

特定非営利活動法人あけび

# あけび



# だより

神経難病（パーキンソン病）の人達を中心とした集いの場  
就労継続支援B型ワークハウスあけび  
通所介護施設デイサービスあけび  
通所介護施設デイサービスあけびの実  
2012年10月1日発行

NO.96



## 平成24年10月



絵手紙教室 岩村和雄氏

### 卓球とパーキンソン病

兵庫県支部に卓球を中心とした「あゆみの会」ができたのは平成17年の初冬、それから西宮・姫路に卓球クラブが誕生しました。

3年後の2008年(H20年)全国パーキンソン病友の会の記念すべき第1回全国卓球大会が神戸で開催されました。

神戸を発祥の地として広がった卓球が、今ではリハビリ&交流会として、各地の患者会の方達が楽しんでいます。

患者さん達は、卓球ができるなんて考えてもみなかったことです。

卓球することによって、療養生活が一変した方、目標ができた方、残された能力を再発見をされた方もあると思います。

\*なぜ卓球なのか=これは個人競技なので各人の能力に合わせて動けばよいからです。無理は絶対しない、自己責任の自覚を持って練習をすれば、楽しんで良いリハビリができます。

\*卓球をリハビリの一つと考えるのは=両足でバランスをとる動きが小脳を、またラケットを振る動きが前頭葉を、さらに球の動きを目で追う動作が中脳をそれぞれ刺激し、そのことによって脳内血流が増加し脳が次第に活性化する。

\*卓球は、リハビリの優等生

\*卓球は、老若男女、誰でも気楽にできるスポーツ

患者同士の交流が卓球をきっかけに広がれば良いな～～

\*卓球は、集中力を高め運動機能を維持するために良い効果が得られます。

パーキンソン病のリハビリはこれをすればいい、と言うようなものはありません。

卓球については大きな動きは無く、細かく機敏な動きが必要なのですが、「機敏」を取ればいいのです。ルールも、台に手をついてもOKなど、少し(大きく?)変えてあります。

人間の本来持っている競うことで楽しみを増幅しています。

些細な楽しみですが大いに楽しみたいですよ。

### 特定非営利活動法人あけび

通所介護施設 デイサービスあけび  
就労継続支援B型ワークハウスあけび

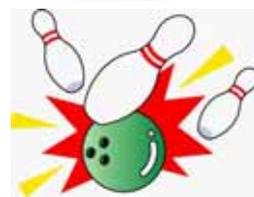
〒670-0948 姫路市北条宮の町215番地  
TEL 079 (287) 1025  
FAX 079 (287) 1026  
mail: info@akebi.or.jp

通所介護施設デイサービスあけびの実

〒670-0804 姫路市保城363番地の3  
TEL 079 (280) 6931  
FAX 079 (280) 6932  
mail: akebi-no-mi@akebi.or.jp

● 運動療法

# 第一回あけび杯 Wiiボーリング大会



敬老の日にWiiのボーリング大会を行いました。色々な曜日の利用者さんが参加され、職員も含めて19名で大変な盛り上がりを見せた大会でした。『女性陣には、ハンディキャップを20点ずつあげてもいいよ!』という男性陣の暖かい言葉でスタートし、2ゲームの合計スコアで競った結果、岩佐さんが413点という好成績で優勝されました。職員には最下位に罰ゲームがあり、職員皆必死でした。

優勝：岩佐様    準優勝：大西様  
3位：上原様    9位（開催月賞）：木下様  
ブービー賞：英山様

● イベント

お誕生会



9月のお誕生会は、ボーリング大会に引き続き行なわれました。サプライズで、岩佐さんの奥様からのメッセージが読み上げられ、皆さんウルウルでした。

● おでかけ

西播磨リハビリテーションセンターで行われているあけび、あけびの実合同の作品展を見に行きました。



科学館に行きプラネタリウムで星を見ました。ずいぶん癒されましたねえ。Zz z...



円照寺に花を見に行きました。当然、うらい精肉店経由でコロケ付きです。黄色と白の珍しい彼岸花が見事でしたね。



## あけび10月の予定

- 音楽療法  
10/1・15日(月) 10:30
- 絵手紙教室  
10/3・10・17・24・31(水)
- お習字教室  
10/4・12・18・26日(木金)
- 音楽祭&お誕生会 : 10/20  
午後1時半～
- フラワーアレンジメント  
10/19(金)

● 作業療法

福島さんの切り絵の大阪城が完成しました。



料理部の部長、森さんが朝から厨房に入って美味しい料理を作ってくださいました。もちろん、ご利用者様です。

## あけび音楽祭

日時：10月20日(土)

午後1時半開始



ご利用の曜日に関係なく皆さんで参加いただけますご家族さまもお待ちしております

# 祝 お誕生日 & 米寿



## 一 思い出療法! ? 一



8・9月合同の誕生会では米寿を迎える利用者さんもおられました。そこで皆さんにそれぞれの半生を振り返って楽しんで頂こうと、昔懐かしの写真をもとに作成した“**思い出写真 上映会**”を、昭和の歌にのせて行いました。写真が映し出されると、皆さんが思い出下さいまし写真から皆な一面を垣でき、笑いきの声が上がったり...)



