



# にゅーすれたーふじやま・長泉



2016. 10

## 夏から秋へ。。。要注意!

パナソニックエイジフリーショッフ

台風一過（18号）30℃を超える暑さかと思いきや、その翌日は秋のような清々しいお天気に恵まれました。8日はコーチャー会のゴルフコンペが開催され、大荒れのお天気でした。。。。。。

半月ほど前、私は突然、夜も眠れないほど右の背中が痛くなり、あまりの痛さに我慢できず、病院（整形外科）へ行き、診察を受けました。レントゲンを撮ってもらおうと、首の骨の間隔が少し狭くなって、神経に障っているとの診断を受け、鎮痛剤とシップをもらい、痛い時にはのむようにしていますが、だんだん、肩～腕～指先の痺れに変わってきました。疲れや年齢等いろいろ思い当たるところもあります。お天気が良い日には、それほど痛みもなく、薬はのみません。陽気のせい（\*陽気病み）もあるかと思えます。ビクビクしながら毎日を過ごしています。中には「背中痛みは心臓からきている場合もあるから心臓の検査もしっかり受けた方がいいですよ」と助言してくださる方もいて、近日中に受診しようと思っています。



\*気圧が下がると組織の膨張で、神経と周囲の器官が触れやすくなって痛みが増すという説もあります。さらに、雨が降ると湿度が上がります。湿度が高いと汗が引きにくいいため、体がむくみやすくなります。むくみも血行が低下し疲労物質がたまる原因になります。また体液のカルシウムイオンが薄まることで、筋肉や神経が過敏になって痛みが出やすくなります。さらに汗が引きにくいことで、不快感もさることながら、体温調節しにくくなり、自律神経のバランスの乱れに拍車をかけます。雨降りの前後の気圧のアップダウンと湿度の上昇による自律神経失調状態+むくみ+血行の悪化が、腰痛、関節痛、神経痛、むちうちの後遺症などなどさまざまな痛みを引き起すようです。

## 日本盲導犬協会

「富士ハーネス」日本盲導犬総合センター開設10周年記念式典が 10月6日（木）朝霧で開催され、支援させていただいている関係で、(株)コーチャー社会貢献室が出席しました。

富士ハーネスは県内唯一の盲導犬訓練施設としてようやく地域でも知られるようになりました。当日は盲導犬の育成促進やPR活動の推進をあらためて誓いました。同センターを運営するのは日本盲導犬協会ですが、たくさんの企業も支援しています。コーチャーはお取引いただいている地元のホームセンターや他の企業の協力を得て、協会に寄付をさせていただいています。私は個人会員（年会費）として支援させていただいています。盲導犬になるためにセンターでは、誕生から自立に向けた訓練引退後のケアまで総合サポートを行います。これまでに810頭が生まれ、67頭を視覚障がい者のもとに送りだしました。一番感動したのは、引退犬を20年にわたりお世話をしてくださっているボランティアさんがいらっしゃることです。心から感謝申し上げます。

センターは常時見学可能な日本唯一の訓練施設として盲導犬PRの役割も果たしていて、開所から28万5000人の来場がありました。

2015年度に盲導犬と新生活を始めたユーザー（聴覚障がい者）のユニット出発式も同時に開催されました。是非、皆さんも見学されたいかがでしょうか。渡邊啓祐

