

## 飯南病院便り

## 「もしもの時に」～あなたが望むこと～

飯南病院 医師  
日高 美佐恵

皆さんは、自分の「もしもの時」のことを考えたことがありますか。ゆっくり進行する病気であれば、本人の意思を尊重しながら、医療を進めていくことができます。しかし、突然の病気で本人と意思疎通が取れなくなってしまった場合、その後の医療については、家族や身近な人の判断にゆだねられることになります。

あなたが急病で救急搬送され、病院に駆けつけた家族が、突然、医師から今後の治療をどうするか、判断を求められる場合を想像してみてください。

「1分1秒でも長く生きてほしい」と、侵襲のある医療を選択したとしても、「長く苦しめることになるのではないかと」考え、医療行為を行わない選択をしたとしても、家族にとっては葛藤の中での決断です。そして後になって、「あの決断でよかったのだろうか」と自問自答するこ

ともあると思います。

自分が親になってみると、意思疎通がとれない場合、子どもたちが下した決断であれば、受け入れられると思います。それでも、残された家族にできるだけ後悔を残さないために、自分が人生の終わりにどのようなことを望むのかは、伝えておきたいと思っています。夫とはすでに、「もしもの時」のことを伝え合っていますし、子どもたちには自立したら、話したいと思っています。

ただ、医療者である私も、なぜか自分の親にはそのことを聞けずにいます。親が高齢になった今、死を意識させてしまうのではないかと考えると、気がとがめるからです。

だからこそ皆さんには、元気うちに、自分の人生の「もしもの時」に何を望むのか、大切な人に伝えておいてほしいと思います。それは、自分の人生の最後を自分らしく迎えるためだけでなく、残される大切な人を迷いや後悔から少しでも守ることにつながるのではないのでしょうか。

## 保健福祉センター便り

## 年に一度、健康診断を受けていますか？

健康診断は、今の自分の健康状態を確認し、生活習慣を見直す大切な機会です。自覚症状がなくても、生活習慣病は少しずつ進行します。年に一度の健康診断で、自分のからだの状態をチェックしましょう。

## 健康診断後の大切な流れ



## 結果の見方のポイント

## 異常なし

- 今の生活習慣を続けましょう
- より健康なからだを目指して、生活習慣をできるところから改善していきましょう

## 要精密検査・要医療

- 必ず医療機関を受診しましょう
- 放置すると病気が進行する恐れがあります
- 早期発見、早期治療が大切です

気になることがあれば、かかりつけ医や保健師に相談してください。

健康診断をきっかけに、自分の健康と向き合い、いきいきとした毎日を送りたい！

## コラム



## 来て、見て、知った！ 飯南町のこと(8)

## いろいろできる公式LINE、使ってますか？

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5年度から飯南町役場に勤務しています。

## LINEでこんなことができます

- まちの最新情報をキャッチ  
受信設定でほしい情報だけ受け取れます
- 施設の利用予約はスマホで  
交流センターとんぼらや病児病後児保育施設「ぱぷりか」などの予約ができます
- クマ出没情報をチェック  
町内でクマが出た時に出没情報を配信します(別途、利用登録が必要です)
- クマを見たらすぐに通報  
電話だけでなくLINEからも通報ができます
- 水道の手続きをカンタンに  
名義や使用人数変更ができます

町民の皆さんの利便性向上のため、飯南町公式LINEの機能のバージョンアップを目指しています。窓口に行かなくても申請できる機能が少しずつ増え、使い方も多様に。

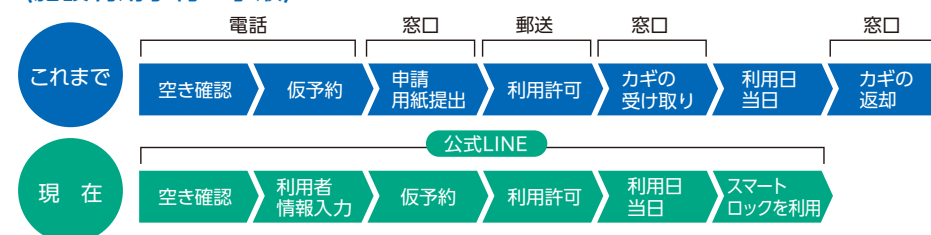
例えば、来島交流センターには、スマートロックという電子キーを設置。施設予約だけでなく、LINEにスマートロックの暗証キーが通知されるので、カギの貸し借り・返却をせずに利用できます。極端に言えば窓口を経由することがなく、手元のスマホのみで「予約から利用まで」を一気通貫・ノンストップで行える点が長所です。

LINEでできることは、基本的にすべて電話でも対応しています。ご自身の利用環境やタイミングに合わせて使い方を選択してください。

公式LINEの利用方法についてもっと詳しく知りたい方は、「使い方教室」を随時実施していますのでお問合せください。

問 まちづくり推進課 ☎76-2864

## 〈施設利用予約の手順〉



## みんなでつくる！

## 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、各地域で取り組まれている活動を取り上げていきます。

## わがまちが誇る、秋の味覚を召し上がれ

「リンゴといえば北国」—そう思い込んではいませんか。実は飯南町のリンゴは美味しさの秘密がぎゅっと詰まっています。美味しさの秘密は、標高約500メートルという標高の高さと気候条件。昼夜の寒暖差が果実に甘みを凝縮させ、豊かな果汁とみずみずしい蜜を蓄えます。そして最大の贅沢は、産地でしか叶わない「樹上完熟」。長距離輸送のために青いうちに収穫されるリンゴとは異なり、太陽の恵みをギリギリまで浴び、木の上で一番おいしく実ったリンゴを収穫できます。

身近にあるからこそ見過ごしてしまいがちな極上の贅沢。「私たちのまちには、こんなに美味しいリンゴがあるよ」そう胸を張って自慢したくなる秋の味覚を、ぜひ味わってください。

## 【赤来高原観光りんご園】

- 📍 飯南町下赤名2814番地 🕒 9:00～17:00(入園受付16:00まで)
- 入園料 中学生以上:770円(税込) 小学生:440円(税込) 3歳以上:330円(税込)
- 持ち出し料 りんご:648円(税込)/kg
- 問 赤来高原観光りんご園 ☎76-3344



リンゴ狩りに出かけてみませんか