



地域と医療がつながる拠点 連携コワーキングスペース  
みどりまち文庫ニュース



## ミライニ発 図書館×healthcareの企画展示 始まりました

6月号でもご案内しましたこちらの企画が始まりました。  
【主催：酒田駅前交流拠点施設ミライニ・(株)瀬尾医療連携事務所】  
企画提案から1か月で実施できるミライニと酒田市立中央図書館には、可能性とワクワク感がありますね。

瀬尾医療連携事務所は、医療者と地域住民が出会い、お互いに知識を得ながら活動を生み出すため、地域と医療がつながる拠点・連携コワーキングスペースみどりまち文庫事業を行っています。健康、医療、介護などの情報は普段気にしない分野ですが、「いざ」という時には慌ててしまいます。では、健康な住民に興味をもってもらうためにはどうしたらよいのでしょうか。私たちはこの課題に挑戦し続けています。  
**6月は、車いすをテーマに実施。**車いす関連の書籍と共に、小柳理学療法士さんが常駐しデモンストレーションを実施。高校生やお子様連れのご家族が電動車いすや災害時にも活躍するJINRIKIに興味深々で体験してくれています。

実施側としても、多様な人たちが集う図書館に、普段触れることが少ない福祉用具（車いす）を展示し、デモンストレーションを実施したことで、気づいたことがありました。近く小柳理学療法士にインタビューをしたいと考えております。



**7月は「うんちを知ろう」**  
担当は山形県内のPOOマスターさんたち。  
7月23日は、幼児と保護者向けに踊りや読み聞かせを行います。  
7月中は沢山の本が、特設ブースに展示されています。お子様づれで遊びにいらしてください。お待ちしております。(瀬尾)



みどりまち文庫が大事にしたいのは「浅く広く知る機会」、「出会う場」です。会員募集中です！

# 7月2022年

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1 16:00~ りかこの部屋 地域包括ケア・ ACPx 映像アーカイブの可能性を探りたい	2 14:00~オンラインライブ配信
3	4	5	6 14:00-16:00 暮らしの保健室作りたい情報交換会 18:30-19:30 第17回オンライン研修 CLUB	7	8 16:00~ 丸山さんとの交流会	9
10 18:00~ 岡村さんとの交流会	11 18:30-20:30 第9回本気で人生会議「老後の資金」をテーマにみんなで話そう	12 10:00-12:00 ナースとお茶会・おしゃべり会 19:00-20:30 第10回多職種を知り・連携する学習会 他職種が知りたい！嚥下検査のこと	13 19:00~貸切	14	15	16 14:00-16:00 ゆるっとカフェ まちづくりスタジオ 鶴岡 Dada  19:00~勉強会 貸切
17	18	19	20	21	22	23 10:30-11:00 ミライニから発信！図書館 x healthcare うんちを知ろう
24	25	26 10:00-12:00 ナースとお茶会・おしゃべり会	27 19:00-20:30 えら部~A-LOVE ~第2弾 がん手術から8年「健康のプロ」薬剤師の父が亡くなるまで 本人の意地と家族の葛藤	28	29	30
31 9:00-11:00 銀座モーニング まちづくりスタジオ 鶴岡 Dada1 階 サロン ドダ						



タイムリーな情報は、(株)瀬尾医療連携事務所 Facebookをご覧ください。

気になるイベントがございましたら、ご一緒しましょう。  
問い合わせは [info@seojimusho.com](mailto:info@seojimusho.com)

## 初めての道・初めての公民館



鶴岡に生まれてからずっと暮らしている瀬尾ですが、まだまだ知らない場所は多いです。今回は、某地区の女性部の皆様を対象とした学習会でお話しさせていただきました。初めての道を通り、初めての景色を楽しみながら会場へ。

持ち時間は30分、テーマは「人生100年時代 加齢に負けない！フレイルチェック」にしました。基本的なフレイル予防の説明、早めに気

づくための“イレブンチェック”をご紹介いたしました。皆様に喜んでいただけたようで一安心です。「フレイル予防」は国家戦略として各地に広まっています。自分の状態を知り、早めに対応し、健康に暮らせる時間を増やしたいものです。（瀬尾）

## GMの独り言



将棋文化検定4級・アマチュア初段有資格の「観る将」瀬尾GMが気になる、将棋界の出来事。

**里美香奈女流四冠が棋士編入試験を受験すると発表されました。**

実は女性で将棋のプロ棋士(4段)になった人は1人もいないのです。

将棋連盟から選出される新鋭棋士5人との対局(毎月1回、1人と対局)で3勝すれば、女性初のプロ棋士誕生となります。

この5人の中に鶴岡市出身・岡部怜央新4段の顔もありました。

みなさん注目ですよ！

### 第6回【コラム～トテのひとりごと～】 ③靴の選び方～その1・足の計測のススメ～

今回はウォーキングの際に欠かせない『靴の選び方』について。

このコラムをごらんのみなさんは普段どのような靴を履いていますか？

- ・ゆったりおおきめな靴…。
- ・着脱の簡単な靴…。

実は足の健康を考えた場合、上記の2点をもとに靴選びをするのは『大間違い』です！

みなさんは自分の足の長さ（サイズ）を計測したことはございますか？自分の足のサイズを計測したことのない方の多くが、実際のサイズよりもおおきめなサイズを選んでいることが多いです（自分もそうでした）。**大きすぎる靴**は靴の中で足がずれやすくなるため外反母趾や扁平足など、ひいては腰痛や膝痛の原因になる可能性があります。

また足の計測にはサイズの他に**足囲（ワイズ）**や**足幅**などもございます。靴を選ぶ前に自分の足の計測をしてみてもいいでしょうか？

とはいえ、「実際にどう測ったらいいの？」という方もいらっしゃると思います。次回は自宅のできる足の計測について紹介していきます。お楽しみに！！



【連絡先】 トテらば。代表 小柳朋之（理学療法士）

電話番号 090-9745-7719・Eメール totelabo@gmail.com



トテらば。



# SEOが楽しかったイベント紹介！

## 山形市周辺の会員さんと顔合わせ

みどりまち文庫の会員さんには、山形市や天童市、新庄市にお住いの方も多くおられます。これまでは、コロナ禍もありご一緒する機会が少なかったのですが、意見交換の場を設定しました。

場所は、山形市の霞城セントラルに新しくできた「コワーキングスペースジョージ山形」をお借りしました。素敵な施設でしたよ。会員の皆さんとは活動していること、仲間を集めたいことなど、みんなで共有ができました。コラボレーションが生まれる予感。。



## 本気で人生会議～医療用麻薬を知る～



毎月開催している本気で人生会議。一般の参加者の希望に応じてテーマを決めて、専門職の方からお話を聞いています。今回は、医療用麻薬について教えてもらいました。

一般向けにやさしく、かつ、重要なことを丁寧に説明いただき感謝です。荘内病院の看護師さん、ありがとうございました。

次回は、老後の資金についてライフプランナーから教えてもらいます。

いざという時の選択の際に少しでも、役に立つ知識を得ていきましょう。

## 沖縄開催の全国連携実務者ネットワーク

全国の連携実務者が集まるこの会は2年ぶりのリアル開催。オンライン配信のお手伝いかねて参加してきました。が！梅雨真っ盛りで湿度むんむん、参加者の熱気もむんむんの沖縄でした。

発行：株式会社瀬尾医療連携事務所  
〒997-0034 山形県鶴岡市本町1-7-45  
まちづくりスタジオ鶴岡Dada3階  
メール info@seojimusho.com

