

1971年8月7日第3種郵便物認可(毎月6回)1の日・6の日

2010年12月1日発行SSKA増刊通巻第7098号

SSKA

全国パーキンソン病友の会会報

茨城県支部だより

2010年12月1日発行〔第84号〕

茨城県支部設立25周年記念行事特集号



初秋の筑波山

全国パーキンソン病友の会茨城県支部

〒301-0856 : 茨城県龍ヶ崎市貝原塚町3552-6

TEL/FAX : 0297-64-3546

郵便振替口座 : 00300-4-38042

Eメール : yasuhisa.u@hb.tp1.jp

目 次

1. はじめに ー今後の課題ー	3
2. 特集 支部設立25周年記念行事	4
(1) 記念CDの製作・配布	5
(2) 記念医療講演会の実施	6
(3) 記念旅行の実施	7
1) 25周年記念旅行企画・実施にあたって	8
2) 25周年記念旅行を行うために	10
3) 25周年記念旅行に参加した方々の感想	11
4) 記念旅行に参加出来なかった方々の近況報告	33
3. 交流会等開催・参加報告	37
(1) 平成22年度第1回県南地区交流会を開催して	37
(2) 平成22年度第1回県南地区交流会に参加して	38
(3) 第5回友愛活動日立パーキンソン病交流会を開催して	40
4. みんなのひろば	41
(1) 短歌 父のスマトラ	41
(2) 投稿 ある音楽会に出席して	42
(3) 支部発足を伝える新聞記事を表紙にした会報(創刊号)	43
5. 事務局からのお知らせ	47
6. 編集後記	48

1. はじめに — 今後の課題 —

支部長 植本 泰久

私達をとりまく環境について最近の動きとして、9月に行われた全国支部代表者会議での内容等から重要な問題についてお知らせし、ご協力をお願いします。

(1) 特定疾患問題の再燃化について

最近の特定疾患をめぐる情勢は大変な危機状態にあります。5月に開かれた厚生科学審議会疾病対策部会第11回難病対策委員会では、予算不足のため特定疾患選定の要素と考えられている5万人条項を取り上げて、特定疾患外しの動きがありました。

この問題について活発に意見交換を行いました。どうなるか見守りながら、また必要となればご協力をお願い致します。

(2) 会員増加（全国で会員一万人）運動について

全国で会員を一万人にするためには、当県の目標会員数は169名となります。(H22年10月10日現在：136名)

高齢者社会が進み茨城県でもパーキンソン病患者が増加しています。しかしながら、これまでのPR不足もあり、全国パーキンソン病友の会茨城県支部を知っている人が少なく、入会者も頭打ちの状態です。現在、茨城県支部の動きとしては、県内保健所に会報を送って一人でも多くの方に友の会を知っていただくよう努力をしているところです。

以上のように全国パーキンソン病友の会は、苦境にたっています。会員の一人一人の力が必要となります。まずは今行っている署名・募金なども今後の力になってきますので、皆様には一致団結し協力をお願いします。

特 集

2. 支部設立25周年記念行事

全国パーキンソン病友の会茨城県支部は、今年支部設立25周年を迎えた。そこで、これを記念して以下の3件の行事を企画し、総会承認の上実施した。

(1) 記念CDの製作・頒布

支部設立25年の記録を収めたCDを作成し、第25回支部総会に合わせて会員・関係者に配布

(2) 記念医療講演会

水戸医療センター神経内科医長

吉沢 和朗 先生による講演会

平成22年4月25日第25回支部総会終了後に実施

(3) 記念旅行

平成22年9月7日～8日塩原温泉「湯守田中屋」宿泊

東武ワールドスクウェア等見学

以下に、これら3件行事の実施状況を記す

(1) 記念CDの製作・配布

記念CDは、清水前支部長が文字通り命をかけて作られ、私達に残してくれたものである。

このCDには、以下に示す茨城県支部結成以来25年間の全活動の記録が納められており、貴重な資料である。

- ① 25年間の支部のあゆみ(総会・講演会等の記録)
- ② 茨城県支部が25年間に発行した会報の全ページを収録
- ③ 『患者・家族交流会』の記録
- ④ パーキンソン病患者の応援歌『ふれあい音頭』
- ⑤ 県内景勝地の写真(付録)

記念CDは、第25回定期総会に合わせて会員全員に配布した。

また、これまでお世話になった大学及び市中病院の先生、同じ仲間の各県支部等関係者に進呈した。

「参考になった」、「25年間のご苦労が良く分かった」、「永久保存版にしたい」などの感想を多くの皆さんから頂いている。



支部設立25周年記念CD

CD製作に当たっては、清水さんが全精力を傾けて全面的に取り組んでいた。資料集めから、スキャナなどへのデータ取り込み、編集などすべて自分の手で進めていた。しかし、完成寸前に急逝されてしまい、極めて無念であったことと思いますが、その仕上がりには満足頂けたものと思います。

なお、最後になりましたが、CD製作にあたって全面的にご協力を頂いた、清水さんのご友人である木村様に御礼申し上げます。ありがとうございました。

(2) 記念医療講演会

25周年記念行事の一つとして記念講演会を行う事が正式に決定した。これを受けて、「やるからには何としても成功させなければならない」との決意のもと、講師の人選、人集めの方法など真剣な検討を開始した。

検討の結果、まず、講師の先生には、地元の大病院で沢山の患者を前に孤軍奮闘され、毎日遅くまで診療にあたっておられる水戸医療センター神経内科医長の吉沢和朗先生をお願いする事が役員全員で決定した。早速、先生をお願いしたところ快くご承諾を頂いた。

講師が決まり次は人集めである。如何にしてより多くの聴衆を集めるか。それにはこの講演会を出来るだけ多くの人に知ってもらうことであ

る。その結果、会員には往復はがきで出席をお願いする。一般の人に対しては、ポスター・チラシを作り各所に張り出し、参加を呼びかけることにした。

ポスターとチラシが出来上がるの待つて役員全員で手分けをして県内の全保健所、病院（主として神経内科）、薬局等を訪れ、目立つところへの張り出しをお願いした。

その甲斐あってか、講演会当日、広い会場は椅子席は完全に埋まり、立ち席も含め満員であった。

吉沢先生には『パーキンソン病医療25年の歩み』と題するご講演を頂いた。医療・薬の等の変遷を解りやすく話して頂き、この25年間の医療の変化が良く分かった。聴衆の皆さんにも大変好評であった。

全国パーキンソン病友の会
茨城県支部設立25周年
◎記念医療講演会

◆演題 『パーキンソン病医療25年の歩み』

◆講師 水戸医療センター 神経内科医長

吉沢 和朗 先生 《質問コーナー有り》

日時：平成22年4月25日(日) 13:00~15:00

場所：茨城県総合福祉会館 4階 大研修室
水戸市千波町 (Tel 029-244-4545)

お問い合わせ先：水戸医療センター 総務課 (Tel 029-244-4545)



講演中の吉沢先生

(3) 記念旅行

今回の記念旅行は、支部設立いらい毎年実施している《患者・家族の一泊交流会》を、例年より豪華な旅行にしてこれに変えるという位置づけで、『豪華観光バスを利用し、県外の温泉に行く』ことを目玉として企画されたものである。
以下に企画立案から実施されるまでの経緯をまとめた。

《25周年記念患者・家族の交流会》

豪華観光バスで行く

塩原温泉・東武ワールドスクウェアの旅

期 日：平成22年9月7日（火）～8日（水）

行き先：塩原温泉・湯守田中屋（途中足湯に寄ります）

東武ワールドスクウェア

参加者募集の旅行のキャッチフレーズ

1日目《9月7日(火)》の行程と見どころ		2日目《9月8日(水)》の行程と見どころ	
09:00 JR土崎駅(東口)	①おみじ谷大吊橋 おみじ谷大吊橋は、おみじ谷谷間に架かる橋で、長さ110m、幅10m、高さ10mの大きな橋です。おみじ谷の自然を満喫できる見どころです。	09:00 田中屋出発	②東武ワールドスクウェア 東武ワールドスクウェアは、最新のエンターテインメント施設で、最新のエンターテインメント施設です。
10:00 JR水戸駅(南口) 【北関東・東武線】	③日本最大級の足湯施設『湯っ歩の里』 湯っ歩の里は、おみじ谷谷間に架かる橋で、長さ110m、幅10m、高さ10mの大きな橋です。おみじ谷の自然を満喫できる見どころです。	10:50 足湯川 東武ワールドスクウェア 《足湯川》 (11:00～12:00)	12:00 おみじ谷大吊橋 《おみじ谷大吊橋》 (12:10～12:40)
11:30 西新井駅にて 豪華観光バスにて塩原温泉 《温泉》 (11:30～12:30)	④湯守 田中屋 湯守 田中屋は、おみじ谷谷間に架かる橋で、長さ110m、幅10m、高さ10mの大きな橋です。おみじ谷の自然を満喫できる見どころです。	12:40 平野宮 うつのみや大衆 《温泉》 (12:50～14:00)	14:10 おみじ谷大吊橋 《おみじ谷大吊橋》 (14:10～15:30)
12:40 おみじ谷大吊橋 《おみじ谷大吊橋》 (12:50～13:20)		15:40 【平野宮IC】	
13:30 湯っ歩の里 《温泉》 (13:30～14:00)		【東光寺 北関東】	
14:10 湯守温泉・田中屋旅館 《温泉》 (14:10～15:30)		17:00 JR水戸駅(南口)《西武》	
15:00 《温泉》 《温泉》 (15:00～16:00)		【北関東 東武線】	
17:00 湯守温泉(入湯)		18:00 JR土崎駅(南口)《予定》	
18:00 《温泉》 《温泉》 (18:00～19:00)			
19:00 《温泉》 《温泉》 (19:00～20:00)			
20:00 湯守温泉(入湯)			
21:00 《温泉》 《温泉》 (21:00～22:00)			
22:00 湯守温泉(入湯)			

旅行のパフレット

1) 25周年記念旅行企画・実施にあたって

水戸市 宮部 知克

支部設立25周年記念行事としての一泊旅行が、皆様のご協力のもとに、無事終わることが出来ました。役員の一員として心からお礼申し上げます。

今回の旅行は、支部設立25周年記念であることを強く意識して、例年とは違った、旅の魅力の沢山詰まったものが出来ないものかと、色々思いをめぐらせながら企画立案したものでございます。

