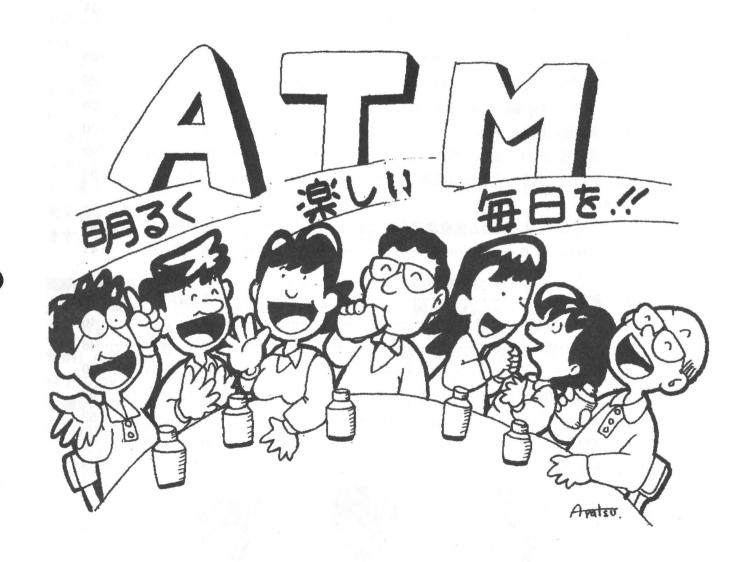
# SSKA 一般社団法人 全国パーキンソン病友の会会報 愛知県版 75号



#### 4月・5月・6月の行事予定

- ◆ 国会請願 4月11日(金)·12日(土)
- ◆ 平成 26 年度総会(名古屋市総合社会福祉会館) 4 月 27 日(日) ・・・・・・P36
- ◆ 音楽療法(名大病院ナディック)4月8日・5月13日・6月10日(火)・・・P15
- ◆ 定例役員会(東海事務所参加歓迎)5月3日・6月7日(土)・・・・・・P39
- ◆ 全国パーキンソン病友の会全国総会 北海道大会(札幌)6月18・19日
- ◆ 一日交遊会(なごや福祉用具プラザ)6月29日(日)

### 〈目次〉

1	26 年度に当たり益田 利彦3
2	医療こぼれ話平山 正昭4
3	EBMとオーダーメード治療 37 回
4	ほんまち便り第3回服部 優子12
5	ゆずの歌鵜飼久美子14
6	生活とリハビリテーションについて (11) 近藤 将人17
報行	
7	東海市でのパーキンソン病医療講演会
8	医療講演会(東海市)の概要 事務局 事務局 26
9	パーキンソン病医療講演会の感想木村 順一28
10	愛難連一団体一要求30
11	愛難連一団体一要求 県市交渉32
12	参加して良かった、一日交遊会に
お	即らせ
13	平成 26 年度 総会と医療講演会のご案内事 務 局40
14	事務局だより事 務 局41
会	員の声
15	個展が終わって
16	ソチ五輪を楽しんで46
17	今期の私の総決算風岡 初代48
18	無題
19	第8回志津子の似顔絵コーナー
20	わが家の名句 岡 悠紀子53
21	ATM 句会 ···································
22	短歌あれこれ 太田 浩子 58







# 26年度に当たり

会長 益田利彦

愛知県パーキンソン病友の会が発足し、昨年は35周年記念誌を発行して、当会を支援して頂いている諸先生方及び会員の回想やご指導また励ましのお言葉を頂きました、又諸記録は友の会を作ってくれた先人達のご苦労の一端を見ることが出来ました。あれから1年を経36周年となります、この1年行事の参加者数は同程度でしたが新しい方が多くなったように思います。医療講演会や市民講座などのアンケートによると初参加者が半数近くとなっています。新しい方の参加いただくことは目的の半分は達したことになります。後半分は少しでも長く参加を続けていただきたいこと、残念なのは入会者が今ひとつ少ないことです。因みに25年度の会員は、3月15日現在入会者40人、死亡・退会合わせて41人、現在会員数は267名で暫定ですが会員数はほぼ横ばいとなっております。罹患者の中には患者会の存在すら知らないで一人で悩み苦しんでいる方が多く見えるようです、これらの方が一人でも多く入会されるよう啓蒙活動をしたいものです。

35 周年誌の中で祖父江元先生は、患者会は正しい情報を共有し治療に生かすこと、お互いに励まし合い疾患とつき合う力を持つこと、医療者との良い関係を作っていくこと、行政などに場合によっては声を上げる、今後益々重要になっていくのは新しい治療法の開発に向けて医師などの開発者と一緒にスクラムを組んでいくこと、と書かれています。全くその通りと思います。この目標に向かって具体的にどのように行動しどのように啓蒙するかは難しいことです、しかし常にそのことを心がけて行動することが肝要と思います、皆さんのご意見とご協力をよろしくお願い致します。

難病対策の法制化については、「難病の患者に対する医療等に関する法律案」が今開かれている第 186 回国会(常会)(26.1.24~6.2.) に提出され、成立すれば平成 27 年 1 月 1 日施行の運びとなる、難病の定義の一つである「治療方法が確立していない希少な疾病」の範囲等については省令で定められるが、対象疾患は患者数が人口の 0.1%程度以下については、パーキンソン病友の会としては今なお納得できない。一般社団法人日本難病・疾病団体協議会(JPA)は厚労省に賛成の旨表明している、加盟団体として納得のいかない賛成表明である、新しく認定される希少難病団体は黎明の春でしょうが。パーキンソン病患者の既認定者は、経過処置として 3 年間は助成されるがその後の保証はなく、新しい罹患者は認定されなくなる可能性が高い。まだまだ折衝が必用である。

暗い話ばかりでドーパミンも出ないでしょう申し訳ありません、 明るく・楽しい・毎日を(ATM)に心がけましょう。

# 医療こぼれ話

名古屋大学 平山正昭

前回は、新年の挨拶に加えて、アンケートや新しい薬の話を書かせてもらいまた。アンケートですが、あの後何人かの人に送ってもらったりして、合計119名の患者さんおよび家族の方に返信いただきました。ありがとうございます。これで、今年の総会で話すことができました。今までは、患者さん中心の医療の話ばかりでしたが、今度は家族の方の困っていることも取り入れて話をしてみるつもりです。ご期待ください。

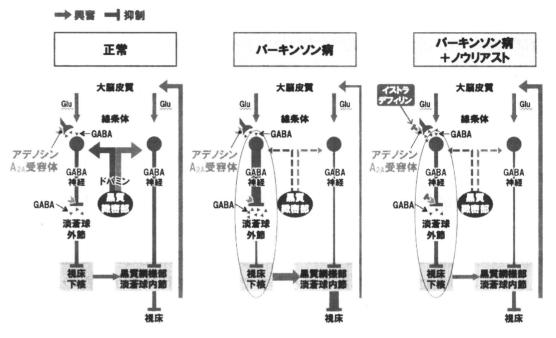
さて、前回3月から使えるようになったニュープロパチの話をしましたが、今回はまず5月から長期処方が可能となるノウリアストと言う薬の話をしましょう。この薬ですが、大きな違いは今までのような1-dopaなどと違い、アデノシンという受容体に対して、刺激ではなくて拮抗すると言う薬です。拮抗とは、簡単に言うとその部分で、細胞の働きを弱める働きになります。したがって、なぜ効くかとなると話は非常にややこしいのです。実は、発売のときにも、会報で紹介したのですが読んだ人からよくわからないと指摘を受けています。

パーキンソン病では、頭の中のドパミンが減っています。なぜメネシットやニュープロパッチを貼るかというと、どちらも足りないドパミンを補うためです。薬剤は足りないところに補充されて頭の中で使用されます。また、コムタンやエフピー、トレリーフは、体の中のドパミンが早く分解されないようにして有効にドパミンを利用するために使用されます。要するに足りないものを補うために飲むのですから、補充療法と考えればいいですよね。

この薬は拮抗薬です。頭の中のアデノシン A2A と言う物質が頭の中で作用しにくくする薬です。パーキンソン病は神経が減っていて、神経の物質は作りにくいはずなのにその少なくなったはずの物質を働かなくするなんておかしいじゃないかと思うでしょう。実際にこの前開発にたずさわった人にあって話をしたのですが、まだまだ十分な作用機序はわからないというのです。作用の説明には簡略化した大脳基底核の回路用いて説明します。その中でどこに効いているかの話はするのですが、この大脳基底核の回路図誰もが一回では理解できません。

下記にその機序の図を表示します。さてすぐにさあわかりますか?まず、左端の正常の基底核回路です。そしてその隣がパーキンソン病。少し薄い色は興奮する細胞、少し濃

いの色は、神経の興奮を押さえようとして働く細胞です。(本物の図は赤と青になっているのですが、会報は白黒なのですみません)何かごちゃごちゃするだけでなんだかわからないですよね。



で単つすに話まーンパ頭少るはにもが難にすキ病ミのなかい話り非しな。ンはン中くら簡すで常いりパソドがでな起

こると言っていますが、実はドパミンの作用には脳の運動を調節する部分では多く分け て2つの調節機構が関係しています。上の図を見て下さい。一番左の図は正常な運動の 調節機構です。更にその中の左側の矢印が間接経路、右側の矢印を直接経路と言います。 間接経路には、線条体と言うところD2受容体があり、直接路にはD1受容体があります。 この違いで同じドパミンなのに、間接路では、最初に細胞の働きを抑える神経を抑制し ます。それが、左側の GABA 細胞というところに働きます。ここが難しいのですが、こ の GABA 神経は、神経を抑制する細胞です。神経の興奮を抑える神経を抑えるのだから この二つを全体としてみると結果的には、視床下核の細胞を興奮させることになります。 視床下核の細胞は興奮する神経ですから、間接とは結果として淡蒼球内節と言うところ を興奮させます。一方、右側の直接路は、D1 受容体ですが、こちらにはドパミンが興奮 性に右の GABA 神経に働きます。したがって、右の直接路は淡蒼球内節に抑制性に働き ます。いつものこの二つの回路で動きのバランスを取っています。ドパミンが足りなく なると、間接路では興奮し過ぎ、直接路では抑制が足りなくなりバランスが悪くなって この淡蒼球内側というところが異常に興奮してしまうのです。そうなると視床というと ころを抑制しすぎてしまって体の動きがぎこちなくなってしまいます。この薬は、左側 の回路のところを調節します。しかも、GABA 細胞の興奮を抑えるために働くので、結 果的には、視床下核の神経の興奮が抑えられて、パーキンソン病を治療するのです。片 側にしか効かないのだから片手落ちと言ってしまうと変ですが、半分しか効かない以上 に効果があるので、実際にはまだまだわかっていない機序が隠されているのでしょう。

これに似た薬はカフェインです。つまりコーヒーなどに含まれている成分ですね。このカフェインも不思議な薬で飲み過ぎるとイライラしておしっこに行きたくなるのですが、適量だと頭がすっきりします。また、疫学調査ではコーヒーを飲んでいる人の方がパーキンソン病になりにくいという報告があります。では、コーヒーをたくさん飲めばいいかというと、カフェインが作用するのはアデノシンでも A1 というところです。これは主に、心臓や腎臓にあります。だからコーヒーを飲み過ぎると、脈が早くなってドキドキしたりおしっこに行きたくなったりするのです。パーキンソン病には、少し効果が弱いようです。

さて、この薬の薬効です。一日の off 時間は約1時間短縮します。特徴的なのは、ドパミンアゴニストのような弁膜症や眠気など、また非麦角系のドパミンアドニストにみられる精神症状などは少ないようですので、病気が進行していたり認知症状がある患者さんにも使いやすいのではないかと思います。実際、ドパミン関連の薬を飲むとどうしても眠くなって使えないという人に使ってみたところ今までトイレに行けなかったのが行けるようになったと言われました。まだまだ、使用経験が少ないので何とも言えませんが、興味深い薬です。

#### PS

久しぶりに新幹線の中で原稿を書いています。今度は、名古屋-福岡間の往復新幹線の中です。パーキンソン病・運動障害疾患コングレスと言う学会があります。簡単に言うとパーキンソン病を研究している日本では一番大きな学会です。そこで教育講演をしてほしいと言うことで福岡に行きました。先生は会員だから旅費は出すけど無給だよと言われましたが福岡は好きな町ですので OK しました。名古屋から遠そうですが、福岡にはのぞみだと3時間半ほどでつきます。ちょうど原稿を書くにはいい時間です。3時間半だと飛行機にするか新幹線にするか迷うところです。確かに飛行機なら、乗っているのは1時間ほどなのですが、セントレアに行くのに時間がかかりますし、荷物検査などでけっこうかかかってしまいます。何よりも新幹線には電源があるのでバッテリー切れの心配がありません。ちょうど新幹線と飛行機が競合するので、早めにキッップを買うと格安で宿つきの旅券が買えます。普通に買うより1万円以上安いので、しっかり地元料理を楽しむ方にお金が回せました。

ただ、福岡というとどうも九州のイメージがあるので暖かいと思ったのですが名古屋と全く変わりがありません。3/8 に行ったのでちょうど寒い日です。新幹線の窓からみると途中の関ヶ原はまだ雪。今年はいつまでたっても春が来そうにありません。その割にはそろそろ花粉症は出てきたようで目がかゆくなってきました。私は、杉花粉は軽い方な

