にのさかクリニック広報誌　発行月　2022年 5月

ひまわり

No.311号

医療法人
にのさかクリニック
福岡市早良区野芥4-19-34 FAX092-872-1137
TEL 092-872-1136
ホームページ http://www.drnino.jp/
E-mail dr_nino@nifty.com

共有し分かち合う暮らし

医療的ケア等の重い障がいのある人たちが、地域での生活をより豊かにするためにつくられた「地域生活ケアセンター小さなたね」が開所してから11年になりました。多くの方たちの協力を頂きながらの歩みでしたが、ここからまた新たな事業所が誕生していき、その時に蒔かれた種が芽吹いて成長し、確実にこの地域に実りをもたらしていると実感しています。

昨年に法制化された「医療的ケア児等支援法」は、国が「医療的ケア児」やその家族を支援しようと、ようやく本腰を入れ始めた証であります。これまで十分な支援が行き届かず、介護負担で疲弊していた家族に対する支援や、教育や生活の質の保障が守られていなかった子どもたちに、ゆっくりかもしれませんが今後は確実に良い変化が生まれていくことを期待しています。ところが、ゆっくりなんてしていられない切実な課題があります。それは、重い障がいのある成人期の方たちの暮らしです。子どもが年齢を重ねるということは、親も当然年を重ねています。これまで出来ていた介護も、気づけば無理が効かない年齢となっているものです。しかし、頼るべき社会資源も支援制度も十分なかった時代の中で、障がいのある子を持つ家族にとって、親は子の介護に生き甲斐を見出し、子は親なしでは生きられないと、互いが相互に依存していることはめずらしくはありません。

しかし、「その時」は必ず訪れます。親が介護したいと願っても、できなくなるという「時」です。それまでの愛情に覆われた生活から、一から関係性を築かなければならない場所へ移らなければならない「時」でもあります。しかし、それは家族や本人がどんなに心的負担が強いられることでしょう。親にとっても、本人にとっても「その時」のために備えが必要であり、日常生活での関りを築き積み上げる出会いが必要です。

新年度4月よりＮＰＯ法人みんなのプロジェクトでは、「ヘルパーステーションこもんず」がスタートしました。まずは、「ＳｈａｒｅｄＨｏｍｅはたけのいえ」で社会実験として暮らしている青年たちの支援体制の構築を行っています。支援体制としてまだ十分とは言えませんが、これまでの暮らしの中で、本人たちまた親たち、そして関わる支援者たちの立ち位置に変化がみられます。支援を「受ける側」や「与える側」という立ち位置が、本人も親も支援者も、時に与え、時に受け、又ある時は互いに受け合ったりと、互いの立場が固定されない関係が生まれているように感じています。また、これまで「地域生活応援たねプラス」として成人期の方たちの日中の居場所としてきた場所(早良区梅林6-23-3)を、「自由空間こもん」としてフリースペースを提案していきたいと考えています。ここもまた、本人と支援者とが関係性を深める場所になって欲しいと願っています。「こもん」(common)とは共有地などの意味がある言葉ですが、決して生き易いとは言えない暮らしの現実を、皆で共有し分かち合って生きる者でありたいと願っています。皆で助け合って生きませんか。(NPO法人みんなのプロジェクト 水野 英尚)

4月からの新スタッフ紹介

よろしくお願いします

今月は医師2名を紹介します

医師　黒田 亮太

「イスで滑りながらワクチンを打つ医者」として知られるようになりました、黒田亮太です。早良区出身の43才、祖父は作曲家の「森脇憲三」です。早良中学校、田隈小学校、大濠高校などの校歌や福岡県民体操などを作曲していますので、皆様とはどこかで繋がっているかもしれません。

私は30代の頃マラソンと自転車にはまっており、阿蘇を100ｋm走るマラソンの練習では走って三瀬峠を往復していましたので、訪問診療で近くを通ると練習を思い出します。

これまでは北九州の救命センターや福岡記念病院、鹿児島県でのドクターヘリ業務など救急を中心に、無印良品やスポーツデポなど10社の産業医としても働いてきました。今年の3月にグロービス経営大学院を卒業しMBAを取得。現在はクリニック勤務が無い日は産業医や医療コンサルタントをしています。

今年に入りストリートダンスとヒップホップを0から始めました。家電アドバイザーの資格を持ち、果樹園芸にも詳しいといった飛び抜けた個性の持ち主ですが、働くスタッフが心地良く働けるようなクリニック作りを通して、関わる皆様に「にのさかっていいよね」と言われるように自分の強みを活かせたらいいなと思っています。

医師　江藤 彩

4月より勤務しております江藤彩と申します。福岡生まれ、建史先生と同じ修猷館高校卒業です。九州大学で学び、麻酔科で働いてきました。もともと訪問診療やペインクリニックにも興味があり、にのさかクリニックで働かせていただくこととなりました。

