私事ですが本年3月末を持ちまして、愛知医科大学神経内科教授の職を定年退職致します。本友の会にも講演の機会を与えて頂いたことや、則竹(元)副会長さんからも友の会の活動を常に伺っていました。

私は今後もパーキンソン病の外来を、愛知医科大学メディカルクリニックや他の 2~3の施設で診療を継続したいと考えており、宜しくお願いします。

今年も色々な友の会の行事をお考えと思いますが、本会の益々のご発展を願い、会員皆様のご健康を願っております。

敬具

平成20年2月20日

2月度一日交遊会のまとめ

H20年2月27日 (於)北生涯学習センター(黒川駅)

北風が吹きつける寒い日でしたが、定員(30名)を超える35名の参加を得て、盛況のうちに終えることができました。

鵜飼久美子先生、埜口義広先生のご指導に加えて、初の試みであるお話会を企画してみました。 お疲れの方もおられたと聞きましたが、皆様はいかがでしたか?

今回の結果を下記のように簡単にまとめてみました。参考になればと思います。

事務局

1、音楽療法

(講師:中部学院大学 鵜飼久美子先生)

- (1) **声のトレーニング** ・顔面のマッサージ ・母音の発声・五十音(逆さ読みも)を大きな声で読む → →
- (2)歌唱 「春一番」「早春賦」
- (3) **鳥の声を即興** ・CD「小川のせせらぎ」〜富良野〜を 聴きながら楽器の<バードコール>と<ヒューポン>を奏でる
- (4) 楽器演奏 <トーンチャイム>(7音) 「さくら」森山直太朗

は	な	た	さ	か	あ
ひ	に	ち	L	き	V
\$	ぬ	つ	つ す く て せ け		う
^	ね	て			え
ほ	の	りとそこ		お	
ほ	の	٤	そ	Ĺĭ	お
^	ね	て	せ	け	え
\$	ぬ	つ	す	<	う
ひ	に	ち	し	き	V
は	な	た	さ	カュ	あ

- (5) 指と腕と脳の体操 「四季の歌」を歌いながら行う
 - **|春| 手を打って左右交互に鼻をつかむ**
 - [夏] 手を打って左右交互に耳をつかむ
 - 「秋」手を打って同時に鼻と耳をつかむ(左右交互に)
 - [冬] 手を打って腕を交差させながら同時に鼻と耳をつかむ(左右交互に)
- **(6)ピアノ演奏** 「虹の彼方に」
- (7)歌唱 「寒い朝」「いい日旅立ち」「北国の春」「川の流れのように」

4~6月度 音楽療法 ~開催予定日のお知らせ~

4月 8日(火) 14:30~ 名大病院 2F ナディックにて 5月13日(火) " "

6月17日(火) "

11

*当ページの原稿は 鵜飼久美子先生にまとめていただきました。ありがとうございます。

— 22 —

2、リハビリ体操

(講師:碧南市民病院 埜口義広先生)

- (1) 手による胸郭筋の強化 → 声の出ない人、腰痛の人、便秘の人
- 1) 結髪 手を組み、頭の後ろに回す

背筋を伸ばした状態で、身体を左右に回す 声の出ない人

→ 腰痛の人

便秘の人

2) 結滞 手を組み、越の後ろに回す

背筋を伸ばした状態で身体を左右にまわす

- 3) 肘の曲げ伸ばし→左右の手を開いた状態で、ゲンコツしながら肘を曲げる
- 4) 左手をゲンコツし、右親指をゲンコツの中に入れた状態でゲンコツを包む

そのとき、 A 手の甲が痛い場合 → 筋肉の異常は無い

B 手の側面が痛い場合 → 筋肉が一寸痛い人

C 手首が痛い場合 → 重症の筋肉硬化

- 5) パーキンソン病かどうかの判定法のひとつ 両手を伸ばした状態で、指の第1、第2関節を曲げて手の平につくか? 第3関節は伸ばしたまま、パーキンソン病患者はつかない
- (2) 脚の運動 → 股関節の強化 → 転倒防止 (歩くだけではつかない筋肉)
- 1) 椅子に座り、膝を曲げながら上に上げる。膝が胸につくまで持ち上げる寝た状態でも、膝を曲げながら上に上げる。膝を30度まで持ち上げる
- 2) 椅子に座り、脚を伸ばした状態で足首を上げる → 左右交互に行う
- 3) 立ったまま、右手を椅子に添え、左足を上げる → 爪先立ちを交互に 立ったまま、左手を椅子に添え、右足を上げる → 爪先立ちを交互に
- (3) 突進を防ぐ
- 1) かかとの高い靴を履く
- 2) アキレス腱の強化 → 椅子に座り、右足を伸ばした状態で足首を持ち上げる 椅子に座り、左足を伸ばした状態で足首を持ち上げる 交互に繰り返す
- (4) 椅子からの立ち上がり
 - 1) 耳─腰─くるぶし の3点が一直線上にある座り方 → 圧迫骨折の防止
 - 2) 頭を前に出して立ち上がる。座るときも同じ
 - 3) 脚のかかとを上げて、立ち上がる → 前のめりに注意!
- (5) **風船バレー大会** ・・・ 爆笑! 爆笑! 爆笑!の連続でした。 6人制 5点先取が勝ち 椅子に座った状態でプレー

3、お話会(井戸端会議)

このお話会は、昨年 12 月に丹羽会長から提案されました。小グループに分ける事で、一人当たりの持ち時間を増やし、話す時間を長くとろう、友達を増やそう! 尚、改善したいこと、こうして欲しいこと等を事務局までお知らせ下さい。

(総合指導 大道忠弘)

各グループの井戸端を、一寸覗かせて下さい!

(敬省略、*印:世話役)

A: 町野弘明 岸 弘 岸三津子 風岡初代 老平真弓 *山尾佐知子

町野様はマッサージ、パソコン教室、映画を観たり、カラオケと幅広く、ご自分の 体調にあわせながら、マイペースで楽しく過ごしていらっしゃいます。

- 岸様は週2回のデイサービスと写真を撮るのが大好きなので、電動カーに乗って楽 しく活動しておられます。
- 老平様はご家族とのコミュニケーションも良く、パソコンを習ったり外に出る事を心掛けておられます。病歴も浅く余り気にされない方でゆったりと過ごされています。
- 風岡様は何事にもカッチリしておられ、最近明るくなられて安心します。遠慮勝ちで すが、もっと前に出るようになさって下さい。
- 山尾は A グループのお手伝いをさせて頂きましたが、皆さん色々ご自分のお好きな事を見つけられて、前向きでいらっしゃいますので安心致しました。 私も見習って前進しようと思います。ついつい痛さに負けそうになるので、 頑張ります。一日交遊会、楽しかったですね。気楽に話せていいですね。

