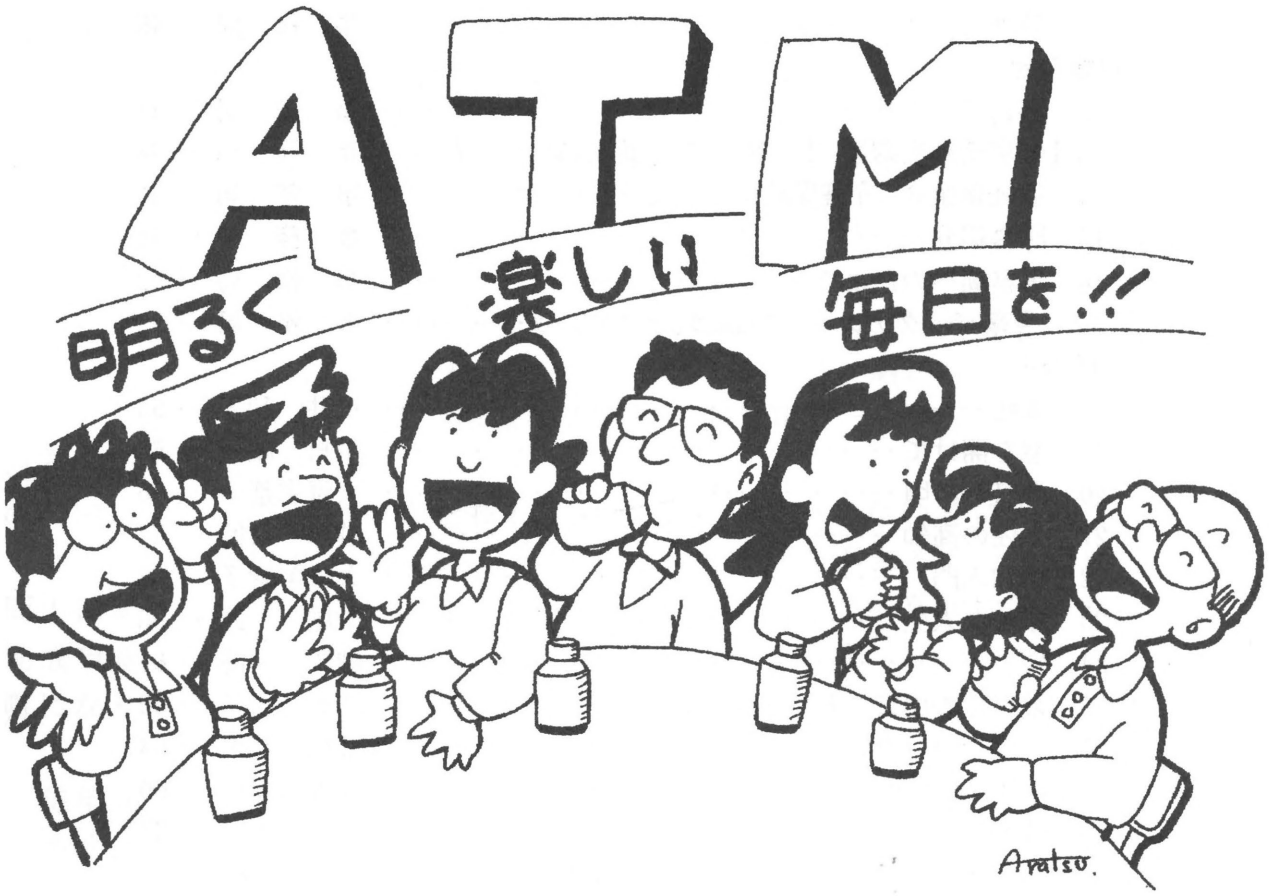
1971年8月7日第3種郵便物認可　毎月1・6の日発行
2015年6月5日発行　　通巻第8621号

# 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　82号




会報82号の印刷に財団法人愛知難病救済基金のご助成をいただきました。

**6月・7月・8月・9月の行事予定**

- 音楽療法（名大ナディック）6月9日・7月14日・8月4日・9月8日（火）16ｐ
- 全国パーキンソン病の友の会　全国総会茨城大会（水戸市）6月23・24日
- 第1回日本パーキンソン病コングレス（ＪＰＣ）参加6月24・25日（水・木）
- 定例役員会（自由参加）7月4日・8月1日（丹羽さん宅）・9月5日(土)

＜目次＞


1　巻頭言　平成27年度からも、ATMで…… 木村　順一… 3ｐ
2　医療こぼれ話…… 平山　正昭…· 4
3　EBMとオーダーメイド治療44回…… 渡辺　宏久…· 8
4　ほんまち便り…… 服部　優子… 12
5　妖怪体操第一の話…… 鵜飼久美子… 16
6　生活とリハビリテーションについて18…… 近藤　将人… 17

**報　告**

7　国会請願に参加して…… 浅井志津子·· 21
8　平成27年度総会・医療講演会（報告）…… 事　務　局·· 23
9　体験発表　①今を生きたい…… 石原　法子… 30
　　②私の体験…… 杉本　隆男… 32
10　平成27年度第1回　医療講演会…… 事　務　局… 37
11　質問コーナー　…… 事　務　局… 45

**お知らせ**

12　事務局だより…… 事　務　局… 47
13【難病新制度関連6】(番外)医療費支払いの仕組み·· 事　務　局… 48
14　福祉講座6　介護保険について…… 事　務　局… 50
15　図書紹介…… 事　務　局… 51
16　事務局へのたよりから…… 事　務　局… 52
17　会報バックナンバーの譲渡について…… 事　務　局… 53

**会員の声**

18　雑感…… 浅井　利一… 54
19　窓を開けて…… 木村　順一… 55
20　今日この頃…… 大野志都子… 56
21　土佐の高知…… 越澤　　博… 57
22　俳句入門…… 大橋美智子… 58
23　幸せな人生…… 山尾　　武… 60
24　桜…… 越澤　　博… 61
25　電車での出来ごと　あれこれ…… 増田　民子… 62
26　「ゆったり」でいこう！…… 冨板　邦夫… 64
27　第15回志津子の似顔絵コーナー…… 浅井志津子… 66
28　桜梅桃李・ひとこと投稿…… 67
　　浅井志津子・岡悠紀子・益田緑・池田幸夫
　　越澤博・老平真弓・益田利彦・近藤将人
29　ありがとう！一粒社さん…… 岡　悠紀子… 71
30　益田さん・浅井さんありがとうございました…… 都築　月子他· 72
31　ATM句会・一句鑑賞…… 越澤　　博… 75
32　無題…… 越澤　　博… 79




# 平成27年度からも、ＡＴＭで！

会長　木村　順一

こんにちは！　会長として５年間つとめられた益田利彦会長のあとを受けて、平成27年度から愛知県パーキンソン病友の会会長に就いた木村順一といいます。まだまだ知識不足の私が会長になったので、皆様にご迷惑をかけることもあると思いますが、いろいろ勉強をしてお役に立つように努力します。温かい目で見ていていただきたいと思います。

さて、ここで昨年までと比べて、今年度から変わったことをまとめてみました。

1　「役員会」を通称「運営会議」とすること

「役員会」は、月に1回(第1土曜日の10時から約2時間)開催しています。友の会を明るく楽しい毎日を過ごせるような会として発展するようにみんなで考えていく会議です。

ただ「役員会」というと「参加するのは役員」というイメージになってしまうので、通称を「運営会議」として今年度からスタートしたいと思います。つまり会員の皆さんも参加が自由ということです。気軽に参加され日頃から思っておられることをここでお話しいただいて、少しでもいい友の会を作っていきましょう。車に乗らない方も気軽に参加できるように、場所も、名鉄太田川駅前のビルの中にある東海市市民活動センターです。電車下車スグです。

（会場がとれない場合は別会場になることもあり得ますが…）。

2　昨年「難病新制度関連の法令」が成立しました。今まで56疾病だった難病が300以上に広がります。それに伴って、パーキンソン病が今後「難病として認められるか」、それとともに「医療費の助成や福祉的サービス」がどうなるか、という問題が浮上します。

この問題は私たち高額医療費を払わなければ生きていけない者にとって、深刻です。本年度の平成27年度から3年間の経過措置期間があるので、制度はこの期間中にあれこれ変更があると思います。早速、軽症だが高額の医療費に対する助成申請が検討されています。この法令の実施主体は、以前の国から、県や市町になります。県や市町によって違いが出ると思います。

3　毎年6月に友の会の全国大会がありますが、今年は茨城県の水戸市で開催されます。私と副会長の丹羽さんが出席します。また、この大会後、「ＪＰＣ=日本パーキンソン病コングレス」という会議が新設、開催されます。今回が第1回目です。開設の趣意は「患者・家族・専門医・研究者・医療関係者などがパーキンソン病に関わる人々が一堂に会して、情報交換や体験発表を通じて問題を共有し、病気への理解を深め、患者のＱＯＬの向上を目指す」ということですが、有意義な会として機能し発展することを期待しています。

# 医療こぼれ話

名古屋大学　平山正昭

まずは、総会の話から
４月２９日に総会と医療講演会がありました。医療講演会は社会福祉会館の大会議室がほぼ満席になる程の盛況でした。”古くて新しいパーキンソン病の脳外科療法-定位脳手術の変遷”と題して定位脳手術の話をしていただきました。
講師は名古屋大学大学院医学系研究科　脳神経外科　准教授　梶田泰一先生が「外科の立場から-効果のある患者さんの選び方、その手術方法」ということで外科からみた定位脳手術の話をしていただき、神経内科の立場からということで田附興風会　北野病院神経内科　副部長の齋木英資先生には「内科の立場から-効果のある患者さんの選び方、手術後の管理」という形で行いました。このような形は初めてなのです。というのも友の会はそれほどお金があるわけではないので講師は、すべてボランティアで行ってもらっています。基本的に電車代も出さないということでなかなか頼みづらいのです。本当は、全国には話の上手い先生とかがいて私が行うよりいいのですが、遠くから来てもらう先生に電車代も出せないでは頼めません。

今回の話である定位脳手術というのは、かなり特殊な治療法です。行うのは脳外科です。私の患者さんでも手術を行ったのは１０人以下だと思うので患者さんの治療に精通しているではありません。外科の方はいつも手術していただいている梶田先生に今回も無理を言って講演をしていただきました。今回も無料で行っていただきありがとうございます。

ところが、神経内科が手術の最初から関わって定位脳手術を行っている施設もあります。それが今回講師にお呼びした北野病院の齋木先生です。豊富な経験がある上に非常に講演のスライドや話し方がうまくていつも色々な学会のセミナーで引っ張りだこです。以前から呼びたかったのですが先程言ったように講師料を出してしまうと友の会の会計に響いてしまいます。そこで、メドトロニクスという定位脳手術の機器を販売している会社に講師料のために少し友の会に寄付してもらえないかと頼んだところ二つ返事で引き受けてもらえました。講演会の後援や主催ではないので一切名前も出ないのにいいですかと聞いたのですが、その方がこちらとしても地域貢献ということで寄付金を出しやすいのでいいですということでした。非常に助かりました。ありがとうございます。

本当は全国各地に講演会を行うのにはわかりやすい話をしてくれる先生がたくさんみえるので今後こんな形で講演者を呼べそうなら時にはこんな形で講演会を行いたいものだと思っています。

外国では結構こうしたNPO法人には企業や個人からの寄付などで会を運営していることも多いようです。日本ではあまり寄付ということに馴染みがなくて患者講演会などは行政などが行うもののように考えられています。しかし、保健所などで行う講演会は人選などで頼みやすいその地域の先生に頼むということが多く慣れていないせいか教科書の棒読みのようなものが多くあまりわかりやすい講演ではないことが多いようです。そういった意味でも今回の齋木先生は話し慣れていて後から患者さんに聞いてみましたが定



位脳手術という難しい話でもよくわかったということです。よかったです。

ここから少し愚痴です。先ほど友の会には寄付を募っていると言いましたが実は、友の会の会誌に広告を製薬会社さんに頼んでいます。６回の会誌に載って年間５万円それほど高くないと思っているので社会貢献と思って広告を載せてくださいと頼んでいます。ただ、最近パーキンソン病の薬を売っている製薬会社でドイツの会社が広告を断るようになりました。どうもこのパーキンソン病の薬は販売のメインではなくなったので広告は載せたくないということだそうです。ここの会社の綺麗なホームページには“社会問題に取り組み、その社員と家族を思いやる”と書いているのですが儲からないと社員の給料に響くので関係ないところは手を引くということですかねえ。よく幻覚などの副作用が出る薬ですから無理に使わないからいいですけど。

こんな話をしていても仕方がないので講演の内容に入りましょう。
まず、講演会は前座として我々の研究室の湊さんという大学院生に以前行ったパーキンソン病友の会でのアンケート結果を話してもらいました。

内容は、昨年の総会で途中経過を話したのですが、今回は最終版です。

患者さんと家族の方に、パーキンソン病のいろいろな症状で、今あるもの、またその症状で困っているかどうかアンケートしました。２７１名の人に送って患者さん１１９人が答えてくれました。回答率４３％なので３３項目も回答欄があるのにまずまずの回答率です。回答してくれた人ありがとうございます。

結果で見ると、男性の方が明らかに多いのは、頻尿、よだれ、ねむけで、女性に多いのは、ジスキネジア、不眠、発汗障害、頭痛でした。同じパーキンソン病でも男女で違うのですようね。確かにいろいろな報告で女性の方がジスキネジアは多いようです。ただ、よだれが男性の方が多いというのはなんでなんでしょうかね？

また、倒れやすいなどは患者さんも家族の方の介護などで困ることがあるので同じように感じているのですが、手が震えるや薬が早く切れるなどという症状や腰痛などの体の痛みは家族の人が感じる以上に患者さんでは困っているみたいです。

寝言は半分ぐらいの人にあるみたいで、結構家族の方は寝言に悩まされているようです。ここだけ患者さんと家族の方で困っている症状に頻度が逆転していました。
さて、その後私が司会をして本番の医療講演会となりました。

事前に友の会の事務局の方が友の会の会員にどの程度の人が手術しているか調べてくれたのですが、全部で９名でした。うち女性が８人。先ほどジスキネジアが女性に多いと言いましたが、この定位脳手術はジスキネジアにはよく効きますから差が出たのはそのせいかもしれません。

まず、梶田先生が脳外科から見た定位脳手術の話をしていただきました。今回の演題が”古くて新しいパーキンソン病の脳外科療法-定位脳手術の変遷”と書いたのは実は、パーキンソン病の治療は皆さんが使っているL-dopaの前に脳手術の方が早かったからです。梶田先生には無理を言ってパーキンソン病における脳手術の歴史も話を言ったので私には非常に面白い内容だったのですが患者さんにはあまりピンとこなかったのか会場を見

渡すとイマイチでした。梶田先生には悪いことをしてしまいました。でも、パーキンソン病の治療に脳外科の先生も最初から関わってくれていたことを感じていただければと思います。残念ながらこれ以上の詳細は梶田先生からスライドをもらうのを忘れてしまったのでかけません。すみません。またこのような企画をしたいと思ってますのでその時までご期待ください。




次は、齋木先生に定位脳手術のよく効く患者さんとその後の管理について話していただきました。こちらは、スライドをご好意でいただいたので私も復習しながら詳しくお話しします。

まず、定位脳手術が、何の役に立つのか、そのリスクは、どうなるのか、といった皆さんが一番きになることから話してもらいました。



まず、何の役に立つのかです。
残念ながら脳手術も万能ではありません。ガンであればそのガンをとりきってしまえば完治します。しかし、パーキンソン病は変性疾患といってガンのように一部だけが悪くなった病気ではありません。病気は必ず進行します。つまり薬だけでは手が届かない部分が出ます。定位脳手術はその部分を手伝ってくれます。薬を減らすこともできるので薬の副作用も減らすことができます。つまり、電動アシスト自転車やハイブリッドカーは電気で走るけど、漕ぐ事やエンジンも要る。DBS を植え込んだあとは電気で軽くなりますが、薬も要るということです。結婚も DBS 植込みもゴールじゃなくてスタートですということです。

では、副作用はということですが、手術のリスクとして出血・感染があります。いくら小さな針で手術したと言っても脳の中には無数の血管が走っていますから間違って傷つけることがゼロではありません。でも、この場合は小さな血管ですので少なくとも齋木先生の経験では大事に至ったことはないようです。

むしろ、手術のリスクは手術そのものではなくその後の手術以外のリスクのようです。一つは認知障害のリスクです。要注意条件としては高齢、うつが強い、高度な思考力が低いということです。これは事前の認知検査が重要です。特に、定位脳手術には、視床下核という部分と GPi という部分があります。特に視床下核では、その後の精神症状が出やすいので注意が必要ということです。

鬱に関してもパーキンソン病の人はもともと軽いうつがあり、一部にうつが強い患者さんがあるのでうつが強いと DBS 後に精神が不安定に、なかには死にたくなってしまう患者さんもあるので DBS 前にはうつのチェック強いうつがあればやめておいた方がいいということです。ただ、これもうつ悪化のリスクは視床下核よりも GPi で低いので現在は患者さんの様子を見て手術しているようです。

最後に、どうなるかですが、定位脳手術だけでは治るわけではありません。でも、手術



法も改良されていますし、その刺激電極も色々プログラミングすることができるようになっているようです。薬の治療などと合わせて進歩していくといいですね。

なお講演の終わりに名古屋大学の渡辺宏久先生からパーキンソン病研究のために欠かせない生前剖検承諾のお話をしていただきました。パーキンソン病の治療は、あくまで亡くなった患者さんの貴重なデータによって治療法もわかってきているのです。決してモデル動物だけでわかるものではありません。たとえばネズミに痛風はありません。痛風になるのは知能の高い動物だけでネズミは痛風の薬なんかなくても尿酸をすぐに分解してしまいます。実際にネズミで効く薬はいくらでもありますが人間に効く薬はその１００分の１以下ではないかと思います。渡辺先生の努力にも是非ご賛同ください。

PS　今月は神経学会があります。我々の大学院生も３名発表し、私と一緒に研究している先生たちも数名発表します。新潟なので美味しいお酒を飲み過ぎてしまいそうですが、ちゃんと役目は果たしたいと思います。その結果と６月に行くサンディエゴでの国際学会の話題は次回に報告したいかと思います。

今行っているパーキンソン病患者さんの腸内細菌の研究ですが、今度は以前行ってもらった人にもう一度再検査して腸内細菌の違いで病気の進行に差がないかを検討しようと思っています。以前参加された人お願いします。

また、やっと秘書さん兼任として私の大学院生が私の研究室に待機しています。研究に賛同してくれる方ご連絡ください。協力していただける人はメールは daikouneurolab@gmail.com にご連絡ください。新しい大学院生の 090 6823 7415 に電話していただいてもいいです。また、0527191184 にも大学院生が待機していますので宜しくお願いします。研究内容はその時に詳しくお話しします。

# EBMとオーダーメード治療

## 第44回　パーキンソン病と腸内細菌叢（2）：腸内フローラ

名古屋大学脳とこころの研究センター　渡辺宏久

1，はじめに

季節外れの台風が過ぎた後、ここ数日、とても名古屋とは思えない湿度の低い晴天が続いておりました。この原稿も含めて様々な締め切り書類やスライドがある中、気候の良さと新緑の美しさに誘われて、先週末はついつい20kmほど走ってしまい、まだ筋肉痛と日焼けによる皮膚の痛みに悩まされておりますが、気持ちが軽くなり、身体の新陳代謝が良くなったかなと感じております。

今回の原稿は、新潟で開催される第56回日本神経学会学術大会へ移動中の新幹線の中で記載しています。学会では病態抑止治療は出来るのかというテーマで、服部信孝先生、戸田達史先生、金子鋭先生、高橋牧郎先生、波田野琢先生とディベートする役割を頂戴しています。また有用な情報がありましたら、こちらでも御紹介したいと思っております。

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おり、ここしばらくは、最近のトピックスや良く患者さんやご家族からいただく質問の内容をテーマに取り上げてきました。

今回は、次号に引き続き、パーキンソン病と腸内細菌に関するここ数年の話題として腸内フローラについて述べてみたいと思います。

2．腸内フローラとは

ヒトの腸内にはとても沢山の細菌が生息しています。その種類は 1000 種類以上、数にして数十兆個以上、重さにして 2kg になるとされています。では腸内のどこに生息しているのでしょうか？前回、小腸、特に空腸には細菌の数は少ないと記載しましたが、小腸の中でも空腸に比べて回腸では細菌を多く認めます。また、大腸には、それこそ多種多様な細菌がその種類ごとにまとまって腸内の壁面に数多く存在しています。



では腸内フローラとは何を意味するのでしょうか？フローラは辞書を引くと、「特定の地域と年代における植物の総体を表す言葉」との定義があります。公園に行けば、それぞれの植物が、その種類毎に集団を作って色とりどりの花畑を作っていますが、先に述べた主に大腸において種類毎にまとまって生息している細菌の状態を植物（花）にたとえ、その様相を表す言葉として「腸内フローラ」という用語が出てきました。腸内フローラは、腸内細菌叢と同じ意味を持つと考えて頂いて結構です。

腸内フローラを構成する細菌としては、どの人種であっても共通して多く認める種類としてバクテロイデス属、プレボテラ属、ルミノコッカス属と呼ばれる細菌があります。しかし、公園によって花の構成に違い、特徴があるように、人種によっても花の構成比率に特徴のあることが知られています。

この花の構成比率には食生活が大きな影響を及ぼすと考えられています。例えば、バクテロイデス属は肉食中心の人々により多く現れ、プレボテラ属は菜食中心の人々に多く現れることが報告されています。一方で、これらの細菌のバランスは、10 日間程度の食事制限には影響されないことも合わせて指摘されており、長期間の食生活、食習慣によって構成比率は形成されるのだろうと考えられています。

尚、細菌は、腸の中だけに住み着いているわけではなく、身体の至る所に生息しています。興味深いことに、同じ公園の中であっても場所によって花畑を構成する花の種類が違うように、それぞれの部位に応じて生息している細菌の種類は異なることが最近の研究により分かってきました。実際、指先と腕、足先と膝であっても種類が異なります。さらに、ヒトによって姿や形が違うように、同じ場所であっても、細菌の構成は個々人によって異なることが知られており、およそ、3 分の 1 は共通していますが、3 分の 2 は異なると言われています。さらに、生活習慣、年齢、ストレス、食習慣などによっても細菌の種類の比率は変化することが分かってきました。

このように、場所によって、ヒトによって細菌フローラが異なることをしめすことは簡単ではなく、遺伝子解析システムを使って 1000 種類以上の細菌を同定するという作業が必要であり、どこでも出来る訳ではありません。近年の技術の大幅な進歩があって初めて可能となりました。

3．腸内フローラの役割と病気

では、腸内フローラを調べることは何故大切なのでしょうか？細菌と聞かれると肺炎や尿路感染をはじめとした病気を引き起こす原因と考えられる方々も少なくないと思います。しかし、腸内細菌は、ヒトが処理出来ない物質を分解し、ヒトが作り出すことが出来ないビタミンを合成し、エネルギーを供給します。さらには、腸内細菌が存在することで、腸管における免疫が発達し、外部からの細菌の侵入を防いでくれています。クマノミとイソギンチャクではないですが、腸内フローラは、ヒトが生きていく上でとても大切な役割を果たしてくれています。まさにヒトと共生していると言えます。

一方、細菌は、ヒトにとって好ましくない物質も作りだします。さらに、サイトカインと呼ばれる、ヒトの身体の中で、色々な細胞と細胞の情報を伝える微量な生理活性タンパク質のレベルを変える役割も有しています。サイトカインには、免疫系の調節に大切な役割を果たすインターロイキン、白血球の遊走を導くケモカイン、ウイルスの増殖阻止や細胞増殖を抑制するインターフェロンをはじめ、大切な役割を果たすものが沢山あります。また、細菌はコルチゾールをはじめとする内分泌ホルモンのレベルにも影響を与えます。

こうした腸内フローラの産生する様々な物質の量、質、バランスの変化は、多彩な病気の発症や進行に関連することが指摘されています。では脳やこころの疾患についてはどうでしょうか？腸と脳と言うと、とても遠そうなイメージですが、ここ数年、腸と脳をつなぐという意味で gut-brain axis（腸–脳相関）という用語が注目されています。

