

from

ほうかつ

令和8年7月発行

特集!

実習生の学び×地域住民の活力

檜葉町の暮らしの現場って?

～未来の医療人材が檜葉町の地域医療と地域づくりを学ぶ!～

檜葉町地域包括支援センターでは、ならば薬局とともに、地域医療・連携を学ぶ昭和医科大学（東京）の実習生受け入れを行っています。今年で4年目を迎え、25名の受け入れを行ってきました。実習生は将来、医療の専門職として地域医療に従事し、地域住民の健康維持・回復、健康づくりや在宅生活を支えるチーム医療に必要な連携の視点、知識、技術等を学ぶため、檜葉町に2週間滞在し、檜葉町のありのままの姿を見て、感じて、受け入れて、積極的に学んでいます。

今回は、5月に行った昭和医科大学の実習生（医学部・薬学部生）の受け入れの様子をご紹介します!

包括職員と一緒に在宅訪問

せっかく来たんだから地元のお菓子でもてなそう

学生よりも元気でびっくりしました!



包括職員と一緒に高齢者を訪問し、体調確認や普段の生活の様子、地域との交流や生きがい等のお話を伺い、その方の暮らし全体を捉えて必要な支援を見極めて行うことを学びました。

地域ミニデイで住民と交流

参加者の方が作ったあんずの砂糖煮食べてみて♪

初めて食べました。おいしいです!

包括職員による熱中症対策の健康講話を行いました。実習生からは「手を洗うと体感温度が下がって良いですよ」とアドバイスがあり、健康づくりについて皆で学び、楽しく交流しました。

実習生がたくさんのことを学びました!

社協の各事業に参加

檜葉の高齢者は実年齢より10歳若い!!

地域交流サロン

介護予防事業

デイサービスやまゆり荘



社会福祉協議会で行っている「地域交流サロン」「介護予防事業」「デイサービス」の各事業に参加し、職員と一緒に動きながら高齢者への接し方や介護技術等を学びました。

地域共生ケア会議に出席

ケア会議では「認知機能や意欲が低下した高齢者」の事例を検討しました。今後の支援アイデアとして、実習生からは「今飲んでいる薬が意欲低下に影響しているのでは?」「本人の自宅での役割を見つけ、やりがいを作るのはどうか?」等の活発な意見が出されました。会議を通して、町役場、ならば薬局、地域包括支援センター等の多職種による連携と協議の場を学ぶ機会となりました。

おひとりの課題について、こんなに丁寧に協議するんですね!!

檜葉町で実習した学生には、どんなことが学びに感じるのでしょうか? ~檜葉町で学んだこと&今後活かしたいことは何ですか?~

檜葉の方たちはとにかくいつもあたたかく、熱意がすぐ伝わってきました。これまで知ることのできなかった福祉や行政と医療の繋がりも学ぶことができました。

日本一の実習と言っても過言ではないくらい、自分の価値観が変わりました。学んだことをいつか何かの形で還元できるように考えていきたいです。

地域住民の方々から人となりや、檜葉町について貴重なお話を伺いました。檜葉で学び、感じ、考えたことを、東京に帰ってから家族や友人に伝えたいです。

地域ミニデイや地域交流サロンなどの活動も「自分の地域にあったらいいな」と感じる温かい場所ばかりでした。その人らしい暮らしを支える視点を、今後の学びにも活かしていきたいです。檜葉町の皆様との繋がりに感謝しています!

~地域の方たちからの声~

若い人たちが、檜葉町の良いところをたくさん知ってくれて嬉しいです。将来、医師や薬剤師になって活躍してくれるのを楽しみにしています。檜葉に就職してくれたら嬉しいね。いつでも大歓迎です。待っていますよ~!!

~昭和医科大学教員 山本仁美さんからのコメント~



昭和医科大学 山本先生

檜葉町での実習は4年目となり、これまで25名の学生を受け入れていただきありがとうございます。学生が地域の中で成長していく姿を見守る中で、地域の皆さんと共にこれからの人材を育てる教育の意義を強く認識することができました。教員である私自身も、住民の皆様や実習に携わってくださった方々の温かさや思いやりに触れる中で、檜葉町の魅力を深く感じることができ、実習を重ねるたびに町への愛着が増してきております。檜葉町、大好きです!

~ならば薬局薬剤師 飯塚織恵さんからのコメント~

実習を受け入れての感想

医療・介護・福祉資源の限られた檜葉町で、地域住民との交流を通して学生は地域で暮らしを支える医療を実感していました。この学びが地域医療を担う人材育成につながることを強く期待しています。



ならば薬局 飯塚薬剤師

実習を受け入れての感想



江尻センター長

~檜葉町地域包括支援センターより~

檜葉町だからこそ学べる場をありのまま提供し、想像以上に学生たちは地域医療の現状を「我が事」として受け止め、医療専門職として地域を知る意味をしっかりと見出してくれているのを実感しています。

日本のどこかで素敵な医療人になってくれると思うと楽しみです。そして学生を地域で受け入れること、触れ合うことは、住民にとっても檜葉を伝える機会・活力になる機会になっています。

高齢者・障がい者の総合相談窓口

TEL:0240-25-4155 FAX:0240-25-4156

〒979-0604 檜葉町大字北田字鐘突堂5-5 (檜葉町保健福祉会館3F)

Email: naraha-houkatsu@car.ocn.ne.jp



お気軽にご相談ください。



地域
ミニデイ

それぞれが特別な オンリーワン!