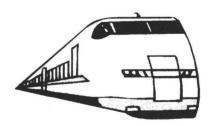
のですが檜花粉はけっこうきついです。忍耐の2ヶ月間が始まりそうです。

また、いつもの研究リクルート。大幸キャンパスというナゴヤドームの近くにある脳とこころの研究センターで、脳の MRI と脳磁図を行っています。脳の細かな形や音を聞いた時などの脳の働きをみています。パーキンソン病患者さんだけでなく一般の人も加齢に伴う変化ということで同じ検査をしています。患者さんだけでなく配偶者の方も謝金は出せませんがただで MRI が受けられますので興味があれば連絡してください。

協力していただける人はメールのほうが確実ですが (daikouneurolab@gmail.com) また、木曜金曜であれば、0527191184 にいることも多いのでそちらに電話をかけてもらっても構いません。私の研究室です。よろしくお願いします。今まで、手伝ってくれた後藤さんは卒業。

もうしばらくすると新しい大学院生が入ってくるのでわかったら、大学院生に連絡できるようにします。





# EBM とオーダーメード治療

第 37 回 パーキンソン病治療ガイドライン - 非運動症状の治療 (6) - 名古屋大学脳とこころの研究センター

石 日 屋 八 子 脳 と こ こ つ の 切 元 ピングー 医 学 系 研 究 科・ 神 経 内 科 渡 辺 宏 久

#### 1. はじめに

寒い冬が続いていましたが、この号が出る頃には、桜を感ずる季節となっていると思います。皆様いかがお過ごしでしょうか?新聞を賑わしている iPS 細胞の治験に関するニュースで暖かさを感ずる患者さんやご家族も多いかと拝察します。

本連載は根拠に基づいた医療"Evidence Based Medicine, EBM"の現状、個々人に合わせた EBM 実践の現状、EBM は無いけれども実際に用いられている治療の現状をご紹介してきています。

今回は、iPS の話題ではなく、前回の続きで、ガイドラインに掲載されている非運動症状の中でも消化管運動障害の治療についてご紹介することといたします。

#### 2, 消化管運動障害の病態

パーキンソン病では、様々な消化器系の問題を認めます。2011 年のガイドラインでは、 消化管運動障害、特に嘔気と便秘に焦点を絞って解説がなされています。ガイドライン が出てから、いくつか新しい知見も出てきていますので、今回はこれらも踏まえながら 解説を進めて行きたいと思います。

パーキンソン病の患者さんでは、排便回数の低下が 20·81%、排便困難が 57·67%、下痢が 21%と、高頻度に認めることが知られています。これらの頻度に差があるのは、それぞれの定義の違い、対象とする患者さんの違いが大きいためです。排便回数の低下の定義を、毎日排便が無いとする場合と、2 日に 1 回排便が無いとする場合では、その頻度が大きく変わることは御理解いただけると思います。

では、なぜパーキンソン病で消化管運動障害が出るのでしょうか?これは大きく分けて、 加齢、生活習慣、パーキンソン病による直接的な影響、薬剤の影響の 4 つに分けて考える必要があります。

まず、消化管運動障害の出現頻度は、加齢によっても高くなります。排便回数の低下、排便困難、下痢などは、高齢者で比較的高頻度に認める症状です。このため、パーキン

ソン病でこうした症状を認めたからといって、全てパーキンソン病による直接的な影響 とは言えません。

次に生活習慣の問題があります。便秘の改善に大切なことは、食物繊維と水分の摂取、 そして適切な運動とされています。パーキンソン病の方では、誤嚥の注意するために水 分摂取量が少なくなってしまう場合や、すくみ足や歩行障害などのために運動量が少な くなってしまう場合などがあるため、便秘が増悪する可能性を考慮しないといけません。

最後にパーキンソン病による直接的な影響です。実はパーキンソン病でなぜ消化管運動 障害が起こるのか、その機序については良く分かっていません。では、なぜ直接的な影響があると考えられているのでしょうか?

より専門的な話になりますが、パーキンソン病の特徴的な病理所見としてレビー小体とレビー小体関連病変の出現があります。レビー小体自体には細胞障害性は無いとされていますが、レビー小体関連病理所見の出現している周囲では神経細胞の障害が起こっているため、間接的に神経細胞障害を評価することが出来ます。例えば黒質では黒質神経細胞の脱落とともに、レビー小体や関連病変が出現します。

消化管の運動には、延髄の迷走神経背側核や、消化管に隣接もしくは内在して存在しているアウエルバッハ神経叢やマイスナー神経叢などが関与していますが、パーキンソン病では、このような部位にレビー小体関連病理所見の出現することが分かっています。このため、パーキンソン病で認める消化管運動障害も手足の運動障害と同様に、パーキンソン病による直接的な影響があると考えられています。しかしながら、これらの病理所見の出現の程度と、消化管運動障害の重症度との関連性は明確ではなく、どこまで直接的に消化管運動障害に関与しているのかは、まだまだ未解明なことは沢山残っています。

最後に薬剤の影響について考えます。レボドパやドパミンアゴニストはパーキンソン病の消化管運動障害は悪化させると考えられがちです。しかし、例えば未治療のパーキンソン病患者さんに、レボドパを投与することで、便の排出障害は改善するデータも報告されています。このため、患者さんの状態や薬剤開始や中止後の反応なども良く観察した上で、薬剤の影響は考えていく必要があります。

- 3, ガイドラインにおける消化管運動障害の治療
- 1) 便秘にはまず食物繊維と水分の摂取を行う。

- 2) 薬物療法としては、酸化マグネシウム、センナ・センノシドを投与する (グレード C)。モサプリドクエン酸も有効である (グレード C)。
- 3) **嘔気に対しては、ドンペリドンを用いる**(グレードC)。

ガイドラインには、便秘の治療として、多量の水とともに、塩類下剤が有効であるとの記載があります。まず多量の水は、起立性低血圧に対しても有効性が示されています。一気に沢山の水を飲むことは難しいですし、特に夕食後や寝る前に水を沢山摂りますと、夜間頻尿の原因にもなりますので、起床時から夕食前までに意識して水分を多く(出来れば 1,500ml/日程度)摂るようにされると良いかと思います。

次に塩類下剤とは何でしょうか?水溶性で腸管から吸収されにくい塩類(硫酸マグネシウム,硫酸ナトリウム,リン酸水素ナトリウムなど)には、腸管内に水分を吸収し、腸の内容を増量させることで便を軟らかくするとともに、腸を刺激して排便を促す作用があります。寒天もこれに属します。酸化マグネシウム(カマなど)は、日常臨床で良く用いられます。

それでも効果が無い時には腸刺激性下剤を用いる(エビデンスレベル IV;専門家委員会 や権威者の意見)とされています。腸刺激性下剤にはプルゼニド・アローゼンやパントシン (パントテン酸カルシウム製剤)があります。漢方薬のダイオウもこの部類に属します。

アロエ、センナ、大黄はアントラキノン系と呼ばれます。これらは、小腸より吸収されて、血行性に大腸の粘膜を刺激することで作用を発揮します。即効性で効果は確実なのですが、腹痛が出るという特徴や、いわゆる"癖"になりやすいという特徴がありますので、良く状態を見ながら使う必要があります。

モサプリドクエン酸 (ガスモチン) は、消化管運動機能を賦活するセロトニン 5-HT4 受容体を選択的に刺激することで、胃腸運動を活発にするアセチルコリンを遊離させ、消化管の運動障害を改善する薬剤です。大腸の通過時間が短くなり、排便時の直腸の収縮を増強するという結果も出ています。ガスモチンはパーキンソン症状は悪化させないとされています。

便秘は、イレウス (腸閉塞) を誘発する可能性があるので、十分な注意が必要です。ただ、下痢は便秘症よりも望ましくありません。また、あまり排便に拘りすぎますと、下剤の過量内服にもつながりますので、ほどほどの所で抑えていく必要があります。この

辺りは主治医と良く御相談下さい。

#### 4,消化管運動障害に対する最近の話題

パーキンソン病の消化管運動障害のもたらす弊害は便秘のみではありません。2011年のガイドライン発表後にも色々な知見が得られてきています。紙面も限られていますので消化管運動障害の影響として大切なことを1つ挙げさせて頂くと、薬剤の吸収の問題が挙げられます。

例えばレボドパは、胃酸で分解されて、小腸で吸収されるのですが、分解された物質は 中型の大きさのアミノ酸ですので、胃に食事の内容物が沢山ありますと小腸における吸 収が阻害されて効果が減弱します。胃酸の減少でもレボドパの分解が不良となる可能性 があります。

また、パーキンソン病では小腸における細菌の増殖がしばしば見られることが分かってきています。この小腸における細菌増殖は、便秘、下痢、腹部膨満、体重減少などを引き起こすことが知られています。胃においては、良く知られているヘリコバクター・ピロリ感染が問題となることがあります。細菌の研究では、小腸における細菌増殖とヘリコバクター・ピロリ感染の両方を有する方では、運動合併症の頻度が高いことが知られており、薬剤の吸収と密接な関連のあることが示唆されています。

#### 5, 最後に

今回は、消化管運動障害に焦点を絞ってご紹介しました。消化管運動障害は、便秘のみならず、薬剤の吸収にも影響を生じうることがお分かり頂けたかと思います。便秘については、どうしても薬剤に頼らざる場面の多いことも確かですし、内服を我慢し続けて、腸閉塞になってしまっては本末転倒ですので、適切な内科的治療は重要です。一方で、食物繊維摂取、運動、水分摂取など、患者さんやご家族の協力なしに、上手くコントロールすることは難しいのも事実です。医療者と二人三脚で消化管運動障害の問題もクリアしていただきたいと思います。また、後半のお話(4)は、まだまだ研究途中ですので、実際の対応については主治医と良く御相談下さい。

# ほんまち便り

#### ~第4回 ひなまつりから桜、そしてチューリップへ~

本町クリニック 服部優子

私の楽しみのひとつに、クリニックのあちこちを季節の小物や花で飾るということがあります。特にクリスマスやひな祭りの頃には、買いためたグッズがところ狭しと並びます。そんな私の趣味に、職員も半ばあきれながらも?飾るのを手伝ってくれます。

さて、最近私がとてもうれしかった出来事を紹介します。2月のある日のこと、私達が仕事を終えて帰り支度をしていると、当院の看護師さんから「C新聞の夕刊に私達のクリニックらしい記事が載っている!」とメールがありました。何か、訴えられるようなことでもしてしまったかしらと、おそるおそる帰宅して紙面を見ると以下のような投稿記事が匿名で書かれていました。「私が通院している神経内科の病院は、院内の掃除が行き届いていて、季節の花やひな人形なども飾られていてとても落ち着きます」。その日はちょうどひな祭りの飾り付けを終えた日でしたが、私は疲れも吹っ飛んで、うれしくなってしまいました(この時点ではまだ当院のことかどうかは確信できないのに・・・)。数日後、心当たりの患者さんDさんに「もしかして投稿してくださいました?」と伺ったら、「そうです」と答えて頂き、またまたうれしくなってしまいました。

前回も書きましたが、当院は今年で開院 15 年です。自分で言うのも何ですが、確かに院内は 15 年経っている割にはきれいな方だと思います。これには訳があります。まずはプロの掃除業者が 2ヶ月に 1 回掃除をしてくれること、また 15 人の職員一人一人が、朝と夜にきちんと隅々まで掃除をしてくれることです。その他に掃除担当の"しげちゃん"の存在も大きいです。しげちゃんは、クリニックが昼休みになる 13 時に、雨の日も雪の日も自転車でやってきて、15 時までひたすら床をみがいてくれます。診察室はもちろん、階段からトイレからまで、汗びっしょりになりながら、ぞうきんで床をもくもくと拭いています。本当に頭が下がります。また、しげちゃんの凄いことは、私が買ってきた色々な花や植木を驚くほど長持ちさせてくれるのです。時々、花に向かって「良い子だから頑張って咲いてね。来年も花をつけてね」と声をかけています。そうすると、元気のなかった植物が生き返ってくるのです。なるほど、植物も愛情をかけるとよいのですね。そんなスタッフ全員のおかげで、クリニックがきれいだと褒められのだと思います。本

当に皆ありがとう。それにつけても褒められるというのはうれしいものですね。

記事を投稿してくれたDさんは、パーキンソン病歴20余年。当院に通院されるようにな って5年ぐらいです。文章がとてもお上手で、新聞や雑誌によく投稿されておられます。 D さんの文章はいつも前向き、さすがベテランパーキン!と思っていました。にこにこ と診察室に入ってこられますし、あまり調子が悪いと訴えることもなく、「まあ、こんな もんです」と達観された言葉を残して帰って行かれます。でもそんな D さんも「病気に なったときは、死んでしまった方がよいとも考えたりしていた」ことを、数年前の投稿 文で知りました。「『治らぬものは治らぬのだから、楽しく過ごそう』と開き直ったのは 病気になって20年も経ってから」ということも、別の投稿文で知りました。病気になら れてもどんどん新しい趣味に挑戦して、仲間を作っていらっしゃいます。そんな D さん への私のひとつの心配は「無理をしないように」ということです。パーキンソン病患者 さんの中には、やり出したら時間を忘れて止まらないと言う方が多くいらっしゃいます。 女性であれば手芸や絵画、絵手紙などでしょうか。もちろん集中も必要ですが、ある程 度時間を区切って、「今日はここまで」という踏ん切りをつけることも大事です。以前、 患者さんのアンケートで「パーキンソン病患者における『疲れ』も症状のひとつ」であ ると申し上げた通りです。私もそうですが、「褒められるとつい頑張ってしまう」のです。 が、皆さんも度を過ぎないようにしてくださいね。

