



# 京悠会

第20号

たより

令和5年4月発行

安心とやすらぎをつなぐ広報誌 編集・発行元 社会福祉法人京悠会 埼玉県所沢市下富1206-1 TEL04-2990-1133



1991年12月に人生の師と出会いました。その年に植えた枝垂れ桜です。  
数え年33歳、今年も見事に咲きました。負けずに頑張ります！

# 【パーキンソン病について】第9回



葵クリニック院長 出口 一郎

## パーキンソン病とは part2

今回は、「パーキンソン病の検査・診断」について話をします。

パーキンソン病では、適切な治療を受けることにより、ほとんどの患者さんが健康人と同様の生活を送れますので、まずは早期診断が必要になります。

### 1、パーキンソン病の診断の流れ

パーキンソン病の診断は、パーキンソン病に特徴的な運動症状の有無を元に、パーキンソン病以外の似たような症状の病気を除外することで診断されます。前回にお話ししたパーキンソン病に特徴的な運動症状（安静時のふるえ、筋強剛、動作緩慢、姿勢反射障害）はパーキンソニズムとも呼ばれパーキンソン病の重要な手がかりですが、脳や神経のほかの病気や薬物の副作用でも見られることがあり注意が必要です。

これらの症状が認められるかに加えて、①ドバミン補充療法と呼ばれるパーキンソン病の治療で症状が改善する、②脳のCTやMRIにほかの病気を疑う所見が認められない、③パーキンソニズムを起こす薬物や毒物への曝露がないといった基準を満たした場合にパーキンソン病であると診断されます。

パーキンソン病の症状かも？

セルフチェックで自己診断

パーキンソン病を疑う自己診断法として、10項目のセルフチェックをご紹介します（図1）。

セルフチェック項目が複数あてはまる場合は、パーキンソン病の疑いがありますので主治医や脳神経内科医に相談することをおすすめします。

図1

### パーキンソン病の気づき セルフチェック

1	じっとしていると手や足がふるえる。	<input type="checkbox"/>
2	なげない動作に時間がかかるようになった。	<input type="checkbox"/>
3	指先の細かい動作が苦手になった。	<input type="checkbox"/>
4	転びやすくなった。	<input type="checkbox"/>
5	表情がとぼしくなった。	<input type="checkbox"/>
6	声が小さくなった。	<input type="checkbox"/>
7	着替え・ボタンかけが思うようにできない。	<input type="checkbox"/>
8	歩くのが遅くなった。歩幅が小さくなった。	<input type="checkbox"/>
9	手足の筋肉が硬く、こわばるように感じる。	<input type="checkbox"/>
10	姿勢が前かがみになった。	<input type="checkbox"/>

武田薬品工業株式会社

Copyright © 1995-2018 Takeda Pharmaceutical Company Limited. All rights reserved.

### 2、パーキンソン病の検査

パーキンソン病の診断は問診と診察を中心に行いますが、その判定は脳神経内科医でも難しいことがあります。そこで、診断をより確実なものにするために複数の検査結果を参考にします。特にパーキンソン病の診断に有用な検査である<sup>123</sup>I-メタヨードベンジルグアニジン（MIBG）心筋シンチグラフィとドバミントラヌスポーチーシンチグラフィ（DATスキャン）についてお話しします。

