



# 健康づくり応援通信 ③

健康づくり課 ☎(21) 0228

## 風しん抗体検査を受けましょう

「風しん」の感染拡大が続いています。妊婦さんが風しんに感染すると、高い確率で子どもに障がい（先天性風疹症候群）が残ることがあります。そのため、乳幼児や妊婦さんだけでなく、1度も風しん予防接種を受けたことのない世代（41歳～58歳）の男性も感染予防が重要です。

令和4年3月31日までの間、予防接種法に基づく定期接種の対象として、原則無料で抗体検査・風しんの予防接種が受けられます。「風しん」は予防接種を受けることで予防できる感染症です。

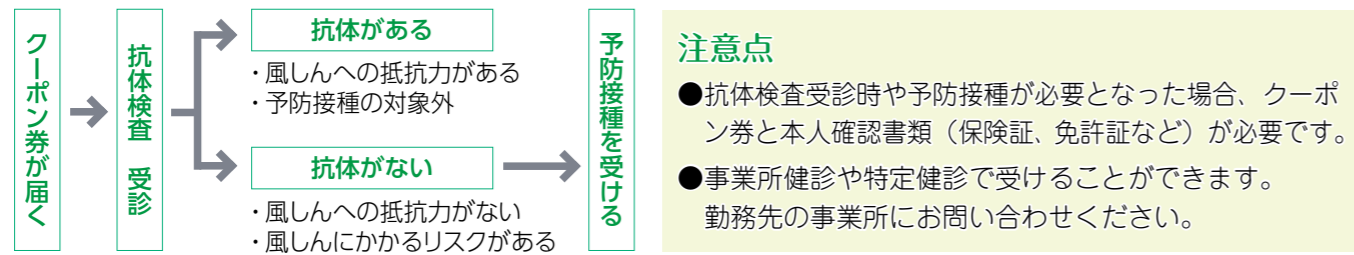
自分自身と、これから産まれてくる子どもたちを守りましょう。

**対象** 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性（令和元年度に無料クーポン券を使用した人は除く）

**クーポン券の有効期間** 6月1日（月）～令和3年3月31日（水）まで

（令和元年5月に交付された無料クーポン券も1年に限り有効期間が延長されています）

**実施方法** 郵送された無料クーポン券と本人確認書類を持参し、①職場での健診 ②医療機関 ③特定健診時 に風しんの抗体検査を受け、十分な量の抗体がない人は予防接種を受けてください。



## 高梁2025 “地域医療はまちづくり” ⑤

### 看護師の確保について

#### 市内の現状

- ①看護師が40人以上不足
- ②看護師の6割が50代以上

**看護師不足・高齢化は危機的状況！**

市は、将来、市内の医療機関などで働きたい学生を対象に「高梁市看護師等養成奨学金」の貸し付けを行っています。市内の地域医療に貢献していただける人をお待ちしています。

#### 看護師確保に向けた取り組み

★幼い頃から郷土愛を育み、地域医療への関心を高める取り組み

- ①「たかはし広がる子どもの夢事業」で医療現場を体験
- ②方谷学「高梁を知る」で、高梁市の医療についての授業を実施（高梁高校）

その他、小・中学校での看護師体験などを実施していく予定です。

★市内で働く看護師の養成に向けた取り組み

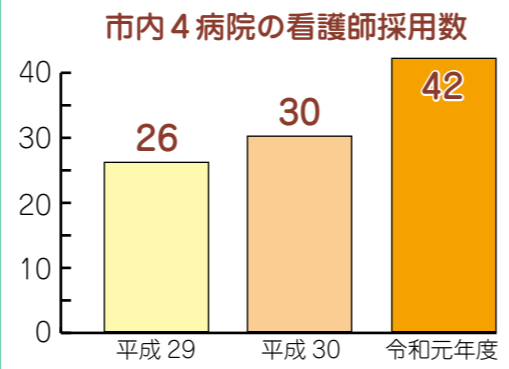
- ①「高梁市看護師等養成奨学金」などを周知するため、市内病院、医師会と行政が一体となり県内の看護師養成学校を訪問
- ②市内4病院を巡る見学ツアーの実施

