



# ハート・プラス通信

～内部障害者・内臓疾患者の暮らしについて考える～

2016年8月20日 No.36 <夏号>

【配信元】NPO 法人 ハート・プラスの会

【連絡先】事務局 E-mail: [info@heartplus.org](mailto:info@heartplus.org) FAX 052-718-1581

【ホームページ】<http://www.normanet.ne.jp/~h-plus/>

## 会員様からの投稿

### 発作が起きた時

どうしますか？

神奈川県 匿名

神奈川県会の会員です。

私の病歴体験談・・・その1  
心臓機能障害でICDを植え込んでいます。

十八歳ころから若年高血圧と言われてきましたが特に気分が悪くなるわけでもなく、体力的に劣る事もなく、むしろ寝なくても遊び続けられる元気さは有りました。

☆病歴・・・

二十三歳で十二指腸潰瘍、胃潰瘍で胃を三分の二を切除及び神経切除などの消化器系を処置。しかし、高血圧症は相変わらず最高血圧180前後でした。昭和45年頃の医療へ処置した医院では、高血圧には触れず投薬もなく普通に生活して下さいとのこと。

仕事も順調で五十歳を過ぎたころから胃の痛みが頻繁に感じ、現在のかかりつけ医に通院。胃痛に

対しての投薬を処方し15年経過。強弱はありますが相変わらず胃痛が治まりませんでした。

仕事の都合で、毎日約3時間程度の睡眠だから又、胃を痛めたかな？と思っていました。この時、同クリニックで高血圧による心臓肥大を指摘され降圧剤の投与が始まりました。

☆突然・・・

六十四歳の時、歩道橋の階段を上っている時に中段付近で、何か足が縛れる感じだったので、「寝不足かな？」と思い上り続けました。上り終わった時、目の前が徐々に暗くなり意識が無くなり倒れました。偶然にも通りかかりの非番消防隊員が警察に通報と救急車を要請して下さいました。救急隊員と警察官の声かけで薄っすら意識が戻りましたが、起き上ろうとしても足がいうこと利きませんでした。



周りを見渡すと警察官と救急隊員がストレッチャーを運んでくる様子が見えました。救急病院に搬送されましたが、血圧・脈拍など計測しましたが平常値でしたので何の処置もなく帰宅。後日談で評判が良くない救急病院だったらしいです。

警察官の話では非番の消防隊員にその時の状況を聞いたらしいのですが、「うつ伏せに倒れていたところを発見、通報」との事だったようです。

通行人の多い歩道橋にもかかわらず、倒れて約5分間、誰一人救護しなかった事になります。今考えると、これが後におきる前兆だったのかもしれない。

六十五歳で心室細動発症、5日間意識不明、家族には今後植物状態も有りうるとの説明が有ったとの事。

☆意識をなくす瞬間・・・

心室細動による心肺停止・・・意識なくなる瞬間は覚えていません。意識が戻り想い出しても意識がなくなる前兆も無く分かりません。例えば、見ているテレビの画像

が故障して瞬時に部屋の照明も含め真つ暗になった感じ（想像）発作が発症した時、自分では何の処置も出来ません。階段だったら転げ落ちるでしょう。最近の自動車暴走事故も、もし何らかの発作でしたら悲劇としか言えません。

### ☆偶然が続き最悪状況を

未然に・・・

私は偶然にも、しゃがんで洗車していた時だったので、事故にならないで良かったと思います。その時、スイミングのコーチが近くにいて異常に気がつき心肺蘇生を施していただいた事です。

収容先の病院は先進医療を促進させる為、低体温処置を行い、よって脳細胞の壊死もほとんど無く後遺症は（手足の指先のシビレと血液の循環が悪い）程度、医師の呼びかけ『心臓が止まっちゃったんだよ』が聞こえ、6日後意識が戻りました。



この幾つかの偶然と適切な処置により、今の自分が有ると思いません。

### ☆平常に戻ったものの・・・

意識が戻った後にICD植込み手術、術後10日で退院。

心臓に対しての処置は終了したので、以後は今までのかかりつけ医へ通院するようにとの事。かかりつけ医のクリニックは施術病院との連絡もよく投薬の調整などおこなってくれます。

結局、五十歳ころからの胃痛は心臓からの異常信号だったらしく起因はこの頃のようにでした。今は胃痛は完全に無くなりました。退院時ICDを植え込んでも致死的状态を100%確保されるものではない。と説明されました。

神奈川県公安委員会では、術後3カ月は自動車等の運転禁止です。運転中、発作が発生する可能性を考えると、自動車運転免許証の自主返納も考えています。

## ハートプラスの会 富山交流会を企画して

富山県 渡辺さん

毎年の総会では、遠方よりの参加者も含め真剣な話し合いが行われ、新しい情報交換の場でもありとても有意義な時間を過ごすことができる。将来的な課題も増えるが、親睦会で癒されるひとときでもある。そのような中、組織として第二ステージへ進む必要性も感じていた。できれば自分の住む町で、活動出来ないかと？

