

OPLL 友の会 会誌

2009年 冬の号

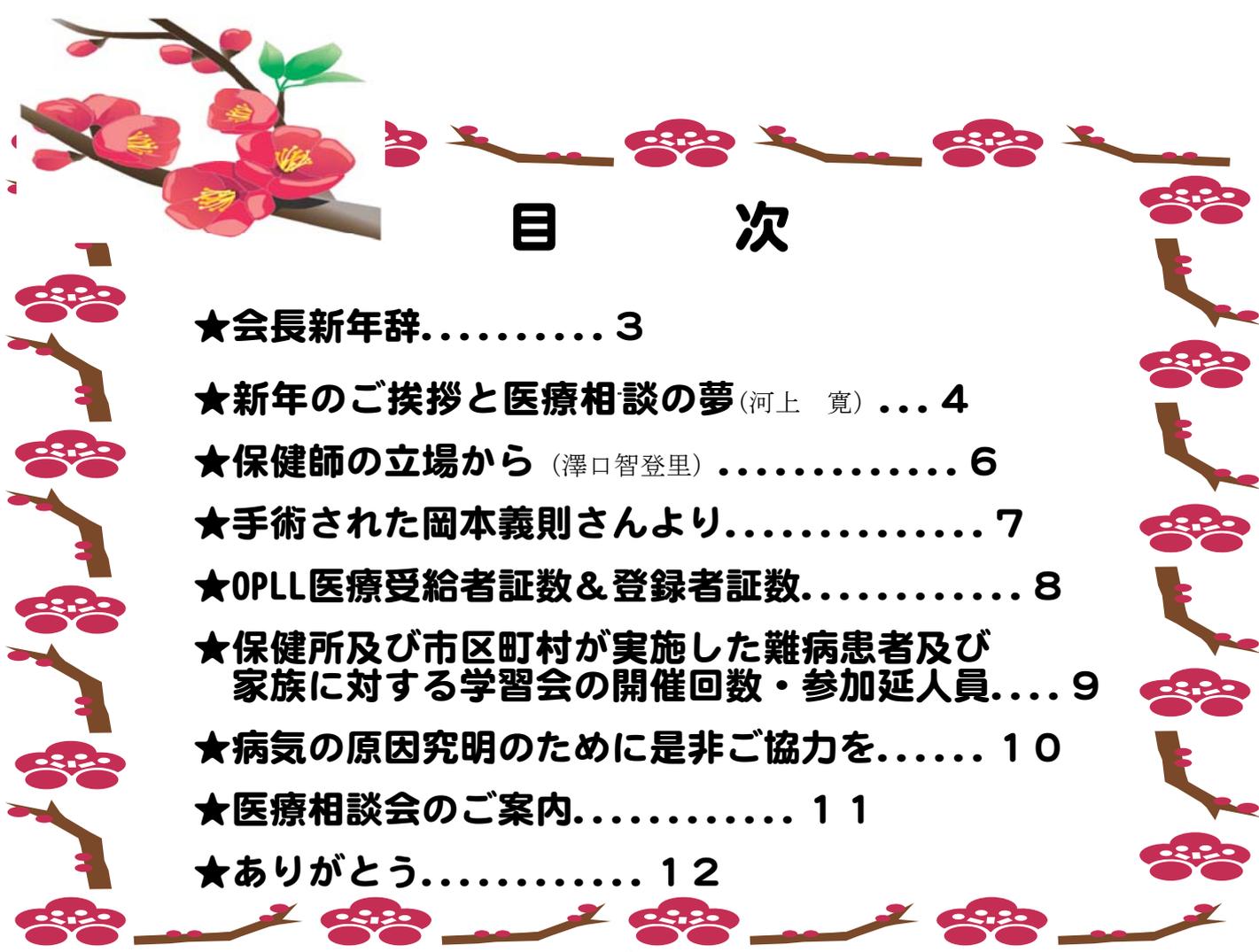


新年あけましておめでとうございませす

画 滝野信隆氏



霊峰飛鶴 (天長地久) 横山大観



目次

- ★会長新年辞..... 3
- ★新年のご挨拶と医療相談の夢^(河上 寛) ... 4
- ★保健師の立場から^(澤口智登里) 6
- ★手術された岡本義則さんより..... 7
- ★OPLL医療受給者証数&登録者証数..... 8
- ★保健所及び市区町村が実施した難病患者及び
家族に対する学習会の開催回数・参加延人員.... 9
- ★病気の原因究明のために是非ご協力を..... 10
- ★医療相談会のご案内..... 11
- ★ありがとう..... 12

