



なるほど！医療講座

著：串間市民病院 内科医師
井上 龍二
いのうえ りゅうじ

長寿番付

こんにちは。串間の高齢者の皆さまは、異常気象にも負けず今日も畑へ、グランドゴルフへと元気に頑張っておられますか？

昨今、100歳以上の所在不明者が続出し、日本は本当に健全な長寿社会なのか疑問もわいてきています。串間は大丈夫やろかいと思っていたら、149歳が出ていましたね。

ところで、今回は高齢化に関するお話しをさせていただきます。話の取っ掛かりとして、相撲界も問題続きで本丸の番付が寂しい限りですので、まずは景気付けにわたしの外来の長寿番付を作りました。番付基準は、診察室に入り、診察を受け、診察室を出るまでを一人でされる方が条件です。

結果は東横綱 93歳女性、西横綱 92歳男性、東大関 91歳女性、西大関 90歳男性、90歳女性となりました。以下にも80歳代の方がずらっとおられますが、紙面の関係上省略いたします。90歳代で一人で診察なんてあつぱれとしか言いようがありません、お見事！

ちなみに、古くなりますが、本年7月時点の串間市の人口統計で、総人口20、422人（男9、361、女11、061人）中、80歳以上は男性約800人、女性約1、800人と人口の1割前後を占めています。これでは、70歳代なんてまだまだ若

造じやって雰囲気ですね。

前半は元氣の出る話題でしたが、後半は少し深刻なお話になりました。一人で診察を受ける高齢者の方は立派ですが、さてご自分の病状をどこまで理解しているかとなると残念ながら非常に不安です。病状を理解されていないと不安に思い「次は家族の方にも来てもらってね」と説明しても、「仕事で忙しいから」となどと言われ、大抵の方は次も一人で受診されます。

確かに仕事が忙しく、さらにじいちゃん、ばあちゃんもしっかりしているから安心と、一緒に来られないご家族も多いのでしょう。事情は十分に分かりませんが、自分の親御さんの病状や薬など最低限は把握していただきたいところです。

もっと深刻なのは、一人や夫婦2人暮らし、子どもたちは市県外にいる方です。中には子が一緒に暮らそうと言つても串間を離れたくないと断る方もいるようです。生まれ育った故郷を愛する心は痛いほど分かります。ただ、人間いつ具合が悪くなるか分かりません。

説教がましいですが、万が一、いざという時どうするかを常日ごろからご家族と相談していただくの良いなと思います。備えあれば憂いなしですね。実際、病院に緊急入院になつただけで家族が遠方で連絡がうまくい

かず困つてしまふ事態も年に何度かはございます。

さらにもっと寂しい話になります。自分が寝はまつたり、いよいよ寿命がという大問題もあります。終るかという大問題もあります。終るの棲家で最期をというのが理想ですが、近年の社会事情（家族関係、医療・福祉制度など）ではなかなか実現は難しいと思われまふ。介護保険制度も非常に複雑で今後どうなるか分かりません。

社会的問題が絡むと病院だけでは対応困難な事も多く、さまざま施設や福祉の関係者からも普段からいろいろと情報収集を、特に家族の方にはお願いしたいと思う次第です。本当に暗い話題になつて申し訳ありません。

最後になりますが、元氣で頼もしい串間の人生の先輩方、地球自体が変になっているご時世ですが、今後大いに人生を謳歌されてください。追記

天気が悪いと血の病が出るTさん（88歳女性）、診察帰りの「先生も大事にな」と温かいお言葉いつもありがとう。その一言が、当直明けでボロ雑巾のようになったわたしの心身をバケツの水のように潤してくれるのです。例えば悪くてごめんなさい、Tさん。では皆さんお元氣で。

学校へ行こう

みんなそろって校舎の前に整列。



地域のまとまりが自慢の学校

地域の皆さんに支えられながら地元への愛着を育てています。

今回紹介するのは串間市立都井小学校（矢野 宣校長）。児童数26人、職員数7人の小規模校ではありますが、校庭には元氣いっばいな子どもたちの声が響いています。

「地域にはたくさんさんの学習材がある」と矢野校長。そんな学習材を活用し、地域と連携した教育に取り組んでいます。各クラス年1回行う「ふるさと先生」では、都井岬火まつりで勢子をされる方を招き、松明の作り方や投げ方を教えてもらい、地域の伝統行事を学びました。また「都井岬学習」では都井御崎牧組合の方から話を聞いたり、調理実習やそろばん学習でも地域の方に教えてもらったりと、地域の方々の積極的な協力により、自分たちの住む都井地区のことを学び、地域への愛着を育てています。このような

取り組みで「子どもたちはもちろん、教師も一緒に成長しようと考えています」と矢野校長は話します。

小人数のため体育の授業では球技などの試合ができません。そこで、昼休み時間にはミニバスケットボールを使った野球をグラウンドで楽しんでいます。これにはほとんどの子どもたちが参加。このおかげか子どもたちの体力は、昨年より大幅な伸びを見せているそうです。

「わたしたちの自慢は地域と学校のまとまりの良さ。保護者の皆さんも児童みんなを知っていて声をかけてくれます。子どもたちもみんな仲良くできます。子どもたちの能力は高く、表現力を身につければその力を発揮できます。そこを伸ばしてあげたいと考えています」と矢野校長は話してくれました。

伝統行事を継承しています。



火まつりに参加

毎年8月末に都井岬で開催される都井岬火まつり。この火まつりでは都井中学校の生徒たちにより臼太鼓踊りが披露されます。しかし、生徒数の減少により、2年前から都井小学校の5・6年生も臼太鼓踊りに参加しているのです。

都井小学校の児童は「かね」のパートを担当。7月中旬から練習を始め、夏休みに行く中学生との合同練習や保存会の方からの指導を経て本番に挑みます。

伝統行事である火まつりに参加することは、子どもたちのふるさとへの愛着や誇りを育てる良い機会になっています。