

ゆずり葉だより 第15号



会長から

平成30年12月発行

平成30年9月6日午前3時7分北海道で震度7の地震が発生しました。北海道^{いぶり}胆振東部地震と命名され札幌でも震度6弱。寒さに向かうこれから、被害に遭われた方々への対策が急がれます。またこの秋には、毎週のように台風が上陸し風雨による被害がありました。本当に災害の多い昨今、気を引き締めて過ごさなければと思うこの頃です。

会の活動ですが、今年初めて地区持ち回りでの会員交流会を実施し、北秋田マタギの里、安の滝を訪ね心に残る親睦の旅になりました。後の頁をご覧ください。

先日(11/5)、秋田県健康づくり県民運動推進協議会「運動・生活習慣部会」が開催され、関係団体の活動紹介でゆずり葉の会としては、健康寿命関連事業として「いきいき百歳体操推進」と「きれいな空気をありがとう」事業について説明したところです。健康寿命延伸については、マスコミによるPR活動が効果的という意見が多いことから、今後も引き続き力を入れるということです。12月15日(土)には、イオンモール秋田 セントラルコートで健康寿命応援フェアが開かれ、ゆずり葉の会もそこで「いきいき百歳体操」をPRする予定です。

新規の「輝く宝事業」については、資料をお寄せくださった方々ありがとうございました。役員一同ピッチを上げてまとめ作業に取り組んでいるところです。

(平成30年11月22日記)

平成30年度新規事業の進捗状況

1) いきいき百歳体操普及事業

今年度は県内概ね3カ所程度で実施予定でした。現在のところ、由利本荘市地区で「モデル事業」として実施、横手・湯沢地区で月1回実施、秋田中央地区は12月から1カ所を実施、能代地区は？

2) きれいな空気をありがとう事業

各会員がそれぞれ実施していることと思います。外食時に勇気を持ってタバコの害や受動喫煙防止をお店等に呼びかけていきましょう。

3) 埋もれている物を輝く宝にしよう！事業

現在役員4名が作業を分担しながら進めております。お寄せ頂いた資料は150点近くになりました。会員全員からではありませんが集まった資料を丁寧

に分類しながら、当時の活動に思いを寄せて作業をしております。報告を楽しみにお待ち下さい。



集まった資料は、年表、活動実施記録、研究発表関係、報告書、書籍、訪問鞆、保健婦の制服、スライド等多岐にわたりました。会長宅に集まった資料を年代別に並べ、それを眺めながら整理の仕方を検討しました。

左の写真は、会長が県立図書館で作業をしている風景です。

平成 30 年度 ゆずり葉の会会員が参加した研修等（11 月現在）

| 番号 | テーマ | 時期 | 場所 |
|----|--|-----------|---------------|
| 1 | 糖尿病重症化予防セミナー | 5 月 31 日 | カダーレ（由利本荘市） |
| 2 | 秋田県市町村保健活動連絡協議会研修会 （家庭や地域との連携による食育の推進、子どものことばと心の発達について） | 8 月 31 日 | 市町村会館 5 階大会議室 |
| 3 | 糖尿病患者向け保健指導者育成研修 | 9 月 21 日 | 秋田中央保健所 |
| 4 | 特定保健指導実践者育成研修会 | 10 月 18 日 | 市町村会館大会議室 |
| 5 | インターバル速歩講演と実技 | 11 月 1 日 | 秋田中央保健所 |
| 6 | 県内避難者支援研修会 | 11 月 16 日 | 生涯学習センター |



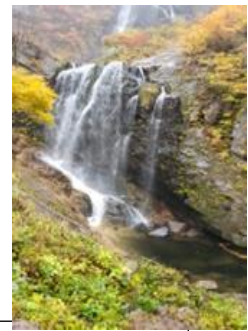
平成 30 年度ゆずり葉の会会員交流会報告

10 月 23～24 日に阿仁の妥当温泉「マタギの里」で 1 泊 2 日の交流会を実施しました。参加者は 1 日目の 23 日には 10 名の参加で秋田内陸線に乗車しての旅になりました。車窓から見える紅葉の中を車掌さんとの会話も弾み楽しい旅になりました。

