

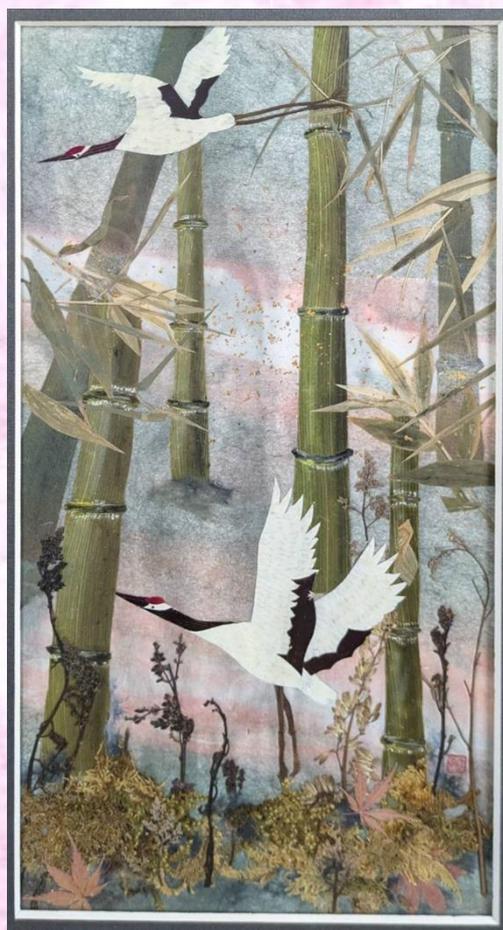
1971年 8月 7日 第三種郵便認可（毎月6回1の日・6の日発行）
2025年 1月 28日 発行 SSKA 増刊通巻 第11435号

SSKA

全国パーキンソン病友の会 会報
岩手県支部だより

陽光

第115号



一般社団法人全国パーキンソン病友の会／岩手県支部

〒020-0132 岩手県盛岡市西青山 2-16-13

TEL 080-8086-2746

FAX 019-641-6220

郵便振替番号 02260-8-52118

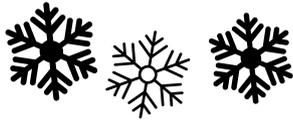
目 次

巻頭言	岩手県支部長 端坂則喜…………… 2
全国パーキンソン病友の会岩手県支部	
令和7年度総会のお知らせ	岩手県支部長 端坂則喜…………… 3
リハビリ入院	佐藤さく子…………… 4
奥州市交流会に参加して	石川正義…………… 5
全国パーキンソン病友の会岩手県支部	
県南地区・すみれ会交流会に参加して	工藤正信…………… 6
パーキンソン病になって思うこと	岩渕ほの子…………… 7
署名活動＝川柳ことはじめ？	0子…………… 7
各地区活動報告……………	9
和み頁……………	18
支部事務局通信……………	19
編集後記……………	20
通信用……………	21

表紙・裏表紙の言葉

この写真は押し花で描いたもので、会員の伊藤さんが押し花を学んだ時の先生・岩渕様の作品です。草花の良い時季に押して、咲いた時そのままの色、姿で描く。作品を拝見した時、工程一つ一つに思いを込めて手掛ける岩渕先生のお気持ちがうかがえました。
(K・S)

表紙・裏表紙押花／岩渕裕子
本文写真・イラスト／フリー素材



リハビリ入院



盛岡市 佐藤^{さと}さく^こ子

服薬調整が終わり歩けるようになりましたが再び歩行困難となり、主治医のすすめで「国立盛岡医療センター」へ3週間のリハビリ入院をすることになりました。

第一日目から薬はジェネリックに替わり、先発品しか飲んでいない私には合わないだろう思われましたが、飲むしかありません。眠れなかつたり不調の日もありましたが、一週間程で落ち着くことができ、レントゲン、心電図、MRI、CT、採血、検尿、痰、発音の検査をし、二日目からリハビリが始まりました。

リハビリ室は体育館のような広いところで、筋トレマシンは無く歩行のための平行棒とたくさんの吊り輪があり、その吊り輪でどんな訓練が始まるのか興味津々です。

午前中、午後1時間ずつどんな激しいスケジュールなのかむしろ楽しみでしたが、訓練は静かに行われていきました。

マッサージ、つま先上げ、かかと上げ、脚上げ、身体捻り、ゴムバンド、ボール潰し等、脛や股関節回り、脚の筋肉強化です。立っての腿上げは吊り輪を使っても全くできません。

二週間目に入ると小刻み歩行やすくみ足は少なくなり、吊り輪を使っての腿上げができるようになっていました。この頃から自宅より病院の方が夜中は歩きが楽だと感じていましたが、全く脚のことを感じない軽やかでPDが治ったような歩きができる時は一晩だけでしたが嬉しいことでした。

三週間目に入ると吊り輪無しで腿上げができ、前後左右に動けるようになってきます。平行棒での歩行訓練は、かかとから歩き、もっと大きくもっと速くと声がかかり、歩幅を大きくしてスピードを上げ、「一歩でも一秒でも」という思いでした。転倒防止の踏ん張り、リュックサックに2kgの重りを入れて庭を歩いたり、病室の3階まで歩いたりしました。

自宅に帰っても普通に生活ができるようになっていました。
入院リハビリには特定医療費受給者証が使えます。

誤解ないように補足します。(岩手県支部長 端坂則喜)

第一日目から薬はジェネリックに替わったと記載がありますが、ジェネリックに替わったことでリハビリ効果が出た訳ではないということを理解願います。

「国立盛岡医療センター」リハビリテーション科はスリングエクササイズセラピーを取り入れているのが特徴です。天井から吊り下げられたロープを使って運動することで、頭や体幹、腕、脚などに運動の刺激を与え、治療を行う方法です。

1971年 8月 7日 第三種郵便認可（毎月6回1の日・6の日発行）
2025年 1月 28日 発行 SSKA 増刊通巻 第11435号



編集人 一般社団法人全国パーキンソン病友の会／岩手県支部
〒020-0132 岩手県盛岡市西青山 2-16-13
TEL 080-8086-2746 FAX 019-641-6220
振替番号 02260-8-52118

発行人 特定非営利活動法人 障害者団体定期刊行物協会
〒157-0073 東京都世田谷区祖師谷 3-1-17
ヴェルドゥーラ祖師谷 102
TEL 03-6277-9611

頒価 400円