

キノクオフ

発行元：特定非営利活動法人
@リアスNPOサポートセンター
〒026-0013
岩手県釜石市浜町1-1-1
市営釜石ビル301
TEL: 0193-55-4803 FAX: 0193-55-4804
Mail: info@cadatte-kamaishi.com

2011 12月号(増刊号)

特定非営利活動法人@リアスNPOサポートセンターは、釜石・大槌でまちづくりの活動をするNPO法人です。2003年4月より活動を開始し、住民・行政・地域企業などと連携して地域を支えてきました。これからも釜石・大槌地域のみなさんの「思い」が地域のひとつの力となるよう、お手伝いをしていきたいと思ひます。

頑張ろう三陸!! つながろう三陸!!

☆☆医師会コラム☆☆

仮設住宅での生活における留意点や心のケアなどについて、(社)釜石医師会の先生によるコラムコーナーを設けました。第3回目の今回は大槌・道又内科小児科医院の道又衛先生です。

【仮設で注意する感染症】

皆様、また寒い冬がやってきましたね。今年の冬は特に、マイコプラズマ肺炎やノロウイルスによる感染性腸炎の流行が懸念されています。これらの感染症にはワクチン等の摂取が有効です。インフルエンザの予防接種や高齢者は肺炎球菌ワクチンも接種しましょう。

高齢者、若年者共通で肺炎を起こす細菌としては肺炎球菌が一番多いようです。次に高齢者ではインフルエンザ桿菌(かんきん)が続き、若年者では黄色ブドウ球菌となります。その他、有名な肺炎を起こす菌としては、酒飲みに多いクレブシエラが代表的です。これらの菌による代表的な肺炎の症状は発熱、せき、たん等で、倦怠(けんたい)感も強く、入院による治療が必要となることが多いです。

マイコプラズマ肺炎の場合、多くは発熱も少なく倦怠(けんたい)感も少ないのですが、空せきが長く続くことが特徴です。重症化することもあります。30日程度で自然治癒することも多く見られます。これらの症状が強くなるようでしたら、かかりつけ医に相談しましょう。予防としては、手洗いとうがい、そしてマスクをすることです。

嘔吐や下痢を主な症状として発症する感染性腸炎のなかでも症状の重いものとして、ノロウイルス感染症があります。他の感染性腸炎の原因菌と比較すると症状が重くまた消毒の難しさが指摘されます。感染経路は手から口へというのが多いので、手の消毒や手で触るところの消毒が大切です。ウイルスはアルコールに弱いのですが、ノロウイルスは特別で次亜塩素酸が比較的效果を発揮します。従って消毒としては他のウイルス対策としてアルコール、ノロウイルスには次亜塩素酸を用いください。キャップ1杯のキッチンハイターを水1リットルで薄めて使用することをおすすめします。



◆◇生活知恵袋◇◆

【Q.防音・防寒対策ありますか?】

A. 壁に段ボールを貼ると、防音効果が期待できます。上からお気に入りの布をかけて、気分転換!今時期だと、防寒対策にもなります。

【準備するもの】

- 段ボール
- カッター又ははさみ
- ガムテープ
- 布



壁が薄く冷たいので、部屋もだいたい寒いです。



壁一面に貼ると、防音・防寒対策になります。



■ □ 安渡地区イベント □ ■

～豚汁会・リース作り～

11月25日(金)、安渡小学校仮設住宅団地にて「豚汁会とクリスマスリース作り」が行われ、平日の開催にも関わらず、たくさんの方々が参加しました。

談話室では「クリスマスリース作り教室」を開催し、現在も花巻市へ身を寄せている方々も参加され、懐かしい顔を見つけると再会を喜ぶ声が飛びかい、談議に花を咲かせていました。参加された方々は、クリスマスリースの出来栄えに大変喜んでいました。その後は、パレスチナこどものキャンペーンさんによる「ミサンガ作り教室」が行われ、思い思いに糸やビーズを選び、色とりどりのミサンガやストラップを作っていました。初めてとは思えないような手さばきに、たいへん驚きました。



お昼時には、仮設住宅に住むお母さん方が、おにぎり・豚汁作りを手伝ってくださり、本当の手料理を皆さんと共に味わうことができました。安渡地区の団結力の強さを感じ、そして味も言う事無し。100人前の豚汁が1時間もかからず完食するという大盛況ぶりでした。料理のちょっとしたアドバイス等も頂き、本当に有意義な時間を過ごさせて頂きました。食べている間も、冗談を言い合ったり、思い出話をするなど、参加した皆さんの笑顔を見ていると開催してよかったと本当に感じました。

今回のイベントでは、仮設住宅入居者と近隣住民、そして内陸へ移住した皆さんの横の繋がりの強さを実感しました。@リアスでは、これからも月1回、釜石・大槌地区の仮設住宅でイベントを開催していきたいと思っております。

▼ △ お知らせ △ ▼

【高齢者なんでも相談「シルバー110番」】

岩手県高齢者支援センターでは、高齢者なんでも相談「シルバー110番」を開設しています。

予約により法律・医療・人生・認知症などの相談に専門家が応じます。

秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

◆受付日時 月～金曜日 9:00～17:00

◆利用料 無料

◆TEL 0120-84-8584(フリーダイヤル)

【大槌町なやみ相談電話】

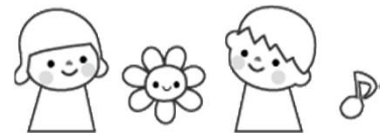
大槌町なやみ相談電話では、教育相談員が就学や学校生活に悩みを持つ児童生徒、その保護者の皆さんの様々な相談に応じます。一人で悩まずに気軽に相談してください。

◆対象 児童生徒および保護者

◆時間 平日 9:00～16:00(16時以降は留守番電話)

◆内容 いじめ、不登校、学校生活、友人関係、進路・適正、学習・成績、家族関係、発達障害

◆TEL 0193-42-7867(なやむな)



【編集後記】

@リアスでは、12月に新潟県の長岡市へ出向き、新潟県中越地震より復興を遂げた旧山古志村を視察してまいります。現地の方々より復興へのアドバイスや実際の取り組みを学び、今後の活動に活かしてまいりたいと思っております。詳細は来月の増刊号にて取り上げる予定ですので、ご期待ください。

情報誌「キックオフ」は岩手県沿岸広域振興局の地域コミュニティー再生事業の一環として、@リアスNPOサポートセンターが委託を受け、企画運営をしております。

情報誌「キックオフ」では、皆様より情報を募集しています。仮設住宅の生活でお困りの事、改善して欲しい事など何でもお気軽にお問い合わせください。皆様のご連絡をお待ちしております！

復興情報誌「キックオフ」編集部

TEL : 0193-55-4803

Mail: info@cadatte-kamaishi.com

募集中