記念旅行の行き先に、塩原温泉への希望者が多かった事を踏まえ、企画するにあたっては、可成り早くから、宿をはじめ、見学先など幾つかの候補地を選び、それぞれ検討して参りました。一泊二日という限られた時間内に、どの様にしたら皆様に満足して頂けるか、そして、そこには安全・安心を最優先とし、決して強行軍にはならないという必須条件があります。熟慮の末、美しい渓谷、箒川に代表される塩原温泉郷に宿を取り、翌日には日塩もみじラインを抜けながら、鬼怒川へ至ると言う案

がベストであると思いました。この案こそ皆様の心に残る楽しい旅のページが出来るものと確信したわけでございます。

そして鹿志村役員には、体調のすぐれない状態であるにも係わらず、アドバイスやご協力を頂きながらここに旅作りがスタートした訳でございます。

旅の名称も《25周年記念患者・家族の交流会》『豪華観光バスで行く塩原温泉と東武ワールドスクウェアの旅』と命名し、旅の大切なパートナーである観光バスについては、旅のプロデューサー日産観光が誇るセンターイレ付きの、しかも後部座席がセミサロンにもなるという、スーパーハイデッカー44人乗りを押さえるなど、万全を期しました。そして、私達が宿泊する宿は、開湯1200年の歴史を持ち、箒川の美しい渓谷に沿って続く、大自然の中の塩原温泉郷に、静かな、そして私達の身も心も癒してくれる湯くもりの宿、「湯守 田中屋」を探した訳で

ございます。源泉かけ流しのうえ豊富な湯量を持つ「湯守 田中屋」は、多くの旅人にも愛され、旬の素材に工夫を凝らした手作り料理のおいしさは勿論の事、女将をはじめ、心あたたかい従業員の方々お一人、お一人が、実に細かな気配りをされて下さいました。聞けば田中屋さんの会長さんがパーキンソン病で入院中との事でした。

私達パーキンソン病友の会の患者と、その家族が宿泊することを知った会長さんは、「湯守 田中屋」さんの従業員が心をつにして、友の会の皆様に対応してあげる様にとの指示があったとの事でございます。その話しを女将から聞いた時、私は心の底からこの宿に決めて良かったと思いました。宿の皆様、本当にありがとうございました。

さて、2日目の東武ワールドスクウェアの見学は、残念ながら雨の中の見学となってしまいました。傘をさしながらの皆さんの後ろ姿を見た

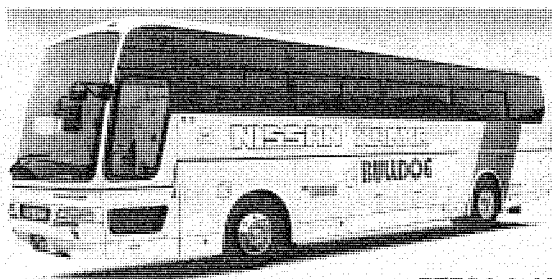
時、ほんの少しの間でも、雨が止んでくれないかと願っておりましたが、思いはかないませんでした。こうして支部設立25周年記念の一泊旅行も、足湯なども体験しながら無事終わりました。

思えば今はなき清水支部長が、パーキンソン病に苦しむ仲間の為に、全国パーキンソン病友の会茨城県支部を立ち上げ、この節目である25周年記念旅行を、どれほど待ち望んでいたでしょうか。そしてこの話をする時の、あの支部長のうれしそうな顔が思い出されるのでございます。

しかしその思いを植本支部長が、しっかりと受け継ぎ、我々患者とその家族が支えながら、見事に成し遂げる事が出来ました。

最後に、この支部設立25周年記念旅行が、多くの方々にご協力を頂きました事に、心からお礼申し上げます。ありがとうございました。

スーパーハイウェイカー44



2) 25周年記念旅行を行うために

事務局長 植本 純代

毎年行っている「患者・家族の交流会」を、今年は例年より豪華な旅行にして、25周年記念旅行に代えることとし、行き先もアンケート調査の結果、希望の多い栃木県の塩原温泉に決まりました。

実施にあたって、旅行の責任者を役員の宮部さんにお願ひし、宿泊施設、交通手段、コースとその見どころ等詳細を観光会社と交渉して決めていただきました。

詳細が決まったところで、安心・安全の観点から下見が必要であると思ひ、8月4日から5日にかけて、決められたコースの確認、昼食メニュー、宿の設備などをチェックしてきました。

旅行費用につきましては、参加者の会費（個人負担分）の他、この旅行が25周年記念行事の一つとして行うもので、事業費として特別会計から20万円を補助して頂くことが総会で承認されました。ありがとうございました。

なお、さらに多少の赤字分につい

ては、各方面に寄付をお願いし補うことが出来ました。

無事旅行も終わりましたが、例年とは違った今年の旅行を、参加した皆様には十分楽しんで頂けましたか。一泊の旅行では、普段ゆっくりと話せないことなどを話し、また日頃のストレスが少しでもなくなり、行って良かったと感じてもらえれば大成功だったと思っています。

これからも友の会が心のオアシスとなることを願ひ、努力してまいります。



野天風呂

3) 25周年記念旅行に参加した方々の感想

① 25周年記念旅行に参加して

牛久市 吉田 政幸

25年という節目の年にタイミング良く、『塩原温泉・東武ワールドスクウェアの旅』を企画・実施されお骨折り頂いた役員の皆様方に感謝いたします。

さてこの記念すべきバス旅行の旅に参加して所信の一端を述べていきたい。

◎パーキンソン病の症状は個々によって違う。当初この種の病名の症状は全部一緒ではと思っていた。旅行に参加された方の中に付添を必要としない方が結構おり、障害を持ちながら一人で参加していた。小生などは薬が効かなくなる兆候がないまま

固まってしまうので車椅子が必要だ。所構わずどこで出るかわからない。外出してもいつも一抹の不安が頭から離れない。

◎先輩（年齢・症状）の方から貴重な話を聞き非常に役立った。電極埋め込み手術をし、その結果と対応など聞くことが出来た。

◎バスを利用した旅行が良かった。二日間に亘りバスという空間の中で普段の外での会話より突っ込んだ話が出来たような気がする。宿に集合するのではなく今回のようにバスを利用した旅にしてほしい。

② 25周年記念旅行に参加して

牛久市 吉田 妙子(家族)

豪華観光バスでの塩原温泉の旅、有意義な旅行になり、役員の方々に

お礼申し上げます。

2007年7月に入会して県南地

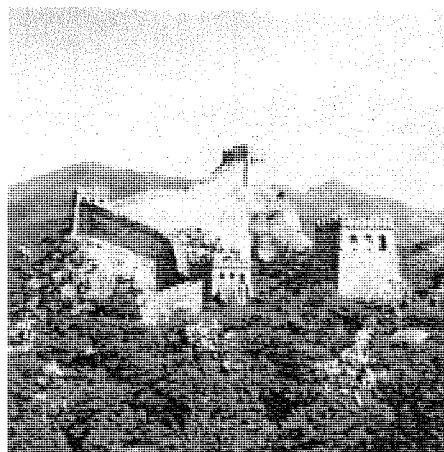
区交流会に参加させて頂くようになり、昨年初めて一泊交流会に参加しました。その時役員の宮部様の介護の話伺い、とても参考になり私自身が救われました。その時の話は、『3N《のんびり・のんきに・のびをする》 《少し離れて・少し知らんふり・少し世話をする》』。介護する私がイライラしていると主人の体調が悪くなるのに気付きました。

今年は、最近声が小さくなる主人について、聞こえていても「なあに」と聞き直すとトーンを上げて話そうとするので喉の筋力がつく、とのアドバイスを頂きました。

バスガイドさんの楽しいお話や車窓からの景色を堪能し、夜のフリートーキングにも参加できリフレッシュ

しました。以前は病気になった主人（本人が一番大変なのに）とどう接したらいいのか分からない事ばかり。今は交流会で出会った方々のお陰で少しは成長したかも、と思っています。

来年も是非参加したいと思っています。



万里の長城

③ 今回のバス旅行で

つくば市 泊 敏雄

私は難病患者としてこのような経験は初めてだと思います。

今回は患者を主とした旅行で、そのためお互いに自然と労わりあい、助け合いながらとても温かい旅行と

なりました。

普段聞かされる仲間たちの言葉として、疎外されているのではと言われていたことでしたが、今回は楽しい旅行ができてよかったです。

④ 25周年記念旅行に参加して思ったこと

取手市 松田 さつき

今夏の暑さは格別で、すっかり自信をなくしてしまった私は、旅行の前日、電話で全国大会で知り合ったAさんに「明日行けるかしら」と弱音を吐いてしまった。8月30日から薬を変え、調整に入っていた私はいつもより薬の効きが悪く、イライラしたり倦怠感に苛まれていた。しかし、彼女は毅然として言った。「私たちより年輩の人が、頑張ってくるんだよ。楽しみにしている人もいるんだし、盛り上げなくちゃ。役員さんも大変よ。」その時、ちらっと支部長さんの顔が浮かぶ。やっぱり行くしかない。立ち上がり旅支度をする。

翌朝、思ったより気分も良く、電車に乗れて土浦駅に着く。初めての参加で知らない方ばかりだったが、明るく楽しそうに挨拶を交わしていらした。何だかホットした雰囲気だった。Aさんは水戸からの乗車だった。到着までおしゃべりが続いた。その間、益子焼き、足湯等に立ち寄り、塩原温泉に到着、今夜のお宿は

「田中屋」さんだった。

そして、今回私が一番印象に残っている交流会が始まるのだが……。

印象に残っていると言うよりは、自己紹介の折、薬に対する自分の考えをきちんと話す余裕がなかった。それを補足して私の自己紹介のやり直しをさせて頂きたいと思い、以下書いた次第である。

皆さんの話を聞いた限りでは、若年性の方が老人性よりも少ないように思えた。だからかもしれないが、「一日に服用する薬の量」が話の論点になっているように思えた。それでもいいのだが、その量でどれだけ動けるのかが問題なのでは？若年性の場合、就労問題を忘れる訳にはいかない。「せっかく良い薬が出ているのに20年もおなじ薬を飲んでると効き目も薄れているかも。新しい薬を試してみるのも、一つの手よ」と教えてくれたのは、病歴36年20代前半からPDと付き合う、現役の医師Oさん。彼女から薬の飲み方、副作用、病気を持ったの生き方