～その② 営団サロン～

一営団サロンに伺いました一

活動内容… 口のフレイル予防(お口の健康)・折り紙での創作活動

一お菓子を食べて舌圧(舌の筋力)チェック!!一

1.「おととと」の活用バージョン

- ①「おととと」を1粒 お口の中に入れる。
- ②舌と上あごで押し潰す。
- ③「バリッ!」と簡単に潰せるかな?

2.「パックル」の活用バージョン

- ①「パックル」を1粒 お口の中に入れる。
- ②舌と上あごで押し潰す。
- ③「グシャ!」と一撃で潰せるかな?

～舌圧は20キロパスカル以上が望ましい～

「おととと」を潰すことができれば20キロパスカルで正常!!潰せない場合は舌の筋力が低下している可能性があります。

「パックル」を潰すことができれば約30キロパスカル以上の舌の筋力があると評価されます。皆さん口をモグモグさせながらセルフチェックしていました。チェックが終わったら、お口の体操で筋力アップ!!



一折り紙での創作活動一

花びらを1枚ずつ立体的に折り、5つまとめて1輪の桜に。1輪の桜を組み合わせていくと華やかな桜のくす玉が完成。



工夫に満ち溢れた活動内容が営団サロンの魅力

営団サロンの扉を開けると、満面の笑顔と弾けるような笑い声が聞こえてきます。参加されている皆さんは、健康に対する意識が高く、サロンでの活動はいつも健康にまつわる内容が楽しく組み込まれています。今回の“お菓子を使ってお口の健康セルフチェック”という内容にも驚きです。お菓子が配られると「おいしそうだね!たべていいの?」「まだだよ～。食べないでねえ。」と楽しいやり取りからスタート。折り紙でのくす玉作りでは指先を細かく動かす作業で集中!!脳内で立体化する作業でもあり空間認識能力や想像力が必要。皆さんからは「これでいいの?あれ?どうなるの?」といった声が飛び交いました。頭から指先までの神経を研ぎ澄まし全身で楽しんでいました。男性陣は、使いやすそうにと和紙をカットし女性陣をサポート。毎回、男性陣に役割があるのです!!休憩時にはコーヒーのいい香りが広がり、まるで友人の家に遊びに来たかのようなホッと温かい空間となっていました。

地域エピソードを
ご紹介!



料理名人発見!!

～秘伝の味 地域へおすそわけ♡～

1人暮らしで運動不足気味のKさん(80代男性)。健康を維持していくことを目的に介護予防事業に通い始め、同世代の方々との交流も楽しまれていたある日、自家製の漬物をおすそわけしてくれました。あまりに美味しかったので、なぜこんなに上手なのかお聞きしてみると…

「お母ちゃん(妻)と色々作ったからな～、子ども達と、たくあん作ったこともあったな～。」



震災前は、料理が得意だった奥様と一緒に台所に立ち仲良く調理をしていて、さらに分量や調理方法を書き留めてレシピを残してきたそうです。奥様が先立たれた今は、その思い出のレシピをみながらゼンマイ・白菜・胡瓜等、さまざまな野菜を使って料理をされています。そして先日、ニッコリ笑顔で“ラブレター”と題したメモ(秘伝のレシピ)をくれました。「このレシピ通りに作れば美味しくできるよ。」と!



胡瓜のキムチ漬
大根と人参の細切を胡瓜に詰める繊細な一品。



中華ピリ辛白菜
ピリッとした辛さが癖になるとっても美味しい一品。

思い出のレシピ 秘伝の味



一これは地域に広げたい!!一

Kさんを講師に料理教室の開催を企画中です。料理で地域をつなぎ、交流の輪を広げていければと思っています。詳細が決まりましたら、あらためてお知らせしますね!



みんなのつぶやき「AI(人工知能)についてどう思う!」



センター長 江尻

「技術の進歩は大歓迎!」

生まれながらにデジタルに囲まれて育つこの時代に、AIを拒否することは不可能。時代にあらがわず、でも“温故知新”を心に置いて暮らしていきたいです。



生活支援コーディネーター 小林

「温度感をもって!」

接客から会計まで、人に会わずに済ませられる時代になってきました。福祉の仕事の良さは“温度感”。これからも大切にしていきたいです。



社会福祉士 岡崎

「未知の分野!」

AIと聞くとなんだか、正体不明でなんとな～く怖い印象があり遠ざけていました。「知らない」から怖さを感じているのだと分かったので、まずはAIについて知ることから始めてみます!!



看護師 馬上

「いつも助けられています!」

AIは、24時間、いつでも、何でも教えてくれる「魔法」みたいな存在だと思います。たくさん助けられています。どこまで頼ってよいのかと不安になることも…上手にお付き合いしていきたいです。