腸–脳相関とは、腸における変化が脳にも変化をおよぼす意味と理解して頂ければ結構です。実際、内分泌ホルモンであるコルチゾールや、免疫を調整する血液中サイトカインのレベルが変更されれば、間接的または直接的に気分や感情をはじめとする様々な脳機能に影響を及ぼす可能性は十分にあります。この腸と脳をつなぐ経路には、内分泌的経路、免疫的経路、神経経路の３種類があると考えられています。

内分泌経路や免疫経路は、今までの話で、細菌フローラが、消化管レベルで内分泌系や免疫系の変化を引き起こし、それが脳に影響を及ぼすという理解でよろしいかと思います。では、神経経路という視点ではどうでしょうか？

私達の腸管は、迷走神経と呼ばれる神経で脳とつながっています。迷走神経は、腸管を動かすとても大切な働きをしていますが、この神経を介して、腸内の様々な内分泌的、



免疫的な変化が脳内に伝わる可能性が指摘されています。また、とても重要なこととして脳幹にある迷走神経背側核は、パーキンソン病において最も早く病変の出現する場所の１つとしても知られています。

パーキンソン病の方で便秘の多いことは有名ですし、振戦、無動、固縮が見られる前に便秘を認めることも知られていますが、パーキンソン病の発症機序として、脳で病変が起こる前に腸の中でα–シヌクレイン蛋白の異常が何らかの原因によって生じ、この異常が迷走神経を介して脳内に病変が進展していくという仮説も提唱されており、早期診断と早期治療法開発という視点からも大変重要な考え方となっています。

４．パーキンソン病と腸内フローラ

では、パーキンソン病と腸内フローラとの関係はどうでしょうか？直接的な関係を調べた報告は私の知る限りは１つのみです。この報告では腸内細菌の中でもプレボテラ属の割合がパーキンソン病の方々では減少していることが指摘されています。さらにエンテロバクター科の量が重症度、姿勢反射障害、歩行異常などと関連する可能性も示されています。

ただ、こうした細菌の違いは、原因であるのか結果であるのかの解釈に難しい点が問題です。例えば、プレボテラは便秘のヒトでは減少することが分かっておりますので、パーキンソン病で認める便秘の影響を反映しているに過ぎないのかもしれません。

６．まとめ

今回は、腸内フローラついて触れました。私はこの分野の専門ではありませんので、詳しい解説が出来ない点は、どうかご容赦下さい。また、本領域、特にパーキンソン病との関連は、まだ研究成果が十分に出ていませんので、何が本当であるのかも良く分かっていないことも強調しておきたいと思います。ただ、一見無関係のように思える腸の環境が脳にも影響を及ぼす可能性があり、良い食習慣、食生活を保つことは大切のようです。

# ほんまち便り

## ～第 11 回　2015 年ゴールデンウィークの旅（バルセロナ編）～

本町クリニック　服部優子

今年も半分が過ぎ、原稿がお手元に届く頃にはもう梅雨でしょうか。昨年のゴールデンウィークに東欧への旅行だよりを書いたら、「楽しく読ませて頂きました」「私も旅行へ行きたくなりました」と言って下さる方もあったので、今年もクリニックを 9 日間休んで旅行へ行ってきました。患者さんにはご迷惑をおかけして申し訳ありませんでした。

毎年、どこに行こうかを考えるのも楽しみの一つですが、今年は、前号にも書いたように銀婚式ということで、新婚旅行で訪れたスペインとパリを再訪することにしました。ちょうど、「見どころ満載！バルセロナとパリ 8 日間」というツアーがありましたので、迷わずこれに決めました。このツアーは、新婚さんも沢山参加していて、何だか 25 年前の自分達を重ねながらの旅となりました。ただ、今年は、行く前からスペインやパリで何かと物騒な事件が相次ぎ、無事に帰ってこられることを神頼みしながら旅立ちました。見どころ満載！でしたので、バルセロナとパリの 2 回に分けてご紹介させて頂きます。新婚旅行ではスペインの各地（マドリッド、トレド、ミハス、マラガ、グラナダ、バルセロナ）を訪れました。どこも魅力的でしたが、私は、何と言っても芸術の都バルセロナが大好きです。まずは、地中海の光あふれるカタルーニャの旅へご案内しましょう。

第 1 日目。中部国際空港を午前 10 時前に出発して約 12 時間。フランクフルトで乗り換えてバルセロナへ。バルセロナ空港についたのはもう 20 時を過ぎていましたが、まだあたりは明るく、ホテルはバルセロナ郊外の静かなところでした。1990 年に訪れたバルセロナは、オリンピック直前で街中がオリンピックの準備に追われていました。なのに、メイン競技場が未完成で、「大丈夫？スペイン人」と心配したものでした。さあ、25 年ぶりのバルセロナ、どう変わっているでしょうか？ほぼ日本と同じ位の心地よい気候のバルセロナの地で、まずは無事に着いたことに安堵し、眠りにつきました。

第 2 日目。朝は日本より、夜明けが遅いようですが、7 時位にはすっかり明るくなり、天気もまずまず。午前中は、バルセロナの市内観光です。まずはサグラダ・ファミリア



聖堂へと向かいました。カタルーニャが産んだ偉大な芸術家アントニオ・ガウディの作品、1882 年に着工以来、2026 年の完成を目指して、未だに工事が続けられているのは有名な話。以前訪れた時には、聖堂の中は暗く、おせじにもきれいだとは言えませんでしたが、今回、明るい森のような聖堂内部が完成されていて、ちょっとびっくり。何でも、2010 年にローマ法王が訪れ正式にカトリックの教会として認定されたそうですが、それに合わせて急ピッチで工事が進んだのだそう。スペイン人も、やればできるじゃないの。同じガウディの作品として有名なカサ・ミラ邸、カサ・パトリョ邸の前を通過して、バルセロナ市内の観光が続きます。オリンピックのメイン会場になったモンジュイックの丘へバスで移動し、そこからバルセロナ市街を一望しながら、以前の記憶もたどりながら、オリエンテーションをつけていきます。昼食は、シーフードパエリア！とても美味しいです。またスペインのビール（セルベーサ）もまた美味しいのです。日本のパエリアは苦手と言っていた主人も今回は食べられました。

午後は、そのままバスで、カタルーニャの聖地モンセラットへ。バルセロナから約 50㎞、のどかな田園風景のなかに灰白色の岩山が現れます。モンセラットとは「のこぎり山」という意味。12 世紀にひとりの羊飼いが洞窟でマリア像を見つけて以来、多くの巡礼者が訪れる聖地となったようです。ちょうど訪れた 5 月 1 日はメーデーで休日、地元の人でごった返していました。途中にはみやげ物屋、カフェテリア、ホテルが並び、日本人にとっての伊勢神宮といった感じです。コインをいれてキャンドルに火をともして、願い事をして置いてくるというのも、日本と同じです。ホテルに戻るともう夕方。

夜は食事付きのフラメンコショーへ。女性、男性それぞれ数人の踊り手が、かわるがわる華やかな衣装を身にまとい、スカートをひるがえしたり、パルマという手拍子をしたり、タップダンスのように足でリズムを打ったりと情熱的な踊りをする傍ら、歌い手、ギター、パーカッションと豪華なメンバーが音楽を奏でます。サングリアの効果もあってリズム感のよさに酔いしれながら、フラメンコをやってみたくなった私でした。ショーが終わるともう夜 10 時をまわっています。2 日目もあっという間に終わりました。

第 3 日目。2 回目のバルセロナということもあり、今日はツアーを離れて終日自由行動。ちょっとスリルです。カタルーニャ音楽堂とピカソ美術館だけはもう一度行きたいと思っていたので、朝、それぞれのホームページから予約しました。今は何でもネットで予

約が取れ、予約番号のバーコードを ipad に提示すると簡単に入場できます。美術館も並ぶ必要がなく、お勧めです。予約ができたことで、ちょっと自信を持った私達は、カメラの充電器と SD カードを忘れたことに気づき、まず地下鉄で、スペイン随一のデパート、エル・コルテ・イングレスに行きました（すごく大きなイトーヨーカドーのような感じ）。バルセロナの地下鉄はとても安全です。しかも日本語の案内も流れてびっくり。「ご乗車ありがとうございます。〇〇駅です。次は〇〇です。」って。街の人も皆、日本人に好意的です。電気売り場での買い物には苦労しましたが、何とか目的のものを買えました。せっかくなので、街を散策することに。まずは、お昼をどこで食べようかしら。スペインでは、とりあえずどこでも「iHola（オラ！こんにちは）」と挨拶するようにと添乗員さんに言われていたので、そう言いながら、バルと呼ばれる食堂へ。これが実にビールが美味しい。「ウナ・セルベーサ、ポルファボール（ビールを 1 杯ください）！」。その後少し買い物をして、一旦ホテルに戻りました。

予約の時間にピカソ美術館へ。チケットを買う人の列でかなり混んでいましたが、予約してあったのでさっと入れました。ピカソはスペインのマラガ出身、バルセロナの美術学校に入学。ここには 9 歳の時から青の時代までの初期の作品が飾ってあります。初期の作品も「やはり天才なのね」というしかありません。以前に訪れた時にも、ピカソのイメージが、全く変わったのを覚えています。結局、後のピカソらしい絵「ピアノ」のしおりや絵はがきを買ってきました。その後、街を歩いてカタルーニャ音楽堂へ。途中、あちこちのバルで街の人が F.C. バルセロナのサッカー中継を観ながら、思い思いに応援しています。私達もまたセルベーサを求めて休憩。F.C. バルセロナが、メッシの大活躍で 5 点をもぎ取り、相手チームを圧倒しており、みんな気分がよさそう。何だか J リーグとは大部レベルが違うぞというのが、素人の私にも分かります。そうそう、バルのカウンターに色々と美味しそうな具を載せた薄切りパンが置いてあって、どれも 2 ユーロ。好きなのを選んでいいそうです。楊枝が刺さっていて、最後に楊枝の数で会計をしてくれるんです。ピンチョスというのだそうです。日本の回転寿司で皿を数えて会計するようなものでしょうか。どれも美味でした。
カタルーニャ音楽堂はここから歩いてすぐ。ガウディのライバル、モンタネールの最高傑作と言われる建物で、ステンドグラスやシャンデリアが美しいホールです。フラメンコから有名なピアニストの演奏まで毎日色々なコンサートが目白押し。この日のプログラムは 4 本のクラシックギターコンサート。スペインらしくてよかったです。演奏も素



晴らしいのですが、それぞれギター以外に歌も歌うわ、ピアノをも弾くわ、それぞれがすごく上手くで、パントマイムまでやってしまう、これまでに観たことのないショーとしてとても面白いものでした。コンサートが終わると夜 9 時。まだ全然明るく、夕食を求めて近くのバルへ。日本語メニューもありました。パエリアとサラダを二人でシェア。スペインの料理はどこも美味です。ここではリアル・マドリッドの試合をテレビでやっています。あのロナウドが点を入れたので、思わず拍手をしたら、回りから白い目で。そうだ、ここはバルセロナ。甲子園でやっている巨人阪神戦で、巨人に点が入って喜んでいるようなものです。危ない危ない。でも本当に皆サッカーが好きという感じです。さあ、バルセロナ滞在も今日で終わり。明日はパリからモンサンミッシェルへと長旅です。朝が早いので、早めに床につきました。

第 4 日目。今日は移動日です。バルセロナからミュンヘンを経由して、パリのシャルル・ド・ゴール空港へ行き、そのままパリ滞在ではなく、オムレツで有名なモンサンミッシェルに一泊予定。パリからバスで 4 時間はかかるため、到着は 21 時頃の予定とのこと。バルセロナ空港で最後のお買い物、F.C. バルセロナのグッズをサッカー好きの甥っ子に買い、一路ミュンヘン空港へ。ミュンヘン空港で 1 時間ぐらい乗り継ぎ休憩、ここのビールはまた美味しい。ビールがあれば乗り継ぎも気にならない私達です。パリ行きの飛行機が 1 時間ぐらい遅れるとアナウンス。少し遅れて、何とかパリへ飛び立ちました。

ボンジュール！14 時過ぎに、無事にパリのシャルル・ド・ゴール空港到着。飛行機が遅れたこともあり、スーツケースを受け取って直ちにモンサンミッシェルに向かうバスへ乗るはずでした。が・・・！まさかの「スーツケースが届いていません」。「この飛行機には乗っていませんでした」って。うそでしょ。聞いたことはあったけど、本当にあるんだ。ツアーの仲間達と「明日には届くでしょう」と慰め合いながら、傍らで、慌てているはずなのに冷静に空港職員と対応する添乗員さん。こんなとき個人旅行であったら、どうしていたでしょう。ツアーで良かった。結局、「荷物がつくのは明日以降です」ということになり、360km 離れたモンサンミッシェルに移動するために、一行はスーツケース無しで、バスに乗り込みました。まあ、一日ぐらい何とかなるさ。ただ、二人とも自宅の鍵をトランクの中に入れてきてしまったことに気づき、イヤな予感がするものの、夕暮れのパリの街を、バスはモンサンミッシェルへと一路走り出しました。さてスーツケースは無事に届くのでしょうか。私達の家の鍵は？？（つづく）

# 妖怪体操第一の話

鈴鹿短期大学　鵜飼久美子

１月から、『妖怪（ようかい）体操第一』を毎回やっています。「何、それ？」とご存知ない方も大勢いらっしゃると思います。この曲は、アニメ「妖怪ウォッチ」のエンディング曲とのことですが、そもそも 2014 年４月から世の中に現われたとのこと。私も、知りませんでしたが、学生がやっているのを見て、知るところとなりました。ということは世の中で流行したということです。ちなみに大晦日の紅白でもしっかりやっていました。この歌詞は、ユニークといったらユニーク極まりありません。

《ヨーでる、ヨーでる、ヨーでる、ヨーでる、妖怪出るけん出られんけん。・・・・・
カイカイキイキイクイクイケイケイ、来い来い妖怪ウォッチィチ！！》

歌ってみれば、声のトレーニングにぴったりです。

皆さんと、声を合わせて「カイカイキイキイ」とやっていたら、なんと替え歌を作ってしまわれたのが０さんです。「なるほど」と唸らずにはおられない歌詞です。

《今日は朝から寝坊したぁ～　夢の中ではおきたのに！！～どうして朝は眠いんだ？！》

（それを替え歌では）

① 今日は体が動かない、昨日はあんなにできたのに、どうしてドパミン出ないんだ？！
②今日は朝からおしゃれして出掛ける準備をしてたのにどうしてドパミン出ないんだ？

０さん、実にうまいですね。患者さんにとっては、一番切実なことをユーモアに替えてしまうなんて、スゴイです。

さて替え歌の次は振り付けです。

鈴木先生が、早速ユーチューブで勉強となり、次回には皆さんに伝授です。

腕を振り上げ、足の屈伸と、さすがの皆さんも、息が上がります。そろそろ『ようかい体操』も、卒業かと思えば、アンケートの中に「やりかけたら、覚えるまでしっかりやれ！」とうれしいご忠告までいただく始末です。このようなナディックですが、今年に入って開催当日に、雪が降ったり、雨が降ったり、台風が来たりと、あいにくのお天気が続きますが、それでも参加してくださる皆さんのために、我々も頑張らねばと、意を強くするこの頃です。

## ナディック　音楽療法予定

**６月９日（第２火曜）　　７月１４日（第２火曜）**

**８月４日（第１火曜）　　９月　８日（第２火曜）**

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&FAX　052－834－4150（鵜飼久美子まで）



# 生活とリハビリテーションについて　１８

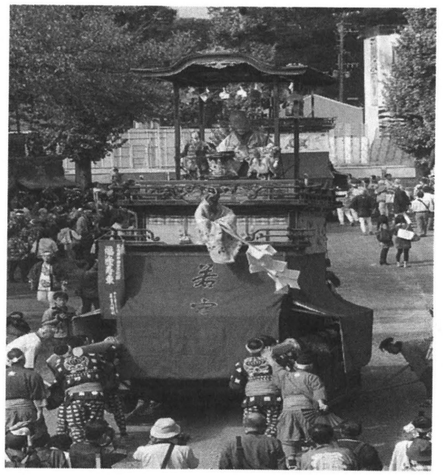
～　表情体操とコミニュケーションについて　～

本町クリニック　理学療法士　近藤将人

皆さん、こんにちは。　いよいよ、梅雨の季節になりますね。　気温や湿度の変化は、体調に大きく影響します。　血圧の変動や、多量の汗をかく事もある季節。エアコンの温度の調節や、皮膚の清潔を保つようにしながら血圧の管理等も気を付けて、穏やかに過ごしたいものですね。（＾－＾）

さて、本町クリニックのすぐ近くに、名古屋の総鎮守である若宮八幡神社があります。今年も５月 15 日、16 日の２日間、若宮祭りがありました。





山車の上に鎮座するのは、七福神の一人『福禄寿』町中に福を振り撒くような笑顔です。「　笑う門には福来る　」とは言いますが、僕は、最近、笑顔でいられる時間が減ってきたのかなあ・・・なんて思う事も・・(^_^;)　みなさんは、いかがでしょうか？

このごろ、しんどいなぁ、つらいなぁ・・なんて思っている時は、意外に人の温かさを感じる事ができる時でもあるなぁ・・と思います。　ほんの少し深呼吸をして心を落ち着かせてみると、いつも助けてくれるかけがえない同僚、支えてくれる家族、傍にいてくれる友人の心配りに涙が出そうになる事もあります。　人は一人では生きていけないとはよく言いますが、その通りですね。（＾－＾）　そんな家族や、友人の前では、笑顔でいたいもの・・。　今回は、皆さんが笑顔で大きな声で笑いながら話す事が出来るようにとの願いを込めて表情と声のリハビリを紹介します。　ぜひご自宅で！（＾－＾）

笑う門には福来る！

# 「　表情体操をしてみよう　」

注意！



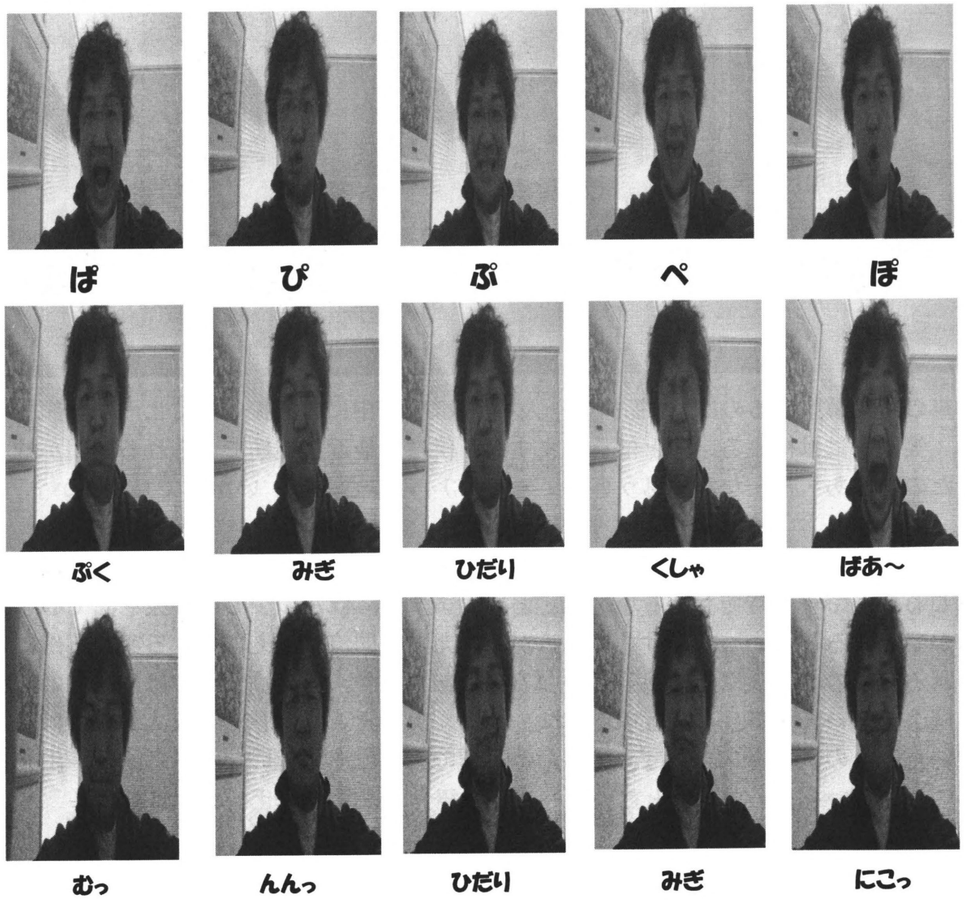
その1.　鏡を見ながらやってみよう！

その2.　大きく動かそう（表情を）！



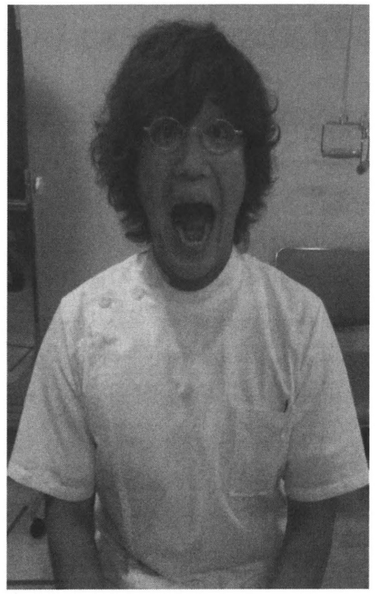
その3.　ときどき他の人に表情を見てもらう！

## 表情体操！＊かがみのまえでしてみよう！






# 発声練習！　「発声と確認」



「あ～～～～」

「あっあっあっ」

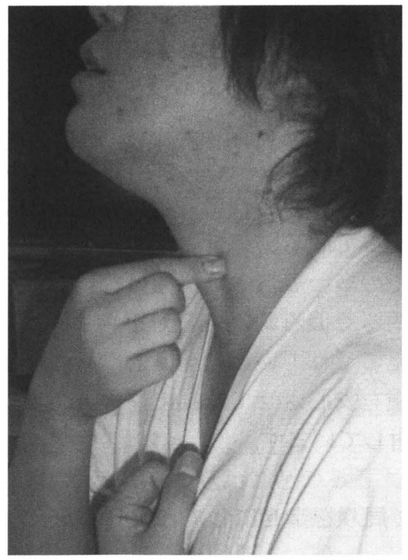
「あ↗～～～～」

「あ↘～～～～」

「あ・い」「あ・え」「あ・ん」

「はんにゃしんぎょう」

## ②「確認」しっかりと！



「のどぼとけ」を触る
　　響いているか？

「声」を耳で　聞く
　　聞こえるか？

「話す」姿を　見る
　　ちゃんと伝わるか？

コミュニケーションの方法には、言葉や文字で伝える

**「バーバルコミュニケーション：言語的コミュニケーション」**と、

言葉や文字以外を使い、顔の表情や声の大きさ、視線や身振り手振りジェスチャーなどで相手に伝える、

**「ノンバーバルコミニュケーション：非言語的コミュニケーション」**

があります。

心理学者のアルバート・メビアン博士の研究では、話し手の印象を決めるのは、「言葉以外の非言語的な要素で、**93%**　の印象が決まってしまう」とのこと。　とくに、表情や身だしなみ、視線や仕草といった**視覚的な情報**が印象決定の、**約 55%**。　次いで、声の質（高低）、速さ、大きさ、テンポといった**聴覚的情報**が印象決定の、**約 38%**。　話している**言葉自体の意味**だけでは、**たった 7%**しか相手に伝わらないようです。

良く、日本人は海外の方々に比べ、表情の変化が乏しく、動作も大袈裟ではないので、相手に気持ちがうまく伝わらないと言われる事があるようです。　我慢、忍耐など、日本人の奥ゆかしい気持ちの表現や心の整え方は美徳的観念だと思う部分もありますが、やっぱり、相手に気持ちが届かないってことは辛い事。

たとえば、下を向いてぼそぼそと、「ありがとう」といっても一般的には伝わりづらいですし、無表情で「ごめんなさい」と言っても、「この人は本当に反省しているのだろうか？」なんて疑ってしまう事もあるかもしれませんね。「本人の気持ちと今の状況を考えれば、わかるだろ？」なんて、ついつい思ってしまいますが、自分の思っている主観的な考えと、相手の受け取る客観的な印象は、まったく違うなぁ・・と自分自身、身をもって感じる事があります。

