

# あけびだより

No. 204

2021年11月1日発行

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

令和3年11月



絵画教室

寺下典子 氏

## 新型コロナがパーキンソン病患者に与える影響

新型コロナウイルス第5波では、感染力の強いデルタ株で感染急拡大し、未曾有の医療ひっ迫が起こりました。自宅療養を強いられた基礎疾患のない感染者が、急激に重症化するという情報を見聞きするたびに、恐怖を感じました。

第5波は一旦落ち着いたようですが、来るべき第6波に備えて自分たちに出来る予防策を続けていく事が大切ですね。

この新型コロナがパーキンソン病患者さんに与えた影響はたいへん大きなものです。

第一に、外出を控える事により活動量の低下や人との交流が減り、フレイル(虚弱)になる事が懸念されています。コロナ禍で体を動かさない、食事が偏る、会話が減るなどの生活が続いて、身体や認知機能に影響が出ている高齢者が急増しているとされ「コロナフレイル」として注目されています。実際、自宅で自粛生活の中でも、自主的にリハビリを欠かさない方は身体機能を維持されていますが、リハビリ出来ていない方には身体機能低下がみられます。

フレイルの予防は、①運動をしよう！②食生活・口腔ケアをしっかりと！③人との交流を！の3点が挙げられます。感染予防の観点から、デイの利用を控えておられた方もいらっしゃると思います。感染を考えると不安な毎日が続いていましたが、ワクチン接種が進んでいる今はデイに来ていただき手洗い、マスク装着など、感染予防をしっかりと、大いにフレイルの予防に努めて頂きたいです。

第二に、コロナ禍で過度に受診控えて、健康上のリスクを高めてしまう可能性があることです。

健康上の不安がある時にまず相談出来るかかりつけ医を持つことは大切ですね。

また今回の経験を基に、コロナ病床の増床、オンライン診療や訪問診療の整備が進んでいる地域もあるそうです。私達の地域でも、そのような医療体制が整う事を願います。

デイの患者さんに新型コロナの一番の悪影響は？とお聞きしたところ、『心の萎縮』といわれる方が多かったです。

パーキンソン病は心のストレスが軽くなれば、症状の何割かを改善出来る可能性があると言われていきます。パーキンソン病患者さんにとって“していけないのは自粛だけ！”出来なくなった事にとられず、出来る事の中で楽しみを見つけ一日一日を大切に過ごしましょうね。(O/K)

認定・特定非営利活動法人あけび

認定・NPO法人あけび 事務所

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

グループリビングあけびの里

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

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

Mail: day@akebi.or.jp

訪問看護ステーションあけび

〒672-8064飾磨区阿成植木836番地A号

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

Mail: houkan@akebi.or.jp

訪問介護ステーションあけび

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

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

Mail: akebi-herupa@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

TEL079-280-6931 FAX079-280-6932

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

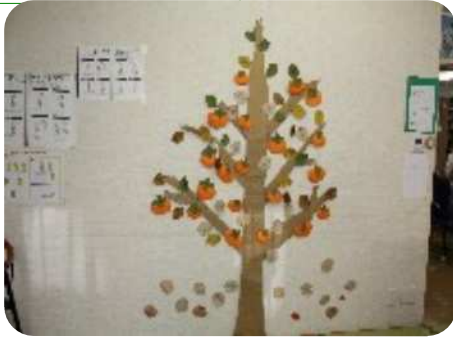
通所介護施設デイサービスあけびの輪

〒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

## あけびの実



### ★11月壁面制作

今月の制作、柿の木を作りました。毎日の送迎車からもよく見ている柿を思い「今年は生り年よねえ〜」など楽しいおしゃべりに花を咲かせながら柿の実を貼っていきました。どの柿も美味しそうですね



### ★ビーチボールバレー

毎日恒例のレクです。皆で数を数えながら100回目指してボールを繋げます。思わず、足が出たり、ヘッドリフティングも。帰る前の賑やかな時間です。球技が得意で運動神経抜群のIさんはどんな球でもボレーできっちり前へ上へと返されます。本当に長く続いているゲームです。



