



# 第 2 号 地域お役立ち新聞

私達がつくっています。

2015年6月 第2号

地域お役立ち新聞

実行委員会

「地域で暮らす会」内

連絡先 小原 一美

TEL090-1880-3278

## パーキンソン病

### 手の震えに気づいたら病院へ

#### 中高年の発症高く、早期発見が重要

パーキンソン病は、手の震え（振戦）、体の動きが緩慢になる（無動）、手足の筋肉の緊張が高まる（筋固縮）、体のバランスが取れなくなる（姿勢保持障害）の4つの症状を特徴とする病気です。中脳の黒質に、レドー小体と呼ばれる封入体を認めるのが、特徴的です。

一方で、パーキンソン症候群は、パーキンソン病と似た症状といわれていますが、薬剤や脳

卒中、脳炎、中毒などが原因となっている病態です。

#### 手の震えに注意

パーキンソン病は、手の震えで気づくことが多いです。特徴としては、安静時振戦といって、手を膝の上においておくと、丸薬を丸めるような仕草の震えが出現し、運動時には目立たなくなります。



コーヒークップを持つ手が震えるような震えは、本体的振戦といわれ、パーキンソン病の振戦とは違います。また、病気の初期には、左右で振戦の程度が異なることも、特徴といわれています。



動作に素早さがなくなり、歩行や細かい作業がうまくできなくなる、顔つき

が、仮面をかぶっているように表情が乏しくなり、瞬きが少なく、膏顔（あぶらがお）などの特徴が表れることを「パーキンソン病様顔貌」といいます。

#### しいたけ生産

須玉町 株グループ

3年半ほどの会社です。設立当初から「農業と福祉の連携」を考え、障がいのある方たちの「働く場」を創り続けてきました。就労継続支援A型事業所という認可を受け、障がいのある方達が社会に出て一般企業で就労する訓練を行っています。もちろん、働くからには賃金が発生しますが、皆が目的意識を持って働いています。

が、仮面をかぶっているように表情が乏しくなり、瞬きが少なく、膏顔（あぶらがお）などの特徴が表れることを「パーキンソン病様顔貌」といいます。また、認知症を併発すること

が30〜40%程度にみられ、レビー小体型認知症であることが多いといわれています。初発年齢は中高年が中心ですが、10歳代から認められます。治療は、薬物治療が中心で、様々な工夫がなされ、10年経過しても、80%は自立した生活が送れるといわれています。

国の制度で、医療費の公費負担の対象となっており、症状に応じて、医療費が軽減されます。

辺見診療所  
医師 三井 梓

な福祉とはかけ離れた雰囲気な会社です。

山梨県初の民間企業による就労継続支援A型ということで、色々なプレッシャーを感じながらですが、地域の皆様のお役に立てるよう、奮闘しております。主に生産しているのは「しいたけの菌床」と「しいたけ」です。菌床は今まで原木で行っていたものをおが粉と呼ばれる木屑で代用した栽培方法で、専門的な知識や経験が必要な特殊な業種ですが、スタッフ一同、真正面から向き合って製造・栽培しております。

こうしてできたしいたけは、県内スーパーや市場、農産物直売所等で販売し、大好評を得ております。今後も安心安全で美味しく、地元北杜市の自然の恵みいっぱいしいたけを作っていきます。

## 2015 北杜ほくほく商品券の販売が始まります！

販売開始 7月10日(金) 午前10時から午後4時まで

販売場所 7月10日(金)、11日(土)、12日(日)は、北杜市役所の各総合支所(売り切れ次第終了)

【完売しなかった場合の追加販売】

7月13日(月)から17日(金)は、北杜市商工会本所および、北杜市商工会須玉明野会館

7月21日(火)からは、北杜市商工会本所のみ

お問い合わせは TEL0551-32-1211 北杜市商工会まで

## 商品券の販売価格

販売価格1セット 10,000円

- ①一般販売(基本) 1,000円券12枚つづり
- ②子育て支援セット 1,000円券14枚つづり

【販売条件】 一般販売は一人2セットまで。

子育て支援セットは、対象となる子ども一人につき1セット別枠で購入可

# 旧日野春小学校が交流拠点 就労支援「のはら楽団」 第4土曜日、カフェOPEN



障がい者の社会参加と豊かな生活を支援して、地域づくりを推進している社会福祉法人「八ヶ岳名水会」では、長坂町長坂下条地域の旧日野春小学校

を中心に、春の陽、豆の花、のはら楽団という3つの施設を運営しています。

まず、春の陽は「多機能型事業所」として、生活介護をはじめ、自立訓練、就労以降支援、就労継続支援B型として、農業や養鶏、堆肥づくり、リサイクルなどを行い、同じく多機能型事業所の「のはら楽団」は、旧日野春小学校を拠点にした生活介護、就労継続支援B型で、隣接する豆の花と共に、豆腐づくりやパン、クッキーなどの加工品のほか、蕎麦・豆腐定食の食堂も運営しています。