相手の態度が明るく楽しげで、にこやかだと、こちらの気持ちも明るく楽しげになります。　逆に相手に、こそこそ厳しい目つきや態度で対応されると、こちらの気持ちも落ち込み暗く悲しくなってしまいます。それは、相手だって同じ。　世の中いろいろありますが、自分ひとりの世界や、家族のいないところでの辛い表情や気持ちは、仕方ないとしても、家に帰れば、友人の前に立てば、せめて明るく振る舞い、心配をさせたくないものです。　思い返せば、今まで自分を育て、支えてくれている人達は、つらさや苦しさをぐっと抑えて、精一杯の明るさと優しさで、僕を安心させてくれていたのだなぁとあらためて原稿を書きながら考えています。　感謝しています。

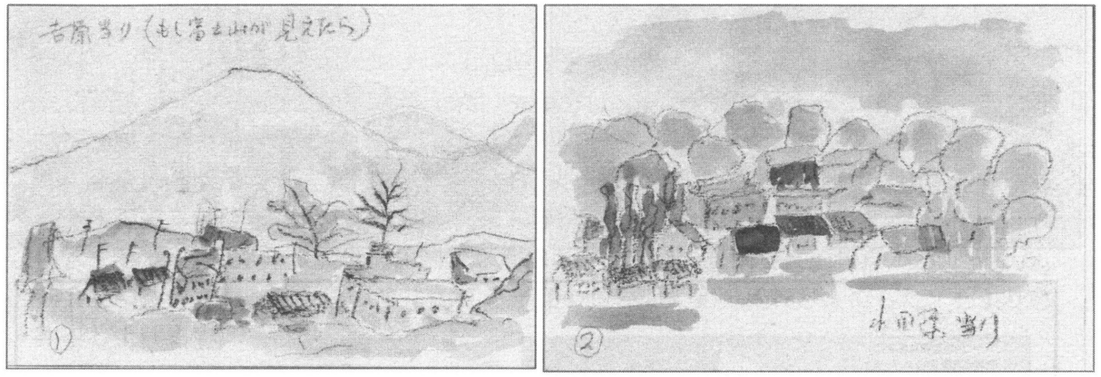
みなさんも、良い表情と、明るい笑顔と、大きな声で周りを幸せにしてみませんか？
まずは、身近な一番大切で頑張ってくれている人から・・（＾－＾）



# 国会請願に参加して

岡崎市　**浅井　志津子**

国会請願に参加させてもらうのは３回目です。
ちょっぴり要領も得ました。今度はどんな方法でお知らせしたものかいろいろ考えました。
衆参議員会館や国会議事堂などは、撮影禁止なので出来るだけ沢山のスケッチをして、絵で物や情景が解る様な関係に出来たら.....　ということでポーチの中身は水筆、小さい絵の具箱、はがき大のスケッチ用紙を入れました。名古屋 8：45 発ののぞみに乗り、本日の初仕事まずは富士山を描くことと思い、あまり良い天気ではないが見えたらスタンバイして待っていましたが、浜名湖を過ぎ、吉原も過ぎ、小田原を過ぎても一向に姿を見せません。すっぽり雲に囲まれて出る余地無しです。




議員会館に着くと昼食をとりました。夫が「ここは皆選挙に勝って来たので勝カレーを食べよう」と言ったのでそれにしました。（食事の時はスケッチを忘れていました）12 時から会が始まり、予定通り進行し、議員さんの３分スピーチへと進んでいきました。



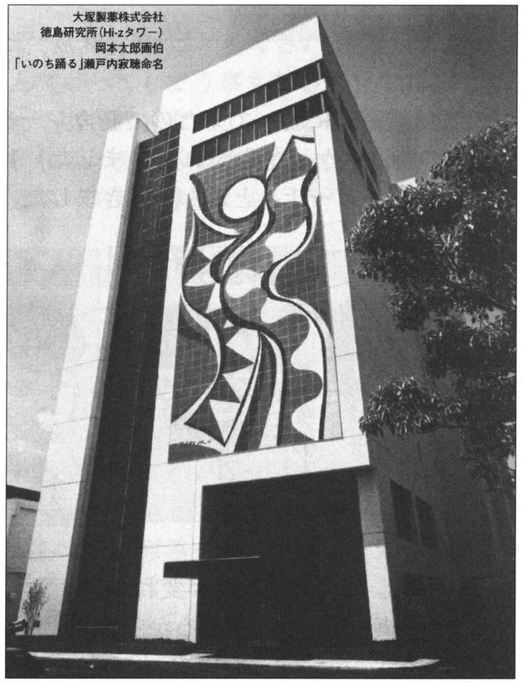

やっぱりテレビで見たことのある人は強いと思います。聞く側の姿勢が変わってきます。なんとなく一族というか、親族というか、とにかく知っている人になるからだと思います。

次は本日のメインイベントの仕事である議員さんの部屋にお願いに伺い、いろいろお話をしました。その時もスケッチをする雰囲気ではありませんでした。
最後にせっかくだからと国会を見学させて戴くことになりました。
「あァここはよくテレビで見る場所だ」「天皇陛下の出入りされる場所だ」等々言いながら短時間で廻りましたので、スケッチどころではありませんでした。(本当は私のスケッチに対する執念が足りなかった) 国会を出ると皆で記念写真を撮りチラッと国会議事堂をスケッチして東京駅へ向かいました。
まだまだ私に度強と腕が無いためにここで披露が出来なかった事が残念ですが、3 回目もやっぱり楽しく行かせてもらって感謝しています。皆さんありがとうございました。








Otsuka-people creating new products
for better health worldwide

Otsuka 大塚製薬株式会社
東京都千代田区神田司町2-9




# 全国パーキンソン病友の会愛知県支部
# 平成 27 年度総会・医療講演会（報告）

4 月 26 日（日）晴天に恵まれ名古屋市総合福祉会館に於いて会員 50 数名の参加者のもと平成 27 年度の総会が開催されました。はじめに平成 26 年度中にお亡くなりになられた方々に黙祷を捧げました。

益田会長から顧問の 3 人の先生方に感謝のご挨拶がありました。そして難病法の現状についての報告があり、大変厳しい状況にあるので今後の動向を注視しながら行動していきましょう。これからも友の会の行事に多くの方に参加していただくことを願っています。と挨拶されました。

続いて来賓として参加いただいた平山正昭先生、神野久美子先生、鵜飼久美子先生の 3 人の先生から御挨拶をいただきました。先生方は友の会の活動を行うには予算と会員を増やすことが大事ですとのお話でした。
次に議事に入り議案平成 26 年度事業報告、決算報告、平成 27 年度事業計画、予算案等の審議があり賛成多数で全て承認されました。
続きまして平成 27 年度の役員体制案も承認され、新旧の正副会長の挨拶がありました。前会長の益田さん、副会長の浅井さん 5 年間の長い間大変お疲れさまでした。心より感謝申し上げます。

この後、新旧役員の紹介があり木村新会長の体制で 27 年度がスタートいたしました。
新会長の木村さんは友の会の仲間同志のコミュニケーションを大切にしていきましょう！との挨拶がありました。
その後音楽療法でお世話になっている鵜飼先生の指導により ATM の歌をみんなで大きな声で歌いました。皆さん少々疲れ気味でしたが鵜飼先生からパワーを充電しました。
以上で総会が終了しました。
総会後、体験発表は石原法子さん、杉本隆男さんが発表してくれました。
石原さんは名古屋市にお住まいでお仕事もされていて充実した毎日を過ごしてみえます。
杉本さんも名古屋市にお住まいで病気と上手くつきあいながら愛難連の役員もやってみえます。
午後からは平山正昭先生の特別なお計らいで医療講演会が開催されました。名古屋大学の梶田泰一先生、京都の北野病院の齋木英資先生、名古屋大学の渡辺宏久先生の講演がありました。立派な先生方の大変貴重なお話で勉強させていただきました。お忙しい中、愛知県友の会のために時間を戴きまして誠に有難うございました。心より感謝と御礼を申し上げます。平山先生有難うございました。
薬品会社の方々ご協力いただきまして有難うございました。

# 平成26年度　事業報告　（H26 .4.1～H27 .3.31）

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. 会　員 | 3月末　271名（271名+入会37名-死亡・退会37名） | | | |
| 2. 役員会 | | | | |
| | 定例役員会 | 月1回（第1土） | 東海事務所 | 196名参加 |
| 3. 会報発行 | | | | |
| | 隔月（偶数月） | 75号～80号 | 東海事務所 | 各号600部 |
| 4. 総会 | | | | |
| | 4月27日（日）　午前 | 名古屋市総合社会福祉会館 | 事業・会計、発表 | 60名参加 |
| 5. 医療講演会 | | | | |
| | 4月27日（日）　午後 | 名古屋市総合社会福祉会館 | 講師：平山正昭 | 110名参加 |
| | 7月20日（日）　午後 | 岡崎市民会館 | 講師：平山正昭 | 123名参加 |
| | 10月19日（日） | 半田市市民交流センター | 講師：平山正昭 | 84名参加 |
| | 1月31日（土）午後 | 名古屋市総合社会福祉会館 | 講師：平山正昭 | 70名参加 |
| 6. 1日交遊会 | | | | |
| | 6月29日（土） | なごや福祉用具プラザ | 用具見学、リハ体操（埜口） | 39名参加 |
| | 8月30日（土） | 北生涯学習センター | 鵜飼・鈴木、埜口 | 46名参加 |
| | 11月29日（土） | 北生涯学習センター | 鵜飼・鈴木、埜口 | 46名参加 |
| | 3月13日（金） | 北生涯学習センター | 鵜飼・埜口 | 32名参加 |
| 7. 音楽療法（名大病院） | | | | |
| | 毎月1回（第2火） | 名古屋大学病院ナディック | 鵜飼・鈴木、 | |
| | 12月19日（金） | クリスマスコンサート | 鵜飼・鈴木 | |
| 8. 一泊旅行 | | | | |
| | 11月15～16日（土日 | ビラ・マリーン南知多 | 平山先生参加 | 43名参加 |
| 9. 全国パーキンソン病友の会活動 | | | | |
| | 国会請願 | 4月11・12日（金・土） | 東京 | 5名参加 |
| | 全国大会 | 6月18・19日（水・木） | 札幌市 | 6名参加 |
| | 社員総会 | 6月18日（水） | 札幌市 | 浅井・木村 |
| | ﾌﾞﾛｯｸ支部長会議 | 3月26日（木） | 浜松市 | 益田・木村 |
| | 会報（全国誌）発送 | 4・8・11・1月 | 事務局 | 4回 |
| | 署名と募金活動 | 26年11月～27年2月 | 署名活動と募金 | 1713筆 |
| 10. 愛知県難病団体連合会（愛難連）の活動 | | | | |
| | 理事会 | 月1回 | 杉本理事 | 1名参加 |
| | 総会 | 隔月 | 杉本理事・支部長 | 2名参加 |
| | 愛難連第42回大会 | 11月9日（日） | ウィンク愛知 | |
| | 1団体1要求 | 2月5日（木） | 県市交渉 | 1名参加 |
| | JPA請願署名と募金 | 26年11月～27年2月 | | 1419筆 |
| 11. その他の活動 | | | | |
| | 6月24日（火） | なごや福祉用具プラザ「家族介護者教室」（4回講座　初回） | 協力（講師） | 木村・森・原田 |
| | 9月24日（水） | 「難病の症状等による職業上の困難性と就労支援のあり方調査」 | 障害者職業総合ｾﾝﾀｰ | 会員へ依頼 |
| | 12月1日（月） | コンビニ利用調査 | 共用品機構 | 〃 |
| | 11月20日（木） | 「難病のある人の就労支援ニーズに関する調査」協力依頼依頼 | 国リハ | 〃 |



# 平成26年度　収支決算

平成26年4月1日～平成27年3月31日

| 収入 | | | | 支出 | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 科目 | 予算 | 決算 | 備考 | 科目 | 予算 | 決算 | 備考 |
| 繰越金 | 216,072 | 216,072 | 25年度末剰余金 | 会議費 | 170,000 | 171,746 | 定例役員会（毎月） |
| 会費 | 1,425,000 | 1,419,000 | 282名　25末納分2人 | 会報発行費 | 980,000 | 1,094,965 | 6回　印刷、発送、 |
| 寄付金 | 100,000 | 115,000 | 20名 | 消耗品費 | 90,000 | 88,428 | インク・シール・用紙 |
| 助成金 | 100,000 | 150,000 | 難病救済基金・愛難連 | 通信費 | 40,000 | 28,360 | 入会問合せ・新入会 |
| 広告掲載費 | 420,000 | 420,000 | 9社 | 事務所費 | 40,000 | 43,392 | 丹羽さん、観福寺 |
| 活動費 | 700,000 | 670,000 | 総会、医療講演会等 | 活動費 | 900,000 | 931,768 | 総会、医療講演会等 |
| 本部活動費 | 100,000 | 361,590 | 国会請願、大会 | 本部活動 | 700,000 | 1,045,820 | 会費・会報発送・大会 |
| 募金 | 300,000 | 272,840 | | 愛難連活動 | 43,000 | 40,050 | 会費　@150　267人 |
| 図書売上 | 12,000 | 12,000 | もうパーキンソン病とよばな | 募金 | 150,000 | 120,000 | 愛難連・iPS・広島・JPC |
| 雑収入 | 20,000 | 4,953 | 会報売上　他 | 図書買上 | 9,000 | 9,200 | もうパーキンソン病とよばない |
| | | | | 印刷費 | 0 | 10,610 | 役員会レジュメ印刷 |
| | | | | 雑支出 | 20,000 | 6,042 | 振込手数料　他 |
| | | | | 小計 | 3,142,000 | 3,590,381 | |
| | | | | 予備費 | 251,072 | 51,074 | 収支残額 |
| 合計 | 3,393,072 | 3,641,455 | | 合計 | 3,393,072 | 3,641,455 | |
| 積立金 | 1,500,000 | 1,500,000 | | 積立金 | 1,500,000 | 1,500,000 | |
| 合計 | 4,893,072 | 5,141,455 | | 合計 | 4,893,072 | 5,141,455 | |

| | | |
|---|---|---|
| 活動費 | 670,000 | |
| （総会 | 64,800） | 弁当代 |
| （一日交遊会 | 175,200） | 弁当代 |
| （一泊旅行 | 430,000） | 宿泊代 |
| 本部活動 | 361,590 | |
| （国会請願 | 24,000） | 支部長本部負担 |
| （大会参加費 | 337,590） | 代議員2名交通費本部負担 |

| | | |
|---|---|---|
| 会報発行費 | 1,094,965 | 75～80号 |
| （印刷費 | 961,200） | |
| （発送費 | 61,405） | |
| （封筒印刷 | 72,360） | |
| 活動費 | 931,768 | |
| （総会 | 76,600） | |
| （医療講演会 | 49,380） | |
| （一日交遊会 | 338,948） | |
| （一泊旅行 | 459,280） | |
| （音楽療法 | 7,560） | |
| 本部活動 | 1,045,820 | |
| （会費 | 400,500） | @1500 |
| （国会請願 | 117,380） | 5名参加 |
| （大会参加費 | 456,000） | 6名参加 |
| （会報発送費 | 30,890） | 4冊 |
| （ブロック長会 | 41,050） | 3名参加 |

## 会　計　監　査　報　告　書

会長　木 村 順 一　様

全国パーキンソン病友の会愛知県支部平成26年度の会計監査を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、正確な事を確認いたしました。

平成 27年 4月 26日

監査　山本芳夫

# 平成27年度　事業計画　（H27 .4.1～H28 .3.31）

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. 会　員 | 当初275名（271名+4月1日入会4名） | | | |
| 2. 役員会(運営会議) | | | | |
| | 定例役員会（運営会議） | 月1回（第1土） | 東海市市民交流センター | |
| 3. 会報発行 | | | | |
| | 隔月（偶数月） | 81号～86号 | 東海市市民交流センタ | 各号600部 |
| 4. 新規事業 | ホームページの立ち上げ | | | |
| 5. 総会 | 4月26日（日）　午前 | 名古屋市総合社会福祉会館 | 事業・会計、体験発表 | |
| 6. 医療講演会 | | | | |
| | 4月26日（日）　午後 | 名古屋市総合社会福祉会館 | 講師：斎木英資他 | |
| | 7月　　（未定） | | 講師： | |
| | 10月　　（未定） | | 講師： | |
| | 1月　　（未定） | | 講師： | |
| 7. 1日交遊会 | | | | |
| | 5月31日（土） | なごや福祉用具プラザ | 用具見学、リハ体操（埜口） | |
| | 8月　　（未定） | 北生涯学習センター | 鵜飼・鈴木、埜口 | |
| | 11月　　（未定） | 北生涯学習センター | 鵜飼・鈴木、埜口 | |
| | 3月　　（未定） | 北生涯学習センター | 鵜飼・鈴木、埜口 | |
| 8. 音楽療法 | | | | |
| | 毎月1回（第2火） | 名古屋大学病院ナディック | 鵜飼・鈴木、 | |
| | 12月　　（未定） | クリスマスコンサート | 鵜飼・鈴木 | |
| 9. 一泊旅行 | | | | |
| | 11月　　（未定） | ビラ・マリーン南知多 | 平山先生参加 | |
| 10. 全国パーキンソン病友の会活動 | | | | |
| | 国会請願 | 4月15・16日（水・木） | 東京 | 7名参加 |
| | 全国大会 | 6月23・24日（火・水） | 水戸市 | 3名参加 |
| | 社員総会 | 6月23日（火） | 水戸市 | 木村・丹羽 |
| | ﾌﾞﾛｯｸ支部長会議 | （未定） | | 木村 |
| | 会報（全国誌）発送 | 4・8・11・1月 | 事務局 | 4回 |
| | 署名と募金活動 | 27年11月～28年2月 | 署名活動と募金 | |
| 11. 愛知県難病団体連合会（愛難連）の活動 | | | | |
| | 理事会 | 月1回 | 杉本理事 | 1名参加 |
| | 総会 | 隔月 | 杉本理事・支部長 | 2名参加 |
| | 愛難連第43回大会 | （未定） | | |
| | 1団体1要求 | 県市交渉 | | |
| | JPA請願署名と募金 | 27年11月～28年2月 | | |
| 12. その他の活動 | | | | |
| | 6月24・25日（水・木 | 日本パーキンソン病コングレ | 水戸市 | 3名参加 |
| | 6月13日（土） | なごや福祉用具プラザ「家族介護者教室」（4回講座　初回） | 協力（講師）・西部地区事業所 | |



# 平成27年度　予算　（H27 .4.1～H28 .3.31）

| 収入 | | | | 支出 | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 科目 | 予算 | 26決算 | 備考 | 科目 | 予算 | 26決算 | 備考 |
| 繰越金 | 51,074 | 216,072 | 25年度末剰余金 | 会議費 | 180,000 | 171,746 | 月例役員会 |
| 会費 | 1,425,000 | 1,419,000 | 285名 | 会報発行費 | 1,100,000 | 1,094,965 | 6回　印刷、発送、 |
| 寄付金 | 100,000 | 115,000 | 20名 | 消耗品費 | 90,000 | 88,428 | インク・シール・用紙 |
| 助成金 | 210,000 | 150,000 | 難病基金・ﾒﾄﾞﾄﾛﾆｯｸ・愛難 | 通信費 | 40,000 | 28,360 | 入会問合せ・新入会 |
| 広告掲載費 | 420,000 | 420,000 | 9社 | 事務所費 | 40,000 | 43,392 | 会場借上げ・丹羽さん |
| 活動費 | 700,000 | 670,000 | 総会、医療講演会等 | 活動費 | 1,000,000 | 931,768 | 総会、医療講演会等 |
| 本部活動費 | 100,000 | 361,590 | 国会請願、大会 | 本部活動 | 600,000 | 1,045,820 | 会費・会報発送・大会 |
| 募金 | 250,000 | 272,840 | | 愛難連活動 | 43,000 | 40,050 | 会費　@150　275人 |
| 図書売上 | 12,000 | 12,000 | もうパーキンソン病とよばないで | 募金 | 90,000 | 120,000 | 国会請願、iPS研究 |
| 雑収入 | 5,000 | 4,953 | 会報売上　他 | 図書買上 | 9,000 | 9,200 | もうパーキンソン病とよばないで |
| | | | | 印刷費 | 10,000 | 10,610 | 役員会レジュメ印刷 |
| | | | | 雑支出 | 6,000 | 6,042 | 振込手数料　他 |
| | | | | 小計 | 3,208,000 | 3,590,381 | |
| | | | | 予備費 | 65,074 | 51,074 | |
| 合計 | 3,273,074 | 3,641,455 | | 合計 | 3,273,074 | 3,641,455 | |
| 積立金 | 1,500,000 | 1,500,000 | | 積立金 | 1,500,000 | 1,500,000 | |
| 合計 | 4,773,074 | 5,141,455 | | 合計 | 4,773,074 | 5,141,455 | |

# 平成27年度　役員名簿

| | |
|---|---|
| 顧問 | （医師）　服部　達哉　服部　優子　平山　正昭 |
| | （運営）　神野　久美子 |
| | （音楽療法）　鵜飼　久美子 |
| 相談役 | 越澤　博　益田　利彦 |
| | |
| 会　長 | 木村　順一 |
| 副会長 | 大津　慶明　丹羽　昌平 |
| 事務局長 | 原田　良實 |
| 監　査 | 山本　芳夫 |
| 幹　事 | 石原　法子　大津　邦世　木村　暢子　関　和子　高木　進　都築　月子<br>肥後ひとみ　益田　緑　森　久子　山尾　武　山田　直樹　山本　妙子 |
| 本部代議員 | 木村　順一　丹羽　昌平 |
| 愛難連理事 | 杉本　隆男 |
| 会報担当 | 大津　慶明　大津　邦世　木村　順一 |
| ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ | 丹羽　昌平 |
| 一日交遊会 | 森　久子　山本　妙子 |
| 一泊旅行 | 石原　法子 |