新年辞 一燈照隅 万燈照国

大阪後縦帯骨化症友の会 (大阪OPLL友の会)

会長 中岡 甫

新年明けましておめでとうございます。

当会の会長を引き受け一年数ヶ月になります。その間、会報の発行、医療相談会の開催、個別医療相談などを行って参りましたが、各地に設立されている患者会とも連携をし、引き続き、少しでも患者各位のお役に立てるように最善を尽くすことをお約束致します。



苦しんでいる人は私達、後縦靱帯骨化症をはじめとした脊柱関係の患者だけではありません。特定疾患として指定されているだけでも45の疾患がありますし、全国では60万人を越える難病患者がおられます。

まず、私達の活動の中から、一燈を掲げて一隅を照らす行為が必ず共感を呼び、それが二燈となり、三燈となり、やがては千燈、万燈となり、ついには国を明るく照らす事になるのではないのでしょうか。

しかし、全ては自分の一歩からしか始まりません、自分の一隅を照らすことしかありません。皆さんも自分から一燈照隅 万燈照国を行って行こうではありませんか。

難病患者全体のためにも、たとえば陳情書の署名活動への協力、近隣の知人で同じような症状を訴える人がいれば、友の会に相談を依頼するなど、自分で出来ることから始めて見たら如何でしょうか。思い出して下さい。最初に病名を聞いたときの驚き、衝撃は他の人も同じです。

名医を紹介され感謝した気持ちを忘れずに、次の方にも輪を広げて頂きたいものです。

患者会の皆さんの中でもいつも痛い痛いとお悩みばかりの人であれば、今ある現状を受け止め、残った機能を少しでも楽しむ姿勢を持つ方に分かります。

普段の生活においても心の置き所で随分差が出るのではないのでしょうか。

末尾ながら、私達、脊柱靱帯骨化症だけでなく、あらゆる疾患と闘う患者にとって平穏な生活ができる、そんな一年でありますように、心から祈念申し上げます。

新年のごあいさつと医療相談の夢

大阪OPLL友の会 北摂医療相談・医療関係情報担当
河上(かわかみ) 寛(ゆたか)

明けましておめでとうございます。

北摂で大阪OPLL友の会の医療相談をしている河上 寛です。中岡会長や池田副会長が懸命にやっておられる姿に感服し、平成20年7月から私なりになにか出来ることがあればと、微力ながら医療相談を始めました。まだ半年余りで、未熟ではありますが、新年に寿ぎ昨年を振り返りながら、丑年の今年がこんな一年でありますようにとの‘夢’を語ってみたいと思います。

平成20年3月末時点でOPLLの医療受給者証交付件数は、

全国では 26,471名(平成19年3月末比
1,447名増)、

関西では

大阪府	1,917名 (94名増)、
京都府	819名 (11名増)、
滋賀県	282名 (9名増)、
奈良県	247名 (17名増)、
兵庫県	821名 (25名増)
和歌山県	269名 (17名増)

となっております、微増傾向にあります。男性対女性比も約2:1で、昨年同様これも変わりません。

年齢構成も平成19年3月末時点で70代以上が約45%、60代が約32%、50代が約18%、40代が4%、30代が1%、29才以下が0.1%となっております、平成20年3月末もこの構成比は余り変わらないと推測します。

