すなやま支援員だより

VOL.79

令和 6年 11月 発行
発行者：砂山地域集落支援員 阿部久美子
拠点施設：ぎょぎょかい めでたや
住所：塩谷1181 電話・告知端末：62-7273

うだるような暑い夏も、秋になって日が暮れるのも早く、朝晩肌寒くなってきました。秋になると、栗にサツマイモに柿、サンマに鮭、キノコ類など美味しいものがいっぱいで、ついつい食べ過ぎてしまいます。今年は柿がミドリカメムシの大量発生で不作だったり、気温差があまりなく、湿気が多いのでマツタケが豊作だったりと、これも異常気象のせいでしょうか。

季節の変わり目の気圧の変化や寒暖差で、体調を崩しやすくなったりします。引き続き、体調管理に気を付けてお過ごしください。

避難所運営ゲーム（HUG）

11 月 2 日（土）に砂山地域の自主防災の取り組みとして、砂山地域自主防災組織合同防災研修が開催されました。当研修では、避難所運営ゲーム（HUG）、防災備品の確認を行いました。避難所運営ゲーム（HUG）では、大規模災害時に応急対策活動の中で、避難者や地域住民を主体とした避難所運営を目指すため、受付場所を決めて、体育館内に通路を決め、避難者カードを読み上げ、避難者の状況や病歴や年齢などによって区画に分けていくのですが、「高齢だからトイレの側がいいね」「病気だから、教室の方がいいかな」「ペットと一緒だからこっちの方がいいね」などと避難した人の気持ちになって考えながら、カードを並べていました。

平林小学校に鼓童がやってくる！

11 月 26 日（火曜日）の 13 時 15 分から平林小学校体育館で、太鼓芸能集団「鼓動」によるコンサートが開催されます。
この公演にあたり、砂山地域・平林地域にある企業のみなさんや、砂山地域・平林地域両まちづくり協議会の協賛で、地域の皆さまに無料でご覧いただけることになりました。太鼓芸能集団「鼓童」は、佐渡を拠点として活動していて、伝統的な音楽芸能に無限の可能性を見出し、現代の再創造を試みる集団です。ぜひみなさんお誘いあわせの上、ご来校ください。 ※内履きを忘れずにご持参ください。

新潟県立坂町病院活性化促進大会に参加し意見発表をしてきました。

【以下は、意見発表の原稿です。】

私は普段、集落の課題解決や高齢者と行政をつなぐ橋渡しをしたり、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるように相談にのったりするような仕事をしています。

『今日は乗り合いタクシーで坂町病院まで行ってきたよ。』とか、体調が悪そうな人に「ひどくなる前に、早めにお医者さんに診てもらってね。』という会話が日常です。

私の住む地域では、地域の人のことは地域で見守り、助け合って暮らしています。県立坂町病院 活性化促進大会にあたり、今日は今年の３月に亡くなった父についてお話ししたいと思います。

私の父は長い間、糖尿病を患っていて、県立坂町病院の五十嵐先生にお世話になっていました。

令和元年の健康診断で異常が見つかり、主治医である五十嵐先生に診ていただいた結果、肝臓がんと大腸がんが見つかりました。

その後、がんセンターを紹介していただき、手術や抗がん剤で治療していましたが、５年間で４種類の抗がん剤をすべて試し、あとは痛みのコントロールをしながら様子を見ましょうということになりました。

父は自営業で、普段から疲れたなどの弱音は、聞いたことがないくらいよく働いていました。休みの日には船を操縦して大好きな海へ出て、魚釣りを楽しみ、いつも口癖のように、これで最後だからと母を隣に乗せて車で、北海道や京都へ出かけたこともあり、がん患者ながら、家族の心配には耳を貸さず、我が道を行く豪快な人でした。

そんな父が今年の ２ 月に入るとしきりに痛みを口にするようになりました。痛みがありながらも毎日仕事に出かけていた父が、大変可愛がっていた孫の誕生日に、痛みに耐えかね、がんセンターを受診し、そのまま入院しました。入院して２～３日後、父のもとへ面会に行くと、痛みもコントロール出来ていたのか、すぐにでも退院したいと言い出し、次の日には退院してきてしまいました。退院してきたものの、家族としては病院にいてもらった方が、安心だったのにと、なかばあきれながら「まだ痛そうだけど大丈夫なの？」と聞くと、

「自分で痛くないように加減しながら様子を見ているから大丈夫だ、痛くなったらまた病院に行くさ」

と父は言いました。その姿を見て、きっと本人は、家で過ごしたい気持ちが強いのだろうと思いました。

そこで父に「今まで通り、家で生活して、孫にお帰りを言ったり、仕事場へ見に行ったり、することができたほうがいいでしょ？入退院を繰り返すのはやめて、家にいればいいよ」と声をかけると「いいか？じゃあそうする」と申し訳なさそうな嬉しそうな顔をしました。

我ながら，看病する自信も知識もないのに、ずいぶん安請け合いをしたものだと、思いましたが、担当していただいたがんセンターの看護師さんに相談したところ、県立坂町病院の患者サポートセンターを紹介していただきました。患者サポートセンターでは、在宅療養や訪問診療、訪問看護を受けられるサービスなどについての説明を受け、できるだけ父の希望に沿えるよう相談にのっていただきました。

その後 ２、３ 日のうちに、坂町病院の近先生と看護師さんが自宅へ訪問してくださり、その対応の速さに父も家族もたいへん心強く思いました。

往診の他に訪問看護は、胎内市にある「訪問看護ステーション ラポ」さんにお願いしました。ラポさんには、がん専門の資格を持った看護師さんがいて、父の容態が急変した時、県立坂町病院の近先生との連携がとてもスムーズで、看病をしていた母の心配が減りました。父にも根気強く笑顔で接してくださったことにも感謝しています。

私の父はわがままで頑固でしたが、在宅療養をしている時は、穏やかで、家族と一緒に過ごせて、幸せだったと思います。

県立坂町病院とがんセンターの連携、患者サポートセンター、訪問看護、ケアマネージャー、すべての連携がスムーズだったことで、自宅で看取り看護ができ、悔いなく父を送り出すことができました。

県立坂町病院がこの地域にあることによって、住み慣れた場所で、多くの人が支えられ、安心して暮らしていけるのだと思いました。県立坂町病院が、これからも地域に密着した医療機関として、更に活性化し、発展されることを願い、私の意見発表とさせていただきます。