

あけびだより

No. 127

2015年5月1日発行

平成27年5月



絵手紙教室

橋本 幸子 氏

遅発性ジスキネジア&ジストニア

最近身体が大きく動くジスキネジアの方は少なくなった様に思いますが、口や首に出てきた方などは何かわからないと不安に感じておられる方もあると思います。参考にできれば幸いです

<p>遅発性ジスキネジア</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・繰返し唇をすぼめる ・舌を左右に動かす ・口をもぐもぐさせる ・歯をくいしばる ・手・足が勝手に動く ・唇の細かな震え ・顎が動く 	<p>遅発性ジスキネジア（ちはつせいジスキネジア）は、長期間にわたるレボドパ（L-Dopa）投与（服薬）によりウェアリング-オフ時に起る。運動症状の変動はレボドパ投与開始5-10年後の患者に半数以上起り、年数が長くなるほどジスキネジアを起こす患者の割合は高くなる。顔の表情をつくる筋肉や口の周辺、顎、舌、さらに手足や体そのものが自分の意志とは無関係に周期的に動くようになる症状。不随意運動。（薬の副作用）</p> <p>ドーパミン経路、黒質→線条体のドーパミンD2受容体が過感受性による起因とされています。</p> <p>ドーパミンの血中濃度が上昇期に起る。</p>
<p>遅発性ジストニア</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・首が上下、左右に傾く ・首・足・指がねじれる ・口・体を歪ませる ・唇を突き出す ・声が出しにくい ・箸が持てない、持ちにくい ・布団が重く感じる ・呼吸困難、息苦しい 	<p>“遅発性ジストニア（ちはつせいジストニア）長期間にわたる抗精神薬服薬によって起きる事がある。全身性ジストニアと局所性ジストニアなどに分類され、身体の一部または全身、複数の部分の筋肉が不随意に収縮。ねじれ・硬直・けいれんなどが生じる運動障害。局所性ジストニアには、手や腕、肩や腹筋の筋肉が異常に収縮、両眼の眼輪筋（まぶたを閉じる筋肉）が不随意に収縮、首の筋肉が異常に収縮して頭が傾いた状態、喉頭や声帯の筋肉に発症し声を出しにくくなる発声障害など。ジストニア症状が起る場合は、大脳基底核の神経活動が減り、大脳基底核から出る“運動野”の活動を抑える信号”が弱まる。それによって、大脳の運動野から不必要な運動の指令が出され、筋肉が意図せず勝手に収縮して思い通りに動かなくなる。不随意運動。（薬の副作用）ドーパミン経路、黒質→線条体のドーパミンD2受容体が過感受性による起因とされています。ドーパミンの血中濃度が上昇期と下降期に起る事がある。”</p>

通所介護施設デイサービスあけび

特定非営利活動法人あけび

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

通所介護施設デイサービスあけびの輪

〒670-0948 姫路市北条宮の町215番地

〒670-0804 姫路市保城363番地の3

〒670-0952 姫路市南条1丁目101-1

TEL 079-287-1025 FAX 079-287-1026

TEL 079-280-6931 FAX 079-280-6932

TEL079-284-0055 FAX079-284-0056

Mail: day@akebi.or.jp

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

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

お花見



今年のお花見は計画した日がほとんど雨でしたが、この日しかないという日に、輪だけが思い切ってお弁当を持ってお城に出かけました。11年間お花見ウイークとして毎日お弁当を持って出かけていましたが、こんなことは、あけびが始まって以来の事でした。でもおやつを持って色々な所で、きれいな花を楽しみました。



姫路城の近くは観光客で大変な賑わいでしたが、雰囲気を楽しむことが出来ましたが、広場のパレードも周囲の関心を集めました。

ワークハウスあけび

須磨海浜水族園へお出掛け



初めての人、何回か来られた事のある人、みんなそれぞれ、イルカショーを楽しみに胸ワクワクしながら水族園に行ってきた。やっぱりイルカはカワイイ!!賢い!!素晴らしい!! 巨大な魚や初めて見る魚も豊富で、とても楽しく有意義な一日でした。



ワークの仕事



例年より20日ほど早く、揖保の糸素麺の箱折りの仕事が始まりました。暫く昆布の袋詰めの仕事はお休みにして、現在は箱折りがメインの仕事です。今年で四年目に突入ですが、新しいデザインの箱ばかりで、又難しい所もありスタッフと一緒に工夫しながら、一同新鮮な気持ちで取り組んでいます。

お知らせ
すこやかセンターバザー 5月21日(木)

あけび



彫刻刀を使いゴム版画を作成されています。



あけびの実から借りたピエロを見本に新たに人形作りが始まりました。ピエロはあけびの象徴のようなものです。ワークのバザーでもよく買って頂きました。



「あ、さて! あ、さて! さては南京玉すだれ!!」のかけ声とともにお誕生会が始まり、見事にアーチが出来ました。竹の棒がバラバラにならないのはどうして? 全て手作業で複雑に糸を留めてありました。