### ★実のボランティアさん

畑の手入れから施設周辺の整備などHさん、温熱療法、包丁ときなどFさん、いつもいつも本当に有難うございます。



### ★あけび

職員が近くの山で「あけび」を採ってきました。「初めて見た！」という方や「懐かしい〜」と言われる方、いろいろな反応でした。「あけび」をじっくり觀賞した後はいよいよ試食会。種が多い、甘〜い、などなど大賑わいの我ら「あけびの実」でしたよ。

### ★カラオケ

歌好きのM様は自宅でYouTubeやCDを編集し、毎回オリジナルCDとDVDを持参され午前中の歌の時間や午後からの余暇時間にも流して下さいます。いつも場を盛り上げて下さる明るいM様、感謝です。



### ★ルネエ卓球

ルネエ花北の体育館では、初めに必ず全員でラジオ体操をします。卓球の激しい運動に備えてしっかりウォーミングアップをして体をほぐします。卓球以外にも玉拾いはもちろん壁を使っての腰痛対策でストレッチを頑張るN様、歩行器で黙々と立ち上がりの練習と歩行を頑張るM様、陰でしっかり自主練に取り組まれています。そんな姿を見ると職員も嬉しくなります。ウルウル…

### ★シーツバレー

イチ、ニイ、サーン！！みんなでシーツを持って、声を出しながら息を合わせ相手の陣地へボールを勢いよく投げます。ビーチボールが何回も空中を舞いその度に歓声が上がります。

### ★ツムツムカップタワー

利用者様からも、ためたよ〜とたくさんのヨーグルトカップを頂きました。それを使ってタワーを作りました。個人戦と団体戦では終了時間直前にタワーが崩れ、落胆される方や、一位になってピースサインをされる方、、、明暗が分れましたよ！





★久しぶりの外出

馬場のコスモス畑・道の駅みつ・志方のコスモス畑などお出かけしました。T様の連絡ノートに『ようやく緊急事態宣言が解除され待ちに待ったコスモス畑見学となりました。美しく咲き誇る色とりどりの花を見ると、病気を背負っている私にとっては最高の癒しとなりました。心も入れ替わり「頑張ろう!」と勇気が湧いてきます。』と書いてくださいました。また道の駅みつでは、穏やかな瀬戸内の海を見ながら、海風にあたり、ソフトクリームを頬張ったり、お買い物も楽しめました。まだまだ制約のある生活ですが、気を緩め過ぎないように気を付けながら、楽しい企画を計画してまいりますね

誕生会



★今月の誕生会は、

リコマーリエの皆さんにフラダンスを披露していただきました。ハワイアンミュージックに合わせてゆったりと踊るフラに心癒されました。フラ豆知識で“アロハ”という言葉には「こんにちは」「いらっしやいませ」「ごきげんよう」「さようなら」そして「愛しています」と五つの意味があると教えて頂きました。スタッフ手作りの“はちみつレモンムースケーキ”でお祝いしました。



★衆議院選挙がありました。新型コロナウイルス感染拡大を経験し、政治の大切さを痛感しました。希望をもてる社会を願って、期日前投票に行かれました。しっかりと権利を行使してきました。



リハビリ



★10か月ぶりに温熱療法再開です!!



★習字教室

元スタッフの西尾さんがお習字の指導に来てくださいました。お習字大好きな皆さん、お稽古に精が出ますね!



★華やかなウラウラアレンジメント



橋本幸子氏

★“とりびる”反響ぞくぞく 皆さまのお声

◎“とりびる”を読んで納得したり、こうしたらいいんだと教えられたり。病気も20年近くになりますが、今更ながら勉強させられました。本人は大変だったのですが、進行がゆっくりだったので、私は大変と思わず自然に接する様にしてきたつもりです。これからも色々あると思いますが、皆さまに助けて頂きながらまだまだ頑張りたいと思っています。

◎“とりびる”とても参考になるようです。ありがとうございました。

◎家族に病気の理解を少しでもしてもらえて良かったです。

★干し柿をいただきました。朝のミーティングで干し柿について昔話に花が咲きました。皆さん、それぞれに温かい思い出をお持ちで、お聞きしてる私たちの心も温くなりました。

