

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  
2013年7月1日発行

NO. 105



平成25年7月



絵手紙教室  
橋本 幸子氏 作品

昨年の11月21日～22日しあわせの村でパーキンソン病友の会卓球大会が開催され全国から多くの仲間が集まりました。学習会の講師として県立障害者スポーツ交流館館長の川口氏にお願い致しました。

お話をする中で、来期の計画に卓球交流会を考えてみましょうという事になり、川口様のご尽力で「第1回パーキンソン病友の会兵庫県支部卓球交流会」が6月6日に行われました。

当日は卓球ボランティア「サンシャイン」等、多く方が集まって下さっています。

その中で車椅子のとてもチャーミングな笑顔の女性が目にとまりました。

パラリンピック卓球の日本代表、別所キミエさんです。彼女は初心者の方々に卓球の指導は勿論ですが、卓球を通して大切なことを教えて下さったのではないのでしょうか。

## 別所キミエさんのこと

別所さんは42歳の時、骨盤の骨に腫瘍ができる病気を発症。下半身が動かなくなり、車いす生活になった。希望を与えてくれたのが、45歳で出会った卓球。パラリンピックには3大会連続で出場し、次回リオデジャネイロ大会も目指している。

昨年のロンドン大会では日本選手団最高齢。「できないことを嘆くより、できたことを喜べばいい」親友の何げない言葉に救われ、卓球に出合って持ち前の積極性を取り戻す。車の運転を始め、仕事も見つけた。自伝「たちあがるチカラ」を出版、病気で足が不自由になり、希望を失いかけた経緯も振り返りながら「最後の最後まで思いっきり卓球をしたい」と・・・

私たちパーキンソン病患者は、一歩外に出ることはとても勇気が必要ですが、一歩外に出ると必ず出会いがあります。先日参加した静岡大会でもたくさんの出会いがあったと思います。勇気を頂く人、手を差し伸べたいと思う人・・・ピアだからできること、ピアだから学べること。少し勇気を出して一歩を踏み出しましょう

(卓球が上達する方法＝毎日ラケットとピン球で遊ぶこと)

## 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

通所介護施設デイサービスあけびの実

〒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

〒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



鳥取のかかし作り名人。

## 《黒田官兵衛かかし》 製作プロジェクト

### ●作業療法

官兵衛のかかし制作が決まりました。しかし決めたものの、かかしなんて作った事がない職員達、作り方は？材料は？鎧ってどんな形？兜は？・・・全く手付かずでいたところ、なんと鳥取から、かかし作りの名人が3人、材料持ち込みで来て下さったのです。すると、次に利用者さんから、昔ダンボールで鎧を作ったことがある、藁ぞうりは子どもの頃よく作って履いた、兜はザルで作ったら・・・などなどアイデアが出たり、それぞれの作業チームができあがるなど、大きな力が結集され、官兵衛完成に向けて作業が進んでいます。これがまさにあけびパワーだなと感じます。



黒田官兵衛かかしのわらじ作りのチームが、見事な手さばきで藁から編み上げておられます。感動しました。



77年前、12歳の時にダンボールで鎧を作った経験を、この度、官兵衛くんで生かしていただいています。鎧作成チームです。

月に一度のフラワーアレンジメントと生花の教室。お花を生けながらの会話が何とも楽しい時間ですね。同じ花材でそれぞれの個性が光ります。



みとおし  
見當押先生に来ていただき、囲碁クラブが発足しました。



月に4回、作業療法のお習字です。

### ●イベント

6月の誕生会は、フラダンスのグループの方に来て頂き、10人もの方が、踊りを披露してくださいました。それはそれは艶やかでしたね。



利用者様にいただいたドレスで変身。桂子姫です。

# 卓球とパーキンソン病

24年10月のあけびだよりで「卓球とパーキンソン病」というテーマを取り上げました。  
 \*卓球はリハビリの優等生  
 \*卓球は老若男女だれでも気軽にできるスポーツ\*卓球は集中力を高め運動機能を維持するためによい効果が得られます。