まで教わったように思う。最近本も出され、朝日新聞にも取り上げられ多忙な方だが、私のようなものでも、夜遅くに電話をかけても優しく応答してくださる、そんな方である。おかげでわたしも30年働き、単身で男の子を成人させることができ、退職に至った。これが、薬のない時であつたら、動けなくなり、親子路頭に迷っていたことだろう。まさしく薬に感謝である。薬の害のみに目を向けていたら何もできない。私は知らないがために、怖いもの知らずのところもあつたがDBSと薬を併用してここまでやってきた。働くために、生きていくために、恐れてはいられなかった。先に登場していただいたOさんから、今回の薬の調整に対して次のようなアドバイスをいただいた。調整前、メネシット3錠、アーテン3錠、FP3錠、パーロデル3錠を飲んでいて、しかし、物忘れがひどかったり、妄想、幻聴があつたりした。「それは加齢もあるけど、アーテンの副作用も考えられる。アーテンは止めた方がいい」ということで、1錠ずつやめた。「その代わりに、トレリーフが振戦に効くので試してみても、しかし、トレリーフにはFPと同じようなMAO-B阻

害薬効果もあり、一日100mgくらいまでが効果があるが、それ以上に増やしても効果はそれほど変わらない。ドーパミンアゴニストの強さは、薬によってそれぞれ違うので、パーロデル3錠をレキップ3錠に代えたとしたらアゴニストとしての量が足りないかもしれない。レキップ2錠がビシフロール1錠と同じくらいの強さと言われているので、パーロデルとレキップの強さを主治医に調べてもらって薬の量の調整をしてもらうと良いと思う。またアゴニストは止めてからすぐに効果が出るというわけでもない。つまり、落ち着くまで2時間がかかる。全体の底上げになる薬をきちんと飲むことが大切」とのことだった。私は主治医にこのアドバイスを話し、主治医も誠意を持って対応、パーロデル3錠はレキップ6錠に相当することを調べ、すぐに処方してくださった。

以上のように薬を怖がってばかりいても新薬が研究される意味がないと思う。私は、これから、完治いやせめて進行を止める治療が開発されるまで、何とかよい状態でいられるように薬と仲良くしていきたいものだと思っている。

次の日は、なんと信じられないこ

とが起こる。何十日ぶりの雨だった。そして台風が近づいているとのこと。私たちは、バスの中でお別れに歌を歌う。今は亡き清水前支部長夫人の音頭で『ふれあい音頭』、「同じ病気で知り合って・・・」「仲間じ

ゃないか・・・」「共に笑える日をまとう」ホントウにその通りだなと思いつつ雨の中帰路に着いた。役員の皆さん、家族の皆さん、患者の皆さん御苦労様でした。お世話になりました。またお会いしましょう。

⑤ 25周年記念1泊患者家族の交流会に参加して

つくば市 大久保 幸市

9月7日～8日の1泊旅行に参加させていただきました。

宿は湯守田中屋さんで野天風呂、露天風呂、展望風呂と自慢の浴室が3つもありとても静かな温泉宿でした。

私は今まで鹿嶋、涸沼、大子、つくばと県内でしたが、今回初めて県外の栃木県の塩原温泉ということで、多少の不安もありましたが何ら支障なく楽しく行ってきました。

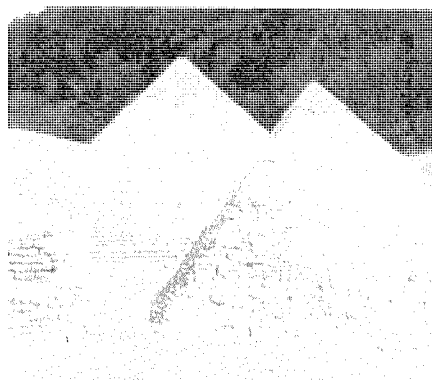
トイレ付きバスの手配、旅行先の事前の下調べ、パンフレットの作成、交流会の進め方など役員さんの気配りに感謝しています。

交流会は病状の情報交換は自分の病状と比較でき大変参考になりました。

た。

また、東武ワールドスクウェアの25分の1に縮小された東京スカイツリーや世界の遺跡が展示されているのを観て歩くのは雨模様ではありませんでしたが楽しかったです。

今回の参加者は26名ということですが、次回もたくさんの参加ができますように願っています。



メンカウラー王のピラミッド

⑥ 患者家族交流会に参加して

取手市 西村 雅夫

今回の患者家族交流会は、友の会茨城県支部25周年記念特別企画と言うことで『塩原温泉・東武ワールドスクウェア』の旅で、全く病気を忘れての楽しい旅でした。中でもホテルでの宴会“ビンゴゲーム”は今までに無かった企画で、時間の経つのを忘れさせてくれました。また、長いバスでの移動に、ガイドさんの機知に富んだ自作のパネルクイズや、車窓から見える場所の歴史・名物等を面白く話してくれ、全く退屈せずに過ごせました。

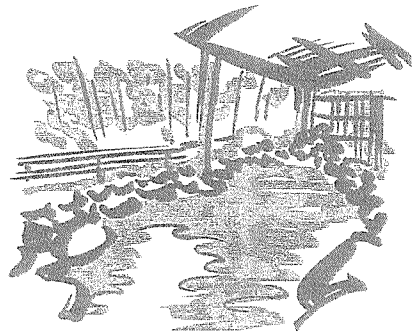
一方、難を言いますと、場所が遠かったせいで、やや行程がきつく、見学場所の通過省略を余儀なくされたのは、少し心残りでした。

当日聞いて驚きましたが、今回の旅行パンフレットが鹿志村さんの自

家製との事、美しいカラフルな秀作でした。御礼申し上げます。

又、役員の方が自費で予定宿泊ホテルの事前調査をされたり、費用の件でも一部に特別寄付を募り補助された由、支部長始め役員の方々の、御苦勞に重ねて御礼申し上げます。

末尾ですが、今回参加されなかった会員の皆様も、次回は是非この交流会にご参加される様、そして今後ともお互い助け合い、治療に励みましょう。



⑦ 患者・家族交流会に参加して

守谷市 西堀 邦康

県外（塩原温泉）で行われた25周年記念患者・家族交流会に、昨年引き続き参加することができたことを、大変喜んでいるところです。

DBS手術後、1年半を過ぎた私の病状は、小刻み歩行が多くなり、また、バランスを失って転ぶことがあり、旅行に行つて万一のことが起きたらどうしようと、心配しておりました。

そして、9月7日の朝を迎えました。気が立っているのか、それとも嬉しいのか、午前5時には目が覚めてしまいました。この日は連日の猛暑日でしたが、翌8日は一転雨降りとなってしまいました。

2日間を通じて、①ホテルにおける情報交換会、夜の懇親会、②日本最大級の足湯施設「湯っ歩の里」における足湯の体験、③東武ワールドスクウェア、ろまんちっく村の見学、④日塩もみじラインを走るバスの中で等々 会員相互の交流・親睦が図られました。土浦駅東口の出発から、同駅までの帰着は、すべて日産観光

が誇る豪華観光バスでしたので、快適な旅をあげることができました。

あつという間の2日間でしたが、この2日間、私の心配していた小刻み歩行が全くなかったことです（帰宅後は、小刻み歩行あり）。その理由はわからないが、良い時もあれば悪い時もあるから、プラス思考でいこうと思うことにしました。

旅行に際しての、植本支部長ほかの役員の方々、旅行幹事（宮部さん）のご努力、お骨折りに対して心からお礼申し上げます。旅行幹事さんからのお話しで知りましたが、「旅行案内」は旅行直前まで入院していた鹿志村さんが作ったものであるとのこと。旅行の要点を旨く取りまとめたカラー版の案内、鹿志村さん本当にありがとう。どうか、静養に努められ、ご快復を祈っております。



⑧ 25周年記念患者・家族の交流会に参加して

つくば市 小島 久子

塩原温泉と東武ワールドスクウェアの旅に参加するにあたり、役員皆さんのお骨折りありがとうございました。

私は今年の真夏の猛暑ですっかり体調を崩してしまいましたが、9月に入って友の会の皆様にお会いできることと豪華観光バスで塩原温泉へ旅行することを楽しみにしていました。

観光バスには土浦東口で乗車しました。それ以外の方は水戸駅南口で乗車し出発しました。

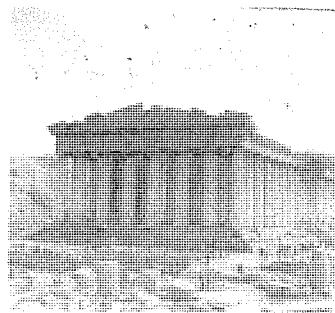
途中、昼食してその後、足湯浴（湯っぱの里）に入ると『ほか、ほか』と温かく、足場を一周歩いてみたら、小石が敷いてあったので、足の裏が刺激され、気持ち良くなりました。ホテル到着後、交流会、自己紹介、近況報告などがあり、DBS（脳深部刺激療法）を受けた患者さんの術後経過の話に興味を持ちました。

また、隣室のDBS手術を受けたS・Kさんに会って話しが聞けて、とても参考になりました。

翌日の、日塩もみじラインは雨に降られましたが、雨でほこりが落ちて木々は生き生きとして葉の色はとてもきれいでした。

東武ワールドスクウェアは有名建築物を1/25の縮尺で精巧に再現したもので、現在102件あるとのことですが、ほんの一部分だけ傘をさして見学しました。その素晴らしい技術に感動しました。次の機会はゆっくりと時間をかけて見学したいと思います。

宇都宮で昼食をとり、ろまんちっく村を見学して帰路に着きました。役員の皆様、友の会の皆様2日間お世話になりありがとうございました。とても楽しい旅行ができました。次の機会も参加したいです。



パルテノン神殿

⑨ 25周年おめでとうございます

常総市 小島 信和

今回の旅行は、4月に転倒による胸椎骨折のため、7月20日まで入院していましたので不安がありましたけれど、リハビリに励み何とか参加することができました。

7日、小島久子さんのご主人に送ってもらい土浦駅でバスに乗り水戸駅を経由して塩原に向かいました。外は連日の猛暑でした。

快適なバスの旅でしたが、次第に腰が痛くなりつらくなりかかったころ、『湯っぼの里』で足湯につかりホットしました。

湯守田中屋に着き、患者・家族の交流会、夕食、懇親会（皆様の近況を聞いたり、カラオケ、ゲーム等）などで楽しく過ごすことができました。

少々環境が違っていますので不安がありましたけれど、温泉にもゆっくりと2回入りました。

2日目は台風の影響で雨になりましたが、傘をさしながら東武ワールドスクウェアを観て回りました。とても歩けないと思っていましたけれど一周できました。もう一度ゆっくり来たいと思いました。

