

# 結うすぽっと

刺し子(さしこ)とは、手芸の一分野で、布地に糸で幾何学模様などの図柄を刺繍して縫い込むことで、保温、補強等のため木綿布に木綿糸で補強したものが始まりとされています。さしこを一針一針縫うようにこの地域医療応援団の輪が広がるようにという思いを込めてこの言葉をつけました。予防医療としてのスポーツ・文化活動の振興・こころいい第三の居場所が創出されるようみんなで力を合わせましょう！

第2号 2013年3月31日

発行 NPO法人はらまちクラブ  
975-0071 南相馬市原町区深野字台畑15-2  
Tel・Fax 0244-22-2564  
Email: emoto@npoharamachiclub.jp  
URL: http://npoharamachiclub.jp/

福島県相双地域医療再生支援フォローアップ事業

## 講演会「楽しいたのしいお医者さんのはなし」開催



災害医療センター  
小早川義貴先生

と き：平成24年11月29日(金)  
ところ：南相馬市元気モール  
参加者：50余名  
主 催：NPO法人はらまちクラブ

### ★災害医療ってなあに？・・・地震や津波など災害のあったときに、どのように医療を展開していけばよいか考える医療チームです。

たとえば、今回の東日本大震災の後、南相馬市総合病院では医者が4名になってしまった。医者の負担が増し、患者は待たされるという悪循環に。そんな状況を助けるために災害医療チームを派遣したりしました。

### ★災害医療センターの取り組み

- ①災害が無いときは通常の病院と同じ
- ②災害医療チームの教育や研修
- ③災害のとき災害医療チームを派遣する

### ★被災地での活動内容

- ①病院支援、域内搬送、広域医療搬送、病院
- ②住民のスクリーニング検査
- ③住民立ち入り事
- ④リスクコミュニケーション  
放射能の質問に対する答え方の勉強
- ⑤街の保健師との情報共有
- ⑥よろず健康相談（飯舘村など）
- ⑦仮設住宅訪問

南相馬市のみなさんへ

外に出て、地域の人との交流や運動を積極的に行って元気になって欲しい

平成24年度福島県相双地域医療再生支援フォローアップ事業

## 「被災地の地域医療フォーラム」が開催されました!!

さる3月25日に、ロイヤルホテル丸屋にて被災地の地域医療フォーラムが開催されました。お医者様5名、市民の皆様約60名の参加でにぎやかな会となりました。お医者様からは被災地の医療の現状もさることながら、地域医療のなかのプライマリケア、家庭医の役割とは何か、これから相双地域の医療をどうしていくべきか、どう考えるべきか等々さまざまな話し合いがもたれました。

大震災、原発事故による避難生活などストレスを抱えている人達がたくさんいる相双地域の医療をささえるには、患者に寄り添い、何でも相談できる家庭医の存在が必要になってきているのも確かです。それに加えて患者さんの身近にいる家族、地域のみなさんの存在も大変重要になってきます。お互いに支え合って地域医療を支援していきましょう。

### 「お医者さんのシンポジウム」の中から



身近な医療のニーズをもった患者に寄り添う家庭医を増やしていきましょう！

福島県立医科大学教授  
葛西龍樹先生



被災者の中には眠れない人が多い。受診してしっかり治療してほしい。

緒方メンタルクリニック院長  
緒方慎一先生



大きな目標に向かう道中が大事である。ものを考える時間を大切にしていって地域医療を進めるべき

災害医療DMATT  
小早川義貴先生



精神的に負担がかかっている人がいるでも病院を訪れる人はとても少ない。周囲の人の判断が大切。

雲雀ヶ丘病院  
堀有伸先生

## 福島県相双地域医療再生計画とは

平成21年から25年末までの5年間の間に医師確保対策や、緊急医療体制の構築を行い地域医療再生計画のフォローアップを行うと共に、住民協働で地域医療を守る取り組みを支援し、地域が一丸になって地域医療再生を推進します。

### 23年度の事業紹介

#### みんなで地域医療を守り育てるために 「みんなで元気になる集会」開催

と き：平成23年11月27日  
ところ：原町区福祉会館  
参加者：100余名



『みんなの元気交歓しゃべり場』



福永哲夫  
教授



『貯筋〈筋肉貯金〉運動のススメ』

#### お茶とおしゃべりかる〜い筋トレ 「サロン・結うスポット」開催

と き：平成23年12月～  
ところ：サンライフ南相馬



『座位貯筋運動（上体起こし）』



『立位貯筋運動（横上げ）』

#### 相双地域医療再生支援フォローアップ 「感謝の集い&地域医療懇談会」

と き：平成24年3月21日  
ところ：ロイヤルホテル丸屋  
参加者：お医者様5名  
市民の皆様60名



高橋亨平先生に感謝状贈呈



たくさんの市議会議員の皆さんもご出席！

そして、経済産業省の「東北復興に向けたヘルスケア構築推進事業」として、

## 24年度は南相馬元気モールを開設しました!!

いつ来てもいつ帰ってもいい赤ちゃんから高齢者までのまちのみんなの第3の居場所；南相馬元気モールが8月28日にオープンしました。

“お茶とおしゃべり、そして軽〜い筋トレ”は貯筋運動やラジオ体操&みんなの体操、ストレッチからゆる体操などの運動プログラム。健康相談、お茶おしゃべり、ゲームや歌、文化も生涯学習も、編み物手芸やパッチワーク、ゲストトークとメニュー満載の元気モールはこのモデル事業を終えた後も継続運営しており、いまや元気の基地、元気ファクトリーとなっています。

ここでも地域医療のことを考え、守り育てることを実践しております。

25年は福島県立医科大学6学年のお医者さんの卵の地域医療臨床実習も行われます。



【貯筋運動】



【太極拳】



【お茶べり】



【マジックショー】



【チャイルドハウス】