難病情報誌
沖縄県難病相談支援センター
パーキンソン病
2015 10月号
161

アンビシャス

Ambitious



与えられた時間を前向きに、自分らしさを模索し行動していきたい

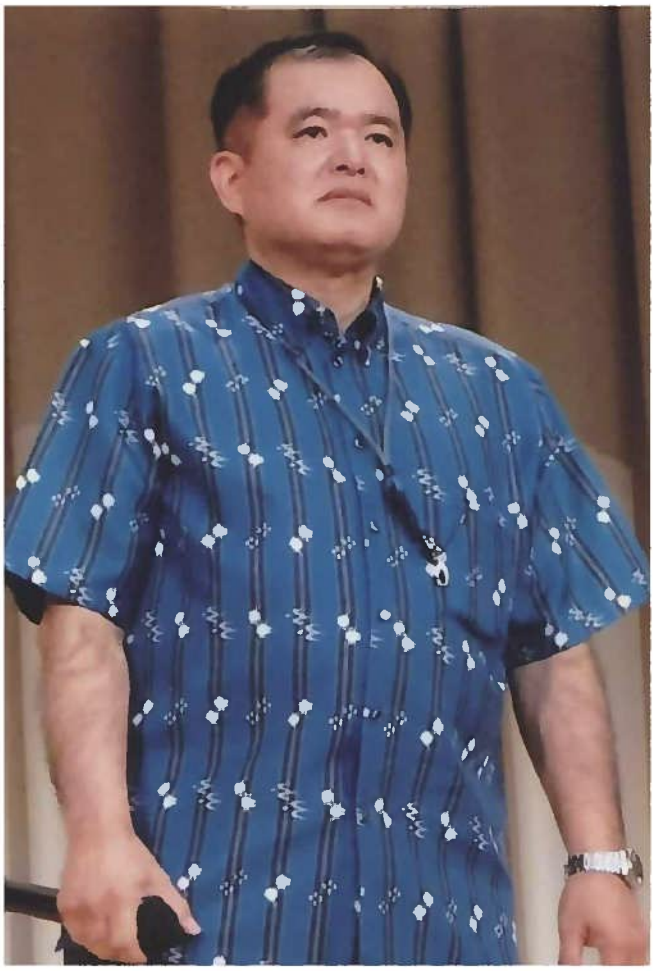
表紙は語る
「パーキンソン病」
アンビシャス通信
8月の報告あれこれ
こころの現場から
つぶやきチャンプルー
シリーズ 第6回
『患者学』 加藤 眞三教授
沖縄県難病団体の掲示板
団体定例会・交流会スケジュール
沖縄県内難病患者団体一覧
アンビシャス広場
エッセイ 諸喜田 美智代さん
患者団体からのお便り
読者の声
難病短歌・川柳
お勧め映画情報
占い
編集後記
アンビシャスメモ
保健所からのご案内
平成27年度12月訓練生募集のご案内
意思伝達装置の購入支援のお願い

この冊子は米国婦人福祉協会（AWWA）からの支援を受けています

表紙は語る

与えられた時間を前向きに、自分らしさを模索し行動していきたい

島袋 貞夫（しまぶくろ さだお）さん　パーキンソン病



私が最初に身体の異変を感じたのは今から9年ほど前、職場の同僚と飲みに行った帰り自宅近くの上り坂を歩いていた時でした。急に腰から左足にかけて力が抜け、両足のバランスがおかしくなったのが最初の自覚症状で、その翌朝ハミガキをしている時に、急に左手の力が抜けるような感覚があり、それが2番目の症状だったと思います。

その様に私の場合、病名が決まる前からいろんな症状が現れ、足の親指の爪が割れて痛くてまともに歩くこともできず、ビッコを引いて歩いていたのもその一つでした。そういう症状はすべて左足の爪が割れた痛みが原因だろうと思っていました。その後、それが身体の痛みというより、違和感が左足以外の部分から現れていることに不安を感じ「左足の痛みが何なのか」複数の病院を受診しながらＭＲＩ等の検査を受けてきましたが、どの病院でも「異常なし」と診断されました。

その頃、血圧の関係で通院していた病院で神経内科の稲福先生（現在浦添市経塚にて稲福内科医院を開業）を紹介され受診したところ、パーキンソン病である事が分かりました。

当時の私はパーキンソン病についての知識が全くなく、診断をされた稲福先生からパーキンソン病が原因不明で進行性の病気であると聞かされ、大変ショックを受けました。

私はこれまで病気らしい病気をしたことがなく、パーキンソン病と診断されても、それを受け入れられず、先生にセカンドオピニオンを受けるための紹介状を書いてほしいと懇願し、病気を治したい一心で職場には3ヶ月間の休みを頂きました。その間、施設に通い下半身を中心としたトレーニングを行うことで必死に身体を治そうと努力しましたが、望むような回復をする事なく職場復帰しました。

