



はじめての Birthday

6月に晴れて1歳の誕生日を迎えられた子どもたちを紹介します！



丸山 6・11
暁生 瑠くん (山崎)

あいるくん1歳おめでとう！これからも、いっぱい楽しい思い出作って行こうね！



丹 6・18
慎太郎くん (稲沢)

ニコニコ笑顔で甘えん坊な慎太郎！これからも元気いっぱい、大きく育ててね。



栗田 6・26
健佐くん (七日町)

きかなしの片鱗を見せてる健佐君、もりもり食べて健やかに育ててね！

KANEYAMA 地域おこし 協力隊がゆく！

落花生、アスパラガス、ごぼう…
今年もたくさん栽培します！
三膳正桜 隊員



今年も早いもので7月、1年の折り返しを迎えました。今年の夏は「暑さは例年並み、雨多し」との予報でしたが、どうなるでしょうか。昨年のような猛暑でないことを祈ります。

最近の活動を紹介します。まずは、昨年も栽培した落花生。今年は私個人として昨年の8倍の作付けを行い、出荷規格を意識して育てています。

出向先の農事組合法人いずえむでも落花生を栽培しています。シーダーマルチャーという機械でマルチと同時に播種(写真左上)を行いました。慣れないので色々手間取ってしまいましたが、広いほ場ではかなりの時短となりました。

続いてアスパラガスの育苗(写真右下)です。現在は稲沢地区のほ場に定植しました。来年の春に収穫できるように株養成をしているところです。11月までに草丈120cm以上に栽培することが目標です。

最後に実験栽培をしているごぼう(写真右下)です。深く耕耘できなかつたので、塩ビパイプをほ場に突き刺して栽培しています。9月中旬以降に収穫予定です。将来的には、ごぼうたきを金山産ごぼうで提供できることを夢見ています。

落花生とごぼうは昨年同様に皆さんに試食していただく予定です。ぜひ感想をお願いします。

▼理学療法士となり8年目。地元金山で親しみやすい理学療法士を目指し、診療所に勤務することとなりました



リハビリと聞くと、歩く練習や関節を動かすといった運動を思い浮かべるのではないのでしょうか。実はそういった内容はごく一部にしか過ぎません。その人が送りたい生活を実現するために、何が必要か様々な角度から考えます。例えば、ある日脳梗塞で倒れ、体の半分が動かなくなりました。誰しもが落ち込み、今後どうなるのだろうと不安に打ち

ひしがれることでしょうか。そういった不安や焦りを少しでも軽減できるように、「だいぶ力がついてきたね」「前よりも早くなった」と改善点を伝え、精神的なサポートを行います。徐々に動けるようになれば、排せつ動作や服の脱ぎ着といった日常生活動作の練習、さらに良くなれば料理、車の運転といったより実践的な練習も行います。そして、いざ退院となると不安になるのは家族です。老々介護の負担や自宅に段差が多くて転びそうになるなど様々な問題が出てきます。家族への支援も我々の仕事です。介護方法のアドバイス、住宅改修や福祉用具のアドバイスも行います。また、生活に慣れるまで家でリハビリを行いたい方には「訪問リハビリ」もあります。

リハビリテーションの本質は障害が残っても、生きがいを持ってその人らしい生活を送れるよう支えることにあります。畑仕事をしたい、孫の子守りをしたいなど、その人らしい、様々な生きがいがあると思います。その手助けをするために、我々があります。何か不安なことがあれば、ぜひご相談ください。皆さんの生きがいを支えたいと強く思います。今後ともよろしくお祈りします。

町立金山診療所だより

ほっとクリニック vol.125

生きがいを支えるリハビリ

町立金山診療所
理学療法士 加藤良



■ときどき入院、ほぼ在宅

高齢になると、心身機能の低下や病気のために、食べられない、歩けない、排泄や入浴ができないなどという状況になりがちです。そんな時は病院や診療所への入院を考慮することでしょう。また、人生の最期も医療機関で迎えるのがほとんどです。しかし、全ての場合がそうだと今後病床数は足りなくなり、医療費も莫大になってしまいます。

状態が安定している時はサービスマンや支援を受けながら家で過ごし、必要な時だけ入院する「ときどき入院、ほぼ在宅」という考え方が、これからは大事です。



Forever in My Town!

いつまでも 住み慣れた金山で

Part.8

Enjoy My Life!

金山町地域包括支援センター
(役場健康福祉課内)
☎ 52-13035



マップは健康福祉課窓口にあります

■マップを参考に！

在宅医療と介護連携マップには、地域の医療機関や介護福祉事業所、相談窓口のほか医療と介護がどう連携するかを記載。どうしても転院や施設入所が必要な場合もありますが、高齢者ご本人の意志を尊重し、関係者が退院前に話し合い、「退院したら、まずは在宅で生活する」ことを第一に考えています。高齢者の皆さんが自分らしく生活できる地域づくりを目指しましょう。