宮城県気仙沼保健福祉事務所情報紙

ふかひれ通信

～気仙沼管内の「頑張ってる！」を伝えたい～

平成３０年９月 28 日発行
Vol.41
宮城県気仙沼保健福祉事務所
（気仙沼保健所）

この人に聞きたい！

気仙沼市立病院　皮膚・排泄ケア認定看護師
小野寺幸枝さん，紺野淳子さん

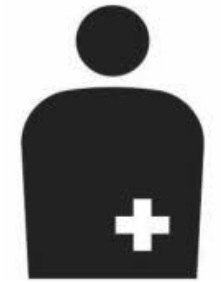
今回は**皮膚・排泄ケア認定看護師**の小野寺さん，紺野さんに，**ストーマ保有者の災害対策**について聞きました。

気仙沼市立病院総合医療支援室の皮膚・排泄ケア認定看護師の小野寺さんと紺野さんは，ストーマ保有者の支援を担当しています。

ストーマ（人工肛門・人工膀胱）とは、さまざまな病気や障害，事故などが原因で，自分の腸や尿管を使って，おなかに手術でつくられた便や尿の出口のこと。ストーマがある人達のことを「オストメイト」と呼び，全国に 20 万人以上いるそうです。

紺野さん(左) と小野寺さん(右)

「オストメイト」は，おなかにストーマ用装具（パウチ）を貼って，排泄物をためてからトイレで処理します。ストーマは外見からは分からない身体障害です。東日本大震災の時，オストメイトの方が，避難所でなかなかトイレから出てこないことを責められ，つらい思いをしたという経験もあったそうです。ストーマケアに困難をきたした東日本大震災での経験を踏まえ，宮城県における支援体制が構築されました。その特徴は，①災害時にストーマ装具が流出，消失した場合【汎用ストーマ装具】が配布されます。②災害時の担当病院体制ができました（管内は気仙沼市立病院と南三陸病院）。



見かけたことありますか？
オストメイトマーク

また，ストーマ保有者は次のような準備を，平常時からしっかりしておきましょう。

- ☑皮膚・排泄ケア認定看護師からの指導を必ず受けよう。
- ☑災害時のあなたの担当病院を知ろう。
- ☑災害対策マニュアルを活用しよう。
- ☑普段からストーマ用品の備蓄をしよう。

コラム　自立生活を支援する自助具

脳卒中後遺症などで生活に不便が生じた場合，杖・歩行器の活用，トイレ・お風呂の手すり設置，玄関の段差解消など，さまざまな環境調整が行われます。

障害の状況や程度によっては，例えば，握力低下で歯ブラシが握りにくい，両手が使いにくくボタンがはめにくい，足に手が届かず洗えないなどの多くの生活場面において，手軽な便利グッズ（自助具）が役立つこともあります。

障害者に限らず，高齢者，病弱者，妊婦にも使いやすいものも含まれています。なかには，手軽に購入できるものや手作り可能なものもあるので，困っている方がいたら，試してみてはいかがでしょうか？

専門的な助言が必要な場合は，リハビリテーション専門職を活用してみるのもいいと思います。

（図はテクノエイド協会 HP より引用）

握る力の弱い方の太柄

足に手が届かない方のブラシ

― 平成 30 年７月豪雨による災害支援に行ってきました ―

岡山県へ災害廃棄物処理業務の支援

環境衛生部　次長　庄子克巳

岡山県では，平成 30 年７月豪雨による河川の決壊などにより，全半壊が 7,700 棟，床上浸水が 2,700 棟を超える住家被害が発生し，災害廃棄物の早期適正処理に係る支援要請がありました。宮城県では，東日本大震災の災害廃棄物処理経験がある職員等による「災害廃棄物処理支援チーム」を編成し，第３クールのメンバーとして７月 27 日から１週間，岡山県で活動を行ってきました。

特に被害の大きかった倉敷市真備町地区では，市街地近傍を流れる小田川が決壊して家屋が浸水し，市民の方々は，被災した家財等の運び出し作業を行っていました。これらの災害廃棄物は，市街地中心部の仮置き場や道路沿いに高く積み上げられ，全国各地から派遣された自治体職員により仮置き場の運営・管理が行われていました。

災害廃棄物は，廃棄物処理法上，家庭ごみと同じ一般廃棄物に分類され，市町村が処理することとされておりますが，市町村では，罹災証明の発行や家屋解体の相談など，被災者への対応業務も多いことから，東日本大震災の時と同様に，県が被災市町村に代わって災害廃棄物の処理を進めることが復興への第一歩であり，岡山県とともにどのように処理したらよいか考え，宮城県の経験を伝えてきました。