集う空間づくりを進めます。作業実習室では、リサイクル缶の分別や電線のはくり作業などを行うほか、古新聞を使った「新聞バッグ」も手作りしています。

ます。1枚15円のバッグは、取っ手がついた幅約20センチ、奥行

## お薬手帳は、重要なカルテ

医療ジャーナリスト 蒲谷 茂さん

わたしは、腎臓病の持病をもっている。北杜市内には、腎臓病の専門医がいないので、長野県の病院で定期的に診察を受けている。

この記録をすべて持つていくわけではないが、ここ2、3年のものはファイルにしてあるので、それを持参する。医師には、腎臓病があることを伝えるとともに、この記録を見てもらおう。検査数値を見て、医師はわたしの腎臓の状態を判断することができるのである。



腎臓病に関しては、長野県の専門医に診てもらっているが、それ以外の病気はわざわざそこまでいかない。地元で診察を受けても、たとえば、痛風や腰痛、ねんざなどだ。

わたしも腎臓病の進行具合などをしっかり話すが、検査記録はわたしの腎臓を十分に物語ってくれる。もちろん、病気によっては、それぞれの検査が必要になり、診療所でも受けるが、診察した結果、検査をするまでもなく、病気がわかり、治療の段階となったときに、この記録とお薬手帳が役に立つ。たとえば、痛み止めが必要になったとき、腎臓に負担にならないような薬を選んでもくれる。

診察を受けるときに、必ず持つていくものがある。それが検査記録とお薬手帳である。腎臓病の診察は2ヶ月に1度だが、このとき必ず病院で血液、尿の検査を受けている。検査記録は、古くは東京にいたときに受けた人間ドックのものから、

わたしも腎臓病の進行具合などをしっかり話すが、検査記録はわたしの腎臓を十分に物語ってくれる。もちろん、病気によっては、それぞれの検査が必要になり、診療所でも受けるが、診察した結果、検査をするまでもなく、病気がわかり、治療の段階となったときに、この記録とお薬手帳が役に立つ。たとえば、痛み止めが必要になったとき、腎臓に負担にならないような薬を選んでもくれる。

き約10センチ、深さ17センチの大きさで、パンや菓子類などの軽い商品を入れるのにちょうどよい大きさ。「私の店で試してみたい」という声を待つております。問い合わせして下さい。(写真)

一方、隣接する豆の花では、月、火、木曜日に「ソバ定食」、水、金曜日は「トウフ定食」をランチタイムに提供しています。店内では農産物やタマゴ、ミソ、ドレッシングの販売コーナーもあり、5月からは、毎月第4土曜日に「ベーカリーカフェ」としてオープンし、焼き立てのパンを中心に、ドリンクやケーキなどの軽食サービスを開始します。

さらに、8月29日には「里・山・やさい祭り十日野春ムービー」の開催が決定。会場は日野春学舎で、地域住民を巻き込んだイベントを目指しています。☎ 32・0035まで。

この新聞は2014年8月の朝日新聞に取り上げられた紙面を読まれた『元社会福祉法人理事長の佐久間憲夫様』が、私共の思いに賛同され、ご寄付いただいたことをきっかけにして、昨年11月に創刊しました。地域の声をみなさまにお届けできればと考えております。有難う御座いました。

「いまは痛み止めにはこの薬を使います。よく効きますが、腎臓によくないとありますから、別のものにします。少し痛みは残りますが、いいですね」という具合である。お薬手帳を見れば、いま服用している薬も過去に服用していた薬も簡単にわかる。

できれば、医師から処方された薬は、同じ薬局でもらうといい。薬剤師は、薬歴といって患者がどんな薬を飲み、どんな状態だったかを記録している。医師の書くカルテのようなものだ。

いくつも病気をかかえ、あちこちの病院や診療所で治療を受けていると、処方された薬が重複したり、薬の組み合わせによって副作用が出たりすることがある。ひとつの薬局で薬をもらっていただければ、薬剤師が事前にチェックしてくれるし、医師に確認もしてくれる。

検査記録とお薬手帳は、診察を受けるときの必需品であることを肝に銘じてほしい。