

災害と人権

～人権意識を高めることは災害への備えです～



◆**大切なのはふだんの心がけ**
大地震や豪雨など自然現象は人の力でくい止められなくても、災害による被害は自分たちの日頃の努力によって減らすことができます。行政による援助はいままでもありませんが、自分の身は自分で守る（日頃からの防災の備えが必要）地域や身近にいる人同士が助け合う（地域防災の強化）ことこそが、災害による被害を少なくするため

の大きな力となります。ただし、身の回りの人を助けるには、まず自分が無事であることが前提となります。
◆**災害時に試される人権意識**
災害が起きた時、障がい者の方や、高齢の方など避難の際に介助が必要な方が安心して避難できるようにするために、結局その方を把握している方、同じ地域に住んでいる方の協力が重要だと思えます。
地域の住民が困っている人の状況を把握し、困っている方々も、周囲の皆さんに守られていくという気持ちを持つこと。そのためには日頃からのコミュニケーションが大切です。いざという時に命が守られるような仕組みを地域の中に作っていく必要があります。援助を必要とする人たちの名簿作りや訓練などを行い、それをきっかけにして住民と

剤の影響で認知症状が出る場合があります。その他、血液検査や物忘れテストなどを行い、診断をしていきます。時計描画テストでは患者自身に描画させて認知症の進行速度の遅速を調べます。
また、メタボリック症候群は脳血管性認知症をおこす危険があり、内臓脂肪が蓄積しない体質にする生活が大切です。
◆**生き生き講座利用者募集**
三好病院では、平成28年度から「地域に根ざした医療」の一環として、職員が地域に向いて講座を開催し、医療や健康に対する意識や知識向上のためのお手伝いをしています。三好市、三好郡内の住民による団体・グループであれば、1グループ10名以上でどなたでもご利用いただけます。多様なテーマが用意されていますので、地域での研修会などにぜひご利用ください。
【申込方法】所定の申込書に希望するテーマ、実施日時などを記入の上、お申し込みください。
【実施日時】月、金、10、16時（祝日除く）。土日別途相談。

◆**今、私たちにできること**
2016年に発生した熊本地震から、鳥取・近畿・茨城・和歌山でも大きな地震が発生していることから、これらは全て南海トラフ地震（最大でM9.1の規模になると予想されている超巨大地震）原因となるプレート（ひずみが大きくなっているために起こった）の見方が強く、間もなく南海トラフ地震が発生するのでは、との声もあります。
震災は、いつ、どこで、襲われるかわかりません。明日起こるかも知れないと想定して、尊い命を救い、被害を少しでも小さくするために、今、できることをしなければならぬことを考える必要があります。

◆**早期治療で治る認知症も**
医療機関では、認知症の原因であるアルツハイマー病やレビー小体病などの神経変性疾患や脳梗塞などの脳血管性認知症、水頭症等の病気を考えながら、治せる可能性のある認知症かどうか診断していきます。治療方法のないものもあれば、早期治療で治すことが出来るものや、治療で症状の進行を抑えることが出来るものもあります。治る認知症の場合、早ければ早いほど薬剤の効果も大きいとされています。早期発見、早期診断、早期治療が必要です。
認知症を疑い受診する場合は、必ず家人と一緒に診察に付き合ってもらうことが大切です。受診の際には、徹底的な病歴の聞き取りや服用している薬剤の確認をします。薬

困っている人たちをつなげるように努めることが重要です。同じ地域で暮らす人々の日常のつながり、付き合い方が、災害の時に重要な意味を持ちます。それは「災害弱者」であっても、そうでない人であっても変わらぬことだと思えます。災害時というのは非常事態なので、たとえ人権の部分的な制限にあたるとしても、多少の不自由は我慢してもらって、復興に向けて一丸となるべきです。災害に襲われれば誰しも自分のことで精一杯になってしまう、他人を思いやる余裕などなくなってしまう。だからこそ、被災者の人権を守ることをいつも以上に意識しながら支援や復興にあたるのが大切になっていくのです。避難場所でも、長期化すればおのずと人権侵害が起こる可能性があります。日頃から相手の立場に立つて思いやりの気持ちを持つことが大切です。災害はいつ起こるか分かりません。普段から人と人とのつながりを意識すること。それが結局は、人権を守ることに繋がります。

私たちの大切な地域医療を守るために

住民・医療者・行政が一体となり、「地域医療」を守っていくため、様々な情報を発信します



三好病院生き生き講座 「知って得する認知症の知識」より

3月8日、三好病院で生き生き講座が開催され認知症についての講座がありました。このほかにも、生き生き講座では、さまざまな出張講座メニューがありますので、健康に対する意識や知識向上にお役立てください。



