



医療法人社団萌気会  
在宅療養支援診療所(二日町)  
在宅療養支援有床診療所(浦佐)

12

Vol. 379  
2023/12.15

# もえぎ

星野虎一郎 さん書



みんなでピンク・レディー  
アブコール!!



二人羽織



すみれ草 文化祭  
撮影地:すみれ草  
撮影者:すみれ草職員



## 診療所からのお知らせ

インフルエンザの季節です。予防接種はお早めに。  
詳細は萌気会ホームページをご確認ください。



利用者さんが毛糸で作った  
可愛い作品がたくさん!!

### インフルエンザと紛争(戦争) /

あやめの“nice middle & mego chan”紹介と、 あやめ診療所の“もう一つのjob”紹介……………	2
第5回日本緩和医療学会 関東甲信越支部学術大会 参加報告……………	3
黒岩卓夫一代記……………	4
厨房より愛を込めて/安心コラム……………	5
第11回【みんなの食堂】……………	6
書籍紹介……………	7
利用者紹介/事業所紹介/編集後記……………	8



## インフルエンザと紛争（戦争）



萌気園浦佐診療所 常勤医師  
田邊 繁世

寒くなりインフルエンザ感染が流行ってきました。コロナウイルス包囲網が少し緩和されたためか、今年は夏場もインフルエンザの患者様を多く見かけました。

インフルエンザは1900年ごろにその存在を確認されていますが、第一次世界大戦中に5億人以上の人が感染し、4000万人が死亡した、いわゆる“スペイン風邪”で有名になりました。戦争中の統計なので実際はもっと多くの方が亡くなったと予想ができます。ある統計では当時は2.5%以上の死亡率だったと言われており、現在のインフルエンザ感染に伴った死亡率0.03%前後と比べると当時の死亡率の高さがうかがわれます。

このスペイン風邪の正体は、インフルエンザA型です。

もともとインフルエンザウイルスは鳥を宿主としていましたが、遺伝変異などを経て、人に感染するようになります。

戦時下での不衛生な環境、必要な物資の不足などの悪条件が重なった結果、これだけ多くの感染者、死者を出したと考えられています。

この原稿を書いているのが令和5年の10月後半。世界では大きな紛争、戦争が起こっています。ある地域では東京都より小さな土地に何百万人もの人が追いやられて、物資も水も電気もない状態で過ごしています。不衛生な状況下でももちろん感染症も流行ると考えられますが、インフラが破壊されていたり、物資がなかったりでまともに治療も受けられていません。戦争や紛争が起こるのはさまざまな理由があると思いますが、インフルエンザを踏まえた感染症などの病気は人間の事情など関係なく、襲いかかってきます。

この原稿が印刷される頃には、争いごとが治っているのを切に祈っています。



## あやめの“nice middle & mego chan”紹介と、 あやめ診療所の“もう1つのjob”紹介

萌気園あやめ診療所  
主任 鈴木 美智子(公認心理師)

今年の9月、事務職員横山さんの長女が誕生しました！10月にお披露目に来てくれた時の写真です。とても、cuteです。皆が、笑顔でデレデレでした。「私の誕生した頃は、写真は白黒だったなー」と思いつつ、シャッターを切りました。

ふと、自身の小学校の事を思い出します。私は整列時の“前ならえ”がわかりません。(笑)言葉の意味はわかります。しかし、具体的にどこをどうしたら真っすぐになるのか、感覚として理解できません。残念ながら集団において一番チビだったことが多く、“前ならえ”をする機会が少なかったことは幸いでした。時には、適当に誤魔化して“前にならったふり”をしたこともあります。大人になった今でも、“周囲を見て、前にならったふり”で生きています。でも、やっぱり一番前が、好きですね。

あやめ診療所には、感性が違うために生きにくさを感じて悩みを抱えた人も沢山相談に来ます。あやめの重要なjobとして、当院に来た際には、“いい加減（良い加減）で生きてゆける術”を伝えていきたいと思っています。



“nice middle (柿原医師)  
&  
mego chan (横山baby)”