B ; 三宅和男 伊藤フサ子 増田民子 越澤英子 越澤 博 *池田冨美子

B グループは間違い電話でご迷惑をかけた方、いつもニコニコで会を手伝って下さる方、参加することが治療だとおっしゃる方、奥様の介護と共に会の運営をされ、行事にはいつもお揃いで出席される方達に助けられて、もたつきながらも話合いに入る事ができました。その中で印象に残ったお話は;

- 1)「あまり欲張らないように」との先生の一言を信じ、結果として症状が改善した
- 2) 外に出ることで刺激を受け、それが進行を防いでいることに気がついた
- 3) 痛い、動けないなど治療の前提条件として、「明るく 楽しい 毎日を」過ごす ことが大切との認識で一致。改めて丹羽会長さんの偉大さを痛感しました。
- 後日の感想として 1) グループ発表のとき、マイクが有るとよかった
 - 2) 音楽療法とリハビリ体操は2日に分けて欲しい
 - 3) 体操の後に、質問コーナーが有ると有り難かった

小グループでお会いしたことで、直接お話が出来て非常に身近に感じられ、帰りの駅で再びお会いしたときは気楽に話が出来たとの声。これが今回の目的であり、最大の収穫だったと思います。

C ; 成松幸江 梶田孝之 梶田喜美子 酒井治雄 酒井弘子 *大橋美智子

C グループは、奥様がしっかりご主人を支えておられる二組のご夫婦とお一人で頑張っておられる女性の方でした。

遠方から苦労されてお出掛けいただき、何か収穫をと思っていましたが、拙い進行役と 時間的なことも有って、ご満足頂けなかったのではと申し訳なく思っています。

私の主人は、腰痛と便秘で苦労しています。皆さんも同様だとお聞きし、私はホッとしました。出かける前日は、下剤を控える点も同じでした。

これからもお目にかかる機会があると思います。もっともっといろいろなことを教えて下さい。同じ病気を抱える者同士、仲良くして下さい。「病気に罹ったことは残念ですが、パーキンソン病で良かった」そう思うことができました。

D ; 浅井志津子 浅井利一 伊藤岳枝 森 久子 沼田隆子 *益田 緑

仲間と一緒にね

今日は自由にお話をしましょう、という事でまず気になるのは、会長さんの具合 心配ですね。本当にね。もう何年ぐらいですか、薬は何飲んでみえる? あぁそれ私も 飲んでいるわ。 私はいい時と悪いときの差が大きくて、悪い時は動けないのよ。そん な時どうしてみえる? 仕方ないからテレビ観たりしているの。動ける時は忙しくて、絵を描いたり、買い物に走ったり、まるで別人なの。動けない時を先生に診て貰わなき やと言うけど、悪い時は支度も出来ないし。薬が増えてくると副作用も気になるし、今 はその日の予定に合わせて量は変えられないから、やりくりして飲んでいるの。 でもこの病気って、一時的でも良い時があるのと仲間がいて一人ではないのが救いよね。私は先生になかなか思うことが伝えられないのよ。お忙しそうだしね。分かって貰えた 時は嬉しいわね。障害者手帳は取ってみえるの? はい、結構使わせて貰っているわ。そうね、有り難いわね。今日は楽しかったわ。もっとお喋りしたいほどね。出かけて来て良かった。やっぱり頑張って、外に出なくちゃ・・・と、こんな調子でした。

E ; 佐々木惠以子 谷垣文代 杉山初枝 則竹昌常 則竹和子 林三紀子 *後藤サヨ子

昼食を摂りながらの話合いで、一人一人が主役になれるようにとの思いから、7名の グループで行われました。その中で話したことですが;

1、病院の先生との関係がうまくいっているか?

お寒い中を、有難うございました。

- 2、身体の辛いことについて、整体・鍼・健康食品など、良いものがあるのか?
- 3、心と体を解放するために、外出や話すことを心掛けているか?
- 4、看護をしているけど、不安になるので自分のために参加しました
- 5、病気のことを良く知って、介護に生かしたいと思う
- 6、どちらの側にしても、言葉ではっきりと意思を伝えることが大切
- 7、会報の中の医療の記事は、とても参考になってありがたい

などが主な内容で、話合いの場は大切だと思いました。音楽療法、リハビリ体操など、 また機会があったら元気に皆さんとお会いしたいです。

一日交遊会に参加して

林 三紀子

先ずは会長のご回復を、心よりお待ち申し上げます。

副会長の開会挨拶のときに、会長の写真を見せて頂きました。入院生活のご容態を垣間見ることが出来て安心しました。

会長にお会いして丁度1年。相談の電話をしましたところ、親身に心配して頂き、現在通院中の「本町クリニック」を紹介して下さいました。ご多忙にも係わらず入会して間もない私のために、一日お付き合いして下さったことは忘れもしません。

凄いパワーの持ち主で、「目から鱗」でした。再度、院内でお会いした時は、階段を二つ飛びで登っておられました。エスカレーターで追っかけましたが忍者顔負けのスピードで、挨拶も交わせませんでした。

お会いしてお礼を申し上げたいのですが、面会謝絶との由。この投稿をもって恩返しとさせて頂きます。本日の企画も、会長自らの提案との事で会長のお人柄が伺えます。

昨年私は要介護2の認定を受けていて、デイサービスでお世話になりました。半年間デイサービスに通い、今年の1月にはお蔭様で自立出来るまで回復し、要支援2までグレードを下げることが出来ました。

自立したとは申せ、一日交遊会に参加するためには名古屋の地下鉄の混雑、人込みを想像しただけで不安いっぱいでした。病院に行くのは主人の送迎、一人で電車に乗るのは短距離だけ。でも私は一人で名古屋まで行くことに決めたのです。そういう自分を褒めてあげたい。しかし、会場に到着してすでに出席されている会員の方にお会いして、自分の甘さが分りました。自分より症状の重たい方達が元気いっぱい。身が引き締まる思いでした。

午前の部は鵜飼久美子先生による音楽療法。「あ・い・う・え・お・お・え・う・い・あ」のアカサタナハで"春が来た"を歌い、発生練習と脳の活性化を図るという一石二鳥のトレーニング。トーンチャイムという楽器で富良野を奏でた。1~7の音があり、各自の番号の楽器を指定された箇所で奏でるという面白い楽器。先生のピアノ演奏で懐かしのメロディーを歌う。隣の方の美声が気になり、負けじと声を張り上げたので肩凝りになったという笑えないお話。

昼食と各グループ毎の談話。私達のグループは介護側からの視点で「パーキンソンの方は 頑張り屋が多いので、頑張らない勇気も必要ではないか? 頑張った後は休憩をとり、毎日充 実した生活を送りましょう」と、説得力のある話しでした。