私が頑張っていることといえば、ピアノを弾くことぐらいですが、最近もっぱらジョイズトリオというピアノトリオで楽しく活動中です。このジョイズトリオ、平山先生の命を受け、2005年の昭和保健所の難病患者のつどいで結成されました。バイオリンが名古屋医療センターの小林麗先生、チェロが小山田記念温泉病院の森恵子先生、ピアノが私、皆、神経内科の女医(じょい)で、ジョイズトリオ(Joy's Trio)です。今は4月の『百花百草 (ひゃっかひゃくそう)』でのチューリップフェアで演奏するため、練習に励んでいます。『百花百草』は昔の別荘を改装したホールで、ガラス越しに庭の色とりどりのチューリップを見ながら演奏が聴けるのですが、音楽と花が融合してとても癒される空間となります。皆様も音楽を鑑賞されるときに、春の花をちょっと部屋に飾っていただくといいかも。私も頑張りすぎて手を痛めない程度に練習したいと思います(笑)。本町クリニックの中は、今、桜のグッズが満開ですが、この会報が届く頃にはチューリ

ップの季節になっているでしょうか。それではまた。

# ゆずの歌

鈴鹿短期大学 鵜飼久美子

皆さんの中には、NHK テレビの朝ドラをご覧になっている方も、大勢いらっしゃるの ではないかと思います。つい3月まで放送していたのは「ごちそうさん」でしたね。

これが、結構見ごたえがありました。私は残念ながら昨年の10月放送開始の頃は全く 見ていませんでしたが、たまたま昨年末の冬休みに見ていましたら、結構面白いと思う ようになってしまいました。

ドラマの展開もなかなか見ごたえのあるものでしたが、それよりも、主題歌にぐっと心 惹かれました。

その主題歌こそが、"ゆず"が歌う《雨のち晴レルヤ》です。

"ゆず"は、男性2人のデュオで、年齢がともに38歳! 同じ中学校出身で、もとはス トリートミュージシャン。つまり、よく駅前などで、大声で歌っている人たちのことで すよね。中学時代には なんとキャンディーズの『春一番』を一緒に歌ったそうですが、 よく知られている曲としては NHK の 2004 年アテネオリンピック放送の公式テーマソン グ『栄光の架橋』です。この歌も、心を揺さぶられるようないい歌でしたよね。

《雨のち晴レルヤ》は、3拍子の軽やかなリズムの乗って、 ♪とつぜん、ぐうぜん、それとも ひつぜん・・・♪と歌い出します。 歌だけ聞いていますと、こんな歌詞で歌っているとは、気付きませんでしたが、楽譜を 手にして聞きますと、確かに、このように歌っています。

今の若い人たちの作る歌は、本当に、驚くような言葉を使っています。歌が進むにつれ て、この歌は、人生を歌った歌、人生を応援するのような役割を果たしているのかと思 います。

♪かさはなくとも、あまぞらにうたうよ・・・♪

♪どんなきみでも、アイシテイル♪

♪かおをあげてごらん ひかりがてらす…♪

♪だれのこころも あめのち晴レルヤ♪

最後は、晴レルヤぁ~!です。

この歌を歌うと、喜怒哀楽の感情が揺さぶられているなと思います。

朝ドラは残念ながら終わってしまいましたが、ナディックではしばらくこの歌を歌ってい きたいと思います。そして、皆さんと、様々な感情の共有ができたらいいな、と思います。

# ナディック 音楽療法 予定

4月8日(火) 5月13日(火) 6月10日(火)

7月8日(火) 8月5日(火) 9月 9日(火)

#### ※8月の第1火曜日を除いて、全て第2火曜日です

時 間 : 午後2時15分~3時30分(休憩10分)

場 所 : 名大病院 広場ナディック (新中央診察棟2階) 問い合わせ・申し込み: TELか FAX いずれかにて下記まで

052-834-4150 (鵜飼久美子)

#### 会報 75 号 広告一覧

上 段

下 段

(有) 一粒社 23p

・エフピー (株)

27p大塚製薬(株) ・協和発酵キリン(株)

・グラクソ・スミスクライン(株) ・大日本住友製薬 31p

37p

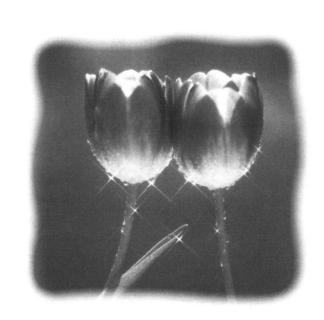
・日本メドトロニック(株)

42p本町クリニック ・(有) メディカル在宅マッサージセンター

44p

ノバルティス・ファーマ(株)





患者さんのために 信頼と愛が いっぱいつまった

藤本製薬グループ

エフピー

株式会社

[お問い合せ先] 〒580-0011 大阪府松原市西大塚1丁目3番40号 TEL:0120-545-427 FAX:0120-728-093 URL:http://www.fp-pharm.co.jp/

平成24年2月作成

# 生活とリハビリテーションについて 11



#### 本町クリニック 理学療法士 近藤将人

皆さんこんにちは、今年も早いもので、もう4月になってしまいました。僕の家の周りでは、大きな小学校が近いせいか、この時期は、新しい靴、新しいランドセルに身を包み、登校をする子ども達がたくさん見られます。 ここで一句。

#### 学生の靴光たり春の朝

昨年の春頃でしょうか、俳句の先生にはじめて褒められた句です。 懐かしいものですね。 さて、このごろは、随分、気温の温かい日も増えてきましたね。 冬から春になる季節の変わり目。 こんな時は、血圧の変動や、汗が良く出る、手足が冷えてしまう、夜間の体温が上がってしまう、夜眠れない等、クリニックでもリハビリをしている時に患者様がお困り事を相談される事が多いように感じています。 この時期は、三寒四温といい、寒さや温かさを繰り返しながら、徐々に温かくなっていく時期です。 私達の体調を調節する自律神経にとっては、調節が大変・・・・。 できるだけ、睡眠はしっかり取って、リラックスするように心がけて下さいね。(^-^)

先日、ソチオリンピックが終わりましたね。 名古屋出身の、浅田真央ちゃんは、残念な場面もありましたが、最後は、感動的な最高の演技を見せてくれました。 スキーのジャンプでは、40歳を超えて現役の葛西選手の伝説の銀メダル。 震災を超えて、日本人男子フィギア界に史上初の金メダルをもたらしてくれた、羽生結弦選手。 パラリンピックでも、たくさんのメダルを獲得してくれました。 とくに、体に障害を抱えながらも、信じられないようなスピードで滑って行くスキーの選手などの活躍には、僕も、頑張らねば! と思えわせられる感動がありました。

この号が皆さんの手元に届くころには、身近の桜も咲いているでしょうか? きっと、オリンピックで頑張った選手たちも、花見を興じているのではないでしょうか?

今回の、リハビリでは、姿勢の修正について皆さんと一緒に考えて行きたいと思います。 先日、報道のあった IPS 細胞による治療が実用化されたり、さらに良い治療薬が見つかる将来に、いま、転んだり骨折することなく安全に生活できるように、姿勢の修正など、 体操しながら皆さんのお役に立つ事が出来れば幸いです。 では、(^\_^)/

## ① パーキンソン病と姿勢障害



座っている時などに、気が付いたら

- ・首が下がる(まがる)
- ・体が前に屈んでしまう
- ・体が右へ傾く
- ・体が左へ傾いてしまう 等

姿勢の異常でお困りの方もいませんか?



パーキンソン病に特徴的な姿勢障害である、『腰曲がり』や『首下がり』では、**身体を伸展することが困難**であり、前方が見えないことから歩行困難となったり、屈曲した頚部が喉頭や気道を圧迫して嚥下障害や呼吸障害なども来たすことが問題となると言われ、これらの症状は、患者の QOL (生活の質) の点で、大きな制限になっていると考えられています。 パーキンソン病あるいはパーキンソン症候群における『首下がり』の発現頻度は、正確には明らかでなく、文献によるとその頻度は 0.4~0.6%ばらつぎがあると言われています。

もともと**前傾前屈姿勢**であり、患者が[**頭が重い**]、[**前が見えない**]等の症状を訴えて初めて診断されることが多く、『首下がり』ではパーキンソン病にみられる胸椎から頚部の伸展が消失し、側頚部に肥大した筋が観察される(肩甲挙筋)。 上部胸椎では強く屈曲(前に曲がり)し顔面は地面を向いているようにみえます。

この姿勢は、患者さんは自力では修正できず、前方ましてや上方に顔面を向けることは 困難で、日常生活においては、歩行時の前方確認やコップからの院吸いも困難となり、 日常生活に大きな支障をきたしています。

首下がりでは、パーキンソン病の前傾前屈姿勢に加えて、更に頚部が前倒(頚部屈曲) し、首下がりが持続し屈筋が短縮すると、頚部屈筋の二次的な短縮をきたす可能性があ ると考えられています。

首下がりの機序として、①頭・頚部の屈筋群の活動が亢進(ジストニア)、②頚部を伸展 し、頚部を支える頚部の伸展筋の筋力低下(限局性筋炎など)が挙げられています。

(引用文献: MB Med Reha No. 135: 45-53, 2011)

# ② 姿勢障害とリハビリテーション

それでは、ご自宅でできる、姿勢を修正する体操をご紹介します。 ご自宅で、行う場合には、皆さんそれぞれ、体調や状況が違うはずです、無理しないで出来る事を、痛くない様に行うようにし、頸や腰の痛みがあったり、治療中等、行う事が不安な場合などは担当して頂いている医師に相談して下さい。

こんな道具を使って行います。 ビーチボール等は程良く空気を抜いて使いましょう!











姿勢が、傾いてしまう方には、「気が付いたら傾いていた・・」といわれます。 椅子の背もたれや、壁と頭の間にクッションとして置き、意識して、ボールを押しながら、背筋を伸ばしたり頭を起こしたり、体をひねるようにトレーニングしてみて下さい。 それぞれ、ゆっくり三回ずつ一日一回くらいから、ボールの破裂には注意しましょう!





















# 体の傾きを直してみよう体操!



# (1) 手を組んで前に屈んだり背筋を伸ばす









両手を組み、肘を伸ばして

上げます

元に戻して

下げます

# 体を左右へ、しっかり捻ってみます。







両手を組み、肘を伸ばして

元に戻して

左へ





背筋を伸ばしてから、 頭の後ろで手を組み、 胸を張るようにすると しっかりと、背筋が伸びます!



今回の体操は、10秒ずつ止めて 左右・上下を各3往復行いましょう!

# さあ、春です! 棒体操をしてみましょう!

# 3 体を曲げたり伸ばしたりします









体操で使う「棒」は、 スポーツ新聞などを テープで巻いて、 程よい硬さに、作り ましょう!



進備 о К

上げてみます

下げてみます

# 体を倒したり、ひねってみたりします。











左へ

戻します

# (5) からだを叩いて「こり」をほぐします。









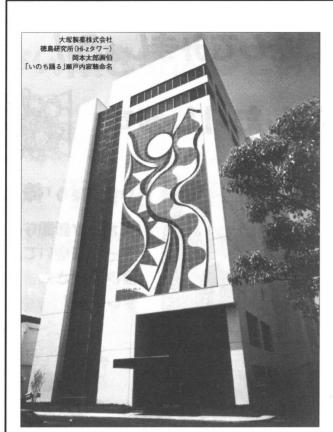


肩を

太ももを

ふくらはぎを

足のうらを



Otsuka-people creating new products for better health worldwide

Otsuka 大塚製薬株式会社

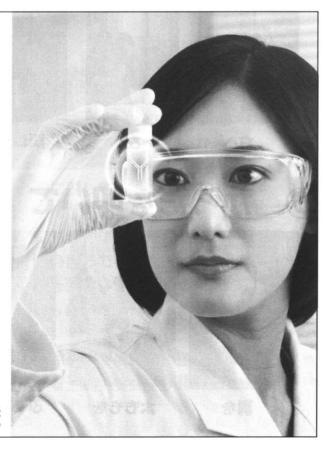
# 視線は、いのちへ。

病を治したい。いのちを救いたい。
私たち協和発酵キリンは、
抗体医薬のリーディング・カンパニーとして、
真摯に研鑽を積み重ねています。
一分でも一秒でも早く、
世界が待ち望む新薬をお届けするために。

グローバル・スペシャリティファーマ。 抗体医薬をリードする、協和発酵キリンです。

# **KYOWA KIRIN**

協和発酵キリン株式会社 http://www.kyowa-kirin.co.jp



# 東海市でのパーキンソン病医療講演会

講演会場の東海市民活動センターは、周りがガラス張りです。当日の1月26日(日)、 からっ風が吹き荒れ、道行く人は首をすぼめて足早に歩いていました。しかし、会場内 は春の陽光が降り注いでいるかのような明るく、暖かな雰囲気が満ち溢れていました。



新装間もない東海市民活動センター、名鉄太田川駅、知多半島玄関口、東海市の躍進ぶりを象徴する素敵な所です。この会場で講演会が開かれるのも、本会の顧問、東海市議会議員の神野久美子先生のご尽力と東海市役所のご協力によるものです。厚くお礼申しあげます。

百余名もの多くの方のご参加を いただきました。講師は久米クリ

ニック院長の久米明人先生です。名古屋大学医学部卒業、名古屋第一赤十字病院、名大病院の神経内科医として、又製薬会社にも勤務されました。平成 16 年、瑞穂区で久米クリニックを開業。神経内科の専門医として患者さんの治療にあたっておられます。パーキンソン病友の会として初めて久米先生に講師をお願いいたしました。快くお引き受けいただき、感謝の気持ちでいっぱいです。

講演は、「クリニックにおけるパーキンソン病の薬物治療」です。開業医である久米先生は、長年にわたりパーキンソン病患者の治療にあたっておられます。今回はヤール2、3度、ヤール1度、治療が困難な患者さんの治療について、先生が治療にあたっておられる患者さんの長きにわたる治療の様子を中心にお話されました。