## MIBG 心筋シンチグラフィ

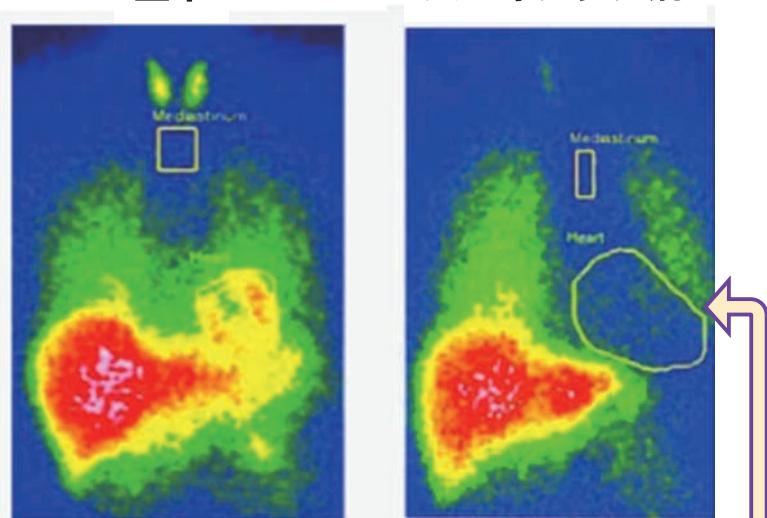
図 2

### 正常

### パーキンソン病

#### I. MIBG 心筋シンチグラフィ (図2)

MIBG 心筋シンチグラフィは、MIBG という物質を注射して心臓の交感神経の機能を可視化する検査です。パーキンソン病の患者さんでは、病早期より心臓交感神経に集積する核種であるMIBG の心筋へのとりこみが低下することが知られています。ただし、以前に心筋梗塞を発症していたり抗うつ薬を内服していたりすると、正しく検査結果が出ないことがあるので注意が必要です。



MIBGの心筋への取り込み（黄枠）が低下している

住友ファーマ株式会社健康情報サイト ([sumitomo-pharma.jp](http://sumitomo-pharma.jp))より引用

#### II. DATスキャン (図3)

DATスキャンとは、脳の線条体という部位のドパミン細胞の状態を調べる検査です。

ドパミンは神経伝達物質の一種で、パーキンソン病の特徴的な症状はこのドパミンを放出する細胞が減少することで現れます。

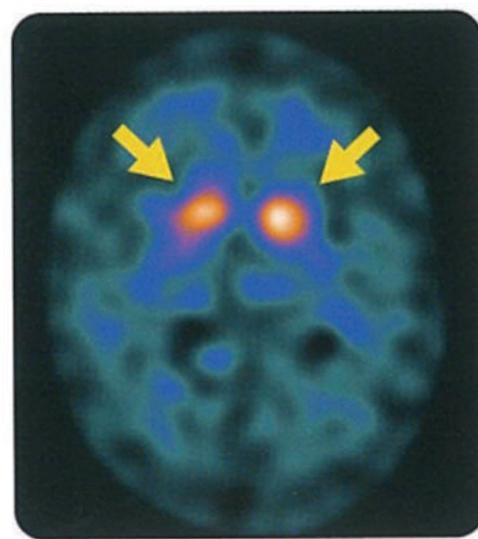
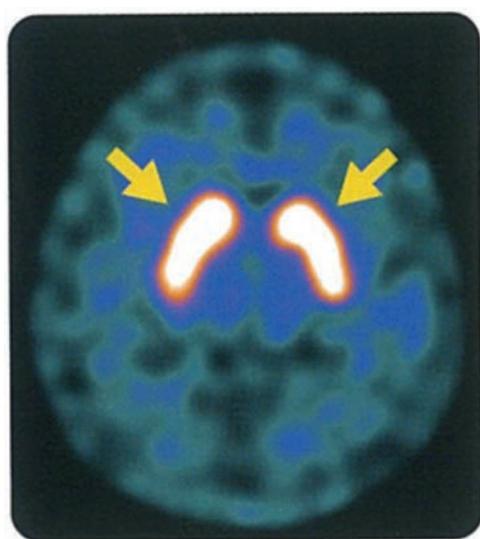
線条体のドパミン細胞量が同年代の平均と比べて明らかに低下していたり、左右にある線条体のうち片側だけ取り込みが低下していたりした場合はパーキンソン病の可能性が高いと考えられます。

### DATスキャン

図 3

### 正常

### パーキンソン病



日本メジフィジックス株式会社 ([nmp.co.jp](http://nmp.co.jp)) より引用

白く見える部分（黄矢印）が脳の「線条体」という部分のドパミン細胞。パーキンソン病ではドパミン神経細胞が減少するため、正常人の場合と比べて白く見えた部分が小さくなっている。



