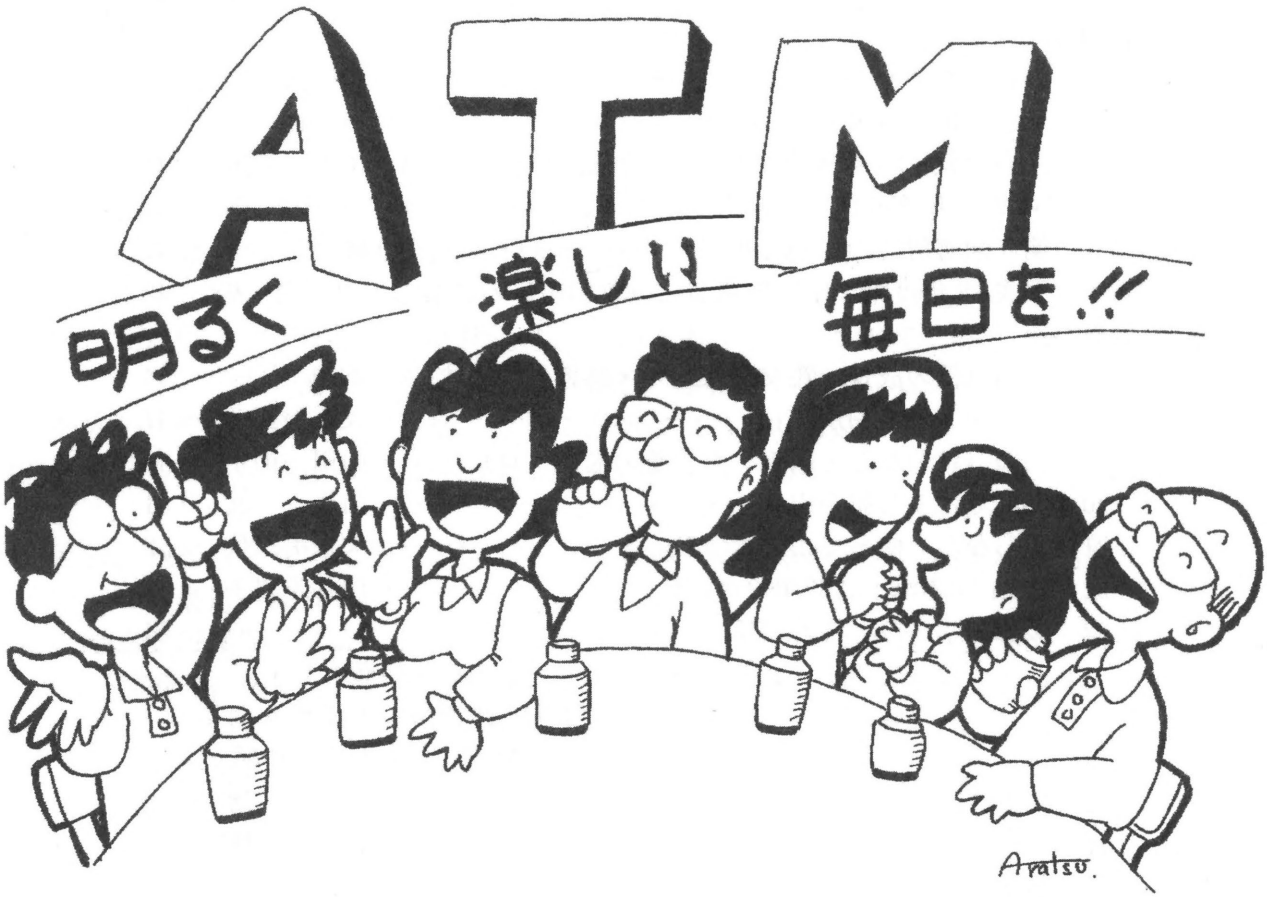
１９７１年８月７日第３種郵便物認可　毎月１・６の日発行
２０１６年６月１６日発行　　８９７７通巻号

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　８８号



会報 88 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月行事予定

- 音楽療法（名大ナディック）6月14日（100回）・7月12日・8月9日（火）17p
- 定例役員会（自由参加）7月9日（土）・8月7日（日）9月10日（土）38p
- 一日交遊会（なごや福祉用具プラザ3F）6月18日（土）……41p
- おしゃべり広場（名古屋市鶴舞図書館集会室1F）7月26日（火）……42p
- 医療講演会（豊田市）7月30日（土）……43p

＜目次＞

1　巻頭言　……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（50回）……渡辺　宏久…8
4　ほんまち便り第17回……服部　優子…12
5　海外からの客人……鵜飼久美子…17
6　生活とリハビリテーションについて（24）……近藤　将人…18

報　告

7　国会請願集会に参加して……木村　暢子…22
8　国会請願に参加して……大津　慶明…23
9　平成28年度総会開催報告……事　務　局…24
10　体験発表　①われら皆、友……星野　典子…32
　　②パーキンソン病との出会い……丹羽　昌平…34
11　平成28年度第1回　医療講演会（総会）開催……事　務　局…36

お知らせ

12　事務局だより……事　務　局…38
13　名古屋市の新規サービス……事　務　局…40
14　＜再掲載＞28年度第1回「一日交遊会」のご案内・山本　芳夫…41
15　平成28年度6回の常設を目指しておしゃべり広場・事　務　局…42
　　第6回懇親会のお知らせ……後藤サヨ子…42
16　平成28年度第2回医療講演会（豊田市）のご案内・事　務　局…43

会員の声

17　三題（孫の成長・親友の旅立ち・感謝感謝です）・増田　民子…44
18　ドラマ「北の国から」……大橋美智子…47
19　三題（鈴のれん・南天・犬、その名はシロ）……山田　節子…48
20　心あたたまる思い出……山尾　　武…51
21　こんなん　使ってま～す（5）……久米美津代…52
22　第21回志津子の似顔絵コーナー……浅井志津子…53
23　桜梅桃李・ひとこと投稿……54
　　浅井志津子・浅井利一・山尾武・益田緑・伊藤フサ子
　　近藤将人・益田利彦・池田幸夫・越澤博・大津邦世
24　毎日カイチョウ⑦超常現象／マンガ「精神統一」の巻・木村順一・58
25　ATM句会・一句鑑賞……越澤　　博…59
26　メール句会……越澤　　博…62
27　無題……越澤　　博…63

世の中、少しだけ変わった？

会長　　木村　順一

４月２４日、平成２８年度の友の会総会が終了しました。新年度のメンバーも承認され、順調に今年度も動き出しました。総会の中で大切な議題は、先年度の事業報告と決算報告、新年度の事業計画と予算計画の承認です。その中で、ある質問が出ました。先年度の決算で赤字があるが、どう対処するのか。と、いう質問でした。

毎年同じような繰り返しの決算報告ですが、お金に関する質問が出るということは、友の会と世の中が少しずつ変わっている現れでしょう。

会の運営のための収入源は、会員の年会費（５千円）がほとんどですが、会報に製薬会社の広告を登載しているので、その広告費も無視できません。しかし、近年金銭の受け渡しに関してチェックの目が厳しくなっています。友の会と製薬会社との間には何の問題も無いのですが、近年、「広告を検討したい」という製薬会社の申し入れが聞かれるようになりました。ぎりぎりの運営をしている友の会にとって痛いところもありますが、どんな組織も本来は自己資金で運営していくのが本筋でしょう。友の会の活動もジックリ再検討する時期にきたのかもしれません。

そこで友の会の目的について調べてみました。友の会の定款を開くと、第３条に＜目的＞とあり、

> 当法人は、総べてのパーキンソン病患者が、人間としての尊厳を侵されることなく、医学の進歩研究に寄与すると共に、医療体制の充実と福祉の向上を求め、社会的啓発活動、相互の支援、親睦及び国内外の諸団体との交流を図り、パーキンソン病の完治を求めて活動することを目的とする。

と、書かれています。難しい表記ですが、医療・福祉・共に助け合って、患者の幸せのために活動するということでしょう。

検討事項は、今の友の会の活動の質を落とさず、どうしたら適正な予算の運用が出来るかです。例えば、年に６回発行の会報の発行を少なくするとか…。でも、これは出来ないことです。愛知県の会報は他県では評価されています。よくいわれるのは、医療面の記事が充実している。患者の思いが多く書かれている。事務局だよりには福祉やの法令に関することが分かりやすく書かれている。そして、何よりも２ヶ月に１冊の発行は、きめ細かに情報を会員の皆様に届けることが出来る。愛知県でない方からも送付してほしいと要望があります。

年６回は、担当者としては苦しい面もありますが、愛知県の友の会が誇れる活動です。

もうひとつ、最近の傾向があります。

会員のやる気の問題です。友の会は自治体が主催している訳ではないので、会を盛り立てるのは、会員の皆様が主体にならねばなりません。会の担当者が不自由な身体で、あれこれ計画を立てています。以前はみんなが力を出し合って会を盛り立てました。いまは会員さんが少しおとなしい。会に活気を皆さんの力で呼び込んでほしいと思います。

同じ地区の患者さん同士がお食事会をするとか、同好の仲間でクラブ活動をするとか、なにか芸を持っている人がその芸を披露するとか…隣の県の方で、手品の趣味を持った人がおられます。その方がみえたら、ついつい手品が始まるのではと私も期待しています。おいしい店を知っている方は、継続することなど考えずに、単発でも皆さんを誘っておしゃべりとごちそうを楽しむ会をつくって下さい。

医療こぼれ話

名古屋大学　平山正昭

まずは、総会に来た方は知っていると思いますが、総会で水野美邦先生が講演をされました。天下の水野先生が講演に来てくれるというのであまり観客が少なかったらどうしようと危惧していたのですが、そんな不安は消し去り、当日には会場が満員になってしまい、椅子も増やせない。更に当日は結構暑かったのですが、役所の決め事で満員の部屋なのに冷房は入れられないとのことで気分の悪くなる人が出るのではないかを心配する事になってしまいました。

水野先生のお話は大変わかり易くてやはり経験の違いを感じました。私も最初の頃よりはわかりやすくはなったと思うのですが、時々ついついシンポジウムの中で話すような医学用語が出てしまいます。結構気をつけてはいるのですが難しいですね。また、水野先生の市民公開講座とかがあった時には聞きに行こうかと思っています。

水野先生はその後も一時間近く質疑応答に付き合ってもらったのです。的確に答えてしかも平易に話されたので皆さん満足して帰られたかと思います。

また、この日は、製薬会社の方も何人かボランティアで手伝ってくれました。名前をいうと利益誘導と言われるのは嫌なので出しませんがありがとうございます。友の会の会報にも広告をくれている会社の方です。すみません。年寄りの幹部が多いので本当に椅子出しとか助かります。

製薬会社の人は、一部の人はあまりパーキンソン病の薬がなくなってからは来てくれません。これが現実でしょうが、“患者様のためにと今後も薬剤を通じて社会に貢献していきたいと考えています”といつも講演会では最後のあいさつで会社の偉人が言ってはいますが、関係なくなると来なくはなります。

そう言っても、CM でトットちゃんや桃太郎侍の人が患者様のために製薬で貢献しますと言っているよりはいいですけど。これらのジェネリックの製薬会社は、差益の多い薬剤しか作りませんので、儲けがなくなると思えばすぐにその薬の販売はやめます。新薬はもちろん作らないのでここが儲かっても、新薬開発は進みません。ジェネリックの薬のほうが飲みやすいと言っている患者さんの話を聞いたことはないのであくまでも医療費抑制のための会社ですから一度も広告とかもしてくれたことはないですから。どこで患者さんに貢献しているのでしょうかねえ。

こんな愚痴を話しても仕方ないのですけどちょうど事務長さんと話したら、だんだん広告をくれる会社がなくなって友の会も赤字だということを聞いたのでこんな話になってしまいました。本当に役員の人はみんな手弁当で交通費まで自腹で毎月の定例会や講演会の手伝いをしてくれているので本当に倹約してやっていてもこんなになってしまうのは残念です。

さて、医学の話しに戻りましょう。

前回、前々回とお腹の話をしていますが、なぜパーキンソンで腸の話ばかりするかというと、パーキンソン病の発病に腸が重要な意味を持っているのではないかと考えているからです。

少し難しくなるようですが、現在のパーキンソン病の病態について考えられている一つの仮説が有ります。

パーキンソン病は Lewy 小体病理（これがパーキンソン病ではよく見られる異常な蛋白のかたまりで、神経の中に蓄積します）が迷走神経背側核から青斑核、黒質に次第に進展するという prion-like の進展仮説があります。α−シヌクレインという Lewy 小体の中の異常なタンパク質が神経を伝わって腸から脳に伝わるという Braak らにより提唱された考え方です。また、日本の神経病理の大家の村山先生は初期から嗅球に Lewy 小体病理が見られることから、嗅球を経由する伝播もあるのではないかと提唱しています。これらを統合し、dual hit 仮説というものが考えられています。パーキンソン病は運動症状だけでなく非運動症状が重要です。たとえば、鬱や便秘とかです。それら非運動症状は運動症状発症前から出現することが知られています。大体便秘は 20 年前から、REM 睡眠行動異常は 10 年前から、鬱は 5 年前から出現すると言われています。

MIBG 心筋シンチという検査をすると初期から心臓交感神経を含めた交感神経が障害されています。また、ドネペジル PET という副交感神経を見る検査をすると初期から膵臓や小腸への副交感神経も障害されています。さらに、皮膚生検や唾液腺生検を行なうとαシヌクレインがパーキンソン病で出現します。さらに、網膜にもαシヌクレインが沈着することが報告されています。我々も視覚誘発脳磁図という脳から出ている磁気を使って視覚の検査をすると初期から障害を受けていて、嗅覚などの臨床症状と障害の程度が相関することがわかっています。さらに、ドパミン代謝に関わる副腎においても病理で Lewy 小体が観察されています。先日論文が通ったのですがドパミン代謝に関わるチロシン、フェニルアラニンの代謝が臨床症状の進行と相関しているということがわかりました。このように

PD では、腸管だけでなく同時多発的に障害が生じています。

便秘が一番初めに起こることから特に腸管は重要な部分と思います。動物実験ですが、α-シヌクレインをラットの腸管内に投与し、迷走神経を介して逆行性に伝播するがわかっています。デンマークで十二指腸潰瘍治療のために迷走神経切除を行われた患者の予後調査では発症リスクが低下していたと報告されています。つまり、脳の中の黒質というところがおかしくなる前には非運動症状が出ていて、どうやらαシヌクレインが脳に到達する経路を減らせばパーキンソン病になる可能性も減るかもしれないのですがこれには本当にそうであるかを実証しないといけないのですが、これが難しいことです。なぜなら、鶏か卵という話があります。卵がなければ鶏は生まれない。でも鶏がいないと卵もうまない。これからがこの仮説の実証をする時期に来ています。

さて、今回の神経学会総会でもパーキンソン病に関して言うといかに正確に更にはパーキンソン病の発症前に診断するかということが問題となりました。

なおる神経内科と題して Improvement in the management of Parkinson's disease: Present status and prospect of ultra-early diagnosis というシンポジウムが有りました。非運動症状を予め知ることによりパーキンソン病のなりやすさを予測してパーキンソン病を発症させない、発症しても進まないことを目標にしようとするシンポジウムでした。今後の治療に結びつく面白い話でした。今度その話も講演会で話せるように準備しようと思っています。

PS
便研究でやっと metagenome という方法で 140 種類以上の便の細菌を解析できるようになりました。私の便も調べてみたのですが、日本人にしかいないという海藻を分解できる細菌が 2 割を占めていました。毎日ビフィズス菌を食べていたのにむしろビフィズス菌は少なくてびっくりです。

ただ、なかなか研究に協力してくる人が見つかりません。私の患者さんはだいたい協力してくれるのですが、残念ながら他からは皆無です。最近、パーキンソン病友の会などの運営もだんだん参加者が少なくなっているのが全国的に問題になっています。皆さん直してくださいと言っても自分は参加しないという気風が増えているのでしょうか。参加していろいろ意見を言いながら活動することがパーキンソン病の進行を抑える上でも重要です。待っていて何もしない人は人に頼るばかりでそうした人のほうが病気は進みます。これは以前紹介したと思いますが“１００歳の美しい脳”という本で一番認知症にならなかったのは、最後まで社会生活や社会活動に参加した人で、脳の萎縮とは関係がなかったということからも明らかです。私の研究はさておき皆さん友の会に参加してください。家から一日中出ない人には薬を飲んでも何も変わらないですよ。

とは、言っても研究には患者さんの協力が必須です。便研究などの検体提供や脳の機能解析に興味があり、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で daikouneurolab@gmail.com にご連絡ください。私の研究室は 052-719-1184 に秘書兼任として大学院生の湊さんという女の子が待機していますので宜しくお願いします。特に腸内細菌の研究はうまく行けばパーキンソン病の根本的治療に関わってくるのではないかと考えています。研究内容はその時に詳しくお話しします。

今回は、神経学会や学生の卒業研究もあって文章が短くなってしまいましたが、次回はベルリンで世界的なパーキンソン病の会議に出ますので、もう少し最新の話ができるかと思います。

EBMとオーダーメード治療
第50回　ジスキネジアへの対応

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

5月というのに既に夏を思わせる陽気になっていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？ 2007年11月、当時の友の会会長でいらっしゃった丹羽様から依頼をいただいて開始したこの書き物も連載50回となりました。「連載20回で本にしましょう。」と声をかけられた時の丹羽様の笑顔が忘れられません。

毎回、期日を守ることが出来ないながらも、ここまで続けることが出来たのも、丹羽さんとの約束はもちろんですが、歴代の会長様、当方の執筆を温かく見守り、また促してくださった歴代の編集窓口担当者皆様のお陰であり、あらためて御礼を申し上げる次第です。

先週は、第57回日本神経学会学術大会に参加していました。神戸で開催されたこの学会は、神経内科医にとって最大規模の学会で、期間中には約7,000名の参加者があり世界で3番目の規模になっています。今回は会場にいるのが勿体ないほどの晴天が毎日続き、気持ちの良い5月の気候の中で、全国の知り合いの神経内科医と色々な情報交換や友情を温める時間をいただくことが出来ました。

当方は、パーキンソン病に関しては、自治医大ステーション・ブレインクリニックの藤本健一先生と一緒に「DBS治療を選択肢とするための知識と知恵」というセッションで30分の時間をいただいて、知識のパートを担当し、当施設の経験なども踏まえてお話をさせて頂きました。本連載を開始した2007年と比べますと、DBSも随分とEBMもオーダーメード治療も変わってきていることを実感します。

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、前回に続いて運動症状の中でも最も問題となる症状の１つであるジスキネジアについて説明いたします。前号では、どうしてジスキネジアが起こるかについて、最近の知見を主体に御紹介いたしました。今回は、対応方法について、御説明しますので、よろしければ最後までお付き合い下さい。