大阪OPLL友の会へ入会される方も、発症されてから難病と聞かされてびっくりされ、医療関係の

書籍やインターネット検索、或いは保健所・難病連からの紹介などで友の会の存在を知り、入会をされています。

入会の時期は発症後1、2年の方や手術に踏み切るかどうか迷われておられる方が、比較的多い感じがします。入会の動機は、

- * 手術をする場合の適切なお医者さんを紹介して欲しいというケースや、
- * 手術後の痛み、痺れ、リハビリをどうしたら良いのか、患者同士で悩みを共有して励まし合いたい、情報交換をしてみたい、
- * 医師から手術を薦められたが、入会して会員の皆さんの意見を聞きながら納得され、心の整理をして手術を決断されるケースも多いように思います。

日々のテレビや新聞などマスメディアでの脊柱靭帯骨化症(OPLL含む)報道で印象的なのは、平成12年頃の元NHK交響楽団指揮者 故岩城宏之さんの手術成功による指揮復帰報道、オリックス宮本大輔(26)投手(奥さんが{梅原やすよ・ともこ}のやすよ(32)さん)の手術成功と試合復帰が、読売夕刊1月29日、朝日夕刊7月31日、読売テレビ(日本テレビ)8月30日、31日”愛は地球を救う”番組などで報道されました。中でもテレビで取り上げられた際は、本友の会への問い合わせも結構な頻度となりました。

OPLLからちょっと拡大して、特定疾患(難病)130にしますと、11月18日の女優 大原麗子(61)さんのギラン・バレー症候群・・・関西テレビ(フジテレビ)報道に続き、12月2日から朝日新聞で元宝塚女優 安奈淳さん(61)が難病「全身性エリテマトーデス(SLE)」(=膠原病)克服記が6回連載されました。

特に安奈淳さんの連載記事は読者に訴える力”難病と聞かされたショックを医師・医療関係者、家族、友人などの支援でいかに克服したか、また現場復帰の恩恵などを同じ難病で苦しんでいる方へすんなりと心に残る形で伝える力”がありますね。今年も安奈淳さんの朝日連載記事のようなOPLL版を探して、ブログや会報で、また、今年もホームページを開設して、身近な記事に出来ればと夢を語っています。

⇒元気が出ること請け合いの記事をお互いに作らしましょう！！

私がOPLL発症した平成15年は、歩道橋や駅の階段下りる際に手すりを持たないと不安定で下りられない為、ラッシュアワーとか急いでいる時に乗降エレベーターを探しても余り設置されていなくて困った覚えがあります。5年経過後のバリアフリー度は、駅に関しては着実に改善されていますが、歩道橋などは遅滞として進んでいない気がします。今後の私達難病の方も含めた超高齢化社会には、北欧を中心に進んでいる道路、駅、市街地中心部のバリアフリー(人に優しい街)化を見習って更に推し進める必要があります。後押ししましょう。⇒エレベーターを付けて欲しい場所があれば折に触れ言い合ひましょう！

12月2日各紙の京大 山中伸弥教授会見記事「新型万能細胞(iPS細胞)新薬開発へ20社へのiPS細胞有償提供や、全身の筋肉が動かなくなるALS(筋委縮性側索硬化症)患者からiPS細胞作りへの取り組みを開始し『患者に一日でも早く役立てることが重要』の心強い発言には、元気を貰いました。米国ではオバマ新大統領(就任予定)の肝いりで、バイオベンチャーが米食品医薬品局(FDA)に「パーキンソン

病、脊椎損傷、1型糖尿病などの治療に向け(再生細胞による)臨床試験が数年内に開始」申請が出されました。また米国の糖尿病患者団体が年間200億円を集めて研究者に配布し新薬開発を後押ししています。12月12日には政府戦略会議でiPS細胞などの新薬開発などの臨床実験が、欧米に遅れている現状を打破する為、臨床実験などの仕組みを円滑にしようとの提言がなされました。

また日本でも患者の闘病記共有サイトの「オンライン」や「TOBYO」などが、新薬開発に必要な研究用データ集積に貢献する可能性が出てきています。

OPLL手術入院期間は5年前 21日間程が今や最短で11日間程に短縮され、手術の進歩は著しいものがあります。しかしOPLLなどの新薬や治療の開発は難病の名の通り遅れているのが実態です。