# 平成26年度活動日誌

| 期日 | 曜日 | 内容 | 会場 |
|---|---|---|---|
| 4月5日 | 火 | ４月定例役員会　会報75号、全国誌136号発送 | 東海事務所 |
| 4月8日 | 火 | 音楽療法 | 名大病院・ナディック |
| 4月11日12日 | 金土 | 国会請願 | 東京・5名参加 |
| 4月12日 | 土 | 愛難連理事会 | 杉本理事参加 |
| 4月27日 | 日 | 26年度総会　総会(60名)　医療講演会（110名） | 総合社会福祉会館 |
| 5月3日 | 土 | 5月定例役員会 | 東海事務所 |
| 5月11日 | 日 | 愛難連総会 | 益田会長、杉本理事 |
| 5月13日 | 火 | 音楽療法 | 名大病院・ナディック |
| 5月28日 | 水 | 会報76号　出稿 | 一粒社 |
| 6月7日 | 土 | 6月定例役員会　会報76号発送 | 東海事務所 |
| 6月10日 | 火 | 音楽療法 | 名大病院・ナディック |
| 6月18日・19日 | 水木 | パーキンソン病友の会全国大会 | 札幌市　6名参加 |
| 6月24日 | 火 | なごや福祉用具プラザ「家族介護者教室：パーキンソン病 | 講師：3名協力 |
| 6月28日 | 土 | 愛難連理事会 | 杉本理事参加 |
| 6月29日 | 日 | 一日交遊会　用具見学・リハ（埜口先生）39名参加 | 福祉用具プラザ |
| 7月5日 | 土 | 7月定例役員会 | 東海事務所 |
| 7月8日 | 火 | 音楽療法 | 名大病院・ナディック |
| 7月13日 | 日 | 愛難連総会 | 益田会長、杉本理事 |
| 7月20日 | 日 | 医療講演会（岡崎市）講師：平山正昭先生123名参加 | 岡崎市市民会館 |
| 7月23日 | 水 | 会報77号　出稿 | 一粒社 |
| 8月2日 | 土 | 8月定例役員会　会報　77号発送 | 東海事務所 |
| 8月5日 | 火 | 音楽療法 | 名大病院・ナディック |
| 8月6日 | 水 | 全国誌会報　137号発送 | 事務局 |
| 8月9日 | 土 | 愛難連理事会 | 杉本理事参加 |
| 8月30日 | 土 | 一日交遊会　鵜飼・鈴木・埜口先生　46名参加 | 北生涯学習ｾﾝﾀｰ |
| 9月6日 | 土 | 9月定例役員会 | 東海事務所 |
| 9月7日 | 日 | 愛難連総会 | 益田会長、杉本理事 |
| 9月9日 | 火 | 音楽療法 | 名大病院・ナディック |
| 9月9日 | 火 | 広島市土砂災害被災者広島支部会員義捐金送金 | |
| 9月24日 | 水 | 「難病の症状等による職業上の困難性と就労支援のあり方調査」 | 障害者職業総合ｾﾝﾀｰ |
| 9月24日 | 水 | 会報78号　出稿 | 一粒社 |
| 10月4日 | 土 | 10月定例役員会　会報78号発送 | 東海事務所 |
| 10月11日・12日 | 土日 | JPA東海ブロック会議 | 犬山　杉本理事参加 |
| 10月14日 | 火 | 音楽療法 | 名大病院・ナディック |
| 10月19日 | 日 | 医療講演会（半田市）講師：平山正昭先生84名参 | 半田市市民交流ｾﾝﾀｰ |
| 11月1日 | 土 | 11月定例役員会 | 東海事務所 |
| 11月9日 | 日 | 愛難連第42回大会 | ウィンク愛知 |
| 11月11日 | 火 | 音楽療法 | 名大病院・ナディック |
| 11月11日 | 火 | 全国誌会報　138号発送 | 事務局 |
| 11月15日・16日 | 土日 | 一泊旅行 | ビラ・マリーン知多 |
| 11月20日 | 木 | 「難病のある人の就労支援ニーズに関する調査」協力依頼依頼 | 国立ﾘﾊﾋﾞﾘﾃｰｼｮﾝｾﾝﾀｰ |
| 11月26日 | 水 | 会報79号　出稿 | 一粒社 |
| 11月29日 | 土 | 一日交遊会　鵜飼・鈴木・埜口先生　46名参加 | 北生涯学習ｾﾝﾀｰ |
| 12月1日 | 月 | 「コンビニ利用に関するアンケート」調査回答25通返送 | 共用品機構 |
| 12月6日 | 土・日 | 12月定例役員会　会報79号発送 | 東海事務所 |
| 12月9日 | 土 | 音楽療法 | 名大病院・ナディック |
| 12月11日 | 木 | 4月医療講演会打合せ（平山先生・日本メドトロニック） | 名大病院 |
| 12月19日 | 金 | 音楽療法・クリスマスコンサート | 名大病院 |
| 1月10日 | 金 | 1月定例役員会 | 東海事務所 |
| 1月13日 | 火 | 音楽療法 | 名大病院・ナディック |
| 1月19日 | 月 | 全国誌会報　139号発送 | 事務局 |
| 1月28日 | 水 | 会報80号　出稿 | 一粒社 |
| 1月31日 | 土 | 医療講演会（名古屋）講師：平山正昭先生70名参加 | 総合社会福祉会館 |



| 期日 | 曜日 | 内容 | 会場 |
|---|---|---|---|
| 2月5日 | 木 | 愛難連：県市交渉 | 杉本理事参加 |
| 2月7日 | 土 | 2月定例役員会　会報80号発送 | 東海事務所 |
| 2月10日 | 火 | 音楽療法 | 名大病院・ナディック |
| 2月28日 | 土 | 愛難連理事会 | 杉本理事参加 |
| 3月7日 | 土 | ３月定例役員会 | 東海事務所 |
| 3月10日 | 火 | 音楽療法 | 名大病院・ナディック |
| 3月13日 | 金 | 一日交遊会　鵜飼・埜口先生　32名参加 | 北生涯学習ｾﾝﾀｰ |
| 3月14日 | 土 | 愛難連臨時総会 | 益田会長、杉本理事 |
| 3月25日 | 水 | 会報81号　出稿 | 一粒社 |
| 3月26日 | 木 | 東海北陸ブロック支部長会 | 浜松市　3名参加 |




平成27年度体験発表—1

# 今を生きたい

熱田区　石原　法子



私が自分の身体の異変に気がついたのは平成23年の夏、夫がステージ4の癌で入院した時でした。病院と自宅を行き来するのに、何だか足が思うように動かなくて、だんだん自分が壊れていくような不安に襲われました。しかし、目の前には痩せ細った夫が病気と闘っています。不安を打ち消しながら一年が過ぎました。そして、いよいよ足が前に出なくなり、やっぱりおかしいと思いました。症状から想像できる病気はパーキンソン病でした。両肩の痛みもありましたので、取り敢えず整形外科を訪ねました。痛みの治療はしても、パーキンソン病のことは判らないと紹介状を頂き、神経内科を訪ねました。

神経内科の医師は少しの診察でパーキンソン病ですねと言いました。そして私に詰め寄るように、どうしてパーキンソン病だと思ったんだね。インターネットでも調べたのかねと言いました。紹介状には、私がパーキンソン病かもと言った事がそのまま書かれていたようです。私は悲しかったです。不安なうえに、自分で診断するなと言わんばかりの医師の言葉にとても傷つきました。その日はMRIの予約をして帰り、夫には医師の印象があまり良くなかったと伝えました。検査結果の時、一緒に行ってやると夫は同行してくれました。医師がパーキンソン病ですねと言うと、私は思わずポロポロと泣いていました。やはり否定して欲しい気持ちもありました。医師は夫に、この姿を見てそうだと思わないかといい、仮面様顔貌はないかと尋ねました。私はこの担当医に、今でも心が開けないでいます。

平成25年の秋、夫が亡くなり、私は一人になりました。夫を亡くした悲しみと、この病気の不安とで落ち着かず、何かしら用事を作っては一日中、家の中をうろうろ歩きまわっていました。色んな手続きが終わり、出掛けることがなくなったら、今度は夫との思い出の地へと出掛けました。歩くのが苦手な病気なのに、じっとはしていられませんでした。

半年過ぎた頃、診断をうけてからのこの2年、あまり症状が変わらないことに気がつきました。平成26年1月の医療講演会で、ヤール1の患者には、まだ働けます、出張や転勤がいやだのと言わずに働きましょうと指導しているというお話がありました。そうだ、私はまだ働ける。この病気で無い人より、ちょっとだけ動きが悪いだけだ。薬が効いている時は普通の人と一緒だと思いました。

働くために私は勉強に通うことにしました。一応資格もあり、経験もある医療事務の講座を受け、若い人たちに混じって学びました。お昼ご飯が美味しいと感じられるようにもなり、外に出ることで気持ちの変化もありました。医療事務を足がかりに、医師事務作業補助という講座を受け、資格も取りました。現場の仕事だけでも充分に忙しい医師の事務を代行するという仕事で、私は今、電子カルテや診療報酬請求書などと睨めっこしながら診断書や意見書の下書きをする仕事に就いています。書類の多さに驚くとともに、結構神経を使い、とても疲れますが、少しずつやり遂げ感も持てるようになってきました。

派遣社員として病院で働いていましたが、この4月から病院の直接雇用となりました。良かったのではありますが、一人辞めて、常勤一人欠員のままのスタートとなり、パート5人が帰った後は、私一人で奮闘しています。歩かなくて良いからと事務の仕事を選んだのに、書類カバンを持って、病院の中を30分は歩かなくてはなりません。

私の薬は、エフピー1錠とネオドパストン1錠に、頓服でネオドパストン半錠の処方です。私は一日の勤務中ずっと歩けるように、ネオドパストン1錠を4分割して飲んでいます。ぎこちない事はあっても、何とか歩けています。不安がない訳ではありません。いつ進行するのか判らない病気ですから。でも、ぎこちない時も大丈夫！ちゃんと歩けてるよと自分を励まし、時にはイッチニ!イッチニ!ガンバーレ!と号令をかけています。ぎこちない歩き方を笑わば笑え!とにかく歩けているのですから、人の目は気にしないと決めています。

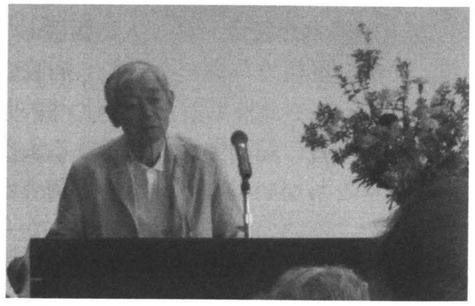
本当は、いつ辞めても良いように、早く欠員が補充されて、新しい人に全部教えておきたいですね。でも明日を恐れながら暮らすのではなく、今出来る事を今したい。もしかしたら、明日交通事故で死ぬかも知れない。だったら今が一番で、今を幸せと思えるように生きたい、そう思っています。私に幸せな人生をくれた夫の元へ行けるその日まで、自分らしく生きれたらと思っています。御静聴有り難うございました。



平成27年度体験発表－2

# 私の体験

東区　杉本　隆男



私は昭和17年5月旧満州国の新京特別市で生まれました。その後、昭和22年に引き上げてまいりました。その後は父と母の故郷の兵庫県の丹波篠山と仙台の間を行ったり来たりしていました。小学校の5年生までは仙台近辺で、小学校6年生と中学・高校は福島市で過ごしました。大学は又仙台に戻って、卒業と同時に名古屋市内の飛行機工場に配属となり、それ以来46年間、設計技術者として勤めておりました。

2011年の3月末が退職の予定となっておりましたが、その約1ヶ月前の2011年の2月25日のことです、午前中に会社で仕事をしていましたら、少し前から体調が不調でしたが、その日は急に足が重たくなり体が動き難くなって、このままでは家に帰れなくなると思い、午前中で早引けしました。

帰り道は車間距離をできるだけ取って慎重にゆっくり帰り無事に家にたどり着くことができました。家に帰ると妻の強い勧めもあり、会社の付属病院に連絡をとって、不調を訴え、金曜日の午後ではありましたが動けなくて困っているので、何とか診て頂けないかとお願いしました。

私は2002年ごろから会社の定期検診で不整脈が見つかり、時々精密検査の指示が出ておりました。循環器内科で診てもらい、24時間ホルターテストやエコー検査、レントゲンなどの検査をしていました。どの場合も様子を見ると言うことで深刻な状況ではありませんでした。

2009年の9月の出勤の途中で急に胸が苦しく気持ちが悪くなりました。そのまま会社の病院に行き循環器の先生に診ていただいた結果、特に悪いところは無く、念のため心臓の薬を出してもらうことになりました。その時に手の震えが前より大きくなった事を指摘されて、神経内科の先生に診てもらうように勧められました。

その結果。物を持つと手が震えることから、本態性振戦と言われました。私は20代の頃から手が震えており、父親も同じでしたので診断を疑いませんでした。手の震えの薬ランドセンを出してもらいました。



この頃から体調に変化が出て、2010年の2月ごろには家内は私の顔が無表情になったり、歩くときに手の振りがぎごちなくておかしいことに気がついたようです。自覚症状は少し歩くと苦しくなりました。体調が悪くなったので、6年続けていた非常勤講師を辞めることにしました。又、7月、8月、9月には名大との産学共同の夏季講座の講師をやりましたが、地下鉄の駅から教室へ通うだけでも、とてもしんどくて。教室で座っている時も苦しくてたまりませんでした。11月にも若手の技術者に名大と共同でコストダウンやCADの講座を開きました。その講師を務めた時に立っているのがやっとで、教卓につかまって話をしました。

少し前から身体の動きが重くなり、寝返りが打てない、夜トイレに2，3回起きる、手の震えがひどく便秘になったり、いつも、体全体に力が入って、楽に動けないというような状態でした。年末には足が重たく200mぐらいしか歩けなかったので、神経内科の先生に改善をお願いしました。その結果パーキンソン病が疑われてMRAの検査を行いましたが結果は問題なしでした。

翌年の2月初めにはイーシードパール100mg1錠が処方されました。そして それまで飲んでいたランドセンを24日から止めました。次の日25日に前にお話ししたように 体調が急変したのです。

午後病院に電話して神経内科の先生に連絡を取ろうとしましたが捕まらず、代わりに循環器の先生が「話を聞きます、すぐいらっしゃい」と言って下さりタクシーをとばして駆けつけました。先生は真っ青な顔をしてふらふらしている私を見てびっくりして、神経内科の先生に連絡を取ろうとしてくれましたが、うまくいきませんでした。そこで医療センターに28日月曜日の予約を取って紹介状を書いて下さいました。本当に助かりました。このご親切には本当に大感謝でした。

28日の医療センターではパーキンソン病として、イーシードパール100mg3錠を処方されました。その後MRI検査とMIBG検査も行ってパーキンソン病である事を確認しました。その後エフピーを3錠まで徐々に追加しました。

この結果体調はだんだん良くなり足が軽くなって歩きやすくなりました。近所の300m位のところにある歯医者さんに歩いて行けるようになりました。6月には熱田区の会社の病院や医療センターに地下鉄で行けるようになりました。7月には先生の勧めで特定疾患の承認を得ることができました。

それと共にトレリーフ1錠をさらにミラペックス2錠を追加し、イーシードパールを2錠に減らしました。体調は全般的に調子よく、ふらつき感がなくなりました。

そして12月に近くのクリニックの先生を紹介され、この処方で 5～6年は持

つといわれました。

最終的な処方はイーシードバール100mｇ2錠（朝１、夕１）、
エフピー2.5mｇ3錠（朝2、昼１）、ミラペックス1.5mｇ2錠（朝２）、
トレリーフ25mｇ1錠（朝１）でした。

医療センターにかかった直後の3月11日の東日本大震災。私の母親と姉夫婦が仙台市に住んでおり、石巻近辺に妹夫婦が住んでいました。本当なら真っ先に駆けつけなければいけない故郷の大惨事でしたが、体が動かずに何も出来なくて悔しい思いでした。
私の住んでいるマンションには桜の木がたくさんあります。満開の桜の花びらが明るい光の中を風が吹くとひらひらと舞い降りてくる下で、家内に手をひかれて見上げた時の気持ちは何とも言えない思いでした。その美しさが素晴らしかっただけに、宣告を受けたばかりの病気の不安でいっぱいの私はとても素直に楽しめず、ただ呆然として見上げるばかりでした。

2012年の１月に近くのスポーツセンターで太極拳のクラブに加入し今も続けています。
太極拳の良いところは体の力を抜いてリラックスし、呼吸は腹式呼吸でゆっくり深く呼吸し精神（気）を丹田（下腹）に集中させ、緊張をゆるめ心身を統一してゆっくり柔らかく動く事です。この時重心の位置を右足か左足かはっきりさせ動作を安定させます。体に力が入り動きのかたいパーキンソン病患者には打って付けの健康法だと思っています。

2013年初めに太極拳クラブの会員で福祉用具プラザの方が帰り支度にもたついている私に「パーキンソン病ではありませんか、友の会を知っていますか」と、聞かれ「参考になる資料を持ってきてあげます、お役に立つはずです」と、とても親切に言ってくれました。
資料を見て是非入会したいと思い、3月に原田さんに入会希望のメールを送りました。その返事は私が予想した事務的なものでなく、***梅が咲きましたね***とか、***お大事にしてください***等の柔らかく暖かい心のこもったものでした。しかも4月から入会にすると会費が助かると節約法まで教えてくれました。実際には会報等をすぐ送ってくれて3月入会並の扱いでした。

不整脈の方は2012年6月に近所のハートセンターに移り、定期的に通って血圧・心電図・血液検査・レントゲン・エコー（動脈・心臓）検査等をしていましたが異常は見つかりませんでした。



2012年の暮れ頃に階段を上ったりすると胸が苦しくなってきたので、念の為にCT撮影をしました。結果は非常に悪いもので、右冠動脈は閉塞、左前方冠動脈７～８割狭窄、左冠動脈回旋枝は軽度の狭窄でした。1/3の冠動脈で元気にやってきたのにはせんせいも驚いていました。
2013年の新年早々にカテーテル治療を行いました。結果は良く胸の苦しさは無くなりました。

パーキンソン病の方は、2012年の秋ごろから少しずつ病状に変化がでて、手の震えが大きくなり字を書く時や食事の時に少し困るようになりました。
室内では小刻み歩きになって、外に出ると普通に歩けるのですが、体がふらついて足が重くなってきました。
夜中にはトイレに間に合わず失敗することが多くなり、猫背もひどくなりました。それでニュープロパッチを追加しました。その結果、夜トイレに行く時や朝のふらつきが減り、手の震えも比較的楽になりました。
治療方針の設定から１年くらいで病状に変化が出てきたことに大きな不安を感じて友の会のメンバーにも相談したりしました。

その後幸いにも平山先生に見ていただけることになりました。
先生は薬が多いということでニュープロパッチをやめて、イーシードパールにコムタンを追加し、朝昼晩に各１錠とし、ミラペックスを朝２錠から夕２錠に回し、エフピーは朝２昼１のままで、トレリーフを夕１錠にしました。
この結果体調は良好で今迄で一番良い状態になりました。
気分がとても良く、散歩の時に軽くジョギングすることもあるほどでした。

去年の10月末頃手に物を持っていて転倒しました。ドスンと尻餅をついたのです。その後3回立て続けに尻餅をつきました。腰が痛みなかなか直らないので、近所の整形外科で見てもらいました。腰椎の上から2番目が圧迫骨折していました。骨粗鬆症だと言われボナロン錠が出て、コルセットをすることになりました。筋力の強化と、姿勢を直すためにリハビリを始めました。
思い出しますのは 2 年前の 2013 年の総会の医療講演会で転倒防止についてありましたが、当時はまさか自分が転ぶとは、夢にも思っておりませんでした。すっかり油断していたのです。
物を持って歩いてはいけない。必ず何かにつかまることができるように備える。
薬の効き始めや、きれ始めなどが危ない様な気がします。
どうか皆さまもお気をつけください。

年末近くになると調子の良い時と悪い時の差が大きくなりました。

悪い時は動けない、小刻み歩き、体が傾くなどが出ます。
悪い時間帯は朝起きた時、食後、夜でトイレに間に合わないこともあります。
2015年の1月にはミラペックスを 2錠から3錠に増やしました。

パーキンソン病になっていろんなものを失ってしまったと思っていますが，
得られたものも多くあります。
会社の病院の循環器の先生は私の手の震えから、パーキンソン病を疑い神経内科の受診を勧めてくれ、病状が急変した時には柔軟に対応してくださいました。
太極拳クラブのメンバーで福祉用具プラザの方は、私のパーキンソン病を見極めて友の会を紹介してくれました。
いつも熱意を持って懇切丁寧に指導してくださる平山先生、鵜飼先生、鈴木先生を始めとし、明るく楽しく接してくれる友の会のメンバー達にも励まされ元気づけられました。
普段は短い挨拶を交わす程度のご近所の人達が、私が回復しかけたころに「本当に良かったですね」と嬉しそうに声をかけて下さいました、皆様の温かい気持ちが伝わって何とも嬉しく、心が温まりました。
おかげで、私は落ち込んだ気持ちから徐々に立ち直ってきました。

今まで仕事優先の生活でしたので、退職後は旅行に行く等、色々と家内にしてあげたいと思っていましたが、みんなだめになってしまいました。 パーキンソン病と診断されてショックを受けていた私に対して、体調の管理と改善に取り組み、くじけそうになる時には、心から励ましてくれました。
このままで長生きしたのでは介護の世話が大変になり負担が増えるばかりです。新しい治療法・治療薬に期待すると共にリハビリに一層力を入れて、元気になって長生きし旅行にも連れて行ってあげたいと思います。

パーキンソン病友の会の先生方や仲間の力をお借りしてなんとかがんばりたいと思っています。



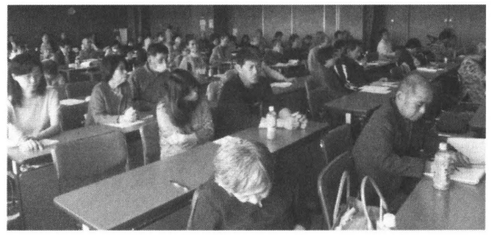
## 平成27年度第1回 医療講演会

総会に引き続いて午後、平山先生の企画、お骨折りで、“古くて新しいパーキンソン病の脳外科療法・定位脳手術の変遷”をテーマに講演会を開催しました。
テーマにそって、愛知県支部会員の定位脳手術の実態はどうだろうと、事前にアンケートを実施しました（次ページまとめ参照)。受けられた方の男女比の大きな差異は何だろうと思っていました。
平山先生の研究室の湊智美さんから、先年愛知県支部会員を対象に行ったアンケート調査「パーキンソン病患者とその家族の症状認識の差異」について講演会に先立ちご報告いただきました。その中で、「ジスキネジア」の症状で苦しんでいるのは、男性よりも女性が多いことがわかりました。手術の適応症状が「ジスキネジア」であることを考えると手術を受けられた方の男女比の差異に納得をしました。

講演1：講　師：名古屋大学大学院医学研究科　脳神経外科　准教授　梶田泰一先生
「外科の立場から・効果のある患者さんの選び方、その手術方法」
梶田先生には、2005年、2011年に続き3回目となりました。DBS治療の15年近い歩みに触れながら手術をする脳外科医の立場からお話しをいただきました。
講演2：講　師：田附興風会　北野病院　神経内科副部長　齋木英資先生
「内科の立場から・効果のある患者さんの選び方、手術後の管理」
齋木先生からは、神経内科の立場から、手術をするか、しないか、するなら、どの部位（淡蒼球か視床下核）にするかなど、患者のマネジメントを中心にわかりやすくお話しいただきました。

参加者のアンケート回答をみると、(アンケート集計参照)
○現在DBSを考えているので、斎木先生の話はわかりやすくためになりました。
○手術の治療法があることが初めてわかりました。○DBSを内科的に説明していただき理解できました。○DBSに二種類の手術があると初めて知りました。もう少し頭のすっきりしている時に、もう一度聞きたい！○DBS治療を受けた者です。その後の状態がどうなるのかが不安でお話しを聞きに参りました。手術の経過は良くて感謝しています。お話は参考になりました。ありがとうございました。
など、沢山いただき、良いタイミングで、良い講演会ができたことを平山先生、梶田先生、齋木先生に心から感謝申し上げます。

解説とお願い：講　師：名古屋大学脳とこころの研究センター　渡辺宏久先生
「ブレインバンクの活動について」



神経難病の治療を進めていくためには、脳の研究が何より重要であること、ブレインバンクの活動、生前登録のお願いなどお話しをいただきました。

# ＤＢＳ（脳深部刺激療法）に関するアンケートのまとめ

事務局

趣旨:27 年度医療講演会のテーマ「古くて新しいパーキンソン病の脳外科療法・定位脳手術の変遷」に寄せて、愛知県支部の会員の手術状況の把握を目的として実施

方法:27 年 4 月 4 日「会報 81 号」にアンケート折り込み。275 通。

回収:4 月 8 日(1 通目)～17 日(10 通目)

1. 回答者 【10 名】

回答は、手術をうけておられる方のみ返信を依頼した。その結果の回答数は 10 名(3.6%)であった。会員 275 名の内、手術を受けておられる方が「10 名だけ」と気にかかるところである。27 年度会費の事前納入があった 36 名を除く 239 名に会費納入依頼を同時に行ったが、17 日現在、96 人(40.2%)から会費納入がされた。これを考慮すると、愛知県支部の手術施行者は多くても 10 数名と推計して良いかもしれない。

愛知県のパーキンソン病での特定疾患医療費助成受給者は 4,669 人(H25 年度)。手術を受けられる医療機関は 3 病院で、手術症例累計概数は 600 名くらいと推計されている。医療費助成受給者の 12.8%に当たる。しかし、600 名は、当然ながら名古屋、愛知県内だけでなく、岐阜県、三重県なども含んでいると考えられ、累計なので死亡されている方たちもおられるであろう。また、友の会への入会率は、医療費助成受給者数でみると5.9%である。こうした状況を考えると、愛知県支部で手術を受けておられる会員は、10 数名程度思われる。

回答いただいた「10 名」は 2, 3 名漏れているかも知れないが妥当なところと考える。ご回答ありがとうございました。

2. 性別

10 人の内、不明が一人で、男性が 1 名、女性が 8 名(88･9%)と圧倒的に多かった。この男女差は何だろうか？愛知県支部のみの傾向なのか、手術における全体的な傾向なのか気にかかる。

| 男性 | 女性 |
|---|---|
| 1 | 8 |

【註】医療講演に先立ち、平山先生の研究室で愛知県支部の患者を対象に行った、「パーキンソン病患者とその家族の症状認識の差異」の調査報告を、院生の湊智美さんからしていただきました。その報告によりますと、男性患者よりも女性患者の方が圧倒的に「ジスキネジア」で困っている割合が高いことが分かりました。手術適応症状が「ジスキネジア」にあることから考えると、女性の方が多いのが「なるほど」と納得できました。