あけびの実



今年は、天気にも恵まれずお花見に行けない曜日があったので、代わりに動物園にお出かけしました。皆さん何十年ぶりの動物園を思い思いに楽しめました。



あけびの実では、時々『叩いてかぶってじゃんけんホイ!』をします。このゲームは、じゃんけん、勝つ(相手を叩く)負け(洗面器をかぶる)頭ゲームです。じゃんけん、勝ち負けを判断し(脳トレ効果)、叩く、かぶるを実行します(叩かれると負け、という反射的動作)。おまけに、思いっきり笑える(ドーパミン放出)最高のゲームです。

あけびの輪



安定して歩くために、重心をしっかり前に移す練習を頑張っています。



天気が良かったので手柄山にお散歩。コスプレマニアの方たちが集まっておられたので、なんだか不思議な感覚になりました。アニメのキャラクター? がいたので記念撮影??をしました。



円照寺にお出かけ
目的は「花より団子(コロッケ)」だったような...



今日のお昼はシシ(猪)鍋
柔らかくておいしかったよ〜



嚥下指導・相談会

今回の指導では、食材を柔らかくする粉末を使って食事を摂りやすくする方法を取り入れていこうというお話も出ました。関心のある方は職員まで。次回は6月の予定です。



4月から“あけび”のホームページが新しくなりました。パソコン等があれば全国どこからでも見ることが出来ます。あけびの活動内容や様々な情報を、各地域の患者さん・家族さんにも広くお伝えしていけたらと思っています。日常風景の写真や、過去にさかのぼってのあけび便り・なかま新聞も見る事が出来ますので、ぜひ皆さんで時々ぞいてみて下さいね。

(※ 掲載記事や写真に関してご意見・ご要望があれば職員までお伝えください)

この度のホームページ製作にあたって、あけびに関わって下さっているケアマネージャーさんの娘さんが温かい雰囲気の内容に仕上げてくださいました。こうして輪が広がって出来上がったこと、とても嬉しく思います。

金山千夏さん、ありがとうございました♪ <http://www.akebi.or.jp/>



金山様親子です

第6回ぐ〜ぴん卓球交流会

ぐ〜ぴんてな〜に! 「ぐ〜」は良い「ぴん」はポルトガル語で点と言います。点と点が繋がっていき、それが一本の線になり、そして輪となって、ピラミッドの様にそれぞれの障害にも負けずに、ひとりひとりが夢や目標に向かってがんばろう!! きっとそこには『頂点』が...

そんな思いでパラリンピック車椅子卓球日本代表の別所キミエさんと卓球を楽しみませんか?

開催日時 2015年6月4日(木)
場所 兵庫県立障害者スポーツ交流館

講演会 ホームホスピスの仲間たちの報告から

日時: 2015年6月7日(日)
13:00~16:00
場所: あいめっせホール
参加費: 1000円

喜怒哀楽の
中で
”死にゆく”こと

全国パーキンソン病友の会第39回全国大会

平成27年度の総会・大会は茨城県水戸で開催されます。
日時: 6月23日(火)~24日(水)
会場: 水戸京成ホテル(茨城県水戸市)

第1回IPC開催

全国総会に引き続いて今年初めてJPCの第1回が開催されます。医療従事者と患者が共に作り出す学会ということではじめての取組です。

姫路ブロック

自宅での介護の仕方が分からないと言われる声を聴き4月交流会は家族介護の研修をしました。椅子から椅子への移乗、ベットから起き上がられる時の手助けなど、実際自宅でされている様子を見せて頂き、注意を加えながら実践してみました。その時はなんとなくわかったように思われますが、...どうだったでしょうか困られたらいつでも職員にお尋ねください。(有田)

5月・6月の交流会はお休みいたします。

パーキンソン病市民公開講座 北播磨

2015年6月14日(日) 14:00~16:00
小野市うるおい交流館エクラ市民交流ホール

プログラム

開会のご挨拶 佐藤一彦先生 西脇市立西脇病院
講演 1 パーキンソン病ってどんな病気
濱口博敏先生 北播磨総合医療センター
講演 2 パーキンソン病の治療について
石原博之先生 市立加西病院
質問コーナー ~よくある質問にお答えします
全国パーキンソン病友の会について
全国パーキンソン病友の会兵庫県支部



「卓球クラブ」

5月・6月の練習日

5月12日(火) 5月14日(木)
5月19日(火) 5月28日(木)
6月2日(火) 6月11日(木)
6月16日(火) 6月25日(木)

場所: ルネス花北体育館
持物: 上靴・ラケット

連絡は北村・長谷川まで(287-1025)