



## 復興に向かって今だから 考えたい地域づくり

2月7日(木) 気仙沼市健康管理センター「すこやか」において、平成24年度保健福祉従事者研修会を行いました。

テーマ：これからの地域づくりに大切なもの  
講師：公益社団法人地域医療振興協会  
ヘルスプロモーション研究センター  
センター長 岩室 伸也 氏



研修会は、はじめに「健康」とは「単に病気がないとか体が弱くないということだけでなく、心身共に良好な状態」を指すことを確認しつつ、一方で現在この地域の人々は、震災のストレスで心のバランスを崩しやすい状況にあることを再認識することから始まりました。

そして、心のバランスを保つためには、土台である「家庭や地域での当たり前暮らし」がしっかりと安定すること、地域の中でお互いに思いやることができ、ストレスの加重を支えるコミュニケーションの大切さが伝えられました。

また、行政の取り組みとして、リスクの高い人への働きかけに偏らず、歯の健康に関する8020運動のような、広範な人々への働きかけが大きな成果を生むとの指摘もありました。結のメッセージとして、人々が繋がること、そのことを意識した地域づくりの大切さを伝えられました。



## 復興期のメンタルヘルスを学びました

2月6日(水) 気仙沼保健福祉事務所大会議室において、平成24年度自殺予防対策研修会を行いました。

テーマ：災害後におこりやすい精神的問題への対処法  
講師：兵庫県心のケアセンター  
センター長 加藤 寛 氏

加藤先生は、阪神・淡路大震災後の支援の経験談を交えて、大切な人を亡くした方、生命の危険を伴う悲惨な体験をした人、震災後の環境の変化で調子を崩した人、また、直接被災していても、仕事や活動を通して、ご遺体に接した人、体験を傾聴した人、活動中にけがをした人、活動に対して批判、非難を受けた人、休み無く頑張っただけで燃えつきってしまう人など、様々な要因と表れる反応及びその対応について教えてくださいました。



また、復興期にあっては、同様な条件での生活から、順調に踏み出せた人と、思うようにならない人とで、メンタルの格差が広がってしまう心配があること、気持ちの辛さからアルコールに依存することが見られること、自ら死を選んでしまった例などがあり、今後のメンタルケアがより一層大切であると話して頂きました。



## 認知症キャラバンメイト フォローアップ研修

2月14(木)に南三陸町志津川保健センターにおいて、南三陸町で活動しているキャラバンメイトを対象に、2月15日(金)には、気仙沼保健福祉事務所において、気仙沼市で活動しているキャラバンメイトを対象に認知症キャラバンメイトフォローアップ研修を行いました。



南三陸町では、以前作成され震災を免れた、特大紙芝居が持ち寄りられ、震災前の活動を懐かしみながら、活動を再開する意気込みが語り合われました。

気仙沼市では、キャラバンメイト2名による実践報告に続いて、認知症ケアの失敗例と成功例を対比する寸劇が、予定外で急遽行われ会場を沸かせました。

最後に、今後の活動などについてシンポジウム形式で話し合わせ、互いに協力し合い活動を強化することや、他のキャラバンメイトの活動の様子を見る場面を作ることなどの意見がでました。

両地区とも活動の活発化が期待される研修となりました。



## がん市民講座 ～がんと向き合う～

2月23日(土) 気仙沼ホテル観洋において、がん市民講座が開催されました。

「がんと向き合うーがん患者を支えるー」をテーマにした講座で、次の講演が行われました。

- (1) 講演「気仙沼市立病院におけるがん治療の現況」  
講師：気仙沼市立病院 副院長 横田憲一氏
- (2) 講演「がん患者を支える連携について」  
講師：石巻赤十字病院 緩和医療科部長 日下潔氏



気仙沼市立病院では、平成24年4月に外来化学療法室の設置、麻酔専門医の配置やがんリハビリテーションの実施等、がん治療の体制整備が行われています。

がんの最後は強い痛みという意識が色濃く残っていることから、気仙沼管内で緩和ケア研修会を実施すべく活動されています。

また、緩和ケア委員会が設置され、平成25年度を目標に「緩和ケア外来」の開設に取り組んでいます。

石巻赤十字病院では、緩和ケアチームを設置し、終末期の医療に取り組んでいます。在宅でも安心して生活できるように、地域医療連携室が中心となり、医療・介護など地域の資源を活用した生活を提案・調整しています。

# 復興に奮闘!

【東北大学 東北メディカル・メガバンク機構  
地域支援気仙沼センター】

今回は、昨年12月13日に開所式が行われた、東北大学東北メディカル・メガバンク機構 地域支援気仙沼センターの清元秀泰センター長にお話を伺いました。

清元先生は、兵庫県で阪神淡路大震災を経験したということもあり、東日本大震災の時、四国に居たそうですが、交通がマヒして移動がままならない中で、あらゆる手段を駆使して、3月13日には気仙沼に駆け付けてくださり、透析患者さんを北海道に自衛隊輸送機で搬送する現場リーダーをしてくださいました。そんな縁もあり、震災にはとことん向き合いたいとおっしゃってくださいました。



