

# あけびだより

No. 250

2025年8月1日発行

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

令和7年8月



絵画教室

植岡嘉代子 氏

## 「食べるということ」

人間が生きていくのに必要な三大欲求の1つでもある「食欲」。

パーキンソン病の方には、食べることに何らかの難しさを抱える方も多  
いです。嚥下障害は重度になると誤嚥や窒息など命に関わる危険性が出て  
経口摂取をあきらめなくてはならない状況になります。しかし、あけびで  
言語聴覚士として関わる中で、一度は口から食べることを止められた方や  
普通の食事は難しいとされた方が、ご家族様やスタッフが気持ちに寄り添  
いながら関わり続けていくことで、口から食事ができるようになったり、  
自分が思う食事を楽しめるようになった方の紹介をさせていただきます。

Aさん70歳代。パーキンソン病歴8年。脳出血の既往歴あり。誤嚥性肺炎  
に罹患。病院ではムース食や水分にトロミをつけることを勧められましたが、「それでは美味しく  
ない。他の人と同じ物が食べたい、トロミがない方がいい。」と食事が入らなかったので、希望に沿  
った食事が楽しめるように関係者が連携して支援した結果、徐々に食事量も増え補助で行っていた点  
滴も必要なくなりました。今でも、時々喉に引っかかったりしヒヤヒヤすることもあります。ス  
タッフが状況に応じて対応して肺炎にならずに過ごされています。

Bさん70歳代。パーキンソン病歴30年。誤嚥性肺炎で入院され胃ろうを造設しあけびの里へ入居  
されました。病院では「お楽しみ程度の経口摂取も難しい」との評価でした。家族の希望、本人の  
意欲もあり、主治医の許可を得て状態を見ながら、ゼリーやジュースなどで嚥下練習を週1回程度  
から開始し徐々に摂取量が増えても、痰の量が増えたり、発熱などの症状が見られませんでした。  
今では、食事を本格的に始めていくか検討できるところまで回復されました。

嚥下障害はパーキンソン病患者様の5~9割に認め、誤嚥した際に本来であれば起こる咳反射(お  
せ)が起こりにくく(おせを命令するところがドーパミンを出すところと近い為)知らない間に誤  
嚥をしていることも多いのが特徴です。また、進行性の病気で、ずっとこのままの状態を食べ続け  
ていく...というのは難しい現状もあります。ただ、まだ食べることには困っていても、早いう  
ちから意識して口を動かすこと、人と大きな声で話すことや歌を歌うことだけでも十分に嚥下障害  
の進行をゆっくりにする効果があります。今回お二人の姿を通して、難しいと思われていた「口か  
ら食べる」ことができるようになっていくのを目の当たりにして、嚥下障害だからといって必ずし  
も食事形態を調整するだけが支援ではない、「〇〇が食べたい。」その思いに寄り添い、それを満たす  
ために周囲と連携して支援していくことの大切さを感じました。(F・Y)

\*ご本人、ご家族が強い意志を訴え、周りの人が気持ちを尊重し、関係者が動く事でよい結  
果を得られたと思います。「あきらめない姿勢」に学ばせていただきました。ただ、私たち  
もプロとして状況を正確に判断し、主治医と連携を取りながら引き際も心得て危険がないよ  
うに支援していきたいと思います。

認定・NPO法人あけび 事務所

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

Mail: day@akebi.or.jp

グループリビングあけびの里

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

訪問介護ステーションあけび

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

Mail: akebi-herupa@akebi.or.jp

認定・特定非営利活動法人あけび

通所介護デイサービスあけびの実

〒670-0804 姫路市保城363番地の3

TEL079-280-6931 FAX079-280-6932

Mail: akebi-no-mi@akebi.or.jp

通所介護デイサービスあけびの輪

〒670-0952 姫路市南条1丁目101-1

TEL079-284-0055 FAX079-284-0056

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

訪問看護ステーションあけび

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-15

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

Mail: houkan@akebi.or.jp

リハビリデイサービスあけび

〒670-0047 姫路市花影町4丁目9

クラウンビラ花影1F

TEL079-290-5184 FAX079-290-5188

Mail: akebi-reh-day@akebi.or.jp

## あけびの実



### 壁画



#### ♪壁画制作

折り紙で150個の朝顔と140個の葉っぱを皆で根気よく折りました。色とりどりの朝顔が咲いてお部屋も華やかになりました。ツルはワイヤーを鉛筆でくるくる巻いて作りました。

## 緑のカーテン



ボランティアさんに植えて頂いたゴーヤが今年も猛暑の中、元気に育っています。緑のカーテンはとっても涼し気ですね。



## 【かすみ草】さんによる大正琴の演奏 誕生会

会がありました。始めから歌って踊って♪皆さんノリノリでかすみ草の方から「私たちの方が楽しませてもらいました」と、石原様からは「あけびに来て今、第二の青春を楽しんでいます！」との嬉しいお言葉を頂きました。



