



成羽病院通信 96

成羽病院 ☎(42) 3111

新型コロナウイルス感染症 1年を経過して

内科 那須龍介

新型コロナウイルス感染症が日本に持ち込まれ、1年が経過しました。あっという間に全国に広がり、1月末の時点で岡山県内に2338人、高梁市内にも12人の患者が出ています。

高梁市では、備北保健所が中心となって、岡山市や高梁医師会と連携を取りながら対応に当たっています。成羽病院においては、倉敷中央病院を中心とする県南西部の病院とのリモート会議を毎週行っており、高梁医師会では対策会議が毎月開かれています。

外来診療については、発熱など風邪の症状がある患者さんに対しては来院前に電話をしていただき、また、玄関で職員が発熱や咳症状のチェックを行い、必要に応じて防護服を着た医師・看護師が診察やPCR検査を行っています。

テレビでは毎日のようにコロナ関連のニュースが流れていますが、病院の業務もコロナ対策に多くの時間が割かれているのが現状です。

どうぞ皆さん、不要不急の移動や人が大勢集まる場所に行くことを避け、外食もできるだけ控えて、マスクの着用・手洗い・手指消毒などにより感染を防ぎましょう。

なお、ワクチン接種については、春頃には高齢者から接種が始まると思われます。70〜90%という高い有効率が報告されており、強いアレルギー体質の人以外は出来るだけ接種されることが望まれます。2〜3日間の発熱や倦怠感、1〜2割の頻度で見られるようですが、重篤な副作用は極めて稀なようです。

1日も早く新型コロナウイルス感染症が収束することを願っています。

短歌

今この正月七十年前の落合校歌 曾孫達六人で合唱よく記憶と拍手

川上艶子さん(津川町今津)



健康づくり応援通信 39

健康づくり課 ☎(21) 0228

コロナストレスの予防 3月は自殺対策強化月間です

新型コロナウイルス感染症への不安や、生活の変化によるストレスなどで、多くの方が大なり小なり感じている「コロナ疲れ」。気付かない間に、心や体の不調につながる場合があります。

高梁市こころの体温計

ストレスチェックができるアプリで、あなたのストレス度をチェックしてみませんか？(市ウェブサイトからもアクセスできます)



こころの体温計

こころの体温計(本人モード) ストレス度・落ち込み度がわかります。

家族モード あなたの大切な方の心の健康状態がわかります。

赤ちゃんママモード 産後の不安な心の健康状態がわかります。

アルコールチェックモード 飲酒が心臓にどのような影響を与えているのかわかります。

ストレス対策タイプテスト あなたのストレス解消法はどのタイプ？



高野由紀子 保健師 (健康づくり課)

心身の抵抗力を高めるには、リラックスできる時間を持ち、不安な気持ちは誰かに話すなどのセルフケアが大切です。

一人で悩み続けるとマイナス思考になり、正常な判断ができにくくなります。抱え込まず、早めに家族や友人、公的機関などへ相談しましょう。

相談窓口

- 備北保健所 ☎(21) 2836 (13ページ参照)
- ・心の健康相談(要予約)
- ・思春期相談/ひきこもり相談(要予約)
- ・精神保健福祉相談(保健師による電話相談)
- 健康づくり課 ☎(21) 0228
- 岡山いのちの電話 ☎086(245) 4343



「ジャパンレッド」発祥の地—弁柄と銅の町・備中吹屋— ⑥

日本遺産に認定された『ジャパンレッド』発祥の地—弁柄と銅の町・備中吹屋—のストーリーを構成する文化財を紹介します。

ふきやきょうどかん 吹屋郷土館 未指定有形文化財(建造物)

この建物は、弁柄の製造・販売で繁栄した片山家(胡屋)の分家の一つで「角片山」と呼ばれています。同家に残る板図(設計図)によると、明治12年(1879)に石見國那賀郡浅利村(現在の島根県江津市)の大工棟梁である島田綱吉によって建てられたことが判明し、吹屋で建築年代が確定できる唯一の建物です。主屋は間口5間、梁行8.5間、2階建て妻入りで、檜・栗・桜材などの高級用材が使用されています。また、吹屋の建物では唯一中庭が設けられ、奥の座敷への採光を図っています。特に、奥の座敷から中庭を挟んで、店奥の間・縁を通して往来を見通す空間は趣深いものがあります。昭和51年(1976)からは、吹屋の歴史と暮らしに関する各種の民具などを展示する「吹屋郷土館」となっています。



板図に記された棟梁の直筆



吹屋郷土館



中庭から見る館内

高梁市日本遺産推進協議会事務局(日本遺産・歴まち推進室) ☎(21) 0257

協力隊がゆく 48

1月下旬に、この空き家の壁を壊すイベントを開催し、20人以上の人に参加していただきました。子どもや大人が交代でハンマーを振り回し、最後の壁が抜けたときには参加者全員から大きな歓声が



「壁を壊す」イベントの様子



スマートフォン相談室

れこそが地域おこしの第一歩だと信じています。気軽になが集まり、話ができる場所があるだけで、地域の雰囲気はポツと暖かくなり、笑顔が増え、それこそが地域おこしの第一歩だと信じています。

こんにちは。有漢地域担当の西垣です。大寒波が来たかと思つたら急にポカポカ陽気が続いたり、野菜や虫たちも混乱しそうな日々ですが、皆さま体調を崩されていませんか。さて、現在、協力隊活動のひとつとして空き家を1軒改修しています。有漢町の中でも山あいに立つ見晴らしの良い物件で、ここを地域内外から人が集まるコミュニティスペースにしたいと考えています。



西垣 陽平 隊員

の住民を対象にしたスマートフォン相談室です。高齢の方もスマートフォンを使うことで、生活が便利に楽しくなるようにと考えて始めた取り組みで、毎週月曜日に有漢地域局で個別相談を受け付けています。スマートフォンでの操作やLINEの登録・利用方法、また、契約内容やセキュリティに関する不安など、なんでも聞いてください。便利な部分と注意すべき部分のどちらも理解していただけるよう、私もさらに勉強していきます。

もうひとつが、有漢町で作り上げた空間として愛着を持ってもらえるような場所にしていきます。

俳句

雪が舞う今を楽しみ消えてゆく 大久保裕子さん(下谷町)