２．前号の復習

パーキンソン病でレボドパに関連した不随意運動を、レボドパ誘発性ジスキネジアと呼び、その動きや薬剤の血中濃度との関連から以下の３種類に分類されます。

1）レボドパの血中濃度が高い時（ピークの時）に出現する peak dose（ピークドーズ、血中濃度最高時）ジスキネジア

2）レボドパの血中濃度が上昇する時と下降する時に出現する diphasic （ダイフェイジック、二相性）ジスキネジア

3）レボドパの血中濃度が治療レベルを下回った起床時に出現する early morning （アーリーモーニング、早朝）ジスキネジア

ジスキネジアは、パーキンソン病の経過が長くなるに伴って、脳内において不安定でパルス状のドパミン刺激がドパミン受容体に生ずる結果、運動にかかわる神経回路の状態が変化し、薬剤の影響も異なってくる結果生じます。例えば、上記の 1）では薬が一番効いている時には、動きやすいのですが、それにクネクネとした動きが加わります。

３，ジスキネジアの治療、特に血中濃度最高時ジスキネジアの治療について

ジスキネジア中で最も良くある血中濃度最高時ジスキネジアは、日常生活に問題が無く、ご本人も気にしていなのであれば特に治療を追加・変更しなくとも良い場合が少なくありません。血中濃度最高時ジスキネジアの治療の基本は薬剤の減量ですので、ジスキネジアを軽くしようとすることで身体の動きが悪くなってしまう可能性が高いからです。

治療が必要なジスキネジアの場合、可能であれば MAO-B 阻害剤（商品名エフピー）や COMT 阻害剤（商品名コムタン）の減量や中止を考慮します。レボドパと COMT 阻害剤の合剤（商品名スタレボ）を内服されている場合、レボドパ（商品名ネオドパストン、イーシー・ドパール、メネシットなど）への変更を考慮します。また、アデノシン A2A 受容体阻害剤（商品名ノウリアスト）やゾニサミド（商品名トレリーフ）もジスキネジアを増悪させることがあり、その場合には、減量や中止も考慮します。ただ、明確なエビデンスは無いのですが、ゾニサミドにはジスキネジアの改善効果を期待出来るデータも出ています。どの薬剤にしても、中止や減量時には、その後の変化について注意して観察し、その効果の有無について主治医と相談していくことが大切です。

これらの変更や中止で改善を認めない場合には、レボドパの１回投与量を減らして頻回投

与することを試みることがあります。また、空腹時にレボドパを内服している場合には、食後 30 分に飲んで頂くこともあります。レボドパを空腹時に飲むと、一気に吸収されて血液中のドパミンの濃度が急に上がってしまうのですが、食後 30 分で内服すると上がり方が緩やかとなり、血中濃度最高時ジスキネジアが軽減する場合があるためです。

一般にレボドパの内服は、食事や消化管の動きにかなり影響を受けますので、内服時間や消化管の動きを良くするよう、運動、水分摂取、食物繊維摂取などを心がけていただくことも大切です。一方で、レボドパの吸収や代謝はかなり個人差があり、日内変動もあるため、内服量や回数の調整だけではジスキネジアのコントロールは難しいことも多く、日によって調子の波があることも少なくないことに留意する必要があります。

次にレボドパを減量し、不足分をドパミンアゴニスト（商品名ミラペックス LA、レキップ CR、ニュープロパッチ、カバサール、ミラペックス、パーロデル等）で補うことを考えます。レボドパを減量しながらドパミンアゴニストを追加しないと、かえってジスキネジアが悪化してしまうことがあり要注意です。また、ドパミンアゴニストに比べてレボドパは治療効果が強く、即効性もあることから、医師の目から見ると治療効果が変わらなくとも効果が減弱したと患者さんが感じられ、変更が上手く行かない場合もあります。

さらに、ドパミンアゴニストの追加により、日中の眠気、足のむくみ、幻視などが出現する場合もあります。ただ、だからといってすぐにアゴニストを減量・中止するのではなく、これらの症状の程度と、ジスキネジアの改善度や運動症状の維持の程度等とのバランスによって、ドパミンアゴニストを減量するか否かを決めていく必要があります。実際、血中濃度最高時ジスキネジアを有する患者さんは、ウェアリングオフ現象やオンオフ現象を伴っている場合が多いので、ドパミンアゴニストの減量により、オフ症状が悪化してしまう可能性があるので注意が必要です。

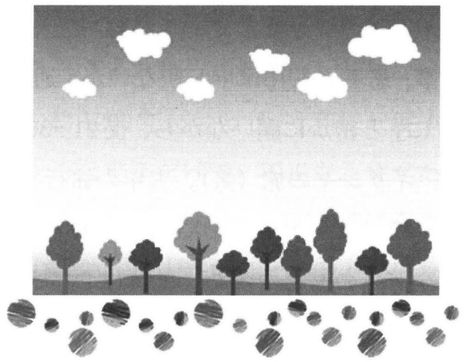
これらの変更で上手くいかない時にはアマンタジン（商品名シンメトレル）を追加します。シンメトレルの追加や増量により、パーキンソニズムを悪化することなくジスキネジアを押さえる効果が期待されます。注意しなくてはいけないのは、投与初期には、奏功しても時間が経つとその効果が薄れる点です。またシンメトレルは足の浮腫み、皮疹、幻視などに注意が必要です。他の薬剤と同様に治療効果と副作用のバランスを良く考えながら投与継続の是非を決めていきます。

内服治療でコントロールがつかず、日常生活に強い制限があり、明らかな認知症が無く、比較的若く、レボドパの治療効果を明瞭に認める場合には、脳深部刺激療法を考慮します。一般には内服治療開始後の長期例の方に対して脳深部刺激療法を行いますが、失職の危険性がある場合など、状況によっては、より早期の手術を考慮する場合もあります。手術適応については主治医に御相談頂ければと思います。

血中濃度最高時ジスキネジアに対する脳深部刺激手術としては、視床下核をターゲットとする手術と淡蒼球内節をターゲットとする手術があります。視床下核の場合には、手術の後に薬剤を減らすことが可能な場合が多く、それがジスキネジアの改善につながります。一方淡蒼球の場合には、手術の後に薬剤を減らす効果は視床下核ほどでは無いのですが、視床下核をターゲットとした場合と違い、直接的にジスキネジアを改善する効果があります。薬は減らしたいと思われるかもしれませんが、レボドパは、運動だけではなく、認知機能や気分に対して良い影響を与えていることもあり、減量によってこれらが悪くなる可能性も秘めています。このため、どちらをターゲットとして選ぶかは患者さんの状態、経過、諸検査を見て総合的に判断されます。

５，最後に

今回は紙面の限り血中濃度最高時ジスキネジアの治療を説明しました。主治医からジスキネジアに対する治療を受けられる際の理解の一助になれば幸いです。もっともここに記載してあることは、あくまでも原則的な位置づけで、それぞれの主治医は患者さんの状態に合わせて、今回の流れとは異なる様々なオーダーメード治療をされると思います。分からない点があればご自身の主治医にどうぞ御質問いただけたらと思います



ほんまち便り

～第 17 回　2016 年ゴールデンウィーク旅行記

① アテネからオリンピアへ

本町クリニック　服部優子

世界史をこんなに勉強したのは、大学受験の時以来だろうか。とにかく世界史や地理が苦手だった。今でも、世界史のテストに苦しんでいる夢をみるほどだ。なのにである。旅行から帰って、塩野七生の「ギリシャの歴史」をアマゾンで注文した（実は、旅行中に会長の木村さんから、「原稿を 20 日までに」と言うメールを頂いたので、「ギリシャの旅行紀を書きます」とお返事したら、何とこの本を読んでいるとのお返事、相当のギリシャ通らしい。これは私も読んでおかなくちゃということになったわけだ）。旅行から帰って 2 週間経った今も、私の机の回りにはギリシャ本だらけである。そう、今年のゴールデンウィークはギリシャに行ってきた。行く前には、ギリシャのことは殆ど知らなかったといってもいい。そんな歴史や地理に疎い私を虜にした、ギリシャについて数回に分けて書かせて頂くこととする（何回で終わるか今のところ未定）。

今年のゴールデンウィークは長い休みがとりやすく、海外旅行が人気とみえて、ヨーロッパのツアーをいくつか申し込んだもののなかなか確約がとれなかった。「ギリシャ」はたまたま名古屋駅の旅行会社でみたツアーが魅力的だったので申し込んだが、キャンセル待ちだった。ちょうど出発 1 ヶ月前ギリギリに、「キャンセルがでました」と。出発が決まって、院長がギリシャ本をいつの間にか色々と購入して読んでいる。面白そうなので、ちょっと借りてみる。「アテネ」は知っていたが、スパルタ、オリンピア、マラトン、パルテノン神殿。そうか全部ギリシャなんだ。これはちょっと凄いかも。4 月 27 日水曜日の夕方ギリギリまで仕事、患者さんには申し訳ないが、通常より 30 分ほど早く切り上げ、「急患が来ませんように」と密かに願いながら、夜 21 : 30 発の飛行機に飛び乗った。色々な意味で、ギリギリ、ギリシャの旅（笑）。去年の旅行では、色々と失敗談をこの会報で曝露したものだから、職員にも患者さんにも「先生、呉々も気をつけて、無事に帰ってきてね」と心配されながらの旅となった。それにしてもギリシャは少し遠い。色々な行き方があるらしいが、今回はアブダビ経由であった。セントレアからアブダビまで 13 時間（しかも北京にて 1 時間ほど機内待機）、アブダビで乗り換えアテネまで 5 時間。でも少々疲れがたまっていた私達には、飛行機はちょうどよい睡眠の場と化した。

アテネ

ギリシャの玄関口、アテネには昼頃の到着のはずであったが、アブダビ乗り継ぎの際に飛行機が 3 時間ほど遅れた。それでもまずは、明るいうちに到着。バスでアテネの市内へと向かう。予習本によれば、空港からアテネ市内へは「紺碧の海沿いを走る」とあり、「ギリシャらしさ」を楽しみにしていたのだが、空港は最近新しく出来たらしく、むしろ平原の中を走った。30 分ほどでアテネの街へ到着、いきなり今回の旅のハイライト、パルテノン神殿があるアクロポリス遺跡とその麓にある博物館へ案内される。当初予定日の急な休館が決まったとのことで、初日の見学に振り替えとなった。楽しみは少し先に取っておきたかった気もするが、ギリシャの歴史を知るのには却ってよかったかもしれない。長時間のフライトで、少し疲れと時差を感じながらも、アテネの最盛期、紀元前 432 年に完成したパルテノン神殿とアクロポリス遺跡の見学が始まった。アクロポリスとは、「高い丘の上の都市」という意味で、聖域として要塞として、都市国家アテネを見守り続けてきた。紀元前 8 世紀頃から次々と神殿が建てられた。パルテノン神殿は、1687 年ヴェネツィア軍の砲撃を受け大破してしまったが、紀元前 5 世紀頃の状態に戻すという修復再建作業は今も続いている（写真１）。遺跡内の出土品は、博物館で見る事ができるが、神殿の破風や神々に捧げられた美しい彫刻など、見どころ満載である。

オリンピア

アクロポリス遺跡と博物館見学には２，３時間を要し、あっという間に夕方に。アテネ市内のタベルナ（ギリシャの食堂をタベルナという！）で夕食を済ませ、バスに乗り込んだ。コリント運河を通って、ペロポネソス半島のオリンピアに着いたのは、もう日付が変わろうとする頃だった。いうまでもなくオリンピック発祥の地、オリンピアのホテルにチェックイン。翌朝は少しゆっくりめにホテルを出発してオリンピア遺跡へ。今年はオリンピックイヤーだから、タイムリーだったかもしれない。古代オリンピックは紀元前 776 年から 393 年までの約 1200 年にわたり、4 年に一度中断することなく競技会が開かれたそうだ。参加できたのは男子だけで、不正をふせぐために全裸で競技が行われたという。6 世紀中頃の地震で地中に没したが、1875 年に発掘された（近代オリンピックはその 21 年後にアテネで再開）。広大な敷地には数々の建物のあとが残っている。この中でも最も古いヘラ神殿は紀元前 7 世紀のもので、今でもオリンピックの聖火はここで採火される。ちょうど私達が訪れた 2，3 日前にリオへ向けて、聖火リレーが始まったようだ。私達も採火のまねをして写真に納まった（写真２）。面白い話を聞いた。オリン

ピアは愛知県稲沢市と姉妹都市の関係を結んでいる。裸で行われる古代オリンピック競技は、稲沢市に古くから伝わる「はだかまつり」との共通点が多い事が、提携のいきさつらしい。オリンピアで発掘された遺跡は隣のオリンピア考古博物館の中に納められている。古いものは紀元前40世紀の新石器時代のものであるというから、本当に驚いてしまう。世界遺産だらけなのだ。そんな訳で、もっとギリシャの歴史が知りたくなる。旅は、この後ギリシャ本土に戻って、デルフィ、メテオラ、エーゲ海クルーズへと続く。そのあたりは次号以降に譲ることとする。オリンピックの話題に戻ろう。

もうすぐ、リオ・オリンピック

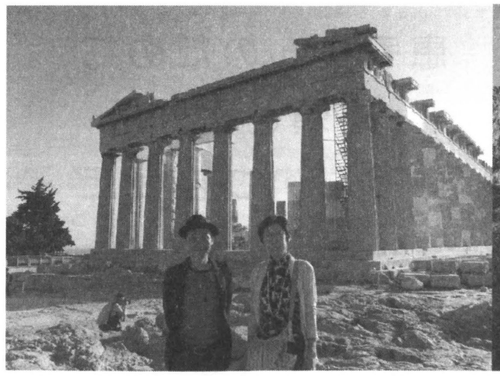
昨今、2020年の東京オリンピックの話題も尽きないようだが、まずは今年の8月から始まるリオ・オリンピック、水泳、体操、バレーボールと連日のようにオリンピック代表選手、チームが決まっていく。先述したように、近代オリンピックは、アテネで1896年に再開された。最終日に、この第1回近代オリンピックの会場となったパナティナイコ・スタジアムを見学した（写真3）。もともと紀元前331年にできた競技場を復元したそうで、座席は大理石でできている。2004年8月に開催されたアテネ・オリンピックで、マラソンのゴールはこの競技場が使われ、野口みずき選手がトップでテープを切ったのを覚えている方も多いだろう。今年はどんなドラマがあるのだろう。楽しみである。

アテネあれこれ

アテネ市内は世界遺産が本当に多く、街中が博物館という感じだ。でも首都だけあって、人口376万人、市内のホテルやお店は結構英語も通じるし、近代都市でもある。気候は、ほぼ日本と同じぐらいと聞いていたが確かにその通り、むしろ湿気が少なく、名古屋よりやや涼しく感じる。ただ、市内観光で訪れた5月3日は復活祭のあとのお休みで飲食店以外のお店は休業中、やはり日本人のように働きものではないようだ。決して派手な街ではないし物価も安い。食事もたっぷりの野菜とハーブにオリーブオイル、新鮮な魚貝が中心で、ヨーグルト（ここまで、どれも便秘にもよさそう！失礼！！）、ワインも名産であるが、決して高価なものではない。またアテネという名前は、オリンポス12神の1柱であるアテナ女神に由来している。アテネ女神のシンボルがフクロウであったことから、フクロウをモチーフにしたお土産が多い。義母にフクロウのついたスカーフをお土産にしたのだが、このスカーフを巻いたら、「麻雀で大勝」したそうだ。さすがアテネ女神！今回の旅は大きな失敗もなく、ギリシャの話題に集中できそうである。続く。

（写真１：アクロポリス）

今も修復中のパルテノン神殿　　高い丘の上にあるアクロポリス遺跡

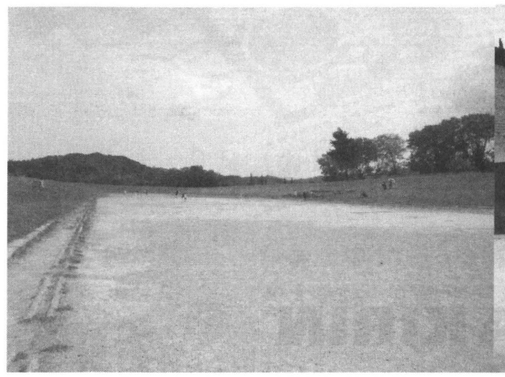


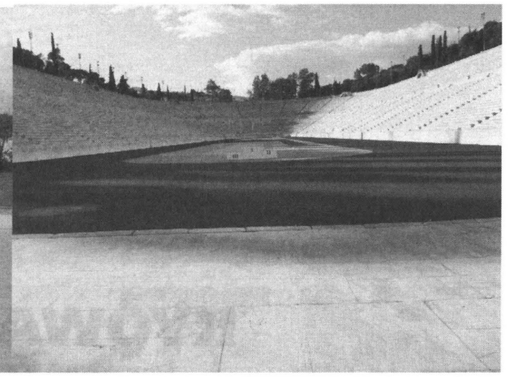
（写真２：オリンピアでの採火）

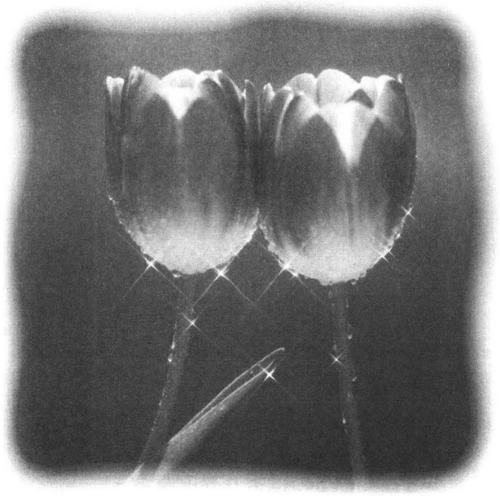
ヘラ神殿で採火され、聖火はリオへ　　私達が持っているのは折り畳み傘

（写真３：オリンピックスタジアム）

古代オリンピアのスタジアム跡（オリンピア）　近代のパナティナイコ・スタジアム（アテネ）





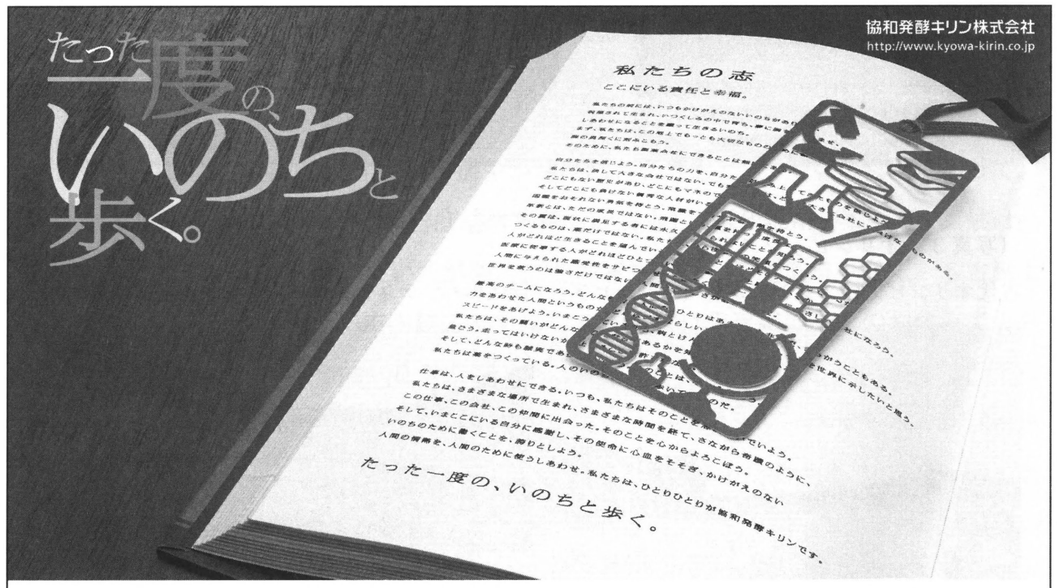


患者さんのために
信頼と愛が
いっぱいつまった

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



KYOWA KIRIN

私たちの志 検索

2015年12月作成

海外からの客人

鈴鹿大学短期大学部　鵜飼久美子

この会報誌が皆さまのお手元に届くころには、ナディック音楽療法の１００回目を迎えていることと思います。このところ、そのためもあってか、大勢の皆さまの参加をいただいており、狭い会場が熱気に包まれています。
当日は、鈴木・鵜飼のコンサートもあり、二人でこつこつと練習しております。前号でお知らせしましたスケジュールで行いますが、コンサートの会場だけが（２階リハビリ広場）→（ナディック）に変更になりました。沢山の皆さまのお越しをお待ちしています。