今年もこれらの新薬開発や治療研究の動きに合わせて、医療講演会などの患者アンケートの精度をもっと上げるなり、SNS(ソーシャルネットワークサービス:双方向書き込み・閲覧可能な、会員同士のネットワークサービス)でデータ収集が出来たらとでっかい夢を語っている次第です。研究支援金の募金は来年以降?の目標としましょう。

⇒靭帯骨化症(OPLL含む)の治療が10年内に！！を願ひましょう。 賀正



保健師の立場から

大阪市保健所 保健総務担当 保健師 澤口智登里

大阪OPLL友の会の皆様はじめまして。いつも何かとお世話になりありがとうございます。私は大阪市保健所で難病患者療養相談会を担当しております保健師の澤口と申します。先日、私どもが開催しました療養相談会に、中岡会長と北摂医療相談担当の河上さんが参加してくださいまして、そこで会誌への投稿のご依頼を受けました。大変貴重な機会を頂きましたので、今回は大阪市の難病療養支援についての保健師活動について紹介させていただきます。

大阪市保健所では、特定疾患で療養中の皆様に対し、疾患群ごとに年間計15回の難病患者療養相談会を開催し療養支援を行なっています。相談会では、同じご病気の方同士の交流会、医療・リハビリ・福祉制度等について個別相談や病気についての学習会等をしております。相談の内容に応じて、医師・理学療法士・栄養士・保健師・福祉職員が対応します。参加者の方からは交流会が大変好評で、「同じ病気の方と話ができて参考になった。」「嬉しかった。」「元気をもらった。」「生きる勇気を与えてもらった。」などの意見をたくさん頂いております。

交流会と一緒に参加して頂いたある医師の方がおっしゃっていました。「私達はこのような患者さんの生の声から、色々なことを学ばせてもらっている。」と。私も全く同感で、相談会を通して皆様から多くの事を学ばせて頂いております。また皆様からの貴重なご意見を参考に、より充実した療養相談会になるよう日々努

力致しております。どうぞ、皆様も機会があればぜひ一度ご参加ください。

また、各区保健福祉センターには地域担当の保健師が配属されています。大阪市の保健師は地域担当制ですので、皆様がお住まいの地域にも担当の保健師がおり、療養されている方々への家庭訪問を行なうなど支援体制をとっています。なかなか地域担当の保健師と接する機会は少ないかもしれませんが、保健福祉センターには常時、保健師による健康相談の窓口を設けていますので、もし何かお困りのことや心配なことなどありましたら、どうぞお気軽に立ち寄りみてください。電話での相談も可能です。もっともっと、保健師を活用して頂けたらと思っております。もしかすると、保健師はただ聴くことしかできないかもしれません。しかし、そこから皆様にとっての新たな一歩への架け橋になれるよう、保健師皆で頑張っておりますので、どうぞよろしくお祈りいたします。

最後に、私の好きな詩人の吉野弘氏の詩を少し紹介させていただきます。「漢字喜遊曲」という漢字について書かれている詩があります。その中で「幸」という字について「幸いの中の人知れぬ辛さ。そして時に辛さを忘れてもいる幸い。何が満たされて幸いになり、何が足らなくて辛いのか・・・(略)。」

皆様にとって、2009年が幸多き年になりますように心からお祈りしております。

手術された岡本義則さんから。。。

私は昭和二十六年生まれの五十七歳です。今年六月、友の会に入会しました。

右上腕部の痛み、右手の痺れ、右足のこわばりがあり、うまく歩けず、階段は無理でした。

七月、友の会で紹介いただいた大阪南医療センターの米延先生の診察を受けました。診断は「早く手術したほうがいい」とのことでした。不安はありましたが、今よりも良くなるのであればと、すべてをお任せしました。

十月二十四日入院、三十日手術となりました。後方よりの脊柱管拡大手術と、昨年別の病院での頸椎ヘルニア手術部分が不安のため、ボルトで固定する手術もすることになりました。

手術時間は三時間です。術後、病室に米延先生がお越しになり、無事に終わったことをお聞きし、安心しました。

術後三日目、すべてのチューブがはずされました。今までできなかった足首を回すことができたり、右足のツツパリがなくなりました。肩こりのようなこわばりがあります。

食事以外でベッドから起きるときはカラーをつけ、病室から出るときも歩行器を使い、リハビリも始めました。カラーに慣れるまでうまく動けません。装着は看護師にしてもらいました。

