

特定非営利活動法人あけび

# あけび



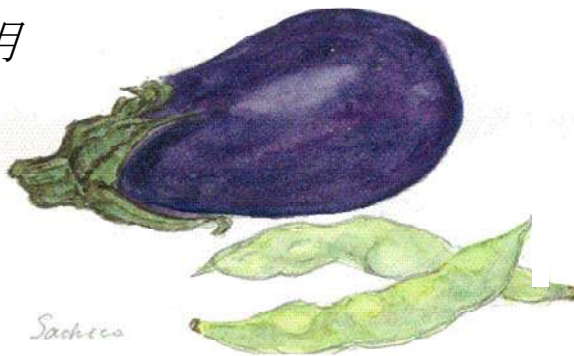
# だより

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10月1日発行

NO. 108



平成25年10月



絵手紙教室 橋本 幸子氏

## 終の棲家にならなくても

進行していく神経難病の在宅介護を考えてみると、どれだけの人が在宅で療養できるでしょう。歩行は勿論、全身の疾患と言われるように、コミュニケーションも取れなくなると自分の意思を伝えることができなくなります。このように、重症になる前の段階でも一人暮らしは厳しい状況です。少しの介助があればまだまだ日常生活ができる患者さんであっても配偶者の病気や死に遭遇すると一転して、一人暮らしか施設か、厳しい状況にさらされます。

「おひとりさま」という言葉が流行しましたが、パーキンソン病のように日によっても、一日の中でも症状が違う日内変動があり、服薬管理が必要など、一人では生活が難しくなります。

夜になると不安から身体が動かなくなることもあります。

また、家族と共に暮らしていても介護してくれる家族に休息をあげたいと思っていますが、ショートステイは行きたくない時だってあります。

毎日楽しいことを考えて、楽しい時間を過ごしたいと思う気持ちはいっぱいありますが、楽しい事がわからないのです。

パーキンソン病患者からの提案、**宿泊施設(長期・短期)を考える会「仮称」**

一人暮らし、考えてもどうにもならない

現状を何とか変えた生き方をしたい

今は良いけれど夫が(妻が)亡くなったら

一度真剣に話し合ってみませんか？

終の棲家にはならないでしょうが、不安のない日々を送りたいと思うのは私だけではないでしょう。

10周年の案内に皆さまからFAXや葉書でお返事を頂きありがとうございました。

当日は何か一つご自分のために役立つお話を持って帰っていただければ幸いです。

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

〒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

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  
TEL 079 (280) 6931  
FAX 079 (280) 6932  
mail: akebi-no-mi@akebi.or.jp

男の料理教室



ので、切干大根入りやシナモンと他では食べられない味に挑戦！大満足の出来上がりでした。

第2回 餃子



● 第2回男の料理教室は、餃子作りでした。普通の餃子では面白くない入りなど、ちよっ

葉ちぎり



● ご家庭では見ることができない姿かもしれません。

あけびの作業療法

折り紙

● 最近あけびの作業療法は、多種多様でかなり面白いです。今、特に男性の利用者の皆様が熱く、色々な作業療法にチャレンジしておられるのも特徴です。あけびの作業療法は、利用者さん、ボランティアの方々、職員、その場に集う全員が、楽しい、面白いと思える時間にしたいと考えています。



ミシンがけ

● 男性利用者様がミシンで雑巾作りに挑戦。すごい集中力で、2枚縫い上げられました。恐れ入りました。脱帽です。



第2回ボーリング大会



● 9月16日（月）第2回あけび杯ボーリング大会を行いました。今年は新たなルールで、ゲームの得点にボーナスチャンス！！としてくじを引き、くじに書かれている点数が加算されるというもの。大逆転もあり得る、実力と運が勝負のゲームでした。優勝は大西さん、豪華賞品を手にとられてご満悦ですね。

秋のそうめん流し



● 9月9日・10日、夏のように暑い日、あけびの室内で2日続けてそうめん流しをしました。先ずは前菜、プチトマト。それを箸で挟んで取ります。次にメインの素麺、立ち上がって取る方、箸でせき止め、目の前が素麺のダム状態になっている方。最後はデザートのおどろがコロコロ。手が思わず出ていました。楽しい食事でしたね。