午後からは理学療法士 埜口義広先生のリハビリテーション 「身体を動かしましょう」。身体の硬直度チェック、筋力トレーニング、椅子からの立ち座りの方法等を教わった・

意外に感じた事は、歩行時に踵が多少有る靴の方が良い姿勢を保つとの事。あえてスニーカーしか履かなかったのに、少しお洒落が出来るかな? と夢が持てた。

最後は6チームに分かれての風船バレーで盛り上がった。そのときの皆の表情は全員が病を 忘れ、喜び満喫の笑顔だった。

楽しかった交遊会に参加して、企画された会長を始め、友の会の役員、講師の先生方に深く感謝の念を表します。

冬から春へ

篤永 章子

春は花のみ寒い日・・・春が待ち遠しい今日この頃です。丹羽会長は会長就任以降、東奔 西走のご多忙の日々でした。

いつもお元気なご活躍を何よりと喜こんでいましたが、時には休養も必要ですよと常々感じておりました。然しながら、昨年暮れ会長の入院を聞いて驚きました。

早速、お見舞いに伺いましたところ、キョトンと驚いた様子の会長でしたが、開口一番『遠くから来てくれて本当に有難う・・・・』と笑みを浮かべて言われました。

体調が良くないのか、話はちょっと途切れましたが、奥様が気遣われて『来客が多くて疲れているので申し訳有りません』と頭を下げられました。奥様のお言葉に、私こそ、お疲れのところへ押しかけたことを申し訳なく思いました。帰り際、会長と握手を交わしましたが、私の手の力が強いのか、痛そうな顔をされました。

握手が済むと次の来客の方に席を譲りました。20 分程度のお見舞いでしたが、お話も出来て 幸いに感じました。

丹羽会長・・・・・、会長のお世話で友の会のお手伝いが出来ました。これが私の一生の貴重な宝物に思えます。ミスも多く、期限遅れも有り、ご迷惑をおかけしました。その際、駆けつけて手伝って頂き、助けられました。友の会のお手伝いを出来たことが、今では私の心の支えになっています。

丹羽会長は 6 年間、お休みも無くお疲れでしょう・・・・・。 担当の先生のお言葉を聴き **『もう一度、立ち直る勇気が出てきました』**と言われましたね。 私は会長の言われた言葉を信 じて、会長の絶対のご回復を心からお祈り申し上げます。

今は一番寒い時ですが、春は目の前です。桜の咲くのが楽しみです。 治療は大変でしょうが、会長の精神力に病魔も退くこと疑い無しと信じます。

会長の笑顔に再びお会いしたいです。ですから絶対、病魔に打ち勝ってください。

冬は必ず、春を迎えます。そうそう・・・お隣のベランダに梅の花が一足早く、咲いています。

ある雨の日

伊藤 フサ子

朝から雨が降っていました。庭の仕事も出来ないし、夫も用事で出掛けているし、 一人、作りかけの孫娘のブラウスに、ミシンをかけていました。

電話が鳴りました。

「パーキンソン病友の会の、丹羽です。近くまで来ています。道を教えて下さい」私はびっくりしました。

名古屋の中小企業センターでの講演会から今年の総会まで、何回かは遠くからお会い していますが、面と向き合って御話しした事がありません。

「私の家は団地の中に在ります。団地の入り口に小さな公園が在ります」 道順を説明して公園まで出ました。

「何で私の所へ来られるのだろう・・・・? 雨だったので、お掃除もさぼったし」と思いながら、胸はドキドキです。説明が下手だったのか、公園の前で待ちましたが、お見えになりません。雨は降るし、顔見知りが車で通ります。怪訝な顔をして見て行きます。 5分~、 10分~・・・・・。 (待つ時は長いですネ)見えました!

病気の事、日々どうしたら良いか、等々・・・。ユーモア交えてのお話に、さっきのドキドキは何処へやら、 初めてお話をしたとは思えませんでした。 丹羽会長はパワーのある方です。 私の病歴は会長の3分の1です。頑張ろうと思い

ました。気がついたら私、エプロン姿のままでした。失礼しました。

雨の中、遠くまでお越し下さいましてありがとうございました。丹羽会長の病気に対する思い ひしひしと感じた一日でした。そして、今私に何が出来るか、考えさせられました。

終わり







感謝することを知って

―丹羽さんに感謝・会員の皆さんに感謝―

曹田 国昭

私たち家族は、この会報をとても楽しみにしています。まず真っ先に、丹羽会長さんの文章を読みます。前向きに希望を持って生きる勇気を与えてくれるからです。ところが先月号で丹羽会長さんが体調を崩された事を知り、大変心配しています。

一度豊橋の我が家にも訪ねていただき、『腰痛防止に何か決まった運動を続けると良いですよ』というアドバイスを頂いたときのことを楽しく思い出しております。

今、私は丹羽さんに何も出来ませんが、心から尊敬と感謝の気持ちを込めて「どうか丹羽さんをお守り下さい」と祈る毎日です。そして ATM という言葉を忘れないように毎日を過ごしたいと思います。

私は現在 63 歳、パーキンソン病歴 6 年目です。この病気になったのは、あと 4 年で定年退職という時のことでした。しかし、この病気になったことを悲しむとか悔やむという気持ちよりも、ともかく最後の職務を全うしたいという一念で、仕事に没頭したように思います。しかし、結局は 1 年を残して退職。残念ながら、体力と気力が続かなかったのです

そんな折、パーキンソン病友の会の集まりを知り、自分の病気について詳しい知識を得たいと思い参加しました。そこで初めて名大の平山、渡辺両先生と丹羽会長さんにお会いしました。そしてこの方達は何か違う "オーラが出ている" という強い印象を受けました。そして、そのファーストインスピレーションは、会報を読み重ねるごとにはっきりした姿を現してきました。それは、疾患や強いストレスを持った人を少しでも支援したいという純粋な気持ちから出るエネルギーやパワーだと分りました。そして、さらに私の気持ちは、尊敬と感謝の念に変わっていきました。

この会のすばらしさは、3頭立ての馬車で走っていることです。

- ① 会長さん自らの努力と経験に基づく貴重なお話と仏教的な説話 いつも会長さんは、全てをさらけ出して熱く語ってくれますが、決して私達に無理強い をしません。だから私はほっとするのです。
- ② 友の会会員による元気を与えてくれる日々の生活の様子 どの方も **ATM** で自分自身の生き方をされているので、会ったことも無い方なのに親近感が持てて 「仲間とはいいもんだ」 と嬉しくなります。
- ③ 医師の執筆による最新の医学的、薬学的な知識や報告

このおかげで、私も主治医の先生と薬の相談やこれから先のことなどを話すことができます。この会報に接するようになって私が変わったと思えることは、感謝する率直な気持ちが持てるようになったこと、そしてそれが幸せな事だと実感できるようになってきたことです。