病の方は確実に進行して体は不自由になってきていますが・・・

皆さんと話しをしたり、お話しを聞いたりして励まされ、また頑張ろうという気持ちで帰路に着きました。

欲を言えば、バスの中はカラオケ大会にさせていただきたかったです。

次の機会も楽しみにしています。

⑩ 25周年旅行に参加して

常総市 小島 弘子

付添として同行させてもらいまし

たが、素晴らしい外の風景を見たり、

また他の介護されている方々のお話が聞けてとてもよかったと思います。

夫は、周3回のリハビリ・釣り・カラオケ・ゲーム・TV鑑賞・自分史の作成等々、毎日忙しく過ごしています。

気短になってすぐに何で、何でと

思っている自分に反省し、これからも2人3脚で頑張っていきたいと思っています。

支部長さんをはじめ役員の皆様のご苦勞によって私たちは力付けられています。ありがとうございました。これからもよろしく願いいたします。

⑪ 25周年記念旅行に参加して思うこと

八千代町 服部 恵子

土浦駅東口9：00出発という案内をいただきバスも電車もない不便な所に住んでいる私はどうして土浦まで行こうかと考えてしまいました。

自分の運転で行くには駐車場が分からない、そうだと土浦まで行って土浦のお母さんに駅まで送ってもらおうか、いや人に迷惑までかけて遊びには行けないと一度は断念したが、再度声をかけていただき自分で運転していこうと思ったけれど、駐車場は・・・

『駐車場はあるけれど結構歩かな

いと行けないかも知れないので、送って行くよ』と息子、そんな家族の協力で参加することができました。

参加する人はそれだけでいいけれど役員さんたちの苦勞は大変だったことと思います。

また支部長さんたちは下見までしてくださって、ありがとうございました。

また25周年という節目にめぐりあわせ、楽しい旅行ができたことに感謝申し上げます。ありがとうございました。

⑫ 交流会に参加して

日立市 竹内 泰生

「交流会案内」を頂いて、まず考えたのは、「体調の悪い私が旅先で人に迷惑を掛けたらどうしようか」、心配の先取りである。妻に話すと「余計な心配です。同病の方々で行かれるのに参加すべきです」と一蹴された。

出発の日、不安な気持ちで、大みか駅から水戸駅南口の集合場所に向かった。定刻10時、総勢26名を乗せた、サロン・トイレ付き豪華観光バスは一路塩原温泉田中屋へと出発した。幹事さんからの注意事項等を聞きながら車内を見渡すと、会に加入して間もない私にはほとんどの人が初対面であった。そんな中で、サービスエリアでの休息・昼食等皆さんと接する機会が増え気持ちも落ち着き、しっかりと情報をもらおうと思った。途中、足湯に浸りホカホカしながら車窓から箒川溪谷を見たりして、予定通り旅館に到着した。

各室に分かれ一休み後、支部長室で「交流会」が開かれた。各自、自己紹介、病状、車の使用状況等日頃の思いを込めて話しをされ熱心な情

報のやり取りに時間が足りないほどだった。

入浴タイム後の懇親会では、カラオケで美声を披露する人、ビンゴゲームでは全員が番号に一喜一憂するなど等大いに盛り上がり、病気を忘れた楽しい会であった。

懇親会終了後、自由話し合いがあった。参加者は少なかったが、「交流会」とは違った内容で情報を交換した。

一泊後、雨の降る中、9時に旅館を出発した。東武ワールドスクウェア、ろまんちっく村を見学、宇都宮で昼食、途中お土産屋で買い物をした。

常磐自動車道を降りて水戸駅に近づくと車内では、「ふれあい音頭」の大合唱となり、全員で病気への前向きな取組、交流会の活発化等を誓った。

県北方面の人が水戸駅で降車後、バスは最終地点の土浦へと向かった。2日の旅を通して皆様から多くの情報・元気を頂き誠にありがとうございました。

⑬ 25周年記念旅行に参加して

つくば市 荒井 富美子

夏暑いのは当たり前のことと思っ
ていましたが、今年の暑さは格別「記
録破り」というか「異常」というの
か、ギブアップ寸前でした。

それでこの暑さどうにかならない
か、涼しくしてくださいとお日さま
とお月さまにお願いしても効き目が
ない。どうすれば涼しくなるか首を
かしげて考えていたらオートバイの
お兄さんに「郵便です」と声をかけ
られた。ありがとうございますと言
って受け取りましたらパーキンソン
病友の会からの封書でした。

早速開けて見たら豪華バスで行く
『塩原温泉と東武ワールドスクウェア
の旅』の案内でした。

実施日は9月7日～8日（1泊2
日）宿は湯守田中屋さん。

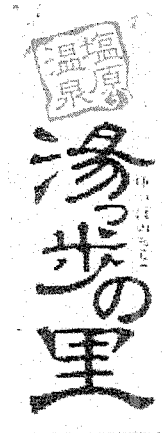
出発時間は土浦駅東口9時とのこ
と、早速返信はがきに○を記入して
投函。すると気持ちは塩原温泉に向

いてしまい涼しくなった気分で、9
月7日が来るのを指折り数えながら
猛暑を乗り切る事が出来ました。

そして当日、小島さんのご主人が
奥様と、大久保さんを乗せて迎えに
に来てくださり、いつもすみません、
ありがとうございますとお礼を言っ
て土浦駅へ送って頂き豪華観光バス
で1泊2日の懇親会旅行を楽しんで
きました。

このような素晴らしい旅行を企画
してくださいました役員様及び仲間
の皆様方お世話になりました。

次回も元気で参加できるよう努力
しますのでよろしくお願ひします。



⑭ 25周年記念患者・家族交流会に参加して

笠間市 秋山 とし子

茨城支部会員の皆様、今日は！

異常気象による記録的猛暑で体調管理が大変だったと思いますが、いかがお過ごしでいらっしゃいますか。無理などなさっておりませんか。

この度、9/7～8に行われた支部設立25周年記念旅行《豪華観光バスで行く塩原温泉、東武ワールドスクウェアの旅》に行ってみりました。温泉旅行も長いこと行っておりませんでしたので、とても良かったです。

時期、日程など充分考慮された計画だったと思います。混み合う紅葉の時期、土、日をあえて避け平日にしたのだらうと思います。私達は長いこと時間待ちをしたり、ゆっくり見学出来なかったとしたら、時間ももったいないし、疲れる事間違いないし、それではいい旅はできません。これらがなかった為、割にゆったりとした旅だったと思います。

そこで今回とても印象に残ったのが3つほどありました。その1つが「湯っぽの里」の足湯です。一つの

大きな建物の中に作られている回遊式のもので、下に敷かれた石の大きさがいろいろで、少し大きめの石は少しぬめりがあったように思いました。又湯の温度も、‘ぬるい’‘ちょうど良い’‘熱い’とあり、子供の様にキャピー、キャピーと年がいてもなくはしゃいでしまいました。これはなかなか体験できないと思います。30分の時間がアツという間です。正直言ってもうちちょっと入っていたかったなあ。

二つめは、宴会の席でのことです。清水事務局員をはじめのど自慢の方方のカラオケで場が盛り上がり、いい雰囲気の中、続いて宮部さんの仕切りでビンゴゲーム始まりました。昔商店街の福引で使われたガラガラ回すと赤玉とか白玉が出てくる道具を使い、全員で回しました。これは通常とは違いますね。

私のカードはなかなか数字が出てこず、早い方がビンゴを申し出た後くらいから調子よく進み、ようやくリーチがかかったところでゲーム終

了。残念でした。でも、最後にビンゴにならなかった全員には参加賞が出ました。かわいらしいいちご柄の包装紙につつまれたお菓子を頂き家に帰って冷蔵庫で冷やし、お茶請けで美味しく頂きました。

そしてもう一つ、それは東武ワールドスクウェアの世界遺産となっている建物等が縮小した形で設置しており、手の込んだ細かい技術でこれほどまでに本物そっくりに作られていることに見応えがあり感動しました。施設に入って間もなく東京タワー、スカイツリー、右手に東京駅(人の往来あり)、左手に国会議事堂、それから各国の物件が数多くあり、私達二人(松田)で行儀悪くソフトクリームを食べながら順番に沿って観て回り、日本コーナーでは二条城、金閣寺があり非常に地味目ではあるがいいですね。若かりし頃修学旅行で訪れた時をしばし思いに浸りました。

決して体調が良かった訳ではなかったのですが、実行に移して正解でした。

『脳はできないと思われる動作でも一生懸命努力していると素敵なプレゼントをしてくれる。』この言葉が好きで毎日の生活の中に取り入れ

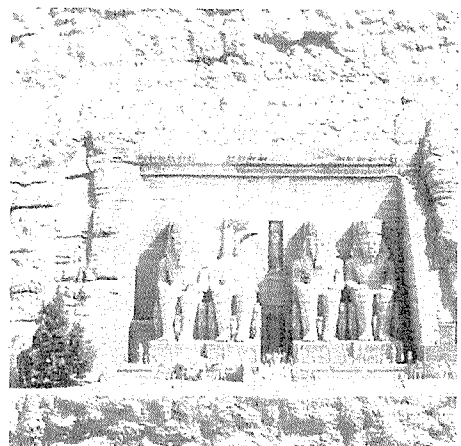
て過ごしています。

そして残念な事は参加者が思いの他少なかった事ですね。今回は男性の参加者はいつもよりは多かったように思いました。色々なご事情がありでしょうけれど、中には背中をポンと押して差しあげたら行動に移れる方もいらっしゃると思います。家の中にいてはいけません。社会と係わりを持つようになると症状もいづらか良くなります。

「上手にあまえて下さい」、皆さんそれに答えてくれますから。

旅行前後と旅行中役員の皆様方の細やかなお心配りを頂き本当にいいバスの旅でした。

ありがとうございました。感謝申し上げます。



阿布・シンベル大神殿

⑮ 流会に参加して

潮来市 窪谷 ふみ

25周年記念旅行、待ちに待っておりまして。9月7日に出発しました。時は暑い盛りで、オン・オフの身で堪えられるかと心配していましたが、皆様にお会いしたり、新しいものをみたりできるとの思いがいっぱいでした。

