



医療法人社団明気会
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)

もえぎ

6

岡村克子

さん書

Vol. 397
2025/6.15

こごみ採り

(コム・ソフィ利用者 岡村 チエ子様)

撮影地:二日町診療所

撮影者:小林 順正

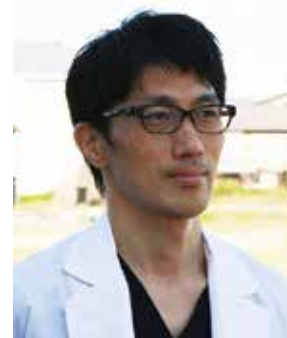
INDEX

- 2 ■ 带状疱疹ワクチン
- 3 ■ 臨床検査技師の役割／登川ドライブ・母の日
- 4 ■ 黒岩卓夫一代記
- 5 ■ ちまき作り・母の日デザートバイキング
- 6 ■ 金誠館バイキング
- 7 ■ さくり温泉 初夏の感謝祭／今年も夏まつりを開催します
- 8 ■ 利用者紹介／ふみ／編集後記

※連載「老いと死について」は都合によりお休みします

带状疱疹ワクチン

2025年4月から65歳以上の方などへの带状疱疹ワクチンの予防接種が、予防接種法に基づく定期接種の対象となりました。国と市町村からの補助により割安で受けられます。費用は全国の市町村により異なりますが、予防効果の高い方は割引価格で自己負担約2万～3万円、予防効果がやや劣る方は3千円～4千円です。



国が高齢者の带状疱疹の予防に注力する理由は？ ● ● ● ● ●

高齢化に伴い高齢者の带状疱疹患者が増加しており、特に高齢者は若年者に比べ重症化しやすいことが分かっています。ワクチンは発症予防および重症化予防に寄与します。また、带状疱疹の皮疹が治癒した後も数か月、人によっては数年間痛みが続き、著しく生活の質が低下する『带状疱疹後神経痛』は70歳以上だと30%に起こります。ワクチンは、この带状疱疹後神経痛の予防にも寄与します。

過去に带状疱疹を発症したことのある人もワクチンが必要？ ● ● ● ● ●

ほとんどの人は一生涯で一回しか带状疱疹を発症しません。二回以上発症する人の割合は、1～4%と稀です。二回発症する場合、初発から再発までの平均期間は約13年と言われています。二回目以降は、症状が軽くなるだけではなく、带状疱疹後神経痛に陥る頻度も低下します。以上より、一度発症したことのある人は少なくとも5年程はワクチン接種不要と考えられます。尚、带状疱疹に罹患したあと間を開けずにワクチン接種を受けたとしても身体に害は無いことが分かっています。

二種類のワクチン、どちらを打てばいいの？ ● ● ● ● ●

	発症予防効果	带状疱疹後神経痛の予防効果
一回接種の生ワクチン (安価)	接種後1年で6割 接種後5年で4割	接種後3年で6割
二回接種の組み替えワクチン (高価)	接種後5年で9割 接種後10年で7割	接種後3年で9割

※両ワクチンとも、重症化予防効果（発症したとしても皮疹や痛みの程度が軽減する効果）は発症予防効果よりも高いです。

带状疱疹は、80歳までに約3人に1人が罹患する頻度の高い疾患です。50代から増え始め、70代が最も罹患率が多いので70歳になる前に予防接種を受けるのがお勧めです。上の表を参考にどちらのワクチンを受けるかご検討ください。

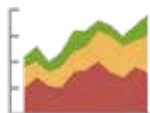
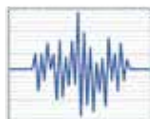
臨床検査技師の役割

臨床検査技師（以下…

前にも同じような文

検査技師）を皆さんご存
じでしょうか？実は診療
所で勤務する検査技師
はそれほど多くありませ
ん。病院でいうところの
検査する人です。採血や
尿検査、血液検査を行
い、心電図やエコー検査
をするなど、多岐にわた
ります。特に病院では、
専門性を生かし、各部署
に専門的知識を持った検
査技師が配置されている
のが一般的です。しかし、
診療所の検査技師は、多
くの場合、専門性だけで
なく、診療所で行う検査
全般的な知識を駆使し、
業務に当たります。