さて、私事ですが、５月中旬に６日間、我が家にオーストラリアのシドニーからお客さんを迎えました。夫の友人夫妻でしたが、なんとかれこれ５０年近い親交があり、親戚同様、いえいえ親戚以上かもしれません。お互いに歳を取りましたが、再会できたことを喜び合いました。言葉は、旦那さんの方が、カタコトの日本語を話しますし、こちらもカタコトどころか‘カタ・・’ 程度の英語でコミュニケーションをとってなんとか凌ぎました。
期間中、仕事のスケジュールを縫って、京都まで案内しましたが、京都は平日にも関わらず海外からの観光客で、賑わっていました。
面白いなと思ったことは、着物を着て歩いている観光客が目についたことです。ちゃんと草履も履き、手提げバッグも和装でコーディネイトされて、いっとき日本人になった気分を味わっているのでしょうね。ちなみに、一式５０００円ぐらいらしいですよ。しかし、こんな商売を考えついた人もいて、商魂逞しい限りです。

ナディック　音楽療法　予定

６月１４日（第２火曜）　　７月１２日（第２火曜）

→ １００回記念

８月　９日（第２火曜）　　９月１３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　２４

～リズムに合わせて、楽しく体を動かしてみましょう！～

本町クリニック　理学療法士　近藤将人

皆さん、こんにちは。　風薫る五月、、とは言いますが、この会報が出版される頃には、6月ですね。(^_^;)　6月は、ジューンブライド。海外では、この時節が気候も穏やかで、結婚式を挙げるには最良の季節、新緑と咲き誇る花たちに祝福され幸せになれるとの意味もあるのでしょうか？　本町クリニックにも、少し前に結婚式を挙げたスタッフがいました。新婚旅行の話題など耳にすると、お二人の将来に幸あれと願わずにはいられません。　人の幸せに便乗、、する訳ではありませんが、ついつい、自分たちの頃を思い出してしまいます。

僕たちは、16年前、新婚旅行はギリシャでした。ヨーロッパに行きたい妻と、リゾート地で、のんびりしたかった僕の意見に折り合いがつかず、折衷案としてギリシャに。　アテネオリンピック前で、競技場が整備される途中、まだできたてのトラックを走らせてもらいました。　通貨は、ドラクマ。　まだ、ユーロに加盟してなかったのですね。　いまだに、オリンピアの神々が刻印されていた当時のコインを大切にしています。　メインは、サントリーニ島と、ミコノス島。白い壁と青い屋根。坂の多い街をロバに乗って移動。　エーゲ海に沈む夕日をゆっくり楽しみました。もう一度一緒に行きたいね、と時々昔を思い出しては二人で話題にしています。　(^_^)

人間の記憶は、上手く出来ていて、たった今すぐのことは忘れてしまっても、昔経験したエピソードのある大切な記憶は、ずっと忘れずに残っています。　たとえば、結婚式。今となれば、なぜ結婚したのかも疑問に思うほどでも、その時は、お互いが若く、気力も体力も充実していて、なにかしらあった壁を越えて、あの舞台を目指しました。たくさんの人に祝福され、両親に涙され、自分たちも将来を二人で頑張っていこうと決意したはず。　笑顔と涙に囲まれ、和やかで、おおらかで、優しく、嬉しさに溢れていたあの時の記憶は、さすがに忘れようとしても、、、(^_^;)　なんて、瞬間、皆さんも、おありではないでしょうか？

あれから16年、きみまろの文句でもないですが、時は無常に過行くもの、初心は忘れることなく、、　なんて思いながら。(^_^;)　15年目が水晶婚、25年目が銀婚式、30年目が真珠婚、50年目が金婚式。　苦楽を共にしていただけるように、努力したいと思います。　さて、今月は、楽しく、スムーズに身体を動かすためリズムに乗った運動を紹介したいと思います。長年連れ添ったパートーナーを思い遣りながら、穏やかに、楽しく体を動かしてみましょう。　それでは！！　(^_^)

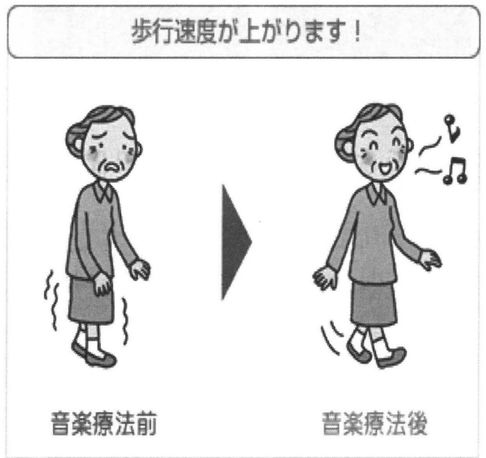
体を動かす事とリズム

私たちが、身体を動かすとき、脳では、スムーズに身体を動かすため、運動の指令が出

されたり、それを直接的に調節したり、間接的に調節したり、運動のバランスとタイミングを調節したり、情動（やる気など）や意思（目的など）と連携したり、どうやって動こうか立案したり、空間や位置を把握したり、行動を記憶したり、運動を学習したりと、、、細やかに連携しています。　パーキンソン病になると、こういった、運動指令のリズムが乱れ、思ったように体を動かせなくなることがあります。

順天堂大学の、林明人先生は、著書の中で、1分間に120回の音リズムをパーキンソン病患者様に聞いてもらい、一定のリズムで脳を刺激するだけでも、歩きやすくなったり、気分が明るくなることが研究によっても実証されたと紹介しています。

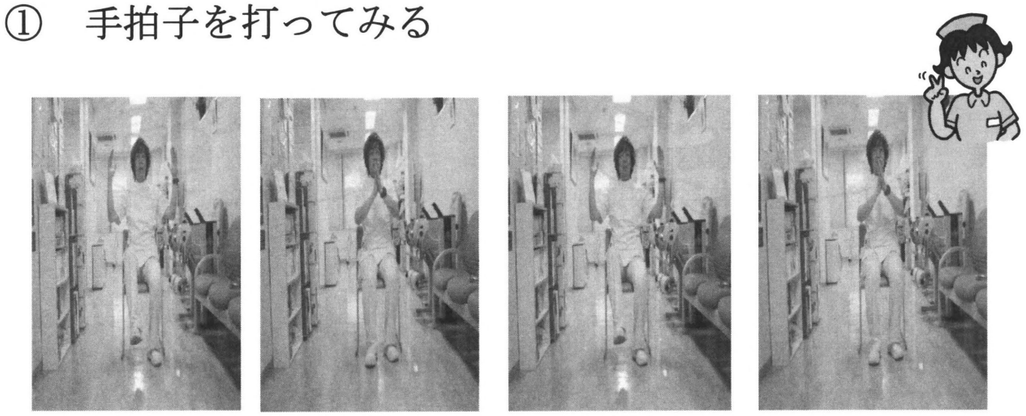
（パーキンソン病に効く音楽療法ＣＤブック：林明人著、2012.6.15、マキノ出版）



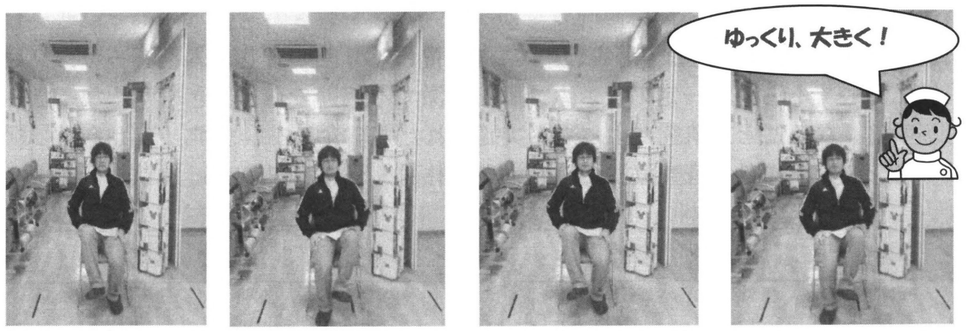
たとえば、ご自宅に、メトロノームなどがあるなら、１２０にセットして、チクタクとリズムを聴きながら身体を動かすのもいいかもしれません。　林先生のＣＤブックをお持ちの方は、生活のＢＧＭとして普段から聞きながらの生活を心がける事も良いでしょ

う。　でも、そんな環境にない方は、好きな音楽を聴きながら、椅子に座り、下に紹介するように、安全に身体を動かすだけでも、立派な体操になります。　疲れないように、体の動きの良い時間に 5 分から 10 分ぐらい、一日 1 回位を目安に取り組んでみましょう。

①　手拍子を打ってみる

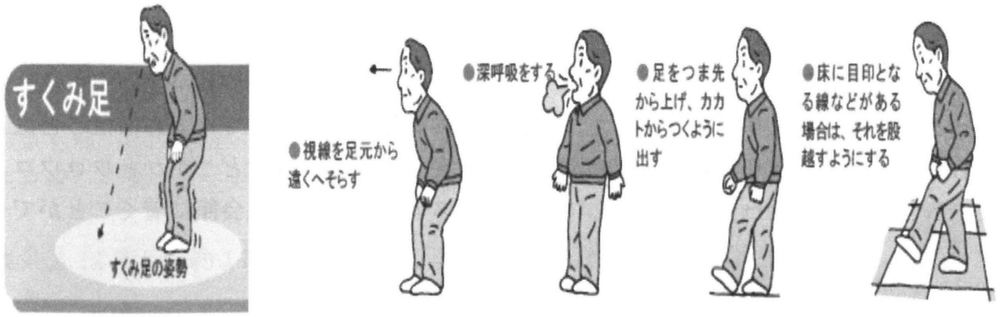


②　足踏みをしてみる

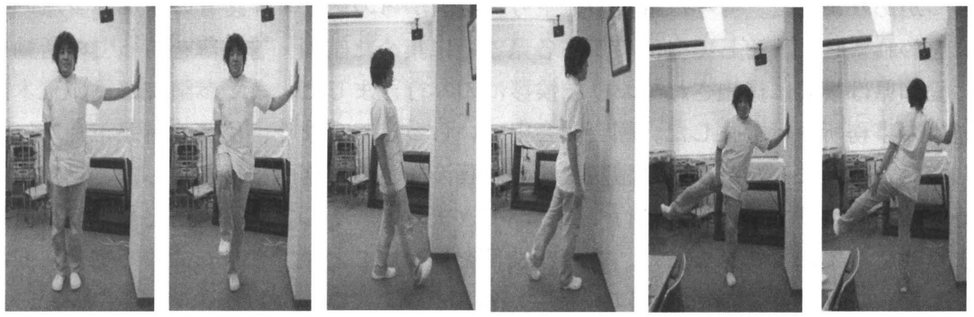


③　手を叩きながら足踏みをしてみよう！

もし、動きが止まってしまったり、小刻みになったり、「すくみ」や「ふらつき」、転びそうになってしまった時などは、慌てず、1．2．1．2と、リズムを口に出して、足を出すようにしたり、肩の力を抜き、ため息をつき、再スタートするようにしましょう。



壁や、手すりにつかまり、音楽を聴きながら、体重の移動や、足踏みも行いましょう。



膝を高く上げて、足踏みをしてみましょう！　足を後ろに引く、つま先を上げる、体を左右に振るようにして、体重を左右に移動して、足を横から上げてみましょう。

「向きを変える時」に・・・　スムーズに歩くために・・・

今月は、リズムと体の動きについて、お話ししました。　歩行が止まってしまうことも、リズムが止まること。　是非、参考にしてみてください。　では、また次回！(^_^)

国会請願集会に参加して　春日井市　木村　暢子

４月１３日、国会請願集会に参加しました。今年は神野久美子先生、大津さん夫妻、木村二人の５人でした。私は昨年に続いての参加でしたので行程の流れが思い出され、ちょっと気持ちにゆとりがありました。それでも神野先生が参加してくださったことはとても心強いものがありました。東京駅についてタクシー乗り場はどこかなとウロウロしていると「こっちこっち」と案内して下さり、スムーズに参議院会館に着くことができました。

12 時から１階の講堂で、国会請願集会が行われました。
開会のあいさつに続いて、4 組の患者、介護者の訴えを聞き、続いて国会議員の先生のあいさつがありました。今年は議員の先生方、全国からの患者・介護者の参加が少ないように思われました。そして 13 時から各県ごとに集めた請願・署名簿を持っての活動です。愛知県は事前に提出されており、挨拶にのみ行きました。まず参議院議員の荒木清寛先生の事務所へ行きました。国会開会中でいらっしゃらなく、秘書の新保正則氏に対応していただきました。次は衆議院議員の伊藤渉先生の事務所へ行きました。私たちは神野先生のおかげでスムーズに行くことができました。そして両事務所ともとても気持ちよく対応していただきました。大事な役目を果たすことができ、安堵して宿舎に向かいました。18 時からは学士会館で交流会が行われました。
今年は参加者がちょっと寂しく感じられました。中村会長の挨拶の後、食事をしながら、今年は南の沖縄から各県の現状報告が行われました。途中には静岡代表の寄川さんのマジックも披露され楽しい時間も過ごしました。

14 日は、9 時 30 分から学士会館で勉強会です。まず本部の平峯事務局次長さんの「難病新法勉強会と今後の進め方」についてのお話し、その後、松原徳和厚生労働省名難病対策課長による講演と質疑応答が行われました。そして 12 時終了、解散になりました。私たち患者・介護者は常に勉強して、新しい制度に対して理解していくよう努力しなくてはいけないと自覚した勉強会でした。

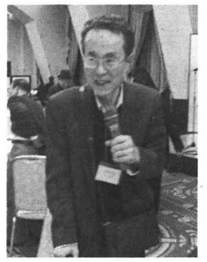
後列中央伊藤議員

国会請願に参加して　常滑市　大津　慶明

4 月 13 日(水)・14 日(木)に開催されました国会請願集会行事に顧問の神野久美子先生、木村会長夫妻、大津二人の５名で参加いたしました。
二日とも雨という予報の中、新幹線ホームで待ち合わせ一路東京へ出発いたしました。東京も幸い小雨で降ったり止んだりの天気でほとんど傘も使いませんでした。
東京駅からタクシーで会場の参議院会館受付案内で入館証をもらい入館しました。

集会は 12 時から約 1 時間 1 階の 101 会議室で行われました。
中村代表理事の挨拶から始まり、患者・介護者の訴え、各政党から議員の挨拶ありました。全国の支部からは 136 名の参加で、国会開催中のため議員の挨拶は少なく盛り上がりに欠けていたように思いました。患者・介護者の訴えの中で兵庫県支部の福西さん、坂上さん二人によるコント形式の切実な訴えは身に染みました。又、議員の挨拶では障害者支援法、難病法の振興に当たっては党派を超えて取組むとのことでした。

集会終了後、神野先生の案内により愛知県の紹介議員の荒木清寛議員（公明党）の部屋を訪ねました。残念ながら会議中で不在のため秘書の新保正則氏と面談し請願のお願いをしました。続いて衆議院会館を訪ね伊藤渉議員（公明党）に面会しました。しっかり国会に届けます。との力強いお言葉をいただきました。請願行動は神野先生のお陰で無事終了し先生とはここでお別れしました。



木村会長と私たちは伊藤議員に見送られ宿泊所へ。その後 6 時から学士会館で行われた交流会に参加しました。高本常務理事の進行、紅林副会長の乾杯の音頭で交流会がスタートしました。今年は参加者も少なく何となく淋しい思いがしました。参加都道府県より状況報告があり愛知県支部は木村会長より発表していただきました。
二日目の学習会は同じく学士会館で行われました。講師の都合で 1 時間ほど遅れて始まり、平峯事務局次長から難病新法と今後の進め方についての説明がありました。そして講師の松原徳和厚生労働省難病対策課長から難病対策の経緯と概要についての説明がありました。法律が施行されたばかりでこれから色々と整備されてくるので友の会でも勉強していく必要があると思いました。以上、報告と致します。

・大津邦世
一人ひとりの会員さんから届いた大事な署名をご自身の病状と上手く付き合いながらの請願参加者に感動し刺激を受けました。これからはもう少し署名運動を頑張ろうと思っています。また参加者の明るい笑顔が印象的でした。参加させていただきまして有り難うございました。

平成 28 年度総会開催報告

事務局

期日：4 月 24 日（日）　10：00～12：00
会場：名古屋市総合社会福祉会館

平成 28 年度の総会を上記のように、大津慶明副会長の司会進行で無事終えることができました。ご協力ありがとうございました。　（木村会長挨拶）

総会には、顧問の平山正昭先生、神野久美子先生、鵜飼久美子先生がご出席くださり、ご挨拶もいただきました。お忙しいなかありがとうございました。感謝申し上げます。

（神野先生ご挨拶）

（平山先生ご挨拶）

（鵜飼先生ご挨拶）

総会は、昨年亡くなられた会員のご冥福をお祈りし、黙とうをささげ始めました。
後掲の 27 年度事業報告、会計報告、28 年度役員体制、事業計画、予算が承認されました。
役員紹介の後、会員の星野典子さん、丹羽昌平さんから体験発表をしていただきました。

＜愛知県支部＞という全県的な活動になっていて、なかなか名古屋での活動に参加しにくい、また、高齢・重症のため移動介護が必要など、参加困難な状況も多く、「会報発行」が情報発信の場であり、重点活動と位置付けています。

