

## 12月から新しい看護師さんが着任しました!

12月1日から4ヶ月間、朝日診療所で勤務していただく会津中央病院看護師の小林孟司さんです。小林さんは中学生の時に祖父が病院に運ばれ、懸命に対応する看護師さんの姿を見て自分も目指しました。趣味はスポーツで、中学生からはじめたバトミントンは現在も続けており、バトミントン歴は11年になります。さらに2年前からスノーボードもはじめ、只見の冬を楽しみにしています。朝日診療所では地域医療を学び、今後の業務に活かしたいとしています。「体力に自信があるので頑張ります!」と話す小林さんをどうぞよろしくお願ひいたします。



こばやし たけし  
小林 孟司さん  
(出身/会津美里町)

## 広報ただみ診療所

朝日診療所

医師 森 冬人



### 「認知症の事でお困りですか？」

明けましておめでとうございます。今年も幅広い健康問題の相談ができるように朝日診療所職員一同、町民のために頑張りたいと思います。

さて、あなたの家族や近所には「認知症を持つ人」はいますか？ 認知症の人と話すとき、介護をするときに困ったことはありますか？ 町民のおよそ370人が認知症だと推測されています。老人ホームに入所している方も100人程はいますが、多くの方は地域で生活しています。周囲の人からは「何度も同じ事を言われて疲れる」「急に怒り興奮して大変だ」「財布を紛失して家族のせいにする」など、色々な事を耳にします。

認知症とは脳の細胞が変化して記憶力の低下や判断力の低下が起きる病気です。いくつか種類があります。認知症が心配な際、一度は診療所を受診する事をオススメします。また、町の保健福祉課へ相談することもできます。

認知症は薬でよくなるのでしょうか？ 症状をやわらげる事

はできますが、残念ながら特効薬と言えるとても良い薬はまだありません。良い薬ができればノーベル賞級の大発見です。ただ、認知症の人との接し方を工夫すると良い影響が生まれると言われてしています。

大事なことは「認知症の人と良い人間関係を作ること」です。そして、家事や着替えなど「自分でできる事は自分でやってもらうこと」です。

認知症をよく知りたい人には町が開催する「認知症サポーター養成講座」をオススメします。また良い本もあります。私のオススメは「家族のためのユマニチュード」です。認知症の病気のこと、どうやって接するのが良いのか書いてあります。診療所待合室にも置いてあります。認知症の症状で困っている家族の方はぜひ一度手に取ってみて下さい。

認知症の人も周囲の人も元気で過ごせる只見町になるよう私たちもお手伝ひいたします。今年も町民の主治医としてよろしくお願ひいたします。

## 地域おこし協力隊として 只見町教育振興協力隊

vol.50

あべ としひろ  
阿部 利浩



### 「贅沢に気づく日々」

只見町の教育振興、主に高校の振興、魅力化について仕事をさせていただいています阿部利浩です。赴任してから、小学生対象のプログラミング体験、夏休みのサマースクール、中学校3年生の保護者との進路面談、冬休みのウインターズクール、高校生の町文化祭への出展、只見保育所のクリスマス会のサンタさんなどを教育委員会として担当し、お世話をさせていただきました。皆、これまでに体験したことが無く、ちょっとドキドキ、沢山の発見がある毎日です。夏の生えそろうた緑の稲、秋には黄金色になる稲穂、山一

面の紅葉、畑一面の白いソバの花、枝一面に花が咲いたように雪をかぶった木々、スキー場でしか見られなかった雪山の景色。四季折々、本当にきれいななあ、と見とれてしまうこともしばしばですが、只見の人たちにとっては見慣れたあたりまえのもの。わざわざ時間とお金と労力をかけて、遠くまで出かけなければ目にすることが出来ない人たちがたくさんいるのに、普通に日々出会える。なんて贅沢なこととってしまう。水や家族と同じように、普段そこにあるのが当たり前と思っている身の回りのもの、その大きな価値に気付く、この仕事にはそんな贅沢な可能性があるのでは、と感じています。