夜の交流会では会員それぞれの近況を報告し、今まで話をしたことがない会員同士の暖かい交流の時間を持つことができました。2 日目は「安の滝」へのトレッキング、畠山洋子さんのリードで、阿仁の庄司さんも加わり、はじめは自信がないので遠慮すると話した参加者も全員が「安の滝」へ行くことができました。

畠山さん、庄司さんありがとうございました。阿仁の帰りは「内陸線」に乗車し、BS プレミアムの「鉄旅」の収録の一行と遭遇し思い出の多い旅となりました。

華麗に百万本のバラを踊る



安の滝までの紅葉は真っ盛り！ ↑安の滝↑



秋田内陸線



帰りの内陸線で鉄カメの中井精也さんとぼったり！

参加者からの旅行記

横手十字街：小原みつ子さん

秋田内陸縦貫鉄道に初めて乗って打当温泉またぎの湯で一泊。そして次の日はしとしとと降る秋雨の中、登山して安の滝まで登ることができました。

山の深さと紅葉の美しさに感動しました。そして今まであまり交流のなかった保健師OBの皆様と交流できて人間味あふれる人柄に癒やされました。交流会に参加しての感想を川柳で表現しました。

- ・熊のいるマタギの里にわしづかみ
- ・保健師の癒やす力は老いてこそ



北秋田地区：庄司光子さん

久々に、安/滝の美しい紅葉が観られました。

小雨ながら、皆さんと一緒に滝まで行くことができ楽しかったです。ありがとうございます。

「安/滝 色どいながめ 脚軽い」

秋田中央地区：春日静子さん

初めての内陸線、きれいな紅葉、すべてが新鮮な旅でした。特に宴会は各々の近況報告に始まり話に花が咲き、話せる仲間がいることに感謝の気持ちで一杯になりました。また皆さんすばらしい健脚で雨にも負けず濡れた岩を一步一步踏みしめ、全員揃って「安の滝」を制覇。これも保健師魂！！



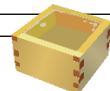
兎鍋！ お刺身はナマス！

畠山さんありがとうございました。

能代山本地区：松田かよ子さん・与斉美恵子さん

打当温泉での一泊 おちょこ一杯のどぶろくに心地よい時の流れ、それまで交流のなかった他地区の方々とゆっくり話すことができ、とても有意義な時間となりました。

安の滝までの登山は初心者には、少しきつかったかなとも思われましたが、自分一人では行くことができなかつたと思うと誘導して下さった畠山さん、よいぞっていっしょに歩いて下さった皆様に感謝です。紅葉のまっ盛り、とても素敵な旅となりました。ありがとうございました。



由利本荘にかほ地区：河西淑子さん

角館駅から阿仁合線へ。車窓から遙か昔に家庭訪問や健康相談で廻った角館保健所時代の八津鎌足、上椋木内の景色。目をこらして見るがあまりの変わりに自分の記憶が心許なくなるが、あのときのおばあちゃん、赤ちゃんを抱いたお母さんの顔は鮮やかに浮かんで来た。

阿仁マタギ駅に到着。駅舎前の田んぼでは農作業に精を出す地元のおじいちゃんや魚釣りに興じる子ども達が出迎えてくれた。(精巧に作られたかかし人形でした!) 宿泊のホテル。真っ先に飛び込んできたのが“どぶろく”の案内。何度も賞を取っているとか…。お風呂で汗を流し宴会へ。県北地区の皆さんと合流。様々な差し入れを頂戴恐縮する。地元の食材を大事に丁寧に扱ったマタギ御膳。中でもナマズの刺身、ウサギ肉の鍋が圧巻。“どぶろく”とのコンビネーションが最高で美味しかった! 参加メンバーの家族への温かい思いや来し方人生の味わい深いお話がお膳を更に盛り上げ秋のマタギの里の夜を堪能する。もう一度温泉につかり心までも癒やされ眠りにつく。