◆**認知症かもと思ったら**
家族の認知症を疑う時はどんな時でしょうか。
複数回答順に「忘れ物・物忘れ・置き忘れが頻繁にある」「時間や日にちがわからなくなった」「仕事や家事が以前のようにできなくなった」という結果で、また、認知症を疑うきっかけになるような変化に気づいた人は、家族73%、認知症本人4%。「何かおかしい」から診断までの期間は平均15

か月かかっているそうです。医療機関受診が遅くなる理由として、症状は認知症ではなくて年のせいだと思ったり、認知症は治療できないから受診する必要がないと思っている人が多いとの調査結果でした。
◆**早期治療で治る認知症も**
医療機関では、認知症の原因であるアルツハイマー病やレビー小体病などの神経変性疾患や脳梗塞などの脳血管性認知症、水頭症等の病気を考えながら、治せる可能性のある認知症かどうか診断していきます。治療方法のないものもあれば、早期治療で治すことが出来るものや、治療で症状の進行を抑えることが出来るものもあります。治る認知症の場合、早ければ早いほど薬剤の効果も大きいとされています。早期発見、早期診断、早期治療が必要です。
認知症を疑い受診する場合は、必ず家人と一緒に診察に付き合ってもらうことが大切です。受診の際には、徹底的な病歴の聞き取りや服用している薬剤の確認をします。薬

◆**生き生き講座利用者募集**
三好病院では、平成28年度から「地域に根ざした医療」の一環として、職員が地域に向いて講座を開催し、医療や健康に対する意識や知識向上のためのお手伝いをしています。三好市、三好郡内の住民による団体・グループであれば、1グループ10名以上でどなたでもご利用いただけます。多様なテーマが用意されていますので、地域での研修会などにぜひご利用ください。
【申込方法】所定の申込書に希望するテーマ、実施日時などを記入の上、お申し込みください。
【実施日時】月、金、10、16時（祝日除く）。土日別途相談。

日本人の平均寿命が飛躍的にアップしたことに伴って認知症の問題が増えてきています。厚生省の調査結果をもとに、高齢者（65歳以上）の25%が認知症およびその予備軍とすれば、三好市の人口の約10%が認知症と予備軍となります。老化による物忘れと認知症による物忘れは異なります。認知症は病気で、認知症患者の物忘れの特徴として、「日常生活に支障がある」「ヒントを与えられても思い出せない」「時間や場所などの見当がつかない」「物忘れに対して自覚がない」などが挙げられます。

また、メタボリック症候群は脳血管性認知症をおこす危険があり、内臓脂肪が蓄積しない体質にする生活が大切です。
◆**生き生き講座利用者募集**
三好病院では、平成28年度から「地域に根ざした医療」の一環として、職員が地域に向いて講座を開催し、医療や健康に対する意識や知識向上のためのお手伝いをしています。三好市、三好郡内の住民による団体・グループであれば、1グループ10名以上でどなたでもご利用いただけます。多様なテーマが用意されていますので、地域での研修会などにぜひご利用ください。

◆**生き生き講座利用者募集**
三好病院では、平成28年度から「地域に根ざした医療」の一環として、職員が地域に向いて講座を開催し、医療や健康に対する意識や知識向上のためのお手伝いをしています。三好市、三好郡内の住民による団体・グループであれば、1グループ10名以上でどなたでもご利用いただけます。多様なテーマが用意されていますので、地域での研修会などにぜひご利用ください。

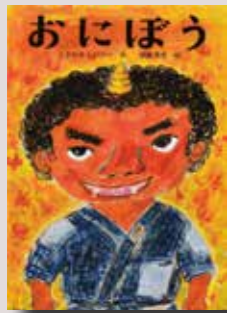
生き生き講座 講座一覧		
NO.	内容	講師
1	緊急速報！脳梗塞にならないで！	脳外科医師
2	これって認知症？～認知症の症状が家族に出た時どうするか～	脳神経外科医師
3	もしかしたら骨折？骨粗しょう症の治療について	整形外科医師
4	肺の病気について（肺がん）	呼吸器内科医師
5	緩和ケアってなに？	緩和ケア内科医師
6	緩和ケアの治療はどんなもの？	緩和ケア内科医師
7	なかなか聞けない女性の病気	産婦人科医師
8	口コモ体操のスヌメ	理学療法士・作業療法士
9	いろいろな生活介助の方法を学びませんか	理学療法士・作業療法士
10	おなかの病気	消化器内科医師
11	心臓の病気	循環器内科医師