折も折、幸せなことに1年ほど前から近隣の3人で、囲碁の会を再び始めたことです。 毎週火曜日の午前中、3人の家を持ち回りの会場として、勝ちを喜び、負けを次への奮起と する生活が始まったことです。すると、テレビの日曜囲碁講座を見よう、密かに腕を磨こう と前向きな行動が広がって、次の火曜日が待ち遠しく思えてくるのです。

囲碁は、奥が深く自分の努力次第で実力もつき、ストレス発散にも良く、いろいろな人柄の 方とも交流が出来て楽しいものです。勝ったときの楽しさといったら、自然に心から笑顔が 湧いて来て、声も大きく弾みます。笑うことが少なくなっている生活の中で、私はこの仲間 と出会えた幸せに、感謝の日々です。

丹羽会長お見舞いのお手紙

丹羽様 全国大会で初めてお逢いした時の丹羽さんの笑顔が、私に笑顔を教えて下さった事、いつか丹羽さんにお伝えしたかったです。

越後の小川です、着物の好きな。パーキンソン病になって着物はあきらめようとしたけど、 時間かけてもあきらめられず、今ではなるべく着物を着ています。

私は、友の会に助けて頂いたと言っても過言ではありません。友の会を知らなかったら、今の私はいませんでした。

北海道の五月さんと同じ病気を三つ持っていることが分り、仲良くパーキンソンの先輩は 五月さん。年齢からすれば私の娘みたいですが、友の会に出会い、たくさんの出会いを頂 き、毎日を悔いなく過ごさせて頂いております。

友の会の活動に大きなお力を尽くして下さり、どれだけの人達が助かっていることか。 会の活動に日夜頑張って下さり、心から感謝いたしています。

又、丹羽さんの笑顔にお逢いできます事を祈っております。乱文乱筆お許し下さい。

二月十九日

魚沼市 小川 節子

お手紙、有難く頂きました。 読んでいくにつけ、感情がほとばしり、お終いまでに何度中断したことか。申し上げる言葉も無く、返事が遅くなってしまいました。 失礼、お許し下さいませ。

苦痛を耐え忍ばれ、只今が一番平穏な時とおっしゃっていらっしゃいますが、どれ程大変 な日々をお過ごしになられた事かと、お察しするだけで胸が痛みます。

十数年前から2回ほど圧迫骨折を繰り返した時、痛みに耐えるだけで精一杯の日を送っていた私に比べ、ご立派なお姿をお察しし、驚き入ります。

丹羽様には 龍珠寺紺褌会にご出席の折にお目にかからせていただきましてから、格別 のご高配を頂き、私の人生の仏の様に思わせて頂き、尊敬申し上げていました。

只今、極限状態の闘病中にも拘らず、このようなお心持ちをお持ちになれるのは、丹羽様 なればこそと存じ上げます。私如き者及びも致しませんが。

丹羽様のご立派な人生に、少しでもあやかれます様、残り少ない日々を過ごしたいものと 存じます。

拙い文がお手許に届きます頃はもうホスピスにご転院かと存じますが、お痛みも和らぎ お楽な日をお過ごし下さい。

丹羽様のお力を必要とされる人達の為にも、お元気になって頂きます様、只々お祈り申し 上げます。

末筆ながら 御令室様には日日の厳しい寒さがお障りの無きよう、お大事にお過ごし下さいませ。 乱筆乱文にて失礼申しあげます。

二月十七日

宝塚市 加藤 のぶ

寒い寒いと思っているうちに、我が家の梅の木は早くも春を察知して開花しそうです。 今週、転院されると伺いました。丹羽さんのご希望に合った治療を受けられるといいですね。

金曜日にAさんがお電話下さいました。丹羽さんにお目にかかったとの事で、ご様子をお知らせ下さいました。それを聞きつつ、丹羽さんはもうご自分の世界におられるのかもと思いましたが、私の心のおもむくままに葉書を書きました。

何を申し上げる訳でも有りませんが、どうぞただ、読み捨てておいて下さいますように。お大事に、というありきたりの言葉で締めくくります。

二月十七日

世田谷区 浜田 朋子

絵手紙で感動を得る

絵手紙を始めて2年余り。絵手紙を送ると反応が大きい。余り便りが来ない人からでも、 返事が帰って来たりする。お見舞いに絵手紙は殊のほか喜ばれる。お花の絵を描いて送る と、其の絵がやさしい気持ちまでも伝える。

或る日、全国パーキンソン病友の会の副会長をされ愛知県支部長さんでもある、丹羽さん が入院されたと聞き驚きました。

丹羽さんは友の会のために奔走され、大津へも数度来られ、その折我が家の車で駅から会場までご案内したこともあり、パーキンソン病を患っておられるとは思えない程お元気でした。丹羽さんは『もうパーキンソン病と呼ばないで』という御本を出され、そこに書いておられるように 「後を振り返り悔やんだり、先を案じたりしても得るものは何も無い。それよりも日、一日楽しく過ごしたほうが賢明だ」と、病を上手に支配しておられたのに・・・・。私はその本を読み、おろかな自分に気づき、前向きに見ることが出来るようになりました。

本のフアンである私は、絵手紙のお見舞い状を送ることにしました。今月の絵手紙教室で習った星野富弘さんの詩に、山茶花を描きお見舞いの言葉を添えて送りました。 数日後、読むことが困難な、ミミズの這った様な字が書かれた1枚の葉書が届き、家族でこれは何だろう、悪戯にすれば宛名がちゃんと書いてある。手に取り眺めていた息子が"これ、「辻様 有難う 丹羽」と書いてあるよ"よくよく見ればそうでした。

わたしの絵手紙に、ご自身、大変な状態で礼を述べて下さったのかと思うと、熱いものがこみあげてきました。これも絵手紙の持つ力でしょう。最近は体調の具合で以前のように描けませんが、出来る範囲で続けたいと思います。

又、何時素晴らしい感動を受けることがあるやも・・・・。

二月十三日

大津市 辻 弘子

文芸サロン 文芸サロン 文芸サロン 文芸サロン 文芸サロン

四季

稲沢市 今枝清美

春四月 待ちに待った 桜が咲いた。 慌しい介護生活の中で 見事に咲き誇る 桜の姿は 疲れ切った心を とても心地よく 癒してくれる。

夏七月 真っ青な空に真っ白な雲 子供の頃 絵日記に描いた 海水浴の夏空を思い出す。 夜空に"ドーン"と舞い上がった 大輪の花火 楽しみの薄い介護生活に 明日への英気を養う。

秋九月 空高く澄み渡る青空。お弁当を持って ピクニックたまには ベッドから離れ芝生の上で 寝そべってみるのも いいものだ。

冬十一月 黄金に染まる 大きく垂れた稲穂を眺め 「今日も一日 ありがとう!」と 自分の頭も垂れてみる。

お正月「おめでとう!」 出かけるわけでもないが 今日だけはオシャレをし テレビを観ながら 雑煮を食べる。 昔食べた 大きなお餅が懐かしい。

厳冬二月 深深と降り積もる雪を横目に「春よ来い 来い」と待ちわびる。

移ろい行く季節を いつまでも 幾つになっても感じていたい。

人間だもの! 人間に感謝! 四季に感謝!