本日参加された方も、先生が具体的に紹介された患者さんと同じ症状度の方が多かったことと思います。先生のお話が、参加者、自分自身のことのように思われたのではないでしょうか。病気への不安が払拭された方も、病気へのかかわりに明るさを持たれた方も、病気を一人で抱え込まないことの大切さを見出した方など、先生から大きな示唆を受けたことと思います。講演後の参加者皆さんの表情には明るさが漲っているように思えました。

久米先生は「むずむず脚のカラクリ」を出版されています。読みごたえのある内容です。

最後に、会の運営に製薬会社のご協力をいただきました。厚くお礼申し上げます。

# 講演会時に行ったアンケートの紹介

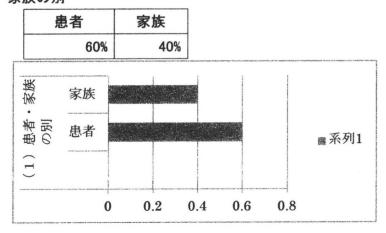
#### 参加者の感想

- ○具体的なお話が多くて良かったです。
- ○治らない病ということで、治療の目標が分かりませんでしたが、 「窓」という言葉を知り、薬による治療に目標を持って取り組みた いと思います。
- ○薬物治療で進行を抑えるためには、毎日の自己又は介護者の観察 が重要なことが分かりました。
- ○自信を持って普通の生活をしていくことに気持ちが変わりました。
- ○介護する者として非常に助けになるお話でした。
- ○父がヤール1で薬を増やすか悩んでいましたが明るく戦っていきます。
- ○姿勢の話、ヤール1は心理面への支援が必要などの話を聞けて良かったです。
- ○初めての参加で、発病して日が浅いので内容が難しかった。

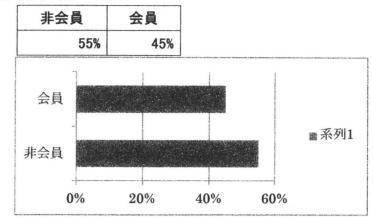


# 参加者内訳

#### (1)患者・家族の別



#### (2)会員・非会員の別



#### (3)医療講演会参加回数

初	回	2 💷	3 回	5回以上	
	55%	10%	21%	14%	
3回			Company of the compan	8	系列1
初回					

#### (4)参加地域別

	尾張	可	=	名古屋	3	知
	17%	17%		30%	36%	-
		-	i			尾張
	all and a second				-	三河
屬系列1						名古屋
	American Company					知多
	40%	30%	0%	10% 2	0%	
				10% 2		

知多:東海・半田・知多・阿久比・東浦・常滑

三河:安城・刈谷

尾張:春日井・一宮・稲沢・海部

(医療講演会担当 浅井利一)

## 医療講演会(東海市)の概要

日時: 平成26年1月26日(日) 場所: 東海市市民活動センター

講 師: 久米 明人 先生(久米クリニック)

演 題: 「クリニックにおけるパーキンソン病の薬物治療」

#### (講師略歷)

〇昭和57年に名古屋大学医学部卒業。

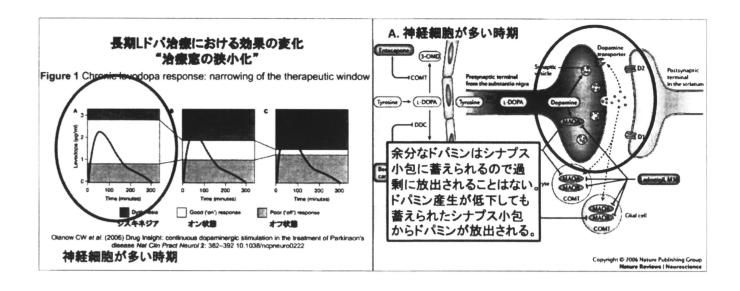
- ○名古屋第一赤十字病院内科、名古屋大学病院神経内科、製薬会社の日本イー ライリリー株式会社勤務
- ○平成16年より瑞穂区で久米クリニックを開業。専門は神経内科。
- ○著書にむずむず脚症候群の単行本「むずむず脚のカラクリ」がある。
- ○久米クリニック (名古屋市瑞穂区丸屋町一丁目8 052-831-9970)
- ※※※ 講演の狙いは「ヤール 2・3 度の患者の薬物治療を成功させるには患者自身がジスキネジアもオフも出さないよう治療窓の中にドパミン刺激を収めるイメージを認識することが重要」ということで、治療窓のお話のスライドを、会報用に先生がまとめてくださいました。じっくりとお読みいただき、自分の状態がどのあたりにあるか観察して、薬物治療の効果が最善になるように前進していきましょう。※※※

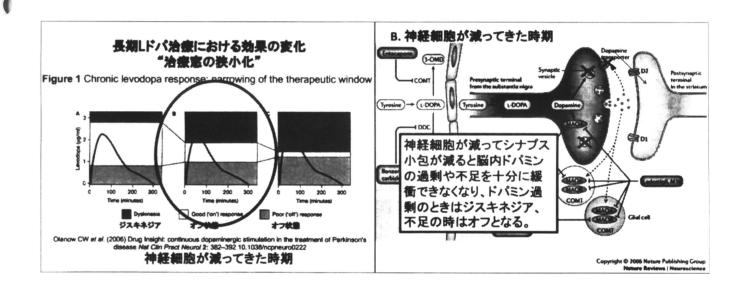
## パーキンソン病薬物治療の戦略

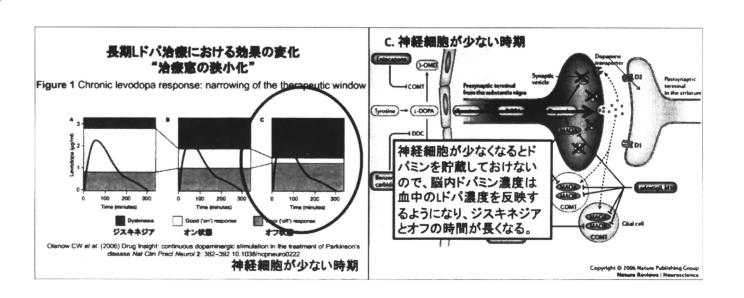
- ・黒質神経細胞が減ると
- ・短時間作用型ドパミン製剤治療を続けると → 治療窓が狭くなる
- 治療窓の中でドパミン刺激を行うために→長時間作用型のドパミンアゴニスト
  - →低用量のようパと代謝阻害薬の併用

#### Dさん 65歳女性 特発性パーキンソン病 経過6年 ヤール2度

- 6年前に名大でPDと診断されエフピー2.5mg処方、次いで転院先からレキップ2mg追加、症状が進んだため3年前からメネシットが追加。メネシットでよく動けるが極力飲まないようにしており、使うのは週2日程度。夕方は動きにくい。
- 本年3月当院へ相談、両上下肢に軽度筋固縮、上肢動作緩慢あり、オン時の歩行はよい。PDとCDSの教育をしてレキップ CR8mgを目標にレキップ増量開始した。
- 自宅にいる日はCR8mg、外出の時には1mg4能x2回、ステージで歌う時など、ここぞという時にメネシットを週に1-2回使う。このやり方で夕方のオフはなくなり家事もスムーズに出来てイライラ感もなくなった。







# パーキンソン病医療講演会の感想

#### 春日井市 木村順一

2014年1月26日(日) 13時30分から15時30分まで、会場は東海市市民活動センターです。瑞穂区の久米クリニック院長 久米明人先生を講師にお迎えし、「クリニックにおけるパーキンソン病の薬物治療」のお話をいただきました。

パーキンソン病の講演会でよく取り上げられるテーマに、日常生活の心構えとか、運動療法とかがあります。これらのお話は、それ自体が具体的なので聞けば納得できます。

今回の薬の話は大切なことなので、私はよく理解しておきたいと思うのですが、覚えられないほどのたくさんの薬があり、それがどう作用するか、何回聞いてもいまいち覚えられません。患者さんたちがどんな薬を飲んでいるのか質問すると、みんな違う薬を飲んでいるように感じられます。知らない薬の名前が出てくると、ついつい自分が飲んでいる薬とは違うので心配になります。パーキンソン病の薬は種類が多いので、いろいろな組み合わせができ、一人一人に合った薬を処方できることはよく分かります。でも知識不足だと、今の薬が本当に自分に合っているのか不安になります。

今回のお話も薬の名前があれこれ出てきましたが、久米先生は、服用経過時間、薬のオンオフ、副作用のジスキネジアの3つを「治療窓」という枠でくくって、説明されました。このような説明は、図としてイメージ化できるので、コトンと腑に落ち、非常に分かりやすく思いました。薬の効果がこの窓に入っている状態を長く続けることが一番いいわけで、この窓を利用して自分の状況を視覚化できることがいいな、と思いました。

患者は身体が動ける病状がよいときに病院に行くので、あえて病状が悪く動けないと きの姿を主治医に診てもらうことも必要という話もありました。

薬の調整は体調を一番よく分かっている「患者自ら」が、薬の調整をしていくことがこれからの治療のすがたとして考えられるが、それには薬の知識が必要です。

そんなとき、「治療窓」の考え方は分かりやすく理解する一助になると思いました。 その他、質問コーナーでは、病気を恐れず、今できることは積極的に行え。消極的にな るな。パーキンソン病を理由にて人生にセーブを掛けるな。等々、心強いアドバイスを いただきました。

この日は、名鉄電車を利用して行きましたが、私はこの常滑線に初めて乗り、太田川駅に初めて降りました。名古屋港がすぐそばの工場地帯です。会場の東海市市民活動センターは、「ソラト太田川」というビルの3階です。ビルの周辺は高い建物があまりなく前日の温かさに比べ風がチョッと寒く感じましたが、新品のビルなので、中に入ると全てきれいで気持ちよかったです。

会場には講師席のそばに、見事な椿の花がさりげなく活けられ、寒い季節にホッと心をなごませてくれました。益田会長のお庭に咲いていた3種類の椿で、奥様が活けられたそうです。

-28 -





# 1団体1要求アンケート

加盟団体名 全国パーキンソン病友の会愛知県支部 記入者 事務局

1、平成 25 年度行政(地方自治体) への要請項目 (あくまでも地方自治体=県、政令都市、中核都市あての内容に限定) 要請項目:公共施設内のトイレの個室に、手すりを設置してください。

#### 2、上記要請項目の根拠 (できれば資料も添付願います)

要請理由:トイレの個室は、一見、安全な所のように思えるが、パーキンソン病患者は、筋固縮、すくみ足などがあり、狭いトイレの中での方向転換は考える以上に困難を伴う。 普通の個室(洋式)は、まず入り口正面から入り、最初の方向転換、使用後、水洗のために 2度目の方向転換、そして個室を出るために3度目の方向転換が必要となる。この方向転換を楽にするために手すりの設置を希望する。

一般的にトイレ個室内の手すりは、座位から立位をとるために低い位置に設置されている場合が多く、また、左、もしくは右の片側だけの設置が多い。立位の姿勢の安定を保持するためには役立たない。立ち上がるためと、立ったままの姿勢の安定を保つための手すりを考えていただきたい。立ち上がるための手すりは、出来るだけ両手での保持が出来るように左右・正面への設置を希望する。構造上、片側のみ設置する場合は、横と縦を組み合わせたL字型の設置を希望する。新しく設置された個室(和式・様式)には手すりがついているが、旧施設では、個室内の手すりがない場合も多いので、順次の整備を要請する。

- ① 当会が総会会場として利用している名古屋市総合社会福祉会館のトイレは、車いす対応が1室、男性用個室は2室(和式)、女性用個室は4室(3室が和式、1室洋式)で、和式の手すりは左側にのみ設置。しかも床から30cmくらいの所にあり、左手で下に力を入れて体を持ち上げなければならない。手すりは、個室間の仕切り壁が薄いなど構造的に正面に設置することは難しいかもしれないが、立ち上がりを容易にするために左右・正面への設置を希望する。また、現在の手すりから、上に伸びる縦の手すりの設置を要望する。
- ② 当会が一日交遊会の会場として利用している北区生涯学習センターのトイレは、車いす対応1室、男性用個室は1室(和式)、女性用個室は3室(2室が和式、1室洋式)、和式の手すりは、左側にのみ設置。床からの高さは、70cm くらいの所で、左手で懸垂して体を起こすことになる。手すりは、個室間の仕切り壁が薄いなど構造的に正面に設置することは難しいかもしれないが、立ち上がりを容易にするために左右・正面への設置を希望する。また、現在の手すりから、上に伸びる縦の手すりの設置を要望する。

#### 【愛知県の回答】

本県では、平成6年10月に、人にやさしい街づくりの推進に関する条例及び同条例施行規則を公布し、すべての県民があらゆる施設を円滑に利用できるよう人にやさ、しい街づくりの推進を図り、構造及び設備に関する措置の基準(整備基準)を定めております。当課では、整備計画届出書の審査の際、整備基準に適合するよう必要に応じて指導、助言しております。

便所にかかる整備基準として、多数の者が利用する施設で、不特定かつ多数の者が利用する便所を設けた場合は、各便所の1以上の便房は便座を洋式とし、手すりを設けることとされています。また、便房の戸又はその付近に、洋式便轟及び手すりが設けられている旨の標識を掲示することとされています。

また既存の施設につきましては、増築等を行った場合は、既存の部分についても整備 基準に適合するように指導、助言を行っております。既存の県有施設につきましては、 施設の利用状況などを所管部局と協議し、必要な整備がなされるよう、機会をとらえて 伝えてまいります。