3. 年齢

調査時の年齢は、不明の一名を除くと、60 代 2 名(20.0%) 70 代 7 名(70.0%)。最も若い人が 63 歳、高齢の方は 76 歳であった。



| 60～65 歳 | 66 歳～70 歳以 | 71 歳～75 歳 | 76～80 歳 |
|---|---|---|---|
| 2 | 0 | 6 | 1 |

4. 発病からの年数

最も長い人が 25 年、短い人は 9 年であった。不明の一名を除く 9 名の平均は 16..9 年と長い。

| 10 年以下 | 11 年～15 年 | 16 年～20 年 | 20 年以上 |
|---|---|---|---|
| 1 | 4 | 1 | 3 |

5. 施術病院

愛知県で手術が受けられる病院は、名古屋市立大学病院･名古屋大学病院･セントラル病院の 3 病院とのことである。この 3 病院の累計手術数、及び 10 名の施術病院は次の通りである。

| 病院名 | 手術症例累計概数 | 友の会会員施術数 |
|---|---|---|
| 名古屋市立大学病院 | 250～300 | 7 |
| 名古屋大学病院 | 250～300 | 2 |
| セントラル病院 | 30 | 1 |

6. 手術時期

10 名の内、最も早く受けられた方は平成 16 年、最も新しい方は今年(27 年)であった。

| H16 | H20 | H21 | H22 | H23 | H24 | H26 | H27 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 |

手術を受けた時の年齢は、最も若い方が 58 歳、高齢の方は 73 歳である。

| 55 歳～60 歳 | 61 歳～65 歳 | 66 歳～70 歳 | 71 歳～ |
|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 4 | 3 |

7. 手術を決意した時の、困った症状

以下のように回答されたが、ON･OFF がひどい、ジスキネジアが激しい、すくみ足で歩きにくいなどが共通の症状としてあげられる。

○ON･OFF がひどい、すくみ足で夜間のトイレに困った
○すくみ足･便秘、ジスキネジア
○ジスキネジアが強い、薬の量が多い(1 日 20 錠くらい)
○ON･OFF がひどい、歩行困難、身体が動かない
○ジスキネジアが激しい、ON･OFF 症状
○ジスキネジア
○手の震え、転倒しやすい、重いものが持てない、力が入らない
○無動になっていく、夜、起こしてもらわないとトイレに行けない
○歩けないに近い状態、足の指が氷に漬けたよう
○振戦

8. 手術を受けて症状はどのように変化したか

お一人「改善しなかった」と回答されたが、困っていた「ジスキネジアは改善した」と記入されているので、「改善」ととらえると、「改善しなかった」人はいない。困った症状の改善に手術が大きく貢献している。その上で、新たな症状が出たと回答された方もいる。

| 改善した | やや改善した | 改善しなかった |
|---|---|---|
| 7 | 3 | 0 |

術後に出た新たな症状としてあげられたのは次のようなものである。

○声が出ない、字が書けない
○声が出しにくい
○一歩が出ない、便秘が進んだ
○頭がくらくらする
○ジスキネジア

9. 手術についての満足度

10 名の内、「どちらとも言えない」と回答された方がお一人だけで、9 名は「手術を受けて良かった」と回答されている。

| 手術を受けて良かった | 受けない方が良かった | どちらとも言えない |
|---|---|---|
| 9 | 0 | 1 |

10. 現在困っていること

手術を受ければ全てが長期にわたり改善される訳でなく、経年により、加齢・病状の進行などからやはり困る症状は出てくる。自分にとって不如意な事項があげられた。

○瞼が下がって目が開きにくい、首のコードがきつい
○声が出ない、字が書けない
○前方突進が出て良く転ぶ、以前に比べ長く歩けない
○腰痛
○手術後言語障害に苦しむようになった
○ジスキネジア、ジストニア、電圧の調整と薬の調整
○後ろに転ぶ、立ちあがりにくい、便秘が進んだ、早足に歩く
○手術前より薬が増えた、人の手を借りないと、また、ON の時でないと外に出られない
○薬を飲み忘れるほど良くなった、ここ 2, 3 ヶ月電圧を 0.1 上げ、コムタンを 1 錠増やしてジスキネジアに



## 平成 27 年度総会・医療講演会　アンケートまとめ

**事務局**

医療講演会には 90 名余が参加してくださった。1 家族 1 枚でアンケート用紙への回答をお願いし、49 枚の回収を得た。その集計結果のまとめをご紹介します。

1.「あなたは患者さんですか」

49 人中 42 人（85.7%）は患者本人の回答であった。毎回数名の参加があった「医療・福祉関係者」の参加がなかった。

| | |
|---|---|
| 1. 患者 | 42 名 |
| 2. 家族 | 3 名 |
| 3. 知人・友人 | 1 名 |
| 4. 医療・福祉関係者 | 0 名 |
| 5. その他一般 | 3 名 |

2.「性別・年齢・病歴」

パーキンソン病患者は高齢者が多いことを反映して出席者も「女性」が 27 名（55.1%）と多い。年齢も「70 代」が 23 名（46.9%8%）と最も多かった。病歴は、「1 年未満」が 2 名（4.1%）、「7 年以上」が 22 名（44.9%）と半数近くを占めた。この調査項目については、次回から「7 年から 10 年」「10 年以上」を追加したいと思う。

（性別）

| | |
|---|---|
| 1. 男性 | 22 名 |
| 2. 女性 | 27 名 |

（年齢）

| | |
|---|---|
| 1. 30 代 | 0 名 |
| 2. 40 代 | 2 名 |
| 3. 50 代 | 6 名 |
| 4. 60 代 | 17 名 |
| 5. 70 代 | 23 名 |
| 6. 80 代 | 1 名 |

（病歴）

| | |
|---|---|
| 1. 1 年未満 | 2 名 |
| 2. 1 年～3 年未満 | 5 名 |
| 3. 3 年～5 年未満 | 8 名 |
| 4. 5 年～7 年未満 | 6 名 |
| 5. 7 年以上 | 22 名 |

3.「会員・非会員の別」

医療講演会は、会員のためであると同時に、パーキンソン病患者・家族、医療・

福祉関係者など関係者への啓蒙を目的としている。会員でない方の参を加期待したいものである。今回は13名（26.5%）に参加してもらえた。

| | |
|---|---|
| 1．会員 | 36名 |
| 2．非会員 | 13名 |

4．「どちらから参加しましたか」

名古屋で開催の総会（午前）にひき続いた講演会であったこともあり、名古屋市在住者が20名（41.7%）と多かった。参加された市町は以下の通りです。
阿久比町（1名）、一宮市（3名）、岩倉市（1名）、大府市（1名）、岡崎市（4名）、春日井市（3名）、刈谷市（2名）、北名古屋市（2名）、知立市（1名）、東海市（2名）、東郷町（1名）、豊橋市（3名）、名古屋市（20名）、西尾市（1名）、碧南市（1名）、岐阜県（2名）、京都市（1名）

5．「医療講演会の情報は何で知りましたか」

会員が多いので、「会報」から知った人が37名（75.5%）と多く、ついで、「新聞」が11名（22.9%）と、新聞報道の力と有難さを毎回感じている。

| | |
|---|---|
| 1．会報 | 37名 |
| 2．新聞 | 11名 |
| 3．会員紹介 | 1名 |

6．「講演会の参加回数」

愛知県支部では、年4回、医療講演会を開催している。会員の方は、当然ながら2回以上の複数会参加となるが、「初めて参加」された方がどのくらいなのか、気にかかる。14名（28.6%）が初めての参加者であった。

7．「今後のテーマについて」

○介護保険と難病の受給者証の扱い
○介護保険について　3名
○薬について（選び方、効き方）　9名
○パーキンソン病と歯
○iPS細胞について　10名
○リハビリスポーツ
○障害者支援について（難病特定疾患認定とのからみについて）
○介護について
○リハビリの方法等が具体的に判る手引書等の作成の方向性はないのでしょうか
○パーキンソン病が進んで横ばいからもう少し病気が進み老健以外の医療で入院することができないものかと、今の現状を他の人々の意見が聞きたいと思う（介護する側）
○難病対策について



○手術について　4名
○介護保険で訪問リハを始めたところ。介護訪問リハは、介護点数のポイントを使うが利用料については難病受給者証と医療受給者証が使えるので実質負担は0の筈・・・どなたもご存知ない。ご存知の方いらっしゃいますか。

8．「本日の講演に関する感想」

○わかりやすく為になりました
○いろんな情報を知ることができました。ありがとうございました。
○神経回路（ネットワーク）が100兆超えるとのこと、凄いなあと感心する。
○大変参考になりました
○ありがとうございました
○大変良かったと思う
○非常に熱のこもった講演をありがとうございました
○患者の経験した話が良かった。どうしても話がとぎれとぎれになるので、概略を印刷したものをいただきたい。
○DBSの手術についてのお話しが中心でした。手術は全く考えていませんので、他人事のように聞いていましたが、斎木先生のお話は判り易く興味を持って伺えました。
○DBS手術について初めて詳しく伺い、とても参考になりました。自分には該当しない手術ということが分かっただけでも良かったです。
○各先生の講演は、違いがあって良かった。
○毎年来ようと思っても用事でこれなくて今年は久し振りに参りました。講演はさすがと思える。わかりやすく的確で本当によくわかりました。研究結果は説得力があってすばらしいです。
○旧会長・副会長お疲れさまでした。新会長・副会長よろしくお願いいたします。
DBS内科の立場からのお話はとても興味深くもう一度聞きたい！ぜひ！！
○大変良かった
○大変良いお話しが聞けて嬉しく思っています。
○いつも平沼（ママ平山）先生には頭が下がります。ありがとうございました。講演会が長すぎる。少々身体がえらかった。折角の友の会の総会です。患者同志の交流がしたかった。
○手術のお世話にならないように、早く「さようなら」がしたいと思った。
○初めての参加でしたが、少しは理解できた。今後も続けて欲しい。
○とてもわかりやすく説明していただき、大変勉強になりました。
○大変良かった。ありがとうございました。
○大変有益な講演、ありがとうございました。
○来て良かったです！具体例が多く、分かりやすかったし、知りたい情報を聞くことができました。ありがとうございました。斎木先生の「知識は力」をこれから座右の銘にして、いつも見守ってくれる夫と幸せに暮らして行きます。

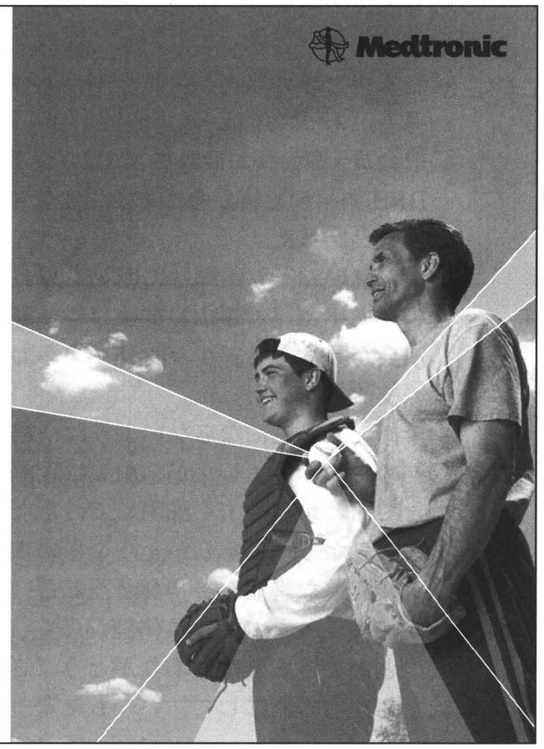
○DBS のお話しが詳しくて良かったです。DBS をして目が見えにくく、声が出なくてとても辛いです。字が書けなくなった。
○DBS はよくわからなかったが、少しだけ知識が増えてよかった。
○神経内科の有意義な話が聞けてよかったです。
○具体例を出して説明されとても良かった。
○現在 DBS を考えているので、斎木先生の話はわかりやすくためになりました。
○手術の治療法があることが初めてわかりました。
○DBS を内科的に説明していただき理解できました
○DBS に二種類の手術があると初めて知りました。もう少し頭のすっきりしている時に、もう一度聞きたい！
○DBS 治療を受けた者です。その後の状態がどうなるのかが不安でお話しを聞きに参りました。手術の経過は良くて感謝しています。お話は参考になりました。ありがとうございました。
○DBS の情報を総合的にアップデート（更新）できて良かったと思います。
○「幸せ」という言葉が涙が出る程、心に響きました。参加して良かった・・・。
○斎木先生の講演はとてもステキでしょう！


# 明日の笑顔を

脳深部への電気刺激により、
本態性振戦等に伴う振戦、
パーキンソン病の運動障害や、
ジストニアの症状を軽減し、
「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
TEL 03-6430-2016
http://www.medtronic.co.jp







# 質問コーナー

事務局

質　問：　現在、介護保険で訪問リハを始めたところです。介護訪問リハは介護点数のポイントを使うが、利用料については、難病受給者証と医療の受給者証が使えるので実質負担は０の筈が・・・どなたもご存知ない。
ご存知の方いらっしゃいますか？

回　答：　この質問は、4 月 26 日に開催した医療講演会のアンケートに記載されていたものです。改めて、制度の用語を正しく使うこと、制度そのものがあることを知ること、そして、その制度を正しく理解し、利用することの難しさを考えさせられます。斎木先生は講演で「知識は力」だと話されました。患者も家族も、病気のこと、治療法のこと、薬のこと、病気とともに生活していくための福祉制度のことなど、学ぶことが沢山あります。指定難病のこと、介護保険のこと、利用料の支払いのことなどを考えるのにとてもいいご質問をいただいたと思います。一緒に考えて見ましょう。

1．用語について
「介護点数のポイント」＝介護保険の中には、「点数」という考えはありません。在宅系のサービスを受ける時、＜要介護度＞に応じて 1 ヶ月に利用できるサービスの上限を「単位」として決めています。質問者が「要介護３」とすると、1 ヶ月あたり 26, 750 単位使えます。訪問リハ、その他のサービスを組み合わせてこの中で利用することになります。
「難病受給者証」＝特定医療費受給者証（指定難病）
「医療の受給者証」＝この言葉をどのような思いでお使いか不明ですが、言葉どおりにとれば、国民健康保険であれば「国民健康保険被保険者証」（健康保険証・保険証）となりますが、文脈から読み込みますと、「まる福」とか「まる障」と言われる制度の受給者証も含んでいるのかも知れません。
2．質問者は、訪問リハの入り口は「介護保険」、出口の支払いは「指定難病・医療保険」と考えておられますが、これは誤りです。介護保険の利用料を医療保険で支払うことはありません。介護保険のサービスを受けた時は介護保険で支払いになり、減免措置などありますが 1 割負担が原則です。
3．パーキンソン病患者が訪問リハを受ける時、介護保険だけでなく、医療保険で訪問リハを受ける選択があります。この場合は、当然「特定医療費（指定難病）」の対象となります。ケアマネさんに相談して訪問リハを受けられていると思いますので、本当は医療保険の訪問リハなのに、介護保険と思い込まれているかも知れません。医療保険であれば、自己負担なく受けられる可能性があります。
4．費用負担について、「まる福」「まる障」の制度をお使いの方がおられると思います。

その場合、自己負担がなくなります。そのため、＜まる福、まる障があると無料＞と思われがちですが、水戸黄門の紋所のようにはいきません。特定医療費（新難病医療費助成）では、「保険優先の原則」で、介護保険・医療保険による給付が優先されます。

5．医療機関窓口支払いは、「医療費」＝「医療保険給付7割」＋「自己負担3割」が原則です。高齢者対策の中で、71歳から75歳未満が2割（昭和19年4月1日以前の誕生の人は1割）、75歳以上の後期高齢者は1割と決められています。また、「特定医療費（指定難病）」は2割となっていて上限額が設定されています。

6．医療費が40,000円だとすると、7割の28,000円は医療保険給付で支払い、3割の12,000円を受診者の自己負担が原則ですが、指定難病では、2割の8,000円を自己負担します。7割と2割で9割ですので、残りの1割の4,000円は公費負担となります。加えて1月から始まった新制度では、上限額が導入されています。上限額が1ヶ月1万円の人は、そのまま8,000円を支払うことになります。また、激変緩和措置が採られていて、上限額が新たな認定の半分に抑えられています。1ヶ月の上限額が5,000円だとすると、5,000円の負担となります。すると、2割・8,000円の自己負担額に3,000円不足になります。この不足額も公費負担となります。

| 7割＝医療保険給付 | 2割＝自己負担・上限額まで　不足分＝公費 | 1割＝公費 |
|---|---|---|

7．そして、上限額の5,000円の支払いについて、障害者手帳を取得されていたり、75歳以上の後期高齢者である場合、自治体により＜まる福、まる障＞の制度で自己負担が免除され、窓口での支払いがなくなることがあります。

8．質問者が言われるように、「特定医療費（指定難病）」と「健康保険証」では、残念ながら無料にはなりません。また、介護保険で訪問リハを受けておられる場合も無料にはなりません。支部会報82号の「難病新制度関連6」（番外）医療費支払いの仕組み　も併せてお読みください。

アンケートでは、講演テーマとし「難病対策」「障害者支援」「介護保険」をいただきました。なかなか、独立したテーマとしての講演会の開催が難しく、会報でご紹介しています。77号からの＜福祉講座1　障害者福祉と難病＞、78号からの＜難病新制度関連＞を参照いただければ幸いです。「介護保険」については、今月号（82号）の＜福祉講座6＞からでご紹介していきますのでよろしくお願いいたします。

また、「リハビリの方法等の手引書」の希望を頂きましたが、支部会報では、本町クリニックの近藤将人先生が「生活とリハビリテーションについて」として、図版入りで連続執筆していただいています（81号・4月号で17回）。このページを切り取るか、コピーをして綴じていただければ、ご希望の「リハビリの手引書」になると思います。工夫してみてください。



# 事務局だより

事務局

**【会費納入　～ご協力ありがとうございました～】**

27年度会費納入ありがとうございました。納入の遅れておられる方、会費（5,000円）をお振り込みいただけますようにお願いいたします。

**【ご寄付をいただきました　～ありがとうございました】**

会費の振込とともに、ご寄付をいただきました。ありがとうございました。

石井のり子・石黒美智子・磯谷旦子・井浪紫津香・佐々木春雄・清野行夫・豊田国昭
鳥居富士子・服部幸枝・増田民子・益田利彦　（敬称略　11名　51,650円）

**【会活動】**

04月04日(土)　定例役員会（運営会議・会報発行）（東海市民交流センター会議室）
04月06日(月)　会長交代挨拶状発送
04月08日(水)　平山正昭先生訪問　（医療講演会打合せ・新旧会長交代ご挨拶）
04月11日(土)　愛難連　第1回理事会　（杉本理事出席）
04月14日(火)　音楽療法（名大病院ナディック）
04月15日(水)～16日(木)　国会請願（7名参加）
04月17日(金)　DBSアンケートの集計
04月19日(日)　東海事務所内整理（8名参加）
04月24日(金)　本部宛「26年度活動状況報告」「27年度役員名簿」提出
04月26日(日)　27年度総会・医療講演会　（名古屋市総合社会福祉会館）
05月02日(土)　定例役員会（運営会議）　（東海市民交流センター会議室）
05月12日(火)　音楽療法（名大病院ナディック）

**【お知らせ】**

●27年度役員会（運営会議）
会　場：　東海市市民交流センター　会議室
時　間：　10時～12時
会議日：　6月6日（土）＝　大会議室
　　7月4日（土）＝　小会議室

**●8月定例役員会(運営会議)について“丹羽さん宅最後の集会”**
**期日：8月1日（土）　10:00～12:00**
**会場：東海事務所（丹羽さん宅）**

**前々から検討して参りましたように、丹羽さん宅を事務所として長期間利用させていただいてきましたが、事務所の片付けも済みましたので、奥様にお返しすることを決定いたしました。8月を“丹羽さん宅、最後の集会”とさせていただきます。旧い役員さんには懐かしい場所と推察し、お出かけ下さいますようご案内申し上げます。**

●豊橋在住の会員の皆様へ
豊橋保健所から、あゆみの会の年間予定をいただきました。ご案内いたします。
6月19日「フリートーク」・7月24日「管理栄養士による講話」・9月18日「交流会～日頃の生活で工夫している・意識していること」・10月16日「フリートーク」・11月20日「薬剤師による講話」・1月15日「フリートーク」・3月18日「交流会～災害の備えについて」　※いずれも金曜日　※時間は10:00～11:30
申込：豊橋保健所・保健センター　健康増進課（℡：39-9145　FAX：38-0770）

## 【難病新制度関連　6】（番外）医療費支払いの仕組み　　事務局

本題に入る前に

新制度が始まり 6 ヶ月を迎えました。旧医療費助成制度と新制度の違いの一つに「軽症者特例」があります。医療費総額が 33,330 円（3 割負担で 10,000 円超、2 割負担で 6,670 円超、1 割負担で 3,330 円超）を超えた月が認定申請を行った日の属する以前（例えば平成 26 年 1 月～12 月末）の 12 月以内に 3 回あれば（平成 27 年 1 月からの）助成対象者となります。そして、今年も同様であれば、来年 1 月の更新も可能になります。指定難病の認定が受けられなかった方で軽症の方はご確認ください。また、誰もが自己負担が生じましたが、指定医療費（指定難病）と福祉医療（まる障、まる福）は併用ができ、自己負担が助成されます。

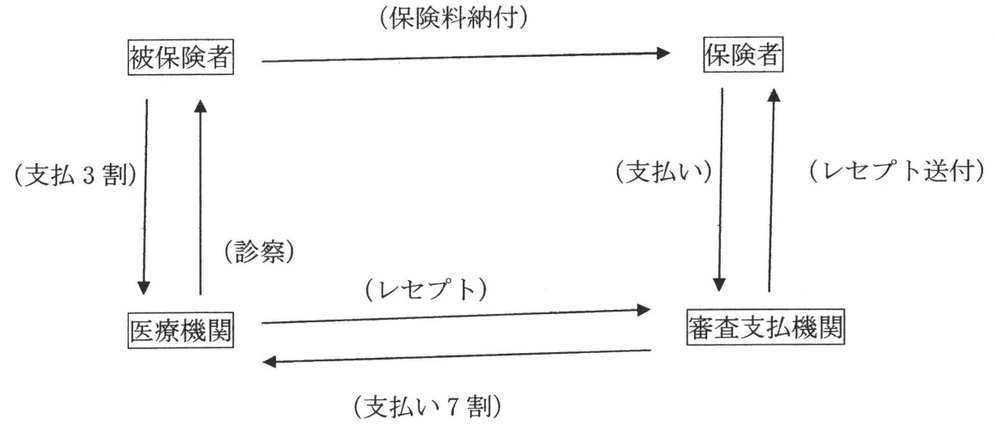
1．医療保険制度の誕生

病院に行く時には「保険証」を持参し支払いを行う。「保険証」という言葉は、医療を受けるパスポートとして定着している。元気な若い頃には何年も「保険証を使ったことなどなかった。」という方もおられることでしょう。知っているようで、よくは知っていない医療費の仕組みをみてみましょう。

わが国の医療保険制度は旧西ドイツを参考に制度設計されたと言われています。1927 年に健康保険法、’38 年に国民健康保険法、’61 年に国民健康保険の全面実施が行われ「国民皆保険」という世界に誇れる制度になりました。

医療保険は、すべての人が加入し、お金を出し合って運営している助け合いの仕組みです。医療保険は、勤労者が加入する被用者保険（職域保険）と、自営業者、勤労者の退職者が加入する国民健康保険（地域保険）、75 歳以上の方が加入する後期高齢者医療制度に大別されます。さらに、被用者保険は、職業によって種類があり、健保組合、協会健保、共済組合などがあります。