復職後の仕事については人事部の方で配慮していただき、関連会社への出向という形にしていただきました。そこはバックオフィス的な位置付けの会社で、営業店の後方支援の仕事を2年半余りさせていただきました。

しかし、この病気は進行性のため、少しずつ下半身の方から体の動きが徐々にぎこちなくなっていきました。その当時、通院先の先生に突進（身体が前に突込み）がひどいので、「いい薬はないか」と度々相談、その都度薬を処方してもらいました。

そして薬が合わなければ受診日に関係なく通院していました。今そのことを考えると、その当時の職場の上司、同僚みなさんには本当に感謝しています。その様な事もあり私は健常者のように普通に職務を全うするのは困難だという事を実感させられました。だんだん歩くことも辛くなり2回目の休職となりまし


同級生と50歳記念の集合写真。

た。その頃の心境は精根疲れ果て、ただただ休みたいという気持ちでいっぱいでした。そこで1月間はゆっくりと身体を休めることにしました。しかし1回目の休職時とは異なり施設に通い身体を鍛えたり、本を読んで教養を深めるといった気持ちが前回と比べ弱くなっていました。おそらくこの2年半の中で進行性の病気がどういうものか体感したからだと思います。

ただ、一回目、二回目、そして今回、三回目の休職を繰り返して思うことは「何かしなければ」という事でした。

自分はこれからどうすればいいんだろうか。このまま何もしなければ社会人としての資格が無くなってしまうのではないか、また社会から取り残されるのではないか、というような恐怖感が何処かにあります。それで少しでもいいから「何かしなければ」という気持ちが行動させているのだと思います。

前回（3回目）の復職のきっかけは、偶然にも病院の待合席の壁に貼ってあったポスターを見て県障害者職業センター主催で行っているリ・ワークの講座に参加できた事です。

そこに参加者する人たちの職業は多業種に渡り、年齢層も幅広い人たちの集まりで、みんなで同じ目標に向かって頑張っている姿を見て、私は復職したい気持ちが強くなりました。

特に講座を受ける前に受講者の様子を見学させてもらった時、丁度リ・ワークを卒業する方がいらして、その人の嬉しそうな笑顔が今でも印象に残っています。

また、それまでは持っていても周囲の目を気にして使うことができなかった、ポールウォーキングの杖を使用するきっかけも障害者職業センターの指導員の「杖を使って堂々と歩きなさい。」という言葉からでした。その後押しがなかったら、きっと未だに杖を使用していなかったと思います。

また、講座の内容についていくつか挙げると、アサーションでは、相手の意見、考え方を否定することなく自分の意見を相手に伝える方法等、キャリアアンカーではこれまでのキャリアを振返り、何処に問題があったのか等、参加者全員で自分のキャリアを振返る作業等を行います。とても勉強になりました。

上記に書いた事を行い、色々と努力して復職したつもりでしたが、一年半で休職しなければならなかったのは、やはり体調が不安定だったからだと思います。

出勤初日から、ビルの入り口の階段を駆け上がろうとして転んでしまい皆を心配させたり、仕事でも自分の担当する部分が遅れ、部署メンバーに迷惑をかけたりで、仕事と体調のリズムが合わなくなっていくのを感じました。


中学の同級生とスカイツリーにて。

病気に関する情報を得るためにパーキンソン病友の会に入会しています。そこでは月1度の交流会に参加し、多くの会員さんの名前を覚えることと、パーキンソン病友の会の事務所に顔を出すようにして、病気に関する情報や会員の状況を聞いて会話をするように心掛けています。何か共感する事があれば、安心もするし、勇気も湧いてきます。お互い励まし合っていけたらと思います。

私はこのようにして、休職、復職を繰り返してきました。現在は4回目の復職をする準備をしていますが与えられた時間を充分に利用して、前向きにとらえ、自分に合った選択は何かを模索しながら行動していきたいと思っています。