会費収入：1,385,000 円（支部：937,850 円　本部：406,500 円　愛難連：40,650 円）
会報発行：1,192,770 円（―254,920 円）

会費だけでは、会報発行を賄えない状況で、＜広告掲載＞をお願いし、「広告掲載費」として会報発行に助成をいただいていますが、製薬会社側の状況もあって、27 年度は一時期よりも 3 社ほど少なくなってしまいました。このため、27 年度赤字会計、28 年度も赤字予算となってしまいました。運営会議では、＜会報は継続してきちんと発行して行こう＞と話し合っています。

質疑の中で、会計の立て直しが急務であり、助成団体等の開拓の必要が意見として出されました。28 年度は、運営会議でもこの問題を中心に、知恵を絞っていきたいと思っています。会員の皆様にも、助成を受けられる団体、ご寄付をいただけそうな団体等の情報がありましたら、事務局または運営会議のメンバーにご紹介いただけると幸いです。よろしくお願いいたします。

（益田緑さんのお花）

平成 27 年度　事業報告

1．会員

当期始め	入会	退会（死亡）	除籍	当期末
271 名	25 名	14 名	17	265 名

2．役員会（運営会議）

① 会長交代　益田利彦会長から木村順一会長に交代

② 会場の変更

○故丹羽会長宅で開催していた会場を、4 月から東海市市民活動センター会議室に変更

○4 月 19 日（日）　東海事務所（丹羽会長宅）整理

○8 月 1 日（土）　8 月定例会議を丹羽さん宅で開催し、奥様に鍵を返却しお礼・事務所返納

＜会議参加者数＞

4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月	計
16	17	16	15	15	14	15	15	14	15	14	12	178

3．活動

（1）　会報発行

81 号（4 月）・82 号（6 月）・83 号（8 号）・84 号（10 月）・85 号（12 月）・86 号（2 月）

（2）　総会

○期　　日：　4 月 26 日（日）　名古屋市総合社会福祉会館
○参 加 者：　50 余名
○内　　容：　26 年度　事業報告・決算報告　27 年度　事業計画・予算案
○体験発表：　石原法子さん・杉本隆男さん

（3）　医療講演会

① 第 1 回（総会記念）：　4 月 26 日（日）　名古屋市総合社会福祉会館
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”
講師：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（かじたやすかず）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」
講師：田附興風会　北野病院　神経内科　副部長　齋木英資（さいきひでもと）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」
※ＤＢＳに関するアンケート実施し会報（82 号）で報告

②第 2 回（市民公開講座協力）：　9 月 6 日（日）　名古屋デザインホール
テーマ：こんな時は神経内科に行こう！パーキンソン病と脳・神経の病気を知るセミナー
講演 1：安藤哲郎先生（安城厚生病院神経内科部長）「パーキンソン病の病態と診断について」
講演 2：平山正昭先生（名大大学院保健学科准教授）「 パーキンソン病の治療～薬物治療を中心に」
講演 3：渡辺宏久先生（名大脳とこころの研究センター特任教授）「パーキンソン病の治療～外科治療と iPS など、今後の展望について」

③第 3 回（一宮）：　12 月 19 日（土）　i-ビル（一宮駅前ビル）
講演：平山正昭先生　「パーキンソン病薬剤治療の変遷」

④第 4 回（豊橋）：　2 月 14 日（日）　豊橋保健所

講演：平山正昭先生　「パーキンソン病薬剤治療の変遷」

（4）一日交遊会

① 第1回　5月31日（日）　なごや福祉用具プラザ

内容：午前：用具見学　午後：リハビリ（埜口義広先生）

② 第2回　8月22日（土）　北生涯学習センター

内容：午前・午後：リハビリ（埜口義広先生）（鵜飼先生大学の所要のため）

③ 第3回　11月28日（土）　半田市市民交流センター

内容：午前：懇談会　午後：リハビリ（近藤将人先生）

④ 第4回　3月6日（日）　北生涯学習センター

内容：午前：音楽療法（鵜飼・鈴木先生）　午後：リハビリ（埜口先生）

（5）ナディック音楽療法　4月～3月　12回　名古屋大学病院ナディック

毎月第2火曜日午後（鵜飼・鈴木先生）【27年度から友の会経費の一部負担】

12月18日（金）　クリスマスコンサート

（6）一泊旅行　11月14日～15日（土・日）　ビラ・マリーン

神野先生・鵜飼先生・平山先生　参加。　懇談・懇親会・平山先生講話

4．本部活動

（1）　会報発送　4回（140号・4月、141号・8月、142号・11月、143号・1月）

（2）　国会請願　4月15・16日（水・木）　7人参加

（3）　27年度総会・茨城大会：　6月23日・24日　水戸市　木村夫妻出席（丹羽副会長体調不良で欠席）　【一般社団法人の28年度「公益法人」化が議決】

（4）　国会請願署名・募金　12月～2月

衆議院議長宛　467筆　（紹介議員　伊藤渉議員）

参議院議長宛　465筆　（紹介議員　荒木清寛議員）

日本難病・疾病団体協議会　770筆（愛難連）

募金・寄付金総額：　294,000円

（5）東海・北陸ブロック支部長会議　1月19日　岐阜　（木村支部長、事務局・原田）

5．愛難連活動

（1）　当会から杉本理事選出

（2）　加古基金の助成申請（40,000円）を行い、＜ロゴ入りベスト・20着＞作成

（3）　愛難連定期大会：10月12日（体育の日）　ウィンク愛知

（4）　愛知県・名古屋市への要望　「要望書提出」（11月）、県・市交渉（2月1日　5名参加）

6．その他の活動

（1）　なごや福祉用具プラザ西部介護者教室「パーキンソン病とともに歩む」　6月13日

講師協力：石原法子、大津慶明、杉本隆男、（事務局・原田）

（2）　第1回　日本パーキンソン病コングレス　6月24日・25日（水・木）　水戸市

テーマ：「パーキンソン病に希望の明日をつなぐ」

（3）茨城県鬼怒川氾濫被害義援金協力　10月

（4）アンケートの協力

①「パーキンソン病の治療に関するアンケート」　1～2月　（アンテリオ）

②「医療機関に関するアンケート」　10月（メールで）　（共用品推進機構）

平成27年度　会計報告

【収入】

科目	当初予算	27年度決算	増減	備考
繰越金	51,074	51,074	0	
会費	1,425,000	1,385,000	▲ 40,000	25・26（1）会報（5）、272
寄付金	100,000	238,450	138,450	32件
助成金	210,000	140,000	▲ 70,000	難病救済基金・加古基金
広告掲載費	420,000	320,000	▲ 100,000	製薬会社5社・療院・病院
活動費	700,000	686,656	▲ 13,344	総会・医療講演・交遊会・一泊旅行
本部活動費	100,000	132,760	32,760	国会請願・大会参加・ブロック
募金	250,000	255,000	5,000	42件
図書売上	12,000	0	▲ 12,000	
雑収入	5,000	11,919	6,919	
積立金		1,500,000	1,500,000	積立金解約一般会計へ
合計	3,273,074	4,720,859	1,447,785	
積立金	1,500,000	0		
合計	4,773,074	4,720,859	▲ 52,215	

【支出】

科目	当初予算	27年度決算	増減	備考
会議費	180,000	73,526	▲ 102,474	運営会議、編集会議
会報発行費	1,100,000	1,192,770	92,770	81号～86号　印刷・発送費、封筒代
消耗品費	90,000	106,289	16,289	インク、宛名シール、用紙他
通信費	40,000	45,448	5,448	入会希望者、入会者宛等
事務所費	40,000	42,806	2,806	東海事務所関連
活動費	1,000,000	1,010,240	10,240	総会、医療講演・交遊会、一泊旅行
本部活動	600,000	784,074	184,074	会費（@1500）、国会請願、大会、ブロック
愛難連活動	43,000	40,650	2,350	会費（@150）
募金	90,000	90,000	0	iPS募金、愛難連請願、鬼怒川被害
図書買上	9,000	0	9,000	
印刷費	10,000	15,870	5,870	運営会議資料等
雑支出	6,000	7,016	1,016	
小計	3,208,000	3,408,689	200,689	
予備費	65,074	112,170	47,096	28年度へ繰越
合計	3,273,074	3,520,859	247,785	
積立金	1,500,000	1,200,000	▲300,000	取り崩して一般会計で使用
合計	4,773,074	4,720,859	▲ 52,215	

会　計　監　査　報　告

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27年度の会計監査をし、諸帳簿、預金通帳等適正に処理されていたことを報告します。　平成28年4月24日　監査　山本　芳夫

平成28年度　役員体制

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　遠藤広治　大津邦世　木村暢子　黒川雄三
　　後藤サヨ子　杉本隆男　高木　進　谷川澄子　都築月子
　　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　大津慶明
愛難連理事：　遠藤広治
会報担当：　大津慶明　大津邦世　木村順一
一日交遊会；　山本芳夫　山本妙子
一泊旅行：　石原法子

平成28年度　事業計画

1．　会員

前期末	4月1日入会	当期始め
265名	3名	268名

2．　役員会（運営会議）
① 運営会議開催日程の変更　【会場：東海市市民活動センター】
従来、第1土曜日で開催してきたが、5月会議から第2土曜日に変更

3．　活動
（1） 会報発行
87号（4月）・88号（6月）・89号（8号）・90号（10月）・91号（12月）・92号（2月）

（2） 総会
○期　　日：　4月24日（日）　名古屋市総合社会福祉会館
○内　　容：　27年度　事業報告・決算報告　28年度　事業計画・予算案
○体験発表：　星野典子さん、丹羽昌平さん

（3） 医療講演会
① 第1回（総会記念）：　4月24日（日）　名古屋市総合社会福祉会館
講　演：順天堂大学名誉教授　水野　美邦先生
「パーキンソン病とともに楽しく生きる」
② 第2回（豊田）：　7月30日（土）　豊田市福祉センター
講演：平山正昭先生　「パーキンソン病薬剤治療の変遷」
③ 第3回、第4回　未定

（4） 一日交遊会
① 第1回　6月18日（土）　なごや福祉用具プラザ
内容：　午前：　用具見学　午後：　自由懇談
② 第2回・第3回・第4回　未定

（5）ナディック音楽療法　4月～3月　12回　名古屋大学病院ナディック
毎月第2火曜日午後（鵜飼・鈴木先生）
6月14日（火）　100回記念

（6）おしゃべり広場運営（28年度6回開催を目標）
開催：奇数月　最終火曜日　13：00～15：30
会場：名古屋市鶴舞中央図書館集会室（1階）

（7）一泊旅行　未定
会場として利用してきた「ビラ・マリーン」が指定管理から民間運営になり、会場を検討

（8）本部活動
① 会報発送　4回（144号・4月、145号・8月、146号・11月、147号・1月）
② 国会請願　4月13・14日（水・木）　5人参加
③ 27年度総会・宮城大会：　6月26日・27日　仙台市　4人参加予定
④ 国会請願署名・募金　12月～2月
⑤ 東海・北陸ブロック支部長会議

（9） 愛難連活動
① 当会から遠藤広治理事選出
② 愛難連定期大会：10月10日（体育の日）　ウィンク愛知
③ 愛知県・名古屋市への要望　「要望書提出」（11月）、県・市交渉（2月）
（10） その他の活動
① なごや福祉用具プラザ南部介護者教室「本人、家族に寄りそう～当事者体験談と気持ちのケア」　7月7日　名古屋市総合リハビリテーションセンター
② 豊川保健所「神経難病患者のつどい」協力　5月25日（田原）、6月24日（豊川）、7月22日（蒲郡）

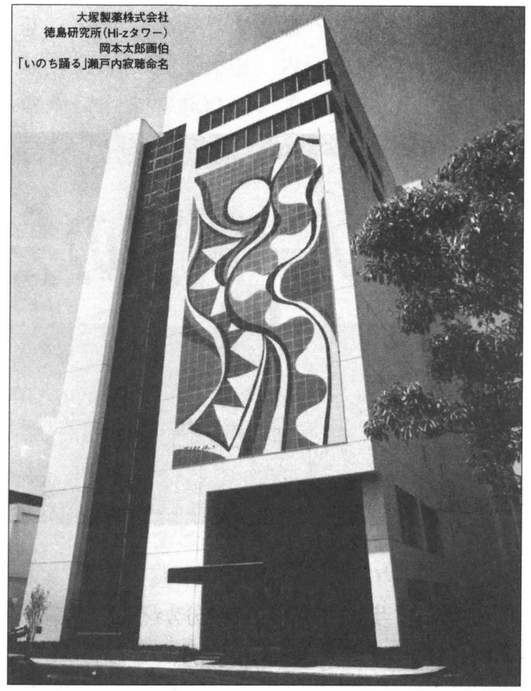
平成 28 年度　会計予算

【収入】

科目	当初予算	27 年度決算	増減	備考
繰越金	112,170	51,074	61,094	27 年度会計残
会費	1,390,000	1,385,000	5,000	会報（5）、275 人
寄付金	200,000	238,450	▲ 38,450	
助成金	100,000	140,000	▲ 40,000	難病救済基金
募金	200,000	255,000	▲ 55,000	
広告掲載費	320,000	320,000	0	製薬会社 5 社、療院・病院
活動費	700,000	686,656	13,344	総会・一日交遊会・一泊旅行
本部活動費	100,000	132,760	▲ 32,760	国会請願、大会
図書売上	6,000	0	6,000	「パーキンソン病とよばないで」5 冊
雑収入	6,000	11,919	▲ 5,919	
合計	3,134,170	3,220,359	▲ 86,189	
不足額	184,830			積立金取り崩し
（再）合計	3,319,000			
積立金	1,200,000	1,500.000	▲ 300,000	
合計	4,519,000	4,720,859	▲ 201,859	

【支出】

科目	当初予算	27 年度決算	増減	備考
会議費	74,000	73,526	474	運営会議、編集会議
会報発行費	1,200,000	1,192.770	7,230	87 号～92 号印刷、発送、封筒
消耗品費	110,000	106,289	3,711	インク、宛名シール、用紙等
通信費	45,000	45.448	▲ 448	入会希望者、入会者宛等
事務所費	15,000	42,806	▲ 27,806	会議室借用等
活動費	1,010,000	1,010,240	▲ 240	総会、医療講演、交遊会、一泊旅行
本部活動	750,000	784,074	▲ 34,074	会費（@1500）、請願、大会、ブロック
愛難連活動	40,000	40,650	▲ 650	会費（@150）
募金	50,000	90,000	▲ 40,000	iPS,研究、愛難連国会請願
図書買上	6,000	0	6,000	「パーキンソン病とよばないで」5 冊
印刷費	13,000	15,870	▲ 2,870	運営会議資料等
雑支出	6,000	7,016	▲ 1,016	
小計	3,319,000	3,408,689	▲ 89,689	
予備費	0	112,170		
合計	3,319,000	3,520,859	▲ 201,859	
積立金	1,200,000	1,200,000	0	
合計	4,519,000	4,720,859	▲ 201,859	



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

gsk

私たちの使命は
「生きる喜びを、もっと　Do more, feel better, live longer」

Do more,
feel better,
live longer

グラクソ・スミスクラインは、科学に根ざした
グローバルヘルスケア企業として、「生きる喜びを、
もっと」を使命に、世界中の人々がより充実して
心身ともに健康で長生きできるよう、
生活の質の向上に全力を尽くしていきます。

グラクソ・スミスクライン株式会社
〒151-8566 東京都渋谷区千駄ヶ谷4-6-15 GSKビル
http://jp.gsk.com

平成28年度体験発表－1

われら皆、友

緑区　星野　典子

こんにちは、私は星野典子と申します。名古屋市緑区に住んでいます。緑区とウチの近くのバス通り向こうの天白区は、川・池・緑と豊かなところですが、坂道も多いところです。

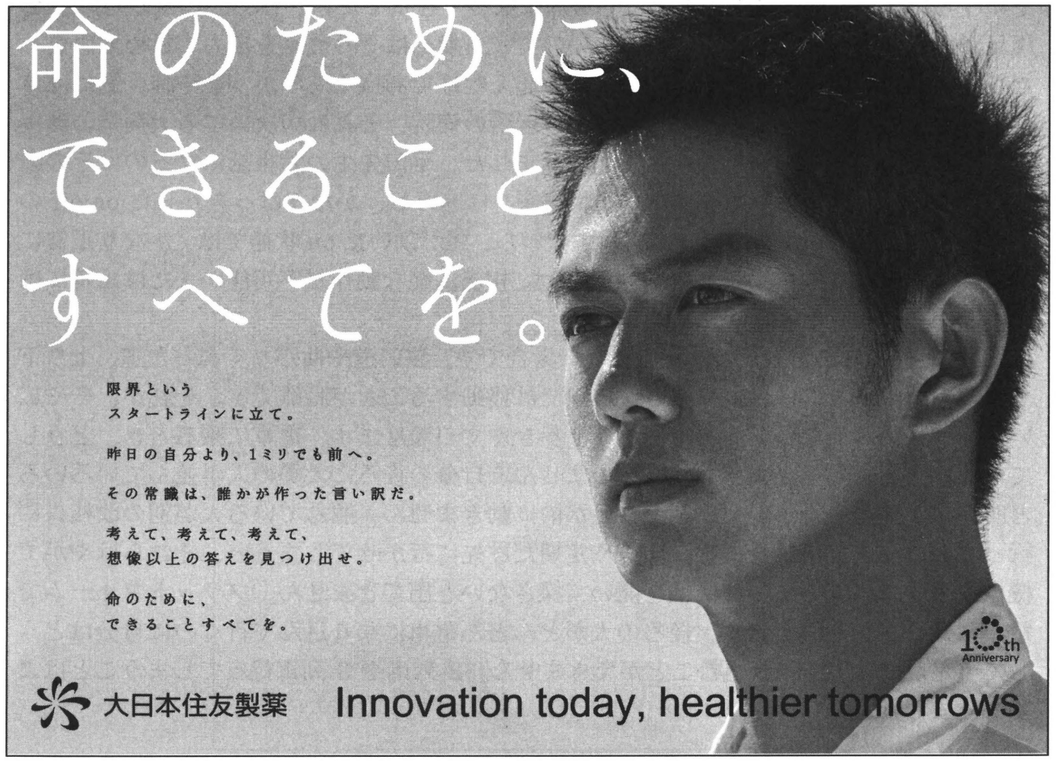
2，3年前　歩道を歩くと今まで感じなかった道が　ゆるやかな勾配でもすこし疲れるようになり、不思議に思っていました。やがて毎朝目覚める時、こむら返りがあり、昼間両腿の筋肉がつっぱり正座が難しくなりました。なぜつっぱるのか分かりません。