術後十日過ぎ、カラーは自分で装着し、歩行器なしで歩けました。普通に歩けることに喜びを感じ、先生方に感謝する毎日です。

リハビリと洗濯をする毎日に少し飽きてきた時、看護学校の実習生(男の子)が四日間担当してくれました。彼は私のつつこみにもめげず、大粒の汗をかきながら血圧を測ってくれたり、格好の遊び相手になりました。

十一月二十一日退院。病院のかたがたには本当にお世話になりました。感謝いたしております。今はただ「早くカラーをとりたい！」です。

痛みや痺れはまだ少しありますが、元の生活に戻していきたいと思っています。家族に感謝!

体操や散歩をして過ごしています。

十一月三十日

八尾市 岡本義則



OPLL医療受給者証数H20年3月末 & 登録者証数H19年3月末 都道府県別 H18年度変更数

							単位：人					
都道府県	OPLL医療受給者証数				H20-H19 1年間増減	H20-H15 5年間増減	OPLL軽快 登録者数 H19年3月	OPLL受給者証⇔登録者				
	H15年3月	H17年3月	H19年3月	H20年3月				受給⇒登録	登録⇒受給			
全国	22,217	22,436	25,024	26,471	1,447	4,254	1,986	706	52			
北海道	930	1,466	1,511	1,576	65	646	37	5	0			
青森	364	373	461	480	19	116	4	4	0			
岩手	112	113	130	141	11	29	21	10	0			
宮城	239	413	402	431	29	192	33	15	1			
秋田	132	171	214	161	-53	29	0	0	0			
山形	121	87	101	117	16	-4	17	6	2			
福島	264	331	366	377	11	113	15	15	3			
茨城	442	463	387	399	12	-43	142	1	3			
栃木	270	263	270	324	54	54	132	6	5			
群馬	339	327	366	377	11	38	33	23	1			
埼玉	728	908	1,115	1,273	158	545	29	27	1			
千葉	743	921	1,078	1,150	72	407	105	0	0			
東京	530	1,702	1,872	1,937	65	1,407	192	135	9			
神奈川	395	1,350	1,604	1,677	73	1,282	50	16	0			
新潟	403	519	488	511	23	108	88	10	2			
富山	233	269	311	334	23	101	14	10	0			
石川	250	391	365	379	14	129	50	27	0			
福井	225	224	252	263	11	38	3	0	0			
山梨	60	63	99	83	-16	23	2	0	0			
長野	275	296	287	309	22	34	1	1	0			
岐阜	142	232	269	321	52	179	3	2	0			
静岡	393	432	521	557	36	164	53	37	1			
愛知	347	639	812	914	102	567	2	1	0			
三重	501	549	684	638	-46	137	34	26	7			
滋賀	437	216	273	282	9	-155	3	2	0			
京都	320	750	808	819	11	499	66	37	0			
大阪	822	1,736	1,823	1,917	94	1,095	223	35	4			
兵庫	397	768	796	821	25	424	150	32	1			
奈良	175	207	230	247	17	72	5	0	0			
和歌山	264	254	252	269	17	5	65	21	1			
鳥取	174	108	125	145	20	-29	12	8	0			
島根	103	115	137	149	12	46	8	4	0			
岡山	355	759	792	822	30	467	60	54	3			
広島	210	435	492	562	70	352	31	15	0			
山口	211	267	341	371	30	160	4	4	0			
徳島	367	380	316	309	-7	-58	84	8	2			
香川	153	176	202	244	42	91	46	13	2			
愛媛	191	233	278	291	13	100	25	12	0			
高知	150	199	228	237	9	87	28	3	2			
福岡	563	1,165	1,397	1,501	104	938	16	10	0			
佐賀	180	221	265	283	18	103	13	11	0			
長崎	280	348	434	468	34	188	3	2	2			
熊本	370	512	568	592	24	222	1	0	0			
大分	128	170	213	247	34	119	12	7	0			
宮崎	178	199	254	306	52	128	27	16	0			
鹿児島	348	536	605	624	19	276	14	11	0			
沖縄	164	180	230	236	6	72	30	24	0			
全国合計	22,217	22,436	25,024	26,471	1,447	4,254	1,986	706	52			
		0～29歳	22	0%			1	5	0			
		30～39歳	183	1%			18	8	0			
		40～49歳	1,047	4%			124	51	4			
		50～59歳	4,392	18%			506	199	12			
		60～69歳	8,112	32%			720	253	18			
		70歳以上	11,268	45%			617	190	18			
		合計	25,024	100%			1,986	706	52			
		男	16,662	男	17,721		男	1,376	男	473	男	31
		女	8,362	女	8,750		女	610	女	233	女	21

