

# 県南地区交流会報告

日時: 令和7年11月6日(木) 10:00~12:00

場所: サン・アビリティーズー関 研修室

参加: 端坂、佐藤副支部長  
他4名

## 内容

1. 司会(佐藤副支部長)挨拶
2. 支部長挨拶・報告
  - 国会請願書について
  - 10月19日開催北海道・東北ブロック交流会について
  - 西多賀病院 武田 篤先生医療講演  
iPS 治験について  
国内未承認(徐放剤)の承認要望について
3. 近況報告と困りごと相談(全員)

Aさん

愛猫が亡くなり、精神的にショックを受けている。病状は変わらずです。

Bさん

身体が思うように動かなくなったため、市内の県立病院脳神経内科を受診し、1か月前にパーキンソン病と診断され、L ドバ製剤を1日3回服用している。服用後は動きが良くなったが、進行性の難病と言われたので今後が心配だったため、パーキンソン病の知識を得るために交流会に参加した。

端坂

パーキンソン病は緩やかに進行する難病である。効果のある薬が多くあり、また、根治に向けた様々な研究や治験が進んでいる。服薬とリハビリをすることで進行が遅くすることが可能であるため、できるだけ身体を動かすようにした方が良い。

Cさん

すくみ足になることが多くなり、どう対応したら良いかわからず困っている。

端坂

どんな場面ですくみ足になりますか。トイレ等の狭いところですか。それとも広いところでもなりますか。

狭いところではすくみ足になりがちですが、それ以外のところでならなければ「そんなもの」と気にしなくて良いと思う。場面に関係なくすくみ足になる場合は主治医に相談した方が良いと思う。

私は毎朝、薬を飲んで一定時間たったら散歩していますが、朝はすくみ足になることはない。一日の中で動いている時間を増やすために、これまで動かないで過ごしていた時間帯に散歩するようにしている。朝と同じく薬を飲んで一定時間たってから散歩を始めたが、最初は朝と違いすくみ足になることが多かったが、意識して歩幅を広くすることを続けたところ、すくみ足にならなくなった。薬を飲むと身体が動くようになるのではなく、薬を飲んで動くことをつなげてスムーズに動けるようになることを改めて認識した。Cさんも意識して歩幅を広くするようにしてみてください。

次回予定(2月25日一関市広報に掲載)

日時:2026年3月19日(木)10:00~12:00

場所:一関保健福祉センター2階 栄養指導室