



健康コラ

保健 医療 介護 福祉

●飯南病院 ☎72-0221 ●来島診療所 ☎76-2309 ●保健福祉センター ☎72-1770

飯南町の関係人口ってどんな人？

松江市立病院 研修医の鈴木知子と申します。11月に1カ月間、飯南病院で研修、勉強させていただきました。飯南病院で行っている院内研修会で話した内容をまとめましたので、読んでいただければと思います。皆さんは、「破傷風」という感染症を知っていますか。破傷風は、破傷風菌により発生し、病気にかけた場合、亡くなる割合が非常に高い病気です。以前は新生児の発生もみられましたが、近年は30歳以上の成人を中心に患者が発生しています。主に傷口に菌が入り込んで感染を起こし、毒素がさまざまな神経に作用します。口が開きにくい、顎が疲れるといった症状に始まり、歩行や排尿、排便の障害などを経て、最後には全身の筋肉が固くなって体が弓のように反り返ったり、息ができなくなったり、汗が止まらなくなったりします。

日本では、現在は年間約1000人が破傷風を発病し、このうち5〜9人は破傷風が原因で死亡しています。鳥根県でも毎年5人前後の感染者が出ています。破傷風はワクチンによる予防効果が大

飯南 便利 病院

破傷風の話



松江市立病院 研修医2年 鈴木 知子

とされている感染症の一つです。破傷風にかかる人は、昭和43年より前に生まれ、ワクチン接種をしていない人に多く、破傷風の予防にはワクチンの接種が重要であることが分かります。ワクチン接種により、100パーセント近い人が十分な抗体を獲得すると報告されています。注意が必要なのは、破傷風菌は土砂や糞便での汚染創(病院に掛からないといけないような大きな傷など)だけではなく、小さくて清潔な傷(ちよつとした切り傷やすり傷など)でも破傷風に感染する可能性はゼロではないことです。小さい時に破傷風ワクチンを定期接種してから10年以上経過した人(20歳代後半)より年齢が上の人は、小さい時にワクチン接種していても抗体価が低くなっている可能性があります。傷ができて病院を受診した際には、傷の処置と一緒に、予防のためワクチンも接種してください。

これからますます寒くなってきましたが、健康にはくれぐれもご留意ください。

こんにちは
中山間地域研究
センターです。

飯南町の関係人口ってどんな人？

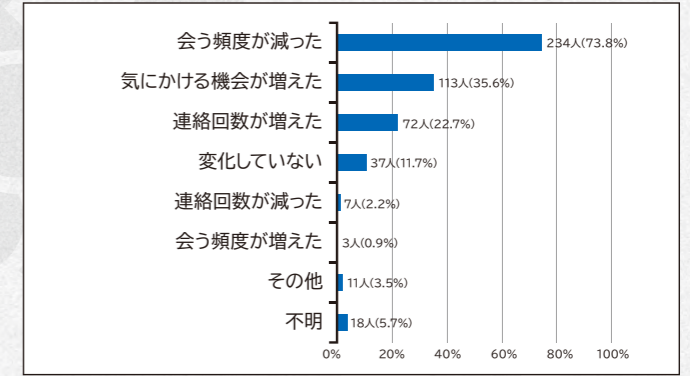
●中山間地域研究センター ☎76-2025
<https://www.pref.shimane.lg.jp/chusankan/>