翌朝少し早起きし村内を散歩。田んぼや雪囲いを終えた家並みが紅葉に映えて一服に絵となって楽しませてもらう。そして目的の“安の滝”へ。宿から車で細く曲がりくねった山道を左右の紅葉に歓声を上げながら移動。登り口からは一列になり頼もしい登山姿の畠山先輩の案内で深山を進む。標高が上がるにつれて紅葉が色濃くなり、滝が見える目的地に着いたときはあいにくの雨だったが岩盤の山肌から流れ落ちる滝の姿に感動。先輩、太田さんの3人で更に15分ほど登り、“安の滝”に迫る。そこは四方を切り立つ岩盤で囲まれ天空を裂いて幾筋にも連なり流れ落ちる滝の姿があった。別世界に圧巻される。来て良かった、見られて良かった!!

先行くものかいて、後を追いつ従う者がいて共に喜び分かちあえる仲間のいることのありがたさよ



由利本荘にかほ地区：三浦昭子さん

角館駅始発の電車内は小学生の遠足気分が賑やか。多くのトンネルの後本物の田んぼアートを見て感激。更に長いトンネルを抜けるとマタギ駅に到着。夜はマタギの郷ならではの季節膳と交流会に花が咲きました。翌日安の滝を目指しての眺めは絶景。見事な山の色にこればかりは現地に行っていないとわかりません。過ぎ行く秋の風景が心躍らせお陰様で感激一字の旅でした。北秋田地区の皆様良い思い出をありがとう!

関係団体等との会議報告

★秋田県健康づくり県民運動推進協議会

運動・生活習慣部会(15 団体で構成)は、今年度初めて開催され(今年度 1 回開催)、各団体の活動状況や県のアクションプラン・健康づくり地域マスター制度等の説明がありました。ゆずり葉の会についても PR したところです。

★めざせ健康寿命日本一！応援フェア

12 月 15 日にイオンモール秋田セントラルコートで実施、当会もステージイベントとしていきいき百歳体操について PR。(DVD と実技)

★秋田県保健師団体連絡会報告

10 月 1 日に看護協会で行われ会長が出席しました。ゆずり葉の会、看護協会職能委員会、秋田県保健師会が集まり、それぞれの活動内容を報告し合い、各会が実施する研修会等への参加も促しました。

「現職との交流座談会」

現職保健師との交流座談会が 11 月 25 日(日)に秋田キャスルホテルで開催されました。参加人数は役員 4 名、幹事 1 名、会員 1 名、合計 6 名の参加者でした。残念ながら現職保健師の参加はありませんでした。

会員として酒井陽子さん(秋田県看護協会の職能理事)が参加してくれましたので、酒井さんから協会の職能理事として、県内の市町村を巡回し市町村保健師の生の声を聞いて来たことについて伝達して頂きました。

看護協会が市町村巡回をしたのは会員拡大の目的でしたが、協会に入会しない理由としてはメリットがないとの声もありました。しかし、保健師が全員加入している市町村ではメリットが目的でなく看護職が繋がるのが大切という意見が出たことがうれしく思ったということでした。今回のアウトリーチ活動から見てきたことは、現職の活動が業務分担、分散配置される中で忙しさが増大し、保健師の間で意見交換や情報を共有することが出来なくなり、保健所等関係機関との繋がりも希薄になっているのが現状であるということでした。その中で保健師の人材育成を考えると、ロールモデルとなる保健師の存在がなくなったことが大きな課題であり、また、統括保健師を置いても行政機関では職位がないままでは存在そのものに統率力がなくなるのが現状であることを感じました。今回の参加者からも同様な意見が出てきました。(書記 本間)

ワンワン

美味しいものをたくさん食べたら体重が増えてしまいました。健康的な生活を送ることは難しいですね。皆様もどうぞお体を大切に、お元気で新年をお迎えください(本田記)