家を8時過ぎに出て、水戸に。それぞれの友と合流して水戸を出発しました。バスも近代的でトイレがきれいに出来ていたのにはびっくりしました。

益子焼き塩原店に寄り、「足湯浴」で足をゆっくり温めて気持ちよかったです。バスはひたすら森林浴で、どこまでも緑の坂を登っていきました。そこら一面に漬物名物の旗がはためいていて賑やかでした。

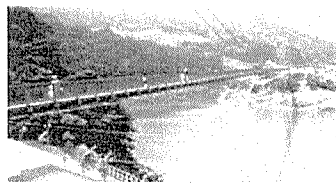
田中屋に着き交流会、皆さんとお会いでき大変うれしく思いました。また来られなかった人からお菓子を差し入れて下さり、感謝していただきました。ありがとうございました。2日目は雨になりましたが、鬼怒川の東武ワールドスクウェアは素晴らし

かったです。過去から未来へと思い起こされ、万里の長城から東京スカイツリーまで、旅のおかげで見学することが出来ました。

又いろいろありましたが、有意義に過ごしました。しかし、この時うっかりして私の大事な杖を置き忘れてしまいました。その事をガイドさんと宮部さんに話しましたところ、先方へ連絡して下さいました。

楽しく2日間を過ごさせていただき、役員の皆様、参加された皆様ありがとうございました。

追伸、置き忘れた杖は、宮部さんより見つかったという連絡をいただき、後日東武ワールドスクウェアより宅配便で送られてきました。広い敷地より杖を見つけて下さり奇跡のようです。忘れられない思い出となりました。ありがとうございました。



もみじ谷大吊り橋

⑩ 25周年記念旅行会に参加して

日立市 松井 正弘

9月7日 AM09:07 の久々に電車にてJR常磐線大甕駅より水戸駅へ。今回は三女の里帰り出産予定で妻でなく長女同伴にて参加、娘の初介助でうまくいくのか 若干不安。

バスの待合場所が若干ちがったが、役員のご好意により運転手のすぐ後ろに着席。

25年記念バス旅行会は小生には本当にありがたく参加。

東北自動車道を北上し、ドライブインにて昼食をいただきお腹も満腹。そして第一目的地の足湯場へ、宮部役員のお勧めにて気持ちよくつかり、又湯内の置石を足裏に踏みしめ心地よく感じました。

そして第二目的地の塩原温泉郷の田中屋へ。途中いろは坂に次ぐ難所をベテラン運転手の安全かつ安心の運転にて旅館へ。

ここで部屋割りなどを聞き各自部屋にて旅装をとき、201号室にて交流会。ここで各自の自己紹介や近況報告などの懇談。

そののち大広間にて全員の集合写

真撮影のあと、いよいよお待ちかねの大宴会。植本支部長挨拶のあと、小生の音頭にて乾杯し、担当のカラオケ大会へ。ここで娘が数名の方にカラオケの順序などの根回しをうまくやってくれたおかげで、当初にカラオケ機器がうまく動かぬトラブルもあったが、比較的順調に大宴会も成功したのでホッとしました。各位のご協力に感謝いたします。

又娘にとってはビンゴゲームにて1位となり破格の賞品のCDプレイヤーをいただき感謝でいっぱいです。

そしてしばし部屋に戻って、娘に体を洗ってもらい、本日最後のイベントの植本支部長の部屋にて懇親会。小生は少し遅。夜遅くまで数名にて懇親でき毎回有意義で感謝いたします。PM 11:00 頃に解散し、各自就寝。1日目終わる。夜中の4時頃に雨の音で目覚める。

そして第2日目。台風の余波で本日は小雨。旅館にてバイキング式の朝食。小生は給仕をしてもらう。

バスにてお土産屋へ。ここではスイスのブラウン牛のアメをお土産に。そして東武ワールドスクウェアへ。小雨の中を娘が全身びしょぬれになりながら小生の車椅子を押してのワールドスクウェアの会場をくまなく巡回してくれて感謝。感激。又東京のスカイツリーもすでに完成しモデルであるがすばらしい。

さらに昼食はチャイニーズレストランにて。ここでは隣席の若者たちの傍若無人な大声に怒り心頭なり。彼らを育成したのは我々の世代の責任なのかも。

その後、隣接の土産屋でレモン入牛乳や饅頭などの土産を二三買う。

そしていよいよ帰路に着く。ガイドさんのアナウンスでは20～30分後に壬生にてトイレ休憩との声も夢の中。次いで笠間SAとなる。

そして無事に水戸へ到着。役員さんたちのキメ細かい心使いや、運転手、ガイドさんたちに楽しいバス旅行が出来たことを本当に感謝いたします。ありがとうございました。また、こんな県外へのバス旅行会ができますように。

便秘の解消に

「オン・オフのある暮らし」から

- ◎朝起きてすぐに冷たい水を飲む
- ◎毎朝のトイレの習慣をつける
- ◎PD患者は『オン』のときにトイレへ
- ◎おなかをマッサージする
- ◎腹筋を鍛える
- ◎適度の運動をする
- ◎下腹部を暖める
- ◎食物繊維の食品を
- ◎ヨーグルト食品を

⑰ 25周年記念旅行に参加して

日立市 山崎 博史

大変やっかいな病気、パーキンソン病と宣告され6年になります。

ちょうど25周年CDが送られてきたのでこれまでの「あゆみ」を一読いたしまして、先般お亡くなりになりました清水前支部長さんのご苦勞、ご功績に感激いたしました。

さて9月7日～8日に友の会主催の豪華観光バスでの「塩原温泉と東武ワールドスクウェア」の旅に参加しました。私は日立ですので水戸駅南口集合、ちょっとした駐車もできない混雑な場所、あらかじめ宮部幹事さんからのきめの細やかな配慮から土浦組と合わせて27名無事揃いました。

高速道路も常磐道、東北道と一つに繋がり便利になりました。益子焼窯共販センターで昼食、気候がいまひとつすぐれずもみじ谷の大吊橋を車窓から、そして足湯浴を体験し14時頃には田中屋旅館に到着。各自湯量の豊富な有名な掛け流しに満足。

この田中屋のご主人もパーキンソン病とのこと。おかみさんから皆さ

んと同じ病気ですからどうぞご遠慮なさないで・・・この病気のことならすべて承知していますからと心温まる思いやりのお言葉を頂きました。

15時から交流会に集合。バスの中ではお利口さんの集い、物静かな方達かと思いきや交流会ではいかに困っていること・悩んでいることが多いことか。

18時からの懇親会、カラオケは皆生き生きと歌っていました。歌が一巡したところでビンゴゲーム。景品が全員に渡るように用意しており、楽しくビンゴゲームも終了。

21時～23時頃まで自由参加で情報交換の場をもたれたようでした。

2日目は朝から雨、2日目の目玉は東武ワールドスクウェア。世界の有名な建築物を1/25の縮尺で精巧に再現したもので、外国に来た錯覚に陥りました。東武財閥のなせる技か・・・

悪天候もあり屋外は人の数も少なく、土産店は混雑。特にろばた漬物

鬼怒川店などはおばさんたちが驚つかみで飛ぶように売れているようでした。

宇都宮市農林公園ろまんちっく村を最後に全行程を終了。バスガイドさんと幹事さんとの打合せ、相談が密に行われ、事故もなく安全第一で常に余裕のある気配りで楽しい2日間を過ごすことができました。厚く御礼申し上げます。

帰り道、車内の最後列に清水晴美さんが席をとっておりましたが、急に「ふれあい音頭」を歌い出し、続いて全員が大声で歌いだしました。

パーキンソン病にかかると声が小さくなる、オクターブが下がるのだろうか、大きな声を出して修正しなければならない。それを皆知っているのだろうか。皆胸がスカーっとしたことでしょう。全員がルンルン気分です。帰路に着いたことと確信してい

ます。

話が少し変わりますが、9月22日(水)茨城新聞に新型細胞IPS細胞を作成した中山伸弥京都大学教授がノーベル賞の有力候補にあげられている米国の情報会社が報道されたばかり。

10月4日(月)ノーベル賞が発表されましたが入賞はできなかったが不治の病から全治へ転換する。これに勝る難病者への朗報はないはず。まだまだ問題はあろうか。

《ふれあい音頭》

(4) 今は見通し厳しいが
やがて陽のさす時が来る
心合わせて励ましあって
共に笑える日を待とう

ただただ祈願するばかりです。

「パーキンソン病患者を励ます歌」
ふれあい音頭
作詞・作曲 北原 純

一、同じ病気で 知り合って
手を取り合った 仲間じゃないか
くよくよしたって しかたがないさ
明るく暮らそう 胸張って
パーキンソン病に 負けてはならぬ
ふれあい音頭は 励まし音頭
集う仲間の 応援歌

※
二、いつも介護を ありがとう
苦労かけます すまないね
麻痺する身体も 落ち込む胸も
あなたの笑顔に 救われる
繰り返し

※
三、難病背負った 苦しみは
本人だけじゃ 分らない
沈む心を 支えてくれる
頼れる仲間 友の会
繰り返し

※
四、今は見通し 厳しいが
やがて陽のさす 時も来る
心合わせて 励まし合って
共に笑える 日を待とう
繰り返し

⑱ 創立25周年記念・1泊交流会に参加して

石岡市 清水 晴美

バスが土浦駅と水戸駅集合で出発するため、朝早く家を出て土浦駅に向かいました。

総会以来皆さまとお会いするのが楽しみで、お変わりありませんでしたか？、参加出来てよかったネと再会を喜び合い、お天気もよく一目でわかるデラックスなバスに乗り込み、水戸で合流、1年1回の交流会に参加出来て皆様バスの中では話はずみ、例年は県内でしたが、今年は県外の塩原温泉に向かいました。