## 第5回日本緩和医療学会 関東甲信越支部学術大会 参加報告



萌気会 理事長  
萌気園浦佐診療所 院長 黒岩 巖志

新潟県立がんセンター新潟病院の緩和ケア科部長の本間英之先生からお声掛け頂き、10月に栃木県足利市の赤十字病院で開催された上記大会にシンポジストとして参加したので報告します。

シンポジウムのテーマは、『地域から発信する緩和ケアへの思い』。関東甲信越それぞれの都県から一人ないし二人が登壇しました。

私は、当地におけるがん終末期患者に対する在宅緩和ケアに関して、約7年間の取り組みを報告しました。多職種での緩和ケア教育、ICTによる患者情報共有、病院-在宅間の相互理解の促進、在宅医・訪問看護師の乏しい当地での問題・課題、について話しました。シンポジウム計12演題のうち神奈川県からの発表をご紹介します。

### こどもホスピス

2021年11月に日本で二つ目の『こどもホスピス』として開設された『横浜こどもホスピス〜うみとそらのおうち』の活動を、看護師の津村明美さんが報告してくれました。

『こどもホスピス』は、小児がんや難病など生命に関わる病気を抱える子どもとその家族のための施設です。多くは、医療・福祉・教育など様々な制度の狭間で孤立し社会的に大きな負担を抱えています。そこに手を差し伸べ支援するのが『こどもホスピス』です。

『うみとそらのおうち』は医療機関ではなく『第二のおうち』。海辺に立地し、窓から海が見渡せて、室内は光が差し込む柔らかい雰囲気になっています。子どもが過ごしやすいよう工夫されているのはもちろんですが、家族全員が楽しみながらリラックスでき、思い出として心に残るような体験ができるようにも工夫されています。ベッドから浴槽までは天井から吊るされたハンモックに寝たまま移動ができます。天井には大きなブランコが吊るされており、ピアノもあります。家族全員で料理を楽しめる大きなキッチン。温水プールとしても利用できる大浴槽のお風呂。お風呂の壁には巨大な映像が映せるようになっています。家族で宿泊もできますが、宿泊は比較的少なく日帰り利用が大半とのこと。運営財源は、認定NPO法人に対する寄付金、会費、各種助成金。利用目的は、子どもが病気や治療によって経験しにくい『やりたいこと』を叶えたり、いつも我慢している兄弟姉妹が思いっきり遊んだり、いつも緊張して頑張っている両親が心を緩めてリラックスしたり、と多岐に渡ります。地域と連携したイベントも多く、このおうちは地域と共にあります

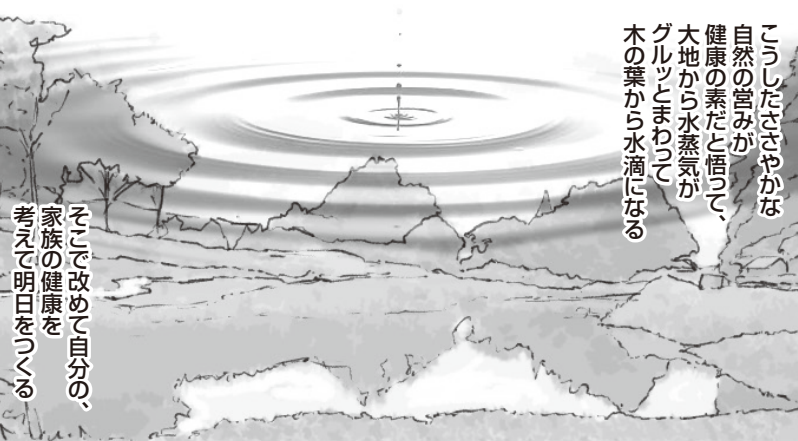
ここを利用する子どもや家族は、そのうちに自分を取り戻し、自らの力に気づいていくとのこと。スタッフは、子どもたちが、生きている『今』という時間を豊かに過ごせることを大切に、今ある時間の意味や幸せを認識できるよう対話を重ねます。その子と家族の笑顔のために地域一体となり支援を続けています。