それぞれ皆さ話などをしてた。(若い頃の皆さんの意外? 間見ることが起こったり 驚



青春時代の一場面を思い出して会話を楽しむことは脳の活性目的でリハビリ場面でもよく行なわれていますが、今を悲観するのではなく、昔の元気を思い起こして今に活かしたり、良さを再確認するきっかけであってほしい...と思います。個人的には「皆さん、本当に生き生きとやってこられたんだなぁ」と、敬意が改めて芽生えた良い機会でした。この上映会にあたり、無理を言ってアルバム・写真を用意して頂きました。ご協力くださった利用者やご家族の皆さん、ありがとうございました。 木村健一郎 (その人の一番輝いているときを思いやる気持ちは、あけびらしさの原点のように思います。)



## おでかけ



お出かけするのが苦手な実のメンバーですが、思い切って西播磨リハビリ病院の作品展に行ってきました。廊下に飾られた御自分の作品を見られてとてもうれしそうでした



## あけびの実の予定

- 社交ダンス：10月3日(水)
- フラワーアレンジメント  
：10月16日(火)
- 温熱療法：10月20日(土)
- 習字：10月4・8・18・22日
- 絵手紙：10月1・15日(月)
- 囲碁：毎週 火・金
- 卓球：10月11日(木)
- プール：10月4・18日(木)
- 音楽療法：10月13日(土)
- 誕生会：10月27日(土)
- ミニ運動会：10月25日(木)

# ワークのお出掛け

今回のお出掛けはラウンドワンへボーリング。  
初めて車椅子でも出来る、障害者用の用具を使用して、全員2ゲーム楽しみました。  
ストライクやスペアが取れると、皆で喜び大変盛り上がりました。



狙いを定めてレバーを押すだけでボールが流れます。

かっちは良いけど、さて何本倒れたかな？



# 野菜市



いつも買って下さるお客様が時間を過ぎてもなかなか来られなかったので、お伺いに行くと「今行こうと思ってたところや、迎えに来てくれたん、ありがとう」と言って、沢山買ってもらいました。ありがとうございます

ました。常連のお客様がだんだんと増えて来ているようでありがたい事です

## 新しくなりました

2階の畳がすり切れていたので、新しくなりました。畳と女房は新しい方が良いと思いますが、イグサの良い匂いのする畳はすごく気持ちがいいです。



すこやかセンターバザー  
次回は、10月18日(木)です

## 全国パーキンソン病友の会 兵庫県支部 姫路ブロック

### 姫路ブロック交流会予定

10月21日(日) 13:30~15:30  
於：あけびの実

### 最近のパーキンソン病治療

1日 回服用の除法放薬の相次ぐ発売により、副作用を抑え、24時間安定した効果が期待できるようになった。病気に先立って臭覚障害が現れることがわかってきた。早期発見に役立つとともに、認知症との関連も明らかに。

- \* ミラベックスRLA錠 1日1錠徐放錠(2011.7.20)
- \* レキップR CR錠 1日1錠徐放錠(2012.6.29)
- \* アポカイン皮下注: パーキンソン病のオフ症状改善に使うレスキュー薬

「手紙～親愛なる子どもたちへ～」で2009年の日本レコード大賞優秀作品賞を受賞し、今年4月にパーキンソン病であることを公表したシンガーソングライターの樋口一さんが、この程パーキンソン病治療薬のマスコミセミナーに出席。主治医の順天堂大医学部、服部信孝教授(脳神経内科)との対談で歌や病気、生き方について語った。その対談と講演の中で治療薬についても述べられました。  
(神戸新聞より)

## お知らせ

### 卓球大会 in 神戸

「パーキンソン病に卓球が良い」といわれて、今では全国で卓球のグループが出来ています。今回はパーキンソン病患者&介護者の健常者と2グループに分かれて行われます。是非ご参加下さい

日時：11月21日～11月22日

会場：神戸しあわせの村

会費：10,000円(夜の交流会・昼食代・交通費含む)

申込み：必要

## 「ジョイン・アス」 10月・11月の練習日

10月11日(木) 10月25日(木)

11月8日(木)

時間：1時～3時

場所：ルネス花北 持ち物：上靴・ラケット

連絡は北村、長谷川まで電話：(287-1025)

