

あけびだより

No. 207

2022年1月1日発行

URL <http://www.akebi.or.jp/>

2022年 元旦



寺下典子氏

～病との共生と自立～

2021年は世界中の人々が、新型コロナウイルスの感染に恐怖を覚えたことでしょう。あらゆる日常活動が制限されました。そのような中で摸索されているのが「コロナと共に生きる」社会です。

【私達はコロナ禍を恐れ閉じ込めるだけでは社会活動は停滞し、経済だけではなく、医療・文化等々私達に身近な活動も委縮してしまいます。「病気や障害との共生」の考えは決して新しいものではありません。私(葛原教授)が初めてこの言葉に触れ、これこそ医療の本分だと思ったのは1990年10月に三輪書店から発行された「自立と共生を語る」という対談集を読んだ時でした。

パーキンソン病、多発性硬化症、筋萎縮性側索硬化症(ALS)などの神経難病や脳卒中などは、「治療を行っても障害を完全には消滅させ得ない場合がむしろ多い」のが現状です。しかも「難病」と診断された途端に、「不治の病気、進行して寝たきりになる病気という恐怖に取りつかれ、精神的に参ってしまう患者さんが少なくありません。患者さんに、病気に負けず力強く生きていただくには、通常の医療以外に医師として何が出来るかと考えていた私にとって「共生と自立」という思想は一つの回答でした。そこで、診察では「当事者、家族、医療者、社会による病気の受容と共生と自立」の実践を通して、患者さんが、「病人ではなくて普通の人として社会で生きる」ことを治療の目標にする様に心がけてきました。障害を持った人に接し対応する時に最も大切なことは、「何ができないか?」ではなく、「何が出来るか?」という視点であり、それによって「障害者も家族も成長し、生活の幅が広がり、人間としての自立(健常者と同じ自立を目指さなくてもよい)が果たされていく」ということでした。幸いなことに、パーキンソン病はレボドパをはじめとする特効薬や、脳深部刺激などの機器を活用して、何十年という長期にわたって症状を改善させる治療法が確立しています。これらを賢く使って、「自分は何ができなくなった」ではなく、「自分には今何が出来るか」に発想を変えることにより、病人としてではなく普通の人として自信を持って生活していただきたいと思います。】

(鈴鹿医療科学大学大学院医療科学研究科長 葛原茂樹教授パーキンソン病みえ

15周年記念寄稿より抜粋しました。)



認定・特定非営利活動法人あけび
理事会一同

認定・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の実

〒670-0804 姫路市保城363番地の3

認定・NPO法人あけび 事務所 TEL079-280-6931 FAX079-280-6932

TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703 Mail: akebi-no-mi@akebi.or.jp

グループリビングあけびの里

通所介護施設デイサービスあけびの輪

TEL 079-262-6707 FAX 079-262-6703

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

TEL079-284-0055 FAX079-284-0056

Mail: day@akebi.or.jp Mail: akebi-no-wa@akebi.or.jp

訪問看護ステーションあけび

〒672-8064飾磨区阿成植木836番地A号

TEL 079-262-6708 FAX 079-240-6765

Mail: houkan@akebi.or.jp

訪問介護ステーションあけび

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703

Mail: akebi-herupa@akebi.or.jp

あけびの実

賀正



笑顔あふれる
一年に
なごめあふれる



★お誕生会

今月は女性4名のお祝いです。ケーキはフードコーディネーターの資格を持つ調理の古家さんが腕を振るって下さいました。イチゴのサンタさんかわいい〜！と大好評でした。あけびでは7回目の誕生会なんですと挨拶をされるSさん、感動され涙を流されるMさん、いつもお化粧を綺麗にされピンクがお似合いのAさん、など皆さん笑顔一杯でした。

当たり前だったことが次々と奪われていくコロナ禍でもあけびの実に来て下さってるご利用者様の前向きで頑張るお姿を見ていると、年齢を重ねて身体は動きづらくなっていても気持ちは様々な出来事を経験して周りの支えなどにより成長していけるのだなと実感します。人と直接対話し触れ合うことで生まれる感情が数多くあることを知ります。顔を見るだけ、話すだけで安心できたり笑顔になったりします。あけびの実が少しでも、日々の不安を取り除き、元気になれる場であると嬉しいです。施設入所や、闘病生活後にご家族に見守られ亡くなられた方との寂しい別れもありました。お誕生会で涙して下さいたり、他の利用者と一緒に活動出来るのが本当に楽しいとおっしゃって下さることを励みに、これからも活動してきたいです。そして、利用者様が去年出来なかったことをどんどん叶えていけるよう、職員皆で力を合わせ、後から振り返った時に素晴らしいと思える一年にしていきたいです。(久保田麗香)



★ボーリング

ポッチャの玉を使ってピンを狙います。編み物や洋裁がお得意なA様もそ〜れっ！とハッスルされてましたよ。

★ツムツムタワー

ヨーグルトカップもおかげさまで300個以上集まりました。K様はご夫婦でいつも用意してくださっています。あけびのレクリエーションもご利用者様の温かいご厚意で成り立っています。有難うございます。

★かるた大会

始めは矢じるし棒でお上品に「はーい」と指していましたが、「手の方が早いわっ！」と後半は思わず手が先に出たりしてワーワーキャーキャー！大爆笑のかるた大会になりました。

