

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

飯南便り

心の師との 出会い



飯南病院 院長 松本賢治

こんにちは、飯南病院の松本賢治です。ほくろで眼鏡の、あいつです。飯南病院での勤務も2年目になり、医療の面から皆さんに貢献したいと日々奮闘しています。

そんな私は、長野県にある諏訪中央病院で医師としての人生をスタートさせました。まだ初々しい入社3カ月目、忘れられない患者さんがいました。心不全で入院したおばあちゃん。口うるさくて、スタッフからめんどくさがられるような方。確かに話は長く、訴えも多いので、時間をとって話を聞けるスタッフはいません。そこで私の出番。毎日3回顔を出し、時には1時間以上お話をしました。それが私の務めだと思っていたのと、医師の世界では、「教科書よりも患者から学ぶことが多い」と言われるため。それを信じていたからです。

「おばあちゃん、状態が悪化して心不全で息が苦しくなり、薬を使って苦痛をとる治療をすることに。眠っている時間も多くなっていたある日。息絶え絶えに「私も先生みたいな人と結婚すればよかった」と。その後、ほとんどしゃべることもできず、数日後に穏やかに旅立られました。

患者さんから学ぶことは実際に多くあり、病気のことだけでなく、人としても多くの気づきをもたらえます。私はこのおばあちゃんから、どんなにつらくても医師を続けていこうと思える気持ちを教わりました。この患者さんとの出会いが、今後も医師を続けられる理由だと思っています。

医療職は、給料を稼ぐためだけのものではなく、その人の人生と共にあるライフワークだと思っています。これからは一人ひとりの患者さんとの関係を通して、人として、また医師として信頼されるように頑張りたいと思います。

保健福祉便り

平成30年度健康づくりを推進するための重点目標・重点活動を決定

4月24日に開催した「健康なまちづくり協議会総会」で、平成30年度の健康づくりを推進するための取り組みの方向性を確認しました。今年度は、「健康ないいなん21」計画に掲げている、次の5項目に取り組みます。

- 壮年期の生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進
- がん対策の推進
- こころの健康づくりの推進
- 介護予防の推進
- 健康な地域づくり



健康なまちづくり協議会総会

健康にい〜にゃん週間のPRを強化

「健康にい〜にゃん週間」は、生活習慣の見直しを目的としたチャレンジ週間です。取り組みが始まった当初は、町内の小・中学校を中心に取り組んできました。しかし、生活習慣の定期的な見直しは、児童・生徒だけでなく、乳幼児期から高齢期まで、すべてのライフステージの方にとって大切であるため、現在は、小中学校の取り組みに合わせて、飯南町全体で、年3回、実施しています。

期間中、町内の事業所や保育所へ、各ライフステージに応じたチャレンジカードを配布します。今年度は、小・中学校と取り組みテーマを統一しました。

多くの皆さんが「健康にい〜にゃん週間」を活用できるよう、PRに力を入れていきたいと思っています。個人の生活習慣の改善は、家庭や地域と一緒にやることで力強い後押しになります。地域、事業所、みんなで盛り上げていきましょう！

こんにちは
中山間地域研究
センターです。

はじめまして。 きのこ・特用 林産科です。



干したクロモジは茶葉として利用



国産クコの果実はとても貴重

「きのこ・特用林産科」は、本年度、センター内に新しく開設した科です。科名に使用した「特用林産」には、森林で生産される製品のうち、木材を除く全てを含み、山菜、薬草、和紙原料などの伝統的な素材のほか、機能性食品や芳香成分など、対象範囲は広く、品目はたくさん。中でも「きのこ」は主要な特用林産物であり、これも科名の一部にしました。

センターでは、森林資源を活かした地域特産品づくりを目的に、対象品目の品種開発、栽培技術、利用技術を研究しています。栽培や商品化に関するポイントを分かりやすく説明しますので、お気軽にご相談ください。また、研究の一環として、野生きのこの鑑定にも応じています。

■きのこ・特用林産科
電話76・3815

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



「谷でどう生き抜くか」

谷地区集落支援員の澤田定成です。谷地区では、平成16年度に結成された谷自治振興会を中心に、谷公民館など地域内の各種団体と連携してさまざまな活動を活発に続けています。集落支援員としてその事務局にも関わり、活動を支援しています。

今年度は、小さな拠点づくりの継続的活動を通して、地域課題解消への取り組みやT型集落点検で示された「谷でどう生き抜くか」プロジェクトなどを実施。安心して住み続けられる地域の現に向けて、新たな有償ボランティア組織の立ち上げを模索しています。

現在行われている自治会輸送活動や谷笑楽校の運営・除雪活動等の継続、多面的機能支払交付金や中山間地域等直払交付金活動などとも連携して、よりきめ細やかな地域密着型の組織運営の実現に向けて、地域の皆さんと一緒に取り組んでいきます。



T型集落点検講演会



スノーレンジャー



自然と遊ぼう!山菜採集

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。