語者プロフィール

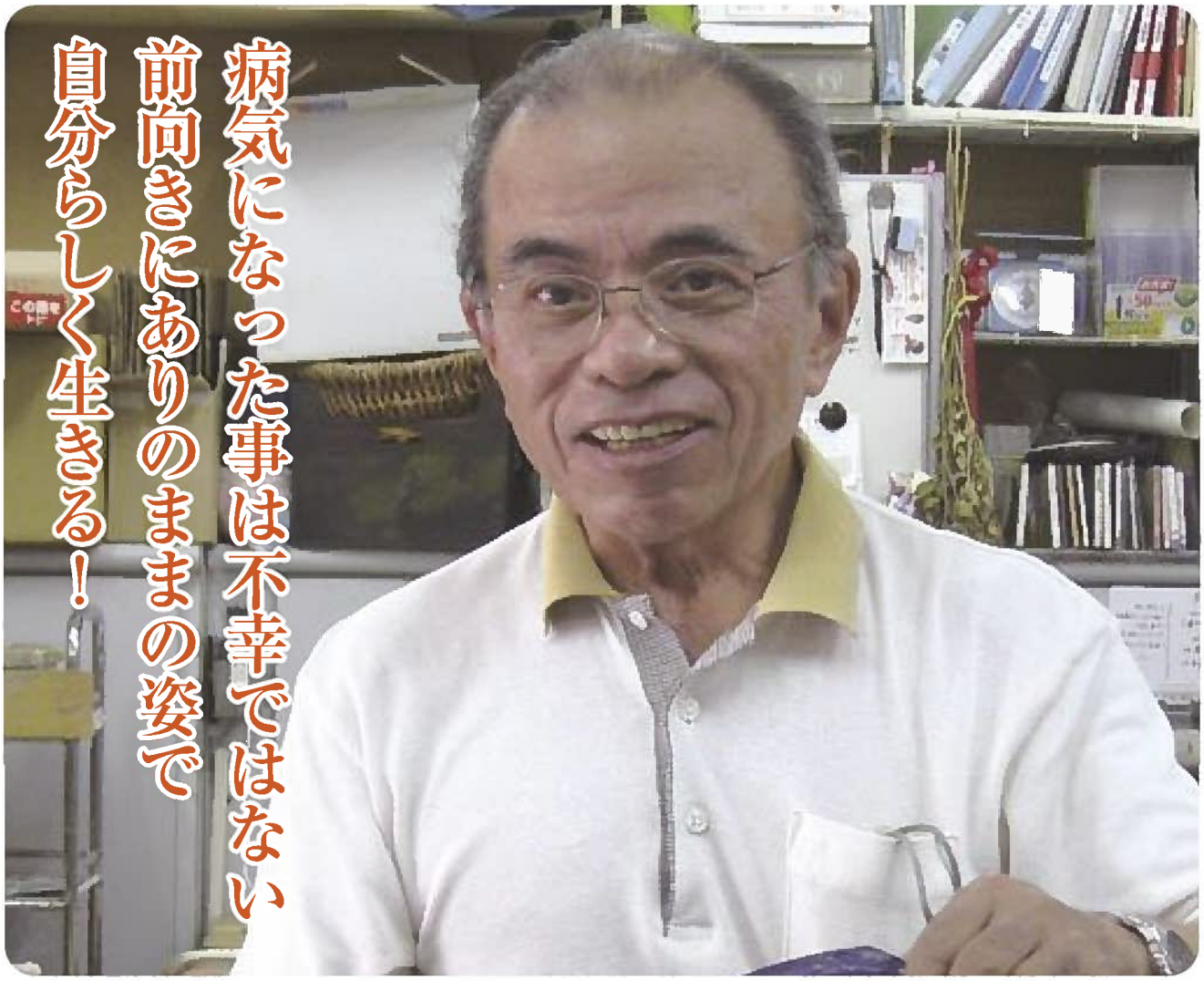
島袋 貞夫さん
(しまぶくろ さだお)

1965年10月北谷町に生まれる。
1988年 3月山梨学院大学卒業。
1988年 4月県内金融機関就職現在に至る
1997年 6月にパーキンソン病を発症し、
その間休職と復職を繰り返し、現在は休
職中で復職に向けて体調を整えている。
全国パーキンソン病友の会　沖縄県支部理事

難病情報誌
沖縄県難病相談・支援センター
パーキンソン病
2014 葉月 August vol.147

アンビシャス

Ambitious



病気になった事は不幸ではない 前向きにありのままの姿で 自分らしく生きる！

表紙は語る
「パーキンソン病」
アンビシャス通信
6月の報告あれこれ
お役立ち情報
こころの現場から
ヒトツナギの志
シリーズ
「患者の力」
加藤眞三 教授
患者会の掲示板
アンビシャスメモ
エッセイ 諸喜田 美智代さん
患者団体便り
読者の声
アンビシャス広場
心の雑学
ポエム
お勧め映画情報
占い
今月の保健所情報

この冊子は米国婦人福祉協会（AWWA）からの支援を受けています

表紙は語る

病気になった事は不幸ではない、前向きにありのままの姿で自分らしく生きる!