#### 【名古屋市の回答】

本市の福祉都市環境整備指針では、公共的建築物内のトイレの整備における基本的な考え方として、「高齢者や障害者などの利用のため、便器、手すり、表示などに十分配慮する」こととしており、高齢者や障害者などが利用しやすいよう、少なくとも1か所には垂直、水平に手すりを設けることとしております。指針に示す技術的基準は、施設の新設、増設時だけでなく、既存の施設についても可能な限り適用するよう、引き続き推進に努めてまいります。





# 愛知県難病団体連合会 1団体1要求 愛知県との話し合い

担当:杉本 隆男

日時:平成26年2月18日午前10時~正午場所:愛知県庁自治センター 4階大会議室

- 1. 愛難連から全体で7項目の要請が提出されたが、パーキンソン病友の会関係のトイレの手すりの要請についてだけを報告します。
- 2. **トイレの手すり**についての要請の具体的な追加資料に県関係施設が含まれていない為、当日早目に出掛け自治センター1階ロビーのトイレを手分けして調査しました。結果は当然ながら次に示す様に県条例の整備基準に合致しています。

#### 結果:

\*車いす用トイレ 1箇所 洋式、 手すり:コの字+垂直 \*一般用トイレ

女子用

男子用

和式トイレ1箇所手すり無し和式トイレ2箇所手すり無し洋式トイレ1箇所手すり有り洋式トイレ1箇所手すり有り片側のみL型片側のみL型

- (注) 但し以下の話し合いでは時間の関係でこの結果を引用しませんでした。
- 3. 話し合い
  - 1) 愛知県対応者:建設部住宅計画課 高柳課長補佐
  - 2) 要請内容:

公共施設内のトイレの個室に、手すりを設置してください。 トイレの個室は、一見、安全な所のように思えるが、パーキンソン病患者は、 筋固縮すくみ足などがあり、狭いトイレの中での方向転換は考える以上に困難を 伴う。

普通の個室は、まず入り口正面から入り、最初の方向転換、使用後、水洗のために2度目の方向転換、そして個室を出るために3度目の方向転換が必要となる。 この方向転換を楽にするために手すりの設置を希望する。

手すりは、**方向転換**のみならず、座位から立位の為にも必要であり、新しく設置された個室には手すりがついているが、旧施設では、個室内の手すりがない場合が多いので、順次の整備を要請する。

3) 県の回答:

平成6年に「人にやさしい街づくりの推進に関する条例」を公布し、施設の構造 及び設備の基準を定めている。

便所に関しては、1箇所以上を洋式とし手すりを設けることとする。 既存の施設の増改築部分についても基準に適合するよう指導している。

4) 友の会の追加の説明・質問:

手すりは、構造的に正面に設置することは難しいかもしれないが、立ち上がりを容易にする為、左右・正面への設置を希望する。また、現在の手すりから、上に伸びる縦の手すりの設置を要望する。

今後の検討の為に、整備基準の手すりのスケッチ等の詳しい内容を教えて頂きた

Vi

整備基準の実施の普及状況はどうかか教えて頂きたい。

友の会会員に建築の専門家もおり今後更に検討して追加の要請をさせて頂く場合には引き続き話し合いをさせて頂きたい。

5) 県の追加の回答:

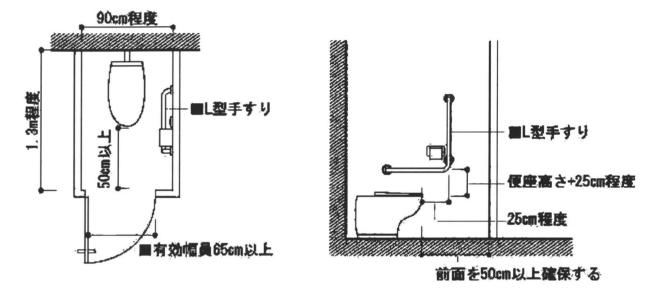
基準の詳細は整備指針に図も使って示されています。 整備指針は愛知県のホームページに公開されています。

(注)会議の後で整備指針を調べたところ、詳細なデータが示されていました。 下に1例を示します。

(例)

人にやさしい街づくり望ましい整備指針 : 愛知県ホームページより

図1 手すりと洋式便器を設置した一般便房の整備例



整備基準の実施の普及状況については調べて後で連絡します。

#### 後で県より送付された回答:

- "県有施設のうち、昭和50年度から平成6年度に整備した施設については、
- 「人にやさしい街づくり県有施設整備事業」により順次施設改修を行っております。 (昭和49年度以前に完成した古い施設については、建替えや大規模改修にあわせて整備する予定です。)

この「人にやさしい街づくり県有施設整備事業」とは、一般県民の利用する施設や窓口業務のある既存の県有施設(病院や一部の学校を除く)についてトイレの洋式化や手すりの設置等改修を行うものです。

平成7年度から平成24年度までに84施設の整備を実施しております。"

# 愛知県難病団体連合会 1団体1要求 名古屋市との話し合い

担当:都築 月子

日時: 平成 26 年 2 月 18 日午後 1 時 30 分~3 時 30 分

場所:名古屋市役所西庁舎 12階18会議室

1. 愛難連から全体で6項目の要請が提出されたが、パーキンソン病友の会関係の トイレの手すりの要請についてだけを報告します。

#### 2. 話し合い

- 1) 名古屋市对応者: 名古屋市障害者支援課 田嶌 仁美主幹
- 2) 要請内容:

公共施設内のトイレの個室に、手すりを設置してください。

• トイレの個室は、一見、安全な所のように思えるが、パーキンソン病患者は、 筋固縮すくみ足などがあり、狭いトイレの中での方向転換は考える以上に困難 を伴う。

普通の個室は、まず入り口正面から入り、最初の方向転換、使用後、水洗のために2度目の方向転換、そして個室を出るために3度目の方向転換が必要となる。この方向転換を楽にするために手すりの設置を希望する。

- ・手すりは、方向転換のみならず、座位から立位の為にも必要であり、新しく設置された個室には手すりがついているが、旧施設では、個室内の手すりがない場合が多いので、順次の整備を要望する。
- ・一般的にトイレ個室内の手すりは座位から立位をとるために、低い位置に設置 されている場合が多く、また、左もしくは右の片側だけの設置が多く、立位の 姿勢の安定を保持するためには役立たない。
- ・立ち上がるためと、立ったままの姿勢の安定を保つための手すりを考えて欲しい。
- ・立ち上がるための手すりはできるだけ両手での保持ができるように、左右、正 面への設置を希望する。
- ・構造上片側のみ設置する場合は、横と縦を組み合わせた L 字型の設置を希望する。
- ・新しく設置された個室(和式、洋式)には手すりが付いているが、旧施設での個室 内の手すりがない場合も多いので、順次の設置を要望する。
- 3) 実際施設を利用して改善を要望する点:
  - ①・当会が総会会場として利用している、名古屋市総合社会福祉会館のトイレ は車椅子対応が1室、男性用個室2室(和式)、女性用個室4室(和式3室、洋 式1室)で、和式の手すりは左側にのみ設置。

床から30cmほどのところになり、左手で下から力を入れて身体を持ち上げなければならない。

- ・手すりは個室間の仕切り壁が薄いなど、構造的に正面に設置することは難しいかもしれないが、立ち上がりを容易にする為に、左右、正面への設置を要望する。
- ・また、現在の手すりから上に伸びる縦の手すりの設置を要望する。
- ②・当会が1日交遊会の会場として利用している北区生涯学習センターのトイレは、車椅子対応1室、男性用個室1室(和式)、女性用個室3室(和式2室、洋

式1室)、和式の手すりは、左側にのみ設置。

床からの高さは、70cmほどのところにあり、左手で懸垂して体を起こすことになる。

- ・手すりは個室間の仕切り壁が薄いなど、構想的に正面に設置することは難しい かもしれないが、立ち上がりを容易にする為に、左右、正面への設置を要望す る。
- ・また、現在の手すりから上に伸びる縦の手すりの設置を要望する。
- 4) 名古屋市の回答:

「施設を点検し、回答します」
との事でしたが、まだ回答はいただけていません。

# 明日の笑顔を

脳深部への電気刺激により、 パーキンソン病又は本態性振戦に伴う

振戦等の症状を軽減し、

「明日の笑顔」

を取り戻していただきたい。 それが私たちメドトロニックの願いです。

#### 日本メドトロニック株式会社

〒105-0021 東京都港区東新橋 2 丁目 14 番 1 号コモディオ汐留 Te 03-6430-2016 http://www.medtronic.co.jp



# 参加して良かった、一日交遊会に

みなさんお早うございます。明るく張りのある鵜飼先生、鈴木先生の声が会場に響き渡ります。3月10日、一日交遊会の始まりです。まずは発生トレーニング。中でも、「アー」と大きな声が30秒。なかなか大変です。先生自ら「アー」と大きな声を出して手本を示してくれます。参加者もつられて頑張り、30秒の大台に達した方もかなり現れました。30秒を出すコツは、とにかく大声、大声を出し続けることです。発生トレーニングのやり方は、会報74号の17頁に紹介されています。ご一覧を。

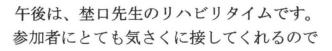
続いて、楽しい歌の時間です。3月でもあり、 今年最後の会でもということで、それにふさ わしい歌を先生が選んでおいてくれました。 しかも、参加者が歌いやすいことをも考えて。 先生の思いやりの深さを感じさせられました。 いつもよりも、大きな口を開けて歌えました。 みんなで歌う楽しさを存分に実感した音楽療 法でした。



#### 歌った歌の紹介

- ・春がきた・あいうえおの歌
- ・ソーラン節(打楽器を使って)
- ・いい日旅立ち ・北国の春
- ・早春賦 ・仰げば尊し ・蛍の光
- ・蒼い山脈(体を動かしながら)
- ・欲し陰のワルツ ・ATMの歌

昼食を食べながら、テーブルを囲んでの交流の輪が広がりました。安堵感といおうか、 連帯感といおうか、ゆったりとした時が流れていました。





先生への親近感、信頼感が更に強まってい きます。

体が傾いたり、腰が曲がったりする姿勢異常の参加者もいました。腰曲がり予防体操をモデルを通して解り易く教えてくれました。大変参考になり、効果のある体操です。自宅でおおいに実行しましょう。

最後は風船バレー大会です。8チームのトーナメント方式です。ルールは、腰掛から立ち上がらないこと。ネットを挟んで風船があっちへ、こっちへ飛び交い、選手の皆さん、

風船ボールに夢中。接戦を制し、優勝した8グループはもう大はしゃぎ。病気のことなど、どこかへ吹き飛んでいってしまいました。リハビリタイムは大賑わいの中に終わりました。

## **埜口先生の腰曲がり予防トレーニング**

腰の下に腰を浮かすものを入れる。
 分ほど行う。



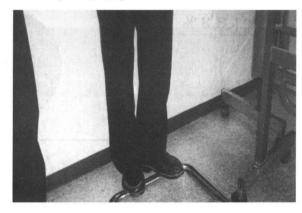
2. 腰を曲げ、かかとをお尻につけ



4. 壁に体をあてて立ち、つま先を浮か す。1分程。

2. 腰を浮かす。5秒を5回。だんだん、

長くしていく。



5. 横向きになり肘で体を支える。 左右行う。5分程

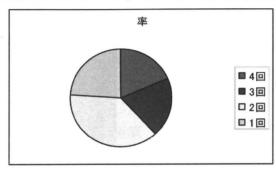


#### 平成25年度の一日交遊会は4回行われました。

	回	実施日	場所	参加者
-	1	6月8日 (土)	福祉用具プラザ	37名
	2	8月24日(土)	北生涯学習センター	37名
	3	11月9日(土)	ブルーボネット	41名
	4	3月10日(月)	北生涯学習センター	44名

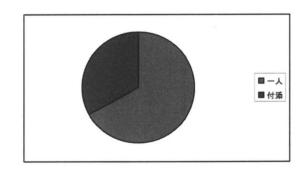
#### 多くの方の参加をいただき嬉しい限りです。その中で参加率を紹介します。

4回参加	19%
3回参加	19%
2回参加	38%
1回参加	24%



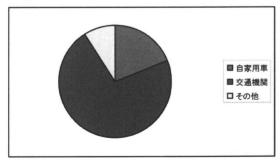
#### 誰と来られましたか?

患者一人	6 7 %
付添いと	3 3 %



#### どうやって来られましたか? (北生涯学習センターの場合)

自家用車	19%
交通機関	7 2 %
その他	9 %



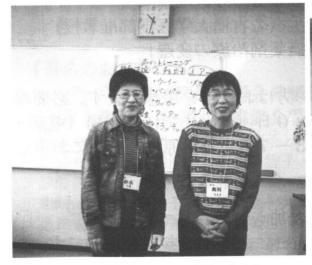
年 2 回以上参加される方が多いのも、大変嬉しいことであり、会員の方の一日交遊会へ 寄せる期待の大きさを物語っています。 名古屋市生涯学習センターで、一日 交遊会がスタートしたのは、平成20 年2月です。以後今年の3月10日 までに14回行われています。

岐阜県各務原市にお住まいの酒井治雄 弘子ご夫妻は、愛知県の友の会の会員 です。ご主人が 10 年前に発病されま したが、北生涯学習センターでの一日



交遊会へは、最初から参加しているとのこと。非常に驚きました。交通の便よく、1 時間もあれば来られるとのことです。意外や意外でした。治雄さんはすくみ足が出ることが無いようで、杖など使わず、ずっと歩いてくることができるとのことです。奥様の弘子さんのサポートを受けながら、参加することを楽しみにしておられます。平成 26 年度も参加します。と、明るく応えてくれたご夫妻に、前向きな姿勢の強さを感じさせられました。

最後の最後になります。音楽療法担当の鵜飼久美子先生、鈴木千春先生、リハビリ担当の埜口義広先生。この1年間、本当にありがとうございました。先生方の熱きご指導、的確なご指導、そして、笑顔、笑顔でのご指導は参加者にとってこれ以上、勇気付けられ、励まされたことはありません。ありがとうございました。感謝、大感謝です。







(埜口先生)

平成 26 年度も、一日交遊会で

○大きな声で歌いましょう! ○昼食をとりながら大いにしゃべりましょう!