### 私が経験した小児在宅緩和ケア

私は、小児がん患者の在宅医療を経験しています。幼い子がなぜ今最期を迎えなければいけないのか？ 祖父母よりも早く・・・医療者としてだけではなく人としてどう寄り添うことができるのか？週に一回30分ほどの訪問で自分は何ができるのか？私は、その子が笑顔でいられる、その子が輝ける時間を少しでも作りたいと考えました。その子が大好きなポケモンのキャラクターを多種プリントアウトして持参しポケモン勉強会（その子が先生）を開いたり、パソコンを持参しポケモンクイズを二人で楽しんだり、一緒にポケモンのテレビを見たり・・・私にできることは限られていたし、一緒に過ごした時間は短かったですが、私にとっては掛け替えのない大切な思い出となりました。

全国に二万人いると言われている『生命に関わる病気を抱える子ども』とその家族のために、『こどもホスピス』が全国に広がることを願っています。

第37話  
健康やまとびあ  
都市と農村の  
共同プロジェクト



自分の健康、生命の多様性に気付く事。池にポットと落ちる水滴（露1滴）の波紋から、静かでも生きていること。そんなことに目覚めて都会に、家族に、職場に帰っていくこと。「健康やまとびあ」は気付きのネットワークにした。その仲間も増やしたい。10数名のグループで2泊3日を過ごす、東京へ帰って、やまとびあ思い出の会を楽しんでいるとか…。



# 厨房より 愛を込めて

関 裕美子  
阿部 昌子

## 宮崎県のご当地グルメ

### 献立

ご飯

チキン南蛮

ピーマンのカレーきんぴら

ざぶ汁

赤大根のなます

マンゴープリン



チキン南蛮は宮崎県延岡市発祥。昭和30年代に延岡市内の洋食店で賄い料理として作られたのが始まりと言われている。



ざぶ汁は主に根菜などの野菜をざぶざぶと煮ることから名前がついたと言われている。日常の家庭料理として食べられている。



マンゴーとピーマンは宮崎県の名産品です。

### ※編集長より

利用者さんから大変ご好評いただいているご当地メニューですが、召し上がった利用者さんからの「厨房職員がご当地メニューに頑張って取り組んでいる様子をもえぎ新聞に掲載してあげてほしい」とのご要望にお応えして、今回ご紹介しました。今後もできる限りお伝えしたいと思います。

## 安心コラム

## 人口減少とは

住んでいる人たちが、ここは良いところだ。住みたい、暮らしたいと思うところは増え、隙あれば逃げ出したい、子は東京に住んでほしい。なるべく大きな会社に入ってほしいというところへは他所からくる人はいない。

私のふるさととの村、信州美麻村は現在人口900人、小中学校生100人、しかしそのうち約40人が移住者の子、大町市街地から約30人、山村留学生15人、地元10人となっている。

今回は移住者が話題。私はこの魚沼に53年前に1人でやってきて、今は子7人(パートナー7人)孫18人いる。新潟県内には5家族23人。南魚沼市19人でかなり人口増も貢献している。私はまず四季に特徴あり、スキーもすぐ上手になり、子どもには最高。食は豊かで美味しい。伝統食はユネスコ推薦の和食だ。情報革命の時代、仕事も自分で創ればよい。一方女性一人でも移住して自分で仕事をつくっている人も少なくない。人口は意識と職づくりが基本ではないか。皆さん一緒に考えよう。



Dr. T. Kuroiwa

# 第11回 みんなの食堂

12月3日 (日)

事務局  
田中 伊織

12月3日(日)大和通所介護「地蔵の湯」にて今年最後の【みんなの食堂】を開催いたしました。

【みんなの食堂】は目に見える活動として、こどもたちに食事を提供していますが、その延長線では、居場所づくり(こども同士、親同士のコミュニケーションの場)や孤食、あるいは経済的貧困、家事のワンオペの緩和など、社会の課題解決を図ることも目的としています。

新型コロナウイルスと共生のなか、【みんなの食堂】もテイクアウト形式を取らざるを得ない状況にありましたが、少しずつ社会経済活動が正常化されたなか、屋内での飲食、お子様向けのゲーム等を実施しました。

大きなテーブルを皆で囲み食べる食事や、学生ボランティアの方々とのゲームにはしゃぐこどもたちの姿、初めて会った子供同士で将棋を打つ風景を見ると、目的である居場所づくりや孤食を少しでも改善できることに実感を持ってました。