上原秀保（うえはら ひでやす）
パーキンソン病

発症は沖縄電力を退職して2年、これから余暇を楽しもうとしていた矢先の62才の頃でした。

体が思うように動かなくなり、近くの総合病院で診てもらいました。当初は病名が分からず、脳のMRI検査も受けましたが原因不明。薬をもらうだけの生活を2年程続けていました。

そのような頃、知人にパーキンソン病を患っている人がいてその症状が自分の状態によく似ていた為、主治医に「もしかして私はパーキンソン病ではないのか」と尋ねたところ「それでは検査してみよう」とパーキンソン病の検査をしました。

歩き方が摺り足気味なこともあって「どうやらパーキンソン病の様だ」との判断が出て、それからパーキンソン病の治療が始まりました。治療といってもその病院では薬を出すだけで、リハビリも無く対処療法だけでした。

若い頃より空手で体を鍛えていて、健康には人一倍自身があっただけに自分の置かれた状況に大きなショックを受けました。

また丁度同じ頃、家庭では長男が別の病気でいろいろ手が掛る様になり、大黒柱であるべき自分の体が思うように動かないことも重なりふさぎ込む毎日でした。発症から2年の間は、毎日生きる望みも夢もないまま家に閉じこもり、病院に1ヶ月分の薬を貰いに行く以外ほとんど外へは出ませんでした。

この様な生活から抜け出す転機となったのは「パーキンソン病友の会」が主催するシンポジウムがある事を知り、まずは聞くだけでもと妻や次男の勧めに応じ出かけた日からです。

専門の先生の病気に関する専門知識に触れ、又、同じ患者さんの話を聞き大変感激しました。私以外に同じような仲間が多くいることを知り、初めて接する私にみんな親切に声をかけてくれました。また同じ境遇でも元気に過ごしている事を知り、大変勇気付けられその場で、すぐ友の会に入会しました。



念願のパーキンソン病友の会 事務所開き
仲村前会長（写真左）、妻ふさ子と共に



お祝いに夫婦で八重山の踊り
「山崎のアブジャーマ」を披露

友の会に入り毎月参加している内、仲間から専門病院としてコザクリニックを薦められましたが、当初は那覇から遠い事と、慣れている病院を変えることに抵抗があり決めかねていました。

しかし次男の強い説得を受けコザクリニックを訪問、そこで初めて適切な治療を始めました。ここでは診断や薬の処方のほか、日常生活の為のリハビリを行っていて、リハビリを開始してから少しずつではありましたが体の動きが良くなった事を実感、もっと早く来れば良かったと思いました。

通院当初は次男が送り迎えをしていたのですが、その内、同じ友の会のメンバーの運転で仲間4名と通うようになりました。気のおける仲間と一緒なので車内でも楽しく、又リハビリの効果も出てきて、週一回の通院が待ち遠しく感じました。

それからこの病気の特徴の一つである発声が不明瞭で声が小さくなりがちな症状の改善の為、「カラオケ・カルチャースクール」へ参加、一般の人に混じり友の会の仲間と2名でカラオケのレッ

スンを始めました。9か月程でしたが好きな歌を大きな声で歌う事でストレス発散にもなり、その上発声の練習にもなる正に一石二鳥、効果は絶大でおかげさまで声も大きくなりました。

最近は病状が進み、以前より声は小さくなりましたが、でもかなり進行は遅らせたと思います。今でもカラオケは好きで機会があれば歌っています。

又、若いころから囲碁も好きで友の会の有志を集め囲碁大会をしたり、コザクリニックの同志と対局したり、デイサービスセンターでパソコンの囲碁ソフトで頭の体操を兼ね囲碁を楽しんでいます。

このように「友の会」に入ってから私の生活は180度変わり、以前のように落ち込むことは無く前向きに生活を楽しめるようになりました。

入会以来「友の会」は私の心の拠り所として大きな存在となり、いつの間にか会の中心メンバーとして夫婦ともども活動していました。

まだ「友の会」が立ち上がったばかりで事務所もなく、会報「みのり」作成の為、会員の自宅でいろいろ苦労をしながら仕上げたこと、交流会時お互い声が小さい為、会長や役員の話を会員みんなに聞いてもらおうと、アンプ代わりにマイクが使えるラジカセを購入したこと。事務所も無く、役員会を近くのファーストフード店やそれぞれの自宅を持ち回りしたこと、念願の事務所を首里の県民総合福祉センター内に持てたこと、夫婦ともども沖縄支部の役員として全国大会に何度か参加したこと等、思い出せば「友の会」と共に歩み、「友の会」と共に成長したように思います。

