

安全功労者 内閣総理大臣表彰 有漢東小学校(有漢町上有漢)



左から、PTA会長・難波寿美子さん、東っ子見守り隊長・難波英夫さん、姫井敏雄校長

学校目標「生きる力にあふれ日に輝く東っ子」の下、全教職員による校舎内外施設整備の安全点検と事後処理、児童・教職員・保護者による地域安全マップ作成、地域住民と連携した見守り隊の編成、警察署・消防署と連携した交通安全教室・不審者対応訓練・避難訓練等を行うなど、小規模の小学校ながら多様な学校安全活動に取り組むことにより、学校安全の推進に多大な貢献をしました。

■問い合わせ 秘書政策課公聴広報係 ☎0210

第8回

◆在宅医療連携拠点事業通信◆

歯は生涯を通じてのパートナー ～高齢者の口腔ケア～ ■問い合わせ 保険課連携推進係 ☎0304

今回は「高齢者の口腔ケア」を中心に、高梁歯科医師会の八木哲哉会長と中田公人先生にお話しを伺ってきました。

高齢者と若い人では、口腔内の状態が違います。下図のとおり「高齢者に見られる状態」の歯では、歯がすり減り、歯茎も退縮するため歯の隙間も大きくなります。高齢者の歯の状況が、健康な状態と大きく違うという認識が必要です。

また、口腔ケアで大切なのは、唾液を出すことです。唾液が出ることでより自浄作用(抗菌作用)で口腔内が自然ときれいになります。しかし、加齢により唾液の分泌能力が低下したり、服用薬の影響で唾液が出にくくなったりすることがあります。そこで、唾液の分泌を促進するために、口腔機能訓練やマッサージなどの口腔ケアが必要となってきます。

ここで、唾液の分泌を促進する唾腺マッサージについて紹介します。

1. 耳下腺への刺激

人差し指から小指までの4本の指を頬に当て、上の奥歯の辺りを後ろから前へ向かって回します(10回)。

2. 顎下腺への刺激

親指を頬の骨の内側の柔らかい部分にあて、耳の下から頬の下まで5カ所くらいを順に押します(5回)。

3. 舌下腺への刺激

両手の親指をそろえ、頬の真下から(各5回ずつ)手を突き上げるようにグーッと押します(10回)。

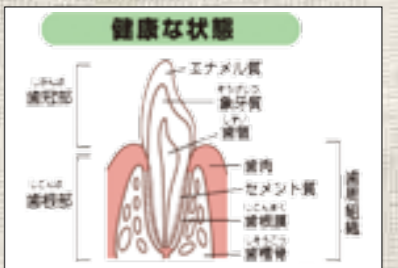
これは、3大唾液腺マッサージといい、唾液分泌を促すのにとっても良い方法です。一方、うがいをすることも口腔内ケアをする上で重要なことで、お口の機能低下を防いでくれます。さらに「はき出す」訓練にもつながります。

また、普段何気なくしている歯磨きも、自分では汚れているところが正確にはわかりません。また、歯磨きにも癖があるため、歯科医師にアドバイスをしてもらえると、正しく汚れを落とすことができ、いつまでも健康な口腔を保つことができます。高齢者が一生おいしく、楽しく、安全な食生活を送るためには口腔ケアは、介護予防の第一歩であるといえます。

今回のインタビューを通して歯医者さんと上手につきあうことで、いつまでも健康な「歯」を維持することができるようになりました。歯が痛くなったから歯医者さんに行くのではなく、「歯」のことで少しでも気になったら歯医者さんに行ってみてください。

今回は、介護支援専門員の河合礼子さんに「小規模多機能型居宅介護」について伺ってきます。

【インタビュー】吉備国際大学学生調査隊の巨勢翔さん、横山夏希さん(社会福祉学科3年)



地名のついで

九十六 災害と地名

私たちの住む地域には、たくさん地名があります。地名は生活上必要に基づきできていて、その地域に住む人々の多数が認めていなければ、地名にならないのです。ですから、私たちにとって大変身近なものなのです。誰が多様な地名を作ったのでしょうか。大部分

は古代から現代まで名もない庶民によって、それぞれの土地(場所)のイメージを表現して使われるようになったのです。自然環境の特徴やその地域の歴史を伝えているので、必ず一つの意味を持っているのです。即ち、地名は「土地に刻まれた歴史の生き証人」といえます。地名の意味を知っておくことが自然に親しむことになるのです。

地名は、そこがどんな地形で過去に「地」(じ)、「り」(り)があつたところ「だ」とか、「土砂災害があつたところ」「崩壊しやすい場所」だとか「水が乏しい場所」などなど語ってくれています。今では「地名の秘密」が分からなくなっています。無秩序に都市化が進んでいて、コンクリートの道や構造物で覆われていたり、合併などによって新しい地名になったりすることがあつて、古くからあつた地名が忘れられ、誰もがその地域の自然や地形など知らないまま、家を建てたり宅地を造成して、生活していることが多いのです。

例えば、先月八月二〇日未明に、広島市安佐南区「八木」地区や「緑井」地区で起きた大変な土砂災害は、花崗岩の山砂利層でできた中国山地が広島平野(沖積平野)に突

川上町領家の土砂災害(平成25年9月)

き出した場所で、そこには太田川が曲がりくねって、安武山(五八六・二メートル、崩崖地形の地名)のすそを囲むように流れ出ている場所なのです。災害が起きたのは、豪雨によって花崗岩質の安武山の南斜面が崩れて、山裾の斜面にできていた団地や宅地に大変な被害をもたらしたものでした。この付近の「八木」「緑井」という地名には、「山間の狭い谷」「湿地で水の多いところ」という意味があつて、見逃してならない地形を語ってくれていたのです。八月二十七日の「産経新聞」の「産経抄」というコラム欄に「この地域はかつて「八木蛇落地悪谷」と呼ばれていたと古くからの住民は説明する。蛇が降るような水害が多かったところから悪い谷の名が古くからあつたところで、「崩壊地名」があつて、警告してくれていたのだ」と指摘しています。このように古くから伝わる地名の意味・由来を今の人々が理解していかなくたために被害が大きくなったのかもしれません。

このような例は各地にあります。他所ごとではないのです。私たちに住む高梁市内にも山崩れ、地這りなどの場所をよく見掛けます。

郷土高梁の地域も吉備高原の山々で囲まれていて、地形も花崗岩の風化されたまき土に覆われた場所が多く山の傾斜部分は崩れやすく、過去に地這りを起こした場所や、崩壊した場所があつて、こういった地形は豪雨によって誘引され、過去の土砂崩れの場所の再活動によるものが多いのです。こういった場所は、地名が危険を語ってくれているのです。

例えば「秋町」とか「大津寄」(拙稿「地名を歩く」六十九参照)、「迫」(同九十五)、「狭門」(同八十)、「笠神」(龍頭)(同七十二)、「大竹」(同五十九)、「井谷」(地名さんぽ)二十二)、「肉谷」(同三十五)など、いずれも崩壊地形を語ってくれている地名なのです。

地名には、地形、山、川、崖などを意味する自然地名と宗教・信仰・集落・開発・行政などを意味する文化地名(歴史地名)があります。

最近、高梁市が「洪水・土砂災害ハザードマップ」(防災マップ)を出して各戸に配布しています。その地図に示された内容を読み取り、地名とともに考え、これからの生活の安心・安全のために、自然を深く知ることが求められているのです。

(文・松前俊洋さん)