現在は2歳と3歳の男の子がいます。いかに子どもたちを運動させるかと考え、最近の週末は、300-400ｍの山に登りに行ったり、走り回れる吉野ケ里遺跡に行ったりしています。徐々に子どもの体力がついてきて、私の方が先にばててしまうこともあるので、体力をつけなければと思っているところです。子どもが寝た後に本を読む時間も好きです。

最近読んだ中のおすすめは、李琴峰（り・ことみ）さんの「彼岸花が咲く島」です。機会がありましたら是非読んでみてください。患者さんやご家族が少しでも安心して過ごせるよう力を尽くしていきたいと思っています。慣れないことも多々あるかと思いますが、よろしくお願いいたします。

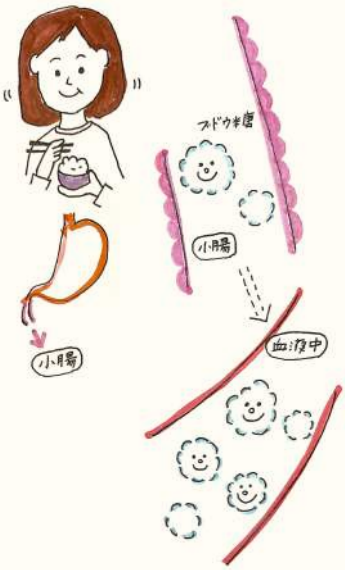
第1回 ひまわり健康教室

連載スタート

在宅看護師 尾曲 奈美子

今回のテーマは『糖尿病ってなに？』です。
みなさん、糖尿病は糖が尿から出る病気だというイメージがあると思いますが、
なぜ糖が尿から出るのかを考えたことがありますか？

『糖尿病になると、体の中でどのようなことが起こっているのか？』
糖尿病についてお話する前に、まずは体の中の仕組みをイメージしていきましょう。



まずは、口から入った食べ物はどうなるでしょうか。
口から入った食べ物（糖質）はブドウ糖へ分解され小腸から血液中に移動していきます。ブドウ糖は私たちにとって大切なエネルギー源です。

体の中にブドウ糖が入ってくることで、
血液中のブドウ糖の量は多くなります。

これが、血糖値が上がるということですが、だれでも食事を摂ると血糖値は上がります。
それで何が問題なのかというと・・・
血糖値が上がることが問題ではなく、**上がりすぎることが問題**になってきます。

そこで大切なのがインスリンです。
血糖コントロールのカギはインスリンが握っているのです。
インスリンはすい臓から分泌されて、筋肉・脂肪・肝臓で働きます。
どんな働きかというと・・・
インスリンはブドウ糖が細胞の中に入るためのドアを開ける働きがあります。

インスリンが細胞のドアを開けることで
ブドウ糖は細胞の中に入ることができ
エネルギー源として利用することができるのです。

（イラストおまがり）

ドアが開かない、開きにくい状態になると・・・どうなると思いますか？
細胞の中に入ることができないブドウ糖が血液中にたまってしまい
血糖値がすごく高い状態になってしまいます。

これが高血糖の状態です。

この状態が長く続くことで、糖尿病という病気へと繋がっていきます。

次回は、『糖尿病になる要因や症状など、なぜ糖尿病は怖いのか・・・』
をお伝えしていこうと思います。
糖尿病が怖いものにならないためにうまく付き合っていくにはどうしたらいいか・・・。
すこしずつお伝えしていきますね。

Event 催し物・イベントのご案内

クリニックからのお願い

新型コロナウイルス感染症対策
～発熱時の受診について～

発熱もしくは風邪症状のある方は
お車の中で待機していただくか
こちらが指定した時間に
受診していただくことで
発熱や風邪症状のある方との接触を
できる限り避けるようにしています

発熱または風邪症状のある方は
まずはお電話にてご相談ください
受診できる時間や受診する方法について
ご案内いたします

にのさかクリニック
☎ 092-872-1136

症状や経過によっては、
他の医療機関へ受診をお願いする場合があります

定期の受診、その他の症状で受診される方は
できるだけ12時までの受診をおすすめします

皆様のご理解とご協力をお願いいたします

自由空間こもん

フリースペース・共有地として
始動しました！

1面でお知らせした「自由空間こもん」の
内部はこんな様子です。
どんな場所になっていくのか楽しみです。

「自由空間こもん」
（福岡市早良区梅林6-23-3）

「ヘルパーさんと外出した時ゆっくりとくつろげる空間があったら…」「吸引等の医療的ケアがあっても、気兼ねなく参加できる教室があったら…」そんな「フリー」な空間をイメージしています。
その名の通り「コモン(共有地)」として、多くの人たちの立ち寄り場になってくれることを願っています。

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:00	午前	外来診療		訪問診療	外来診療		
13:00		昼休み	健康教室		昼休み		休診
14:00	午後	訪問診療			訪問診療		
17～18:00		※外来診療			※外来診療		

※ 午後5：00～6：00の外来診療は、訪問診療の都合により診療開始時間が遅れる場合や診療ができないことがございます。診察をご希望の方は、事前にお電話いただけると幸いです。