あの当時のメンバーも一人一人と欠けてきて寂しい思いもありますが、それ以上に新しい会員が増え、活動内容も充実してきたことに長年関わってきた1人として誇らしく、大変うれしく思います。

今までこの会を立ち上げ、支えてきた先輩方、そしてその後を継いで更に発展させている現在の会長以下、役員の皆様の心血を注いだ結果だと感謝しています。



コザクリニックでの
リハビリ風景

私も家内と共に会の活動に参加させて頂き、心の張りが出来、何事にも前向きに取り組むことができました。現在は以前と比べ思うように動くことはできませんが、それでも体の動く間は、友の会に参加し、みなさんの元気を分けてもらおうと思います。

又、この間いかなる時も全面的に支えてくれた妻にも感謝しています。口ではなかなか言えないのでこの紙面を借り気持ちを伝えたいと思います。

この病気になったからこそ多くの仲間との素晴らしい出会いがありました。「病気になった事は不幸ではない、前向きにありのままの姿で自分らしく生きる!」この思いでこれからも生きてまいります。

（パーキンソン病友の会）又吉支部長よりのコメント

上原副支部長は友の会と会員を思う気持ちが人一倍強く、私が初めて友の会に参加した時「一緒に頑張ろう」と家族のように励まして頂いた。あの時の温かい一言が私の励みとなり今日があります。この10年間、副支部長として私を含め歴代支部長を陰で支えて頂き、感謝の念でいっぱいです。いつまでもお元気でこれからも後輩たちの指導をよろしくお願いします。

語者プロフィール

上　原　秀　保（うえはら ひでやす）

昭和14年 糸満市生まれ、
長年「パーキンソン病友の会」の副支部長として
友の会活動に妻と共に汗を流す。
趣 味:囲碁、クロスワードパズル、カラオケ
日 課:コザクリニックでのリハビリ、デイサービスゆいでの
レクレーションと毎日楽しく過ごしています。

若年性パーキンソン病
平成7年5月10日第3種郵便物認可　平成25年3月20日発行（毎月20日25日30日発行）　ODA通巻番号 754号

ODA

発行　社会福祉法人沖縄県身体障害者福祉協会
編集　認定NPO法人アンビシャス
理事長　迫　幸治　副理事長　照喜名通
〒900-0013 那覇市牧志3-24-29 グレイスハイム喜納2-1
TEL：098-951-0567　FAX：098-951-0565
一部20円(会費に含む)

沖縄県難病相談・支援センター

Ambitious アンビシャス

Vol.131
2013 卯月
April

二人三脚の闘病生活

友の会に支えられ



表紙は語る
「若年性パーキンソン病」
アンビシャス通信
二月の報告あれこれ
アンビシャスメモ
お役立ち情報
ヒトツナギの志
今月の特集
『難病患者のための
コミュニケーションについて』
地域便り・掲示板
患者会の掲示板
エッセイ諸喜田美智代さん
患者団体便り
読者からの声
アンビシャス広場
心の雑学
ポエム
お勧め映画情報
クロスワードパズル
今月の保健所情報

表紙は語る

又吉 忠常 さん／若年性パーキンソン病



リハビリの様子

「肩が痛い」「腰が痛い」と訴え、左肩が下がり、足を引きずって歩く。私の異変に気づいた妻に泣きつかれ渋々行った病院。何軒病院を回ったことだろう、その度にＭＲＩ，ＣＴを撮っても異常なし、その結果にひと安心するものの、一向に症状は変わらなかった。それればかりか体も硬くなり、どんどん悪くなっていった。どの病院に行っても異常なしと診断されそれを得意げに妻に話した覚えがある。

３０代の発症で病名が付いたのが４７歳の時でした。病名が、難病の「若年性パーキンソン病」だった。病名を告げられた私の脳裏に浮かんだのは一世を風靡したボクシングのヘビー級チャンピオンだったモハメッド・アリ選手の聖火台に立ち着火する姿でした。震える体にヨロヨロでおぼつかない足元、それが自分の行く末を見ているようで今でもその時の事を鮮明に覚えています。

私が、出口の見えない迷路をさまよっている時に、妻は全国パーキンソン病友の会・沖縄支部という団体があることを調べ、その団体が開催する医療講演会へ参加するための受け付けもすましていました。