# グループリビングあけびの里

## 訪問看護ステーションあけび

## 訪問介護ステーションあけび

### 訪問看護事務所移転の意お知らせ

10月23日、ボランティアの方のお力を借りて、訪問看護の新事務所への引っ越しが出来ました。経験豊富な方々の知恵と力で予定よりかなり早く荷物の搬入が出来て流石！！と、感心しました。計画は立てていたものの、当日は、バタバタして写真を撮るのを忘れてしまったのは、今年の私の一番の汚点です（笑）ご尽力頂きました、吉原様、生信様、福丸様、栗又様、有難うございました。これからも、色々お力添えをお願いします。新境地で、より一層頑張っていきたいと思しますので、皆様、応援よろしくをお願いします。

訪問看護スタッフ一同

11月1日9：00～～関係者のみで開所式を行います。

### お知らせ

#### パーキンソン病友の会 兵庫県支部姫路ブロック

\* 11月患者・家族交流会  
11月21日（日）13時～  
場所 あけびの実  
会費 ご家族で500円

\* 兵庫県患者・家族交流会  
12月5日（日）10時～  
場所 しあわせの村  
会費 2000円

（弁当代バス代含む）  
（詳細は申し込み時にお知らせします。）

#### 「卓球クラブ」11月練習日

11月2日（火）16日（火）

場所：ルネス花北体育館  
持物：上靴・ラケット

### 特別障害者手当

常時介護が必要な人、障害者手帳がなくても受け取れます。著しく重い障害があり、日常生活に常時特別な介護が必要な20歳以上の人に月2万7350円支給される国の制度です。本人、配偶者、扶養義務者の所得制限があります。自宅、グループホーム、ショートステイ、有料老人ホーム、サービス付き高齢者住宅も対象です。手当は市区町村への申請が必要です。表を見て、手当の対象かもしれないと思ったらお住いの市区町村の窓口に相談してください。尚、認知症でも障害者手帳取得可能です。

表3 日常生活能力判定表（14点以上）

動作及び行動の種類	0点	1点	2点
食事	1人でできる	介助があればできる	できない
用便（月経）の始末			
衣服の着脱			
簡単な買い物	通じる	少しは通じる	通じない
家族との会話			
家族以外の者との会話	分かる	少しはわかる	分からない
刃物・火の危険			
戸外での危険から身を守る（交通事故）	守ることができる	不十分ながら守ることができる	守ることができない



### ★作品展

毎年この時期になると西播磨リハビリテーションセンターのギャラリーで、あけびの作品を展示させていただきます。

利用者さまの手作り作品をたくさんの方に観ていただける場で、大きな励みになっています。「毎年、楽しみにしています」や「秋がいっぱい素敵ですね」など嬉しいお声を頂戴しました。今年もボランティアさんのご協力で立派に展示することができました。

新型コロナのため見学には行けませんが、来年こそは皆で見に行けるように願います。



菊池武明氏



中谷紀子氏



筒井順子氏

表1 肢体不自由の基準（いずれか一つ）

●両上肢の機能に著しい障害を有するもの、または両下肢を足関節以上で欠くもの、もしくは両上肢のすべての指に機能に著しい障害を有するもの	●両下肢の機能の著しい障害を有するもの、または両下肢を足関節以上で欠くもの ●体幹の機能に座っていることができない程度、または立ち上がることができない程度の障害を有するもの
--	---

表2 日常生活動作評価表（10点以上）

動作	評価
タオルを絞る	ひとりでできる・・・0点
座る（星座、横すわり、あぐら、脚投げ出しの姿勢を維持する）	ひとりでできてもうまくできない・・・1点
立ち上がる	ひとりでは全くできない・・・2点
片足で立つ 会談の昇降	
とじひもを結ぶ	5秒以内にできる・・・0点 10秒以内にできる・・・1点 10秒ではできない・・・2点
かぶりシャツを着て脱ぐ ワイシャツのボタンをとめる	30秒以内にできる・・・0点 1分以内にできる・・・1点 1分ではできない・・・2点