

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

飯南病院便り

田んぼはエライよ!?

飯南町立飯南病院 院長 角田 耕紀

晴れた日に海を越えて遠く北に目をやると、隠岐島前の西端がうっすら見える。そんな島根半島の北端の集落に長男として生まれた私。当然の如く？祖母には溺愛され「うちの田んぼも山も家も全部お前のものだけね。」と、喜んでいいのかわからないまま日々繰り返し刷り込まれ、田舎特有の伝統行事やお祭りなど、もれなく参加させられ育ったためか、地元への思い入れは嫌でも強くなる。

今の時代にはそぐわないが、これが長男教育というものなのだろう。そんな教育のおかげ？か、今の私の生活では、医師としての仕事に加えて、週末は実家の農作業に勤しむことが自然と日常になっている。特に春からの田んぼはかなり「エライ=しんどい」。

以前は田植えや稲刈りの時だけの一時的な手伝いでお茶を濁していたのだが、両親とも80歳を過ぎ、体力の衰えとともに、力仕事や負担の大きい作業を引き継ぎながら、年間を通じて関わらざるを得なくなってきた。といっても農作業は嫌いではない。農機具の扱

いにも慣れてきた。身体はきついが、自然の中で無心で繰り返す作業、冷たいお茶のうまさ、自給の喜びや達成感、ストレス解消、地域継承、生命を実感する時間。なんとなく農業と医療は根本で繋がっているような考えにまで至る。そういった意味で、田んぼは「エライ=偉い」と思う。

しかし、そう遠くない将来、親亡き後、農業と医療の二足のわらじで継続していく自信は全くないし、長男教育などに縁のなかった我が息子には想像もつかないだろう。地元愛と現実の狭間で私の葛藤はループするのだ。「まあ、やれるだけやるしかないか。」そんなことを自分に言い聞かせつつ、今週末も実家の田んぼに向かう。



保健福祉センター便り

8020・7022・6024よい歯の表彰式を行いました!

よい歯の表彰は、生涯を通じた歯と口の健康づくりを啓発・推進し、口腔ケアへの意識向上が目的です。3月26日(木)に保健福祉センターで表彰式を行い、飯南病院歯科口腔外科の三上隆浩先生を交えて意見交換会を行いました。

参加された表彰者の皆さんは、定期的な歯科受診があり、歯の磨き方の指導を受けて実践されています。また、ご飯を美味しく食べ続けるには、歯と口を大切にしなければいけないというお話も聞かれました。

【令和7年度の表彰者】

- 島根県の表彰:8020の部 4人
- 飯南町の表彰:7022の部 6人・6024の部 6人



6月4日から10日の一週間は、「歯と口の健康週間」です

歯と口の健康は、糖尿病や心臓病、認知症など全身の健康に関係することが分かっています。高齢者に限らず、小さい頃から口腔ケアを継続することが大切です。

年1回以上の歯科健診で、歯を失う主な原因である歯周病・むし歯を早期発見し、かかりつけ歯科医院をもって、毎日の歯みがきと生活習慣などのセルフケアを続け、口腔機能向上を目指しましょう。

コラム



来て、見て、知った! 飯南町のこと(7)

すがすがしさを感じに、山へ行く

まちづくり推進課の神谷です。(株)AKOMEYA TOKYOから、国の企業人材派遣制度を利用して、令和6年度から飯南町役場に勤務しています。

飯南町に来て楽しんでいることのひとつに登山があります。山ごと、季節ごとに様子が変わるのが登山のおもしろいポイント。三瓶山は四季をすべて経験しました。夏は新緑と青空、秋は山頂一面にフワフワと広がるスキ畑、冬は1メートル以上積もった雪の上をスノーシューで。早春には、木々が葉を落としていたので日の光が入って視界が広く、草深いいつもの三瓶山の雰囲気とは違う風景でした。

誰かと一緒に行くときは、一列に連なって顔を見合わせずに登るので、高揚感でつついちゃべりすぎることも。一人で行っても、山頂でゆっくりとした時間を過ごせます。下山後に山の駅さんべでアイスクリームを食べてさんべ荘で汗を流すと、無事に戻ってきた達成感とほど良い疲れを感じます。

観光協会や公民館の主催で、山に登るイベント(趣向を凝らしたものが多くて楽しい)が多く開催されていて、山を身近に感じる事ができるのが飯南町の素敵なおとこです。暖かく

なり本格的に山を楽しめる時期になったので、登山イベントに参加してみてもいいでしょうか。

個人で楽しむ程度で、楽しい山登りライフをこれからも続けていきたいと思っています。



一面のススキをひとり占め



足が雪に沈んでいくので体力を使いました



みんなで作る!

笑顔あふれる飯南暮らし



「笑顔あふれる飯南暮らし」をテーマに、各地域で取組まれている活動を取り上げていきます。

今回は集落支援員の置名が、活動をレポート

“山あり 谷あり 笑いあり” 谷笑楽校から笑顔を発信中

谷地区の集落支援員の置名です。昨年、神奈川県から島根県へUターンし、このたび谷地区で活動させていただくことになりました。

実は谷地区は、わたくしの母方のご先祖様に所縁ある場所でもあります。

今から約840年前、源平合戦の折、平清盛の甥・平教経(のりつね)の子を身ごもった奥方が、8人のお供に守られ、命からがら谷地区の程原にたどり着き、そこで男の子を生みます。その子はのちに「程原入道」と名乗り、私の母方の家系はその子孫であると代々伝えられてきました。当時の谷地区の方々の温かい気持ちと勇気があったからこそ、今の自分があることを感じずにはいられませんでした。

着任先の谷笑楽校の敷地には「優便ポスト」が設置されています。これは、もう会えない人へ手紙を届けるための特別なポストで、時を超えて気持ちを伝えることができる、そして奇跡が起こる場所です。この地のご先祖様に日々感謝を伝え、恩返しとして、地域の皆さんの心からの笑顔を引き出せるよう活動していきたいと思っています。よろしくお願いたします。



4月1日に着任しました



谷笑楽校周辺の草刈り



縁の深い「入道神社」の前で