HAPPY BIRTHDAY





# あけびの実のリハビリ

## ☆機能測定

パーキンソン病の方の有効なリハビリは、病歴や経過、個性によって異なりますが、何よりも、「プラス志向」か「マイナス志向」かによっても大きく変わってくるように思います。色々な事に興味を持ち、チャレンジしていく方は、比較的元気です。反対にマイナス志向の方は、出来ないことにばかりに目が向くので、「うつ」状態になったりします。楽しみや目的を持って体を動かすことで現状維持と病気の進行を少しでも遅らせる事へつながるとおもいます。今日一日を楽しく過ごし明日への活力につながるような“あけびのリハビリ”でありたいと願います。



10m歩行

## ☆棒体操



片足立ち

月初めには体重とともに機能測定も行っています。10m歩行は意識されるのか少しずつ早くなっていますが、片足立ちが出来ない方は多いです。歩行にはリズムとともに足を上げることが大切です。体幹を鍛えるのにも片足立ちは有効です。危険のないように訓練しましょう



毎朝行っている棒体操やストレッチ、大きな声を出したり、顔を広げたり縮めたりします。

黙っていると怒っているように見られるとよく言われますが、心は一杯感動しています。そんな心を表すための訓練は見ている思わず吹き出しそうになりますが、皆さん真剣そのものです。



姿勢矯正

## ☆温熱と個別



ボランティアの福丸さんが毎週金曜日に来て下さっています。気持ちよさに寝入ってしまう方も・・・温熱も個別もいつも熱いまなざしで見られていますが、なかなか全員の希望にかなうことが出来ないのが実情です。

## 80代熟女たち



私たちが若い人(?)に負けず頑張っています。





# お楽しみ会



## 誕生日と3位入賞 ダブルでおめでとう!

お誕生会に、井内さんが参加しました。メインのボーリング大会では、見事に3位になり「とても楽しかった!」と喜んでいました。



## お知らせ 野菜市

10月2日(水)と10月16日(水)



10月17日(木)

### お知らせのページ

全国パーキンソン病兵庫支部姫路ブロック

\*10月の患者家族交流会は休みです。

\*第一回家族会が開催されました。

代表世話人はあけびの実の佐治昇様にお願いしました。患者さんの家庭での様子や使われている制度などを話して頂き、お互いに少しでも参考に来る事は取り入れようと話されました。

定期的ではないですが、姫路ブロックの集まりの時に開きたいと思います。案内を差し上げますのでご参加ください

#### ◆ 県主催の患者・家族交流会

第24回患者・家族交流会 (12月14日)

しあわせの木研修館

### 『第1回卓球の合同練習&試合』についてお知らせ

デイサービスあけび・あけびの実・作業所合同で卓球の合同練習&試合を行いたいと思います。

今回は、43歳で車椅子生活になり、その後、卓球を始められ、現在では、3度のパラリンピック出場をされている別所キミエさんをお迎えして、合同で、練習、実技見学、試合などを行いたいと考えています。是非、御参加下さい。詳細は別紙にて配布致します。

日時 : 11月21日(木)

場所 : ルネス花北 体育館

### ● あけび10周年記念講演会 (1部)

演者 : 村田美穂先生 (国立精神・神経医療研究センター病院特命副院長)

司会 : 水田英二先生 (国立宇多野病院 神経内科医長)

ゲスト : 岡田芳子様 (患者・医者)

NPO 法人あけび10周年記念の行事として、村田美穂先生をお招きし、講演会を開催いたします。患者様、ご家族様はもちろん、多くの方にお越し頂きパーキンソン病の理解を深めていただければと思います。

日時 : 平成25年10月27日(日)

10:30 ~ 12:30

会場 : サンシャイン青山

### ● 交流会 (2部) 13:00 ~ 15:00

「ジョイン・アス」  
10月・11月の練習日



10月24日(木) PM1時~3時

11月14日(木) PM1時~3時

11月28日(木) PM1時~3時

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