専門性もそうですが、
総合力も必要になる場
合が多いです。もちろん
わからない事も多く日々
学びです。



登川ドライブ



二日間に分けて、登川
へ鯉のぼりを見に行っ
て来ました！

残雪もあり、そよ風が
吹いていてとても心地
良かったです。皆さん喜
ばれていました。

コム・ソフィ & すみれ草

母の日にハート付きの
プレートをお渡ししまし
た。

名前入りなので、サー
ビスをご利用になる際の
バックなどに飾り付けて
いる方もいらっしゃいま
した。



母の日

和解ある老いと死

喜捨 4

原作・黒岩卓夫 画・福留慶 方言アドバイザー・おかっぺ

すえさんは
その後仏様に
手を合わせる
ようになった



末子が生まれ間もない頃
子の将来を悲観し
悩んでいた時
とある信者に

この子はあんたで
なきや見れぬすけ、
仏様から
授かったがだよ

と言われたが、
その時は素直に
受け止められなかった



しかし、子どもが亡くなり
ようやくその言葉が
心に蘇ったのだった

こうして
すえさんの人生最後の
舞台が始まった



先生、私は
たくさんの
大事な人と
別れてきました

どうして自分だけが
生き残って
いるかだか、
考えてたんです



そしたら、
残りわずかな
時間に、私の
心ばかりの気持ち
人さまに恩返しする
ことが残っていると
気づいたんです



すえさんは
心をあげると言っても
そんな大それたことを
しようとは思っていなかった

自分の手でできる
小さな贈り物を
差し上げようと
決心したのだった



死んだ子どもに
心をかけてくれた人たちに
手拭きや雑巾をあげた



山菜の時期になれば
朝早くから山へ入り
木の芽・ワラビ・フキなど
採れるだけとって



自分の子や
親しい人たちに
持って行つた



目が見えなく
なつてから気持ち
の方はすつと
楽になつて

亡くなった
子どもや、夫の
笑っている懐かしい
顔が浮かぶように
なりました



翌年の春

先生、
また春を
迎えることが
できました



すえさんは
自分を蝕む病を理解し、
一緒に生きている

アサツキは
食べてみましたか？

実は夫が
大好きだった
んです



夫の好きだったかを
先生に食べてもらえば、
こらほど嬉しいことは
ありません



アサツキの
真珠のような輝きは
すえさんが今まで
流した涙や、
透き通るような
慈愛の心なのかもしれない



すえさんにもらつた
スグリの木は
梅雨の明けた
庭の片隅で
硬い青い実をつけた



夏になれば
真紅に染まるだろう

すえさんの温かい心が
毎年、赤い実を
つけてくれることを祈つて



【おわり】

大切なものをたくさん失い、見えなくなった目になって見えることができた、すえさんの慈愛に満ちた世界。その世界の素晴らしさを、お裾分けをいただいた人も感じていたと思います。この温かいエピソードを多くの方に読んでいただき、同じように感じてもらえたらと思い、心を込めて完結編を描かせてもらいました。すえさんが繋いでくれた慈愛の輪が少しでも広がることを願って。(福留)

大相撲力士 天一さん来訪

萌気園浦佐有料老人ホーム「ハイマートハイム・島田」●●●●●

南魚沼市出身の力士、天一さんが以前からお知り合いの利用者さんに面会のため、ハイマートに来訪されました。ひとりひとりに名刺代わりのステッカーを手渡ししてくださり、皆さんが大変喜ばれ、笑顔で過ごす時間となりました。

天一さん、来訪ありがとうございました。



ちまき作り・母の日デザートバイキング

萌気園小規模多機能ホーム さくりの郷 ●●●●●



ボランティアさんにもお手伝いをしていただきながら上手に作ることができたので、15時のおやつにみんなで美味しくいただきました。



母の日デザートバイキングでは、職員手作りのパンやゼリーなど色々ご用意したなかから、みなさんに好きなものを選んでいただきました。特に、辻占いお煎餅が人気でした。



お出かけリハビリin金誠館

通所リハビリセンター浦佐 ●●●●●

コロナ禍により中止、縮小されていたお出かけリハビリですが、今年は金誠館にて開催することができました。

お出かけリハビリとは

リハビリセンター浦佐では毎日たくさんの利用者が来所され筋力トレーニング、歩行訓練、階段昇降等、日々リハビリを頑張っています。

そのような中で、外を歩く、買い物をする、人とご飯を食べる…そんな外出機会が少なくなっている方が多くみられます。お出かけリハビリは、リハ仲間との外出の機会の提供と、日頃のリハビリの成果をバリアのある社会環境で確認できるチャンスとなっています。



魚野の里で時間の許す限り買い物を、金誠館ではバイキングでお腹いっぱい食べ、リハビリ仲間との時間を楽しみました。

“いつもより長い時間歩けた!”