【みんなの食堂】は、こども同士、親同士のコミュニケーションの場に留まることなく、食事を提供してくれる人や、食事を食べに来た高齢者など、地域の多様な人とのつながりを育み、地域住同士のつながりが強くなることで、防犯や地域活性化など…色々な面でも良い影響が期待できます。

今後も【みんなの食堂】を継続して活動することが何より重要だと考えています。そのためには、無理せず出来る範囲で活動することが大切で、自分達の生活を過度に犠牲にすることなく、沢山の仲間たちと共同し、しっかりと地に足を付けて活動を行っていきたいと思います。

活動に共感し共同して下さる多くのボランティアの方々に感謝し、【みんなの食堂】の継続と発展を切に願います。



今回のメニューは  
ドライカレーとフルーツエ



配布物品を確認する  
黒岩 卓夫先生



「地蔵の湯」内での交流の様子

地域の皆さまへ恒例のイベントのお知らせです！

第15回

## さくり温泉歳末感謝祭

臨時バス  
運行します

令和5年12月24日(日)10:00~17:00

当日入浴回数券販売

特別価格

\*枚数制限無し

1シート6回分

通常2,600円(税込)

2,000円

(税込)

※当日、回数券購入の方へプレゼントあり！先着150名様  
お一人様10シート以上購入でさらに粗品あり！！

入浴回数券の事前予約を受け付け中～

- ・12/23(土) 20:30まで(受付中、前金にて承ります。)
- ・引換えは12/25～1月末まで回数券と交換致します。  
交換時、粗品差し上げます。

さくり厨房特製  
お赤飯  
販売します！  
なくなり次第終了

\*感染予防対策を講じた上で開催致します。また、内容が変更する場合がございます。

さくり温泉健康館 南魚沼市宮1119 ☎025-774-2802



## 書籍紹介

# 「困ったらここへおいでよ。 日常生活支援サポートハウスの奇跡」

著者：林 真未

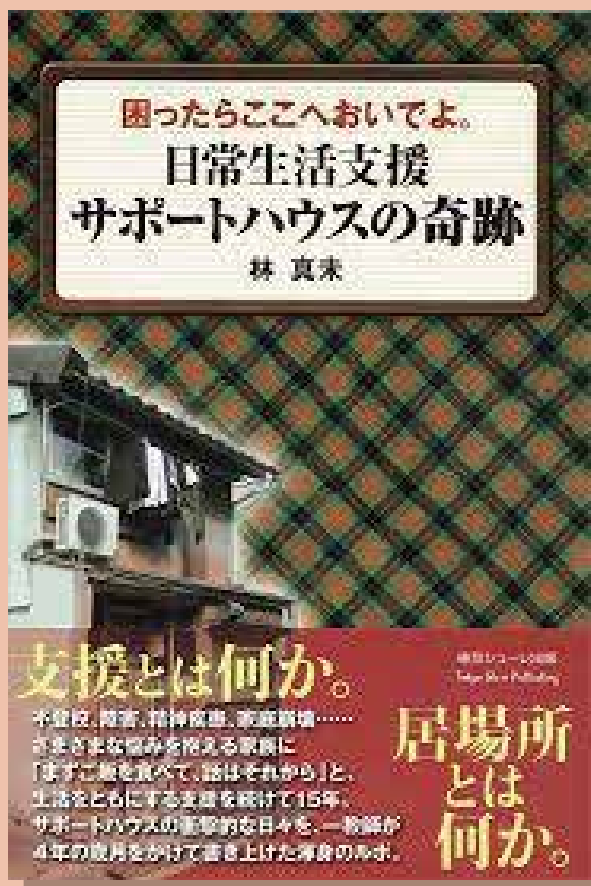
2018.5.20 東京シュレー出版刊

### 著者の経歴：

1964年東京生まれ、立教大学卒25歳のとき女子高生コンクリート詰殺人事件に衝撃を受け、犯罪予防の根源は人が幸福に育つことと家族支援者を志す。3人の子育てをしながら教育、心理、福祉を独学、39歳のとき通信教育でカナダ・ライアソン大学家族支援職資格課程を修了、日本人初のファミリーライフエデュケーターとなる。44歳で教員免許を取得、公立小学校教員として勤務。子ども家庭支援センター、子育てひろば、小規模保育園などを運営する、NPO法人「手をつなご」の理事でもある。