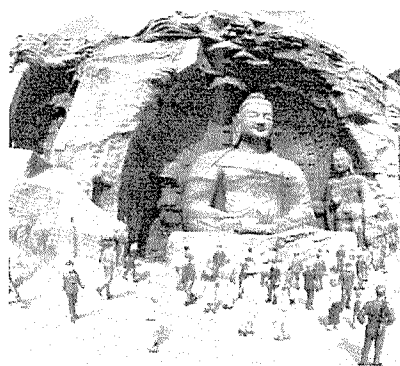
宿に着き、恒例の交流会では自己紹介・薬は〇〇を呑んでこんな症状が出て〇〇病院に行ってます等・情報交換の場であり、同じ病気で前向きに生活している方を見つけ、元気をもらえたら一歩前進、一人で病気をかかえ込まないで、話し相手の友人を作るのにいいチャンスだと思いました。

夜の懇親会では、いつものカラオケの後、全員参加のビンゴゲーム、一等の目玉であるCDラジカセ（難病連の原会長から頂いたもの）はお

父さんの付添で参加された松井さんのお嬢さんにあたり、宴会が大いに盛り上がりました。

次の日は雨になりましたが、鹿志村さんの作って下さったカラーの行程表を握りしめ、観光とお土産買いに走り、帰りのバスの中では、ふれあい音頭をアカペラで合唱し、楽しい一泊の旅となりました。

細かい気配りして下さいました支部長はじめ、昨年からの計画、バス、宿の手配など、全般にわたり役員の宮部さんをお願いして、楽しい旅になりましたことに、厚くお礼申し上げます。又、来年も皆様元気で参加出来ますようお願いしております。



敦厚 莫高窟

⑱ 交流会・話し合いの中から

笠間市 綿引 義男

パーキンソン病といってもその症状は人によってさまざまでした。永くこの病気との闘いは、さぞご苦勞の多いことと思います。でも、皆さんが語る表情には、明るい笑顔があり何よりもうれしいことでした。

病歴は発症してから4～5年、永い人では30年を超える闘病、人には言えない辛さがあったものと推察いたします。

この交流会は25周年目になりますが、参加された方々のお顔が年々変わっていました。加齢と共に病状が進行して参加できなくなったのかもしれませんが。残念だったと思います。

皆さんの話しの中からいくつか共通点を取り上げて見ましょう。当然なことだと思いますが薬のことが一番話に出ました。人によって薬の種類はいろいろでした。主治医の先生の診断と処方によって違ってくるのは当然でしょう。薬の変遷と共に新薬に変える患者、永く同じ薬を服用している患者、薬を勝手に変えるわけにはいきませんが、効く新薬が出

たと聞けばその薬に気持ちに向くのは当然でしょう。

薬の飲み方を工夫している方がおりました。処方された薬の量は変えないで、1日の飲む回数を4回とか、5回・6回にと分散して飲んでいる方もおりました。薬の効果の時間が短くなってきた人には有効のようでした。薬の効果だけに頼るのではなく、併せてリハビリや運動で効果を上げている方もおりました。散歩をしたり、体操をしたりご自身に合った動きを取り入れている方もおりました。また、趣味（卓球・スキー・釣り・俳句や短歌・カラオケなど）を通して人と交わることなどを積極的にしているようでした。

病状が進み、小きざみ歩行や、すくみ足になり、転倒することを心配して、歩くことが消極的になってしまう方もおりました。気力と体力の闘いになってしまうのかもしれませんが。転倒してそれが元で寝たきりになっては大変なことになりますからね。

手術のことが出ました。これは頭

の脳のことでもあるので、薬を飲むようなわけにはいかず、その技術と効果に不安もあり、いざ実施となると決断に迷いが生じるようです。

このパーキンソン病友の会に入ってよかったという声がありました。

年に一度でも同じ病気の方々と仲良く会話が出来て、病状の情報交換の出来るのが大変ありがたいことだと思います。会友同士お互いに連絡し合ってより豊かな人生になればと願っています。

記念旅行に参加された皆様。沢山のご意見・ご感想を頂きありがとうございました。今後の《患者・家族交流会》企画の参考にさせていただきます。

集 合 写 真



《支部設立25周年記念旅行》

第25回患者・家族交流会〔H22.09.07～08 於塩原温泉・湯守田中屋〕

4) 記念旅行に参加出来なかった方々の近況報告

《返信はがきから》 [順不動]

◎いつも大変お世話様です。

この度、長女宅近くに引越をしたので住所変更の手続きを宜しく願い致します。

厳しい暑さが続きますから、くれぐれもご自愛のほどお祈りいたします。

《日立市・S》01

◎なんとか元気に過ごしております。

夏本番を間近に控え、暑さに負けない体力づくりに励んでおりますが、連日のむし暑さに効果があがりません。

《水戸市・S》02

◎今はどうにか普通に生活出来ますが、先の見通しがたちませんので欠席させていただきます。

近くの会員で集まって交流会が出来るといいなと思っております。今リハビリをして下さる先生をさがしております。リハビリと思っておどりをしています。

《ひたちなか市・H》03

◎体調が良好でとてもうれしいです。転倒しないよう気をつけています。

《結城市・K》04

◎いつもお世話になります。

暑い日が続きますが、お元気でお過ごし下さい。

《筑西市・I》05

◎毎回送って下さる会報を楽しみにしております。いつでも読める様、いつも枕元においています。これからもどうぞ宜しくお願い致します。

《土浦市・M》06

◎子供の引越しの予定があり参加出来ません。(孫の子守です)

楽しい旅行を祈念いたしております。

《つくば市・W》07

◎一人ではなにも出来ません。歩行が困難になりました。

お世話になります。よろしく。

《日立市・N》08

◎いつもお世話になります。ご連絡いただきましたが体が思うようにならず、参加したいのですが欠席させていただきます。

良い旅行をお祈りいたします。

《土浦市・S》09

◎発病3年目となり薬の量も少しずつ多くなっております。症状は右手の振るえと両手両脚のこわばりです。

今の健康に感謝しつつ同じ境遇にある皆様との交流できることはありがたいと思っております。今後とも宜しくお願い致します。

何の役にも立てなくて悪いのですが、あと2年半は働きたいと考えております。

《筑西市・O》10

◎返事が遅れ申し訳ございません。

いつもお世話になっております。

月単位で身体の動きが自己コントロールし難くなって行くのを感じております。しかし出来るだけ薬の量は抑えております。暑い折くれぐれもご自愛下さいませ。

《小美玉市・H》11

◎6月に家族で水上温泉につれてもらい、温泉を楽しんできました。ONの時2回温泉に入ることができました。

《つくば市・N》12

◎6月24日夕方尻もちについて第12胸部圧迫骨折により、歩くことが出来なくなり、車椅子の生活になりました。

6月29日に自費で(15万円)、経皮的椎体形成術を行いました。前からの足の痛みは取れず、車椅子の生活です。これからもよろしくお願ひいたします。

《小美玉市・K》13

◎いつもお世話になり有難うございます。

一生の思い出にとは思いましたが私も85才、耳？肩、手首等々？、万一を考え不参加にしました。

ご盛會を祈り上げます。

《水戸市・O》14

◎気晴らしに行きたいけど無理です。

《日立市・K》15

◎最近は飲み込みがうまくいかず、むせることが多くなりました。食べ物、飲み物の工夫が必要なようです。旅行は不参加ですが、バスがゴージャスで良いですね。

《ひたちなか市・I》16

◎安定した日々を過ごしております。

《日立市・N》17

◎塩原旅行の計画、残念ですが参加出来ません。たいしたこともししておらずに、何かせわしくしております。体調はまあまあでしょうか。

役員様、御苦労様でございます。

《笠間市・I》18

◎4月16日から近くの金沢弁天園（特別養護老人ホーム）でお世話になって居ります。

今度は何処にと云う心配はなくなりましたが、リハビリもない近頃は筋力も衰え、自分で出来る事も少なくなりました。

《日立市・W》19

◎一人での遠出、夜間行事は参加できず。

《鹿嶋市・Y》20

◎私もまだ商売をしているので、なかなか主人をつれて出掛けられなくて申し訳ありません。

《常陸太田市・S》21

◎参加したい気持ちは山々ですが、不都合が二つあり欠席します。

《常陸太田市・S》22

◎8月の末に孫達と海に行く予定ですので、申し訳ありませんが欠席とさせていただきます。

いつもお世話になりありがとうございます。また、皆様とお会いできる日を楽しみにしています。

《つくば市・H》23

◎7月に70才に（古稀）になります。病気に負けずにがんばろうと思えます。

散歩は毎日かかさずやっています。皆様もいっしょにやりましょう。

《日立市・M》24

◎胸の圧迫感と胸痛は薬のせいではなく、精神的問題で起きていると云われているのですが、この苦しみと闘っています。何とか解決の方法はないのか、と思っています。

《神栖市・Y》25

◎つい先日付添の妻が手首を骨折し手術をしましたので欠席いたします。

《高萩市・M》26

◎不参加とさせていただきます。

ここ2年位の間、他の病気を色々やんでしまい、その治療に専念し体力の回復に努めています。もう少し自信をつけてから参加させていただきたいと思います。

皆様の思い出話を楽しみにしています。

《取手市・F》27

◎案内ありがとうございます。先約があるので参加できません。

盛会であることを祈っています。

《土浦市・I》28

◎今年の梅雨は湿度が高く、昼・夜の温度が10度も差があり、私の体にはつらいです。

早く梅雨が明けてカラッと晴れてくれればと思っています。

《つくば市・I》29

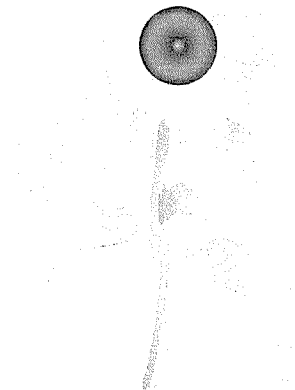
◎歩行の状態が悪いので欠席させていただきます。大変申し訳ありません。

《龍ヶ崎市・E》30

◎大腿骨折を手術して2年今だに痛みがあり、パーキンソン病のスクミ足が一緒になって歩くことも不自由です。痛みが強く楽しく何もできません。

せっかくの行事なのに残念ですが参加致しません。少しでも痛みがなくなることを期待して毎日がんばっています。元気になりましたら喜んでと思っています。どうぞよろしくお伝え下さい。