○リハビリで体を大きく動かしましょう! ○みんなで笑い合いましょう! (一日交游会担当 浅井利一)

# 平成26年度・総会と医療講演会のご案内

日 時 平成26年4月27日(日) 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00分 ~ 10時40分 総会 25年度の活動報告・収支決算報告・本年度の活動計画案 等

10時45分 ~ 11時40分 体験発表

11時45分 ~ 12時00分 ATMの歌 (鵜飼先生)

12時00分 ~ 13時00分 懇談・昼食

13時00分 ~ 15時00分 医療講演会 講 師 平山 正昭 先生(名古屋大学医学部准教授) 演 題 「パーキンソン病薬剤治療の変遷」

# 申し込み○総会・講演会ともご出席の方はお弁当を用意します。必要な方は、氏名・参加人数を20日(日)までに事務局(電話・FAXで 052-623-7554・原田良實)にお申し込みください。

- ◎お弁当代は 1000 円です。
- ◎家族・付き添いの方のご参加もお待ちしております。
- ◎申し込みされなくても、当日になっての参加も歓迎です。この場合の昼食は各自ご用意ください。
- ◎講演会のみの方は申し込み不要です。

# 事務局だより

事務局

#### 【会活動】

2月01日(土) 2月定例役員会(会報74号発送 東海事務所 16名出席)

2月04日(火) 総合社会福祉会館・北区生涯学習センタートイレ点検、1団体1要求修 正加筆再提出(6日)

2月05日(水) 愛知難病救済基金助成金申請(事業費:会報発行費)

2月07日(金) 支部会報への広告掲載依頼送付

2月12日(水) 名古屋福祉用具プラザ主催「パーキンソン病患者・家族介護者教室」(26年度前期・北部)日程決定 友の会:講師担当 第1回6月24日・火

2月18日(火) 音楽療法(名大病院ナディック)

2月18日(火) 愛難連1団体1要求 県・市交渉(2名参加)

3月01日(十) 3月定例役員会(東海事務所 16名出席)

3月04日(火) 音楽療法(名大病院ナディック)

3月10日(月) 一日交遊会(北区生涯学習センター 44名参加)

#### 【募金のお礼】(1月16日~2月15日現在 32名 132,200円)

国会請願・iPS 研究に募金をいただきました。ありがとうございました。 老平真弓・角岡眞理子・豊田国昭(2月号記載漏れ、失礼いたしました) 大野志津子・高崎広子・山口 豊・合掌好枝・加賀久仁恵・杉浦久美子・伊藤弘子 木村順一・梶田喜美子・岸上幸太郎・石黒美智子・渡辺鎣一・扇谷恵智子・渡辺文子 奥田富美江・太田浩子・佐々木義祐・福山郁代・岡悠紀子・岸 弘・石川保夫・ 鷹羽十九子・山本芳夫・山尾武史・松崎繁子・酒井洋子・坂元房子・山口淨子・ 稲熊英俊 (受付順・敬称略)

#### 【署名のお礼】

パーキンソン病デー国会請願署名:1792筆 日本難病・疾病団体協議会署名: 1478筆

赤谷春子・浅井利一・浅井志津子・阿部モト・飯沼さよ子・池田幸夫・伊佐治靖司・ 石井のり子・石川保夫・石黒美智子・石原法子・磯貝旦子・伊藤つぐみ・伊藤 勉・ 伊藤秀典・伊藤弘子・伊藤フサ子・猪熊英俊・犬飼修三・岩田歌子・岩間厚見・ 鵜飼三郎・太田浩子・大津邦世・大津慶明・大野志津子・岡悠紀子・小川勝司・ 奥田富美江・老平憲司・加賀久仁恵・風岡初代・梶田喜美子・合掌好枝・加藤規江・ 金子幸枝・神谷みよ子・川津利子・岸 弘・岸上幸太郎・木村順一・倉科周次・ 後藤信次・後藤康高・後藤さよ子・坂元房子・佐々木義祐・佐々木春雄・佐々木迪恵・ 佐竹滋子・杉浦久美子・杉本隆男・杉山初江・瀬尾光代・関和子・扇谷恵智子・ 高木進・高木康夫・高崎広子・鷹羽貢・鷹羽やす子・鷹羽十九子・高橋久男・ 谷川澄子・田端和子・都築和子・角岡眞理子・篤永章子・冨板邦夫・豊田国昭・ 鳥飼精一・中岡弥典・中西正和・夏目征四郎・楢本后子・野村國男・則武昌常・ 服部治子・服部幸枝・林三紀子・林宙子・原田美智子・原田良實・肥後ひとみ・ 福島ユリ子・福山郁代・藤本薫・古野茂一・細谷勝子・増田民子・益田緑・益田利彦・ 町田恵美子・松尾昌博・松崎繁子・水谷富士子・水野威・森久子・森美知子・ 森野由紀生・矢澤昭子・安田勝彦・山尾武史・山口淨子・山口豊・山田喜代子・ 山田トシ子・山田直樹・山田洋子・山田良知・山本和子・山本芳夫・山本妙子・

結城歌子・吉田健司・吉田みち子・若杉廣・渡辺文子・渡辺鎣一 (119名 敬称略)

#### 【お願い】

- ※ ご案内のように平成 26 年度「総会・医療講演会」を 4 月 27 日開催いたします。 ご参加をお待ちしています。
- ※ 新年度に入りましたので会費(年度会費4月~3月、ご自身の参加された月からの 1年ではありません)5000円(本部1700円、愛難連150円を含む)の納入を、同 封の振込用紙でお願いいたします。なお、12月号で募金のお願いをした折り、併 せて会費を納入頂いた方は振込用紙を入れてありません。また、会報4月号が届く 前に振り込まれた方はご容赦ください。



新薬で人々のいのちと健康に貢献します。

私たちノバルティス ファーマは、

分子標的薬や抗体医薬など最新の技術を生かして、

世界で140もの開発プロジェクトを進めています。

くすりを必要としている患者さんに、革新的な新薬を。

ノバルティス ファーマの新薬は、これからも進化を続けます。

**U** NOVARTIS

ノバルティス ファーマ株式会社 〒106-8618 東京都港区西麻布4丁目17番30号

# 定例役員会へのお誘い

開催日: 毎月 第一土曜日 10:30~12:00

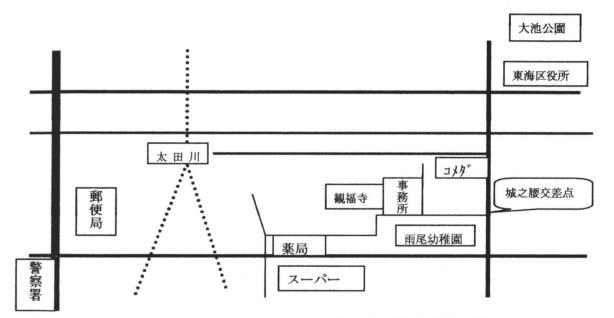
会 場: 東海市大田町天神下ノ上1-11

交 通: 名鉄「太田川」から徒歩 20 分弱、 タクシー「雨尾幼稚園」で下車、 マイカー「雨尾幼稚園」の横の広場に駐車場をお借りしています。

※役員の車でお迎え:電車を使っての役員会出席の方が増えて来ましたので、 太田川駅タクシー乗り場後方に、10時に役員の車がお迎えに出ます。電車を

利用してご参加の方は事務局へご一報ください。

参 加: どなたも歓迎です。交通費も手当もありませんが、昼食をご一緒に親睦を はかっています。事務局に出席のご連絡を入れていただければ嬉しいです。











集会所 丹羽さん旧宅



駐車場・幼稚園オーナーに都度使用承諾

# 個展が終わって (個展がもたらした三つの出会い)

岡崎市 浅井 志津子

その1



高校生の時、自宅に近所の子どもを集めてソロバン塾を開いていた。その中の一人で小学4年の男の子が55年ぶりに個展の会場にやって来た。名乗られても理解できなかったが、しばらく話していて解った時は嬉しかった。当時、その子の家はあまり余裕がなかった(もっとも当時はほとんどの家がそんなものだった)ので、自分の小遣いがたまると母親が喜ぶからと菓子やあめ玉を買うのではなく、おかずの足しになるように半ぺんやこんにゃくを買ってくる子供だった。素直な可愛らしい男の子だった。のちに

人づてに聞いた話だが、彼は今、町の総代をやっているとか。【写真:55 年前にソンロバン塾に来た小学4年の男の子(加藤君)】

その2

小学校の同級生。

その子の家は村で一番の名士だった。ひいおじいちゃんが居た。
大きな倉があり、かくれんぼをしながら倉に潜り込んで一日中遊んだ。そこでの遊びは、初めて見る地獄絵図であったり、今思うと浮世絵だったかも知れないが、当時は理解できないが変な絵としか思われなかった絵であったり、焼き物であったりと見るものがいっぱいあった。私のような子どもが入っても家の人たちはいっこうに気にも留めない人たちだった。台所も広く土間が半分以上あり、井戸やかまどがありとても広いところで



した。家族もひいおじいさん、おばあさん、両親、おじさん、おばさん、妹の 9 人家族で、わが家とは随分違った暮らしだったように思う。【写真:倉のある家の子(直ちゃん)】

その3 中学の同級生。



当時の私にはとても考えられない話だが、中学二年で、すでに好きな男の子と将来結婚

の約束をしたというのだ。三年の修学旅行では、彼のためのおみやげも買っている。名前を聞いた瞬間、「今のご主人はその時好きだった人なの。」「そうなの。」との返事にびっくりした。「すごい話ね。ずーっと気持ちも続いているのね。」などと少々とげっぽい言葉をかけたら「それでも今の子の様に二人だけで遊んだことがなく、遠くであこがれていたので、実際に結婚するとまた少し違ったワ」とのこと、でもとても立派というか、そういう結婚もあるんだと感心させられた。【右から3番目、末ちゃん(全員中学の同級生)】

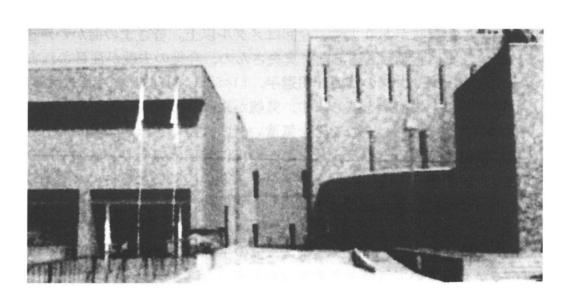
この三人が、会場に来た共通の理由がある。それは、2月5日、12時だい6時だいにN HKのニュースを見ていたということだ。

第1回目の個展の時は、運良く中日新聞の三河版にパーキンソン病の患者として取り上げてもらい、今度は NHK のテレビが取り上げてくれた。今回は通院している岡崎市民病院の主治医の先生が「個展など行う人は応援するよ」等々言われたので喜んでいると、NHK 岡崎報道室記者と名乗る人が展覧会用の絵を見せて欲しいと下調べに来た。

平成 26 年 2 月 5 日、個展の初日の日、NHKの記者が会場へ取材に来た。その日の昼 と夕方のニュースにそれが放映された。それを見たというので 3 人が会場へかけつけて くれたのだった。

前回第1回の新聞も今回のテレビもパーキンソン病に罹ったために取り上げてくれた出来ごとです。

パーキンソン病、バンザーイ!! 生きてて良かった、と思われるほどの嬉しい出会いでした。



# ソチ五輪を楽しんで

#### 岩倉市 増田 民子

ソチ・オリンピックも終わりました。時差の関係で「生」放送は未明から早朝にかけての時間帯ですが、やっぱり「生」はドキドキハラハラ、祈る気持ちの緊張感を味わいたくて、できるだけ「生」で見ています。考えようによっては、昼の時間帯ですと外出することが多いので、じっくり「生」で見ることはできません。何事も一長一短です。

スポーツ音痴の私ですが、見ているとなんとなく解ってきます。それで良いと思います。専門的なことは全然ですが…

フィギュア・スケートの羽生結弦選手の演技は度肝を抜かれました。持って生まれた才能と努力、それに、すらっとした柔らかい体形。また礼儀正しく、膝に届くように頭を下げ、「ありがとうございました」の連発。にこやかな笑顔。謙虚さが満ち溢れていました。しかもショートでは史上初の100点台。何回見てもあきない。世界チャンピオンの美しい氷上の舞でした。未だ15歳と若い。これからいろいろ試練を乗り越えて成長して行って欲しいと思います。そして、悩み苦しんでいる人々に勇気と希望と感動を与えてください。それが観せるスポーツの良い所ですので。ご自身、東日本大震災を経験なさっている由。そちら方面の方々の大きな力になったことと思います。私も、自分の立場に立って、勇気と希望と感動を受けました。「病気になんか、負けてたまるか」何度見てもあきない素敵な演技でした。