いけだスポーツクラブ 5月教室開設日 チャレンジデー 2017 対戦相手決定！ 三好市 VS 鳴門市 実施日：5月31日（水）

教室名	開設日	教室名	開設日
ヨーガ月曜コース	1・8・15・22	キッズ&ジュニアスポーツプログラム	
ヨーガ木曜コース	18	Jr. バレーボール	1・8・15・22・29
肩こり予防&リフレッシュ体操	19	キッズサッカー	準備中
フライングディスク	11	カワイげんぎアップ体操	6・13・20・27
さわやかママさん体操教室	11・25	ヒーロー養成教室	
レッツ体カづくり	10・24	野球（池田球場）	9月開校予定
史跡巡りウォーキング	お問い合わせください	バレーボール	9月開校予定
口コモ予防教室	お問い合わせください	ハンドボール	6・12・16・23・26
フラ	11・25		
グランドゴルフサークル	毎週 月・水・金		

☆場所はすべて池田総合体育館。ただし、フラはフジヤマビル、グラウンドゴルフは吉野川運動公園でオープンスクールとして開放しています。
☆都合で曜日や時間に変更になる場合がございます。
お問い合わせ先 **いけだスポーツクラブ** (電話 72-5755)

新着図書の紹介



【児童書】井川図書館
おにぼう
著者：くすのき しげのり
村人に嫌われていた鬼の子のおにぼう。大雨で村が流されそうになり、庄屋たちはおにぼうに助けを求めました。大岩を落として溢れる水を止めようと、おにぼうがやりつたけの力をこめたところ…。



【一般書】中央図書館
我ら荒野の七重奏 (セブテット)
著者：加納 朋子
プロのトランペット奏者。クラシックもいいけど、ジャズも悪くない…。陽子の親馬鹿炸裂妄想は、止まるところを知らない。息子の中学吹奏楽部の活動に巻き込まれたワーキングマザー。部活エンターテインメント。

中央図書館

【一般書】 ■老乱/久坂部羊 ■Dの殺人事件、まことに恐ろしきは/歌野晶午 【児童書】 ■いつも心の中に/小手鞠るい ■まほうのバス/中島和子 【絵本】 ■パンダともだちたいそう/いりやまさとし ■ぼくはイスです/長新太
井川図書館

【一般書】 ■黒涙/月村了衛 ■校閲ガールトルネード/宮木あや子 ■野菜玉ですごい簡単うちごはん/金丸絵里加 【児童書】 ■都道府県のかたちを絵でおぼえる本/造事務所 ■あたしの、ポケのお姫様。/令丈ヒロ子 【絵本】 ■すべてころんですりむいた/小野寺悦子 ■きつねみちは、天のみち/あまんきみこ
新着図書は上記以外にもありますので、各図書館にお問い合わせください。

図書館だより

中央 ☎72-2781 開館時間 10～19時
井川 ☎78-4311 開館時間 10～19時

■井川図書館からのお知らせ

4月1日より、図書館の開館時間を10時～19時に変更いたしました。

■5月の行事予定

[中央図書館] おはなし会 11時～11時30分(毎週土曜日)
[井川図書館] おはなしひろば 10時30分～11時(毎週土曜日)

■5月の休館日

・中央図書館 毎週水曜日、29日(館内整理日)
・井川図書館 毎週火曜日、29日(館内整理日)

■巡回配本日程(5月)

- 8日 井川 - 西井川幼稚園 - 井内小 - 西井川小(高学年)
- 9日 井川 - 西井川小(低学年) 三野 - 芝生小(高学年)
- 11日 東祖谷 - 祖谷歴史館 - 認定こども園 - 東祖谷小中
- 12日 山城 - 下名小 西祖谷 - 榎生小 - 認定こども園
- 15日 三野 - 芝生小(低学年) - 王地小
- 16日 池田 - 白地幼・小 山城 - 山城小(高学年) - 山城児童クラブ
- 18日 西祖谷 - 吾橋幼・小
- 19日 池田 - 馬路小 - 三縄幼・小
- 23日 山城 - 山城幼 - 山城小(低学年)
- 25日 山城 - 山城荘前 池田 - 旧大和郵便局前 - 三縄駅前付近
- 26日 池田 - 萩田商店前 - 箸蔵幼 - 箸蔵小

・都合により巡回日・時間などが変更になる場合があります。
・利用される方は、三好市中央図書館までお問い合わせください。

■イベントのお知らせ【中央図書館】

・歌舞伎鑑賞塾 2017

日時：5月14日・28日、6月4日・18日、7月2日

各回とも13時45分～15時15分

場所：三好市中央図書館 シアター室

講師：河野 稔治氏(歌舞伎ナビゲーター)

定員：20名 ※要申込

「いざ発災！」に備える

▼三好市は3月23日、林野庁徳島森林管理署と、林野災害時に小型無人機ドローンを使って被害状況の把握などを行う支援協定を結んだ。林野庁と自治体がドローンを活用した災害時協定を結ぶのは全国で三好市が初めてである。