菜の花や見え隠れせし子の帽子

知立市 池田綾子

庭上の紅梅妻が見つけけり

春日井市 益田利彦

文芸サロン 文芸サロン 文芸サロン 文芸サロン 文芸サロン

文芸サロン 文芸サロン 文芸サロン 文芸サロン 文芸サロン

掌編小説

得意料理 蒲郡市 佐々木義祐

ある時、我が家は中国からの留学生をホームステイとして迎えた。彼は二十五歳、日本の大学へ入るには少々董が経ってはいるが、それは将来レストランの経営を夢見ている事を踏まえて、先ずは日本留学のための費用を稼ぐべくコック(板前)の見習いを兼ね、時間を取りすぎたからである。

ある朝食の折、彼は私の家族の前で宣言した。

明日は自分の来日一周年記念日なので、お世話になったお礼に中国で腕を磨いた得意料理を作るので、夕食時間までに必ず帰ってきて欲しい。ついては、幾つかの材料はもう既に中国から取り寄せてあるが、あと足らない分は庭先の野菜とか冷蔵庫の中とか使わせて貰いたいと希望したので、家内が「ええ、何でも使って貰っていいわよ!」「夕食が楽しみだわ」と庭先に目をやると、愛犬のピピが窓越しではあるが、中の楽しげな雰囲気を感じてか盛んに尻尾を振っていた。

只一人、娘のはん子だけが少々浮かぬ顔をしていた。中学生の彼女は年頃の例にもれず 占いに凝っていた。

タマタマ、昨日は友人たちと街中を歩いていた折、百貨店の前の女占い師から言われた 一言が少々気になっていた。近々「あなたの家の中から大声が二度聞こえるわよ、一度 は一人の、今一度は大勢の」

空を飛ぶ物は飛行機以外、脚のある物は椅子以外何でも食べると言われる中国人の得意 料理とは何か?

そしてその夕食の時が来た。

私は二階の寝室から庭を見下ろしていたが、その時が来たので下へ降りながら、いつもは庭の犬小屋に繋がれている筈のピピが居ないのが何故なのか首を傾け、ハッと気がつき思わず大声を上げつつ階段を駆け下りてリビングに飛び込むと、皆が何事か・・・・と一斉に私の顔を見たのと、留学生君が得意げに大きな蒸鍋の蓋を開けるのと同時であった。そしてそれを見た皆のワァーと言う大声と泣き声が響いた。

それにはピピの首がチョコンと載っていた。

彼の得意料理とは犬料理であった。・・・・・ところで、悪夢にうなされ全身汗まみれ で目覚めた私の顔を、ピピがペロペロと舐めていた。

文芸サロン 文芸サロン 文芸サロン 文芸サロン 文芸サロン

鍼のおかげで歩けた!!

川津 利子

暖冬とはいえ厳しい冬も終わり、桜咲くこの頃、皆様如何がお過ごしでしょうか。 私はパーキンソン病を発症して12年弱になります。初めのうちは右足をすこし引きずっておりましたが、靴が上手に履けなくなり、靴の脱着が出来なくなりました。そのうちに背中が痛くなり、内科に行きましたところ "年齢からくる筋肉の硬直でしょう"とのことで、薬を3カ月ほど飲みましたが一向に良くなりません。一日中自分の背中に1 升餅をつけている様な、重く苦しい感じの毎日を送っておりました。

その後市内の病院を 4 ヶ所尋ねて内科、整形外科、脳神経科等に診てもらいましたが、どこも悪くないと言われて 2 年が過ぎました。

ある日、鉛筆を持とうと思っても持てなかったので、知り合いの薬剤師の先生に話しましたら "それは神経内科に行きなさい"と言われ、すぐ行きました。

椅子に座ると即座に「パーキンソン病ですね」とおっしゃいました。診察室へ入った時の歩き 方で解ったそうです。

その時私は思いました。病院の窓口に、何の科にかかればいいのか相談の出来る所が有ったら、こんな無駄な2年間を過ごさずにおれたのにと、今でも悔やんでいます。

もう罹ってしまったのだから仕方が無い、自分の体の一部として前向きに取り組もうと決心し、 毎日を過ごしていましたところ、平成18年10月に圧迫骨折をしてしまい、おかげで4ヶ月間の 寝たきり生活を送る羽目になりました。

それでも、腰以外の手足をベッドの上で軽く、ストレッチをしていました。

あの圧迫骨折の痛みは、一生忘れることが出来ないと思うほど、激しい痛みが数ヶ月続き、そ の時のことを思い出すと、今でも背筋がゾーッとしてきます。

もう自分の足では歩けなく、車椅子の生活になるのかなと諦めていましたところ、私の姉が 鍼治療をしてみてはどうかな? と言ってくれましたので服部先生に相談に行きましたら マッ サージ以外の鍼治療ならどんどんやって下さい と言って下さいましたので、昨年の3月28日 から鍼治療を始めました。最初の2,3日は朝、体がえらくて起き上がることが出来ませんでした。

ところが全然歩けなかった足が 4 日目に突然 5,6 歩歩けたのです。余りにも嬉しかったので、一寸休憩をとって再度挑戦してみましたら、八畳の部屋を杖を使わず一周出来たのです。70 歳にして初めて鍼の威力を知りました。驚きです。今も週 3 日通院と往診に来て頂いております。

まだ一人で外出することは家族が心配するので、必ず付き添いがついて外出しています。 鍼の治療をしてみようかなと思われるお方は詳細をお話ししますので、下記にお電話下さい。

TEL: 052-661-4710 川津 利子

-34-

服部神経内科 本町クリニック

〒460-0008 名古屋市中区栄 3丁目 20-29 院長 服部達哉 副院長 服部優子

診療時間

時間曜日	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:30 ~ 12:30	0	0	0		0	0	
午後 3:00 ~ 6:30	0	0	0		0		

この他に祭日は休診とします

電話 052-249-0101

人間の身体は使わなければ退化します 頭も身体も使いましょう 自分で出来る 人はご自分で 手伝いが要ると思われるお方は 当社へ 当社は「愛知県パーキンソン病友の会」の推奨マッサージ出張サービス会社です

(有) メディカル在宅マッサージセンター

〒453-0851 名古屋市中村区畑江通 8-18-1

お休み 第2・4 土曜日・日曜日・祝日

印刷は 一粒 社

『愛知県支部会報』は半田市の一粒社にお願いしています

電話 0569-21-2130

トンネル

大宮 好江

病という暗く長いトンネルに入ったのは 12 年前。このトンネルを出られたのは、いろんな人のおかげだと思っています。その中でも三人の影響は大きかったと思います。

一人目は、お父さん。家事もしたこと無かったのに、台所に立って洗い物はするし、洗濯物はたたんでくれる。 この病気の半分はお父さんが引き受けてくれているようで、とても有難たかったし お父さんの子でよかった!