平成18年度 保健所及び市区町村が実施した難病患者及び家族に対する学習会の開催回数・参加延人員

関西府県—16大都市—中核市—その他政令市別

	単位: 人	
	開催回数	参加延人員
全国	3,622	58,994
滋賀	35	676
京都	71	787
大阪	261	5,407
兵庫	155	2,012
奈良	68	1,460
和歌山	24	516
16大都市		
京都市	14	84
大阪市	15	401
堺市	24	818
神戸市	-	-
中核市		
高槻市	21	520
東大阪市	4	124
姫路市	15	250
奈良市	33	525
和歌山市	3	95
他政令市		
尼崎市	-	-
西宮市	4	166

*大阪府 : 黄
*大阪外近畿: 青色



平成18年度 調査名：地域保健・老人保健事業報告(地域保健編)保健所表 保健所が実施した難病相談等の被指導実人員－延人員 関西府県—16大都市—中核市—その他政令市、相談等の種類別

*大阪府 : 黄
*大阪外近畿: 青色

	相談、機能訓練、訪問指導							電話指導延
	実人員	(再掲)相		(再掲)機能		(再掲)訪問		
		実人員	延人員	実人員	延人員	実人員	延人員	
全国	313,158	297,429	434,004	3,210	7,554	22,382	52,467	181,888
滋賀	2,337	2,246	2,773	50	189	73	234	612
京都	6,247	6,060	7,735	109	144	505	1,247	3,432
大阪	25,814	23,660	40,723	604	974	2,772	8,705	20,328
兵庫	8,488	7,900	12,460	190	588	1,011	2,444	8,677
奈良	1,458	1,276	2,298	13	13	226	772	2,340
和歌山	4,335	3,962	6,029	61	77	522	716	3,048
16大都市								
京都市	931	797	853	-	-	177	416	300
大阪市	5,647	5,049	5,182	-	-	600	903	1,255
堺市	1,079	954	1,015	3	17	165	359	616
神戸市	496	418	528	38	304	52	80	131
中核市								
高槻市	2,386	2,104	2,386	92	311	282	741	4,944
東大阪市	2,434	2,434	2,653	22	110	219	420	242
姫路市	1,882	1,842	2,396	3	65	37	62	1,200
奈良市	88	38	73	-	-	50	225	76
和歌山市	126	54	54	-	-	72	96	60
他政令市								
尼崎市	81	81	194	2	2	29	56	94
西宮市	126	43	45	25	82	58	137	542

大阪市、堺市の数値は、会報誌では間違っていました。上記の赤字が正しい数値です。お詫びして訂正します。

病気の原因究明のために是非ご協力も

脊柱靭帯骨化症患者の 兄弟姉妹の皆様

この病気の原因が分かっておらず、兄弟姉妹で同じ病気がある方を対象に血液検査をし、原因を探り、病気を根絶するのが目的ですので、是非ご協力下さい。

病気の根絶に皆さんの協力が必要です。原因を探るためにはゲノム解析が必要です。ゲノムとは生物が生活機能を営む上で必要な最小限の一組の染色体で、そこに含まれる全遺伝子のことです。