倉敷市真備町の様子

災害廃棄物の仮置場

広島県東広島市へ被災者の健康支援

保健福祉部　技術副参事兼技術次長　佐藤純子

平成 30 年７月豪雨被害への支援として，厚生労働省から被災地で支援を行う保健師等の派遣要請を受け，宮城県は公衆衛生活動・保健活動等を行う公衆衛生活動チームを７月 11 日から８月 11 日まで広島県東広島市に派遣しました。

私は，第６班として被災者の健康の維持等を図るため，８月５日から８月 11 日まで保健師２人，事務担当職員１人によるチームで活動しました。

東広島市役所にて

避難所は閉鎖され，被災者の方々は自宅等での生活に戻っていました。発災から１か月が経過し疲労により体調を崩す心配があるとのことで，被災地域の世帯を個別に訪問し，熱中症予防や心のケア，被災関係の手続き等の説明を行いました。ボランティアの協力で泥だしが進んだと感謝している方，自宅の片付けで熱中症になり体調を崩した方，自宅が浸水被害に遭いショックで涙を流す方，東日本大震災では気仙沼も大変だったねと励ましてくれる方，など多くの皆様に出会いました。

また，広島県東広島市の保健師さんや民生委員さん，広島県西部東保健所の保健師さん達は，被災者対策に加え全国からの派遣チームへの対応にも時間を割き，丁寧な対応に頭が下がる思いでした。

災害はいつ起きるか分からないからこそ，平時からの準備は重要だと痛感しました。

高校生を対象とした

～心の健康づくり活動を行いました～

当所では，東日本大震災発災後に，管内の精神保健医療福祉のネットワーク構築を目的として管内精神保健医療福祉連絡会議を立ち上げました。

その中で，精神科病院，行政，心のケアセンター等でワーキングを立上げ，平成２７年度より高校生を対象に心の健康づくり活動を行っています。今年度は７月１７日（火）に気仙沼高校で活動を行いました。

当日は，悩みやストレスを抱えた時にどうするか，寸劇により高校生たちの生活の一場面を通じて対処法をお伝えしたほか，気仙沼地区の相談機関の紹介を行い，悩みが深くなる前の相談などを高校生へ呼びかけました。終了後に高校生から「気仙沼，南三陸に多くの相談窓口があり，心のケアの方法について，たくさんの糸口を知ることができてよかったと思いました」等の感想が寄せられました。

これからの時代を担う若者達が健やかな心を持ち続け，明るい笑顔でいてくれることが，地域にとっても大きな力となるかと思います。今回の活動が少しでもお役に立てたらと思います。

寸劇の様子

～100 歳高齢者を訪問してきました～

９月１５日は老人の日です。同日から９月２１日までは老人週間とされ，当所では９月１９日，２０日，２１日に管内で今年度に百歳となられる方３０名を訪問し，感謝の念をこめて，内閣総理大臣のお祝い状と記念品の銀杯，そして宮城県知事の祝詞をお届けしました。

白幡つやさん（中央）とご家族

シベリア抑留を経験されたり，ご近所同士で今年度百歳を達成されたりする方々がいる中，写真の白幡つやさんは詩吟を披露してくださいました。毎日日記もつけているということで，ご家族に囲まれて，日頃の生活を楽しんでいる様子も知ることができました。これからもお元気にお過ごしください。

～救急フェア 2018 が開催されました～

９月９日（日）イオン気仙沼店で『救急フェア-2018-』を開催しました。毎年９月９日は「救急の日」，救急の日を含む前後１週間は救急医療週間とされ，救急医療への正しい理解と普及啓発を図るため，イオン気仙沼店の協力を得て，関係機関と共催で毎年実施しています。

今年は，気仙沼高校の生徒２名が１日救急隊長に就任し，消防本部の救急救命士の指導を受けながら，AED を使用した心配蘇生法などを学びました。

保健師による健康相談

その他，救急車両等の展示や献血，保健師による健康相談を行い，多くの方々に御参加いただきました。

✿ 編集後記 ✿

今年の夏は各地で水害や地震などの自然災害が発生しておりましたが，皆様は万が一の時に防災の準備等はされておりますでしょうか？

防災グッズの準備や避難場所の確認だけでなく，小さいお子さんや体の不自由な方，ペット等がいるご家庭では，避難場所での過ごし方についても想定しておくことが重要です。万が一の時を考えて準備は怠らないようにしましょう。（次号は 11 月の発行予定です。）

↓ご感想・ご意見等どしどしお寄せください！↓
担　当：気仙沼保健福祉事務所広報委員会
電　話：0226-22-6661
メール：fukahire@pref.miyagi.lg.jp