



稲刈りが終わった田んぼと黒大豆畑の間を自転車で検診後の健康講座会場へ。京丹波町(旧和知町)で作られる丹波高原特産の黒大豆は大粒で風味がよく、特別に「和知黒」と呼ばれ重宝されます。わが家でもおせち料理の黒豆は、和知黒が定番。黒豆しぼりというヘルシーなおやつも欠かせません。

畑で黒大豆の枝を麻縄で結び、天日干し用の稲束(いなき)に掛けていく人たちに手を振り、「はしごから落ちんといいなあ」と声を掛けながら、先を急ぎます。

自転車使い移動

高齢化率約40%の旧和知地区ですが、元気に農作業をされて

保健、医療、福祉を包括ケア

いる方も多く、六十五歳では高齢者扱いできません。ただ、七十五歳を越えるとなりに、十五歳を越えるとなりに、

気が掛けてあげる必要がある人、年齢によりなりました。なぜ、自転車で来るの、とよく聞かれます。メタボリック症

候群の体形で健康講座をしてもらいたいと思います。が、「まずは隼(かい)よりはじめよ」です。ウオーキングなどを勧めている本人が、日ごろから努めて運動し、そのことを知ってもらうことは大事だと思っています。

住民健診だけでなく学校健診、特別養護老人ホームへはできるだけ徒歩、自転車で行くようにしています。途中、町の人と会話できるのも楽しみです。

へき地医療は決して山村、離島のためだけのものではない、そう思っています。保健、医療、福祉と包括ケアができることは非常にやりがいもあり楽しく、いつまでも続けたいと思っています。しかし、父母がいつまでも元気なわけもなく、患者さんの家族に「子供のあなたが親をみてあげなくてどうするの」と掛けた言葉が、今、自分自身に重くのし掛かっています。

10期生・1987年卒

と い 土井たかし



自転車での移動はよい運動になるが、谷あいの町は坂がいっぱい。山の奥の方は少し休憩してからでない、仕事ができない欠点も

京丹波町国民健康保険和知診療所

【私の勤務地】和知町は2005年10月に丹波町、瑞穂町と合併し京丹波町に。人口1万8000人。04年に台風23号でバスが水没した由良川の上流にある。04年に26床の病院から19床の有床診療所になり和知地区の保健・医療・福祉を担っている。

都会に医療へき地

へき地医療と言われますが、山村や離島ばかりが医療へき地ではありません。田舎では「誰もいないのでやるしかない」と当たり前にしているがん末期患者の在宅医療の引き受けなどが、都会では「誰かがやってくれ」と、結局、誰もやることのない状況に遭遇したこともありました。都会とて医療へき地

はあります。また、都会の人に、田舎はいい道路ができていいよね、とよく言われます。しかし、考えてほしいのは、田を耕し、山を守る人がいるから、下流の都会の治水が保たれているということ。そして、離島に住む人がいるから、世界第六位の経済水域があり、豊かな海の資源を得ることができている。そういった地域に暮らす人が安心して生活できるようにすることは、都会に住む人にとっても必要なことだと思っております。

(次回予定は千葉県)