なかま新聞

なかま新聞
編集　新聞部員
姫路市北条宮の町
215番地
TEL079-287-1025

逆境に負けないで！

新緑の時期になりました。

人生は山登りに例えられるように、幾多の出来事があります。「上り坂」「下り坂」その上に予期せぬ「まさか」という坂があります。この「まさか」が、何時どこで発生するのか分かりませんが、誰しも必ずと言っていいほど「まさか」という出来事にあい、戸惑ったりうろたえたりしながら、事実を受け止めざるをえません。私たちパーキンソン病仲間においても自分の不注意で病気になったわけでもないのに、病気が発症して、毎日の生活が不安でやりきれなくて、体が思うように動かず、言葉も思うように相手に伝えられず、歯がゆい自分が情けなく惨めで、「死んでしまいたい」「生きていてもしょうがない」などと、ついつい愚痴がでます。病気も「まさか」で、自分自身が病気と付き合っていかなければなりません。この苦しい辛い状態を如何に乗り越えていくかは大変ですが、精神面で自分に負けぬ努力をしていかないと「うつ病」になってしまいます。

前号のなかま新聞でも取り上げましたように、人のＥＳ細胞によるサルの実験ではドーパミン神経細胞を作る事に成功したということです。ただ脳に移植することによる腫傷ができる可能性があるため、一日も早く改善して再生医療を実現してほしいと願うばかりです。

人それぞれ歩む道は違いますが、如何に残された時間を有効に過ごすかは、心の持ち方によって違ってくるように思います。仏教の世界では、無常という言葉をよく耳にしますが、人間の命は今日無事であっても、明日の命は保障されません。今日という日を、先ず第一に転倒防止を心がけ、骨折しないことが目標です。

明日という日がある限り希望をもって毎日感謝しながら日々過ごしたいものです。

森澤　博

写真・俳句　岩村　和雄

ティータイム

「あけび」の理念の第一にＱＯＬの英字がみられる。大方はこれを「生活の質」というように解され、アメリカでは「人生の質」というようである。

一九六〇年代に、患者の生活全体の向上を目標にして、治療を行っていく。という考え方が医療の分野に採り入れられた。

そこで、私達の日々の生活を振り反ってみると、新たな治療法や新薬の開発などによって、症状の緩和がみられ、従って、生活の質の改善がすすんだ。

では「あけび」での生活の質の改善策はどうか。個々の症状は異なる仲間が、一日数時間の生活を共にする。それはどこ迄も自然体で進められる。ある時は季節の花々を求めて歩き、またある時は共に書画を学ぶ。更にはカラオケや将棋、麻雀に興じるなど、そこには生活内容の充実を図る日常がある。この日常の維持は、当然ながら「あけび」のスタッフによって支えられている。

菊池　武明

仲間の声

木下　素子

この季節、子どものころの思い出と言えば、柏餅を蒸す光景です。

湯気の立っているせいろから取り出されたばかりの柏餅の葉っぱをはがすのには苦労しました。折々の季節の行事を大切にしてくれた母の想い出と共に、なつかしく思い出される今日この頃です。

それに、私にとって、この春は出会いの季節でもあるのです。と言いますのも、これ迄金曜日だけの「あけび」通いを、四月から水曜日にも来られるようにしてもらったからです。

人生の後半、同じ病を抱えた方たちとの交流が広がり、心の弾む日々を過ごすことが出来るでしょう。

菊池　武明

この頃、もの忘れがひどくなって来たように思われ心配です。もの忘れと認知症は違うそうですが、転ばぬ先の杖です。予防できる方法があればと、新聞をめくっていますと、知的活動として楽器の演奏やカラオケ、そしてオセロに囲碁、将棋またクロスワードパズルなどが挙げられていました。前号のこの欄で、橋本幸子さんが提案されていた毎週一回のカラオケを行事予定表に組み入れて貰えないものかと思います。勿論、外に出るのでなく、室内でのことです。

岩佐雅展さんと君代さんの孫知義くん初節句

短歌・俳句・川柳

初節句
迎えし頃の
初孫も
今や
二十歳に
なりにけり

石田　恵子

花びらを
集めて母を思い出す

西本　洋子

『私の友達』自慢

日大相撲部の同期、今も親交のある元横綱輪島です。　三好　徹

ある若者の詩

もう四十なん年か前になる。私はリハビリのため浜坂の温泉病院に入院していた。同室に三十前後の青年がいて、暇さえあれば枕頭台に向かってペンを走らせていた。

親しくなっていた彼が退院の折、数篇の詩を置いていった。その中の一篇が、この「初恋」と題した作品なのである。

十四の春の雨の日の
母の遣いの　帰り道
森の社の　裏かげで
相合い傘を肩にして
やさしく抱いてくれたひと
ああ、その人は　その人は
泪をこらえて　振った手を
知らずに　町から行きました

確か小柳ルミ子の歌に似たような歌詞があったように思うが・・・。

その後今日まで、音盤のラベルに、彼「はまさか　ぬくみ」のペンネームは見つかっていない。

菊池　武明