



JA茨城県厚生連
県北医療センター
高萩協同病院
副院長兼産婦人科部長
わたなべ ゆきお
渡邊 之夫 先生

地域の皆様のご協力や良い仲間(医師、助産師、看護師、薬剤師、コ・メディカル等)に恵まれ、今年で産婦人科の再開から10年の節目を迎える事ができました。ありがとうございます。感謝申し上げます。

時代とともにお産をとりまく状況は変化しています。かつて、お産の知識はおばさんやお母さんから直接伝えられていたものですが、やがて本から学ぶ様になり、インターネットの登場によりパソコンから情報を得る事が一般的になりました。最近ではスマートフォンが普及し、街を歩いていてもすぐに知りたい情報を得ることができますし、SNS等を通じて友達同士で情報を共有することもあると思います。ただ、様々な情報があふれている中でどれが正しい情報なのか判断するのは難しく、知る事で逆に不安になる事もあると思います。その時は、是非受診して相談してください。そして、妊娠生活を楽しいものにしましょう。私は、お母さんと赤ちゃんが笑顔で我が家に帰れる、そして元気に楽しく子育てができる、そのお手伝いできればと思っています。

当院も新体制となり、麻酔科が24時間対応できる体制を整えております。産科のみならず、時間外の婦人科の緊急手術も可能になっています。また、産後に少しでも皆さんの笑顔が見られるようスイーツを出すことも考えております。徐々にではありますが、今後も地域の皆様のお役に立てるよう改善を進めていきたいと思っておりますので、これからもよろしくお願い致します。

市役所仕事

第4回
健康づくり課
保健師
助川 香央理



健康づくり課は総合福祉センターの1階にあります。健康づくり課には2つのグループがあり、母子健康手帳の発行や赤ちゃん訪問、がん検診など子どもから大人まで幅広い世代の心と体の健康づくり支援を行っています。

私が所属する保健予防グループでは、保健指導やがん検診、精神保健などを担当しています。健診では、検査結果に問題があった方のお宅へ訪問し、生活習慣病予防のためのお話をさせていただくこともあります。また、地域の集会所などで住民の皆さんに健康についてお話をさせていただくこともあり、実際に地域に出て住民の皆さんと交流する機会が多いことは健康づくり課の特徴だと思います。

地域での健康教室や個別での健康相談は随時受け付けておりますので、気軽に健康づくり課にご連絡ください。また、1年を通して様々ながん検診を行っておりますので、大切な命のためにも、ぜひ1年に1回は検診を受けていただきたいと思います。

生涯現役 いきいき元気

“口笛は体が楽器だから、健康が一番！”

「口笛でも人を泣かせるほど感動させることができるんだ！と驚きました」と元気に話してくれたのは、生涯学習センターで活動している『口笛ピッピ』の阿部洋子さん。今年5月に川崎市で開催された口笛世界大会に初出場して、音源伴奏カテゴリーシニア部門で優勝しました。「第一奏者でとても緊張しましたが、楽しめました」と振り返ります。

音楽が大好きな阿部さんが口笛を始めたのは、子育てが終わって余暇ができた8年前。県北生涯学習センターの口笛講座に参加したのがきっかけでした。昔は「女の子が口笛なんて：夜に吹くと蛇が来る：」と言われていたから、好きでも吹かないでいたのに、今は若い女の先生が口笛で世界を魅了している！と感動。講師で世界王者に2回輝いている口笛奏者・柴田晶子先生との出会いが人生を変えました。

口笛は、誰でもどこでも練習でき、道具もいりません。体が楽器だから、健康が一番。演奏中に咳が出ないよう、風邪を引かないように気を付けています。

「柴田先生との出会いをはじめ、伴奏してくださったピアニストの方、一緒に頑張る仲間や応援してくれる友達・お客さん、そして家族。みんなに感謝しています。これからも健康一番で頑張ります！」と笑顔でお話されました。

【口笛ピッピ】

毎月第2水曜13：30～15：30
茨城県北生涯学習センター
☎0294-39-0012で活動中！



あべ ようこ
阿部 洋子さん
(島名・68歳)