2．医療保険の仕組み




3．医療費の患者負担割合

| | | |
|---|---|---|
| ① | 義務教育就学前 | 2 割負担 |
| ② | 義務教育就学後～69 歳 | 3 割負担 |
| ③ | 70 歳～74 歳 | 2 割負担（2014 年 4 月から、現役並み所得者 3 割負担） |
| ④ | 75 歳以上 | 1 割負担（現役並み所得者は 3 割負担） |



高齢者の医療費負担額については、1973 年に医療費支給制度により無料になりました。その後’01 年に定率 1 割負担となり、’08 年 4 月に「後期高齢者医療制度」が施行され、75 歳以上は 1 割負担、70～74 歳は 2 割負担に切り上げとなりました。しかし 1 割負担のまま凍結されてきましたが、2014 年 4 月 2 日以降に 70 歳になった人（昭和 19 年 4 月 2 日以降誕生）から 2 割負担になり、1 割負担の人はそのまま据置され、段階的に 2 割になり 5 年後にはこの年齢層は全員が 2 割負担となります（現役並みの所得者は 3 割負担）。

4．医療保険制度の財源

① 後期高齢者（75 歳以上）医療費＝公費 5 割　＋　支援金 4 割　＋　保険料 1 割

② 前期高齢者（65～74 歳）医療費＝前期高齢者財政調整制度　公費　＋　交付金（※）

（※）交付金＝国保の退職者交付金、健保・協会の交付金

③ 一般（～64 歳）医療費＝保険料　＋　公費

5．指定難病患者医療費

この稿でご紹介してきましたように、患者負担は 2 割となり、所得による負担上限額が設定されました。また、旧制度（特定疾患医療費助成）での受給者には 3 年間の激変緩和の経過措置がとられました。医療費の支給（2 割負担額と上限額の差額）は、法律で都道府県の支弁（財源）とし、国はその 2 分の 1 を負担することになっています。

6．高額療養費制度

**家計に対する医療費の自己負担が過重にならないようにするための公的医療保険における制度の一つで、医療機関や薬局の窓口で支払った額が、暦月（月の初めから終わりまで）で一定額を超えた場合に、その超えた金額を支給する制度です。高額療養費では、年齢や所得に応じて本人が支払う医療費の上限が定められており、またいくつかの条件を満たすことにより、さらに負担を軽減する仕組みも設けられています。**

7．障害者医療費助成制度　（まる障）

障害者の医療費助成（通称マル障）は各都道府県が独自に行っている事業なので、都道府県によって助成内容には差があります。国民健康保険、後期高齢者医療制度の窓口は市町村であり、県内にあっても市町村で助成内容に差があることがあります。概ね 1 ～3 級の障害者手帳取得者で診療機関での自己負担額が助成されます。

8．後期高齢者福祉医療制度　（まる福）

「まる福」という制度をとっている市町村があります。「後期高齢者福祉医療費制度」の意味です。対象となるのは、後期高齢者医療制度加入者、障害者手帳 1 ～3 級所持者のような規定があります。診療機関での 1 割の自己負担額が助成されます。

結び

自分は、3 割負担、2 割負担、2 割負担だが上限額のこれだけを負担、1 割負担、高額の医療費になってこれだけの上限額の負担・・・　保険料を納めているけれども、それだけで賄える筈もなく、当然、税金が投入されています。立ち止まって、医療費の流れを考えて見るのは大事なことかも知れません。

## 福祉講座６　介護保険について

事務局

**１．　介護保険に向かう流れ～高齢者保健福祉政策**

「高齢者福祉政策」の始まりは1960年代からである。1960年の高齢化率は5.7%。’63年に「老人福祉法」が制定され、①特別養護老人ホームの創設　②老人家庭奉仕員（ホームヘルパー）法制定が行われた。60年代に入って、池田首相は「所得倍増計画」を打ち出し、「私は嘘を申しません」と所得は10年間で倍以上に増えた。若者たちは都市での就職のために集団列車で故郷を離れて行った。核家族に向かうスタート地点でもあった。この時期の老人問題は、老人の生き方、よりも労働力対応という視点がより大きな課題であったと思われる。

1970年代に入ると、高齢化率は7.1%と上昇し、「老人医療費の増大」が大きな課題となる。しかし日本経済は伸び盛りであり、'73年には「老人医療費無料化」が実現した。

1980年代は、高齢化率が9.1%となり長寿化傾向がはっきりとしてきた。その中で、「社会的入院や、寝たきりなど老人問題の社会化」がクローズアップしてきた。’82年には「老人保健法」の制定。医療費の増加に対応して、老人医療費の一定額負担の導入等が採られるようになり、'89年には「ゴールドプラン（高齢者保健福祉推進10カ年戦略）」が策定され、施設整備と、在宅福祉の推進が図られた。

1990年代は、先の「ゴールドプラン」の推進が課題であり、高齢化率は12.0%と上昇した。‘94年には「新ゴールドプラン（新・高齢者保健福祉推進10カ年戦略）」を策定し、「在宅介護の充実」が進むべき方向となった。'95年には、'90年に12.0%だった高齢化率は14.5%になり、「介護保険制度の導入準備」を始めて、'96年に「介護保険制度に関する与党合意」がなされ、'97年「介護保険法」が成立した。

2000年代は、2000年に「介護保険」が施行され、介護保険制度の実施となった。2000年の高齢化率は17.3%まで上がった。

**２．介護護保険導入の経過のまとめ**

高齢化の進展に伴い、要介護高齢者の増加や介護期間の長期化などの介護ニーズが増大する一方、核家族化の進行、介護する家族の高齢化など、要介護高齢者を支えてきた家族をめぐる状況も変化してきた。そこで、＜高齢者の介護を社会全体で支え合う仕組み（介護保険）を創設＞することとなった。

「介護保険」の基本的な３本柱

○自立支援・・・単に介護を要する高齢者の身の回りの世話をするということでなく、高齢者の自立を支援することを理念とする。

○利用者本位・・・利用者の選択により、多様な主体から保健医療サービス、福祉サービスを総合的に受けられる制度にする。

○社会保険方式・・・給付と負担の関係が明確な社会保険方式を採用。

**次回からは、制度の仕組み、サービスを見て行きたいと思います。**



## 図書紹介

事務局

**書　名：スーパー図解　パーキンソン病**
**～すこやかな改善を目指す最新知識～**
**（トップ専門医の「家庭の医学」シリーズ）**
**著　者：村田美穂　監修**
**出版社：法研　2014.8.18　【1400円+税】**




【監修】村田美穂先生
1992年筑波大学大学院医学研究科修了
筑波大学付属病院、東京都老人医療センター、東京大学医学部付属病院を経て、2004年より国立精神・神経センター武蔵病院（現：国立精神・神経医療研究センター病院）。現在、神経内科診療部長。特命副院長、パーキンソン病・運動障害疾患センター長。
専門は、パーキンソン病の治療。

＜スーパー図解＞とあるように、右ページに文章があり、その内容が左ページに図解で説明されていて、大変に読みやすく理解しやすい。患者・家族がパーキンソン病を勉強するために役立つ図書である。

＜内容＞

第1章　パーキンソン病とはどんな病気か（正しく理解しよう／特徴／起こる仕組み／どんな人がなりやすいのか？／症候群とは？）

第２章　パーキンソン病の診断から治療へ（診断は神経内科で／診断／治療はオーダーメード／知っておきたい治療に伴う症状）

第３章　パーキンソン病治療の実際（最新「ガイドライン」と治療／主な治療薬／副作用／服薬の注意／外科手術療法）

第４章　パーキンソン病と上手につき合う～リハビリとサポート情報（規則的な生活リズムが生活のコツ／リハビリテーションの実際／家族もパーキンソン病を理解しよう／社会的支援を利用しよう／パーキンソン病当事者コミュニティの意義）

＜図解　例＞



# 事務局へのたよりから

謹啓
桜の咲き誇る季節となりました。日中の寒暖差もあり、今年は雨も多いように感じます。お元気でいらっしゃいますでしょうか？奥様のご体調はいかがですか？
以前、Ｅ大病院に通院時に神経内科M先生の転勤に伴う転院にお力添えいただきまして大変にありがとうございます。

昨年 11 月に乳癌が発見されました。Ｅ大の乳腺外科で治療中でございます。2 月 26 日、入院し手術を受けました。それに伴い、神経内科もＥ大に戻り、水曜日の外来のH先生に診ていただいております。H先生から転院の理由を聞かれ、自分の意思ではなくM先生の言葉に従うしかなかったことを申し上げました。問題なく外来も通院できるようになりました。本当にありがとうございました。

癌は進行しており、右胸の全摘出と右脇のリンパ節の摘出となりました。来週から抗がん剤の治療が始まります。今回、手術のため様々な検査を受けました。心臓の不整脈と肺機能の低下があり、パーキンソン病のための内臓低下とわかりました。

Ｅ大で、乳腺外科、麻酔科、循環器科、神経内科で連携をとっていただき、パーキンソン病でも癌治療を受けられるチームで支えていただいています。乳癌も「浸潤性小葉癌」という特殊な癌で、男性も乳癌にする悪質なものでした。

パーキンソン病の会の皆様も、様々なことを体験されていることと思いますが私のケースは本当に珍しいらしいです。難病を持っていても癌検診は必要と先生に言われました。原田様ご夫妻様はじめ皆様方にもお伝えしたくペンを取りました。

パーキンソン病での手術、抗がん剤治療は、リスクがとても高くなっています。早期発見、早期治療が一番の手当と先生方はおっしゃっております。

私は、今までもお世話になっている訪問看護師さん、訪問リハビリの先生方のお力でペンが持てるまで回復し、心も前向きでいられます。Ｅ大にはひんぱんに通院するようになりました。いつの日かご拝顔できれば御礼申し上げたいと思うしだいです。

国の方針も次々と変わり、社会情勢の流れを把握するのに不慣れなもので会からの文を頼りにしております。今後とも、ご指導ご鞭撻のほど何卒宜しくお願い申し上げます。

朝夕、肌寒い日がございます。お身体ご自愛ください。悪筆判読ありがとうございました。

Ｙ・Ｋ



# 会報バックナンバーの譲渡について　　事務局

東海事務所の片づけをしましたら、会報のバックナンバーが、沢山残っていました。ご希望の方にお譲りいたします。**送料のみご負担ください。**ご希望の会報とともに振込用紙を同送しますので、封筒に貼ってある切手代金（郵送料）をご確認いただき、お振り込みください。

**【支部会報】**
3 号（少）：2001 年 6 月　　4 号（少）：2001 年 12 月
6 号（少）：2002 年 8 月
12 号：2003 年 11 月　　14 号：15 号：
24 号：2006 年 3 月
25 号：2006 年 5 月　　26 号：2006 年 7 月　　28 号：2006 年 11 月
29 号（少）：2007 年 1 月　　30 号：2007 年 3 月
31 号：2007 年 5 月　　32 号：2007 年 8 月
**34 号（第 31 回全国総会シンポジウム　医師による討論）：2007 年 9 月**
35 号：2007 年 11 月　　36 号：2008 年 1 月
37 号：2008 年 3 月　　40 号：2008 年 8 月　　42 号：2008 年 12 月
43 号（少）：2009 年 1 月
44 号：2009 年 4 月　　45 号：2009 年 6 月　　46 号：2009 年 8 月

**【全国誌会報】**
103 号：2005 年 10 月
106 号：2006 年 8 月
109 号：2007 年 6 月
110 号：2007 年 8 月
112 号：2008 年 3 月
130 号：2012 年 11 月
平成 24 年度：（支部会報）62・63・64・65・66・67 号
　　（本部会報）128・129・130・131 号
平成 25 年度：（支部会報）68・69（35 周年記念）・70・71・72・73・74 号
　　（本部会報　132・133・134・135 号
平成 26 年度：（支部会報）75・76・77・78・79・80 号
　　（本部会報）136・137・138・139 号

**【東海ﾌﾞﾛｯｸ】**
東海 1 号：2005 年 11 月
東海 2 号：2006 年 11 月

**【単行本】**
「わたしの幸福論　～パーキンソン病 23 年のあゆみ～」　丹羽浩介（愛知県パーキンソン病友の会会長）著　　平成 18 年

## 雑感　岡崎市　浅井利一

○国会請願と署名
４月 15 日、国会請願に参加しました。地元出身の衆議院、参議院の先生に愛知友の会の署名を通して、要望をお願しました。今年度は愛知友の会の 85 名方から 1713 筆の署名のご協力をいただきました。衆議院の先生は 857 筆、参議院の先生には 856 筆ということになります。先生方も要望を実現させるべく、全力で取り組む姿勢で臨んでいただけるとのこと、誠にありがたいことです。

患者にとって一日でも早く要望を法律化、実現されることを望んでいます。そのためには、患者の強い思い、必死な願いを具体的に行動することです。国会請願は署名が大きな力を発揮します。多ければ多い程です。愛知友の会は 270 名程の多くの会員がいます。一人でも多くの会員の方が署名の持つ大きな力を再確認していただけたらと思います。そして行動していただけたらと思います。
私も来年度、署名がんばります。

○医療講演会でのひとこま
午前中の総会に比べ参加者が一気に増えました。一番前の席に 60 代の男の方が陣取るように座っておられたので、声をかけてみました。奥さんが患者で、あちこちの病院を回ってやっとパーキンソン病と認定されたとのこと。中日新聞の案内を見て初めて参加されたとのことです。病気への知識や理解もまだ少ないことからの不安とか焦り、治るものなら治してやりたいとの強い思い、そんな複雑な心境が言葉のはしばしに現れていました。その方に限らず、初期の症状の段階ではよく分からず、途方にくれる方が多いと思います。私自身も妻の発症初期には同じ思いでした。

本日の講演もすぐに理解できなかったことが多かったと思いますが、こうした講演会に参加していく、それだけでなく愛知友の会の活動（一日交遊会、音楽療法など）に参加していく、多くの人と一緒に参加していくことが必要です。初期症状の時こそ大切ではないでしょうか。そうした体験から病気への理解が深まり、ゆとりをもって適切に対応でき、病気への前向きな姿勢が出てきます。この次は奥様と一緒に参加するご主人に会えることを楽しみにしています。

○役員会のすばらしさ
3 月で役員を退きました、ひょんなことから役員会に参加するようになりました。そこで、わたしの知らない多くのことを学び多くの体験をしました。患者の女房と担当医を往復していた時、友の会の一会員として参加していた時よりと比べると、目からうろこが落ちた思いです。役員会に入ってこそ実感できることなのです。友の会員になったからには、一度は役員会に参加しなければ、しなければ。これが私の今の心境です。



## 窓を開けて　春日井市　木村　順一

小説「赤毛のアン」の中に、「道を曲がると、思いもしない素敵な景色が広がっているかもしれない。」という言葉があります。
私には同じような思い出があります。小学校３年生のころ、鳥取市に住んでいて「砂丘」は歩いて１時間くらいなのでよく行きました。大きな砂の丘がそそり立ち、急斜面を必死で駆け上がると、視界がさっと開け、眼に海の青が飛び込んできました。浜風で体が吹き飛ばされそうでしたが、体を支えて見る１８０度の海の青さは今も心に甦ります。アンの曲がり角と違うかもしれませんが、思いもしない素敵な景色が広がる体験は同じと思います。

人生を道にたとえて、曲がり角といえば、それは「思いもしない悪いこと」を指すことが多いようです。パーキンソン病という病が思いもよらず降りかかり、人生がブルーになってしまった…ということも、曲がり角の事件に当てはまります。曲がったときに眼前に広がる景色を素敵とみるか、絶望的ととるか、出会う風景も受け止め方も、人によって違うでしょう。私は、病に出会ってしまったけれど、これから出会う曲がり角は一つだけではない。まだまだ生きて、いつか素敵な風景に出会うことを信じています。

子供の頃は何を見てもワクワクするものですが、年を重ね、心がすり切れて、感動しなくなっていくことは、悲しくあり淋しいものです。いつもワクワクする心を忘れないようにするには、それなりに訓練というかレッスンが必要かもしれません。パーキンソン病はうつになる人が多いと言われています。それには薬やリハビリ以外に外出をすることが有効と聞きます。外出はいつもワクワク感を感じるレッスンかもしれません。

朝、寝室の窓を開けるとき、曲がり角と同じような小さなワクワク感を覚えます。冬などは、一晩中降った雪が庭一面を真っ白にして、普段と全く違う景色を見ると、思わず誰かを呼んで、同じ感動を分かち合いたいと思ったりします。
春になると、私の家の窓の外は家々の屋根が連なり、その向こうにケヤキ林が見えます。細い枝が天に向かって伸びているのが小さく見えます。若芽が少しずつ木々の緑色を濃くしていきます。その変化は殆ど気づくことの出来ないほど僅かなものですが、毎日毎日同じことのくり返しと思われる日常にも、今日はどんな変化があるだろうと昨日とは違う今日を感じるのです。
人生は二度と同じことを繰り返さない一本道です。こうして年を取り、病気を持つと、誰もが同じような気持ちになるのではないかと、勝手に考えています。曲がり角を曲がると「いいことがある」と思って生きると、例えいつもの風景しか見つからなくても、その中にも、昨日とは違う何かがあるはずと思えるのです。

窓を開け放つと、風が吹く…空に雲が浮かんでいる…鳥が遠くで鳴いている。散歩の人の話し声が聞こえる…。体の感覚をそばだてると、その季節の今日でしか味わえない、くり返しのない時間に包まれて、「今生きている幸せ」を確かに感じられそうです。私はもうすぐ７０才。道の先は誰でも「青山あり」ですが、人生の最後の曲がり角を曲がると何か素敵な風景に出くわすことを楽しみにしています。

# 今日この頃　　中村区　　大野志都子



皆様こんにちは。最近の私の生活ぶりを久しぶりに振り返ってみたいと思います。
早いもので、私がＤＢＳ手術を受けてから11年目に入りました。（平成16年7月手術、17年4月体験発表、去年までに2回、電池交換の手術をしました。）　ＤＢＳ手術といっても完治する訳ではありません。そのことは分かっていたのですが、人間欲が出て頭に直接電極を埋め込めば完治するかもと、ただ漠然と内心思っていました。完治しないという事は、難病だからという事も手術後、認識していました。
執刀医の梅村先生（名市大病院から順天堂病院へ）いわく、「大野さんは典型的なパーキンソン病だね。23年も経っているのに、まあまあ（の身体の状態）だね。」と言われました。

でも、最近困った事は、声が出なくなって、すくみ足がひどくなり、従って家の中で転倒もする様になったので、家族と話し合った結果、ガスの使用・洗濯物・玄関の開け閉め、一人での入浴などを禁止されています。
これらの事や身の回りの事など全てを週3日（2時間30分）ヘルパーさんに来てもらっていましたが、家族で介護を今までより向き合いたいという気持ちから、今は週2日(1時間)ヘルパーさんに来てもらい、訪問介護の人にも変わらず週1日来てもらっています。
嫁は仕事をしていますが、子供達も大きくなってきた事もあって、毎日の下の世話から入浴・食事や洗濯などをしてくれています
息子が結婚をして孫ができ、ＤＢＳ手術と私は出合い、手術は成功しました。少しずつ病気と年齢と共に体が想う様に動かなくなってきた私が、どうしたら生活をしやすいか真剣に嫁を通じて考えてくれている事は環境が大きく変わったので毎日安心しています。毎日、自分の事を想って様子をみてくれている事はとても病気をしている自分にとって安心や家族の大切さを感じ、震災後、「絆」という事が大きく広まりましたが、まさに私と嫁、家族は強い絆で結ばれていると思いました。今、私が服用している薬は、パーキンソンの薬は、シンメトレル、ニュープロパッチ張り薬、ノウリアスト錠、マドパー配合錠の4種類です。他に、胃腸薬、すい臓の薬、骨粗鬆症の薬、便秘薬は3種類などです。これらの薬の服用や、先生方のお陰で不自由ながら何とか暮らしています。

私は平成3年にパーキンソン病になって長い間この病気と向かい合って来ましたが今、ｐ患者の皆様に一言お伝えしたい事は人と人との心の支えを感じる事で、生活の環境を変えてみる事や頑張らない程度に車イスを頼らずに歩く事、家族と話す時間を増やす事。(心の中に想っている事を伝える)　何か変化があると前より気持ちが元気になるかもしれません。
これからも一人ではなく、家族がみんなで病気に向き合っていこうと思う今日この頃です。

2015年3月28日



# 土佐の高知　　緑区　越澤　　博

山中史枝様、ご寄稿ありがとうございました。ＡＴＭ会報を通じて手をつないで歩んで行こうと、ありがたいお言葉を頂きました。また、貴支部の「リハビリ農園」や「つばさの集い」のご紹介、嬉しく拝見いたしました。これを機にみなさまと交流の輪が広がりますよう期待しております。

私が高知に初めて訪れたのは在職中、高知市で開催された図書館研究会に参加した時です。高知市内に宿泊し、暇を見て高知城天守閣より市内を眺めた記憶があり、研究会の後、一日休暇をとり足摺岬まで足を延しました。昔のことで記憶が薄れていますが足摺岬灯台や椿の林を歩いたことなど懐かしいです。

二度目は旅行会社のツアーに参加し、市内観光、桂浜の坂本竜馬像、黒潮が打ち寄せる桂浜に遊び、その後バスで四万十川を観光し、足摺岬へ行きました。私は二度目でしたから妻の案内役として、金剛福寺からの眺めや岬の灯台やツバキ林など歩きました。宿の露天風呂からの眺めも堪能しました。

三度目は高知空港へ飛び、再び市内観光、桂浜を歩き、その後室戸岬へ向かいました。途中、安芸市の土居廓中に残る武家屋敷や野良時計など覚えています。野良時計は明治時代、まだ各戸ごとに時計のなかったころ、土地の地主が畑の真ん中に時計台を建てたと言われています。瓦屋根の日本式家屋に洋式の時計が据え付けられていました。室戸岬灯台や室戸岬測候所、自然豊かな散歩道などが思いだされます。足摺岬灯台がスマートな形であるのに対し、室戸岬灯台は帽子をかぶったようなズングリした形でした。両灯台とも太平洋に突き出た岬にあり、白い灯台と真っ青な空、キラキラ輝く海が印象に残っています。

高知に直接関係ありませんがこの他にも四国へはよく出かけています。最初は昭和３０年徳島市で全国学校図書館大会があり、その頃群馬に住んでいたものですから群馬からの参加でした。後に瀬戸大橋が出来ますと早速マイカーで２度ほど走りました。１回目は「こんぴら参り」。表参道南側にある日本最古と言われる劇場を見学、その後奥之院まで１３６８段の石段を登り参詣しました。二人とも元気なころでした。帰りの裏参道はだらだら道でしたが思いがけず宝物館があり楽しかったです。また日本三大公園の一つ、栗林公園にも寄りました。２回目は瀬戸大橋から瀬戸内海岸沿いに今治を経て鈍川温泉にいきました。崖に沿った宿なので、温泉に入るのにエレベーターを使い川原まで下りたことを覚えています。
鈍川温泉から帰りは山を越えて松山に出て、道後温泉の三層楼、『坊ちゃん』電車、子規堂、松山城、子規記念博物館など見て回りました。

春や昔十五万石の城下かな　　子規

# 俳句入門　　守山区　大橋　美智子

入門なんてえらそうに書きましたが、ある方に勧められたことがきっかけで、俳句を始めてみようかなと思っているところです。
俳句について知っていることは五・七・五の 17 文字であることと季語を入れること、それ以外のきまりは知りません。今まで進んで詠んでみようと思ったこともありません。その方は物をよく見てその情景を写生すればよいとおっしゃいます。そう言われましても五七五に収めるのも難しいし、季語なるものもわからない。そんな高尚なこと私にできるだろうか・・・・とは言ってもこのまま趣味という趣味のないまま年を重ねてしまうのは寂しい。今ならまだ新しいことにチャレンジできるかもしれない。
色々な思いがめぐります。

そこで「俳句と川柳のいちばんやさしい入門書」を購入しました。俳句の先生も川柳の先生もすごく魅力的なことをおっしゃっています。
俳句の先生は「同じ毎日の繰り返し、ありきたりの日々、そんなふうに思っていた日常が俳句を始めるとかけがえのない１回きりの瞬間の積み重ねであることに気付き、明日は何が起きるんだろうと明日が来るのが楽しみになる」と書かれています。
川柳の先生は「イライラもウツウツもモヤモヤも川柳のネタだと思えばそれは宝、句にすれば笑い飛ばすことができる」と書かれています。