次は、浅田真央さん。

前日の考えられない成績から、翌日のフリーでは見事立ち直り、自己最高得点を出す活躍ぶり。前日のショートでは、いろいろの重圧に押しつぶされた結果だと思います。人間、強さと弱さの両面を持っていて、ある時は弱さが勝ち、またある時は強さが勝ちの繰り返し。まさに真央さんの前日と後との違いは驚くべきものがあります。演技が終わった時の涙。思わず、見ている側も涙…。美しい涙でした。メダルなんてどうでも良い。その過程にこそ意味があります。今回はメダル以上。皆さまの温かい声援がそれを物語っています。実に感動致しました。真央さんの、今後の去就が注目されます。

次はラージヒル・ジャンプの葛西紀明選手。「レジェンド」と称される活躍ぶり。「為せば成る」の言葉以上に何かを感じます。気魄が乗り移ったジャンプでした。また団体戦ではリーダーとしてメンバーのことを気遣い皆の気持ちを一点に集中できた。まさに団体の美技に尽きると思いました。メンバーの中に難病の方あり、膝の故障ありで、葛西選手のもと一致団結して掴み取った銅メダル。人の心に伝えるものが素晴らしかったと思います。団体という責任感、一糸乱れぬ人間性の結びつき。いろいろ勉強させられました。

次に、スノーボード。男子ハーフパイプ二位の平野歩夢 (15歳)、平岡卓 (18歳) の 活躍は凄かった。見ていて気持よさそうな楽しそうなスポーツでした。戦い抜くために は、そんな簡単なものではない。厳しい道のりがあったであろうことは否めませんが、 それを感じさせない自然の演技に感動しました。 次に、女子ジャンプで高梨沙羅選手は、当然金メダルの期待がかかった種目でしたが、 惜しくも四位。まだ若いし、充分実力のある方、先を見据えて進んで行って欲しいと思 います。また期待し応援して行きます。

冬季オリンピックを見終えた感想。

私もまだまだ体力も気力もしっかりしているなあと思いました。これからも自然体で、 周りのいろいろの事柄に好奇心の目を向けながら病気と共に進んで行こうと思いました。 余談ですが、起きているとついついいろいろ口に入れたくなりますので、体重が大分? …増えました。いかに元に戻そうか。これも努力のいることです。島津亜矢さんの「温 故知新」の最後の一節

♪人生 まだまだ いいこと あるさ~♪



# 今期の私の総決算

北区 風岡 初代

この夏は、2回も入院し、正直なところくたびれました。体力が極端に落ち、毎日の通院や外出が負担になっています。自分自身の身の回りのことも、自分では時々できないことが出来てきました。昼寝後のベッドからの起き上がり、マドパーが切れる時の動き、一人での更衣、夜中に緊急介護を頼んだり、寒暖の激しさによる体調不良は、目もあてられません。介護士泣かせでした。それでも嫌な顔を見せずてきぱきとやるべきことをする。今の介護スタッフは、最高と思っています。

今年は名古屋市の障害者作品展へ出展するのを休もうと思っていたら、ある朝、作品展のお誘いのファックスなのです。折角まだ間に合うというので、参加することにして、入院前に描いた「ひなげし」と、退院後に描いた「鈴なりの熟れた柿」の 2 点を出展しました。自分ではなかなか良く描けていると思っているのに、評価は今ひとつです。

夜眠られず、神経が高ぶっているようです。何故かマドパーが短時間しか持たず、思うように動けません。今年になってから、ジストニアが現れ、体が硬直して困っております。主治医に相談すると、「マドパーを減らしてください」「あまり物事を一生懸命しないでください。絵も控えてください」と注意があり、絵も控えています。こういうことは今まで無かったので、どう対応して良いかわかりません。

平成 23 年 8 月 14 日の誕生日には、ヘルパーさん有志一同で、"66 歳お誕生日おめでとう"と描かれた 25 色入りのクレパスが用意されて嬉しくなりました。デイサービスでは、自分が気に入っている寒椿の絵を表紙にしたスケッチブックを戴き、これも嬉しいことでした。

43 kgまで減った体重が46~47 kgまで回復しました。最後にご報告まで。



# 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

# 訪問マッサージのご案内

- ・パーキンソン病にあった体操・ストレッチ・マッサージを行います。
- ・医療保険適用の為、かかりつけの医師の同意書が必要です、詳しくはお問い合わせください。

弊社は一般社団法人全国パーキンソン病友の会 愛知県支部様より感謝状を頂いております

> 何メディカル在宅マッサージセンター フリーダイヤル 0120-194004

名古屋市中村区畑江通 8-18-1 UV 岩塚ビル

#### 無題 越濹 博

#### ○ 多くの方に助けられて

平山先生の素晴らしい賀状(会報74号)をはじめ、108名からいただきました。元 気になりましたか?寂しくなりましたね。元気で過ごしてね。内訳をみますと、

パーキンソン病友の会	関係	28,	7 %
俳句	関係	22.	2 %
旧職場・図書館	関係	18,	5 %
親戚	関係	9.	2%
同窓生	関係	7.	4%
その他		14,	0%

一人ぼっちじゃない、感謝しながら頑張ります。嬉しいのは「会報を読んで勇気づ けられます」と添え書きを見たとき。

#### ○ 珍しいこと

1月31日、服部クリニックのリハビリに行きました。帰りに立体駐車場で車を待 っていた時、一台前に出てきた車の番号が5901、私の車の番号と同じです。勿 論、番号のまえの仮名は違いますが、ビックリしました。長年、車に乗っています が同じ番号の車に出合ったのは初めてです。駐車場の職員さんも珍しいですねと笑 っていました。

#### ○ 情熱・努力 浅井志津子展

おめでとうございます。2月6日に見せていただきました。素敵な似顔絵展でした。 パーキンソン病になられてから二回目の個展で、昨日、NHKが取り上げていまし た。幸い、会場にご夫婦がおられ、お話しながら回りました。お一人お一人特徴を 捉えて、その人その人の持つ雰囲気がうまく描かれていました。

志津子さんはこの他にも能面、水彩、油絵、と趣味が多く、「進行性の病に打ち勝つ には最高の仕事」でしたとおっしゃっておられました。私もそう思います。

それにしても毎日続ける情熱、努力は見上げたものです。友の会会報に「志津子の 似顔絵コーナー」があり、これがスタートでしたとのこと、どうぞ、これからも続 けてください。楽しみにしています。

会場の美術館は旧図書館と伺っていましたが、道に迷い、土地の人に聞き、到着し ました。久しぶりに車での遠出なので心配しましたが、無事帰ってきました。まだ まだ頑張らねば・・・。志津子さんに負けないように。

> われもゐる似顔絵展や春立ちぬ 博 早春の似顔絵展にわが顔も 同

#### ○ 3月5日・三回忌

早いものですね。妻が亡くなってまる2年、三回忌を迎えました。2日(日曜)に法要 を済ませ、5日には甲状腺ガン患者会の方はじめ近所の方が来られて、2時間ほど お話をしました。

甲状腺ガン患者会(通称・ひばりの会)が初めて行った昼神温泉一泊旅行のはなし など懐かしく思いだしました。10名ほどの患者と南生協病院の看護師さんが2名 同行されました。私のところだけ車椅子での参加でした。身障者用の部屋を予約し、 それに合わせて日程を決めての一泊旅行でした。

部屋は広く、風呂には珍しく温泉が引いてありました。歩行困難な者には大変あり がたかったです。一休みしていましたら、若い看護師がお二人、「越澤さん、お風呂 へ行きましょう。」と誘ってくださいました。「奥さんは私たちがご一緒しますから ご主人はゆっくりくつろいでください」と言って浴場へ連れていきました。

後で聞くと、露天風呂にまで連れてってくれたと喜んでいました。病気になってか ら温泉の大浴場へ行ったのは初めてなので、看護師さんには心から感謝です。その 後、夕飯まで皆さんが私の部屋に集まり話合いました。夕飯は女性ばかりの中に私 も入って賑やかに過ごしました。翌朝も誘っていただきましたが丁度部屋の温泉風 呂に入っていましたので残念でした。

また、他日皆さんおなじみのビラ・マリーン南知多へも行きました。ちょうど、枇 杷の実るころで、ビラ・マリーン玄関前の駐車場の柵を越えて、枇杷の実を採って きて皆さんと食べたことなど思い出しました。私は何遍も行っているものですから 枇杷の木のある場所を前から知っていました。美味しかったです。

#### ○ 市民税・県民税申告

3月6日に行ってきました。配偶者が亡くなり、一人になったものですから、控除 額が少なくなり、かなりな税が課せられるようです。その上、介護保険料・後期高 齢者医療保険、消費税も上がり大変です。一方、公的年金等は減額、踏んだり蹴っ たりです。試算しますと、年収の6分の1が減額になるようです。

#### 〇 天気予報

3月7日の朝、天気予報を聞いていましたら、予報官が「立春過ぎの寒さを余寒と いいます。立春過ぎて一か月も経つのにこの寒さは誠に遺憾です」うまいことを言 うなと笑ってしまいました。余寒を詠んだ句をあげますと

> 鎌倉を驚かしたる余寒あり 高浜虚子

> 繰り返す余寒病床落ちつかず 高浜年尾

> 山田弘子 旅立の靴にひそんでゐし余寒

# 第8回 志津子の似顔絵コーナー

#### 岡崎市 浅井 志津子

第2回、浅井志津子展が終わりました。その間、何年ぶりかの大雪の日もありましたが、 友の会の人たちも沢山来て戴き感謝の限りです。

岡崎市美術館は、初めて来る人には大変解りにくい場所で、カーナビの目的地周辺からがとても迷う所です。大変な思いでこられた方が多いと思います。ありがとうございました。

大雪の降った朝、会場で山尾さんご夫妻を見つけた時は、びっくりしました。元気な人でも大変な日によく来展して下さいました。日曜日には冨板さん一族を始め、何組かのご夫婦が来展して戴き嬉しさを通り越して申し訳のない思いでいっぱいでした。

皆さん難病の患者さんです。ご本人の大変なことはもちろん家族の付添が必要です。よ くぞお出かけ下さいました。お礼申し上げます。

#### (今回は冨板さんご夫婦です)





# わが家の名句

#### 名古屋市 岡 悠紀子

寒い!本当に今夜は寒すぎる…こんなとき私は遠い昔の一場面を懐かしく思い出します。 今から 40 年も前のこと。その日は夜になって雪になりました。夫はまだ仕事。三人の息 子は幼く、今のように暖房も整っていない時代。早めに寝た方がいいと布団に入れまし た。しばらくすると私を呼びます。「お母さん。お話しして!」「歌を歌って!」等々。 たまたま話のネタが尽きていたのか、私、「俳句ごっこしよう!」と。なにしろ初めてな ので、5・7・5にすることだけ言って、題を「雪が降る」にしました。上二人(3 年 生と1年生)はしきりに指を折って考えています。末の子は4歳、絶対無理だろうな… 「できたあ!」と中の子。

○ 雪が降る 犬は喜び 庭駈けまわる

どこかで聞いた言葉。童謡の一節を拝借しています。いかにもこの子らしいわ。「ぼくもできた」と上の子。

○ 雪が降る 佐渡島寒し 凍え死ぬ

偉人伝で読んだ佐渡への流人のことを思い出したようです。さすがに真面目くん。

二人の頑張りをほめて…

「みっちゃんは、まだできんの」と兄たち。

末のみっちゃんにとって何のことかわからないようでした。しかし、しばらくして彼は 「どっかで声が聞こえてる」と独り言のようにつぶやきました。私は「え、えー」

○ 雪が降る どっかで声が 聞こえてる

「すごい!上手!天才!」などと、ありったけの言葉でほめあげました。よくわからないけれど、情感豊ないい句だと思ったのです。たぶんこのとき、みっちゃんは現実に外でだれかの声を聞いてそれを私に伝えたのだと思います。

以来この句は、わが家では名句になりました。上の兄は小6のころ、中の子は中学生の時、学校で俳句作りの課題があると、この句をそのまま出してなんと教師からお褒め頂いたのです。当のみっちゃんはどうしたのか?何も聞いていません。

私も1年半前ATM句会にお誘い頂いて、一念発起し俳句を始めました。越澤先生に指導して頂き約一年、何とか続いております。未だ新米の悲しさで初歩的なミス(例えば季語が重なったり、逆になかったり)をしていますが、この頃少し面白くなってきました。俳句を始めて、日本の季語の美しさ、奥深さ、先人の知恵などを知ることが出来、また漢字の面白さも、ふだん難しい字は平仮名や片仮名で書いてしまうのですが、漢字にはそれなりの意味があること等も解ってきました。ずっと長く続けていきたいと思います。でも俳句作りに苦戦すると

○ 雪が降る どこかで声が 聞こえてる

これを投句しちゃおうかと、怪しからぬことを考える私。これから先輩の皆さまの句で勉強させて頂いて少しはマシな句を詠みたいと思い、「わが家の名句 NO2」が出来たら嬉しいなと思うこの頃です。

# ATM 句会 26年 3月

新しき鳥居くぐりし初音かな 鳥追へどすぐ戻りきし春の鳥 畑隅に二つ出てをり蕗の薹 待ちに待ち一枝綻ぶ桜かな	益田と 同 同	こしひこ
桜道行くを楽しみ老夫婦 春を待つ老々介護ゆつたりと 連れ合ひのあつてこそなり花見かな 若草の萌える小道よ手を取りて	山尾同同同	武史
印刷の賀状に光る添え書きよ 水温むされど病いの続く身よ 桜道ゆつくり歩きたく思ふ 春の夢海外旅行してみたき	増田同同同	民子
ディケアの隅華やかな吊るし柿 早々と出歩く蟾を追ひ払ひ 古里の白たんぽぽの懐かしき 雨止むも雲厚き空春の宵	坂元 同 同 同	房子
冬凪や岬はるかに知多の海 陸奥の橅の林の雪間かな 美しき十代競ふ冬五輪 梅白し四十一歳銀メダル	岡同同同	悠紀子
親子酒語り交はしつ雨水かな 母娘孫受け継ぐ雛と笑顔かな 啓蟄やバイク走らす日も近し 懐かしき母よく摘みし蕗の薹	近藤同同同	将人
探梅の丘や沖行く赤き船 初場所に声援とばし夫と酌む 霜焼の爪先痒き夕べかな 大寒や「あー」と発声の夫なりし	大津 同 同 同	くによ