★市内で働く看護師のスキルアップに向けた取り組み

- ①高梁かんごねっと（事務局：高梁医師会）によるリーダー育成研修や認知症研修、皮膚・排泄ケア研修など専門研修の充実

「高梁2025」は、持続可能な地域医療体制の構築に向けた取り組みの総称です。

左記のような取り組みによって大きな成果が表れています。引き続き、市内で適切な医療が提供できるよう取り組みを進めていきます。



市ホームページ「高梁2025～地域医療の高梁モデル構築に向けた100の検討とアクション～」にこれまでの議論の内容などを掲載しています。

介護医療連携課 ☎(21) 0304



## 協力隊がゆく ④

地域おこし協力隊を卒業します。子どもの頃は引越しばかり。ふるさとというものを知らなかった私が、見えない縁によって備中町にやってきたのは3年前の5月でした。

備中町の再興を主として備中町で活動する「ミッシン型」の協力隊員として着任しましたが、最初は分からないことばかりでした。市内で漆掻きをしている人はもうおらず、本やDVDで学びながら実践し、正解を知らないまま試行錯誤する日々でした。そして、壮絶な漆かぶれとの闘いでは、正直泣きました。

1年目に採取した漆は約950g。2年目、3年目は場所や方法を変えて漆掻きを行いました。採取した漆を用いてさまざまな漆器を制作し、スプーンやうちわに漆塗りをするワークショップも行いました。また、備中うるしに興味をもってもらうため、備中うるし薬膳カレーを開発。地域の



漆掻きをする森永隊員



備中うるし薬膳カレー

未熟な私がかここまでやってこれたのは、お世話になった地域の方々の優しさのおかげです。3年間、本当にありがとうございました。

お祭りで提供したり、漆の薬膳としての効能をPRしたりしました。韓国では薬膳として食用されている漆のパワーは本当にすごい！多くの方に食べて元気になっていただきたいです。現在、備中うるしのPR冊子を作成中です。出来上がったらぜひ手に取っていただきたいと思っています。

さて、新型コロナウィルスの影響もあり、私の今後の進路は明確に定まっていませんが、かねてよりカレー屋をやりたいという夢を持っており、夢の実現の際には素晴らしい高梁の食材を使ったカレーを提供したいと思っています。



もりなが ゆうじ 森永 祐史隊員

友達に会えないことも、外食や買えないものがないことも辛いですが、在宅勤務をすることで通勤によるストレスが解消し、のんびりできる時間が与えられます。自宅待機に便乗してスポーツや料理、日曜大工など新しいことにチャレンジすることができて楽しいという声も少なくありません。

## 高梁知るふふれ ⑥



知るふふれは「高梁を知る」と「シルプレ」(フランス語で「よろしければ」)を掛け合わせた言葉です。



高台から眺めるリヨン市

フランスは5月11日から外出禁止を段階的に解除しています。8週間続いた外出禁止をきっかけに、今後フランス人の生活習慣は大きく変わるでしょう。外出をできるだけ制限するために地元の食材の出産地消の良さに気付き、多くの人が解除の後買い続けたいと言っています。また、都会から田舎に移住したいという声が増えました。

多くの人は在宅勤務か、特別休暇で自宅待機をしています。外出するときは、インターネットでダウンロードできる証明書を警察に提出しなければなりません。買物や散歩、通院以外の理由での外出は禁止されています。違反すると罰金が科せられることもあります。

フランスでは、食料品店を除く全ての店が閉まっており、学校も休校しています。多くの人は在宅勤務か、特別休暇で自宅待機をしています。外出するときは、インターネットでダウンロードできる証明書を警察に提出しなければなりません。

フランスは5月11日から外出禁止を段階的に解除しています。8週間続いた外出禁止をきっかけに、今後フランス人の生活習慣は大きく変わるでしょう。外出をできるだけ制限するために地元の食材の出産地消の良さに気付き、多くの人が解除の後買い続けたいと言っています。また、都会から田舎に移住したいという声が増えました。

高梁市国際交流員のアナイス・ファルシアです。今月号では、日本と同じように新型コロナウィルス感染症に悩まされているフランスのことをお知らせします。

友達に会えないことも、外食や買えないものがないことも辛いですが、在宅勤務をすることで通勤によるストレスが解消し、のんびりできる時間が与えられます。自宅待機に便乗してスポーツや料理、日曜大工など新しいことにチャレンジすることができて楽しいという声も少なくありません。



「Explore 備中高梁」