「関係人口」という言葉をご存知でしょうか？関係人口は、飯南町にルーツがある出身者や、仕事や滞在などで飯南町と関わりのある人を指します。

このような関係人口を「見える化」するために、中山間地域研究センターと飯南町で共同研究を実施。2月～9月で「ふるさと宅配便」にアンケートを同封しました。

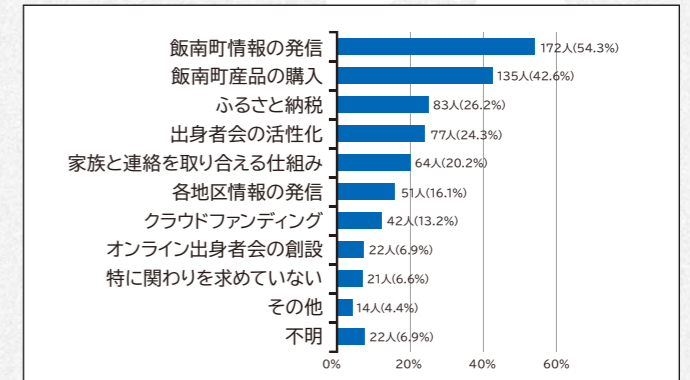
アンケートの結果、飯南町に思いを寄せてくれる人(応援団)がたくさん存在していることが分かりました。これからは出身者をはじめとした関係人口との関わりを維持・拡大させていくことが求められます。
※アンケートの詳細は、当センターホームページで今年度中に公開予定

新型コロナウイルス感染症が出身者と実家の関係に与えた影響 (回答者=317人)※複数回答



会う頻度が減った反面、気にかかる機会や連絡回数が増加しています

出身者が求めること、できると思うこと (回答者=317人)※複数回答



飯南町の情報発信、産品購入の仕組みづくりが求められています

保健福祉 便利 センター

よい歯と口を保つ秘訣

令和3年度の「島根県親と子のよい歯のコンクール」で、瀧尻奈々海さん・真由さん親子(都加賀)が、優秀賞を受賞されました。そこで、真由さんに「よい歯と口を保つ秘訣」を聞きました。

Q 奈々海さんの歯を守るために心掛けていることは？

A 規則正しい生活を心掛けています。おやつ時間は10時、15時と決めていて、アメやガムはなるべくあげないようにしています。子どもが歯みがきをした後に親が仕上げの歯みがきをしていますが、特に奥歯や歯の内側の磨き残しがないように気を付けています。

Q 真由さん自身が気を付けていることは？

A 1日3回の歯みがきを心掛けていて、夜は3分以上時間をかけて歯みがきをしています。私も子ども以上に念入りに。また、定期的(半年に1回)に歯科を受診するようにしています。

大人も、子どもも、よい歯と口は一生の宝物。瀧尻さん親子の話参考に、歯や口の手入れ方法や習慣を見直してみませんか？



受賞おめでとうございます。この賞は、3歳児健診の受診者の中から、特に歯やお口の状況がよい親子に贈られます。

住みよいまちへ

集落支援員

谷地区 集落支援員の澤田です。

町内5地区で活動する、地域とともに歩む「集落支援員」の活動を紹介します。

谷自治振興会「組織の再編に向けて」

谷地区では、10年後に向けた地域計画「谷未来ビジョン」に沿って活動が進められています。しかし、いまだに新型コロナウイルス感染症による活動の制約があり、大人数での交流事業などはできない状況です。そんな中でも、少人数で集まる自治会の常会や、町内参加者のみの「〇〇カフェ」(毎回テーマが変わる集いの場)などは、定期的に行っており、住民の情報共有や意思疎通を図る重要な機会になっています。

従来の活動ができにくい状況もあって、ビジョン達成に向けた取り組みが進めづらいつつ、平成20年から続く組織体制の見直しを検討しています。「地区住民一人一人が会員でありながら、参加しにくい組織ではないか?」「日々の暮らしの中で楽しく活動していることや、ちょっとした助け合いを地域活動とし



ワークショップをしながら組織体制を考えました(谷自治振興会委員会)



ブッポウソウカフェで、谷に飛来するブッポウソウの生態を学ぶ

て取り上げられないか?」「地区内の各種団体や地区外のサポーター(関係人口)の参画を促す仕組みづくりは?」など、年度末にかけて「安心して暮らせる」「地域魅力の向上」「地域産業の振興」を軸に話し合いを続けています。