今回の富山交流会はそれを解消してくれた。ハートプラスの会から鈴木代表（京都）、徳永理事（大阪）、石川さん（横浜）が本部活動の状況を交えて話して下さり、富山からの参加者も関係機関、各種団体代表者、障がい者当事者、家族、患者会等それぞれの立場で意見交換が出来た事は一つの大きな財産を得たように思う。あっという間の3時間だったが、次回も内容のある交流会になればと思う。

今後、あまり熱くならず、ゆつくり足場を固めて前へ進むべきと



【交流会開始の挨拶】

考え、丁寧に説明を重ねて、行政機関、関係機関、各種団体等との関係、社会に対しての啓発活動、メンバーとの親睦会の活性化を実行して行きたい。

自分の道は自分で決め、今日1日を大切な、人と生きる！

### 【募集】

体験や近況、活動報告など、皆様からの投稿をお待ちしています。

連絡は、

事務局又は通信編集担当まで！！

Mail : hirano@heartplus.org

FAX : 052-718-1581

## 横浜での交流会の案内

横浜 石川さん

横浜でも交流会を実施しますので、参加をお願いします。

### 横浜での交流会の案内

テーマ：『話してみよう』

日時：2016年9月18日(日) 13時30分～17時00分

会場：横浜市社会福祉センター（横浜市健康福祉総合センター内）

小会議室 901号室

住所：〒231-8482 横浜市中区桜木町 1-1

URL：<http://yokohamashakyo.jp/yvc/>

参加申込：[ysm.indeco-kame6324@docomo.ne.jp](mailto:ysm.indeco-kame6324@docomo.ne.jp)

参加費：無料

会場の都合上定員20名 非会員の方も参加できます。

※会の方針や他人を中傷する方は、申し訳ございませんが ご遠慮願います。



## 活動報告等

### 大阪ミニ交流会に

参加して

横浜 石川さん

大阪でミニ交流会を開催している事をハート・プラス通信で知り6月5日(日)参加しました。

この交流会は障害を持つ会員同志の集まりで2ヶ月に1回開催しているとの事でした。とは言っても毎回毎回、企画し会場手配をしている世話人の方の努力が有ってこそです。

午後1時半から始まった交流会はテーマとしては特になく会話をしているうちに話題が続出・・・

皆さんとの会話では、あれっ自分と違う。と感じる内容などもありました。

※自動車税の免税減免処置の話

※障害者手帳で高速道路の割引の話

※都道府県の行政により等級査定の違い

※障害年金受給の違い

※《見た目では普通なのに障害者》・・・例えば聴覚障害者・繊維筋痛症などの方も見えない障害だよネなどの話題

ミニ交流会とはいえ内容はビッグです。自分の思っている事と参加者の思っている事の違いなど、私にとって「なるほど・・・」と参考になり皆さんの普段の勉強ぶりに感心ばかり。

持ち寄りのお茶菓子をつまみながら、フランク感覚がとても印象的でした。

オストミーの会員でもある会員さんはオストミーの集まりが東北で有るから奈良からその会場に出かけハート・プラスの会のパネルなどを展示し存在感を案内する・・・などの話題に触れていました。

そんなこんなの話が4時過ぎまで続き解散。『ではまた、』のさっぱり挨拶で各人帰路へ

些細な事でも、自分の気持ちを話せる場所が有ることはイナク

と感じ、関東（横浜近辺）でも開けばイーのにナクと思いました。

ミニ交流会は、今のところ会の公式行事ではなく、同志が気持ちを開きお話が出来集い、的な位置づけだと私は解釈しました。

横浜近辺でミニ交流会開催を希望される方は私に一報下されれば嬉しいです。

【事務局に連絡を頂ければ、取次ぎをいたします。】



# 日本オストミー協会 全国大会に参加して

代表理事 鈴木

6月11日から6月12日にかけて開催された公益社団法人日本オストミー協会の第28回全国大会青森大会の会場内にて当会のポスター等を展示させていただきました。

この場には、当会の運営委員もしていただいているオストミー協会奈良支部の岩井伸文さんも両方の立場を兼務しながら参加いただきました。

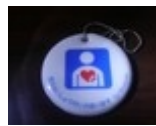
そもそも、この誘いは岩井さんからいただいております、内部障害の全国組織をもっておられる大きな患者会との良好な関係を作るうえでも大変重要と考え喜んで参画させていただきました。