医療講演会の内容はいきなりＤＢＳ（脳深部刺激法）の手術の事でした。

パーキンソン病の事が何もわからない私にとって頭に電極を入れるこんな怖い手術をしなければならないものなのか只々不安になっただけでした。後で調べたのですが、脳深部刺激法（ＤＢＳ）といい刺激発生器（パルス発生器）電極（リード）、延長用電極（エクステンション）の三つの装置を頭に埋め込む手術でこの装置から発する電気信号で体を動かすものでパーキンソン病の多くの症状を改善するそうですが、手術には危険も伴います。しかもまだまだ事例は少ない方だと思います。しかしながらこの手術も進行を２～３年遅らせるだけで完治するものではありません。初めての講演会の内容がＤＢＳについて語られたのでとてもショックでした。

私にとって講演会よりもむしろ講演会終了後の帰りの廊下で声を掛け励ましてくれた上原秀保副支部長との出会いが私たち夫婦を変えてくれました。パーキンソン病で悩んでいるのは、私達だけではない。一緒に共有できる仲間がいる安心感が得られました。この時から友の会・沖縄県支部と私たちの関わりが始まりました。

これまで事務所もなくファーストフード店等で相談事を受けていましたが、2009年8月より沖縄県総合福祉センターに事務所を構えたことで大きく変わりました。実現が難しかった医療講演会の案内やチラシ作りをするパソコン等の什器類を助成金で購入、会報誌“みのり”の製本も事務所で行えるようになり、会員同士の集まりも気軽に行えるようになりました。

表紙は語る

夫婦で友の会の役員として活動し、良い出会いがたくさんあった。毎月一回の交流会も楽しみにしている。講演会会場は那覇市だけにとどまらず読谷村や名護市など広範囲、那覇市から大型バスを借りて出掛けている。難病患者だからと引きこもっていない！少しでも多くの方々を外に出したいとの思いで活動しています。

自分の生活は職業訓練校に通い、いろんな資格を取りましたが、障害者枠ですら現実は厳しく今でも仕事はありません。

半年前から急に症状が悪くなりました。まさかまさかの入院生活が３ヶ月にも及ぶ長期になろうとは、県内では薬の調整と並行してリハビリも行う入院ができる病院がなく、京都府の宇多野病院まで行きました。行きの飛行機でも搭乗する際から車いすを使用することになろうとは思ってもみませんでした。県内は神経内科医の先生方が少ない。先生方には診察に時間をかけられないもどかしさもあるのではないだろうか。宇多野病院では四階フロアが全室パーキンソン病棟で同じ病を持った者同士なので励まし合い、声を掛け合って治療に専念することができました。病院では薬の調整を行いながら理学療法士、作業療法士、言語聴覚士によるリハビリも充実した内容でした。その前にいろいろな検査を行って、その結果に基づいて計画を立てて治療に入っていきました。薬の調整は事前に薬剤師により薬の効用と副作用の詳しい説明がありました。薬の調整がある度に・・・。

京都での入院生活はまだまだこれからでしたが生活のために退院しました。

当事者として、患者のみならず家族も含めケアできる自分になりたい。そして一人でも多くの方が入会し前向きな人生を送って欲しい２月１２日に北部へのバスツアーに５５人で行ってきました。なんとすごいことだろう!難病を抱えながらも引きこもらない、名ガイドさんのパフォーマンスに大笑いしながら楽しいひとときを過ごし、おいしい食事をいただきながらの交流会。歌あり駄じゃれあり、涙あり、同じ仲間同士だから分かり合えるひととき。初めて参加して苦しい思いを吐き出し最後には笑顔、なんと素晴らしいことだろう、来年も企画しての多数の声に役員一同感謝、感謝。

語者ープロフィール

氏　名　：又吉 忠常（またよし ただつね　）
生年月日：１９５６年１０月２５日 生まれ
出身地　：久米島町（旧仲里村字真謝）
趣　味　：釣り、パソコンでの会報誌作り
＊パーキンソン友の会の会報誌「みのり」制作・編集担当者として趣味を活かし貢献


先月の北部バスツアー

パーキンソン病
平成7年5月10日第3種郵便物認可　平成 24年 2月 25日発行　（毎月20日25日30日発行）　ＯＤＡ通巻番号 666号

ODA

発行　社会福祉法人沖縄県身体障害者福祉協会
編集　認定NPO法人アンビシャス
理事長　迫　幸治　副理事長　照喜名通
〒900-0013 那覇市牧志 3-24-29 グレイスハイム喜納 2-1
TEL：098-951-0567　FAX：098-951-0565
一部20円（会費に含む）