歩きづらさがあり、周囲の人も、私が歩きづらそうに歩いているのが分かるようになりました。これが病気だとは知らず、せっかくのアドバイスも受け入れず、その後県外に出かけたとき、以前なら一日中観光が楽しめたのに、昼間歩いただけで疲れ、なぜこんなに足が疲れるのか、いつもいくクリニックの先生に状態を話すと、歩くとき左腕は振らないしパーキンソン病かもしれないし、病院で検査してもらってくるように勧められました。検査してもらうと、パーキンソン病じゃないの？って、病院の先生が言われ、本当にそうなのか心の中でなかなか受け入れるのが難しい自分がいました。
パーキンソン病について知るために、図書館で本を借りて大体のことは分かりました。

薬は2014年6月　レキップCR錠2㎎1日1回1錠。昼間は外を歩くのに、少し楽になっている。室内では夜になると小刻み歩きになり、このままこの薬でよいか相談しましたが、薬はこのままでした。
数ヶ月後病院からクリニックに変わって薬が変わりました。ネオドパストン配合錠L100 1日2回　朝夕食後1錠ずつ。
その年の12月、前日も排便がありましたが、その日は珍しく夜トイレに行きたくなりました。便意があるのになかなか出てこず1時間もトイレにいて、もう切り上げようとしましたら、何と肛門を閉じることが出来ず、肛門のところにある便が出もせず引っ込みもせず便がとまったままになっておりどうにもならなくなりました。
友人に電話して病院の救急センターに連れて行ってもらい、看護婦さんが摘便してくれました。楽になりました。便秘のための薬、マグミット錠330㎎1日1錠をいただきましたが数回服用しましたら、おならと一緒に便が1センチほど一緒に出てきてしまったため、服用するのを止めました。

便秘の経験が苦しかったため、しばらくの間好きなご飯、パンは怖くて食べられず、プリンや柔らかいものを食べていました。便秘にはこれがいい、あれがいいと、聞けば取り入れました。大根、青汁、オリーブオイル（小さじ1杯）バナナ、牛乳、水または水素水（夕食時500㎖）あれ以来何とか普通で過ごしています。

その後、いろんな症状が出てきますが、すくみ足、頻尿、睡眠障害など
頻尿はベタニス錠50㎎1日1回1錠とベシケアOD錠5㎎1日1回1錠を服用して少し楽になりました。睡眠は夜10時台に寝ることにし、今のところねむりやすくなりました。
季節の変わり目、気温の変化は身体の順応が難しいですね。夜中夜明けにふとんをはねて身体を冷やしたり、はねたふとんが重く感じられたりします。パーキンソン病になってまだ新人なので今のところ、楽天的に過ごしています。
パーキンソン病と分かったときや、パートの仕事を辞めるとき、会社の人が「くじけないでいてくださいね。」という言葉を贈ってくださいました。…私はこの人達のためにも元気でいようと決心しているのです。友の会の皆さん、一人一人大切な友です。側にいるだけで、隣にいるだけでもいいのです。励みになり支えになります。これからもよろしくお願いします。



平成28年度体験発表－2

パーキンソン病との出会い

東区　丹羽　昌平

私がパーキンソン病と出会ってしまったのは、今から10年ほど前のことでした。
私は名古屋大学・大学院で 9 年間の学生生活を終えた後、大学教員として研究・教育に従事しました。名古屋大学に20年以上勤めたあとで、愛知県外の大学に転出することになり、そこで20年近く勤めました。県外の大学は結構遠いところだったので、6年ほどは単身の形で行き、13年ほどは新幹線等で通勤しました。通勤には 2 時間半ほどかかりました。これがかなり体力を要したかも知れません。通勤を始めてしばらく経ったころ、学長から学生部長という役をやるように指名されました。学生部長は重要な役回りではあるのですがハイハイと喜んで引き受けたところが間違いのもとでした。自分で取り仕切る会議 3 件の他に学内の殆どの会議に出席しなければいけません。授業の担当は 10 コマもあるし、10 名以上いる卒研生や大学院生の指導などはおちおちやっていられません。

そのうちに会議に出ることがどうにも苦痛になってきました。そうしたら始まりました。両足が細かく震えてなかなか止まらないのです。初めはその震えを自力で止めていましたがだんだん止まらなくなりました。足の震えだけであったものが、手や腕、更には体全体が震えるようになりました。その頃、近所の病院、それに相次いで名大病院の診察を受け、パーキンソン病という診断を受けました。平山先生のお世話になるのはその頃からです。その後の数年間のうちに病状は徐々に進行し、かなりはっきりした on-off の切り替わりが出るようになりました。すなわち、薬が効いた on 状態では、かなり正常に近い動作ができる。薬が切れた off 状態では、相当広範な動作が不可能かまたは正常には動けないという状態になりました。
off 状態の時に特に困ったのは次のような場合です。狭い道や曲がりくねった道、上り下りがある道、電車の中、エレベータの中では移動することが困難です。それが、やや広い道や障害物が少ない道であればかなり歩きやすくなります。電車に乗るとき、どうしても改札で止まってしまって前に進めません。自分の後ろに大勢の人が並んでいろいろと叫ぶ声が聞こえますが、なんとも足が前に動きません。並んでいる人が別の改札口に行ってしまうまで頑張ります。切符や定期だけ先に行かせてしまうと、それらはやがて機械に吸収されてしまい、機械を開いて探さないと出てきません。プラットフォームで電車に乗るときも同じです。後ろの人がどんどん電車に乗り込んで行くのに自分はどうしても足が前に出ず乗り込むことができません。2 列車や 3 列車行ってしまうことはよくありました。

こういう状態も少しずつ改善され最近の体調の良い時であればだいぶ正常に近くなったかなと思うときもあります。これも、いつもやっているリハビリ運動の成果（機械を使ったリハビリまたは 1 日 5,000 から 10,000 歩の歩行）かも知れません。 病気になってから数年の、さほど新しい話ではないのですが、あるときハッと気がつきました。字が書けなくなっているのです。最初は勢いよく筆を下ろすのですが、じきに腕が力を失って字がへなへなと潰れてみすぼらしい字になってしまいます。この時はこのまま字が書けなくなったらどうしようと愕然としました。しかし、どうせお手本になるようなきれいな字を書くわけじゃあないし、と開き直って、事あるごとに基礎に戻って字の練習に励んだ結果、それほど気にならない程度にはなったつもりです。このように、小さな症状一つを見れば改善されることもあるようですが、パーキンソン病の症状全体を見れば、間違いなく少しずつ悪化しています。平山先生からいただく処方箋の中のエルドーパの量は 5 錠以上になってしまいました。
しかし、いろいろなリハビリ運動にも力を入れておりいくらかでも成果が出ると喜んでいます。現在は、デイケアセンターで機械を使った運動、整体のリハビリ、廊下、階段などで歩行練習、などをやっています。その他、近所の公園で散歩・歩行訓練、自宅車庫の壁面を利用した壁打ちテニスなど、頑張っているともう汗が出そうですね。自宅車庫壁面の壁打ちテニスが結構面白いのです。この時使うラケットはプリンスの MichaelChang　モデル（私の自慢のラケットです）。もちろんこのラケットはマイケル・チャン（錦織圭選手のコーチ）が全盛期に（昔）作ったラケットなのです。
他県の友の会の例を見てもリハビリもしくはそれに関連した運動として、卓球、バドミントン、テニス、ゴルフ、ソフトボール、バレーボール、ソーシャルダンスなどが行われているようです（そういう例もあるようです）。
友の会愛知県支部としても、何とかそういう機会を持ちたいものであると思います。そういうスポーツに関心がある方はぜひ連絡ください。

広告一覧

① (有) 一粒社 …… 7 p
② エフピー (株) …… 16 p
③ 協和発酵キリン (株) …… 16 p
④ 大塚製薬 (株) …… 31 p
⑤ グラクソ・スミスクライン (株) …… 31 p
⑥ 大日本住友製薬 …… 33 p
⑦ (有) メディカル在宅マッサージセンター 46 p
⑧ 服部神経内科本町クリニック …… 50 p
⑨ 日本メドトロニック (株) …… 62 p

医療講演会（総会）開催　　事務局

開催日：平成 28 年 4 月 24 日（日）
会　場：名古屋市総合社会福祉会館
講　師：水野美邦先生（順天堂大学名誉教授）
演　題：「パーキンソン病とともに楽しく生きる」

（講演中の水野先生）

愛知県支部の医療講演会は、年 4 回の開催を目指しています。ここ何年か、その内の 1 回を製薬会社の主催する＜市民公開講座＞への協力という形で行ってきました。そして、顧問である平山正昭先生のお骨折りで、総会医療講演（名古屋市内）にはできるだけ外部講師をお願いし、他の名古屋市外での 2～3 回の講演会は、友の会の財政を考慮して平山先生自らがボランティアで講師を担当してくださっています。大変にありがたいことです。

昨年の総会には製薬会社のご協力をいただき、大阪の北野病院の斎木先生にお願いできましたが、初めてのことでした。そのことを 6 月号で「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。」と書かれたのを、水野美邦先生がお読みになられ、「今月号で平山正昭先生の医療こぼれ話の中で、ボランテイアではなかなか講師が頼みにくいという話を読みました。私は 2 年前から，全くのボランテイアで患者さん達の会合に出たり，個人面談をしたりしております．旅費も謝礼もホテル代もソーシャルも何も心配なさらないでよい会です。もし講師にお困りの時は喜んでうかがうことができますと、先生にお伝えいただけますか？」と事務局にメールをいただきました。

お忙しい水野先生が私たちの会報に目を通していて下さることに驚くとともに、ご提案にびっくりして、早速、平山先生に連絡をとり、28 年度の総会医療講演会でご講演いただけることになりました。水野先生も全くのボランティアで貴重な勉強の機会を私どもに与えてくださり、心から感謝申し上げます。

ご講演の文字起こしはありませんので、当日のアンケートの集計結果をお伝えします。参加者は、大会議室の定員が 150 名で椅子を 7 脚増やしていただき、立ってお聞きの方もおられましたので、160 余名の参加でした。

1．　あなたは患者さんですか？

95 名から回答をいただき、＜患者＞さんが 60%と過半数でした。

患者本人	家族	知人・友人	医療・福祉関係	一般
57(60,0 %)	34(35.8%)	1(1.0 %)	3(3.2 %)	0(%)

＜患者本人＞と回答された方の、性別、年齢、病歴をみていみると、女性が男性の倍以上であり、70 代が最も多く、80 代と合わせて過半数を超えていました。病歴の回答は 57 名中 41 名と少なかったのですが、病歴＜5 年～10 年未満＞の方が最も多く 4 割強を占め、15 年以上の方も 1 割以上おられました。

2．　性別・年齢

① 性別

男性	女性
18(32.1%)	38(67.9%)

② 年齢

30 代	40 代	50 代	60 代	70 代	80 代
0(0%)	1(1.8%)	5(9.1%)	19(34.5%)	27(49.1%)	3(5.5%)

③ 病歴

1 年未満	1 年～5 年	5 年～10 年	10 年～15 年	15 年以上
3(7.3%)	9 (21.9%)	17(41.5%)	7(17.1%)	5(12.2%)

3．　友の会の会員ですか？

当然ながら会員の方が多かったのですが、3 分の 1 くらい非会員の方がおられました。当日 4 名の方が入会されました。

【患者】		【家族】	
会員	非会員	会員	非会員
14(36.8%)	24(63.2%)	41(71.9%)	16(28.1%)

4．　医療講演会の参加

患者さんは、初めての参加が 6 割と多く、家族は 2 回以上参加されている方が 7 割と多くおられました。

【患者】		【家族】	
初めて参加	2 回以上参加	初めて参加	2 回以上参加
23(60.5%)	15(39.5%)	16(29.6%)	38(70.4%)

5．　その他

患者・家族を会わせて名古屋市内の方が圧倒的に多く、岐阜県から参加された方もおられました。医療講演会の情報は、＜会報＞で知った方についで、＜新聞＞と回答された方が 27 名おられ、“あの小さな催事の案内を見て！”と驚かされるとともに、新聞の力を感じます。願わくば“もう 1 週間早く掲載して！”と呟いています。

6．　寄せられた感想の中から

○具体的で、かみくだいた話、とてもわかりやすく大変納得できた話に気持ちが晴れやかになりました。
○多くの実例を土台にした有益なお話をありがとうございました。内容豊富・多彩でメモできないので、ご著書を買って読みたいと思います。
○担当医からはあまり詳しい説明がなく、今日は詳しく分かりやすく説明して頂き、参加させて頂き本当に良かったです。ありがとうございました。
○先生のお話が大変わかりやすく、質疑応答の時間もしっかりとって頂きとても良い講演会でした。勉強になりました。
○講演を聞き、他の参加者を見て、重大な病気なんだと思いました。軽症でとどまれるように、習慣をみなおしたい。
○友の会があること自体知りませんでした。

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～】

28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（12月の振込を会費として処理させていただいた方を含む）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。
青木　茂・石黒美津子・磯谷旦子・伊藤フサ子・犬飼修三・大木勝美・奥田冨美江・木村順一・杉山初江・鈴木直子・鷹羽勝造・谷多加子・鳥居富士子・豊田国昭・益田利彦・増田民子・矢澤昭子・山田洋子　【（敬称略）18名　83,000円】

【会員】

3月末265名、4月1日入会3名、それ以降の入会11名。賛助会員継続1名。4月死亡退会連絡2名。5月15日現在の会員数は、278名です。

【会活動】

04月02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12日(火)　音楽療法（名大病院ナディック）
04月13日(水)～14日(木)　国会請願（5名参加）
04月16日(土)　愛難連　第1回理事会　（遠藤理事出席）
04月24日(日)　28年度総会・医療講演会　（名古屋市総合社会福祉会館）
05月10日(火)　音楽療法（名大病院ナディック）
05月14日(土)　定例役員会（運営会議）　（東海市民交流センター会議室）

【お知らせ】

○24日開催の医療講演会のあと、講師の**水野先生**から、次のメールをいただきました。お心当たりの方、また、一度受診をと思っておられる方、参考にしてください。
《会の中でご質問をされた方に，東京で診察の機会が得られるかとのご質問があり，その方にあとで電話をお知らせします。といいながら、お電話をお教えするのをわすれていてしまいました。もしおわかりでしたら次の電話をお教え下さい。
03-3516-7151、東京クリニックです。この電話で診察の予約をとっていただき、行き方を教えてもらえばどなたでも拝見しています。東京駅の丸の内北口からでて7分位の所にある第三大手町ビルディングの一角にあります。》

○運営会議（東海市民交流センター会議室）
　7月9日（第2・土）　10：00～12：00
　8月7日（第1・日）　10：00～12：00　→　変則です。ご注意ください。
　9月10日（第2・土）　10：00～12：00

○豊橋＜あゆみの会＞28年度予定（豊橋にお住いの方へのご案内です）
第2回　6月17日　フリートーク　第3回　7月15日　うた声喫茶
第4回　9月16日　フリートーク　第5回　10月20日　健康体操

第6回　11月18日　お口の健康　第7回　1月20日　フリートーク
第8回　3月17日　楽しくハンドメイド
申込先：豊橋保健所・保健センター　こころの健康・難病グループ
電　話：３９－９１４５　ＦＡＸ：３８－０７７０

○ＤＶＤの貸し出し
服部優子先生から下記のＤＶＤをご寄贈いただきました。ありがとうございました。
このＤＶＤを、関心のある方に貸し出し致しますので、ご活用ください。
「毎日少しずつ！音楽療法～パーキンソン病患者さんが楽しくできるリハビリ」
監修：本町クリニック　服部優子先生
制作：ノバルティスファーマ株式会社
内容：全編再生　62分
１．はじめに一音楽療法とは？　約4分
２．メロディで「呼吸・発声」を改善する　約20分
３．リズムで「歩行・姿勢・会話」を改善する　約17分
４．ハーモニーで音楽を楽しむ　約20分
５．最後に　約2分
貸出申込：　事務局　原田まで
〒：458-0821 名古屋市緑区鳴海町尾崎山４３－６
アーバンラフレ鳴海３－４０７
全国パーキンソン病友の会愛知県支部
貸出期間：　およそ1ヶ月
利用料金：　無料・返却のための送料はご負担ください。

熊本地震・熊本関連地震被災者募金のお願い

1ヶ月の間に1450回もの地震が続いている熊本・大分のパーキンソン病患者の皆様が無事にお過ごしされていることを祈るばかりです。自宅を離れ、避難を余儀なくされている生活を想像しますと、暗澹たる気持ちになります。
本部から、それぞれの支部会員の皆様の情報はまだ入ってきていませんが、義援金の送付先の情報はいただいていますので、熊本県支部と大分県支部に義援金をお贈りしたいと思っています。
4月24日開催した総会会場で、義援金募金をお願いしましたところ、22,049円の募金をいただきました。ありがとうございました。
まだまだ、余震に注意するようにとの注意がなされており、長引きそうな様子ですので、6月いっぱいをめどに、この会報88号（6月）で皆様に募金をお願いすることにいたしました。ご支援・ご協力をお願いいたします。
【送金先】
＜郵便振替＞　**※用紙は郵便局でもらってください。**
名義：全国パーキンソン病友の会愛知県支部
番号：00830－2－50411
＜**振込**の締め切り＞
平成28年6月31日
※※※　紙面の関係で、「福祉講座12　介護保険について（7）」「図書紹介（12）」は休載させていただきました。　※※※

名古屋市の新規サービス

事務局

１．　名古屋市障害者自立支援配食サービス事業における対象者拡大

４月１日より、障害者手帳を所持されない難病患者にも対象が拡大されました。

◆対象者の要件：

難病患者のみの世帯に属する方

◆難病患者の条件

① 特定医療費受給者証を交付された方

② 難病を理由として障害者福祉サービス受給者証を交付された方

◆サービスの内容

１日につき、１食の昼食または夕食を配達し、あわせて利用者の安否を確認し、必要な場合に緊急連絡先・関係機関への連絡等を行うサービス。

◆利用料

① 食事代（弁当代）・・・全額利用者の負担

② 配食サービス費・・・１回あたり２０円（２００円の１割）

◆利用方法

お住いの区の「障害者基幹相談支援センター」へ制度利用のお申し込みをしてください。(支援センターの連絡を確認したい場合は事務局・℡623-7554へご連絡ください)

単身でお住まいで、給食サービスを受けておられる方、相談してみてください。

２．　福祉医療費助成制度（障害者医療費助成制度、福祉給付金支給制度）の拡大

◆制度拡大期日：平成28年10月診療分から

◆拡大の対象者：下記の①②双方に該当する方

① 難病法に基づく「特定医療費受給者証（指定難病）」を持っている方

② 日常生活が著しい制限を受ける（※）と医師に証明された方

※日常生活の状況について「状態証明書」により医師の証明を受ける必要があります。日常生活が著しい制限を受ける方とは、具体的には、屋内での生活は何らかの介助を要し、日中でもベッド上での生活が主体である方や、精神症状により日常生活に支障を来たすような行動や医師疎通の困難さが見られる方などです。

◆助成の内容：受診する時に、健康保険証とともに「障害者医療証」または「福祉給付金資格者証」を窓口に提出すると、医療費（保険診療分）の自己負担額が助成され、無料の取り扱いとなります。