季語については「イメージがふくらみやすいものを選んで紹介します」とあり、春夏秋冬、新年各 50 語ずつ載っています。歳時記に載っている季語は 15000 ともそれ以上ともいわれているとあります。歳時記が必要になるのはだいぶ先、あるいは一生必要ないかも知れません。

そして俳句と川柳、どちら向きかというチェックリスト。解答したところ俳句向きということでした。川柳の持つブラックユーモア的なところは少々苦手です。俳句向きの自然を愛する心、四季の移り変わりを敏感に感じ取る力はあるように思います。季節ごとの太陽、風、空気を肌で感じ、庭の片隅にひっそり生えた草花にも愛おしさを感じます。

今、主人は少し困った状態にあります。依然として幻視があります。以前は幻視と認めていたものが最近なかなか認めづらく、そのせいで日頃お世話になっているリハビリやディサービスのスタッフさんたちに不信感を抱きます。そして時々ですが妻である私と亡くなった主人の母とが混同してしまいます。

☆　からまりし頭の中の春の闇
☆　春寒し思ひちがえし妻と母

この先何年も続くであろう難局を何とか乗り越えていかねばなりません。どこででも何がなくても森羅万象すべてを受け止めてくれるという俳句、たしなむことによって「人生が変わり」「人生の密度がグッと濃くなる」のであれば、頑張ってみようかしら。

☆　草取りし笑顔待ちたる春の風
☆　まず一歩踏み出す勇気風が押し

以上の 4 句、物をじっと見て写生したものではないのでダメですね。題材が悪かった。次の２句は少しましではないでしょうか。

☆　しやぼん玉追いし目の先青い空
☆　ブランコやポニーテールも西東

越澤様、ＡＴＭ句会の皆様、ご指導の程よろしくお願い致します。


**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 | ○ | ○ | ○ | ／ | ○ | ○ | ／ |
| 午後 3：00 ～ 6：00 | ○ | ○ | ○ | ／ | ○ | ／ | ／ |

この他に祭日は休診とします

**電話　０５２－２４９－０１０１**

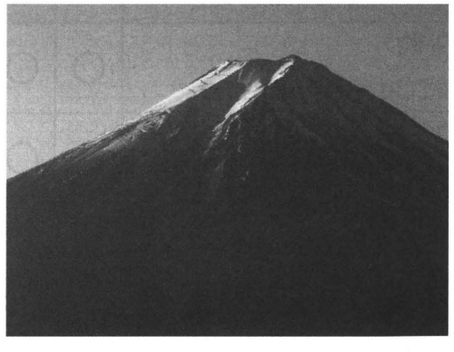
# 幸せな人生　　緑区　山尾　武

あなたの一番大切なものはなんですか。その人、その人によって違いますが、お金ですか。いろいろあると思います。私が思うのは、人に対しての心情だと思います。他人の気持ちは分かるようでなかなか分からないものですね。深くいりこむことはできません。人の思いを変えることもむずかしいことです。

先日、私はある家庭を訪問しました。商い気分で・・・（私は家庭を訪問し、薬を販売しています。）然しながら薬で治らないことでした。治すことができません。どうすればこの人が気分よく日々を送ることができるか・・・と考えています。いろいろとその人の気持ちを聞くために世間話を交えながら雑談しておりました。何とも掴みどころのないままでしたが、話続けたことで気持ちが落ち着いてきたのか顔色が良くなりました。また、自然と商いができました。

私は相手さまに気に入るようなことは何一つ言えませんが耳を傾けていただいています。唯一、言えることは「あなたの体ほど大切なものはない」と諭して自信を持つようなことを話してあげることだと信じています。大きなことを言うようですが、あなたあってのこの世の中ですから、自分を一番に大切にすることだと思います。考え一つでダメにもなれば辛いことでも楽しいことになります。気持ちを持ちなおして一歩一歩前に進みましょう。明るい笑顔が湧いてきますよ。

この笑顔こそが生きがいです。皆楽しくなります。あなたの一番大切なものは健康で楽しい笑顔を誰にでも投げかけることです。その分、自分にも返ってくることと思います。





# 桜　　緑区　越澤　博

便利な世の中になりました。３月末、メールで国府宮神社参道の写真をいただきました。満開の桜が美しく、パシッと撮ったそうです。居ながらにして桜見物ができ嬉しかったです。芭蕉の句に　さまざまの事思ひ出す桜かな　という句があります。俳句はご承知の通り、五七五の１７音です。その中に季語を入れる約束になっています。季語を集めたものを歳時記といい、桜のところを見てみました。

**初桜**　はつざくら　今年の春になって初めて咲いた桜のことです。初花ともいいます。**彼岸桜**　ひがんざくら　お彼岸のころ咲く花です。桜の花では真っ先に咲きます。**枝垂桜**　しだれざくら　細長く垂れ下がった枝に花を付けます。**桜**　さくら　日本の国花と云われています。若桜、老桜、朝桜、夕桜、などもあります。**花**　はな　花と云えば桜のことです。花の雨、花の雲などもあります。**山桜**　やまざくら　吉野山の山桜が有名です。**八重桜**　やえざくら　桜の花では最も遅咲きです。**遅桜**　おそざくら　花時を過ぎて咲きます。八重桜が多いのですが限定はできません。**残花**　ざんか　春が終わるころ、まだ咲いている桜です。**余花**　よか　初夏のころ咲き残っているもので夏の季語です。**落花**　らっか　花が散り落ちる様子です。花吹雪、花筏、花の塵、飛花、などの季語もあります。**桜蘂降る**　さくらしべふる　花が散った後、萼に残った細かい蘂が降るように散ることです。**花冷**　はなびえ　桜のころ、一時的に冷え込むことがあります。**桜まじ**　さくらまじ　桜が咲くころの暖かな南風のことです。桜東風（さくらこち）はそのころの肌寒い東風です。**花曇**　はなぐもり　桜の咲くころの曇空です。養花天（ようかてん）とも云います。花を養う曇天という意味です。**桜漬**　さくらづけ　八重桜の花や蕾を塩漬けにしたものです。熱湯を注ぐと香よく、花が開いたようになります。桜湯ともいいます。**桜餅**　さくらもち　**花見**　はなみ　観桜、花の宴、花人、花衣、などの季語もあります。**花篝**　はなかがり　夜桜鑑賞のために焚く篝火です。**花守**　はなもり　桜の手入れをし、守る人です。桜守ともいいます。**花疲れ**　はなづかれ　**桜鯛**　さくらだい　桜烏賊、桜貝などもあります。

随分ありますね。心に残っている句をあげてみます。

| | |
|---|---|
| 咲き満ちてこぼるゝ花もなかりけり | 高濱虚子 |
| 東大寺湯屋の空ゆく落花かな | 宇佐美魚目 |
| 空をゆく一とかたまりの花吹雪 | 高野素十 |
| いつせいに残花といへどふぶきけり | 黒田杏子 |
| 花冷や柱しづかな親の家 | 正木ゆう子 |
| まさをなる空よりしだれざくらかな | 富安風生 |
| みちのくや白まさりたる遅桜 | 広瀬直人 |
| 風に落つ楊貴妃桜房のまゝ | 杉田久女 |
| ゆで玉子むけばかがやく花曇 | 中村汀女 |

# 電車内での出来ごと　あれこれ　岩倉市　増田　民子

◎名大病院へは、このころ歯の治療も加わってよく出かけます。岩倉から鶴舞線を利用しています。帰りは丁度柏森(名鉄犬山線の駅名：かしわもり)行きが来ましたので、乗り換えをしなくてもよいので、"しめた"と思い乗りました。（普通は上小田井で乗り換えが多い。）病院というところは疲れます。そのまま岩倉まで行くといった安心感もあって、ついウトウト。はたと気がついて、外の景色を見たら岩倉。乗降のお客さんは終わっております。まさに扉が閉まる間一髪。バックを抱えて脱兎のごとく三、四歩、走ってホームに着地。どう考えてもこれは神仏のご加護としか言えません。歩行障害で転びやすいのでいつもゆっくりゆっくりと、かかとから地面について歩いていますのに……。これは健常者顔負けの芸当。友人に云えば「善くぞご無事で」と感心します。一歩間違えば何事が起きてもおかしくない状況。こんなことってあるのだなー。不思議なことと胸をなで下ろしています。「九死に一生」というのはこのようなことかな？

◎病院の予約時間がありますので「少し混んでいるな」と思いましたが、乗りました。いつも立っているときは、とびらの近くの手すりにつかまっているのですが、この時は少し中に押し込まれましたので、つり革に摑まってぶら下がっていました。“チョットした”電車の揺れで崩れるようにおしりを下につけて座り込みました。とっさに若い男性二人が私の両脇を支えて、立たせようとしてくださるのですが、この病気の場合はこれがなかなか難しい。この態勢の場合、自分で起き上がるのが一番よいのですが、そのスペースもないので……。一生懸命力を合わせて頂き、立つことが出来ました。普通は何でもなくすむことですが、自力で立ち上がる筋力がないので余分の力を使っていただき申し訳なく思っております。周りの視線も気になり、助けてくださった男性のお顔も見られず……。ニコッと微笑んで「ありがとうございました」と云って次の駅で降りました。「大丈夫ですか？」の声を背に受けながら……。

◎あまり行かない駅に用があって出向くことがあります。乗ったのはよいけれど私の目指す駅は止まるかな？と心配になり、隣の席の高校生の男子学生に尋ねましたら頷いてくれましたのでヤレヤレ……
一駅一駅注意していよいよ次が目指す駅と思って何気なく隣の学生さんと目が合い無言で次が例の駅であることを教えてくれました。「次だね　ありがとう」まさに「目は口ほどに物を云う」あの優しい態度の学生さん　今でも覚えています。

◎電車が空いているときは、乳幼児とよく乗り合わせます。八ヶ月から一年くらいのお子様にはこちらが顔の表情を変えてあやしてみるとはじめはジッとこちらの顔を見ていますが、その内に手足をばたつかせて大口を開けて笑ってくれます。それに気がついてお母さんもニッコリ。
二～三才のお子様の時は「いくつ」と聞くと指で教えてくれます。その時もお母さんはニッコリ。こちらも昔を思い出して懐かしんでおります。

◎また電車の中で思わぬ方に会うことがあります。三十年ぶりの友であったり、以前住んでいた隣の知人であったり……。「お久しぶりね。元気？」で、話が弾みます。時間の空白はたちまちなくなってしまい、当時の状態にすぐ戻ります。とりあえずお互い近況を報告して「元気で頑張ろうね」と言葉を交わして別れます。
その後、心の中がほっこりと暖まってしばらく追憶の世界に入ります。

◎電車に乗るときに、歩行障害と見て分かるらしく、高校生の男女学生、おじさま、おばさま、お嬢様方が席を譲ってくださいます。そんな時、私はニコッと微笑んで「ありがとう」と言って素直に腰掛けます。こんなこともありました。横並びの席の中央あたりのおばさまが手招きで席を譲ってくださるのですが、なにぶん電車の発車の揺れが怖くて足がすくんで前に出ません。そんな姿を見て皆様、席を順番に繰り上げて一番隅の席を空けてくださいました。この時の皆様の云わず語らずの一致団結した行動に感動しました。

◎生きているって、素晴らしい。歌の詩のようですが未来を明るくするも暗くするも、私の気持ち次第、この病のために暗く考え込むときも多々あります。でも私の人生、未来は明るいと考えるように暗示をかけております。難しいことですが、辛さを明るさに変えて……。
ＡＴＭ「明るく・楽しい・毎日を」で行きます。
今、原稿を書いているところです。
５月５日、午後三時十五分、次女から電話
「いま，成田に着いたよ」
ヤレヤレ日本に帰ってきたんだ。
親はいつでも心配の種子…よかった！



## 広告一覧


大塚製薬（株）……22p
グラクソ・スミスクライン（株）……29p
大日本住友製薬……31p
日本メドトロニック（株）……44p
服部神経内科本町クリニック……59p
（有）メディカル在宅マッサージセンター／（有）一粒社……74p
エフピー（株）／協和発酵キリン（株）……78p

# 「 ゆったり 」でいこう！ （その１２）北区　冨板　邦夫

## ※ＮＨＫ放送その後

１～４月に、嬉しい事が続きましたので皆様にお伝えしたくペンを取りました。
先月号（８１号）では、「紅梅の花」について、ＮＨＫで放送されたとの記事を掲載して頂きました。お陰を持ちまして皆さんからお声をかけて頂きまして力が湧きました。

放送１回目は１月２６日・最終月曜日の「ほっとイブニング」ＨＰで応募した作品で「きょうのふぉっと」に早咲きの紅梅が自宅の庭に今年も咲きました「紅梅の花」で皆さんにお知らせしようと撮影した作品です。土曜日にＨＰから投稿しましたので、採用されるならば月曜日であろうと予想して、携帯カメラを手許に置いて番組を見ていましたが、名前が出たときには少々慌てまして、シヤッターを押すのがやっとの有様でして満足の行くテレビの画面の撮影が出来なくて残念でした。その後は、次週に投稿しましたが、採用されなくて続いては、うまく行かないものだと感じてました。

２月に入って第２週の日曜日の８日に女子マラソン大会があり、とても暖かい日でしたので志賀公園の散歩帰りに、城見町の交差点まで家内に車椅子を押して貰って応援に行き、撮影が出来ればと期待しましたが結果的には投稿作品は撮れませんでした。
自宅に帰ってから、庭のさくらんぼの花がきれいに咲いていたので撮影していた時に、偶然にもきれいな蝶が花の蜜を吸いに迷い込んで来まして、シャッターチャンスを待っていましたところ、青空をバックに梢の花に止まりましたのを、うまく撮影出来ましたので、その日の５時頃にＨＰより「さくらんぼの花と蝶」として投稿しました。
なお、蝶の名は検索し「アカタテハ」と判明しましたが、２月中は放送なくて・・

放送２回目として、翌月の３月１６日の月曜日の番組に又採用して放送されたのです。これには本当にビックリで番組を見ていましたが、５週遅れていましたので油断していまして画面を撮影することができなくて残念でした。皆さんからの反響は、前週に会報のゲラ刷りが回覧されてましたので、番組を見ていた編集長を始め会員や弟嫁からも、「見たよ～」と電話を頂きまして、大いなる感謝と感激をした次第です。後日、ＮＨＫに画面の写真をほしいとお願いしましたが、「対応はしていません」と断られて、これからは、ＴＶを「静止画面」にして撮影をすることを学びました。

このことに味を〆て、その後毎週投稿しましたが、落選が４週続きました。その内に、庭のさくらんぼの実が今年は日照不足で大きくならなくて心配してましたが、やっと大きくなりましたので、４月４日に撮影し「さくらんぼの実が春を呼ぶ」と投稿して、放送３回目として、４月１３日の月曜日に採用放送されました。今回は放送があった時はＴＶを静止画面にしてから、ゆっくりと撮影することに決めていましたので撮影はうまくできました。今回も、大勢の皆様からお祝いの電話やメールを頂きまして、



誠にありがとうございました。小４年の孫からもすぐに電話があり「じいちゃんの写真みたよ～」といってくれて嬉しくなり、家内と孫の会話で弾んでいました。

でも「また、出たら電話するね～」と言ってくれた孫達には、誠に申し訳ないですが番組が５月からは「テーマ」が替わり「私の春」から「私のおすすめスポット」になりましたので、出かけるのが不自由な私では、残念ながら題材を撮影することが出来なくて、投稿することは叶わなくなりましたことを、紙面にてお詫び申し上げます。

このように、私の拙い写真が取り持つ、コミニ二ュケーションの力の大きさを身に持って感じた出来事でした。手の震えが出るまでには、まだ少し時間がかかると思われすので、その間は、シャヤターを押しながら皆さんに楽しい写真による情報をお伝え出きればと、思っておりますので、よろしくご声援とご指導をお願い致します。

※２回目（３月１６日）の放送写真「さくらんぼの花に蝶」２月８日撮影



※３回目（４月１３日）の放送画面「さくらんぼの実が春を呼ぶ」４月４日撮影



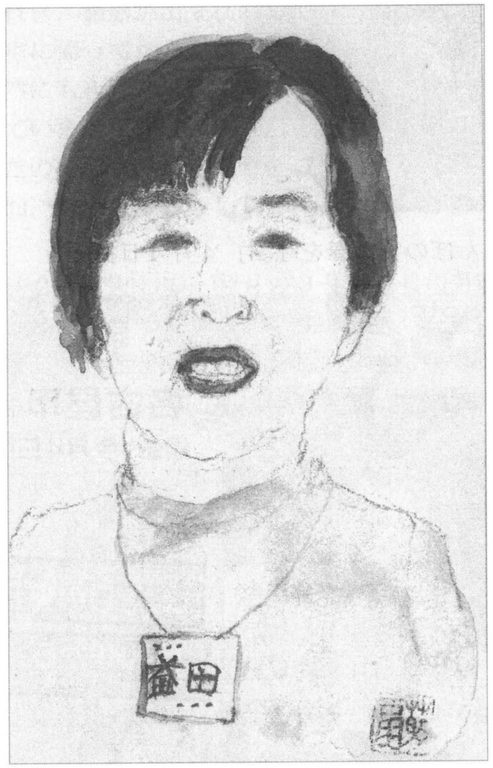
# 第 15 回志津子の似顔絵コーナー

岡崎市　　**浅井志津子**

第 3 回目の似顔絵コーナーで当時の会長と副会長に登場していただいたのに、奥様の出る機会を逸してしまっていたので今回は奥様の益田緑さんと大津邦世さんに登場していただくことにしました。

私はもともと物事に邁進出来るタイプではなく、あれこれぐずぐず迷う性格の様です。案の定、今回も次に誰を描こうか誰にしようか気になりだしたら、切りがないほどいろいろなことが気がかりで、ぐずぐず書いた文章に越澤さんが「浅井さん、もう少し似顔絵コーナー続けなさいよ」と言って下さった。越澤さんの一言は私にとって私への行動力保証？後押しとして頑張る元になりました。

原稿を書くことを恥ずかしいと思わず、描けることの喜びを感じて（なかなかそうは思えないが）一生懸命頑張ります。よろしくお願いたします。



益田　緑さん



大津　邦世さん



## 桜梅桃李・ひとこと投稿

おうばいとうり・この４種類はともにバラ科の植物です。それぞれ花の姿は違いますが、仲間同士です。それぞれの咲くさまを「自分らしく生きる大切さ」に譬えました。寄稿された順に掲載します。短い文でも気軽に投稿できるコーナーです。

### 地獄で仏　　岡崎市　浅井　志津子

国会請願で東京へ行き、帰り名古屋から岡崎へ帰るのに 6 時台の電車に乗るということで通勤通学のラッシュの時間になり、座席指定は全部売り切れ、仕方がないので自由席に立って帰ることになった。満員である。それでも乗らねばならない、覚悟して乗り、乗り口の棒にしがみついていた。夫の呼ぶ声は聞こえたが、何かにつかまっていなくてはどうしようもないと思って、聞こえぬふりをしていた。すると前の席の女の人がすっと立ち上がりどうぞと譲ってくれた。思いがけない行為にびっくりするやら、うれしいやらで、ありがたく譲ってもらった。
こんな満員電車の中で私より少し若いかなと思われる人が譲ってくれたのだ。世の中まだまだすてたものじゃない。「日本ばんざい」「愛知ばんざい」「名鉄ばんざい」うれしいうれしい贈り物でした。その人は国府まで行くというので丁重にお礼を言って私の方が先に降りました。

### 愛犬・メイの死　　緑区　岡　悠紀子

昨年六月、メイが死にました。以前、「メイの独り言」とのタイトルでＡＴＭにも登場した大型犬。１５歳という年齢は珍しく、老犬の割には毛並といい、動作といい若々しく、ご近所の方にも可愛がって頂いていました。
とても丈夫で予防注射ぐらいしか医者との縁もなかったのですが、一年程前から、乳腺や足に腫瘍が出来、それを気にして舐めるので、どんどん悪化し、傷口はまるで火山の噴火口のよう。消毒のときなど、さぞ痛かろうに、じぃっと我慢。あまりに痛いときでしょう、私の手を噛む真似をして嫌がり逃げたけど、大抵はお利口に手当をさせてくれました。
獣医さんによると、犬たちにとって痛がるさまを見せるのは敗北のしるし、決して弱味を見せないのだそうです。まだ野生の名残りがあるんですねぇ。その点人間（特に私）はダメです。我慢できないんです。注射すら恐いんです。
メイは最後、足腰の力が抜けて自力で立てなくなりました。“立たせてー”と訴えるような目、トイレはいつもの処でと思っているよう。食事も水も横になったまま摂るようになり、それでも懸命に食べようとしました。ふだん超早喰い、飲み込むようにドッグフードを食べていたのが、ゆっくりゆっくり一粒ずつです。不憫で「メイ、今までよく頑張ったね。もうあんまり頑張らなくていいよ。私のリハビリによく付き合ってくれたね。おかげでだいぶ歩けるし、力も入るようになったよ。メイは使命をちゃんと果たしたよ。

たくさんのファン、友だちを作って家族に紹介してくれたね。ありがとう」と感謝の気持ちでさすってやりました。そして眠るように息を引き取りました。
あれから一年、いまだに帰宅すると“おかえり”と尾を振って跳んでくるような気がします。メイ！次の世は人間になって生まれてきてね。またいっしょに遊ぼうね。
メイ！ほんとにありがとう。

## お花見で　　春日井市　**益田　　緑**

枝垂れ桃がきれいだというので見に行った時のことです。
山の斜面にたくさんの赤、白、ピンクの桃が咲いて、なんだか昔話の世界に入った気分です。その日はどういうわけか杖をついたり、足が悪そうな人によく出会いました。自分と同じような人に出会うとなんとなく通じるとこがあって笑顔をかわすこともありました。反対に足の悪い人がなんでこんなところへ来るの？という目で見られることも感じます。それでも外へ出たいからお互い連れ合いに助けてもらってのお花見です。
帰り道、あと少しのところで歩けなくなりました。駐車場はそこに見えています。バス停の前にあるベンチに「車を取ってくるまで座らせて下さい」と言うと、そこにいた警備員の方は「バスが来たら邪魔だから駄目」だと言われます。広い所ですので邪魔になるようなことはないのではと言っても、バスがいつ来るかもわからないから駄目だとそっぽをむきます。何と言われても歩けないので座り込みました。
先に座っておられた方も身体の悪い人で、小声で「あなたは上まで登ってみえたのね。よかったですね。私はここから見ていました」と言われました。又少しすると、ペースメーカーを入れているという方が「ああ疲れた、少し座らせてね」と言って、やっぱりご主人が車を取に行かれました。
警備員の方はそれ以上は何も言われなかったのですが、もう少しで喧嘩にでもなりそうで、はらはらしつつ、職務に忠実過ぎる特別元気そうな警備員さんに少しだけ思いやりが欲しかったと思いました。甘えと言われるかも知れませんが、爽やかな風ときれいなお花も見て、鶯も鳴いて楽しかったのに何となく寂しく思いました。普段やさしさに助けられて涙ぐむこともありますが、これぐらいのことでめげていられないなあと思った日でした。しょうもない私の愚痴でした。

## 散歩道の扇川はいつもお花でいっぱい　　緑区　**池田　幸夫**

扇川は緑区藤塚の池の湧き水を水源とし、藤塚から中汐田までの緑区を東西に横断して天白川に合流し、伊勢湾に注ぐ。川幅は土手も含めて10mほど。
私は3年前の脳梗塞で右手右足に硬直が残りました。リハビリには歩くことが一番ということで、以来扇川の散歩を毎日続けています。
桜の名所の扇川で今春も満開を咲き誇った桜も、今では葉桜に。桜の次はＡさんご夫婦がボランティアで手塩にかける〈**扇川公園の6月のユリの花**〉が楽しみ。1ヘクタールの扇川公園一面に咲き誇るユリの花は壮観で、一見に値します。



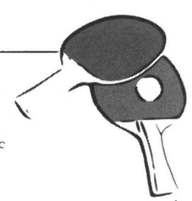
それと毎年春先には水辺のダイヤモンドと言われるカワセミが姿を見せてくれますが、残念ながら今年は1度も姿を見せてくれません。見落としたのか、はたまた下流に引っ越したのか？
扇川の美化に努めるＡさんご夫妻や扇川公園内のトイレを毎日清掃されるＢ夫人のような方の善意で、私たちは散歩を楽しんでいます。自営の建設会社を閉じられたＣさん、ソフトバンクの松田選手を高校時代に指導されていたＤさん、貸家のチェックのため散歩がてらに扇川を通って徳重から白土を往復するＥさん達の知遇を得て、お会いする途端に足が止まって取り止めもない話題にいつも花が咲きます。
撮った季節の写真をパソコンの画面に取り出すと、家の中でもこれ又花が咲いている。

