

# 健康をつくらう!



県北医療センター 高萩協同病院  
訪問看護サービス  
看護師 鈴木 玲子

## 《ご存知ですか?訪問看護サービス!》

2019年4月より訪問看護サービスを開始しました。「病院よりも家で暮らしたい、住み慣れた家で療養したい、家族での介護に不安がある」とのお悩みを持っている方がいると思います。訪問看護事業はこれからの医療を支える重要な医療サービスであり、国も推奨していますが、まだまだ一般の方には認知されておりません。「もっと早く知っていれば利用していたのに…」と思っているご家族の方も多く、訪問看護サービスをより充実させるとともに広く周知することが求められています。

自宅での療養をご希望の方や自宅での療養でお困りの方、私たち看護師がご自宅までお伺いし在宅療養のお手伝いをいたします。「その人がその人らしく、この街で病気になっても、障害があっても、暮らしていける」ととことん応援します。



# 市役所の仕事



国体推進課  
鈴木 花奈

国体推進課は国体推進グループとスポーツ振興グループの2グループで構成されています。国体推進グループでは今年開催される茨城国体に向けての準備を進めています。スポーツ振興グループでは各種スポーツ教室・大会の開催や体育施設の管理、スポーツ団体の事務などを行っています。私は主にスポーツ少年団や学校体育施設の開放、市内小学生

を対象としたスキー教室の開催などの業務を担当しています。他の課と比較しても外部団体、関係団体との連携・交流が多く、その調整が非常に重要です。

スポーツ少年団の振興業務として、役員や指導者のみなさんと連携し、団員募集やイベント開催の活動にあたっています。現在、スポーツ少年団の団員数は、少子化に伴って減少傾向にありますが、健全な青少年の育成や子どもたちがスポーツの魅力に触れるためのとても大切な業務です。子どもにスポーツをさせたいというご家族のみなさんは、ぜひご相談ください。

学校体育施設開放事業は、社会体育の普及及び地域のスポーツ活動推進のために、市内のみなさんへスポーツ活動の機会を提供する事業です。スポーツ活動をする場所をお探しの人は、国体推進課までお問い合わせください。

また、子どもたちがスポーツの楽しさに触れる機会として、市内の小学4~6年生を対象に毎年スキー教室を開催しています。自然に親しみながら、体力の保持・増進を目的とし、体育協会スキー部やスキー場のスタッフと共に取り組んでいます。

今後とも、高萩市のスポーツ振興のために、環境整備や運動機会の提供を行っていききたいと思います。

## 生涯現役 いきいき元気

“自分にできることは何でもするよ!”



浅野 徹也さん  
(77歳 高浜町)

「55歳の時に風邪をひいてから今まで風邪をひいてないんだよ」と元気に語るのは、(福)高萩市社会福祉協議会(以下、社協)が実施している配食サービスで運転ボランティアをしている浅野さん。社協主催の「福祉ボランティアまつり」では、会場準備から後片付けまで男手が必要となる場面も多く、そのようなときにもボランティアとして参加してくれています。

浅野さんは長年勤めた会社を退職した後に72歳まで警備関係の会社に勤務され、茨城県天心記念五浦美術館ほか多くの施設などの警備に従事。高萩市役所旧庁舎の警備を担当されたこともあったそうです。

体力には自信があるという浅野さんの楽しみは奥様との散歩。買い物に行く際も車はなるべく使わず、ときには二人で一緒に片道約5kmの道のりを歩いてお茶を飲みに行くという仲睦まじいお話を聞かせてくださいました。

そんな浅野さんの元気の秘訣は外へ出ること。そして人と交わること。「外へ出て人と話せば元気になる。これからも色々などころに行つて、仲間との交流を大事にしたいですね」と語ってくれた浅野さん。

趣味は退職後に始めたカメラ。知り合いが出演する踊りの催しでは、毎回撮影を頼まれるほどの腕前。このコーナーに掲載する写真を撮影する際も、フラッシュの使い方など上手に撮影するためのコツを教えてくださいました。