▼台風や地震などで、「いざ発災！」となれば、道路の崩壊や樹木の倒壊で行く手を阻まれる。そうした時に、池田町の森林事務所と東祖谷の治山事業所の2か所に配備するドローンを使って、森林管理署職員が上空から空撮し情報提供する。

▼林野庁は、国有林での樹木の種類や繁茂状態の調査、鳥獣害対策パトロールのほか、災害時の現地状況把握にドローンを導入している。今回の協定は、徳島森林管理署が民有林支援の一環として三好市に申し出があった。

▼三好市の面積は722平方キロメートルで、四国の95市町村の内一番大きい。平野部が少なく90%が山であり、1955メートルの剣山と海拔50メートルの三野町では、約1900メートルの標高差がある。この度の協定は、「いざ発災！」時に心強い。

市長コラム Vol.21



黒川 征一

Happy Birthday おたんじょうび おめでとう! 4月

 山城 1才 森川 聖太 ちゃん 1歳おめでとう。いつも笑顔ありがとう。すくすく元気に育ってね。	 井川 1才 中内 健心 ちゃん 笑顔が素敵な健心♡たくましく元気に大きくなってね！	 井川 1才 小松 凜花 ちゃん 1才のお誕生日おめでとう。いっぱい笑って元気に明るく育ってね。	 池田 1才 矢野 聖絆 ちゃん 聖絆1才おめでとう!!これからも元気で笑顔いっぱい聖絆いてね♡	 池田 1才 片岡 鞠菜 ちゃん 1歳のお誕生日おめでとう。これからもお姉ちゃんとなかよくね♡
 池田 2才 東岡 倅太郎 ちゃん いつも元気な倅太郎。大好きだよ元気に大きくな～れ！	 池田 2才 坂本 悠馬 ちゃん 悠馬の笑顔がみんな大好き♡我が家のムードメーカーです◎	 池田 2才 片山 真心 ちゃん 2才のお誕生日おめでとう♡真心は、パパ、ママの大事な宝物です。	 三野 2才 浦岡 叶愛 ちゃん お誕生日おめでとう♪これからも可愛くてやんちゃのえるていてね♡	 山城 1才 森実 咲稀 ちゃん お誕生日おめでとう。これからも、もっともっとニコニコ笑ってね。
 池田 3才 柿本 将之介 ちゃん 明るくて、甘えん坊の将之介。3才おめでとう！元気に育ってね♡	 池田 3才 阿佐 優里香 ちゃん 家族を楽しませてくれる優里香♡沢山笑って、遊んで大きくなってね！	 三野 3才 高井 晴成 ちゃん 3歳のお誕生日おめでとう♡バワフルに大きくなあ～れっ!!	 三野 3才 川人 桜優 ちゃん 3歳おめでとう♡いつもお手伝いありがとう!!これからもよろしくね♡	 井川 2才 大西 壮真 ちゃん 2歳おめでとう！お歌が大好きな壮真♪すくすく元気に大きくなあれ☆
 池田 3才 笹田 修聖 ちゃん お誕生日おめでとう！お兄ちゃんと弟と仲良く遊んでね♪	 井川 3才 近藤 心菜 ちゃん おしゃべりが大好きなこちゃん♪いっぱい笑って元気に大きくなあれ♡	 井川 3才 上笹 望愛 ちゃん 3歳おめでとう♡これからも元気に育ってね♡大好き♡♡	 池田 3才 棚内 麻生 ちゃん いっぱい食べて、笑って、遊んで、元気に大きくなってね☆	 池田 3才 木下 心茉莉 ちゃん いつも笑わせてくれてありがとう♡これからもたくさんお話ししようね。
 山城 3才 茂地 優希 ちゃん いたずら好きのゆうちゃん★元氣いっぱい大きくなってね♡	 山城 3才 井下 絢子 ちゃん 絢子の歌とおしゃべり、いつもみんなを笑顔にしてくれてありがとう♡			

5月生まれのお子様(1歳～3歳)募集中!

①氏名(ふりがな) ②性別 ③年齢(誕生月での年齢) ④生年月日 ⑤保護者氏名 ⑥住所 ⑦電話番号 ⑧簡単なコメント(30字程度。文字数が多い場合は一部修正することがあります) ⑨ケーブルテレビへの情報提供の可否を書いた用紙と写真(写真の裏に氏名を)を三好市役所秘書人事課までお送りください。5月号の締切は4月20日です。★写真はトリミングします。また写真は返却できませんので、ご了承ください。★デジカメ等の場合は、データを秘書人事課まで直接お持ちになるか、Eメール(koho@city.tokushima-miyoshi.jp)でお送りください。