何人もの方にパンフやポスターを見ていただいて当事者としてこのマークの必要性や重要性を認識していただけたのではないかと思います。

また、大会の合間をぬって笹岡会長ならびに川村副会長にも

当会のブースに足を運んでいただきご挨拶をさせていただきました。他にもオストミー協会の支援をされている名古屋大学大学院の前川厚子教授や各支部の役員の方々と少しでもお話しできる機会を得ることができたのは大変有意義でした。

各支部のポスター展示を見るとハート・プラスマークを紹介されているところもあり、会内では理解が広がっているとの印象を受けました。特に、若い女性オストメイトの会ではオストメイトマークのストラップを作っておられて、その裏がハート・プラスマークとなっていました。女性らしい優しい感じのソフトタイプのストラップで、こういうものも会員向けに配るのもアリかなと思いました。



また、オストメイトのための生活サポートツールとして全国各地で設置されているオストメイト用トイレがどこにあるかを検索できるアプリを作っておられるNPO

法人エムアクトの神戸代表ともお話しをしました。こういう役に立つものを提供される取り組みは大変素晴らしいと思いました。しかし、難しいのはその情報を集めることと言います。確かに、オストメイト用トイレがどこに設置されているかという正確な情報を集めるのは容易ではなさそうです。本来なら、行政がそれぞれの地元で把握して広く情報提供をしてくれるといいのですが、そこまでの要求は難しそうです。

最後にお会いしたのは青森県議会の伊吹信一議員です。私は初めてお会いしましたが、実は当会とのお付き合いは長く、まだ任意団体のころから当会の支援をいただいております。国会の衆議院予算委員会で初めてハート・プラスマークが取り上げられたそのきっかけを作っていたのが伊吹議員であると聞いていましたが、まさかここでお会いできるとは思ってもいませんでした。さまざまなお話しをする中で、当会に対する宿題もいただきましたので、当会の方針に関わることであり今後多くの会員のご意見もいただきながら答えを出していきたいと思

いずれにせよ、収穫の多い青森だったと思います。今後ともこういう全国組織をもつ患者会との協調を図っていけるような取り組みもしていきたいと思



【展示物の状況】

## 【活動予定】

第9回総会

日時…平成28年10月30日

13時～17時

会場…大宮ソニックスシティ

901号室



# 寝屋川ふれあいフェスタ

理事 徳永

寝屋川ふれあいフェスタに参加しました

2016年7月9日寝屋川市民活動センターで開催された「ふれあいフェスタ」に会の公式事業として参加しました。

参加内容は昨年同様、会の活動をPRするパネル展示と、来客者に日頃の健康に関心を持って貰おうという趣旨で、血管年齢測定を行いました。

当日は朝から大雨、洪水警報が出るほど天気が悪く開催が危ぶまれる中での開催でした。幸い天気も回復し続々とお客様が来場されました。



【血管年齢測定中】

当会のブースには前回来られた方が「今年も測って」とか「去年測れなかったから今年はお願います」とリピーターや初参加の方々が来場され総測定人数は107名のお客様を測定しました。お陰で測定結果の値を記録するプリンター用紙が足らなくなったりインクが切れかかってお客様に待つて頂いたりで大慌てでした。

私はフェスタ実行委員も引き受けていた関係でその日のスタッフ用の法被を着込んでいたためかトイレ休憩に行く途中にお客様から「血管年齢測定はどこですか？」と数人から尋ねられました。これを目的に来場して頂けることは嬉しいことと思えました。

また、開会より北川法大寝屋川市長も来賓として参加されおり、開会式が終わると早速大会役員に案内されて各展示を見て回られていました。

当会のところにも来られましたので、ご挨拶と内部障害者についての簡単な説明を行いました。市政にも、内部障害者の福祉向上に向けた施策に期待したいと思えます。

## ハート・プラスの会 第9回 総会の案内

日時：2016年10月30日(日) 13時00分～17時00分

会場：大宮ソニックシティ 901号室

住所：〒330-0854 埼玉県さいたま市大宮区桜木町1-7-5

URL：<http://www.sonic-city.or.jp/>

TEL：048-647-4111

その他：議案書等は、9月後半にご案内を郵送します。



## 正会員・協力会員の皆様へ 平成28年度 会費納入のお願い

平素は当会へのご支援・ご協力をいただき誠に有難うございます。さて、今月は会の年度末となっており9月から平成28年度がはじまることから年会費の納入をお願い致します。

●年会費：1,000円

●支払期日：平成28年10月20日(火)まで

●振込先

■ゆうちょ銀行 金融機関コード 9900

■三菱東京UFJ銀行

店番 089 店名 0八九店(ゼロハチキュウ店)

栄町支店

当座 0205183

普通 4868477

受取人名 トクヒ) ハート プラスノカイ

受取人名 トクヒ) ハートプラスノカイ