二人目は、今の主治医の服部優子先生。 四つ目の病院で、だいぶ状態は進んでいました。 平成 12 年 3 月 10 日、藁をもすがる思いでこの病院に入り検査。 その日のうちに「パーキンソン病です」と言われ、ショックと同時に少しほっとした思いがありました。

薬との相性も良く、今までに無く振るえは改善しました。何回か通院していくうちに、先生は にこやかに対応してくださり、いろんな質問をしても分かりやすく説明して、患者を安心させ る力を 持った初めての先生のようにおもいます。

三人目は近所の友人で、伊藤いわ子さんです。病院に行った次の日に、愚痴をこぼしたくて伊藤さんの所にお邪魔してお茶を飲みながら、パーキンソン病だったと告げると 彼女は「この病気は命までとらないし、食事制限も無いし、薬もいいものが出来ているので大丈夫だ」と言って、次の言葉に私はびっくりしました。

「私は、乳がんの再発で今、ガンセンターに通院している」と平気な顔で言うのです。「子供も小さいし、もう少し生きたい」と言った彼女のことを思うと、私などまだまだ恵まれた方だと 思い知らされました。

その年の5月に、3人の子供を残して彼女は旅立ちました。

発病した当時は、「何で私なの? 何で? この歳で何で?」という思いがありましたが、 今では五体満足に生かされてありがたい事ではないかと思え、人に対してもやさしく接する ことが出来るようになりました。だからといって、この病気は現在進行形で、たまには不安もあ りますが、何とか長いトンネルを出られたと思います。

私の一日

神谷 みよ子

「おはよう」とカーテンを開ける そこは家の裏の小さな畑、私の朝の始まりだ 私は畑が好きだ 今年の白菜はデカイ ブロッコリーは太い 大根は重たい 水菜は大きい ほうれん草はワサワサ して気持ちがいい 畑を見ると野菜が笑っているようでこちらも楽しい さあー今日は何をしようかなーと思う

キーカンが鳥にヤラレタ アミを買ってこようか キムチ用の白菜を干そうか 大根をついて干そう か と考える。小さな畑だが早く出来ない為、一日でとてもヤリキレル量ではない そして「さあ 今日も忙しいぞ」と思う だから一日頑張ってしまう。よく眠るし よく食べる

家には孫が二人いる 6才と4才 保育園に行く 朝起こすのに歌をうたう

「コトコトコットン コトコトコットン ファミレドシドレミファ

コトコトコットン コトコトコットン 仕事に励みましょう

コトコト コットン コトコトコットン いつの日か 楽しい春がやってくる」

とか「オモチャのチャチャチャ」とか「朝はどこから来るかしら、あの山越えて雲越えて・・・」と 3,4度歌う そのうちに二人は起きてくる 次はご飯を食べさせる これが楽しい「ヤクルト」、 「チーカマ」を前にしていろんな話をする 小さな子供は面白い パワーを毎日貰っている 有難いことだ

もう一つ有る 金曜日は編物に行っている 市民センターだ 2年になる 15~18人集まる 朝 9 時から夕方 4 時まで 何時に行こうが、何時に帰ろうか自由だ 80 才以上の人が 4,5 人いる 最高は 90 才 作られるものはいつも最新のデザインで、キチンときれいに仕上がっている いつもキチンと坐り、せっせと針を動かす その態度は私の目標だ私は行き始めて 2 年経った がしかし自作の物は着ることが出来ない 間違いだらけでおまけに目が揃っていない いつまで経っても自分の物は着ることが出来ないのかもしれないでも、この編物教室は最高だ 先生がいい 一日に何度、皆で大きな声で笑うことか 10年以上来ている人が何人かいる たんに編物を教わりに来るのではない

"ここに来たら笑うことが出来るから"

と言う 私は、ここはとても居心地の良い所だと感ずる

私は初めから「パーキンソンでリハビリの為に来ました 宜しくお願いします」と言って仲間に させて頂いた 2 年経った今、あの時より左手も右手も動きが鈍くなったように思う でも続けて いきたい いつも夜、布団に入ると思う

「私を包んでくれる人たち 有難う

おかげで今日も一日 楽しく過ごすことが出来ました」と

鍼灸治療の紹介

鷹羽 十九子

パーキンソン病の症状が出始めて10年。診断を受けて6年が経過した私の主人ですが、 家族の勧めで鍼灸治療を併せてやってみました。

主人の場合、下記のような効果が有ったので、ご参考になればと思い、報告します。

毎週1回は治療院で治療。その他の日は自宅で灸を一日おきにやっています。効果は1 週間で出始め、2ヶ月で効果はハッキリし、1年2ヶ月を経た今も継続中です。

〈鍼灸治療前〉

〈鍼灸治療後〉

(1) 食欲

: 減退

→ 著しく増進

(2) 体重

: 減少

→ 体重増

 $(56 \text{ kg} \rightarrow 45 \text{ kg})$

 $(45 \text{ kg} \rightarrow 50 \text{ kg})$

(3) 便秘

: 超苦しい便秘

→ 便秘改善

(4) 発汗作用 : 殆ど汗かかない

→ 汗が出るようになった

尚、鍼と灸は、手の平と甲のみの ツボ に対して行います。灸は添付図の様に行 っています。引用した文献は;

てのひらツボ療法

高麗手指鍼の原理と応用

柳泰佑〈著〉

地湧社発行 1,500円

更に詳しく知りたい方は、本を入手の上参考にして下さい。

* 灸点紙というやけど防止用のシート

(株) 医道の日本社 TEL: 046-865-2161

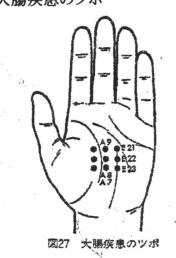
FAX : 046 - 865 - 2707

200片入り 1箱 735円+送料(1万円未満は300円)