### 本のあらすじ

居場所とは何か。支援とは何か。不登校、障害、精神疾患、家庭崩壊…さまざまな悩みを抱える家族に「まずご飯を食べて、話はそれから」と、生活をともにする支援を続けて15年。サポートハウスの衝撃的な日々を、一教師が4年の歳月をかけて書き上げた渾身のルポ。



### ◆感想◆

「まずはご飯を食べて、それから話を聞かぬ」これが山本実千代さんの第一声。金沢でサポートハウス（通称サポハ）を運営している「おばちゃん」の「困った」を抱え込んで、サポハを訪ねる人にかける言葉。

予約なし、書類なし、突然訪ねてくる人を、選ぶことなく受け入れる。自分自身の過去を思い、両親なし、家もなし、という少女アリサを家族の中に入れた。「おばちゃん」自身、小3の時両親が離婚して、母子家庭になり、その母も小5の時に蒸発、小3の弟と二人別々の家に引き取られ、育てられる。

実千代さんは知的障がいの息子さんと内縁の夫との3人暮らし。そこに少女アリサが同居し始めて、2002年サポハが始まった。どこかの集会で知り合った林真未さんは、感動して、サポハをこの本で紹介した。（2018年）

この本が出た時、林真未さんは私に送ってくれた。私が感動して、山本実千代さんと会ってみたいと言ったそうだ。それで、10月14日（土）に真未さんと美千代さんが、我が家を訪ねてくれた。15日に、子ども園でコンサートを聞き、実千代さんは「生演奏なんて10年ぶり」と言い、ランチは地蔵の湯で開いた「薬膳の会」でとることになった。食べ物と体の関係を薬剤師の金井秀樹、明子夫妻からとことん聞いて「勉強になった」と言って帰って行かれた。実千代さん63歳、真未さん58歳。11月19日、26日、フジテレビ系で2週連続で放映されました。

社会福祉法人 桐鈴会  
理事長 黒岩 秩子

## うちの利用者さん

### 小規模多機能居宅介護「たもんの郷」

九日町生まれの芳夫さん、若い頃は16歳で木場の弟子入りをしてその後は地元の板金屋でお仕事を40年近くされていたそうです。

浦佐駅や湯沢駅の屋根作りにも携わっていたそうです。

たもんの郷の宿泊時は晩酌を楽しまれ色々なお話をしてくださいませ。

これからもお元気でお過ごしください。



高橋 芳夫様

## 事業所紹介

### 小規模多機能ホーム「さくりの郷」

#### さくりの郷創立記念 お寿司の会

小規模多機能ホームさくりの郷はおかげさまで10周年を迎えることとなりました。これもひとえに、五十沢地域の皆様方のご支援の賜物と深く感謝申し上げます。

ちょうど創業日の11月15日、さくりの郷にてお寿司の会を行いました。毎年恒例の行事でして皆さんも楽しみにしている行事の一つです。今年も創業以来よりお世話になっているご近所のお寿司屋さんに握って頂きました。

やっぱり今年もお寿司が届くと皆さんソワソワしちゃいます。そしてこれも恒例ですが目の前にお寿司が届いた瞬間、たまらず手が伸びてしまいます。普段、食の細かい方もいつも以上に召し上がられていました。お寿司の力ってすごい!

ご利用者さんに感想を尋ねると「この寿司は日本一だよ! なんてって米が違うよ。」とのお話でした。

これからもさくりの郷は「気まま そのまま ありのまま」「困ったときはお互いさま」をモットーに地域に根差した施設づくりを続けていきます。



## 編集後記

萌気園浦佐有料老人ホームハイマート ハイム・島田  
伊藤 広子

今月のもえぎ新聞は、ご当地グルメ、さくりの郷10周年お寿司の会の記事など、食の話満載でした。

今年も残すところ、あと何日、お正月には皆さんどんなお料理を召し上がりますか?

私は料理の本をめくりながらあれこれ考えるのが、とても楽しみです

日ごとに寒さが増す時期ですので、体調管理注意して頂き、新しい年を健やかに迎えられることを願っております。

今年一年間、もえぎ新聞をお読みいただきありがとうございました。(伊)