



# みどりまち文庫ニュース

## 青空と笑い声・人との交流の場「銀座モーニング」&「芋煮会」



9月のシルバーウィーク。今日9月25日は連休最終日で毎月定例で開催されている『銀座モーニング』の日曜日でした。多くの方が朝から一緒にご飯を頂きながらの情報交換を行いました。

銀座モーニングに続き、鶴岡を離れる会員のMさんが「芋煮会を経験していなかった」というのでみんなで芋煮会も企画しました。さわやかな秋晴れとなり、最高の芋煮会日和となりました。

芋煮はMさんの希望により2つ、庄内風(味噌ベース、椎茸、豚肉)と内陸風(醤油ベース、舞茸、牛肉)をご用意しました。

Mさんへの愛が溢れる芋煮でしたが、残念ながらMさん曰く「内陸の方が美味しいかも・・・」だそうです。ちなみに娘さんは味噌ベースが好きらしいです。どっちもこ〜でえ、いいあんべで(とてもいい塩梅で)、お変わり2杯づつ まんず んめけもの(とっても美味しかった)。

芋煮の他に、収穫したての雪若丸の新米ご飯、サツマイモご飯、塩むすびも用意され、一粒一粒がしっかりして甘くて美味しくて、さすが庄内平野の新米！！さわやかな秋風に吹かれながら食べる芋煮と新米ご飯は、ザ！庄内風物史、至福のひとつでした。

また、参加された方がお持ちくださったバランススクーターや 木琴、バイオリン、巨大シャボン玉は日ごろ触れることがないため、お試し乗り、お試し弾きで大人も子供も大人気となりました。

いろんな制限があった3年間でしたが、その期間のおかげか、触れ合える距離で、沢山の方の顔をみながら、あちらこちらから子供の楽しく遊ぶ声や笑い声、話をしている声が聞こえることの幸せをあらためて、ひしと感じた芋煮会でした。つながるって大切だなって思いました。芋煮会を準備してくれた皆さんに感謝です。

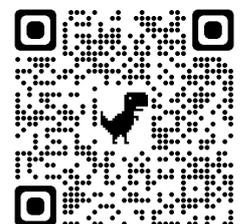
(文:渡辺ふじ子 歯科衛生士)



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。

会員以外も参加できる企画、学習会も多くございます。情報は右のQRコードをスマホなどで読みとりPeatixサイト「オンラインみどりまち文庫」をフォローするだけで、あなたにご登録したメールアドレスにイベント情報が届きます。

(登録は無料) いますぐフォロー！



気になるイベントがございましたら、一緒にしましょう。  
お問い合わせは info@seojimusho.com

## みどりまち文庫の予定

# 10月2022年

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	<p>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。</p>					1 銀座秋まつり ブースたくさん遊びに来てね
2 12:00-18:00 秋の果物×ウイスキー部	3	4	5	6	7	8 10:00-12:00 織り鶴 働き盛り・子育て世代のがん患者さん、ご家族向けのサポート会 みどりまち文庫
9	10 ゆるっとCafé…健康に関する雑談が出来るCafé	11	12	13 19:00-21:00 貸切	14 19:00-20:30 他職種を知り・連携する学習会	15 13:30-17:00 スマホで作る動画講座 (簡易版) みどりまち文庫 14:00-16:00 ゆるっとカフェ まちづくりスタジオ鶴岡 Dada
16	イベントは会員以外の方も参加できる企画多数あります		18	19	20	21 19:00-20:30 えら部～A-LOVE～えら部 在宅介護の子ども達とご家族に寄り添える社会・地域に～互いに声を掛け合い優しい地域に～
23 14:00-18:00 ミライニから発信！図書館×healthcare～色の見え方～色覚異常	24	25	26	27	28	29 14:00-16:00 会員お茶会交流会
30 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	31	銀座モーニング…朝食を食べて、庄内の情報交換と人との出会い				

ミライニ発！図書館×healthcare企画

## 9月は腰の痛み



9月の担当は佐藤亘理学療法士です。

事前に電話での問い合わせも多かったようで、腰痛に悩んでいる方にとって、嬉しい企画だったのではないのでしょうか。1か月間専用カートに展示されている書籍も人気で、多くの方に貸し出されているとお聞きしました。医療の専門職へ気軽に相談できる機会や場は、なかなか日常にはありません。

普段通っている図書館なら、行きやすいですね。

### 【実施しての感想（佐藤亘）】

今回4回目の企画展示ということで、図書館利用者当に周知されてきており、開始前から数名の方から集まっていたいき、大変有難く感じました。

その場に参加された方のほぼ全員が腰痛持ちの方でしたが、今回行った腰痛新常識クイズ全問正解の方はおられませんでした。

1つ例を挙げると「腰の痛みの強さとレントゲン

検査・MRI検査の結果は必ずしも一致しない」という話をした際、驚く方が多かった印象です。腰痛に限らず慢性的な痛みのある方には正しい知識を得てもらうことが一番の改善の近道とされています。もちろん姿勢の改善や運動習慣も大切ですが、最近では慢性腰痛に自ら知識を得る“読書療法”が効果的であるということも研究でわかってきています。

こうしたことから今回、腰痛と図書館は案外良い組み合わせだったのかもしれない。図書館の職員の方も肩こり腰痛の方が多いためのことだったので、まずはそこから腰痛体操を浸透させていきたいですね。