- * & ・・・ 伊吹もぐさ 数百円 + 送料 ?
- * せんねん灸(市販)はシールをはがしてツボに貼るので便利かと思います

以上

大腸疾患のツボ



人間は飲食物を摂取して生活しているにもかかわらず、 一方で神経を大変に使う生活をしている為に、大腸の機 能が低下している人が今日とても多い。便秘、下痢、へ ソの周囲のしこりと痛みなどを訴える人の多くは、大腸の 具合が悪い人達である。手指鍼術でいう大腸実症、一 般的にいう慢性腸炎である。腹部にガスがたまり、腹の 中でゴロゴロ音が鳴ったり、腹の中で何かが動いている 状態などこれに属する。

こんな症状には図に示すツボに治療すると良い。なお、 ここには指圧、灸、磁気絆など、どれを行っても良い。

友の会事務局ご一同様

友の会会報を楽しみにしております。今回また会報への投稿のお話がございましたので、 拙文ではございますが、本人に代わり私が書かせて頂きました。

編集者やお世話を頂く皆々様のご健勝とお身体を大事にされることを祈念いたします。 苅谷みつ子代 良一

ああ"ハワイ旅行はもうダメ"か

苅谷 良一

私の妻 みつ子 72歳は、パーキンソン病。 罹病役20年で、約5年前、近くの T 開業医の お医者さんへ変えました。最初から親切で懇切丁寧な診察を受け、新しく"訪問介護"や"マッ サージ師"の家庭訪問の医療を受け、また新しい薬~コムタン~も昨年夏から与えられ、やや 回復の兆しも見えてまいりました。

しかし最近は、またまた足が出ず、幻覚が出てきて、今飲んだ薬をもう忘れ、薬を必死に探し てお茶漬海苔をも飲む始末です。

つい先日、真顔で「私の行く末はどうなるのだろう」と言います。私は「先生に、良い薬が出てく るだろうから、よく相談しなさい」等と答えましたが、本当はまったく不安です。

多くの患者さんや、保護者の皆さんも私同様に答えようが無いのではと思っています。

話し変わって、私ら夫婦は旅行が好きで、約15年前まで国内旅行はずいぶん行きました。 妻の罹病後は私一人で、旅好きの友人に恵まれ、中国や東南アジアやヨーロッパも・・・、数多く 行ってきました。それでも妻とは「よくなったら二人でハワイ旅行に行こう」
「早く行かんと行け んようになっちゃうぞ」等々と話合っています。

さらに旅行好きな私は、"日本の秘湯百選"の図書を求め、この中の一つでも一緒に行くこと を楽しみにしています。

よい薬を心の底から求め、毎月の先生の診断を心待ちにしております。

もう "ハワイ旅行はどうでもいい" "日本の秘湯など、行かなくていい" それより妻の一日 も早い回復を、普通の生活ができるのを、 心の底から毎日待ち続けております。

たくましく生きよう

金子 幸枝

今年も薄紅色をした、さざんかの花が庭にひっそりと咲き始めました。 この花が咲くと87 才で旅 立っていった実家の母が偲ばれます。

実家にもこの花があり、なぜか母は大切にしていました。母は明治、大正、昭和をたくましく生き抜 いた人で、5人の子供を育てながら教壇にも立っており、私の尊敬するひとりです。

今、その母の歳に近づいてきた私ですが、P 病と共存しながらの日々は、また違った意味でたくま しさが少し身についてきたように思っています。

発病して約10年、今静かに振り返ってみますと、

- 1) なぜ「私がこんな病にかかったのか」と苦悩した頃
- 2) P病に対する知識を吸収する事に夢中だった頃
- 3) 入院療養中
- 4) 歩行障害が強く、100mの歩行が出来なかった頃
- 5) 症状の進行に伴い、服薬が多くなった頃
- 6) 最後の手段として外科的治療を考えた頃

いろいろの時期がありました。

心身共に苦しかったのは発病後 5.6 年の頃だったと思います。 これらの時期を経て、私なりに 試行錯誤しながら実行してきたことを次に書いて見ましょう。

1. 手先の運動 〇 編物 脳への刺激

バーゲンを利用し毛糸を大量に購入し、ゲージをとり

デザインを工夫して夢中で編み、時間を忘れていた

ことも度々ありました。

2. 筋力の増強 ○ リハビリ 週3回通院する。

入浴の後、ストレッチ運動をする。

3. やすらぎ 体力づくり ○ 花の栽培 バラが大好き

切花としてアレンジフラワーに、友人へのプレゼント

に。花は愛情を注ぐと愛に応えてくれます。

○ 野菜づくり 種まき、発芽、成長、最後は食卓に。狭い土地を工

夫しての喜びは大きいです。

これらを実行している中で、それぞれ情報交換が生まれ、それらを通しての友人もできました。 もちろん友の会の皆様方からの情報もいただき、丹羽会長様の理念である、ATM を生活の中に 取り入れ、家族が一番集まりやすいダイニングに、大きく紙に書いて貼り出しています。

今、比較的症状は安定し、薬を調節しながら、外出、旅行にも出掛ける事が可能になっております。 あせらず、ゆっくりと行動を起すことが、P 病と共存し、病の進行に少しでもストップをかけることが できる道の一つかと思っています。

私にも愛する二人の子供がおります。いつか「母はたくましかった」と言って貰えるような人生を 送りたいと願っております。

お役に立つことが、私の願い

花木有規子

今の私は、会報36号を手にして思いを綴っています。会長さんの一日も早いご回 復を会員の皆様と共にお待ちしています。

平成2年頃です。本を持つ手が突然震えだし、その頃から体調が徐々に崩れていき、 外出の後は横になって休んでいることが多くなりました。

新聞にパーキンソン病の記事が掲載されていて、もしやとの思いで診察を受けました ら、"パーキンソン病です"と診断されました。

その頃は進行速度も遅かったのですが、現在は、昨日より今日と悪くなり、朝の目 覚めのときは今日一日動けますようにと祈りながら身支度をします。

動作も大変のろくなりました。毎食事の時になると、眠くなるのが辛いです。

背中は丸くなり、シルバーカーのお世話になっています。一日でも長く歩いていたい。 自分のことは自分でやりたいです。

お役に立ちたいという気持ちと体力の維持、気分転換を目標に、肢体不自由児施設 のお手伝いをさせて頂いています。新聞紙大版2枚をノリ付けして、汚物入れを作り ます。次はチラシ2枚でゴミ入れを作ります。

体が動くうちは、何かお役に立つようにと思っています。

自分の力の無さを痛感します。なかなか文章がまとまりません。宜しかった ら、原稿をお使い下さい。

との注釈が付いていましたが、花木さんの淡々とした一日の流れが伺えます。 今にして尚、人様のお役に立ちたいというお気持ちに、頭が下がります。 決して無力なんかではありません。立派に社会に貢献されていらっしゃるではあり ませんか。