復興に関しては、ハード面を以前の状況に回復するだけでなく、魅力ある技術、最新のテクノロジーを導入することで、人材や産業が集まるようにしたい。地域と共に育つことを目標にしたい。ToMMo (Tohoku Medical Megabank organization <トモ>) というネーミングも「友」とか「共」を意識しているということでした。

事業としては、地域医療を支援する仕組み作りとして、医師をローテーションで派遣したり、画像診断やテレビ電話を通して専門医がアドバイスする仕組みを運用しています。また、新しい医療として遺伝子情報を集め、解析した上でその情報を活用することで、病気の発症を解明したり、個々に適した治療が行えるような取り組みを行うそうです。



スタッフも地元の人を採用して、人材育成の支援も行うことで、技術や資格を身につけてもらいたい。最先端医療を通して、気仙沼圏域を活気ある地域にして、ここから全国へ発信していきたいと話して頂きました。

ふかひれさんの

## マニアック食中毒予防講座

今回は「ボツリヌス食中毒」です!!

分布：ボツリヌス菌 (*Clostridium botulinum*) は土壌細菌の一種で、土壌中や河川、動物の腸管など自然界に広く分布。A~Gまでの7型が存在。ヒトに対する毒性はA, B, E (日本ではこれが主) が呈する。

原因食品：日本では「いすし」によるものが多い。この菌は酸素がないところで増殖するので、缶詰、瓶詰、真空パック食品、レトルト類似食品など空気をのぞいた食品が原因食品となる。

毒素：猛毒のボツリヌス毒素を産生 (地上最強) この毒は熱に弱い性質をもつ。(80℃で30分間の加熱で不活性化) 腸管から吸収されてコリン作動性の神経接合部に作用し、アセチルコリンの遊離を阻害することにより神経伝達を阻止し、筋肉に麻痺をおこす。

中毒症状：最初は下痢、嘔吐など胃腸の症状が現れ、次いで斜視、複視などの視覚症状、言語障害、運動障害などの症状が起こり、重傷では呼吸麻痺により死に至ることもある。

予防方法：食材は調理前に十分に洗浄し、また食べる前にしっかりと加熱すること。容器が膨張している缶詰や真空パック食品は食べない。

# 食物アレルギーについて学びました!

2月13日(水) 気仙沼保健福祉事務所大会議室において、気仙沼管内栄養士会研修会が行われました。

講演では、「食物アレルギーのメカニズムと対応」と題して、東京都立小児総合医療センターアレルギー科部長赤澤晃先生からお話を頂きました。

食物アレルギーの治療の基本は、正しい診断に基づいた必要最小限の食物除去であり、抗体検査で陽性となると食物アレルギーで、その食べ物を食べてはいけないと捉える人もいるが、症状がでるかということも合わせて考えることが必要なので専門医を受診して、定期的な検査と指示をうけることが大切とのことでした。



また、保育所や学校で、アナフィラキシーがおきた時にどのように対応するかを、現場で個別に決めておくことが必要で、エピペンの使い方も事前に練習することが大事ということで、試験用のエピペンで実習も行いました。

また、講演終了後、2件の活動発表がありました。まずは、気仙沼市の泉管理栄養士より、幼児の食生活と虫歯の関係について、乳幼児健康診査での問診票と虫歯の有無対比した分析結果の発表がありました。

次に、平成23年7月に開所した特別用老人ホーム「いこいの海・あらと」の梶原管理栄養士より開所から1年間の活動の様子を発表していただきました。入所者さんが調理する様子や、地域のみなさんも参加しての高齢者や一人暮らしの男性でもつくれる簡単レシピの実践など笑顔があらわれる写真をたくさん使った発表でした。



発表に引き続き、当所の大内管理栄養士から、「健康づくり野菜をもっと食べよう! キャンペーン2012」の取組結果について、活動の様子や、アンケート調査の取りまとめなど報告が行われました。

\*エピペンとは、「アドレナリン (エピネフリン) 自己注射」のことで、アナフィラキシーのすべての症状を和らげ、即効性のある注射です。持続時間が約20分と短く、医療機関で治療を受けるまでの応急処置として使われます。

## 編集後記

震災から2年が経過しました。3月11日には各地で追悼イベントが行われ、気仙沼湾では空に向かって3本の光が放たれたり、いろいろな形で祈りが捧げられました。

管内の応急仮設住宅は、民間賃貸借上住宅を合わせ3月1日現在で、6,699世帯17,530人の入居となっています。復興住宅の建設など、これから更に生活環境が変化して行く中で、少しでも支えになればと情報を発信していきますので、今後ともよろしくお祈りします。