# 円野



円野の桜も20年、大きく花を咲かせて、  
皆をなごませてくれています。

お花見



快晴で桜が満開になり、久しぶりの良いお花見が出来ました。

## 節分



鬼は外へ



## 3年間、ありがとう



円野の技能実習生が3年の期間を終了しました。

# 【つれづれなるまに ~認知症を語る~】第16回

## 『認知症予防のためシニアミュージカル劇団を作った！！！』

### ある劇団と認知症の研究

皆様お元気でしょうか？秋田も雪が解けて暖かくなり、ずいぶん春らしくなってきましたね。

さて、今回は認知症の予防活動のためにシニアミュージカルを作ったので、その活動を紹介したいと思います。

認知症の予防のためには、記憶訓練、特に「脳トレ」といわれる頭の体操が効果的であることもよく言われています。しかし、なかなか毎日計算ドリルやクロスワードパズルなどを、続けるのが難しいという声をよく聞きます。そこで、楽しく脳トレができる取り組みがないかと考えていたところ、ある劇団の方からお話をいただき、一緒に認知症の研究をすることになりました。

### 畑の中に芸術劇場？？

秋田県には大仙市というところがあり、そこに秋田芸術劇場「わらび座」という本格的な演劇活動を行っているところがあります。私も数回わらび座に伺い、演劇を拝見させていただきましたが、本当に素晴らしかったです。

わらび座というのは1950年代に設立された劇場で、かなり古いものです。周りは田んぼや畑しかないところに、ドーンと大きな劇場が建っており、「こんなところになぜ劇場が？？」と思ってしまいます（笑）。

そこは、戦後の昭和という時代がいまだに残っていると感じさせてくれる空間です。私が見た演目は「いつだって青空～ブルマー先生の夢～」というものでした（写真）。

今の時代、小学校や中学校では、ブルマーを着用した子供たちは見なくなりましたが、女性もスポーツをするという、その当時の日本では考えられなかった女子体育教育を欧米から導入した井口阿くりさんのお話です。

### セリフを記憶・自分の感情や思いを言葉に

さて、こういう演劇を一般の地域住民の高齢者が劇団専門スタッフの指導を受けながら、自分たちの劇団を作り、練習に励むという企画です。

最初は半年間の指導を行う予定でしたが、コロナの影響で集まることができなくなり、3ヶ月という短い期間でしたが再開し、指導を受けることができました。その中では劇のセリフを記憶することが必要になってきます。また、ただセリフを覚えるだけではなく、自分の感情や思いを言葉にすることによる自発性や意欲向上の訓練にもつながります。

### 身体機能・認知症機能は改善傾向に

声を出して歌も歌います。さらに劇をするために、体操、つまり身体活動の訓練も行うということで、様々な効果が期待されました。

## 認知症の初期・中期症状



実際に、介入前後の様々な指標を研究として比べてみると、身体機能の改善ばかりではなく、認知機能は改善傾向、また社会的フレイル、つまり人と人との交流が増加したという結果も得られました。

この自分たちで作った劇団を「ひこばえ」といいます。最後に皆さん前で発表会を行いましたが、とても素人とは思えないほど、上手に演ずることができました。



「いつだって青空～ブルマー先生の夢～」

### 大田 秀隆

秋田大学高齢者医療先端研究センター長・教授 東京大学大学院医学研究科加齢医学を修了し、医学博士を取得。ハーバード大学MGH客員研究員、東京大学医学部附属病院老年病科・助教、特任講師を経て、平成27年より日本医療研究開発機構(AMED)、厚生労働省老健局に勤務され、平成30年から現職に至る。

### 皆さんも是非！

今後、このような活動をもっと全国に広め、認知症の予防につなげていきたいと思います。

ぜひ、皆さんもこのような演劇活動に参加してみてはどうでしょうか？？

最初は恥ずかしいという方多かったのは事実ですが、慣れると肝が据わり、体や頭にいいことばかりですよ！！！

# 真和の森



お待たせしました  
桜が満開です！





3年  
ぶりの  
楽しい  
**春**  
です





# 真和アートの森



スタッフとご利用者様による日常を彩る作品たち  
明るいカラーが目を引きます





# 真和の森 こころの相続



## ご家族の思い

ある日T様は、私の勤務する2階のユニットに1階から異動されてきました。その時点で、もう言葉を発することは出来なく全介助の状態でした。

ケアプランを確認するとご家族から食事に関して強い希望がありました。それは、「毎食の全量摂取」です。

お食事の時間がはじまると注意深く介助します。飲み込んだことを確認して次の分をお口へ運びます。しかし、咀嚼する力や嚥下機能が低下しているため、すぐに辛そうな表情をされます。こちらとしてもご家族の希望があるため、気がとがめながらも全量を摂取していただきました。しかし、T様ご本人は言葉を発することができませんので、目で訴えかけてきます。「もういらない」と心の声が今にも聞こえてきそうな説得力のある瞳を私は忘れられません。