残り3ヶ月（平成21年3月末迄）で全国の患者兄弟姉妹から累計200組の採血が必要です。残り45組が収集出来なくて困っております。患者の兄弟姉妹での脊柱靭帯骨化発生率は約30%と高く、また糖尿病の方の15%に脊柱靭帯骨化があると云われています。首の骨化の有無を確認しておくことは転倒などによる重症予防にもつながります。患者ご本人の兄弟姉妹で同じ病気の方がいれば是非 友の会へ一度相談下さい。

検査は骨化を調べる為の普通の頸椎部分のレントゲン撮影と、骨化が判った場合の血液採取のみです。時間もかかりませんし、痛くない簡単な検診です。

保険証によるレントゲン撮影費用や血液採取関連の自己負担費用は、受診者にて一度立替えて頂ければ、後日領収書などに基つき、最大5000円までの範囲でお支払いさせていただきます。

交通費は ご負担願います。（この補助の方法は 大阪OPLL友の会の方法です）

後縦靭帯骨化症の原因遺伝子解析（ゲノム解析）へ是非ご協力をお願いします！

実施要領

①脊柱靭帯骨化症（後縦靭帯（OPLL）、黄色靭帯、前縦靭帯）患者様の兄弟姉妹の方が既に骨化症（発症していないまでも骨化があると判明している方を含む）と診断されている場合

・現在かかっている病院に研究班の先生がいる場合（関西圏：阪大、大阪南医療センター、大阪府母子健康総合医療センター、京大、和歌山県立医大）、改めて診断の必要はありません。採血のみ行います。

・現在かかっている病院に研究班の先生がいない場合（上記以外の医療機関）、可能であれば頸椎のレントゲン写真を借りて、研究班の先生がいる病院（採血する病院）に持参してください。持参できない場合は改めてレントゲン診断が必要となります。その場合、研究班の先生による「紹介状兼依頼状」（添付）或いは、今の先生に紹介状を書いてもらって持参してください。

②兄弟姉妹の方が骨化の有無について明らかでない場合

・改めて単純レントゲン診断を受け靭帯骨化の有無を確認して下さい。研究班の先生「紹介状兼依頼状」（添付）或いはかかりつけ整形外科などの紹介状を持参してください。

・骨化が無い場合は採血を行う必要はありません。

③兄弟姉妹と同時に病院に行けない場合

・夫々別々に行くことは差し支えありませんが、医師に相手の氏名及び来院のおよその時期を教えてください。

④兄弟姉妹が遠隔の地に居住している場合

・関西圏外に居住されている場合、当該地の班員配置の病院をご案内しますので受診採血をしてください。その場合相手の氏名と受診する（又は受診した）病院名を教えてください。

ご協力頂ける場合は、予め受診可能の病院或いは班員の先生と受診要領の打ち合わせが必要な為、まずは会長中岡、副会長池田 又は北摂医療相談の河上までご連絡お願いします。

この機会に是非、ご兄弟姉妹に検診の声掛けをして下さい。

よりの良い地域医療をめぐりあひ まなぶ学習講演会と難病医療相談会

【日時】 2009年3月22日(日) 午前10時15分～午後3時30分

【会場】 堺市総合福祉会館 堺市堺区南瓦町2-1

(最寄駅: 南海高野線 堺東駅下車10分)

★1 講演会 10時15分～12時 講演内容 未定

★2 難病医療相談会 1時15分～3時30分

後縦靭帯骨化症「自宅で出来る肩、ひじ、手のしびれ・痛みのとり方」

整形外科くにしげクリニック

国重 昌彦 先生

別室で パーキンソン病「あなたも出来るリハビリ体操」鍼灸よしだ治療院 吉田 安彦 先生

参加ご希望の方は、会のほうまでご連絡いただきたくお願いします。
ふるって参加してください。昼からだけのご参加でもOKです。

去る10月25日 堺市で堺なんれん(堺難病患者・家族連絡会)主催の医療講演会が開催されました。このときの講師の先生のお話が 手術を受けた方にも、手術を受けていない方にも非常に良いお話と思い、春の講演会での講演をお願いしました。



この先生はOPLLの手術もされますが、特にリハビリに力を入れておられます。病院(誠昌会クリニック くにしげクリニック 国重昌彦理事長)は、大阪港区、堺市駅ビル、尼崎の3ヶ所にあります。