沖縄県難病相談・支援センター

アンビシャス

Vol.118
2012.3.1
Mar

助けられてばかりだった
私でしたが、



他の人達の役にたてれば
と思うようになりました。

表紙は語る
「パーキンソン病」
一月の報告あれこれ
募集・お知らせ・難病情報
保健所からのお知らせ
団体掲示板
エッセイ
バリアフリー情報
ポエム
お勧め映画情報
読者の声・Reader's
協賛
お知らせ
今月の占い

Ambitious

http://www.ambitious.or.jp

色々あるけど、辛い時こそ笑顔を。

表紙は語る

パーキンソン病　/ 松藤（マツフジ） 由都子（ユトコ） さん



平成7年にパーキンソン病と診断されてから17年になりました。保母の仕事をしている頃から、腰痛に悩まされ、又、あまりに体がきついので仕事を辞め、ダラダラと家で過ごしていました。気晴らしに故郷のここ八重山に帰省しました。両親や弟姉妹の勧めもあって、県立八重山病院を受診したところ「パーキンソン病」診断されました。初めて聴く病名で治らないと聴き、あまりのショックで断崖絶壁から落とされたような気持ちになり、精神的にも肉体的にも疲れる毎日でした。パーキンソン病と診断されてからしばらくは、主人の勧めもあり、本土は寒いので6ヶ月は暖かい石垣で過ごし、残り6ヶ月は暖かくなった本土に帰るということを繰り返していました。そんなとき、妹が石垣での主人の仕事を見つけてくれ又、両親も「同居してもいいよ」といってくれ、長女も嫁ぎ残った2人の娘達も学校を卒業して、それぞれ独立していったので、思いきってここ石垣に引っ越して来ました。そして私は両親や姉妹、又、主人の助けを借り病院へ通い、一生懸命リハビリに励んだりしてきました。しかし両親も高齢になり、いつまでも私の面倒をみるのも大変と感じ、これ以上負担をかけないようにと思いきって公団を応募したところ、運良く入居が決まり主人との2人での生活がスタートしました。主人が仕事の間は訪問看護を利用していましたが、症状が進むにつれ1日2～3回の訪問看護では対応できなくなり、小規模多機能ホームへ移り週6日通っています。週1日は病院受診日でその日を、主人は会社の理解もあり休みを取っています。主人の献身的な介護には頭が下がり、感謝の気持ちで一杯です。炊事洗濯、また、私の身の回りの事など、主人には妻らしいこと何一つしてやれない事が、私にはとっても残念です。夜遅く仕事を終え施設に迎えに来てくれます。たまにはその足で買い物にも連れて行ってくれます。

団地に来てから次女、三女と嫁ぎ、又、孫も増えました。孫と電話で話をしたり、写真を見ると頑張ろうという力が湧いてきます。幸福な気持ちになります。

以前は薬の副作用で幻覚や被害妄想的なことを言ったりして周りの人達に、迷惑をかけたりしていましたが、時間をかけて薬の調整をした結果、今は、あまり副作用は出なくなりました。

何の役にもたたず皆に助けられてばかりだった私でしたが、主人や神経難病の家族の人達と1年前に友の会を創り、すこしでも他の人達の役にたてればと思うようになりました。主人は何時でも、体は病気でも、心まで病気にならないでといっています。皆のためにも「明るく、明るく毎日を過ごそう」と思います。

°.*:..o .o:.*.°　°.*:..o .o:.*.°　°.*:..o .o:.*.°　°.*:..o .o:.*.°

◆◇ご主人より◇◆

初めて妻からパーキンソン病と聞かされ、それが治らない病気と言われたとき、突然だったし、まだその時はよく動いていたので、あまり深刻に受け止めずにいました。症状が進むにつれ、だんだんと動きが悪くなってきたのですが、病気のことが理解できず「早くしなさい」とか、イライラして辛く当たってしまいました。やがて少しずつですが、病気のことが判るようになり、介護しているうちに「これは、大変な病気なんだと感じるようになり、一番信頼し、また頼るべき私が今までイライラして、辛く当たった時の妻の気持ちを考えるととても後悔しました。二度と後悔しないために今、私にできる事をやろうと思っています。そんな私の思いが妻に伝わったのか、だんだんと妻の表情も少しですが明るくなってきたようです。仕事が終わって施設に迎えに行き、ニコニコしながら出てくる妻を見たとき嬉しくなります。

一生この病気と付き合っていかなければならない妻、その妻と一生生活を伴にしていく私。どうせ一生生活を伴にするなら、明るく楽しい毎日にしたほうがいいと思うと、介護も苦になりません。これから先も仲良く暮らしていきたいと思います。