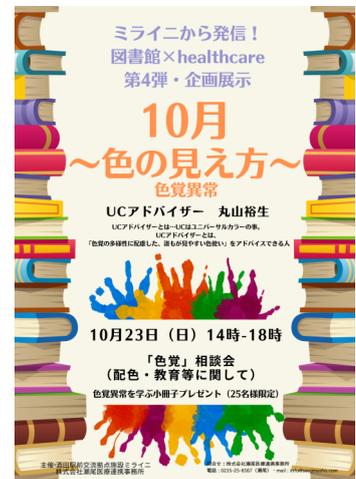
### （図書館×healthcare企画展の目的）

図書館×healthcare企画を実施して思うのは、健康や予防、医療や介護などに関わる暮らしの中の困りごとを「地域に出て、生の声に直接触れること」が貴重であるということ。そして、興味のない人に伝えることの難しさを体感すること。ではどこで触れ、経験したらよいのか。自分でその場を創るのはちょっと大変ですよ。

だからこそ、瀬尾医療連携事務所は「地域と医療がつながる拠点」を目指し、多くの皆さんと一緒に企画を実施しています。

興味がある方は、一度会員が開催するイベントや学習会などにご参加ください。楽しめること間違いなし。気軽に遊びに来る感覚でいらして下さい。入会はいつでも募集中です。（瀬尾）

## 10月は色の見え方



### 第9回【コラム～トテのひとりごと～】 ③靴の選び方その4～靴選びの実際～



前回は足の計測から足の規格を知ることの大事さについてご紹介しました。今回からは、足に優しい靴選びについて2回に分けてお伝えしていきます。

サイズ以外で足に優しい靴の一番のポイントは、「足の甲をきちんと固定できるか」になります。具体的にどのような靴が良いかというと、紐靴もしくはベルト止めの靴です。また踵を包む部分にしっかりと固さがあること、足指の動きに靴がついてくることも大切です。また同じ25センチのEEだとしてもメーカーごとに細かい寸法が違ったりもしますので、やはり実際に靴を選ぶ際は足を通してみるのが大切です。

次回で靴の回は最後、実際の靴の履き方についてお伝えしていきます。お楽しみに！！



トテらば。

【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

# 9月は各地で社会連携の取り組みを紹介しました

9/8-9/9 第48回日本診療情報学会（高知市・オンデマンド）

**演題：連携における情報ツールとヒューマンネットワークの切っても切れない関係**

（抄録抜粋）近年は技術ベース（患者情報共有システム、連携パス、入退院支援様式等）と人間ベース（Face to faceの研修会等）のハイブリッド化が必要とされています。



ICTネットワークを地域で活用するには、地域内での人間ベースの連携の場があり、お互いの信頼関係が作られているかどうかがかぎになるようです。

本当なら高知市での開催でしたがコロナウイルス感染症拡大により急遽オンデマンドに変更となりました。まだ行ったことがない地域でしたからとても楽しかったのに…でも、収録頑張りました。

9/14 歯科・医療従事者向けセミナー IOCiL 講師

**演題：多職種の実際を知ろう「Season5 #05 連携catalyst発信！！その課題、多職種連携だけで解決の？～第3の連携スキル社会連携の実践**

（抄録抜粋）医療・多職種連携のネットワークづくりに明け暮れていました。10年ほど経過したところから、ある2つの疑問が生じます。解決に向けるには、新しい仕組みを作らないといけないのではないだろうか。全国の歯科や歯科衛生士さんも多く参加するセミナーでお話しさせていただきました。これから医療連携・多職種連携を進めたい皆さんにお役に立てたようで一安心です。

9/18-9/19 第1回地域共生を支える医療・介護・市民全国ネットワーク・全国の集い（平塚市）

**シンポジウム 医師の患者当事者体験からみつめる市民、健康、予防の未来像～サードプレイスの可能性～**



座長、シンポジスト、ディスカッションのファシリテーターを担当しました。地域共生とは何か、その中での当事者意識やサードプレイスの役割とは何かを、実践者たちと話せるのは楽しいものです。写真は模擬みどりまち文庫でのディスカッションの様子。

9/23-9/24 第28回日本摂食・嚥下リハビリテーション学会学術大会（千葉・幕張メッセ）

**公募シンポジウム3 地域で取り組む多職種教育の実践報告**

**演題：地元食材を生かした美しい嚥下調整食を料理人と共に～鶴岡食材を使った嚥下食を考える研究会～**

大規模な学会で、「食」に関わる医療専門職が全国各地から大勢参加されました。各地で行われている新しい取り組みや挑戦を知る機会を得られた貴重な時間でした。写真は座長の先生とシンポジストの皆さんと。



10/1-10/2 第12回日本プライマリ・ケア連合学会 東北ブロック支部学術集会（山形市）

**メインシンポジウム「美味しい地域の作り方」**

**演題：その課題、多業種の協力が必要？～鶴岡食材を使った嚥下食を考える研究会の場合～**

山形市で開催されました。「食」をテーマにしたセッションで、庄内地域からはうしお荘や酒田米菓からも登壇されています。異業種連携・社会連携はこれからはますます注目されることでしょう。

学会は、各地の新しい考え方や取り組みを知るにはとても良い機会です。また自身の取り組みを発表することは、振り返るきっかけになります。

「行動したら発表する」を意識することをお勧めします。知ってもらいたいことがあるなら、外に向けてアウトプットすることも意識されてはいかがでしょうか。

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