## 囲碁



毎月、狭間先生に来ていただき午後から2時間ご指導を頂いています。

## 卓球



友の会の長谷川様による卓球教室は大好評です。親切丁寧に教えて頂き、皆さんの卓球の腕もメキメキ上がっています。いつも有難うございます

## リハデイ

## リハデイのリハビリ紹介



●平行棒を使った歩行訓練。専門がいてご利用者ごとに指導ができるようにしています。



心身活性温熱療法を実施しています。

- 温熱療法は筋肉の硬直を和らげるのに役立ち、血流を促進し、筋肉の緊張を解きほぐす効果があります。
- フラハンドとフィンガースポーツも取り入れて脳の活性を促しバランス感覚を取り戻します。



村上晃氏

**あけびの輪**



★今月のちぎり絵は迫力あるかき氷です！

★陽信用金庫さまの地域貢献活動の一環で、ちぎり絵の展示会をしていただいています。神戸新聞さまが取材し掲載してくださいました。地域の方々にあけびの存在を知っていただく貴重な機会となりました。感謝いたします。

★暑中お見舞い申し上げます。和紙で朝顔を作り、センス良く壁に貼っていただきました。



★北風さんのイタリア在住のお孫さんが夏の帰省をされており、輪に遊びに来てくださいました。おしゃべりは、イタリア語と日本語が混じる笑顔いっぱい4才の【Kaede君】！おじいちゃんと一緒にポッチャやフィンガースポーツを楽しみました。



★七夕は短冊に願いを書いて、手作りの笹に飾りました。

★団扇を作りました。和紙で朝顔を作り、思い思いにレイアウト。世界に一つのMy団扇が出来ました。

**レク色々**



漢字合わせ



麻雀



絵画教室



田中千満氏



内田勝子氏

**あけび**

**納涼祭**



『納涼祭』を開催致しました。雰囲気漂う法被を着て特別メニューの昼食と魚釣りゲームを大笑いしながら楽しみました。

**基本的なスケジュール**

- : 運動習慣をつけよう
- : 医療専門職のサポート
- : 神経難病特化
- 8:30～ お迎え
- 9:30～ 健康チェック
- リハビリメニュー
- 歓談
- 12:00～ 昼食
- 13:00～ リハビリメニュー
- 機能訓練
- 15:00～ おやつ
- カラオケ
- 15:45～ お送り

短時間でもリハビリが受けられます。お待ちしております。

# 訪問看護ステーションあけび

## 訪着の現場から

### 意欲のカラクリのお話

訪問していると「やらなきゃと思うのに、なかなか動けなくてね…」というお声を本当によく耳にします。そんな時にご紹介したいのが「ズーニンの法則」です。「最初の4分間だけ頑張れば、後は上手くいく！4分間だけ頑張ろう！」というものです。行動を開始すると脳の側坐核という快楽に関与する領域が刺激され、ドーパミンが分泌されます。ドーパミンはやる気やモチベーションを高め、さらなる行動を促します。つまり、やる気が湧くから行動できるのではなく、行動することでやる気が出るのですね。

この法則をうまく活用するには、簡単な作業から始めることがおすすめです。完璧主義にとらわれず、自分自身に優しくなって、小さな進歩や努力をご自身で認めてあげましょう。また、デイサービスで集団の力に気持ちを上げてもらったり、リハビリを活用するのもヨシです。訪問リハビリでは心身の状態を細かく評価し、自然とチャレンジできる内容を段階付けて提案することで、皆さまが前向きに楽しく取り組めるよう努めています。

さあ、思い切って、生活を変える小さな一歩を踏み出してみましよう！ (H/M)

# 訪問介護ステーションあけび

## グループリビングあけびの



「大切なわんちゃんと娘さんの面会に笑顔が溢れます♪退院当初より元気になられ、私達も嬉しいです♪」

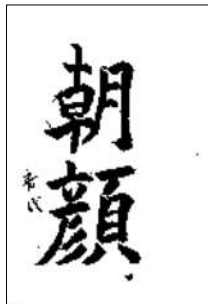
## 医療相談会



★永田先生を囲んで医療座談会をしました。皆さんからの質問に一つ一つ答えてくださいました。生活リズムを整えると共に体を動かすことが全ての症状の改善につながると言われていました



牛尾悦子氏



高野房代氏

## お知らせ

### パーキンソン病友の会 姫路ブロック

\*8月患者・家族交流会  
お休みです

[連絡先] TEL280-6935



\*「卓球クラブ」  
8月・9月はお休みです

### \*姫路市難病相談会

9月27日(土) 13時～

イーグレ姫路4F (姫路市国際交流センター)

講師：西播磨リハビリテーション病院

院長 水田英二先生

連絡先 TEL280-6935



## お礼



金崎邦子氏



井上明美氏



山本文子氏

今年のコメ不足。あけびにも押し寄せてきました。本間様には毎年美味しい加西の米を用意していただいていたが、8月9月分が枯渇してきました。利用者様から、家で用意していた分が回せませんというありがたいお言葉をいただいたり、市場の社長から、JAをご紹介していただいたりして何とかしのげそうです。本当にありがとうございます。