◆手続き：9月より、区役所保険年金課（支所区民福祉課）保険係で「福祉医療費助成制度」の申請受付を開始します。

この二つのサービスは、名古屋市が開始するものですが、他の市がどうなっているか情報が入っていませんので、それぞれのお住いの市に問い合わせてみてください。

（再掲載）28年度第１回「一日交遊会」のお知らせ

会報87号にて第一回「一日交遊会」のご案内をさせて頂きましたが、再度下記のようにご案内申し上げます。今回は、なごや福祉用具プラザ３Ｆで福祉・介護用品の説明、体験等。午後は会員同士お話を自由にしていただく「懇談会」を行う予定です。

ご自分が聞きたいこと、困っていること、どんなことでもよいので、話し合いをして情報なり知識なりを吸収してお帰りください。いろいろな制限をしないフリートーキングでの懇談会です。皆さん賢くなりましょう。６月１８日(土)お待ちしています。

担当　山本　芳夫

記

日　時　　平成２８年６月１８日（土）10:00～15:00

場　所　　なごや福祉用具プラザ３Ｆ　　℡０５２－８５１－００５１

名古屋市昭和区御器所通３丁目１２－１　御器所ステーションビル３Ｆ

日　程　　１０:００～１０:３０　受付

１０:３０～１２:００　福祉、介護用品の説明、体験、見学他

１２:００～１３:００　昼食

１３:００～１５:００　懇談会

弁当代　　昼食をご希望の方は、一人１０００円(お茶なし)で用意しますので、お申し込みください。

なお17日以降のキャンセルは代金１０００円をいただきます。

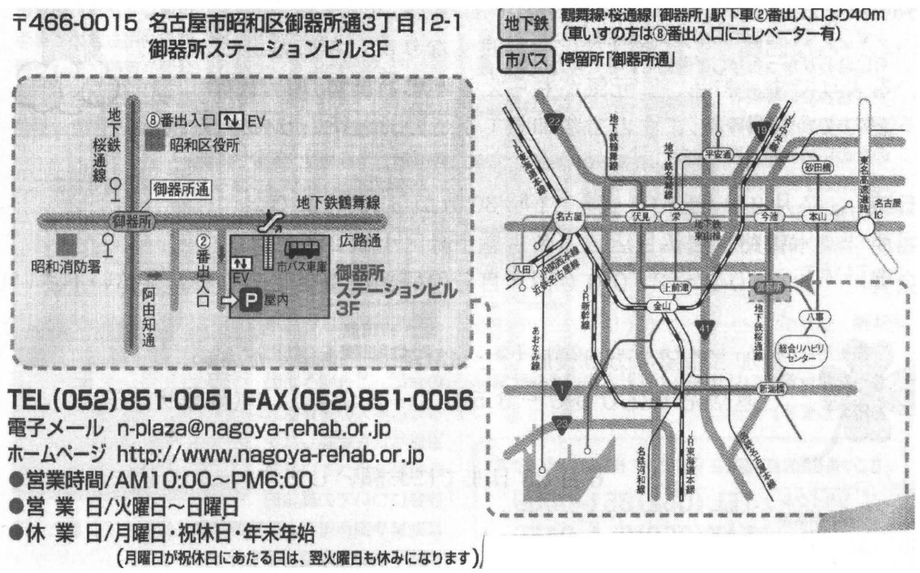
(弁当を希望されない方は各自にて昼食の用意願います。)

申　込　　葉書にて、氏名・参加人数・弁当の要否（数量）を下記宛

〒472-0004　知立市南陽1-219　山本芳夫宛　℡0566-82-4957

締　切　　6月16日（木曜日）までにお願いいたします。先着35名様

交　通



平成28年度　6回の常設を目指して　おしゃべり広場　　事務局

第2回　おしゃべり広場

期　日：　平成28年7月26日（最終火曜日）　13：00～15：30

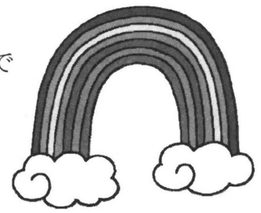
会　場：　名古屋市鶴舞中央図書館　集会室（1階）

交　通：　ＪＲ中央線「鶴舞」・地下鉄つるまい線「鶴舞」下車５番出口から南へ

内　容：　自由なおしゃべり会とします。友の会会員に限定せず、関心のある患者さんもお誘いあわせ、お出かけください。

その他：　時間も出入りも自由ですので、気ままにお集まりください。
お待ちしています。

第6回懇親会のお知らせ



”気軽におしゃべりをしてお食事を楽しもう”と始めた懇親会も今回で6回目を迎えます。5回とも10名以上の参加をいただいています。いろいろなお喋りや体験話などで仲良くなり友だちの輪が広がっているようです。お互いに元気がもらえると思います。
下記のように開催しますので参加して下さい。お待ちしています。

日時　7月2日(土)　　11時30分から13時まで
場所　木曽路　鴻仏目店　（名古屋市緑区小坂2丁目2313）
会費　１，０００～３，０００円（自分の好きな物を注文してお支払い下さい）

参加ご希望の方は**後藤**までお電話でご連絡ください。
連絡先TEL０９０－３５６８－８９１１　（後藤サヨ子）

6月28日までにお願いします。

平成28年度第2回　医療講演会（豊田市）のご案内

日　時　　平成28年7月30日(土)　13時30分　～　15時30分

主　催　　全国パーキンソン病友の会愛知県支部

場　所　　豊田市福祉センター　会議室（4階）
豊田市錦町1丁目1番地1
℡　（0565）34-1131

講　師　　平 山 正 昭　先生（名古屋大学医学部准教授）

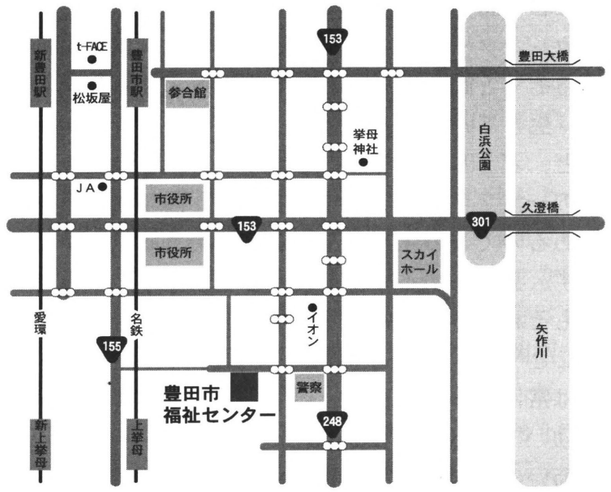
演　題　　「パーキンソン病薬剤治療の変遷」

参加費　　無料

問合先　　全国パーキンソン病友の会愛知県支部事務局
℡・FAX　052-623-7554（原田方）

会場案内：

電車の場合：①愛知環状鉄道豊田駅・名鉄豊田市駅　徒歩20分
②愛知環状鉄道新上挙母駅　徒歩15分
③名鉄上挙母駅　徒歩10分



三題　　岩倉市　増田　民子

孫の成長

会報 74 号に私の投稿した文章
“以前新聞で読んだのですが、”“旦那”子供、孫の自慢話ほど、相手を退屈させる話はない。“と書いてありました。私も同感なのでそのような話題は避けるようにしている積もりです。今日の話はその傾向がありますので、お許し下さい。…と前置きして、長女の家族のこと、その他いろいろ書きました。その結果とも言える出来ごとを綴ってみます。
私の一人目の孫（女の子）長女の娘が、この春初めて大学受験に挑みました。親も不安で大分ストレスも貯まってピリピリしているだろうと思って一切この話はしませんでした。良くても悪くても、いつか連絡してくるだろうと思って…。
3 月に電話が入りました。「名古屋大学工学部に合格した」と…
「あやちゃん　よく頑張ったね。おめでとう」しばらくして気がついて「工学部もいろいろ分かれているだろうから、どういったところ？」と尋ねてみましたら、「名古屋大学工学部物理工学科」へエー　難しそう。その上「受かったら大学院も行くと言ってるよ」…またまた驚いて返事もできない。「その後どうするの？」「企業に就職すると言ってるよ」このところ久しくこの孫とも会っていません。忙しい忙しいの連続で…。
弟が生まれたときの一週間　孫と二人で暮らした日々がいとおしく懐かしい。おばあちゃんおばあちゃんとくっついて歩いたあの頃。一緒に歌を唱ったり、昼寝をしたり，ままごとをしたり、車には乗せませんでした。もしものことがあると大変ですから。あの頃はよく動けたなあー。
病院の先生には私の思い、願いを伝えてあります。
夜寝る前に、カレンダーをみて、明日は何をして、何処に行ってと予定を立てて、翌朝“今日も始まるぞ”と動き出す。これの繰り返しで、日々過ごしたい。生活に張りをもたせたいので「生きている実感がほしい」
誰かと一緒だと、どうしても甘えてしまう。それとひとり暮らしは勝手な生活ができます。今回の孫の一言？？とも伝えてあります。四年になるか六年になるか分かりませんが、女の子であるのでこの先どう進むか進路を見届けたく、それまでどうにか頭の判断能力もまずまず、身体もある程度自由がどうにか効くように…とお願いしたりですが、もちろん、私もそれなりに努力はしますが。病気の進行は待ってはくれないので、果たしてどうなることやら。
　一人暮らしは常に細心の注意が必要です。まずお風呂。時間は午後の身体の調子がよいとき、薬が効いている時を狙って、細心の注意を払って入ります。明るいうちに。暗いと何となく怖いので。高いところの物は無理してとらない。乗せない。今転んだらどうなるかな？と考えて身のこなしに注意。二階の階段は要注意。道に誰かに呼ばれても足踏みをしながら後ろを向く。等々。今迄転んでずいぶん痛い思いをしております。幸いなことにたいしたことなくは過ぎております。
その他諸々出来ないことが一杯ありますけれど、娘が来たときに頼んでおります。その他、小さなこと、例えばカレンダーをはがすとか、高いところの物を降ろしてもらうとか、ちょっとしたことは週１回ヤクルトの配達日に可愛い若いママさんが手助けしてくれます。現在、字が書きにくいので封筒の宛名書きは民生委員の方に頼んだり、ゴミ出し雪降りとか地面が滑りやすい時、大雨の時等は近所の人が持って行ってくれます。
草取りはシルバーさんにお願いして…。いろいろな方々に助けられて今を生きております。ここで甘えは禁物だから、あくまでも出来る事は自分でと、思っております。
孫の成長が私の心の大きな支えになりました。今は孫がまぶしく感じます。

親友の旅立ち

会報８６号で「心のゆとり」と題して「紙製のクリスマスツリー」を贈ってくれた友のことを書きました。暖かくなったら犬山へでも行って気ままに休憩しながら歩こうかと約束しておりました。
いつもキチンと計画を立てて導いてくれるので私は頼りっぱなしでいたのですが、今回何の音沙汰もないので“おかしいな？これから届くかな？もう桜も咲き始めるのに”と思っていたときに、ハガキ。
二月十三日　姉　永眠致しました。びっくりもいいところ腰が抜ける程、驚きました。思い起こせば「病院に少し入院したので、その時の見舞いの品です。私一人では食べきれないので送ります。気にしないで下さい。」と共に、手包みの果物が届きました。いろいろの果物の中で柿の鮮やかな色が印象に残っているので十一月頃だと思います。無事退院できたのだから、と私もあまり気にせず、過ごしておりました。
紙製のクリスマスツリーと共に“日の入りが早く、日の出が遅く暗い時間が長く何だか心淋しいです。どうか風邪に気をつけて元気に過ごしましょうね”と十二月に便りをくれていたのに。年賀状も届いているのに…。
明けて二月十三日、全く信じられません。もともと心臓が悪かったから心臓系の病気と思うのですが…。友は妹さんと二人姉妹なので、妹様からのハガキには、住所、電話番号が書いてありましたので、早速お悔やみの電話を入れました。
今までのお付き合い五十年余の間の出来ごとを三例お話しました。「さようでございましたか」と聞き入って頂いてしばらく追憶の空気。それ以上こちらも聞きもしませんし先方様もお話になりませんのでそれで終わりました。また私の心にポッカリ大きな穴。この穴をうめるには相当時間がかかります。これは紛れもない現実、受け入れるより致し方ない。思えば五十年余共に話題を提供して共に考え解決してきた間柄、いろいろなことが走馬燈のように頭を駆け回ります。私もこれからますます病状も厳しくなるのであろうけれど、最後まで「生かされる」のではなく「生きている」の気持ちで過ごしたい。
“会うが別れの始め”と昔の人は言っておりました。今その言葉をジックリかみしめております。

感謝、感謝です

会報 86 号の越澤様の“感謝・感謝です”を拝読致しました。越澤さんのお兄さんの葬儀参列に、いろいろ考えて、越澤さんは迷って出かけられたとのこと。道中、いろいろな方の親切をリレー式に受けながら何事もなく終わり、幸運だったようです。最後の若い二人の対応も実に気持ちよく、心暖まるお話と思います。今の若者もいざとなると、親切な人が多いようです。無事お兄様のご葬儀にも参列でき私共に勇気を与えて下さるお話でした。

以前新聞で、同じような話で、大変喜んで、それを投稿なさった記事がありました。ＪＲの回答として、このようなことはいつも行っていると書いてありました。本当に困っている時にさりげなく手助けしていただけると思わず手を合わせたくなります。

私も一年に一度、お世話になっていることがあります。それは確定申告の時、下書きは自分で書いて行きますが，係の方にチェックしていただき提出用に写すのですが、それが四～五年前より字にならない。なにしろ複写でボールペンで書くので、力が入らないし書き直しはできないし、とても無理なので娘でも一緒に行って、代筆を頼まなければ…と思っていたのですが、病院の先生に、この旨お聞きしましたら、「係の方に書いてもらいなさい」と言われましたが、そんなこといいのかな？と半信半疑で、当日、おそるおそる切り出しましたら、「そのような申し出があれば書きます」と、いとも簡単に受けてくださいました。「これでいいですか。見て下さい」と言われますので、「ハイ」と答えたら、次は「印を押して下さい」「私が印を押すと５回押せば５回とも、どこか欠けて、まともに押せません。」と答える。「じゃ押しますよ」必要書類を貼付して頂いて「ご苦労さま」「ありがとうございます」もう四～五年続いております。「世の中持ちつ持たれつ」柔軟に日々過ごしたい。と、思うこの頃です。

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

ドラマ「北の国から」

守山市　大橋　美智子

ＧＷに娘が来た時に聞かれました。「『北の国から』って知ってる？」「倉本聡さんの？」「そう、ノブさん（娘婿）がとびとびに借りて来るんだよねー」

知っているも何も１０数年前、私はそのドラマにどっぷりはまって、ものすごく熱心に、時に笑い、時に涙ぐみ観ていました。ＴＶ放送が終了してから、また観たくなってビデオを借りてきて１から見直したドラマです。

1981 年から半年間で 24 回、その後 2～3 年毎にスペシャルドラマとして 8 回、2002 年遺言で幕を閉じるまで、何と 21 年間、キャストも変わらずでした。東京から北海道富良野に移って来た父と子供２人の黒板家をめぐる親子愛や大自然の中での生活を描いたドラマです。小学校低学年の子供は、いきなり電気も水道もない暮らしを強いられます。幼少の時の吉岡秀隆さんと中嶋朋子さんの可愛らしかったこと、母親役のいしだあゆみさんのお綺麗だったこと、そして四季の美しい自然が軽やかな音楽と共に映し出され癒されました。でも自然は時に過酷に人々を不幸にします。

最終章で父親は自分が癌におかされていると思い込み遺言を書きます。その内容は確か「何も欲しがるな、自然は生きていけるだけのものを与えてくれる」というようなことだったと思います。作者の倉本聡さんが描きたかったことが遺言に集約されているような気がします。

インタビューで倉本さんがおっしゃっています。「機械で便利になると人間の本来の力は弱くなる、それを取り戻そうというのが「北の国から」なんです」と。さらに「文明は人間がエネルギーを消費しないで済む方向に進んでいる。都会の人間は首から上だけの思考のみで生きている。でも僕は指の先から足の先まで体すべてで生きている人間を描きたかった。詰め込まれた知識ばかりの人間と生きる力としての知恵を持った人間と、どちらが人間としての格が上なのかを」

自然の中で生きていくたくましさも大事ですし、世界の文明にも乗り遅れる訳にはいかない、今、放送されたらこのドラマが受け入れられるかどうか・・・まあ、そんな難しいことを言いたい訳でなく、１０数年前、くい入るように観ていたドラマを懐かしく思い出しました、ということです。

三題　　緑区　山田　節子

鈴のれん”（第５回懇親会）に参加して

“鈴のれん”に着きました。今日はタクシーで一人での参加です。早速背もたれを借り、パーキンソン病の首下がりを落ち着かせる楽な姿勢になりました。もう 10 人位の人が集まっていらっしゃいました。今日は自分の好きなものを注文するという事で、自分でメニューを決めます。自分自分思い思いにどれにしょう？とメニューを広げて相談し始めました。そこは女性、食べたいもの＋経済的にもおいしい物をさがし求めました。知らない内にああでもないこうでもないと隣の人、お向かいの人としゃべって結構親しくなっているのです。その内に気心もわかり、おくすりの話やお医者さんの話、病気の話に発展してこんな方法もいいなあと思いました。結構楽しゅうございました。デザートもとり美味しかったです。又の機会を楽しみにしています。幹事さん御苦労様でした。

南天

皆様こんにちは、お元気ですか　私も毎日がんばっています。今日は思いのままに筆を走らせています。思いつくままに書かないとね、何を書いたら良いのか迷ったら、結局なにも書けません。ですから何でもかんでも書いてみます。
先ず家の南天の実が、赤白になっていて、きれいだとほめて下さいました。私はパーキンソン病の首下がりで、庭の木も見られずにいますが、友達から教えてもらって嬉しくなりました。私共、今年は忙しい年である故、庭の木の事迄気がいかなかったのだと思います。南天の赤白の実をバックに今年 20 才になる孫を写真に撮っておこうと思います。よい記念になる事でしょう。早く撮っておかないと小鳥達にやられそうです。小鳥達ちょっと待って食べないで。
去年は小鳥が卵を生みつけ巣立つのを見ました。親鳥がえさを運ぶのを見ていました。ほんとうに今年ももう一度木に卵を生んでほしいと思っています。長い間植木の枝を刈らずにおいておいたので、木が茂り巣をつくり卵を産みました。植木やさんが巣だけ残して教えて下さいました。紅葉（もみじ）の木は巣をつくりやすいのかしら？枝くずや、枯葉を集め、ビニールや小葉をひき 2 匹の親鳥が一生懸命作ったあとがみえます。私は熱心に観察していたいがそんなわけにもいかず、一寸台所の自分の用事をしては見に行ったり、どっちつかずになったりでした。
何日か経ち雛が生まれたのに？？？分かりません。また何日か経ち雛が飛び立とうとするが上手くいかず、ヨイショヨイショとお尻を振ってばかりでよろけて見ていてもイライラして来ます。（TV の自然観察のフィルムと同じでした）数時間後、遂に知らないうちに居なくなりました。成功したんだと嬉しくなりましたが、それと同時に気の早い私はもう行っちゃったのだから、巣はいらないわとホウキで片付けてしまいました。すると未だ、親鳥が舞い降りて来るではありませんか、帰巣習性というものがあり、そんなすぐには巣から離れないという事が分かりました。巣を落としてから小鳥や親鳥の気持ちも帰巣習性というものがある事も忘れ自分の都合ばかり考える私、小鳥の身にもなれない自分が悲しく反省しました。例えば百舌鳥ちゃん、どんな鳥でもいいから卵を産んでちょうだい、今度はこまめに観察するから、どのくらい温めるの？但し窓から見える所に生んでちょうだい、以前はちょうど出窓から見える所に生んですごく見るのに助かったの、ごめんパーキンソン病の首下がりの為見上げられないの、君達の飛んで行く姿もう一度見たいのよ、去年の事だから記憶も半分とんでしまって、こんな事がありました。という報告しか書けませんけど悪しからず、読んで下さる時間もったいないワネ！すみません。

