

# あけびだより

No. 254

2025年12月1日発行

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

令和7年12月



絵画教室  
牛尾悦子 氏

## 私の母はパーキンソン

一緒に暮らす母は、身体に変調をきたしてからもなかなか診断名がつかず、25年前にようやくパーキンソン病の診断を受けました。

病気の進行により母の身体は大きく歪み、何をしてもこれまでの何倍もの時間がかかるようになりました。そんな母がいまだに一人で着替えたりお風呂に入ったり自分の足で歩くことができているのは、日々のリハビリの成果だと私は思っています。

寝る前、枕元に準備する数々の物、朝は時間がかかっても必ず着替えをし、トイレまでの導線を考えたり、朝食を準備して食べる、聞きとりにくくてもしゃべる、時間をみながら薬を飲む(飲み忘れることもしばしば)、いまだに病気の勉強をしたり症状日誌を付け、家族の為に時々ご飯を炊いたり皿を洗ってくれることもあります。こんな風に、日常すぐそばにあるいつもの生活を続けることが、母のリハビリとなっているのです。

デイサービスでする体操や専門スタッフと行うリハビリはもちろん大事ですが、それと同じくらい大事なことが日々の生活の中にあると、最近の母を見て改めて感じています。

パーキンソン病は死ぬ病気ではないため寿命を全うできる、と医師は言いますが、現実はその簡単なものではありません。段々と動かなくなる手足、考えがまとまらず小さくなっていく声と気持ち、そもそもの性格がどうだったか本人でさえわからなくなるような言動の数々に、患者自身はもちろん私たち家族も気持ちの整理が追い付かなくなる場面が多々あります。そんなギリギリの状態でも、自分の思いを人に伝えることや、食べること、歩くことをあきらめないで欲しいし、私たち介護者にはそのがんばりを見守る必要があると思っています。

先日、タクシーに乗って母がひとりで出かけていきました。最近出来ることがどんどん減り自信を失いつつあった母ですが、達成感でいっぱいだったのでしょう、その夜はぐっすり眠り足の痛みも無かったようです。

頑張りすぎるがゆえに、気持ちのすれ違いを感じたり怒ったり情けなかったり、家族同士衝突することは日常茶飯事です。念願のタブレットを手に入れ、今日もとんでもない姿勢のまま画面にとらめっこする母。

そんな母の頑張りで今の私の生活が守られていること、心から感謝しています。(K/K)

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  
クラウンズビラ花影1F  
TEL079-290-5184 FAX079-290-5188  
Mail: akebi-reh-day@akebi.or.jp

## あけびの宴



### ♪お誕生会

今月は歌手として活動されている【藤野ひろ子さん】とキーボード担当の【名定澄子さん】にお越しいただきました。さすがプロの力強く澄んだ歌声に皆さん感激され、一緒に3曲も歌わせてもらい踊り出す方も…ポンポンを振ってノリノリで大盛り上がりの楽しい時間でした。藤野さんから「皆さん声に元気があるから大丈夫です！」と嬉しいお言葉を頂きました。

### ♪クリスマスカード

もうすぐやって来るクリスマスに向けてのカード作り。折り紙で折ったサンタ、トナカイ、もみの木などそれぞれ選びカラフルなカードに合わせ工夫して貼り付けました。素敵なカードの完成です。



### ♪絵画教室、書道教室

二時間余り集中し絵画と書道に取り組まれています。ボランティアの先生のご指導の下、素晴らしい作品が出来ています。



### ♪余暇活動

食事の後は、お好きなことをされています。テーブルでトランプやバランスゲームなど曜日ごとに雰囲気も違いますが賑やかな時間を過ごされています。



### ◎活性温熱療法

身体の芯から温めることで心身共にリラックスできます。「体の動きが軽くなった」や「温めると気持ちよく落ち着いた気分になる」等、利用者さんから嬉しい声が届いています。