編集部

『臨済録』のなかから・3

丹羽浩介

「随処に主と作れば・・・」

50 頁と 70 頁にでてきます。意味的には、あなたはあなたを取り巻くものに(精神的に)振り回されることなく、自立心を保ちなさい、ということになります。

知識と体得とは基本的に違います。病気を受け入れる、私が何回も書いていることです。この私の文を読んで「なるほど病気を受け入れればよいのか」と頭で理解したとします。しかし、これは、単に知識があなたの頭に入ったのに過ぎませんから、次の瞬間にはもう不安が起きてきます。歩けなくなったらどうしょう、薬が効かなくなったらどうしょう。どうしましょうね。どうもこうもすることはありません。なぜなら歩けなくなったら歩けないのです。薬が効かなくなったら効かないのです。この問題は次の例だと良く理解できます。死んだらどうしょう。自分におきる問題として捕らえれば、歩けなくなったらどうしょうも、死んだらどうしょうも同じなのですが、前者には、①周囲の人に迷惑をかける ②何も出来ない自分が情けない などと言う不安ないし恐怖感があります。恐怖感が人の判断を誤らせます。

病気を受け入れるということは、この精神的な不安ないし恐怖感を洗い落とすことです。 筋肉が硬く萎縮していたのでは、自由にうごけないのと同じように、あなたの精神が不 安または恐怖感で自由度が低下していれば、精神の萎縮 → 肉体の萎縮 → 精神の萎縮 と言う悪循環にはまり易くなるからです。現在の自分の状況を受け入れるということに 関しての必要なことは、よそ見をしない、人を羨まない、このことに尽きます。

一寸考えてみます。人を羨んで何か良いことがあるでしょうか。どのみち、あなたはあなたであり、他の人と絶対に変わるわけには行きません。それなのに人を羨んでどうするのでしょうか。人の一生は自分持ちです。助け合わなくては生きていけません。しかし、頼り切るのは、自滅への早道です。ここでいう、頼り切るとは、精神的に自立していないことです。助けてもらったら「ありがとう」という感謝の気持ちを伝えます。人に何かをしてもらったとき「ありがとう」の言葉が素直に心の底から出れば、それはあなたが、病気を受け入れているということを体得したことになります。この話は体験してみれば分かります。

過日、愛知難病連主催の難病者による人形劇を見せて戴きました。電動車いすを器用に

動かすその女性の両足はありません。両手は捻じ曲がり10歳くらいの発達状況です。オカッバ頭のその人はどう見ても子供に見えます。話しかけてみました。人は私に言います、良く話かけるな、と。私は両親の薫陶が良かった為か差別心が希薄です。このように育てていただいた両親に感謝しています。相手の人から言わせれば、気の毒そうな目で見られ冷ややかに遠巻きにされるのが辛いので、私のようにだれかれと無く話しかける人間が歓迎と言うことになります。しかし、人前で堂々としておられるこれらの人は、モー、とっくの昔にそんな被差別心を克服されています。この被差別心を克服する過程が大事であって、視界ゼロ、どこになにがあるか分からないイバラの道を歩み通して、手に入れられた現在の境地です。人が何を言おうと、生き抜くという確信が揺らぐことは無いと思います。

横道にそれました。元に戻します。聞けばその人は25歳との事でした。彼女はすごく明るく健やかな印象を私に与えてくれました。彼女は家族の、社会の、国家の助けがないと生きていけません。しかし、彼女は精神的に自分の置かれた状況を受け入れています。私の言いたいのはこの点です。病気を受け入れようが、受け入れまいが、あなたの病状が変わるわけではありません。しかし、あなたも、今例を上げた人と同様、家族や社会、そして国家の助けが無いと生きていけません。そうしたら、そのように対応すべきです。

この地球上に生起する総ての事柄は、

- ① 何かが何かに変化している
- ② したがって何かを手に入れようとした何かを手放さなければらない

と言う原則で動いています。いま、あなたは家族の助け、社会の助け、国家の助けを受け入れています。それに対してあなたが成すべきは、感謝の心で対応し健やか印象を周囲に醸し出すことではないでしょうか。あなたが家族や社会、それに国家の助けを受けながら、その上に暗く沈んでいたのでは、あなたは何の為に生まれたのでしょうか。

しかし、患者であるあなたばかりの問題でもありません。私達を助けていただいている人たちは、精神的にも、社会正義的にも、公徳心の上から言っても、人としての水準が高く優れ人たちです。しかし、皆様に、特に医師の方にお願いしたいこともあります。確かに私達は健康を害し社会や国家の手助けを必要としています。しかし、精神的に自立したいと願ってもいます。ひとりひとり個性が違います。ここは本当の所難しいのですが、この心情をお汲み取りの上ご援助ご指導下さい。〔この表現では分からぬ、と言われるでしょうね。勝手な、勝手な主張です。優しくそして甘やかさせずに、とお願いしています〕。結局、臨済のいう「随処に主と作れば・・・」とは、あなたは、あなたとして生まれ、あなたとしてしか生きようがない、という誰もが知っていることを主張しているに過ぎません。それが自然なのです。もし、それでも、あなたにこれが出来ないというのであれば、それはあなた自身の生き方の問題です。

1971年8月7日 第3種郵便物認可 毎月1・6の日発行 2008年3月24日発行 増刊通巻第 6182 号 SSKA 全国パーキンソン病友の会会報 愛知県版 37号

「原稿募集」 あなたの生活体験 生きる喜び こんな事が出来ます 友の会と私など実体験を書いて下さい。 あなたの体験を あなた自身の手で書いて下さい。

〈原稿送付先〉・・・ 従来通りの送付でかまいません。ご不明の場合は下記へ、

郵便送付 : 〒458-0812 名古屋市緑区神の倉4-149-4 池田幸夫宛

FAX送付 : FAX/TEL

052 - 876 - 1209

メール送付: ikeda11009@tea.ocn.ne.jp

〈編集後記〉

- * 会長の入院中は、役員一同総力を挙げて対応しています。 皆様の元気なお言葉が 会長への元氣付けとなり、会への大きな推進力になります。投稿をお待ちしています。
- * 5月10日の総会には、是非ご出席下さい。体験発表会、医療講演会など有意義なテ ーマが設定されています。皆様の治療の一助になる事を願っています。
- * 2月開催の一日交遊会は好評の内に終える事が出来ました。初の試みだったお話会 を含めて、6月に再度一日交遊会を開催する予定です。こうしたら良いのではとか、こう して欲しいとか、ご要望を事務局までお知らせ下さい。出来る限り対処したいと思います。

(池田)

年会費は、同封の振込み用紙をお使いください。

編集人 愛知県パーキンソン病友の会

池田 幸夫

発行人

特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会

 $\mp 157 - 0073$

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 代表 越澤 博

 $\mp 458 - 0847$

名古屋市緑区浦里1-68-508

TEL/FAX

050 - 3335 - 4970

定価

: 500円