犬、その名は「シロ」思い出

未だに「シロ」と写真に呼んだら飛んで出て来そうな犬。種犬の腹となって活躍したものだから、もうのんびりと余生を楽しんでもらおうとの配慮から夫が「シロ」をもらって来たのだ。気性が激しい紀州犬故自信がなかったが、車に乗せて来て降ろし車の前に座らせた。その時にはもう私の心は決まっていた。この犬なら飼ってやろう何とも云えないほど不細工で鼻の頭が白と黒の柄入りで、でも顔付きは上品であった。兎に角、不細工である。しかし私はこの犬なら飼ってやろうと思った。飼ってみてわかったが優しい犬で人を噛むことは一度もなかった。

お前は「シロ」おいでと云っても動じる様子もない。私はこわごわ犬小屋につないだ。遂に「シロ」はうちの家族となり朝晩ごはんをやった。今迄ドッグフードだったので晩ごはんをもらうとすぐ食べ終わり、キョロッとしてこちらを見ていた。もうない事を知るとすぐ諦める賢い犬である。「シロあとお水よ！」と「お水をぐいぐい」と飲みキョトンとしている。「散歩に行く？」というと鎖をならし、オシッコをちびる位喜ぶのである。鎖を前に私の先に行くので「シロ」「後ろ！」と云うとちゃんと後ろへ回る。今迄の生活では何も教えてもらってないのに、すぐわかる賢い犬である。夫の会社で飼育されている時は、餌をくれる以外の社員は全く無視、無愛想な犬でとおっていた。だからこの犬に何かを教えようと思う人は居なかった。なぜ私の云う事がこう分かるのか、いつもお前は犬の東大生やと云っていた。私は「シロ」に芸を教えようと思った。「シロ一寸おいで！」「おすわり」「よーし」「お手」と云ったら、犬の大きな手をぼてっと私の手のひらにのせた。おかわりと云ったら又右手をおろし左手をのせた。この犬お手を知ってるなあと思った。偶然かなと思い何回もやってみた。何を今更という感じである。でもこの犬何でも覚えると思い、次から次へといろいろ教えるが何でも１回でマスターした。夫にこの犬、何でも知ってるよ。すぐ覚えるし、、、夫は「この犬、犬小屋に入れてありドッグフードもらっていただけだからそんな事はない」と云った。「不思議と頭いいよ！」「おばあちゃん犬だから、そんなにより覚えられない筈だ」というのみ。「そんな事ない皆覚える。犬の東大生や」東大へ行く人って一度で全部把握する。兎に角、東大生と決めつけたので娘はひがんだ。

庭にくくっておいたらオス犬が来て妊娠してしまった。お腹がだんだん大きくなりやがてパンクする日が来た。私は何も手伝わないのに「シロ」は 6 匹の子を産んだ。夜中に気

張って生み袋を食べて子供はなめてきれいにしていた。目の見えない子犬は「シロ」のお乳にすがりついて手で押しながらお乳を飲んでいる。飲めない子犬もあり「シロ」はその犬のそばにすり寄る。自分は一滴の水も飲まずに子犬がお乳を飲める方向にすり寄っている。これには感激しました。子犬の頭をあごで飲める方向にかき寄せていました。私が近づいても怒りませんでした。疲れているだろうに「シロ」の頑張っている姿に感激しました。最高の役目を果たしました。この時夫は単身赴任で娘は受験期でそれぞれの役目があり、私はわけも分からず過ごしましたが、毎日毎日犬が気になり、子犬はごそごそするようになり、保健所のお世話になった犬もございます。数が合わない為「シロ」は少々戸惑いましたがすぐ平気になり、私と散歩するようになりました。散歩の途中、子供を忘れていますが門を入るとすぐ思い出し、子犬のそばにかけ寄ります。

母親の役目を果たした「シロ」は乳がんを患い獣医さんに診てもらいましたが治りませんでした。自分から診察台の上にのぼり獣医さんをびっくりさせて、こんな賢い犬は初めてだと褒めてもらいました。犬は嫌がって診察台へは上がらないそうです。賢い「シロ」は今でも語り草になっていてこうして拙い文章ですが皆さんに読んでいただけるハッピーな犬です。そうそう思い出しました。家族３人が別々に住んでいて私が一人家を守っていましたが「シロ」が居ると何処へも出掛けられないので、私の実家のある大阪へ疎開させました。実家の近所で評判の犬となり可愛いがわれていました。「シロ」は晩年、犬生を満喫して旅立っていったと思っています。「シロ」が居なくなった後、わが家では誰も再び犬を飼いたいという声がでないで今日に至っています。

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

心あたたまる思い出

緑区　　山尾　武史

一握りのおむすび（５月８日・中日春秋）を読んで懐かしい思い出が目の前に浮かんできた。そのときは苦しく、辛い日々が続いた。幼いころのことを昨日のことのように思いだす。今、現在の自分の幸せが懐かしく、走馬灯のように甦ってくる。今から考えればその苦しい難儀な時代が懐かしくもあり、楽しくも思う。今の幸せを味わっている昨今である。考え方によれば一番のこの世の幸せでもあり、楽しみでもあったように思えてならない。今日のようにいろいろと難儀なことばかり起こっている世の中で楽しく、幸せに過ごせることも沢山ある。その人の考え方一つでどちらの方にも傾く。楽しい日々だと考えて日々を送る人は一番の幸せで希望を持って進めることだろう。暗い思いを、辛いおもいを、苦しさだけを考えて過ごす人は一番この世で不幸を独り占めしているのではないだろうか。

人生には朝もあり、昼もあり、なんにも見えない夜もある。また、思わぬ事故で楽しさをぶち砕くことが湧いてくることもある。だが、負けてはならぬ。負けるものかと踏ん張って競馬の馬じゃないが尻を叩き、先の明るい、楽しみに向かっていかなければ誰も助けてくれない。自分がその気になって頑張れば、やがて暗雲も晴れ良きことが掴めると思います。

辛い辛い病も同じことです。辛いのは患者その人よりも家族の方々、介助介護をして、どうすれば良いか、どのようにしてあげればよいかと考えている人々です。そのことを考えれば、甘えていては駄目。自分自身に鞭うって、わずかずつでも前へ進むよう努力して欲しい。そういう思いで毎日を送って欲しい。

私は思います。きっと良くなります。元気になって花咲く野原を飛び回るのです。成れます。成らないのはあなたの考えが間違っている。甘えがあるからじゃないでしょうか。明るく笑顔をもって楽しい行動をとって日々を送りましょう。誰だって大なり小なり苦しい辛さもあり、また楽しい喜びもあるものです。苦しいことは少なく、楽しい喜びは大きく表現して、素晴らしい人生を送ろうではありませんか。

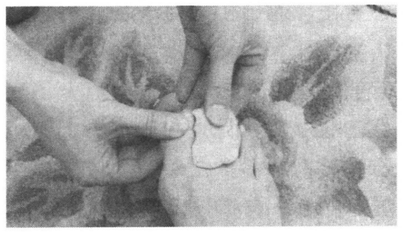
誰でも願う楽園に進んで歩もうではありませんか。空を眺めると雲は常に動いています。日を遮ったと思うと又切れ間から日が照らす。人生、このくりかえしじゃありませんか。今日も元気で、元気をだして、楽しみを求めて進みましょう。それが文字通り進歩です。
そして幼い時の楽しいオニギリを食べましょう。

こんなん　使ってま～す (5)

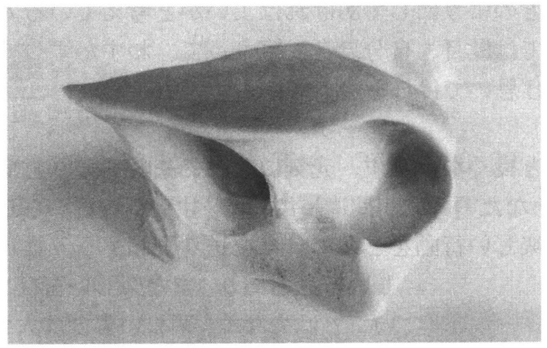
【足指装具】　半田市　久米　美津代

若い頃から外反母趾に悩んでいました。私の足は幅広で、土踏まずがなく、外反母趾になりやすい要素がたっぷり。それで私の足は、親指と人差し指が重なっていて痛みがあったので、幅広い靴を履いたり、オリジナルのインソールを作って靴の中に入れていましたが、痛みは取れませんでした。でも、靴屋さんから紹介されたものがあり、使用しています。

私は指が重なっているので、重ならないようにしたいため、その指にシリコンの素材で紙粘土のようになっている物を足の指に覆っていきながら型を作り上げ、5 分位待てば固まりオリジナルな物が出来上がります。



これを装着していると痛みも取れ、5 本くっついていた指も開くようになり、快適に過ごせるようになりました。これは、外反母趾だけでなく、タコ、ウオノメのできる人も使い続ける事で和らぐということでした。



この製品は、このお店（靴屋）独自のもので、店のチーフ自身がウオノメができて，痛くてたまらなくて何かいいものがないかと考え、お店にあったシリコンを使い、考えて作ったもので他のお店にはないと言うことでした。ウオノメの患部に装着して１ヶ月ほどたった時には患部がきれいに治っていたそうです。

＜お店の紹介＞

店　名：　ＣＯＯＫ（クック【シューフィッター　永井恵子さん】

住　所：　知多市新知東町２－２３－１

電　話：　０５６２－５６－５６５８

１ヶ所：　３，０００円（税別）

制作時間：１０分～２０分程度

第 21 回志津子の似顔絵コーナー

岡崎市　浅井　志津子

岡崎から名古屋は確かに一寸、遠い。一人で外出することをためらうようになると、友の会の行事は出席しにくい。

外出も岡崎市内なら、なんとか自分で運転して出かけるが、名古屋までは自信がない。

名古屋の方が岡崎より都会で、車が運転しにくいということで、行事が行われる場所が自分一人で行くことが出来るところかどうかが問題です。

その関係で岡崎の杉山初江さんも沼田隆子さんも二人とも友の会の行事には出席しにくくなり、顔を出す回数が減ってしまった。私は夫が車を運転してくれるので、友の会とも縁が切れず、友の会の行事にも出席させてもらって、幸せなことだと思っている。

私たち病人が集まることは、付き添う家族をも含め、大変なことだと思う。気持ちと気力だけではどうにもならないことがある。その谷間にはまっているのが、岡崎の沼田さんと杉山さん(まだ他にも沢山おられると思うが)ではないかと思う。ご本人は自分で出来ることは何でもやられるが、ご主人がまだ仕事をしてみえる杉山さんやご主人が他界されている沼田さんは付き添う家族がいない。

電車で乗り換えしながら参加するには、心配が多すぎます。岡崎人どうしでも、なかなかままならず、たまの電話が私たちの縁をつないでいる。そんな二人を今回は会報に登場してもらった。これからもそれなりに頑張ろうね。

杉山初江さん

沼田　隆子さん

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。

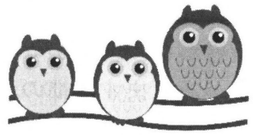
表の話裏の話　　岡崎市　浅井　志津子

毎日午前中、用事の無い限り、整形外科へリハビリ運動に出掛けている。
先日その帰り道でのこと、いつもの様に、ストックをつきながら整形外科からバス停“500メートルくらい）まで、よたよたと歩いていると、ある家の前で、私に向かって大きな声で、「しっかり頑張って歩きなよ。頑張って！みんな誰でもいずれそうなるからね。」って声をかけてくれました。もちろん全く知らない人です。びっくりして「ありがとうございます」と言うのがやっとで、一生懸命その場を通り抜けることで必死だった。

そういえば、二年ほど前にも一つ手前のバス停で降りて（２０円安い）整形外科へ向かって歩いていたとき、やっぱり全く知らないおばあさん？が「あんた毎日頑張っているね。私いつも家の中から見てるよ。」と言って付いて来られた。あくる日も、にこにこして出てきてくれた。毎日待っていられる様で、あまり同情されると私がみじめっぽくて、良い気分ではありません。ほっといてほしいと思うようになりました。違う道を選んだり、バスに乗ったりして会わない工夫をしました。
今回は二回目、付いては来ないが、よほど私が哀れな姿に見えたことかと思われ、気落ちしました。家に帰って、この話を夫に話すと「そりゃ母さんの歩く姿はそう見えるからな」との一言。夫との話は私の思いを伝えるすべもなく、これでおしまい。
一回目の人も二回目の人も確かに私にエールを送ってくれたのだ。しっかり受け止め一日でも多く外へ出られるように頑張ろうと心に決めました。

副交感神経　　岡崎市　浅井　利一

パーキンソン病の症状に便秘があります。多くの患者さんが悩み、苦しんでいます。自力でとはいきませんので、下剤薬などの他力に頼らざるを得ません。便秘の原因はいろいろ考えられますが、副交感神経の機能の低下が関係しているとも言われています。
自律神経は交感神経と副交感神経があることはご承知のことと思います。自律神経は勝手に身体の呼吸や内臓などを動かし、身体の働きを調整しています。副交感神経は休む神経で身体をリラックスモードにさせてくれます。と共に消化器の活動を活発にする大きな働きを持ってもいます。
夜寝ている間、腸内では食べたものが蠕動運動（ミミズが動くような）によって、下へ下へと送られていきます。朝になると、特に朝食後、体外へとスムーズに排出されていきます。患者にとっては夢物語のようですが、医学の急速な進展がみられる今日、副交感神経の機能回復のよい手立てが見いだされることを、大いに期待したいと思っています。



介護する者の健康を！　　緑区　山尾　武史

どこが辛い。足か？手か？腰か？腕か？・・・どことなく言葉では言えない辛さでしょう。介護する人には解らないことばかり。ただ頑張って！というより他にないのである。
自分がその身にならなければ解らないことであると思います。
専門の介護者には多少解っているでしょうが家族は唯「頑張って」と掛け声だけに終わってしまう。何と言うか情けない思いである。患者本人は歯がゆい思いで一杯だと思う。
何もできない自分である。（何もかも解らない）
家族を介護する自分が弱ってはダメである。自分のことをしっかり考えて行動することだと思う。とにかく、自分の身を気づかって対処すべきである。しっかり食べて、よく休養して、自分の健康に注意しましょう。お互い頑張りましょう。

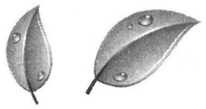
中学生に助けられました　　春日井市　益田　　緑

最近、知らない人に助けて頂くことがあるようになって、この先どうしたものかと暗い気持ちになります。でも、親切にして頂いて嬉しくなることもあります。
先ごろ自転車でスーパーに行ってつい沢山買いこんでしまいました。前の籠と荷台に積もうとしたのですが、ぐらついて自転車が倒れてしまいました。起そうとしてもハンドルがくるりと回ってしまって荷物も飛び出します。あわてふためいていたところに近くで見ていた中学生の男の子が二人頷き合って「お手伝いしましょうか」と声をかけてくらたのです。そしてささっと起こしてくれたのです。籠に杖を入れている私をみて「えっ杖持っているんだ、大丈夫ですか」と、びっくりしたようです。なんていい子なんだろうと嬉しくなりました。その後も、懲りもせずに自転車で出かけたりすることがありますが、今までは道一杯に広がって歩いてくる中学生に出会うと、又かとうんざりしていた私ですが、それ以来爽やかに手を貸してくれた子を思いだして見方が変りました。
どんな親御さんに育てられたのかな、などと思いつつ家の孫も優しく育ってくれるといいなと思うのです。
なにかと世間や家族に助けられて感謝の日々ですがこれからもよろしくお願いします。

Ａ（ありがとう）Ｔ（友の会の）Ｍ（皆様）　　あま市　伊藤　フサ子

三月に家の都合で友の会を退会しました。
名大の平山先生、神経内科の先生方、音楽療法・交遊会の鵜飼先生、鈴木先生、埜口先生、東海市の神野先生、役員ＯＢ，現役員、皆さま長い間お世話になりました、ありがとうございました。パーキンソン病になったので皆様にお会いできたのですね。病気に感

謝します。最後に友の会のご活躍を遠くから応援しています。



平々凡々　　近藤　将人

新緑が目に鮮やかです。連休も終り、梅雨、初夏を迎えようとしています。日本には、四季があります。柿の若葉、タンポポの黄色、菖蒲の紫と色も鮮やかです。そういえばドラゴンズも調子が良い様子。熊本で地震があったり、各地で災害のニュースもありますが、私はと言うと、平々凡々に毎日を過ごしています。もちろん、心の中は、穏やかにというわけにもいきませんが、何があろうと無理せず、平々凡々と過ごしていたいと思っています。

おしり　　春日井市　益田　利彦

庭に花壇と少しの菜園をやっている、趣味で始めたのが最近は億劫になって来た。
草は取っても取ってもすぐ生える、野菜は強風で倒され、支柱やネットの手直し、植え付けた野菜苗は根切り虫に切られる、植木の剪定、花壇は終わった花を切って次に咲く花が出やすく手入れが必要である。春季は特に忙しく、以前のようにてきぱきと出来なくなり、その進捗の悪さもあって毎日の仕事が途切れることはない。
さて、おしりと言えば、パーキンソン病の方はすぐ便秘で苦労することを思われるでしょう、しかし私の話は少し違います。花壇や畑を手入れした後、必ずと言ってよいほど、花や野菜の頭が折れて尻跡を残しているのです。中腰で仕事をするのが辛くなり、ついしゃがみ込んで尻を付けてしまいます。退職してからどんどん体重が増えこの年（７８）になって人生最高点を維持しています。花や野菜はこの大きなおしりの犠牲になっているのです。被害は花や野菜のみではありません。最も困るのが衣服です。衣更えに去年の衣服はきつくて着られない、特にズボンは年毎に駄目になる。身長はどんどん縮んでいるのに体重だけが増えるのは何故だろう。食は妻と同じものを量もほぼ同じである。しかし妻は年々痩せていき自分はどんどん太る、自分だけが運動もしないで気楽な生活をしているとは思わない。老いてなお太る対策はないか最近漸く真剣に考えるようになりました。良い方法はないでしょうか。
便秘で悩んでおられる方からすれば、小さい贅沢な悩みとは思います。