### ◎ラインガースポーツ

弾力性のあるシリコンゴム製の運動器具を使って手指を刺激します。

- ① 手が動きやすくなる
- ② 血色がよくなる
- ③ イライラしなくなる

といった効果があります。



## リハデイ

## お出かけ



★名古屋の銀杏見学にお出かけしました。黄色く色づいた銀杏のトンネルをくぐる時、思わず拍手がおこりました。深まる秋を感じた午後でした。



★今月のちぎり絵はクリスマスの神聖な夜を彩るクリスマスキャンドルです。



## あけびの輪

★クリスマスツリーの壁絵を制作しました。和紙でモミの木を作り、折り紙でクリスマスオーナメントを形作りました。クリスマス気分が盛り上がりました。



★今月の誕生会は、スーニツタイムさんのギター演奏と歌唱です。懐かしいフォークソングをみんなで合唱しました。



## ★フラワー

アレンジメント教室は、季節のお花をご自分の感性でお好みに活かしていただきます。三木先生のアドバイスで仕上がりが一段階グレードアップします。



筋肉の柔軟性、疲労回復、リラックする等を目的にストレッチ体操を実施しています。



★新しいなかまをお迎えして、麻雀を楽しまれています。麻雀は、脳に手先にとっても良いリハビリです。



★囲碁の狭間先生に来ていただき、囲碁対局をされました。お好きなことをされるとドーパミンが分泌されていていつもよりお元気な様子ですね。

## あけび

### ◎機能訓練 平行棒

バランスディスクを使ったバランス練習を始めました。転倒予防になりますので今まで転倒したことがない方にもオススメです。



### ◎オタマDE玉子リレー

おたまとピンポン玉を使ったレクリエーションをしました。みんなで協力し最後の人がかっく詰めしてゲームセット。



### ◎ハロウィン

ハロウィン玉入れは、かぼちゃの絵を貼ったカゴに、玉が沢山入った方が勝ち。ピュンピュンと玉が飛び交い、気付くと汗が出てきていました。カボチャやオバケに仮装しました。

「パーキンソン病の治療とiPS細胞の未来」

グループリビングあけびの里

11/25に西播磨総合リハビリテーションセンターで開催された「パーキンソン病の治療とiPS細胞の未来」という講演会に参加してきました。

講師は京都大学iPS細胞研究所所長の高橋淳先生でした。

高橋先生は、脳神経外科医として1999年からiPS細胞の研究に取り組み、パーキンソン患者の、減ってしまったドーパミン神経をiPS細胞で補い、症状の改善を期待する研究をされています。

簡単に説明すると、健康人ドナーの血液からiPS細胞でドーパミン神経細胞をつくり、パーキンソン患者の脳の中へ移植。そのiPS細胞が体の中で安全に働くのか、移植されたドーパミン神経細胞が生着し多くのドーパミンを作れるのか、そして移植することで症状の改善が期待できるのかということ、治験で7人の患者さんで実施。安全性、機能性、有効性が確認されたということで、今年論文に発表され現在、国へ承認のための申請を行われています。

その結果が早ければ来年に発表。国からの承認があれば今よりも多くの患者さんで治療でき、パーキンソン患者の標準的な治療として選択肢が広がっていくというお話でした。

適応はホーンヤール重症度分類で3度（中間層の人）。症状が重い人は効果が出にくい。

年齢は50歳～69歳。

このiPS細胞の移植治療は、あくまで減ったドーパミン神経を補うことで、症状の改善を期待するもので、パーキンソン病になった原因がなくなるわけではありません。

しかし、原因そのものを治す研究も進められており、将来的にパーキンソン病が治る未来もくるかもしれません。

医療は進んでも、薬物療法とリハビリ療はパーキンソン病の治療の基本です。

私たちが今できるリハビリはしっかり続けていきたいですね。

(T/M)

聖夜

橋本幸子氏

寒椿

沼田鹿枝氏

紅葉狩り

坂口あけみ氏

名月

中島久美子氏

お知らせ

パーキンソン病友の会 姫路ブロック

\*12月患者・家族交流会は

県の交流会に参加の為お休みします。

\*1月患者・家族交流会は新年会です。

是非参加してください

[日時] 1月18日(日) 13:00~15:30

[場所] あけびの里

[会費] 1家族 500円

[連絡先] TEL280-6935 FAX280-6932

11月交流会は新しい方2家族を迎え、近況報告を行いました。病歴30年を超える人、2年目の人と、症状や想いは色々ですが、共通する病の中に置き、すぐに仲間意識が芽生えているように感じました。困っていることを話し合い、助けあっていこうという思いがあふれていました。

しあわせの村の交流会にはあけびの実から竹中さまが、体験発表をされます。マイクロバスを用意していますので是非参加して、応援の歌を一緒に歌いましょう。

1月友の会は新年会を計画しています。

豪華プレゼントもありますよ。

\*兵庫県 第36回 患者・家族交流会

[日時] 12月14日(日)10:00~15:30

[場所] 神戸しあわせの村

[会費] 2,000円 (バス代・昼食代・参加料)

[連絡先] TEL280-6935 FAX280-6932

マイクロバスを用意しています。ご利用ください

[出発時間] 実8:20 輪8:40

「申込み」申込書にご記入の上FAXか職員にお渡しください



\*「卓球クラブ」12月予定

12月2日・16日(火)13:00~

12月9日・23日(火)13:00~

赤字は友の会主催ですが

だれでも参加できます。

お待ちしております。

場所:ルネス花北体育館

持物:上靴・ラケット

連絡先(280-6931)

年末年始 休業のお知らせ

2025年12月30日(火)~1月4日(日)