## 花の写真　　緑区　**越澤　　博**

句友からメールで花の写真をいただきました。たまたま私の８４歳の誕生日で嬉しかったです。花は桃の花、三椏（みつまた）の花、山吹、あけびの花でした。これらの花について俳人達の句を見てみました。

| | | |
|---|---|---|
| ○　桃の花 | 海女（あま）とても陸こそよけれ桃の花 | 高濱虚子 |
| | 花桃の蕊（しべ）をあらはに真昼時 | 飯田蛇笏 |
| | 花桃に泛（う）いて快楽（けらく）の一寺院 | 飯田龍太 |
| ○　三椏の花 | 三椏の花三三が九三三が九 | 稲畑汀子 |
| | 三椏の花のさかりは塀を出る | 八木荘一 |
| | 三椏の花雪片（せっぺん）の飛べる中 | 山口青邨 |
| ○　山吹 | 山吹や小鮒入れたる桶に散る | 正岡子規 |
| | ふるさとや白山吹の町のうら | 室生犀星 |
| | 枝かはすところ山吹の花かさね | 皆吉爽雨 |
| ○　あけびの花 | 花あけびうち仰ぎゐて湯ざめかな | 宮野小提灯 |
| | 花通草（はなあけび）崖はそこより谿に落つ | 五十嵐播水 |
| | すぐ開かぬもののしづけさ花通草 | 加藤知世子 |

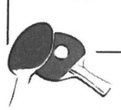
写真は印刷し、日々眺めております。ありがとう。俳句を始めて身の回りを見る目が変わったとおっしゃいます。嬉しいことです。皆さんも如何ですか。おすすめします



**ご一緒に始めませんか。リハビリ“ピンポン”**参加自由です。

**岡崎福祉の村体育館**にて、毎週木曜日 **11** 時から **14** 時まで卓球しています。
年齢･性別･体調・上手下手は不問。どなたでも参加できます。
詳しくは、０５６４－２３－３１０２　または０８０－３６５４－８５３７へ
ご連絡ください。折り返しご返事差し上げます。明るく楽しい日々を送るため卓球を主な活動としてご一緒にリハビリに励んでいこうと思っています。よろしく！

**岡崎市　浅井　志津子　・　老平　眞弓**



## 睡眠のリズム　　春日井市　**益田　利彦**

睡眠の大きな目的は脳と体の疲れを取ることだそうです。睡眠時間は６～７時間が普通のようですが、パーキンソン病罹患者の多くの方は、健常者のように規則的睡眠をとることは難しいと思われる。しかし、幸いにも妻は同じ患者とはいえ夜寝てからは、ほとんど介助は不要である。一応健常者である私は規則正しい睡眠を取るのに何の支障もないが睡眠リズムが昼夜逆転してしまってなかなか寝られない。昼間うとうとしていて夜11時過ぎると目がぱっちりと頭も冴えてくる、したがって12時前に寝ることはまれである。よく布団に入っても寝付けないと聞くが、自分は眠くなるまで床に入らない、入ったらすぐ寝付き自分にはレム睡眠が無く、いきなり深い睡眠に入るように思われる。寝付きの良さだけは自慢できそうだ。
妻は私より先に逝ってもらっては困る、正常な規則正しい生活に戻しなさいと怒る。最近になって自分も自覚するようになってきたがなかなか行動が伴わない。一旦狂ったリズムを元に戻すのがいかに大変かつくづくいやになった。しかし、これだけは直さなければならない。小さな目標に見えるが自分には70年で身に付いたリズムを変える大目標である。

## 一木一草　　岡崎市　**近藤　将人**

「一木一草」こんな四字熟語があることを先日教えていただきました。なんでも、小さい草から大きな木まで、そこにあるすべてのものという意味。転じて小さな草のような儚く弱い者にも心を砕くという意味になるそうです。五月の連休に尾鷲、熊野に行ってきました。この頃の日本の話題の一つでもありますが、地方の衰退、高齢化、人口減少など、医療や介護にも大きな影響があるようです。若い働き手は都会に行き、税収は落ち込み、介護など人手が必要な高齢者は地方を想い故郷に残る。高齢な伴侶が相手を思いやり介護をする。そんな方々を支える医療や介護に携わる方々と接してきました。深刻だろうなぁ・・・と思いつつ、話をしてみると意外や意外、明るいのです。
私達が今あるのはご先祖さんのおかげ、おじいちゃんやおばあちゃんのおかげなんです。なんて言葉を聞くと、つい嬉しくなってしまいました。それに一言、私達ここが好きなんです、とのこと、ふと気がついてみると、みかんの花が咲いており、ふわりと香ります。美しい海がみえます。世界遺産の熊野古道もあります。改めて人の幸せは心がけ次第だなと思いました。お天道様は見ているのでしょうね。僕も見習って、自分のできることを真面目にコツコツ頑張ろうと思います。





## ありがとう！一粒社さん　　緑区　**岡　悠紀子**

会報 ATM が届くと私は何はさておき、始めから終わりまで目を通し、それからゆっくりと興味のある処を読むことにしている。何度も何度も繰り返し読む記事も・・・平山・渡辺両先生の文はパーキンソン病の研究において貴重なもので、これを読むだけでも凄いことだと医療関係の人から聞いたことがある。

私は元印刷屋の女房。どうしても印刷の出来栄えとか製本のうまさなどが気になる。会報はとてもきれいで、印刷屋さんの技術の高さがしのばれる。どこの会社にお願いしてるんだろう？と気になっていたところ、編集係から半田の一粒社さんでることを聞いた。会報のどこかに印刷社名が載ってないか？と探してみるとあったあった。広告を出してくださっていた。それもずっと以前から。全ページに目を通していると始めに記したが、いったいどこを見てたのだろう。と申し訳ない思いで見直した。印刷屋さんといっても出版社かしら？上手な筈！広告の写真の精悍な方が社長の都築さんかな？編集係の話によると元会長の丹羽さんの若い時からのお知り合いだとか。最初、別の印刷会社にお願したけど費用が高く、一粒社さんに頼みこみ社長さんが引き受けてくださって現在に至っているとのこと。ありがたいなあ～今後もよろしくお願いします。とても優しいお人柄でお話していると温かくなりますよ。と言われていたが私も機会があったらお目にかかりたい。

元印刷屋の女房と自分を紹介したが私は印刷屋の長女で、印刷機の音を聞きながら大きくなった。主人が二代目を継いでから私も一人前に仕事をし経営にも・・・リズミカルな機会の音が聞こえない朝など仕事が途絶えたのか？従業員に何かあったのだろうか？と心配したこともあった。そして懐かしく記憶していることは、昭和二十二年の創業当時、父が会社のモットーとして「良く安く早く」戦前、陸軍軍人だった父が剣をペンに持ち替えて、素人印刷屋を始めたのだから、こういうモットーにしたのであろう。一粒社さんと我が家をいっしょにしては大変申し訳ないが、社長さんのお人柄など聞いて父のことを思い出してしまった。
都築社長さん！どうかお元気で地方の文化を支えてくださいませ。



最後に御社として損をしてみえるのでは？と出過ぎたことを考えてしまいます。少ない部数では手間は多くても少なくても同じですもの。
私たちも五千円の年会費で一年に六回も、この会報を頂くのです。他の費用も要るので五千円のうちどれだけを出版（送料）に充てれるのか？この素晴らしい全国に誇れる会報が長く続いて貰うために①会費を増やすこと。②パーキンソン病で苦しんでいる人はますます増え廻りに多くおられる。その人々にこの会報を差し上げたい。ひとりが多部数とってもいいのでは？と思います。それが ATM の精神につながっていくのでは・・・と信じています。

## 前会長　益田　利彦さんありがとうございました

５年間有難うございました。いつも御夫婦でパーキンソン病の患者としての御手本となる行動をお示しになり、とても参考になり心強くなりました。これからも後に続く者に御指導となる立場で役員会、講演会にお顔をお見せ下さい。永い間本当に御苦労さまでした。

都築　月子

益田さん、５年間もの長い間、御苦労さまでした。益田さんはいつも温和で柔らかい笑顔を見せて下さいました。ATM のこころそのもののようでした。
愛難連の会議に出席する時はいつもサポートして頂き、大変心強く、おかげさまで役目を果たす事ができました。引退後も引き続き御指導を御願い申し上げます。

杉本　隆男

益田さん、永い間御苦労さまでした。奥様の具合をいつも気にかけながら御二人一緒に山に登られたりしていらしたそうです。交遊会では益田さんの家まで行き後は会場までご一緒させて頂きました。本当にお世話になりました。ありがとうございました。

森　久子

益田さん、５年の長い間、友の会の会長職を務められ大変御苦労様でした。
友の会の行事・活動は多岐にわたっておりますが、会長職とは言えそのほとんどに携わっておられ、行事・活動の１つ１つに気を配られ会場の設営・後片づけ等は、先頭をきって行動されてみえました。益田会長の行動力にはただただ頭が下がるばかりです。
また会報 35 周年記念号（愛知版）を発行するための資料作りを細かくまとめ上げられたのは大変な努力が必要だと思いました。
今年度より木村会長へバトンタッチされ肩の荷を降ろされたと思います。今後も友の会発展のためご指導の程よろしくお願い申しあげます。ほんとうにお疲れさまでした。

山本　芳夫



## 前副会長　浅井　利一さんありがとうございました

友の会の 27 年度の役員さんも決まり総会にて新しい方と交代されました。今まで友の会のことを本当に色々と引き受けてくださって会を引っ張っていただきました。浅井さんはそこに居てくださるだけで何か安心できるような存在感でユーモアのある会話と行動力は本当に頼もしいものでした。奥様との仲のよい生活ぶりも見習いたい事でした。今までお疲れ様でした。そして有難うございました。

後藤　サヨ子

浅井さんの明るく溌剌としたお話が聞けなくなるのは、とても淋しいです。今までお疲れ様でした。まだまだいろんな面で助けて頂きたいと思います。ありがとうございました。

石原　法子

いつも浅井さんのユーモアのある言葉で笑いが溢れていました。ややこしい事も浅井さんの一言で決まる事もあって．．．ありがとうございました。時々お顔を出してください。お待ちしています。

益田　緑

長い間役員を務められありがとうございました。私は友の会に入会してから約５年になりますが、浅井さんにいろいろ教えていただき今までやってくる事が出来ました。そして浅井さんは会の活動において初めて見えた方に声をかけられ会員になってもらえるよう話をされ会員を増やして下さいました。これからも友の会のためによろしくお願いたします。

山本　妙子

浅井さん、副会長として５年間ご尽力いただきましてありがとうございました。講演会、交遊会等報告原稿の作成、また風雨時でもいつもの笑顔で会報発送のため郵便局へ持ち運んで下った等々。役員会には岡崎より時折オートバイに乗って颯爽と来られました。三河弁で気さくで大らかなお人柄で本当に大きな存在でした。ぽっかりと大きな穴が空きました。これからもご指導よろしくお願いたします！

大津　邦世

# 訪問マッサージのご案内

★パーキンソン病にあったマッサージ・ストレッチを行います。

★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**

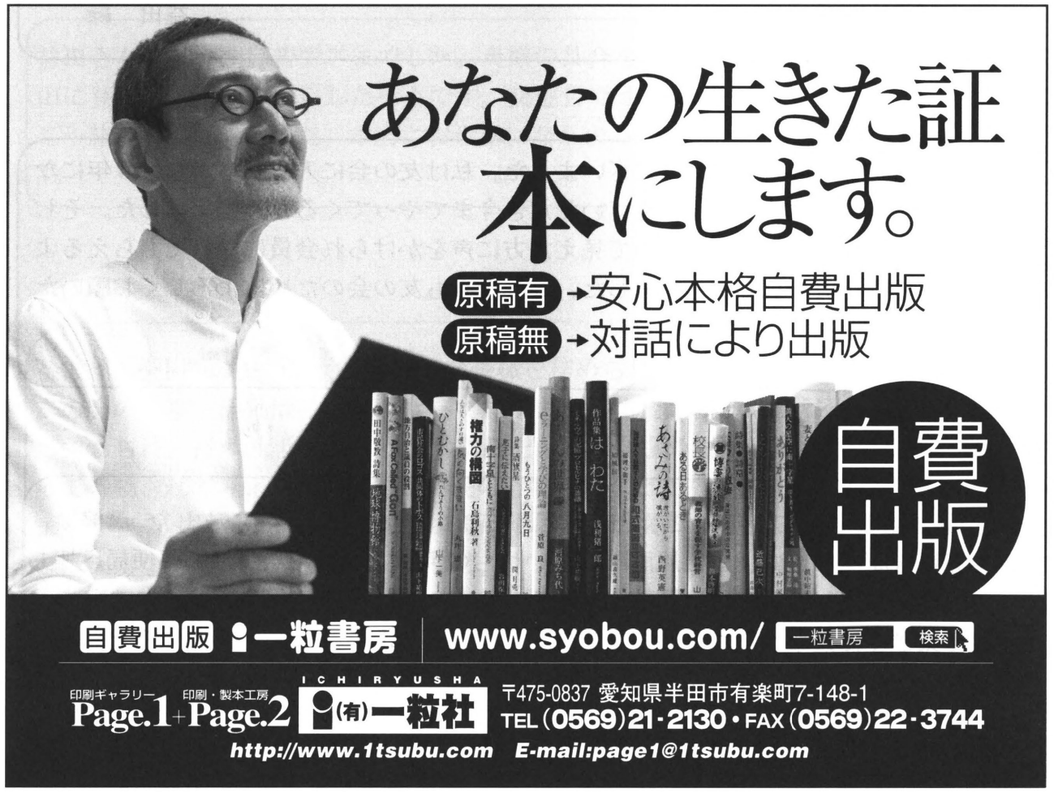
**愛知県支部様より感謝状を頂いております**

**㈲メディカル在宅マッサージセンター**

イクヨオオシン

0120−194004

〒453-0851　名古屋市中村区畑江通8-18-1　UV岩塚ビル







## ＡＴＭ句会　　２７年　５月

からまりし頭の中の春の闇　大橋　美智子
春寒し思ひちがえし妻と母　同
しやぼん玉追いし目の先青い空　同
ブランコやポニーテールも西東　同

小柄にて声高らかに雨蛙　益田としひこ
葦芽（あしかび）の休耕田の広さかな　同
二人して野の道端に蕨摘む　同
野菜苗植えつつ腰をのばしけり　同

木蓮の真白き花に衿正し　岡　悠紀子
木蓮の花に朝日の昇りけり　同
青空を背に辛夷咲き眩しかり　同
残し來し白木蓮の咲きたるや　同

新緑の朝もやの中歩みをり　大津　くによ
学生の自転車行くや柿若葉　同
友の会仲間集ふや花水木　同
少しずつもろくなる母立葵　同

いつぱいのたんぽぽに足踏み込めず　益田　緑
雨蛙土に降りるや土色に　同
みようがたけ夫の椀には入れずして　同
口答へして孤独なり花曇　同

春風に包まれ歩む土手の道　山尾　武史
小魚の群れ泳ぎたり春の川　同
春風やネッカチーフの艶やかに　同
たんぽぽの飛び飛びに咲く土手の道　同

母の日や何より嬉し子ら元気　増田　民子
母の日や親の元気なころ想ふ　同
日盛りの眼鏡そのまま午睡かな　同
パチパチと線香花火一人の夜　同

追憶が隠し味なり豆ご飯　近藤　将人

母の日や心を込めて肩を揉む　　近藤　　将人
初夏や単車風切る熊野灘　　同
庭先の薔薇咲き揃ふ朝（あした）かな　　同

夕星や蛙田広き水明かり　　越澤　　博
葉桜となりて公園安らげる　　同
母の日や母に字海の中にあり　　同
無精髭生やし卯の花腐しかな　　同

**一句鑑賞**　　越澤　　博

○　春寒し思ひちがえし妻と母　　大橋　美智子
大橋さんの「俳句入門」によるとご主人の幻視が進み、最近は幻視であることを認めず、ときどき亡くなられた母親と妻である大橋さんと混同するようになったそうです。この句はその状態を詠んだものです。春寒し、思ひちがえし、妻と母、と三つに切れていますので、「春寒し思ひちがえる妻と母」とするとリズムが良くなると思います。また、思いちがえはご主人であって作者からすれば「春寒し間違えられる亡母（はは）と我」でしょうね。

○　葦芽の休耕田の広さかな　　益田　利彦
葦芽・葦若芽（あしかび）、随分珍しい季語を使われました。葦の芽のことです。葦の角などとも言います。また、「葦」・「蘆」どちらも同じです。作者の好みで使ってください。光景がはっきり見えます。

○　木蓮の花に朝日の昇りけり　　岡　悠紀子
木蓮は庭に植える代表的な花木です。白と紫とありますが作者の庭にあるのは白木蓮のようですね。白木蓮の方が、幹が高く、雄大な観があります。朝日の中に白く、大きな花が同一方向に向き、咲いている清々しい情景です。

○　友の会仲間集ふや花水木　　大津　くによ
今年の総会時、玄関わきに花水木が満開でした。花水木は明治４５年、当時の東京市長尾崎行雄がアメリカに桜を送った返礼として送られてきたという来歴があります。白い花が沢山咲いていました。これを一句に仕上げた作者、お見事です。俳句を始めて身のまわりをよくみるようになったと言っていました。

○　みようがたけ夫の椀には入れずして　　益田　　緑
茗荷竹は茗荷の若芽のことです。香がよく、吸い物や刺身のつまなどに用います。緑さんが旦那さんにちょっと意地悪をしているようですが、これ以上忘れ物しないようにという思いやりの心です。「茗荷の子」は夏、「茗荷の花」は秋の季語です。



○　春風やネッカチーフの艶やかに　　山尾　　武史
心がのびのびとしてくるような弱い春風の中、光沢があって美しいネッカチーフをなびかせた女性に出合ったのでしょう？その瞬間をよく捉えています。春のよき一句です。

○　パチパチと線香花火一人の夜　　増田　　民子
一人暮らしの一齣。若かりし頃は子供たちと賑やかに、楽しく遊んだ線香花火を思いつつ、子供たちは大きくなり、それぞれに子供を育て、母と遊んだ線香花火を今度は自分の子たちと楽しんでいることだろうと思っている民子さん。

○　初夏や単車風切る熊野灘　　近藤　　将人
今年は天候不順で気温差が激しく、初夏らしい日が少なかったですが、初夏と言えば物憂い晩春に比べてむしろ心地よい感じがします。快い中を単車で熊野灘を走った作者、幸福を絵に描いたようですね。

○　夕星や蛙田広き水明かり　　越澤　　博
自分の句を取り上げるのは失礼ですがちょっと解説します。夕星・ゆうずつと読みます。夕方西空に見える金星のことです。蛙田は蛙のよくないている田んぼ、空には金星・地には広々とした夕方の田んぼの水明かり、季語は蛙です。知多半島の野間に行ったときの写生句です。

☆　**大橋さんの「俳句入門」**
よく自分の気持ちを書いていますね。素晴らしいです。入会歓迎！共に頑張りましょう。良い本と出会いましたね。俳句と川柳、どちら向きかというチェックリスト、楽しいですね。私もやったことがあります。俳句向きと確認しての出発、共感します。みなさんと一緒に楽しくやっていきましょう。
「俳句と川柳のいちばんやさしい入門書」皆さんも読んでみてください。作句の参考になりますよ。句ができましたら仲間に読んでもらうことが大事です。俳句は詠んだ後が楽しいものです。いろいろ話し合うことです。

大橋さんは以前、丹羽さん・大道さんの頃、友の会の役員でした。いろいろとお世話になりました。ご主人の介護のため、お辞めになりました。

**俳句の送り先**
〒４５８－０８４７　名古屋市緑区浦里１－６８－５０８　越澤　　博
Ｅメール　　koshizawa@poem.ocn.ne.jp



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






# 無題

越澤　博

○ 温故知新（おんこちしん）

辞書を見ますと、過去の事実を研究し、そこから新しい知識や見解をひらくこととあります。また、訓読みにしますと、故（ふるき）を温（たずね）て新しきを知るといいます。古くからの会員である私は今年も相談役として友の会の発展のために微力を尽すこととなりました。自分の不注意による圧迫骨折、また脊髄狭窄症、などで動きが悪く、迷惑をおかけしますがよろしくお願いします。友の会との関わりは八野会長の時からで、その後、丹羽会長、大道会長、益田会長、そして今年度新しく就任された木村会長の代に入りました。現在、私は84歳、一人住まいになって3年、何かありましたらご相談ください。

○ 会員の動静

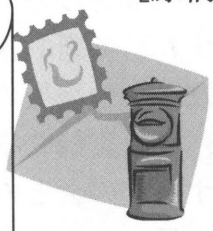
今年度の総会で26年一年間の入会者37名、退会者37名、差引0名。この傾向は前々からありましたが驚きました。手元に平成19年度の会員名簿がありましたので27年度の名簿と比較してみました。19年当時の会員数236名、この方々が現在何名残っているか調べました。76名の方のお名前がありました。今少し多いかと思いましたが 76 名、32%でした。友の会会員の高齢化が伺えます。会員数が横這いの状態です。この76名が現在の会員数275名に占める割合は27.6%、8年間で三分の二以上が入れかわっています。激しい入れかわりですね。

○ 地球の年齢

昨年2月から朝日ビジュアルシリーズ週刊『地球46億年の旅』50巻が刊行されました。億年ということは想像もできない時の流れですが研究者によると「約138億年前に広大な宇宙では、いたるところで星が寿命を終え、新たな星が生まれている」そうです。寿命がきて超新星爆発を起こした星の死に伴い、ガスや塵などの残骸が宇宙空間に撒き散らされ、これらの物質が再び起こった星の大爆発の衝撃で円盤状に集まり、中心部が固まり、約46億年前、明るく輝く原始太陽・太陽系が誕生したそうです。

宇宙の塵から始まった地球・・・地球形成の謎、太陽系の運命を決めたもの等、貴重な資料写真で解説しています。私は嘗てグランド・キャニオンに行ったとき、小さな飛行機で驚異的な景観を見て驚きました。アリゾナ州の赤茶けた大地に約 450 キロにわたって続く大地の裂け目、コロラド川が削った自然の営み、最も高低差のあるところでは崖の上から谷底まで 1600 メートル、あらわになった峡谷の地層が地球の歴史を物語っているようでした。この他にもヨセミテ峡谷、カナダのロッキー山脈、ナイヤガラの瀧、ハワイの火山、アルプスの山脈など私の海外旅行は自然観察が主でした。

1971年8月7日第3種郵便物認可　　毎月1・6の日発行
2015年6月5日発行　　増刊通巻第8621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82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。
**✿桜梅桃李への投稿お待ちしています。（ご家族のかたも）**
［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！
**［原稿送付先は下記のどちらでもよいです。手書き原稿は木村の方へ送っていただくと助かります。］**

大津　慶明・郵送：〒479―0003　常滑市金山字大峪9―8
・TEL / FAX　：　0569―43―4746
・E－メール：momo@tac-net.ne.jp (tacの次はハイフンです)

木村　順一・郵送：〒480―0304　春日井市神屋町654-188
・TEL：　0568―88―2304
・E－メール：akanegumo@ma.ccnw.ne.jp

## 編集後記

木々の緑もいちだんと濃くなり田植えの季節となりました。温度差もはげしく体調管理が大変な日々ですね。H27年度は木村新会長の体制でスタートいたしました。先輩方の築いた友の会を基盤に、会員を増やしみんなで一緒に活動していきましょう。今回も先生方・事務局・会員のみなさんの貴重な記事が満載です。多くの方々に支えられている幸せを日々実感しながら、病気とつきあっていこうと思うところです。皆さんのご参加をお待ちしています。ATMの合言葉でごいっしょに！よろしくお願いたします。(大津)

■　編集人：　愛知県パーキンソン病友の会　大津　慶明・木村　順一
■　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
ＴＥＬ/FAX　052―623―7554
E―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）