日々のケアの中、ご家族の要望があることを承知していましたが、T様からの声にならない訴えを前に、飲み込みが悪い時などは、私の一存で食事介助を途中で終了したことが度々ありました。

そんな折、T様とご家族のリモート面会が行われることになり、その中でご家族の熱意を改めて実感しました。

面会中、「食べていますか？」と食事の状況を問われ、正直に「全量食べられないこともあります。」と上記の状況とともに伝えすると、希望と違っていることに困惑されて、なんとなく気まずい雰囲気になってしましました。

その後もリモート面会の際に食事に関する要望や問い合わせの回答に困ってしまうことが度々ありました。

介護福祉士 浅田 貴子

ご家族への説明に際して医療的な観点も含めてご理解をいただけるよう、上司やリーダーに応対を依頼しました。

ある時、T様は痰が絡んだ様子で少し苦しそうにされていました。すぐにお口を開けていただき、喉をのぞくと取れそうな位置に痰の塊が確認できました。ハミングッド（口腔清掃用スポンジ）で拭き取って差し上げると次々に痰を引き出すことができました。苦しそうな顔が少しずつ穏やかな表情に戻るのを見て、こちらも嬉しくなりました。



それからしばらくして、T様は息を引き取りました。

お見送りの日は、ご家族にも直接お会いすることができました。ご家族は、悲しみの中にも関わらず、私共スタッフへ感謝や労いの言葉をかけていただきました。

その時、T様に感じていた心の葛藤がスッと解けてゆき救われる思いがしました。

T様のお荷物を整理している際に壁に掛けているタペストリーの裏にメッセージを見つけ、私の胸の奥が震えました。

『ばあば おかあさん Tさん with love』

食事に関する強いご希望や時に厳しいご意見もT様への愛情ゆえのことだったのだと今更ながら気づき、至らない自分に恥ずかしくなる一方、心に残るお見送りになりました。

何気ない仕草、ささいな言葉などの裏にある感情や目に見えないサインを見逃すことのように心を配りながら、今後のケアに繋げていきたいと思います。

# 社会福祉法人 京悠会グループ

## 障害者支援施設 円野

ショートステイ 円野

〒357-0011 埼玉県飯能市川崎458  
TEL : 042-975-3300  
FAX : 042-975-3311



## 障がい者相談支援センター

指定特定障害者相談支援事業所  
指定障害児相談支援事業所

〒357-0011 埼玉県飯能市川崎458  
TEL : 042-978-5780  
FAX : 042-978-5528

## 特別養護老人ホーム 真和の森

ショートステイ

〒359-0001 埼玉県所沢市下富1206-1  
TEL : 04-2990-1133  
FAX : 04-2990-1144



## 居宅介護支援事業所 真和の森

(特別養護老人ホーム 真和の森 内)

〒359-0001 埼玉県所沢市下富1206-1  
TEL : 04-2990-1133  
FAX : 04-2990-1144  
・080-2071-9983・090-3091-8957

## 葵クリニック

### 診療案内

脳神経内科、内科、老年内科  
予防接種、指定医 他

〒359-0001 埼玉県所沢市下富1202-1  
TEL : 04-2937-5221  
FAX : 04-2937-5220



### 編集後記

#### ほっこりひと時

先日、2階から1階へ利用者様をエレベータで誘導する際エレベーターアナウンスが「ドアが開きます。ドアが閉じます。1階です。」と聞こえるたびに「はーい、はーい」と答える利用者様がいました。思わず私もいつしょに「はーい」と答えつつ、ほっこりしたひと時でした。穏やかな暮らしを提供できるように心がけていきたいと思う瞬間でした。

<http://www.kyoyukai.jp/>