あちこちで人を嘆かす春の雪	益田	緑
鳥の来で椿の花粉散しけり	同	
春愁や鏡を見るも気が重し	同	
三姉妹話弾みし梅日和	同	

水仙の一茎水に倒れをり越澤一叢の木賊色上げ春立てり同外宮への参道長き余寒かな同人去りてまたひとしきり初音かな同

#### 一句鑑賞 越澤 博

- 新しき鳥居くぐりし初音かな としひこ
  - 「鶯の谷より出づる声なくは春来ることを誰か知らまし」(古今集)。春が来たことを知らせるものですから春告鳥とも言います。初音とは、その年初めて聞く鶯の声です。新しき鳥居をくぐって鶯の初鳴きを聞いたということは何と幸せなことでしょう。今年もいいことありそうですね。会長にいいことがあれば友の会にも良いことがあることでしょう。
- 春を待つ老々介護ゆつたりと 暗い寒い冬も終り近くなって、日射しも日一日と強くなり、春を待つ心が浮き浮き してくる。二人とも年を重ね、お互い助け合って過ごしている。まあ一ゆっくりと 暮らそうじゃないかといった光景でしょうか。年々、お互いに弱っていきますが頑 張りましょう。ATMの心意気。
- 水温むされど病いの続く身よ 民 子 寒さがゆるんだ岸に佇つと水の色、流れにも、何とはなしに温みを感じるものです。 それに引き替えわが身のパーキンソン病は相変わらずである。無念である。しかし、 仲間とのカラオケ、体操もある。頑張れ民子さん。音楽療法・一日交流会等仲間が 大勢いるじゃないですか。俳句もありますよ。自分の目に映った自然をただ呟くよ うに書き留めれば、それが俳句ですよ。
- 早々と出歩く蟾を追ひ払ひ 房子 ひきがえるは夏の季語です。蝦蟇(がま)とも、単に蟾(ひき)とも言います。は やばやと出てきた蟾ですが、あっちへ行けと追い払ってしまった房子さんの気持ち は分かります。見た目は美しくないものですが蚊など食べて有益な動物ですが人に 嫌われています。

- 陸奥の橅の林の雪間かな 悠紀子 もとの句は 陸奥の橅の林や木の根明く でした。木の根明くは季語として認めて もいいと思いますが歳時記に載っていませんので <u>雪間</u> という季語をつかいまし た。春先、木の根のまわりの雪が解けて丸く土が見えるさまを雪間といいます。木 のまわりだけでなく、野原のところどころに雪が解け、隙間ができたのもいいます。 新聞の俳壇などでは取り上げているようです。
- 母娘孫受け継ぐ雛と笑顔かな 将 人 親子孫・三代に引き継がれる雛、それを飾る笑顔がいいですね。私の場合は見知ら ぬ土地にきて、経済的にも余裕がなく、娘にはケース入りの雛でした。孫には新し く贈りました。そんなことを思い出しました。ふくよかな面輪選びし初雛 博
- 大寒や「あー」と発声の夫なりし くによ 名大の音楽療法で、始めに顔のマッサージや発声、「あー」と大きな声を 30 秒続け ることを目標にしています。ご主人が家でも大寒の空気を引き裂いて大きな声を出 している様子、それを見守る奥さまの姿が伺えます。仲のよきことは美しきかなと 言った言葉が浮かびました。
- 三姉妹話弾みし梅日和 緑 梅日和、まだ寒さを感じるころの晴れた一日、三姉妹が集まり話に興じた様子が伺えます。梅の花は古来、詩歌の対象として親しまれてきました。この辺で私がよく行ったのは岐阜の梅林、知多の佐布里梅林、ちょっと足を延ばして月ヶ瀬梅林などです。脱線しました。お互いにお孫さんのいる三姉妹のお話、内容はわかりませんが幸せを感じます。お姉さんは俳句に関心がおありとか、この句会にも是非、投句してくださるようお願いします。
- 外宮への参道長き余寒かな (自解) 博
   余寒とは春になってからの寒さをいいます。節分の翌日が立春です。暦の上では春ということです。春立つという感じは日本人特有のものでしょう。寒明けの寒さが残ることから残る寒さともいいます。
   五十鈴川で清めて杉木立の中の砂利道を拝殿まで、病気の妻もよく歩いたと思います。時々立ち止まっては大きな杉の幹をさすっていました。
   参道の木々を降り来る寒さかな 博 といった句もつくりました。
- 水仙の一茎水に倒れをり (自解) 博 名古屋の植物園、武家の屋敷門をくぐり、庭に出た水辺に水仙が咲いていました。 その中の一茎がゆるやかな水の流れに倒れていました。ただそれだけのことです。 自分の目に映った自然を、ただ書き留めたものです。

# 雑詠 益田 利彦

① 3月2日、家内と二人で、久しぶりに小牧の白山神社に登りました。徒歩10分ほどで、眼下に明治村・いるか池・尾張富士、正面には白山・右に御嶽山が見えるのですが今日は雲に隠れていました。

神社には地元出身の社長が起こしたメナード社が、昨秋建立した真新しい大鳥居が建っていました。参拝して、おにぎりを食べていると鶯の声をききました。

## 新しき鳥居くぐりし初音かな としひこ

② 鳥を追うのにアルミ缶で作った風車を吊るしているのですが、ある程度効果はあるようですが、中にはものともしないで梅の蕾を食べてしまいます。可愛いから追うなと家内は言いますが、梅の蕾を落としてしまいます。小鳥を追うべきか、そのままにしておくか、思案葛藤しています。追う立場で詠みました。

## 鳥追へど直ぐに戻りし春の鳥 としひこ

③ 畑の隅に蕗を育てているのですが、昨年は蕗の薹が5個出たのですが今年はわずか2 個でした。この少なさにがっかりしましたが、この2個の蕗の薹に愛しさを感じました。

# 畑隅に二つ出てをり蕗の薹 としひこ

④ 名大のナディックの音楽療法の時、冨板さんのお家で育ったさくらんぼを毎年いただきます。この味に触発され昨年桜の苗木を一本買ってきて大き目の鉢に植えました。 花は二輪咲いたのですが実は付かず、今年は花が咲き実も付くものと待ちに待ったのですが、わずかに一房の花芽でした。

## 待ちに待ち一枝綻ぶ桜かな としひこ

⑤ 同じくナディックで山田さんがアガパンサスの株をあげると言われ、一株と思いきや 十五株ほど車に積んできて頂きました。植木鉢や畑の周りにいっぱい植えました。今 新芽が出始め花御殿を夢見ています。

# 頂きしアガパンサスの芽吹きかな としひこ

アガパンサスは南アフリカ原産の球根植物で、日本でもクンシラン等多くの種類がある そうです。ヒガンバナを大きくしたような水色の花が見られそうです。

# 短歌あれこれ

#### 瑞穂区 太田 浩子

パーキンソン病と診断されてから20年以上が経ちます。 通うのに近くがいいでしょうということで、近隣の名古屋市総合リハビリセンター附属病院を紹介され、お産以外に病院に行くことの無かった私の病院通いが始まりました。

余命平均13年と言われた20年前の頃と違い、薬もいろいろ出来、まだなんとか歩くことが出来ていますが、マドパーなどLドーパの量が増え、-日6錠になっていました。副作用のジスキネジアに悩まされるようになってきた頃、主治医の先生から薬の調整入院をすすめられ、平成17年11月総合リハビリセンター附属病院に40日ほど入院しました。薬を減らして、副作用を回避するのが目的でしたが、Lドーパの量はすぐもとに戻ってしまい、ジスキネジアは相変わらず私を悩ませました。

<余命13年と言われきたりて20年パーキンソン病との闘い続く>

そこで主治医の先生からDBS手術をすすめられ、名古屋市立大学病院に入院し、梅村淳先生(現順天堂大病院)に執刀してもらいました。おかげさまであれほど激しかった全身のジスキネジアは消えました。手術してよかったと思っています。Lドーパのマドパーは一日3錠となり、アーテンも3錠から1錠に減りました。この量は今も維持されています。しかし病気そのものが完治したわけではなく、Lドーパ以外のパーキンソン補助薬は目いっぱい飲むこととなり、いろいろと新たな困った症状に悩まされるようになってきました。

<人の視線我に集まるを気になりてひとつ手前で地下鉄降りぬ>

今現在の症状は次のようです。一番の悩みは言葉の問題です。言いたいことがすぐに出てきません。だから、かかってきた電話にもなかなか出られなくなりました。人と話はしたいのに言葉が出てこないのです。構音障害です。

- <くぐもりし声にて曖昧な返事なせば電話の向こうにとまどう気配>
- <声にまで病は悪戯しかけしかあなたに声かけ語りたいのに>
- <声出して天声人語を読みたれど伝わるだろうか人にまっすぐ>
- <この胸にはがゆき思い溢れいて声にならざり話したきこと>
- <こんなにも淋しきものかと思いつつ喋れぬときは笑顔作らん>
- <唇を突き出し真一文字に結びたりこれもリハビリ笑みこぼれくる>

次に足全体にしびれるようになってきました。腰は脊柱管狭窄症の手術を2年程前に受けて、ギャーと声を上げる強烈な痛みは薄れたのですが、鈍痛は常にあります。 湿布でしのいでいますが、痛みで気持ちが沈んでしまいます。これも困ったことです。

- <病む腰をかばいて着けしコルセットようやく外し薫風の中>
- <両脚の痺れて痛むを誰に言わむ痛みは人には見えざるものを>
- <朝風呂に身を沈めつつ思い切り両脚伸ばしリハビリとせむ>
- <両脚の動きの鈍く辛き日は部屋にて録画に溜めしドラマを>

こんな毎日ですが、努力していることとして、好きなことに取り組むことが挙げられます。趣味の短歌は、毎月1回カルチャーセンターの短歌の集いに夫の送迎で出かけたり、短歌会に所属して月に数首投稿したり、NHK学園主催の短歌大会に時々応募したりしています。

また、散歩だけでなく時に旅行して非日常の世界に身を置くことです。

<明洞を散歩したようなしないような立ち寄りし店はスターバックス>

そして人と会うことです。学生時代の友人や、昔の同僚、同病の方、リハビリ仲間、メル友などです。会うだけで元気になれる気がします。

< 十年をメールのやりとり続けたる友に会うため道東へ飛ぶ> < ネックレス身に着け鏡の前に立つ久しぶりなり今日の外出>

以上の短歌は、主に、ある同人誌に投稿した私のつたない歌の一部です。

- 次はNHK全国短歌大会に応募して秀作、佳作をいただいた歌です。ご笑読いただければ幸いです。
  - < 枝打ちを終えて街路樹すまし顔どこまでも深き青空を背に>
  - <新薬にさらなる新薬待ちのぞみ進行止まらぬ病を生きる>
  - <日傘さし夫の腕につかまりて歩くリハビリ今日を楽しむ>



1971年8月7日第3種郵便物認可

毎月1・6の日発行

2014年3月25日発行

增刊通券第 8211 号

SSKA 一般社団法人全国パーキンソン病友の会会報・愛知県版 75 号

[原稿の募集] 会報は会員一人ひとりの情報交換の場です。



あなたの生活体験、生きる喜び、明るい話題、**行事に参加後**の 感想、その他、日頃感じてみえることを書いてください。 あなたの体験が仲間を勇気づけることでしょう。

✿ひとこと投稿(はがき)での投稿お待ちしています。 [原稿締切日は**奇数**月の15日です] ご一緒に会報づくりを楽しみましょう!

[原稿送付先]

郵送:〒479—0003 常滑市金山字大岨 9—8 大津 慶明

• TEL / FAX : 0569—43—4746

・E-メール: momo@tac-net.ne.jp (tac の次はハイフンです)

#### 編集後記

寒さが続くなかにも桜の開花が伝えられ始めました。この会報がお手元に届く頃には、 満開の桜の季節となっていることでしょう。固く縮こまっていた体も少しずつ柔らかく 伸びやかに体調が回復されることを願っています。今回は大津さんに変わって事務局が ピンチヒッターで編集させていただきました。不備な点はご容赦ください。顧問の先生 がた始め原稿をお寄せくださった皆さんに感謝申し上げます。浅井さんには医療講演会、 一日交遊会のまとめを書いていただき感謝・拍手です。 今年度もよろしくお願いします。

■ 編集人: 愛知県パーキンソン病友の会 大津 慶明

発行人: 特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会

〒157-0073 東京都世田谷区砧 6-26-21

TEL: 03-3416-1698

FAX: 03-3416-3129

加入者: 一般社団法人全国パーキンソン病友の会愛知県支部 原田 良實

〒458-0821 名古屋市緑区鳴海町字尾崎山 43-6

アーバンラフレ鳴海 3--407

T E L/FAX 052—623—7554

Eーメール ysm-h@mx5.bb-west.ne.jp (いずれもハイフンです)

郵便振替口座:名義=全国パーキンソン病友の会愛知県支部

番号=00830-2-50411 (友の会年会費は5,000円です)

会報=500円(会費に含まれています)