“お世話になっている人にお土産を買えたよ。”

“今まで曜日違った人とも話げできた。久しぶりにこんな会に参加することができた。”

など、たくさんの嬉しい声を聞かせていただくことができました。



地域の皆さまへ、日頃の感謝 ♡ を込めてイベントのお知らせです！

臨時バス
運行します



さくい温泉 初夏の感謝祭

販売

・赤飯 ・果物
・たこ焼き・パン



R7、**6月22日(日)** 10:00~17:00

※当館は 2026年(R8)7月31日に閉館することになりました。
創業よりご愛顧頂きましたことに、厚く御礼申し上げます。

入浴回数券には使用期限があります。お手持ちの入浴券につきましても、
払い戻しができませんので、2026年(R8)7月31日までに使い切って頂
きますよう、お願い申し上げます。

入浴回数券の特別販売

1シート **2,000円**
(6回券) (税込)

さくい温泉健康館
南魚沼市宮1119 ☎025-774-2802

入浴回数券の事前予約 只今、受付中！

- ・前金にて承ります
- ・6/21(土)20:30まで受付
- ・引換えは6/23~7月末までにお願ひします

※内容が変更する場合がございます

次回8月イベント開催予定です

今年も夏まつりを開催します!!

もえぎ夏まつり実行委員長
山田 春樹

今年ももえぎ夏まつりの開催が決定しました！

食べ物ブースは焼きそば、焼き鳥、フランクフルト、飲み物ブースでは生ビールやコットンキャン
ディージュースなども準備中です。キッチンカーはたこ焼きの移動販売洋泉、ひなたぼっぼが
出店していただきます。子どもブースでは輪投げやスタンプラリー、抽選会などのイベントも
企画中です。

また今年は暑熱対策で診療所やリハビリセンターを開放します。普段見る事のない施設の中
も見学してってください。

どうぞお誘いあわせの上、ご来場ください。

○開催日時:8月3日(日) 11:00~13:00

○会場:浦佐診療所駐車場



今年もたくさんの皆さまのお越しを、お待ちしております。

小規模多機能居宅介護 たもんの郷

後山で生まれ育ち、後山に嫁いだそうです。若い頃は、夏場は糸引きや畑仕事、冬になると静岡でみかんの収穫のお仕事をされていたそうです。

質問…
後山はどんな所ですか？

山本さん…
後山の冬は雪が多くて大変だけど、春になれば山菜も採れるし、何でもあるから住めばイイ所だよ。

質問…
たもんの郷をご利用された感想はいかがですか？

山本さん…
お世話していただいてありがたい。ご飯もおいしいから残さないよ！

いつも穏やかで優しい性格のミチ子さん。控え目な所もありますが、手作業では他の利用者さん達と一緒に参加され、丁寧に作品作りに取り組まれています。



山本 ミチ子 様

ふ み

小規模多機能ホーム さくりの郷

母(もうすぐ100歳)は2023年4月からさくりの郷の皆様のお世話になっております。

若い頃から人前が苦手で、近所の方がお茶飲みに来て下さればお茶飲みしますが、決して自分から訪ねて行く事はしませんでした。

そんな母の介護サービス利用はうまくいくのか不安もありましたが、私も高齢となり健康に不安もある事から利用を開始しました。

行き始め一年間は朝ベソベソと泣き、まるで保育園児のように私を困らせましたが、職員様他利用者様のお人柄のお陰で最近は笑顔が見られたり、声を出して笑う事もあるそうです。

母が出来る事をさせて頂き褒めてもらい人様の役に立っていると云う喜びがそうさせているのだと思います。

母は常に家で死にたいと言っておりました。この先どんな経過を辿って最期を迎えるのかはわかりませんが、さくりの郷の皆様の力をお借りし家族とも協力し母の希望を叶えてあげたいと思っています。

これからもお世話になりますがどうぞ宜しくお願い致します。

利用者名 井口 タケヨ 様
文 幸枝 様(長女)

ハイマートハイム・島田 小林 成美

初めまして、今年度から新聞委員になりました小林と申します。まさか自分が新聞委員になるとは露とも考えもせず、暢気にもえぎ新聞を読んでいた頃がとても懐かしく思います。

それはそうと今年ももう半年が過ぎ、朝が早く、夜が遅い時期になってきました。山々の緑がとても鮮やかで美しいですね。

雪解けとともに山菜が芽吹くこの季節、山へ山菜取りに行かれる方もいらっしゃるかと思います。ハイマートでも職員が取ってきたぜんまいの綿取りを行いました。大量のぜんまいに目を輝かせたのもつかの間、殆どが『男ぜんまい』だったそうで、利用者さん達も苦笑い。半分以上が「食べられない」とはねのけられてしまいました。残ったぜんまいも揉んでいるうちに硬い部分を切り落とされ、完成したのはほんの僅かなものだけ。そんな残念な結果になってしまいました。が、利用者さんのぜんまいに対する情熱を垣間見た瞬間だったと感じています。

編集後記