★習字

振戦が出てなかなか思うように書くことが難しい午後からの時間帯ですが、皆さん最後まで集中され書き上げています。今月も素敵な作品が仕上がりました。



★フラワーアレンジメント

男性陣もM先生のご指導の下、毎回奮闘されていますよ。迎春準備もばっちりです。K様も「久しぶりやあ〜」と言いながら集中して取り組まれていました。

謹賀新年



★明けましておめでとうございます。

昨年中は、新型コロナ感染拡大の影響で大変ご不便をおかけしました。2022年こそは自粛生活から解放され、心機一転新しい事を始めたり、中断していた活動を再開したり・・・感染予防しながらそんな1年にしたいですね。“パーキンソン病患者さんにとってははいけないのは自粛だけ” 皆さんと楽しい1年にしましょう！ 本年もよろしくお願ひいたします。（岡野紀美子）



★今月の誕生会は、バイオリン&ピアノのコンサートでした。クリスマスメドレーや冬の歌のオンパレード！近距離で生のバイオリン演奏を聴いて胸が震えました。とても素敵なクリスマスコンサートでした。スタッフ手作りケーキは大好評でした！



殿納七恵氏



浅山久志氏



★壬支虎のちぎり絵を皆さんで制作しました。とても凛々しい虎の表情のように勢いのある1年になりますように！



田中千満氏

★卓球 以前から2階にある卓球台を1階に移動して欲しいとの要望を頂いており、この度思い切って移動させました。今まで参加しにくかった方も気軽に卓球出来るようになり、卓球ブームの再来です！！



後藤玲子氏



小野世津子氏



★お正月飾りは可愛い『福達磨』を作成しました。達磨は座禅の修行をしている姿で、禅宗の教えに“気は長く 心は丸く 腹立てず 己は小さく 人は大きく 口慎めば命長かれ”とあるそうです。（清須さん調べ）

グループリビングあけびの里

訪問看護ステーションあけび

昨年、訪問看護にとって事務所移転という大きな変化があった年でした。

「訪問看護ステーションあけび」と看板が掲げた時には、大きな重圧を感じましたが、スタッフ一同丸となり重圧をはねのけられているように思います。

今年は5周年です。新年早々、新職員（看護師1名、理学療法士1名）を迎え、ステーションとして更に充実致しますので、お気軽にお声掛けください。

利用者様の家族や親族の方からの訪問依頼をよく受けます。スタッフ一人一人が親身に接している事の現れだと思います。今年も、皆様に寄り添い、その人らしい生活を送れるようにお力添えしたいと思います。よろしくお願い致します。（鈴木美代子）

訪問介護ステーションあけび

昨年もコロナに翻弄される1年でした。幸いにも、入居者様や職員で感染された方はいませんでしたが、生活にも窮屈な制限があり、ストレスのたまることの多い日常でした。今年こそは！と願いつつ、感染予防しながら楽しい1年にしていきたいですね。さて、あけびの里開所より、5年が経ち、あけびの里・訪問介護の職員は少しずつ充実してきました。今年からは、あけびの里以外の利用者様宅にも訪問を開始します。生活の困りごとがありましたら、お手伝いさせていただきたいと思いますので、ぜひお声かけ下さい。心を込めて支援させていただきます。本年もどうぞ宜しくお願いします（荒木由美）

あけび
おめでとう
ございます



お知らせ

パーキンソン病友の会姫路ブロック

*1月患者・家族交流会 新年会

・1月16日(日) 13:00~15:30 あけびの実
たけの木の感染によっては中止になることもあります。

当日お弁当はありません。

お昼は各自済ませてお越しください

予定 13:00 ブロック長挨拶

歌・お茶・新年の抱負・ゲーム(チーム戦・個人戦)

介護者と患者に分かれて話合

15:30 終わりの挨拶

友の会の会員様にはハガキでご案内いたします。

1月13日迄にお申し込みください。

申し込み TEL 280-6935

fax 280-6932

医療相談会

西播磨病院

水田英二先生

日時：1月15 [土]

13:00~(要申込)

場所：あけびの輪

嚥下指導・相談会

日時：1月22日 [土]

場所：あけびの実

昼食を取りながら診ていただきます。(要申込)

tel079-280-6931

fax079-280-6932

「卓球クラブ」1月練習日

1月18日(火) 25日(火)

場所：ルネス花北体育館

持物：上靴・ラケット

連絡先(280-6931)



第32回患者・家族交流会



★全国パーキンソン病友の会兵庫県支部

第32回患者・家族交流会に参加しました。

あけびの実の山本様が体験発表され、病気の症状に苦しみながらも、いつも明るく前向きに！家庭生活を頑張りながらも音楽という趣味に取り込まれる姿勢に感銘を受けました。交流会のスローガンである『一人じゃない！仲間がいる！笑って！歌って！踊って！明日に向かってワン・ツー！』と高らかに宣言された姿に大きな勇気をもらいました。次のプログラム・音楽療法とストレッチ体操も楽しく指導して頂き、早速デイでも取り入れています。そして、楽しみにしていたパーキンソン病患者の為にフィットネスボクシングプログラムを体験しました。左右前後へ重心を移しながらパンチを打つ動作により、バランス訓練と筋力トレーニングを組み合わせたダイナミックな運動が出来る。単一的な運動ではなく、楽しみながら継続できるという特徴があります。実際体験するととにかく楽しくて楽しくて！参加者の皆さんの楽しい笑顔が印象的で「楽しかった。また来年も参加したい。」と皆さんおっしゃっていました。