《笠間市・Y》31



3. 交流会等開催・参加報告

(1)平成22年度第1回県南地区交流会を開催して

龍ヶ崎市 植本 純代

上記の県南地区交流会を7月25日に龍ヶ崎市馴柴公民館で開催しました。

ここ2年ぐらい一回目を9月、二回目を3月に行ってきましたが、もう少し早くと思い、一回目を7月上旬に考えていました。

ところが今年は7月上旬に参議院議員の選挙があり、予定していた日の会場が使用出来なくなり、結局少し遅らせ25日に開催しました。

今回も午前中は音楽療法の飯田先生に来ていただきました。もう3回目になる飯田先生には毎回『お話』『歌の指導』『ピアノ演奏』など幅広いご指導をいただいております、会員それぞれに合唱するもの、生オケで歌うものありで楽しい時を過ごしました。また、前回ピアノ演奏がなく多少物足りなく感じた会員もいたとのことで、今回は特にピアノ演奏をお願いしたところ快く演奏していただき、これも十分堪能しました。

さらに先生のお話を聞くことで、「悩みもどこかへ吹っ飛んでしまった」などの声を聞くと、良かったなと思いうれしくなります。

12:00からは昼食です。お弁当はヨーカドーで配達してくれることになり、とても便利になりました。

午後は会員交流の時間です。前回は県立医療大の増本先生に来ていただきましたが、今回は会員同士の勉強会と決めて、自己紹介と自分に起きている良いこと、悪いことなど披露し合い、皆さんで考えることにしました。

県南地区では、会員皆様の話が上手になり進行がスムーズに進められるようになって来ています。

その中で、薬の次に関心のあるのがDBSの手術です。手術をしている人は県南では10名ぐらいになっています。できましたら早い機会にDBS手術の話をしてくださる先生をお呼びしたいと考えています。

(2)平成22年度第1回県南地区交流会に参加して

① 県南地区交流会に参加して

土浦市 徳丸 公枝(家族)

今年度最初の交流会が7月25日の晴天の中、いつもの馴染公民館で開かれました。

午前中はパワー溢れる飯田先生のピアノ演奏に始まりリクエスト曲に合わせピアノ伴奏と共に皆が一緒に歌い楽しい雰囲気となりました。

先生のお話は強く励ましと希望を与えてくださるもので、日頃の悩みごとなどは吹っ飛んでしまいました。

午後は各自の体調や飲み薬・リハビリ・生活の様子等々を話し合い、

困っておられる方には体験なさった方々からいろいろとアドバイスがあり有意義な交流会でした。

支部長の植本様並びに奥様には会のためにご尽力いただき感謝申し上げます。

次回の要望として昨年度第2回の交流会のように専門の先生をお招きしてリハビリの話と実技指導・個人相談などしていただきたいと思っています。

前回都合がつかないで欠席したのでとても残念でした。

② 県南地区交流会に参加して

つくば市 小島 久子

私は平成18年度第1回県南地区交流会より参加しています。

県南地区担当役員の方に大変お世話になっています。

今回の交流会も主人に馴染公民館に送ってもらいました。

音楽療法・癒しの音楽の飯田先生、今回で3回目の指導です。

飯田先生のダイナミックな歌声、また飯田先生のピアノ伴奏に合わせて懐かしい青春時代の歌詞が流れてきますと、歌える人は大声で、歌える自信のない人は、小さな声で楽しく歌っていました。

飯田先生は、大声で『お話』『歌唱』また『ピアノ伴奏』、歌の助手さんに歌詞指導いただいて3人分の働きです。

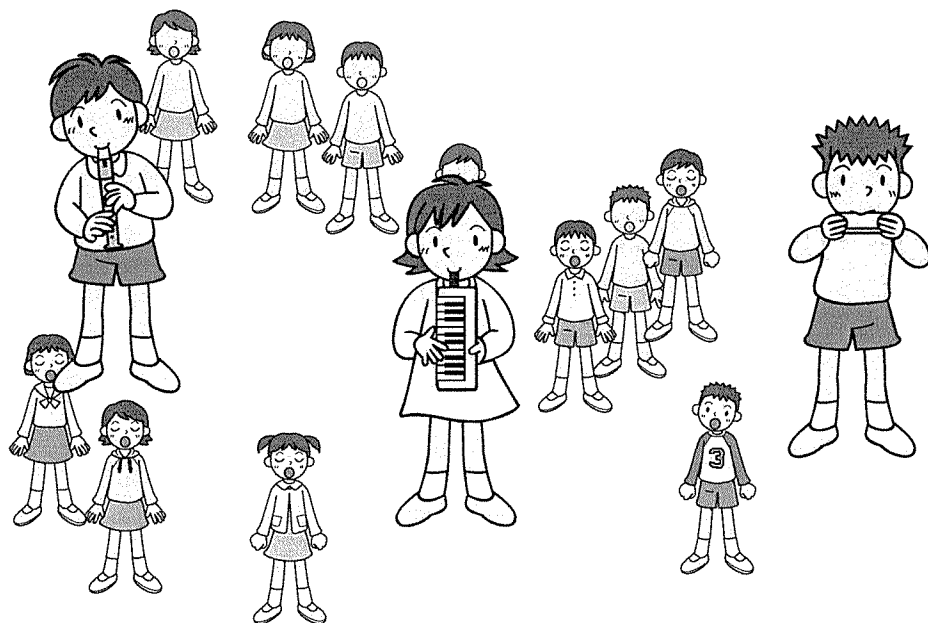
雰囲気盛り上がり楽しい時間を

過ごすことができました。

昼食は服部さんと同じテーブルだったので旅行などのおしゃべりに花を咲かせました。

自己紹介では友の会会員皆様の現在の状況や困っていることの相談等の事が聞けたことはたいへん勉強になり、有意義に過ごすことができました。

担当役員さんには大変お世話になり、ありがとうございました。



(3) 第5回友愛活動日立パーキンソン病交流会を開催して

日立市 松井 正弘・多永子

第5回日立パーキンソン病交流会が、茨城県支部役員のご協力を頂きながら無事終わりました。参加された方々からも帰り際大変素晴らしい講演を聴くことが出来たと感謝をされホッとしております。

今回は第5回目の交流会と言うこともあり、初めての試みとして医療講演を企画してみました。

今年8月頃、主人の主治医である筑波大学脳神経内科・渡邊雅彦先生に交流会での講演をお願いしたところ快くお引き受けして下さいました。そして交流会当日には患者一人一人の質問にも丁寧に答えて頂き、その一言一言には真面目で誠実な先生のお人柄が現れておりました。参加された方の中には「モヤモヤした気持ちが先生のお話を聞き吹っ飛んでしまった」と喜んで帰られた方もいらっしやいました。

このように参加された方々の喜びの声を耳にした時、今年も交流会を開催することが出来、本当に良かったと私達は心からそう思っております。

す。

また、今回の交流会には仲間からのご協力も沢山ございました。支部役員様はもちろんのこと、ボランティアの方、それに往復ハガキの作成や会場で配布するスケジュール表、さらにはポスターの作成を竹内様が、また、山崎様には司会の一部を担当して頂くなど本当にありがとうございました。

一方では私と主人とでお一人でも多くの患者の方、あるいは介護をされているご家族の方に参加してほしいとの思いから、ポスターを貼ったりラジオでの放送をお願いに行ったり、新聞への掲載をお願いしに新聞社を訪問するなど、悔いのない交流会にしたいと頑張ってみました。いくつかの反省するところもございました。これらを踏まえ皆様のご期待に添えるよう第6回日立パーキンソン病交流会に向けスタートしたいと思いますので、ご指導ご協力の程よろしくお願ひいたします。

(1) 短歌

笠間市

愛子

父のスマトラ

◎戦地より帰還の父に恥ずかしい記憶のみあり

幼きわれは

◎日焼けせる父は帰還の挨拶とわが手をひきて

近隣廻りぬ

◎父の膝に聞きし戦地のスマトラと津波のニュース

オーバーラップせる

◎曾祖父ひいじじの鱈皮財布を孫がもちてスマトラ産とて

宝物にせる

◎杳き日の甘酸っぱいざくろの果実み父母と過ごせし

生家なまがにあり

(2) ある音楽会に出席して

龍ヶ崎市 植本 純代

県南地区の交流会でお世話になっている音楽療法の飯田先生が教えている歌の教室の発表会が、牛久の中華料理店の甲子亭であるとお聞きして、友人と主人の4名で参加しました。

音楽療法の飯田先生を紹介していただいた八木さんも生徒のお一人で、12人の生徒さんが1部と2部に分かれて各1曲ずつシャンソンだったりカンツォーネだったり歌うようになっていました。

私は昨年、たまたまお友達からチケットをいただいて聴きに行き、今回も参加することになりました。会員の小松洋子さんもお友達3人と来て私たちと同じテーブルでした。

コーヒー、杏仁豆腐、クッキーなどをいただいて始まる前はおしゃべりを楽しんでいました。

いざ始まると出演者の皆様が素敵なコスチュームをお召しになっていて、体いっぱいにご歌の表現をなさっていました。

黒一点の男性もおられました。

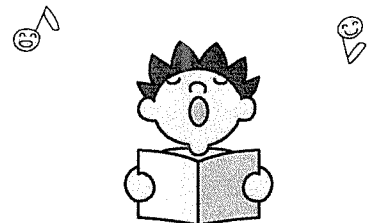
私共の会員の八木さんも『ろくでなし』を歌いパーキンソン病のジスキネジアが出て少しマイクが揺れていましたけれど、お上手にこなされていました。

2部のメンバーは同じですが順序が多少変わって出演される皆様も殆どの方がコスチュームを着替えられて1部とは違った味わいでした。

八木さんは、今度はしっかりとお薬が効いていたのか堂々と歌っておられ、マイクもしっかりと持っておられ、とても素晴らしかったです。

飯田先生は娘さんと2人でピアノ演奏をなさって陰の力として生徒さんを支えておられました。

あっという間に時間も過ぎてお花のプレゼントをいただいて充実した気分で帰路に向かいました。



(3) 支部発足を伝える新聞記事を表紙にした会報(創刊号)

パーキンソン病の社会的認識をたかめよう

全国パーキンソン病友の会会報 支 部 だ よ り	〒315 茨城県石岡市若松1-7-5 電話02992-2-5580 (郵便振替口座) 申請中 全国パーキンソン病友の会茨城県支部	創 刊 号 発 行 昭和61年 1986. 4. 8
--	---	---