両足でバランスを取ることで小脳を刺激し、ラケットを振る動きが前頭葉を、玉を目で追う動作が中脳をそれぞれ刺激し、脳内血流が増加し、脳が次第に活性化する。2008年の全国総会兵庫大会から始まった卓球が、今は全国で行われています。あけびの実でも卓球人口が増え、少し時間が空くと卓球をしたいという方が増えています。



## お誕生日おめでとう



「おんぷコンサート」歌ったりおしゃべりしたり楽しいひと時を過ごしました。朝起きて開口一番「誕生日おめでとう」とご主人に言われ、嬉しかったという芹澤さんの言葉に皆さん感動するやらうらやましがるやら。



じゃがいもの収穫。今年は雨の影響か小さなものばかりでした。秋にはこの畑にリハビリ室が出来る予定です。良い土が出来ていますので土が入用の方は取りに来てくださいね

### 《あけびの実の予定》

- 社交ダンス：7月3・17日（水）
- 音楽療法：7月13・16日
- 温熱療法：毎金曜日
- 誕生会：7月18日（木）

## 玉津卓球交流会の感想



先日、玉津に卓球の交流会に行きました。明石のメンバーは皆さん上手で、ひた向きさを感じました。指導する側も一生懸命なので、真剣に指導を受けることが出来ました。別所さんがパラリンピック日本代表の方だと聞き、お話しをさせて頂きました。車椅子であれだけのプレーをされる姿を見て、努力は裏切らないんだろうなと感じました。これからも頑張ってくださいねと心から応援しています。

中山 繁司郎



玉津の卓球交流会に行きました。パラリンピック日本代表の方にも会い、初めて1台に対して、4人が対角線になっての練習やラケットの持ち方等教えていただき、とても意義のある1日でした。

井内 彩緒里



卓球交流会で、パラリンピックの日本代表選手にホアハンドの打ち方を教えて頂きました。悪い所を直してもらったり、親切に教えて頂いたのがすごく良かったです。それを忘れずに、しっかりと練習に頑張りたいと思いました。

山藤 一孝



## ワークのお出掛け



piole 姫路

ユニクロ・東急ハンズ等散策してきました。



## お知らせ

### 野菜市

7月3日(水)と7月17日(水)

### ココヤがロンターバザー

7月18日(木)

### お知らせのページ

#### 第27回兵庫県支部定期総会&医療講演会

日時：7月7日(日) 総会：10:30~12:00  
医療相談：13:00~15:30

宇多野病院リハビリテーション科山本誠氏の「リ・シルバ・マ」法BIGの説明と実践

会場：神戸市勤労会館4階405号室

★姫路から参加される方は「姫路発9:17新快速」

#### “姫路ブロック7月の交流会”

行政書士の中井勉さんをお迎えして、相続の事、成年後見制度等と一緒に学んでみましょう。

7月21日(日) 学習会：10:30~12:00

交流会：13:00~15:00

場所：“あけびの実”

会費：500円+300円(お昼はカレー代)

申込：昼食の準備の為



誰だって人生を実りあるものにしたいに違いありません。しかし、老いや病症などによって『判断力の低下』が起こった場合、どのように財産を守ればいいのか考えたことはおありでしょうか?

姫路ブロック TEL 079-280-6935  
FAX 079-280-6932

#### 6月の交流会 姫路ブロック笑学校の開校

校長先生は近藤清彦先生ですが姫路の開校式にはこられなかったのですがメッセージを頂きました。



庭箏の笛です。廃材を利用した楽器で世界を回られています。



#### 「ジョイン・アス」 7月・8月の練習日



7月 11日(木) PM1時~3時

7月 25日(木) PM1時~3時

8月はお休みしますが、デイの卓球は行いますので参加して下さい。8月6・20日(火)

場所：総合スポーツ会館

持物：上靴 ラケット

連絡は北村・長谷川迄(287)1025