



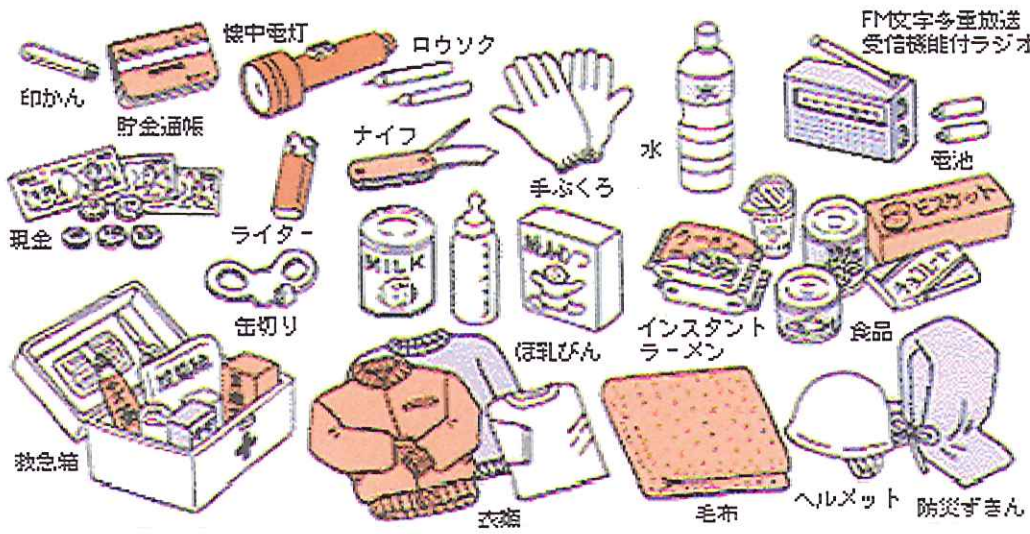
3月に東日本大震災がありました。4月に陶病院からも内科医師3名・看護師2名・事務員1名が宮城県へ医療支援活動に参加しました。医療災害支援メンバーの一人、柴崎先生に現地での様子を聞き

4月3日、藤沢町民病院でのオリエンテーションを終え、コーディネート先の導で南三陸町に向かった。一般車に交じって災害支援の看板を携えたトラックや自衛隊の車がすれ違って行く。それまで高速道路で何台も同様の車を見かけたが、改めて被災地に来たんだ、という実感が湧いてきた。小さな峠を越えた途端景色が一変した。それまでテレビで観ていたまるで映画のワンシーンのような二次元の画ではなく三次元の光景。手つかずの瓦礫の山、家の跡、あり得ない高さの刻まれた水出しの跡、ほこりまみれのアスファルトに車を走らせながら言葉が失う、という感覚を初めて味わった。後から「まだあれは片付いた方だ。遺体は見えない。スタップから」と支援に入った病院のスタッフから聞いた。帰ってからの支援先に菓子や飲み物を贈った。自分の行動は中から決めていたことだ。自分の行動は果たして支援になったのだろうか。と自問自答していた折、丁寧な御礼の手紙を頂いた。読みながら何か愛おしいものを与えられたような不思議な感覚がした。被災地に対して何が出来るか、物理的な支援は有限だが、考え続けること、忘れないでいることは無限だ。「いかに想いを伝えるか」はこの国の未来がかかっている。電中と書かれ停止しているエスカレーターと、きらびやかに照らされたショッピングモールの風景を思い出しながら思った。



柴崎 嘉

印鑑・現金・救急箱・貯金通帳・懐中電灯・ライター・缶切り・ろうそく・ナイフ・衣類・手袋・哺乳瓶・インスタントラーメン・毛布・FM文字多重放送受信機能付ラジオ・食品・ヘルメット・防災ずきん・電池・水



防災グッズ、何から準備したらいいの？ みなさんの防災意識も随分高まっていると思いますが、実際に何を準備したらいいかわかりませんよね。防衛省消防から「非常持ち出し袋は最低これだけの準備が必要です」と紹介されています。個々の家族形態などに応じて工夫も必要かと思いますが、参考にし準備されることをお勧めします。また、在宅での災害時の留意点など次号に続けて掲載していきたい。と思っていますので参考にしてください。

5月より古味看護師に代わり菅尾看護師を迎え新しいメンバーで頑張っております。これからもよろしくお願ひします。



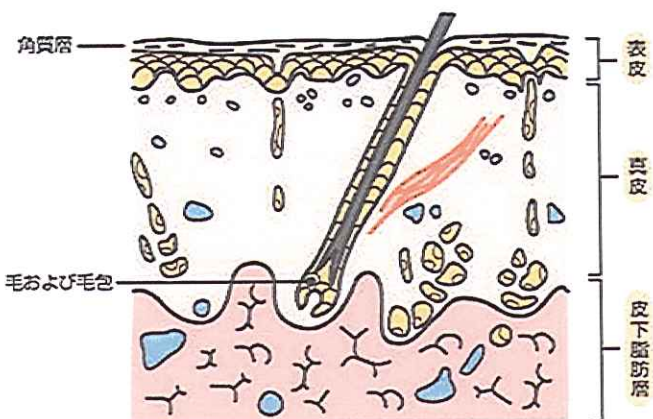
訪問看護ステーションのスタッフを紹介します

「終日食わず終夜寝ねず 飯て思う。益なし。学ぶに如かず」 一日飯も食わず、一晩マンシリとませずに考えたが得るところがなかった。学ぶに限る。(孔子さまほどの人がひたすら考えられ得るところがなかったというのです。となるところがなかつたというのです。ぶしかな。それな気がします。

今月の一言



つれづれ ヒマワリ(向日葵)はキク科の一年草です。日回りと表記されることもあり、また、ニシリ(ソウ)日輪草と呼ばれることもあります。種実を食用や油糧とするため、あるいは花を花卉として観賞するために広く栽培されています。 ヒマワリは夏の季節で、花言葉は「あなただけを見つめます」



皮膚の構造を知っておこう... 加齢とともに乾燥・かゆみ・湿疹など皮膚トラブルはつきものなものです。どうして乾燥したら痒くなるのかな? どのようなスキンケアをしたらいいのかな? とみなさんお悩みではないでしょうか? まずは皮膚の構造を知り、次号に「乾燥肌」「石鹸の選択の仕方」等について連載していこうと思っています。 皮膚は、下図のように大きく分けて外側から表皮・真皮・皮下組織の3つに分けられます。皮膚は私たちを全身で覆い、温度や湿度の変化・紫外線やほこりなどをさまざまな外部の刺激から守っています。普通のスキンケアで効果が得られるのは、表皮からせいぜい真皮までのとても浅い部分だけです。 表皮では、新しい細胞が古い細胞を表面に押し上げるように常に新陳代謝(ターンオーバー)を繰り返しており、真皮は毛細血管や神経、毛根など大切な組織が通っていて、真皮の70%はコラーゲン繊維でできています。痛い、かゆい、冷たいなどの「感覚がある」ということはこの「真皮」まで刺激が伝わっているということです。