名古屋生活は５年周期で変化！　　緑区　池田　幸夫

１１年前に家内と二人で滋賀県から名古屋に引っ越してきました。西も東も分からない状態で戸惑っていましたが、家内が愛知県パーキンソン病友の会に入会したことで私も家内について月例会に出席。そうしているうちに故丹羽会長や故大道会長、役員・会員の方たちの知遇を得てお手伝いをするように。お蔭でまたたく間に名古屋になじめ、それからの５年間は**「心身共に充実した５年」**でした。

順風漫歩と思えた名古屋生活でしたが、定年後の解放感から喰っちゃ寝くっちゃ寝の毎日の毎日でいつの間にか病気体質の体になっていたようです。ある日突然病魔に襲われ、

あれよあれよという間に病気、病気、病気の連続。一転して**「闘病の５年」**になってしまいました。人間、楽をするものではないと痛感したものでした。

家内はパーキンソン病歴１７年になりますが、明らかに症状も進行しているのに愚痴や不平の一つも言わずにじっと頑張っています。
顧みて私は自己中心だとか、我慢することが出来ないとか、人に感謝するという気持に欠けているとよく言われます。考えてみると自分でも思い当たるので、これからは**「感謝する５年」**を肝に銘じて心の鍛錬に精進したいと思います。

車椅子押して二人の薔薇の園　　緑区　越澤　博

妻が亡くなって４年が過ぎました。私の一人暮しも４年経過したのですね。何故か今になって、あれこれ思いだしています。仕方のないことですが・・・
この薔薇の園は主に鶴舞公園、東山植物園で、良く出かけました。混んでいる時も空いている時もありましたが豪華な薔薇園は好きでした。薔薇は品種改良が進み、今日ではその種類は無限といっていいほどです。

・同じ薔薇見てゐて君よ何想ふ
・薔薇千本香るさ中を歩きけり
・和太鼓や薔薇園開き始まりぬ
・花束の薔薇定年といふ別れ
・リハビリやただ薔薇園を歩くのみ
・園丁の薔薇に埋もれて花摘花
・薔薇園に一つの薔薇を探しをり
・花束の薔薇一本を抜きくれし

私は腰を痛めてから一人出歩くことも少なくなりました。ただただ思い出に耽っているばかりです。俳句は続けていますので何時でも結構ですから投句してください。

温かいお気持ち　　常滑市　大津　邦世

○総会、医療講演会が名古屋市総合社会福祉会館で開かれました。玄関前のハナミズキが今年も私たちを出迎えてくれました。また益田緑さんの自宅の庭に咲いた花たちが会場を優しく包んでくれました。この温かい会場の中で神経学会の権威であられる水野美邦先生は終始穏やかな表情でした。多くのことを学ばせていただきました。
水野先生のご厚意に心より感謝申し上げます。有難うございました。

○5 月 14 日の運営会議に常滑の遠藤浩子さんがご挨拶にみえました。患者である御主人の利器様が奥様の手厚い介護も虚しく昨年帰らぬ人となられました。今まで友の会からたくさんの情報をいただき感謝の気持ちでいっぱいです。奥様より、空いた時間を友の会のために使いたいので何かお手伝いさせて下さい。友の会には引き続き入っています。との有難いお言葉をいただきました。奥様のお気持ちを大変嬉しく思いました。
遠藤さんは故丹羽会長、肥後さん、池田さんのことも懐かしんでいらっしゃいました。

毎日カイチョウ⑦

幻覚と超常現象

春日井市　木村順一

パーキンソン病や薬の副作用で、幻覚が出てくることがある、と聞く。心当たりがあるような、単なる思い込みのような、心持ちである。
床に小さな黒いものが落ちている。よく見るとたくさんの足が動いて、逃げようとしている虫だ。大急ぎで足を動かしているのに、さっぱり位置を変えない。おかしい。
最近は、夜、隣の部屋の天井に、大男が尻をどんと突き出して、ぶら下がっている。冷静に考えると、そんなことはありえないので、気にしていないが、やっぱりそのように見えるのは、おかしい。
こんなことは「幻覚」といっていいのかどうか。

先日、テレビで「超常現象」のことを取り上げていた。臨死体験として、死ぬ瀬戸際でこの世に舞い戻った人の話では、花が咲く草原を歩いていくと、川があり橋がかかっている。その橋を渡ろうとすると誰かが「もどっておいで」と叫んでいる。はっとすると、意識が戻った。…というような話。
どれも奇妙な話だ。幻覚だとか超常現象だとかいう根拠は、何だろう。現代人は、科学を発展させ、世の中を科学的に解釈し、人間は「客観的で科学的な世界に住んでいる。」と思い込んでいる。つまり不思議なことは、あの世や科学が未開拓の領域でしか起こりようがないことになる。

この世は、科学の力ですべて説明できる、ということは、思い込みで、人間のおごりである。世の中は、人間がどう解釈しても、不思議な世界そのものではないか。この世とあの世は、二つの世界のように見えるが、実はこの世とあの世は一つの世界で、二つの考えで解釈しているだけではないだろうか。例えば私がここに居ること自体不思議で、その不思議な存在が、誰かと結婚し、子供が生まれて…これらはさらなる不思議を生み出している。何処まで行ってもこの世は不思議そのものだと思う。案外、超常現象の方が、当たり前のことで、客観的科学的な世界は虚構かも知れない。

ＡＴＭ句会　２５　（平成２８年　５月）

ランドセル背中に慣れし立夏かな　大橋　美智子
薫風や同窓会の報せあり　同
唐揚げを美味しく作り子供の日　同
母の日に息子元気とメールあり　同

雨上がる青葉若葉の輝けり　杉本　隆男
薔薇園の香りの中にをりにけり　同
一年の無事を祈りて鯉幟　同
年重ね妻と二人や初鰹　同

蜜柑咲く早も揚羽がどこからか　益田　緑
朝焼けに影画のやうに鳥飛び来　同
ぼうたんに風強き日となりにけり　同
明日咲くと牡丹手入れの夫の言ふ　同

春浅し親しき友の逝きにけり　増田　民子
花堤人の行き来の五条川　同
雨止みて木々の若葉のみずみずし　同
潮干狩子等と遊びし日も遠く　同

水やりは不要不要と鳴く蛙　益田としひこ
二年経て白き可憐な花蜜柑　同
石斛や吊鉢巻きて薬玉様　同
こどもの日維持修理にと息子待つ　同

二人行く肩にかかりし落花かな　山尾　武史
若人の語らひ続く花は葉に　同
睦まじき二人の肩に花の散る　同
花冷や入院の妻見舞はむと　同

潮風にゆつたり泳ぐ鯉幟　大津　くによ
ゆらゆらと青葉風満つ日々なりし　同
会友の元気な声や樟若葉　同
昼下がり粽片手に友来たり　同

母の日に手料理作り子らを待つ　　近藤　　将人
鯉のぼり潮風に乗り熊野灘　　同
潮干狩長靴一つ忘れ有り　　同
髪を切る子らの笑顔や夏に入る　　同

日本の真ん中まつり名古屋かな　　越澤　　博
タブレット受け取り発車谷若葉　　同
ふるさとの銘菓うれしや子供の日　　同
くちなしや芭蕉木像堂暗し　　同

一句鑑賞　　越澤　　博

○ 唐揚げを美味しく作り子供の日　　大橋　美智子
子供の日は昭和２３年７月２０日制定の「国民の祝日に関する法律」によって５月５日の端午の節供の日を子供の日として国民の祝日の一つに定められました。また、この日から１週間を児童福祉週間としています。作者は子供の好きな唐揚げを作ってこの日を祝ったようです。

○ 雨上がる青葉若葉の輝けり　　杉本　　隆男
初めて参加の杉本さんです。一緒にたのしみましょう。若葉、青葉、青葉若葉、似たような季題です。若葉は木々の種類によって、その緑の美しさを異にしますが、全てみずみずしいですね。若葉は柿若葉、椎若葉、樟若葉などと木の名前を付けてもいいます。青葉は若葉が生い茂って青々とした生気がみなぎっているさまです。青葉若葉は濃淡さまざまの緑葉のまじった景色です。作者は雨上がりの青葉若葉の輝きを素直に表現しています。

○ ぼうたんに風強き日となりにけり　　益田　　緑
牡丹は五月の初めのころ芳香のある経１０数センチほどの花を頂上に開きます。また、この頃は風も吹きやすく、折角咲いた花を大きく揺らす日もあります。作者はそんな情景を一句にまとめました。「明日咲くと牡丹手入れの夫の言ふ」の句も、二人して牡丹の咲くのを待ち望んでいる気持ちが伝わってきます。

○ 花堤人の行き来の五条川　　増田　　民子
五条川の花堤は見事なものです。私も元気なころはよく出かけました。両岸から花の枝が伸び川を覆うようです。中には水面すれすれに伸びた枝もあります。流れる水に映った花も美しいです。堤を行き交う人も嬉々としております。その賑わいがよくわかります。

○ 二年経て白き可憐な花蜜柑　　益田としひこ
作者はものづくりを楽しんでいます。蜜柑の苗木を植えて２年、白い可憐な花を付けました。実るといいですね。石斛の句も、鉢を針金で巻き、吊りさげるように仕立てています。石斛の鉢は私も頂き、今もベランダにあります。石斛というのはラン科の常緑多年草で岩や老樹に寄生しています。夏に淡黄色または白の花を咲かせ優美で芳香があります。

○ 花冷や入院の妻見舞はむと　　山尾　　武史
嘗て友の会役員として活躍された奥様も病が進み入院中です。お子さん達はそれぞれ独立し、作者は目下一人暮らしです。時々我が家に来て話し相手になってくれます。一段落して、これから病院へと帰って行かれます。私も以前病院通いをしたことを思いだしています。

○ 潮風にゆつたり泳ぐ鯉幟　　大津　くによ
常滑市在住の作者、伊勢湾からの風に吹かれる鯉幟を写生しています。鯉幟は江戸時代から現れ、明治までは紙で作られていましたが現今では布、ビニールで作られ、色彩も派手になりました。端午の節供に、出世魚と呼ばれている鯉をかたどって男子誕生を祝い、将来への出世を夢みたものです。

○ 鯉のぼり潮風に乗り熊野灘　　近藤　　将人
講義の打ち合わせに熊野へ行かれた時の作だそうです。熊野の七里ヶ浜に何百という鯉のぼりが豪快に泳いでいる眺めを一句にまとめられました。作者の近藤先生はご承知の通り、本町クリニックの理学療法士です。友の会の会報で毎回「生活とリハビリテーションについて」ご指導をいただいています。お忙しい中、この句会に参加されています。

○ 自句自解　　くちなしや芭蕉木像堂暗し　　越澤　　博
私の住んでいる鳴海は多くの古寺、多くの古道、東海道の宿場町、芭蕉ゆかりの地など歴史的にも文化的にも重要な土地です。この句の芭蕉木像は誓願寺：鳴海駅から北へ１０分ほど：にあります。境内には木像堂の他、芭蕉の供養塔もあります。供養塔は元禄７年（１６９４）１０月に芭蕉が亡くなった翌月の命日に建立したもので芭蕉の供養塔としては最も古いものです。名古屋市文化財として指定されています。芭蕉と鳴海の俳人たちの交友が偲ばれます。
木像の方は安政年間（１８５０年頃）に門人たちが建立。芭蕉手植えの杉の古木で彫刻した芭蕉像が安置されています。句意は芭蕉木像を安置した堂の中は薄暗く、堂脇のくちなしの花の鮮やかな白さが一層美しく眺められたということです。
また、少し離れた千鳥塚には芭蕉直筆の碑文・存命中唯一の碑があります。これは貞享４年（１６８７）冬に『星崎の闇を見よとや啼く千鳥』を発句とする歌仙がこの鳴海で催された記念に作られたものです。

メール句会　７　（平成２８年４月）

４点	とりとめのないこと話し春ぬくし	大橋　美智子
３点	山車蔵の紋高く上げ山桜	越澤　　博
３点	歩を緩め咲き初めし花見上げをり	大津　くによ
３点	本堂の広さに小さき甘茶仏	越澤　　博
３点	春昼や紅茶ゆるりと色を出し	大橋　美智子
２点	散り初めし花びら集め遊ぶ子ら	益田　　緑
２点	木蓮のほどけ初めたる蕾かな	大津　くによ

メール句会　８　（平成２８年　５月）

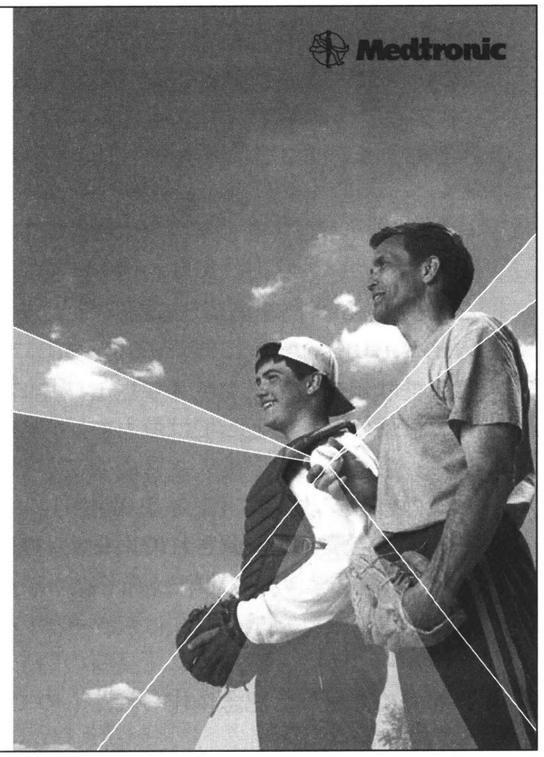
３点	一輪の床の間占める牡丹かな	大橋　美智子
２点	ぼうたんの古き掛け軸受け継がれ	益田　　緑
２点	花咲けば一は牡丹と言ひ切りて	益田　　緑
２点	歩の進み野茨の道風そよぐ	大津　くによ
２点	贅沢な刻過しをり牡丹園	越澤　　博
２点	薄紙を剥がすがごとく牡丹咲き	大橋　美智子
２点	残照の窓開け放ち春惜しむ	越澤　　博

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



無題　　越澤　　博

○ ありがとうございます

総会の時にお会いしました５，６人の方から「会報、楽しく読んでいます」、「作句はできませんが読むことは楽しいです。これかも続けてください」と言われ嬉しかったです。ご存知のことと思いますが日曜日の朝６時３５分からＮＨＫＥテレ（２チャンネル）で俳句の放送をしています。特に第４週の放送が初めて作句される方には良いと思います。若者の集まりで少々騒がしいですが見てください。また、月刊「ＮＨＫ俳句」（６００円＋税）が刊行されていますので参考にしてください。

ちょっと覗いてみましょう。初夏は緑のみずみずしい美しい季節です。このみずみずしくあざやかな緑を**新緑**、葉のことを**若葉**、樹木を**新樹**、といいます。新緑を見に出かけましょう。

ポイント①　五感を使ってみましょう。五感とは視覚、聴覚、嗅覚、触覚、味覚です。

ポイント②　五感を使った初夏の句を見てみましょう。

・人の見ぬ方の若葉の山を見る　星野立子　　見るということを俳句にしています。

・起立礼着席青葉風過ぎた　　神野紗希　　「触覚」、「聴覚」を使っていまね。

○ 一人暮らし

名古屋市へ就職したころ、身寄りもなく下宿で一人暮らしをしていました。今、名古屋城の木造建築が話題になっていますが私が来た頃、昭和３３年、現在のお城の建設中でした。３階ぐらいまで出来ていました。工事の人が休憩中だったのか現場に見当たらないこと幸いに、工事現場へ登って行き、眺めの良さに感じ入っていました。やがて工夫が戻ってきて、危ないからと言って降ろされてしまいました。

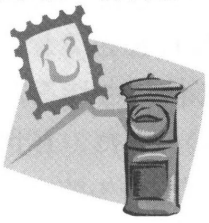
また、自転車（新車購入）で知多半島を一周したり、早朝、熱田神宮境内を自転車で乗り回し、社殿脇の警備員に自転車で社殿前をうろうろするなと降ろされました。

翌３４年、伊勢湾台風（９月２６日土曜日）がやってくる前日、四日市市の手前の海岸にあった名古屋市の保養所へ出かけ、夜中に宿舎の壁は崩れる、畳はプカプカ、酷い目にあいました。でも翌朝の海岸の美しかったこと！その後、全国からの義捐金で移動図書館車「なごや号」をつくり、いざ出発という時になって、市当局が運転手を付けてくれません、それで、館長が誰か運転免許を取ってこいということになり、独身者の私が出勤簿に捺印後、１か月間自動車学校に通い免許証をとり、名古屋市中を走りまわりました。お蔭で土地の人よりも市街地をよく知るようになりました。

８０歳を超えて、また一人暮らしになりましたが若いころと違って動きが鈍くなり、当時の無鉄砲な行動はできなくなりました。でも車の運転ができるので助かっています。この４月、免許証更新に行ってきました。俳句会を月一回、緑生涯学習センターでやっています。友の会ではＡＴＭ句会、メール句会をやっています。よろしかったら参加してください。

１９７１年８月７日第３種郵便物認可　　毎月１．６の日発行
２０１６年６月１６日発行　　通巻　第８９７７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８８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。

✿ひとこと原稿なら桜梅桃李への投稿を！（ご家族の方も）

［原稿締切日は**奇数月**の 15 日です］

A•あなたの　T•便りを　M•待っています！

原稿送付先は下記へ。手書き原稿なら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　常滑市金山字大岨 9―8
・TEL / FAX ： 0569―43―4746
・Eーメール：momo@tac-net.ne.jp
木村　順一・郵送：〒480―0304　春日井市神屋町 654-188
・TEL： 0568―88―2304
・Eーメール：akanegumo@ma.ccnw.ne.jp

編集後記

若草色の田園風景が目に入るこの頃ですが皆様いかがお過ごしでしょうか？

○熊本地震で被災された皆様に心より慎んでお見舞申し上げます。皆様の一日も早い復興をお祈りいたします。

○H28 年度より定例役員会が第 1 土曜日から第 2 土曜日に変更になりました。会報発送も今までより一週間遅れます。ご了承のほどよろしくお願い致します。

○また今年度より新しい行事に「おしゃべり会」を設けました。皆様の出会いの場です。おしゃべりで楽しみましょう。ご参加をお待ちしています。（大津）

▪ 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）