おすすめドリンク　生姜ティ

美味しいもの食べて、心も体も元気に。

おすすめドリンク　コーヒー

パーキンソン病
平成7年5月10日第3種郵便物認可　平成 21年 9月 30日発行 （毎月20日25日30日発行）　ＯＤＡ通巻番号 481号

ODA

発行　社会福祉法人沖縄県身体障害者福祉協会
編集　特定非営利活動法人アンビシャス
理事長　迫　幸治　事務局長　照喜名通
〒900-0013　那覇市牧志 3-24-29　グレイスハイム喜納 2-1
TEL：098-951-0567　FAX：098-951-0565

沖縄県難病相談・支援センター

アンビシャス

Vol.89
2009. 9.30
Sep

『会員一人一人がお互いの経験を聞きあい、自分なりに病気と向き合い、よりよい日々を送ることが出来る会』



表紙は語る「パーキンソン病」
報告あれこれ
県内初　認定ＮＰＯ申請
保健所からのお知らせ
団体掲示板
クレイアート紹介
ポエム
お勧め映画情報
ティータイムブレイク
協賛
お知らせ
今月の占い

Ambitious

http://www.ambitious.or.jp

家族や友人と、ゆっくり話せる時間を。

表紙は語る

パーキンソン病 / 仲村實雄さん

「聞きあい、向かい合い、よりよい日々が出来る」

全国パーキンソン病友の会沖縄県支部長の仲村實雄です。

私は、発症して3年近くになりますが（その以前から発症していたかもしれません）、今回は自己紹介も兼ねて今までの経緯をお話させて頂きます。

3年前のある日、私の歩き方を見てすぐ上の姉が、「御前風の踊りを習っているのか？ 90歳のおじさんが歩くみたいに歩くけど」と言われました。今考えると、パーキンソン病特有のすり足だったように思います。姉に言われる前から、家内にも同じようなことを言われていました。自分では特に気になる症状はありませんでしたが、周りの勧めもあり脳外科を受診することにしました。結果は正常であったのでそのまま日常生活をおくっていました。しかし、その後家内から、「最近は、眠っているときは、足も振るえ左手も震えるよ」などと新たな症状が出始めた矢先、家内があるラジオ放送で神経内科の存在を知り診察を受けました。勿論、初めて耳にする病気でしたが、当時掛かっていた医師からは何の説明もなくただ内服薬を処方され、「薬を出すので2週間後に来てください」と言われただけでした。「まだ震えますね、今度は30日分出します」といった調子で、次第に薬の量も増え始めました。病院にいく間隔は50日と長くなる一方、震えの症状は治まらず、それでも薬は同じという状況でした。

パーキンソン病に関する本も2～3冊読んでみましたが、病気に対する不安は消えませんでした。しかし、長男が「おやじ、この病気で死んだ人はいないって。心配して、うつ病にならないでよ」との言葉にほっとしていました。

娘の付き添いで病院に行った時だったか、何かしらの情報からだったのかはっきり覚えていませんが、パーキンソン病友の会を知り平成19年4月に初めて参加し会員になりました。会員になる前は、内心自分の症状を人に見せたくないので、行くことを断っていましたが、娘と家内の勧めで重い腰をあげることにしました。会に参加してみると、手だけでなく、体全体が震えている人、いろいろな人の症状が目にうつり、大変な病気だと憂鬱な気分になったことを今でも覚えています。でも、この不安は会が進むにつれ消えてました。なぜなら会員の皆さんが明るい笑顔で話しているのを見ているうちに来て良かったと思えるようになったからです。比嘉（前会長）さんも元気で、その年のパーキンソン病国会請願活動に東京に行った報告を聞き、友の会はこんな活動をしているのかと驚きました。また、一人一人の病歴や現状を話し合い、会員の皆さんの生活上の工夫で良くなったこと（薬の内服の方法や運動方法など）を色々と話をしてくれ、自分なりに病気に接していこうと思うようになりました。

支部長としては、前友の会支部長はじめ、役員の皆さんの後を引き継ぎ「会員一人一人がお互いの経験を聞きあい、自分なりに病気と向き合い、よりよい日々を送ることが出来る会」にしていきたいと思っています。また、パーキンソン病以外の難病の集まりにもつとめて参加して、お互いに理解し合い、協力し合って会を盛り上げることができたらいいなと思っています。

（全国パーキンソン病友の会沖縄県支部発行：
「みのり」25号より一部転載。）



ラッキーハーブティ　シナモン

気分転換に、掃除を兼ねて部屋の模様替えを。

ラッキーハーブティ　オレンジピール