全国で17回目の県支部が発足された

17番目の県支部発足

「全国パーキンソン病友の会」

広範囲に活動展開へ

難病の1つであるパーキンソン病は、脳神経細胞が徐々に減少し、運動機能に障害をきたす。その治療法は、薬物療法による症状の緩和が主である。

全国パーキンソン病友の会(以下、全国会)は、患者の相互の助け合いと、社会への啓蒙活動を通じて、患者の生活の質を向上させることを目的として、1977年に設立された。

全国会では、全国各地に支部を発足させ、地域ごとに活動展開を図っている。これまで、全国で17回目の県支部が発足された。

最新の支部発足は、茨城県支部である。この支部は、石岡市若松にある。支部長は、石岡市在住の田中先生である。

支部発足式は、先月21日(土)午後1時、石岡市若松にある「若松会館」で行われた。全国会代表の田中先生が、支部発足の意義と、今後の活動方針について、講話を行った。

田中先生は、「パーキンソン病は、決して治癒しない病気であるが、適切な治療と生活習慣の改善により、症状をコントロールし、生活の質を向上させることは可能である」と述べた。

田中先生は、「支部発足の目的は、患者の相互の助け合いと、社会への啓蒙活動を通じて、患者の生活の質を向上させることにある」と述べた。

田中先生は、「支部発足の意義と、今後の活動方針について、講話を行った」と述べた。

田中先生は、「支部発足の意義と、今後の活動方針について、講話を行った」と述べた。

田中先生は、「支部発足の意義と、今後の活動方針について、講話を行った」と述べた。

田中先生は、「支部発足の意義と、今後の活動方針について、講話を行った」と述べた。

田中先生は、「支部発足の意義と、今後の活動方針について、講話を行った」と述べた。

田中先生は、「支部発足の意義と、今後の活動方針について、講話を行った」と述べた。

田中先生は、「支部発足の意義と、今後の活動方針について、講話を行った」と述べた。

(このコーナーで記者講演を受けられた方)

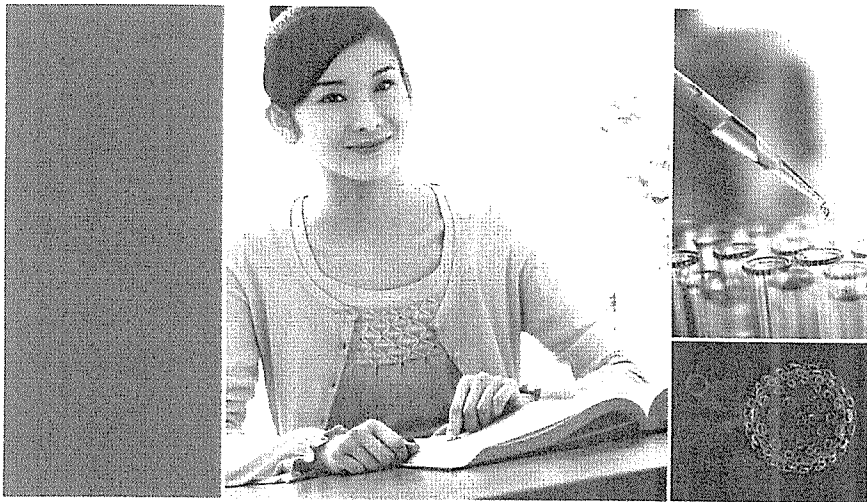
田中先生は、「支部発足の意義と、今後の活動方針について、講話を行った」と述べた。

田中先生は、「支部発足の意義と、今後の活動方針について、講話を行った」と述べた。

田中先生は、「支部発足の意義と、今後の活動方針について、講話を行った」と述べた。

田中先生は、「支部発足の意義と、今後の活動方針について、講話を行った」と述べた。

いはら新聞 (1986. 3. 24)



新薬で人々のいのちと健康に貢献します。

私たちノバルティス ファーマは、

分子標的薬や抗体医薬など最新の技術を生かして、

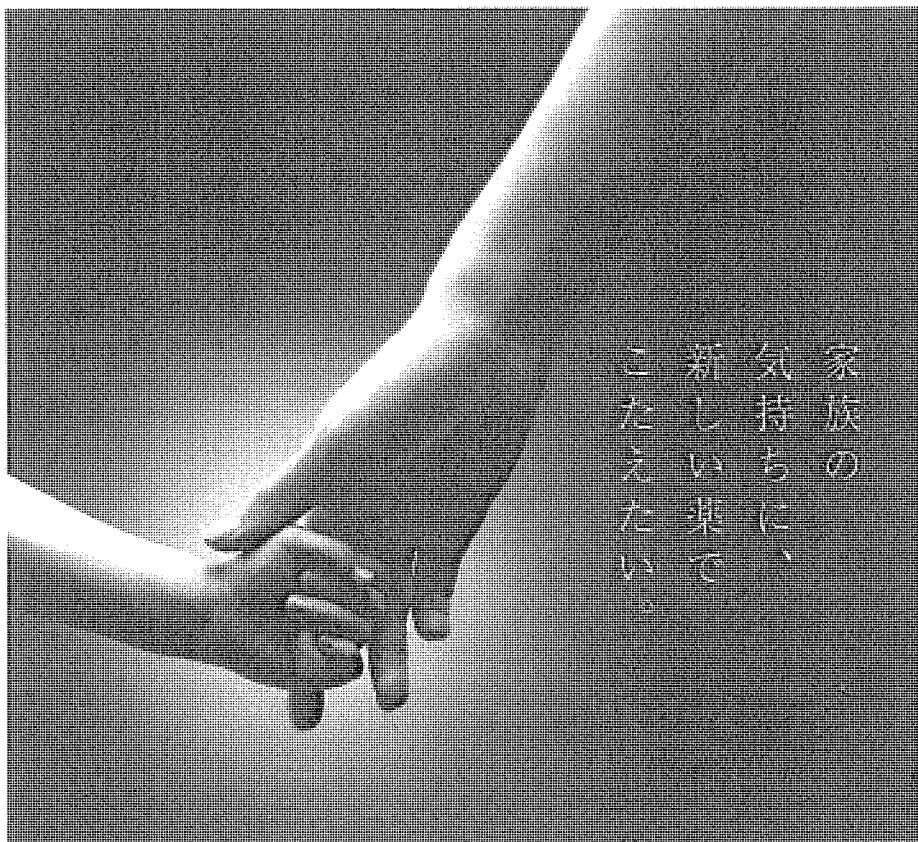
世界で140もの開発プロジェクトを進めています。

くすりを必要としている患者さんに、革新的な新薬を。

ノバルティス ファーマの新薬は、これからも進化を続けます。

 **NOVARTIS**

ノバルティス ファーマ株式会社
〒106-8618 東京都港区西麻布4丁目17番30号
<http://www.novartis.co.jp/>



家族の
気持ちに、
新しい薬で
こたえたい。

あなたからだを、気遣う。

あなたのこれからを、気遣う。

そんな家族の気持ちと同じ思いを胸に、

私たちは、新薬の研究に取り組んでいます。

必要な薬を、必要になるかもしれない薬を、

いち早く準備し、安心と共にお届けできること。

今も、ずっと先も、

あなたとあなたの家族を支える力になる。

それが私たちの薬づくりです。



大日本住友製薬

www.ds-pharma.co.jp



患者さんのために
信頼と愛がいっぱい詰まった

藤本製薬グループ

エフピー

株式会社

【お問い合わせ先】

〒580-0011 大阪府松原市西大塚1丁目3番40号

TEL:0120-545-427 FAX:0120-728-093

URL:<http://www.fp-pharm.co.jp>

平成22年1月作成

5. 事務局からのお知らせ

1. 関連交流会等参加報告

(1) 2010年度関東ブロック交流会

日 程：平成22年10月24日（日）～25日（月）

場 所：九十九里温泉「かんぽの宿 旭」

主催県：千葉県支部

参加県：東京都支部、神奈川県支部、埼玉県支部、千葉県支部、
茨城県支部、栃木県支部、群馬県支部、全国本部、

参加者数21名

（茨城県支部から植本支部長以下4名が出席）

(2) 難病フェスタ

日 時：11月14日（日）13:00～

場 所：茨城県福祉会館

参加者：難病連加盟11団体

パーキンソン病友の会茨城県支部から支部長他役員及び
一般会員十数名が参加

2. これから開催予定の各種交流会等の案内

(1) 22年度第2回県南地区交流会

23年1月16日、馴染公民館で開催予定

(2) 22年度県央・県北地区交流会

23年3月（日時未定）、茨城県福祉会館で開催予定

(3) 関東地区卓球大会

茨城県で開催予定（日時未定）

(4) 全国パーキンソン病友の会茨城県支部23年度総会《第26回》

23年4月24日（日）、茨城県福祉会館で開催予定

(5) 23年度全国総会・大会

23年6月20日～21日、東京都で開催予定

これらの詳細は別途お知らせします。

6. 編集後記

植本支部長を中心とした新体制がスタートして早くも8ヶ月になる。この間、新体制での初めての大きな仕事となる25周年記念行事のうち、メインイベントとも云うべき記念旅行が参加者皆さんの好評のうちに無事終了した。特に皆さんには初めて利用した豪華観光バスがお気に入り、で、「来年もぜひ！」との声が多く聞かれた。しかし、支部の資金にも限りがあり、今年は25周年記念と言うことで特別予算も組まれたが、それでも事務局長はじめ担当者は苦労したと聞いている。したがって、来年の旅行（患者・家族交流会）に観光バス利用は不明であるが、たとえ旅館の送迎バスであっても多くの皆さんの参加をお願いしたい。

記念旅行の成功は、新執行部が前執行部に劣らぬことを証明するもので、今後も自信を持って諸問題に当たって頂きたい。

一方、絶大なる支持のもと政権交代を実現させた民主党は、1年余りの間に首相が交代し、今もって金の影を引きずり、相次ぐ閣僚の失言と、支持率を大きく下げている。また、先の「中国漁船の問題」、近くは「北朝鮮による韓国への砲撃事件」でも、いずれもその対応のまずさが指摘されている。与党のこのような体たらくの中、私達は頼れるものは誰なのかをよくよく慎重に見極めなければならない。

編集者 全国パーキンソン病友の会茨城県支部
〒301-0856 龍ヶ崎市貝原塚町3552-6
TEL・FAX:0297-64-3546

発行者 特定非営利活動法人・障害者団体定期刊行物協会
〒157-0073 東京都世田谷区砧6丁目26-21
TEL:03-3416-1698 FAX:03-3416-3129
頒 価:500円