お話もわかりやすいです。リハビリで悩んでおられた方で、素晴らしい、もっと早く知っておればよかったとおっしゃる方がいらっやいます。

編集後記

前会長が昨年10月に亡くなられてから、あっという間に一年あまり経ってしまいました。会をどのようにして継続させようとか手探りであえぎながらも、3月には自分が手術を受けました。生まれてはじめての入院、手術。会社を一ヶ月半ほど休みました。いろいろな方に助けられての一年あまりでした。会報誌もブログも皆さんに助けてもらって何とかここまでやって来る事ができました。ブログでは、Iサンの趣味が出すぎチャイマスかとキビしい(?)批判が出たりしていますが、それでも時々ほめられたりすると、うれしくなったりしています。

会合にはなかなか参加できづらい会員さんのために、会報誌の充実をと思いますが、なかなか思うようにいきません。つらい思いをされている方には大変と思いますが、会報にご自身のことも投稿していただいて、同じように苦しんでいる方と手を取り合って頑張っていきましょう。是非とも投稿お願いします。

他方、情報発信を充実するために、今年はホームページの作成と、自分の情報を発信できるSNSサービスを計画しています。パソコンが苦手の方にも、わかる範囲でサポートしますので、情報入手の手段と、自分のことをシェアして喜び・楽しみを分かち合える手段として、パソコンに取り組んで見られてはいかがでしょうか。

年賀状。めでたいものを満載しました。宝船に七福神。一富士、二鷹、三なすび。少々つらいことがあっても、その荒波を乗り越えていきましょう というメッセージを載せたものですので、笑って許してください。

今年も元気を出してやっていきましょう。今年もよろしくお願いします。 M. I.

“たった一つの言葉が、相手の心を傷つける。

たった一つの言葉が、相手の心を和ませる。

———みんなで言おうよ、「ありがとう」と、、、“

「ありがとう」 外国語では、「サンキュー（英語）」「メルシー（仏語）」
「謝、謝（中国）」等々、いずれも（相手に、感謝のお礼を述べます。）と
いう意味の言葉です。

でも、日本語の「ありがとう」は、ちょっと違うようです。

漢字で書けば、「有り難う」、昔の言葉では「有り難し」です。

即ち、（このような事は、こんな〔つまらない〕わたしにとっては、じつに
そうそう有ることはありません）という意味を含んだ言葉です。

ちょっとしたことでも、受けた親切、いただきもの、他から受けるご恩
にはさまざまなものがあると思いますが、「こんな私に、、、」という謙虚な
気持ちがあるところに、本当の「ありがとう」という深い感謝の言葉が出て
くるものと思います。

少し前のテレビのCMに、（ベッドに臥せっている年配の女性の世話をし
ているお嫁さんらしき女性に、「ありがとう」と言ったとき、そのお嫁さん
が、ホロっとしている）というのがありましたが、当家にも認知症が始まっ
た母が居り、被害妄想の多い毎日です。本当に身につまされた感じで、母の
様子を見ている今日この頃であります。

たったひとことの「ありがとう」なのですが、母にはなかなかなのか——
日々、いろいろな意味で考えさせられる毎日ですが、「可愛い老人に」なり
たいなど、常々思いながら母の様子を見るにつけ、なかなか難しいものだと
考えさせられる毎日でございます。

表紙挿絵とも 前会長が生前お世話になった十三 浄土真宗信正寺ご住職 滝野信隆氏による

編集
事務局

会長・事務局・会計
副会長・広報担当
会のメールアドレス

医療相談・資料請求等はできれば、FAX、郵便あるいはメールでお願いできればと思います。
無理な場合は上記の電話にお願いします。

大阪後縦靭帯骨化症友の会（略称 大阪OPLL友の会）
〒558-0011 大阪市住吉区苅田6-17-8 中岡 甫
TEL/FAX 06-6697-6256
中岡 甫 TEL 06-6697-6256
池田正孝 TEL 080-1443-5229
osakaopll@nifmail.jp