



健康コラム

保健 医療 介護 福祉

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

初めてです。少し自己紹介を。私は浜田で生まれ、5歳から中学卒業までは隠岐の島の海士町という小さな島で育ちました。夏には海で潜ってサザエやアワビを毎年のように捕っていました。自然いっぱいの環境で育ったため、大人になっても山々の緑を見るととても落ち着きます。

短い期間ではありますが、ここで学べたことを島根の地域医療に還元できるようにこれからも精一杯頑張ります。どうぞよろしくお願ひいたします。

吉村先生から引き継いだ外来患者さんにはきれいな先生の後、こんなおじさんですみません。期間限定ですので許して下さいね」と謝罪するようにしています。こう見えて、平成元年産まれ、の吉村先生と同じ年です。

飯南病院には、松江や出雲から通っておられる先生がほとんどで、なぜそんなにも飯南病院で働きたいのか疑問でした。聞くと先生方は「飯南町は医療行政みんなが同じ方向を向いて頑張っているから」と口をそろえて言われます。私も1カ月も経たずに飯南町のことごとくも好きになりました。

飯南病院 便り

飯南病院にきた新しいおじさんの話です



飯南病院 医員 木田川幸紀

こんにちは、飯南病院の木田川です。7月から産休に入られた吉村先生の代理で、島根県立中央病院からやって参りました。本来は2カ月間の勤務予定でしたが、飯南病院での医療が楽しく、予想をはるかに超えてやりがいのあるものだったため、お願いをして4カ月間に延長をしてもらいました。

その後、松江で高校生活、北九州で2年間の浪人を経て、栃木の自治医大に入学しました。角田院長・日高先生・石橋先生・竹田先生は偉大な先輩です。卒業後3年目の私にとって、飯南町は初めての地域医療のフィールドとなりました。診療所・老人ホーム・保健師さんたちとの関わり、大きな病院では学べないことを日々いろいろな人に教えていただいています。

中山間地域は活用できる農業資源がいっぱい!

●中山間地域研究センター
電話 0854-76-2025
<http://www.pref.shimane.lg.jp/chusankan/>



放牧することで健康的な繁殖牛に

頓原地区集落支援員の那須です!

今年度から頓原地区の集落支援員に着任した那須久三です。頓原公民館に常駐していますので、気軽にお立ち寄りください。



地域の魅力を再発見(花栗)

集落実態調査は「小さな拠点づくり」の第一歩

集落支援員の業務は「小さな拠点づくり」を進めるために、地域の現状の把握から地域の課題解決に向けた地域住民主体の取り組みの支援などです。はじめの一歩として、まずは住民の方と一緒に



粒が大きく大吟醸に適した「緑の舞」



段ボール出荷は省力的!

当センターの資源環境科では、水稻を中心とした農産、野菜、畜産の3部門を研究しています。

センターでも研究を続けてきた酒米品種「緑の舞(えにしのみい)」が品種登録されました。稲の倒れにくさなどから中山間地の栽培に適した品種です。醸造適性にも優れているため、今年度の新酒に仕込む予定の酒蔵もあり、県内の普及が期待されています。

また島根県の中山間地域の園芸推

進品目にミニトマトがありますが、「段ボール出荷」で出荷作業が省力化できる品種「アンジェレ」を中心とした栽培技術や、1年で収穫できるわさびの短期育苗技術を研究しています。

畜産研究では遊休農地の草地化や家畜管理の省力化、農地活用、さらには集落営農の多業化に繋がる和牛放牧の研究と現地導入を支援しています。

地域資源を活用した農業で地域の活性化を応援します!

保健福祉センター 便り

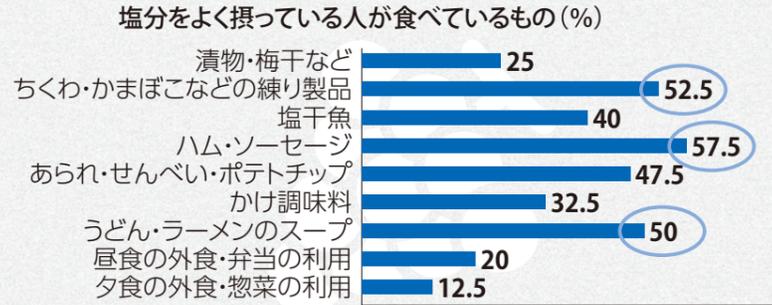
今年も事業所健診に伺いました

働き盛りの年代の健康づくりを進めるために、事業所健診の会場で健康情報の普及啓発に取り組んでいます。

今年も主にインスタント食品の塩分量を展示し、減塩を啓発。塩分の多い食品の摂りすぎに注意することはもちろん、野菜と一緒に摂ることで、野菜に含まれるカリウムが身体の中の余分なナトリウム(塩分)

を減らしてくれることをお話しました。受診者からは「ついインスタント食品を食べてしまうが、野菜と一緒に摂るようにしたいです」などの減塩への前向きな感想をいただきました。

塩分の摂りすぎは、高血圧をはじめとしてさまざまな病気を引き起こします。減塩に合わせて、野菜を食べることに一緒に取り組んでいきましょう。



「塩分量が目に見えて分かりやすい」との声も

平成30年 雲南圏域 あなたの塩分チェックシート集計結果 より

住みよいまちへ 集落支援員

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。

地域づくりのアイデア募集しています

防災、地域の見守りなど日頃から意識してもらうためにも、学ぶ場を作ることが必要だと考えます。ぜひ皆様のご意見やアイデアをお聞かせいただき、活力あふれる地域を一緒に作っていきたいと思います!



「子ども」が地域づくりのキーワードに(町区)



「ラムネ銀泉」などを活かした地域づくりのアイデアが(上区)