

チームけせんの和 だより

2026年
VOL.45
3月号

発行:陸前高田の在宅療養を支える会（チームけせんの和）
〒029-2205 岩手県陸前高田市高田町字太田512-2（岩手県立高田病院内）

岩手県立高田病院 事務局長 及川光二

令和6年4月より岩手県立高田病院事務局長として勤務し、「チームけせん和」の事務局も担当してまいりました及川です。このたび、令和8年度定期人事異動により胆沢病院へ異動することとなりましたので、ご挨拶申し上げます。



私は昭和62年に新採用として高田病院に勤務して以来、今回が2度目の高田病院勤務となりました。大船渡病院や住田地域診療センターでの勤務も含め、気仙地域での勤務は通算19年となります。震災前後は内陸での勤務が続いたこともあり、当時の皆さまのご苦労や、その後の新たな取り組みについて理解が及ばない部分もありましたが、日々の活動を通じて多くを学ばせていただきました。

また、「チームけせんの和」の活動に携わる中で、気仙地域が在宅療養を地域全体で支えようとする強い熱意に満ち、医療・介護・福祉の関係機関が連携しながら取り組む、すばらしい地域であることを改めて実感いたしました。当院としても、地域包括ケア病床の機能を生かし、「ほっとつばきシステム」や「レスパイト入院」などの取り組みを進め、地域に貢献できるよう努めてまいりました。当院主催の地域連携連絡会議では、皆さまから多くのご意見をいただき、病院運営の方向性を考えるうえで大変貴重な機会となりました。

少子高齢化や人口減少、認知症患者さんや独居世帯の増加など、気仙地域が抱える課題は年々大きくなっています。その中で、地域包括ケアシステムを支えるネットワークとして「チームけせんの和」が果たす役割は、ますます重要になっていると感じております。今後も、皆さまが連携しながら地域を支えていかれることを心より願っております。

最後になりますが、これまで温かく迎えてくださり、活動を支えてくださった皆さまに深く感謝申し上げます。短い期間ではありましたが、皆さまと共に取り組めたことは、私にとって大きな財産となりました。今後の「チームけせんの和」のさらなる発展と、皆さまのご健勝をお祈り申し上げ、「チームけせんの和」事務局退任のご挨拶とさせていただきます。



活動報告 第2回研修会

日 時：令和7年12月19日（水）18：30～20：00

場 所：陸前高田市コミュニティホール大会議室 参加人数 50人

テーマ：前沢地域における予防医療啓発活動
～新生前沢診療所10年の軌跡～

講 師：奥州市国民健康保険
前沢診療所 所長 鈴木 順 氏



前沢診療所では休床している2階病棟を有効活用し「前沢診療所ころとからだの健康知っ得館」を2024年4月からスタートしており、健康や疾病に関するテーマを毎月設定し管理栄養士による集団栄養指導がメインのイベントとして開催しているとの話がありました。今後の参考にさせていただきたいと思いました。

講師の鈴木先生は、エレクtoon演奏のご趣味があり、前沢地区での健康教室やイベントで披露しているとお話がありました。研修会ではNHKの「大好き東北～定禅寺しゃべり亭」の番組で日本のオペラ界を代表するテノール歌手「福井敬」さんが歌う歌曲の伴奏をする様子が披露されました。

研修会参加者からの声（アンケートより）

- ・ 予防医療啓発活動により、健診の受診率が上昇したことに感銘を受けました。
- ・ 地域全体を巻き込んでいる取り組みがよいなと思いました。
- ・ 現在働いている職場でも、地域との関わりをもっと大切にしていきたいと感じました。
- ・ 患者さんの健康状態を改善していくには、自身の健康について知る機会を作ることが重要だとわかりました。素敵な講演ありがとうございました。

岩手県立高田病院からのお知らせ

摂食嚥下看護認定看護師の小菅秀子さんから活動開始の報告がありました。

多職種と共同しながら患者さんの「食べる」行為を支えていけるよう、みなさんと一緒に活動していきたいと話されました。よろしくお願いします。



活動報告 第3回研修会



日 時：令和8年2月18日（水）18：30～20：00

場 所：陸前高田市コミュニティーホール 大会議室

参加者 75人

テーマ：未来指向で、わが町の医療・ケアを考える

講 師：慶応義塾大学医学部衛生学公衆衛生学教室

一般社団法人コミュニティヘルス研究機構

理事長・機構長 山岸 暁美 氏

今回の研修会は「未来指向で、わが町の医療・ケアを考える」と題して山岸暁美先生からご講演いただきました。

講演では心不全患者の問題について取り上げ、様々な制度や仕組みを活用した取り組みについての事例や被災地での活動を通じた学びについてのお話がありました。また、小規模多機能施設での利用者さんと施設スタッフさんとの関わりを映像で見ることができ、その映像を通しての学びも沢山ありました。

心不全患者の3人に1人は再入院していて一般人口よりも介護が必要になる割合が高いことが報告されており、多職種で関わるのが大切であると話されていました。

制度に振り回されて、縛られている、我慢している部分があるが変えていけるところもあると話されていました。

地方では無理・現実的ではない、せっかくある仕組みも制度も使えないと嘆くのではなく、山岸先生のように活用するためにどうするかを考える姿勢が大事だと感じました。



山岸暁美先生の言葉

制度が悪いと言うだけでなく、どうすればいいのか、話し合いながら未来に繋げるために取り組む。

研修会参加者からの声（アンケートより）

- ・山岸先生のお話を聞いて「仕方ない」とあきらめず挑戦してみることが大事だと思いました。
- ・山岸先生のめげない、くじけない強さに勇気をいただきました。
- ・日々よりよい看護や介護を目指しつつ、日常に流されます。気づき、声を上げることも大切だと気づきました。
- ・これからの訪問介護系業務を行う上でもっと各関係機関との連携を密にして行っていきたいと思いました。
- ・ちょっと勇気ややる気がでたように感じます。

今回の研修会では、講師の先生が定期的に住田町にいらっしゃっていることもあり、住田、大船渡の皆さんの参加もたくさんありました。ご参加ありがとうございました。

レシピ紹介コーナー



劇団ばば☆公演でお馴染みの“なべ焼き”
 レシピ提供：すずらんデイサービス
 中野 信子さん



材料 1枚分

- 1 小麦粉 100 g
(ホットケーキミックス粉でもOK)
- 2 黒砂糖(玉砂糖) 50 g
- 3 水 100mg
- 4 ベーキングパウダー 小さじ1/2位
- 5 塩 小さじ1/2位

作り方

- 1 材料を混ぜる
- 2 フライパンを熱し、多めの油を入れて弱火にして焼く
- 3 表面がブツブツしてきたら裏返して焼く
- 4 お好みでくるみ・ごま等を入れる



ピーカンナッツ入りおにぎり
 レシピ提供：高寿園管理栄養士
 菅原 由紀枝さん



＜ピーカンナッツ入りおにぎり2個の分量＞さっくり、新食感！お試しください

震災後の陸前高田市内では、100年の未来へ向けて、ピーカンナッツが植樹され栽培されています。ビタミンE食物繊維が豊富で、抗酸化作用により老化防止にも効果があります。1日5粒程度が適量です。



材料 2個分

- 1 ごはん 茶碗2杯分
- 2 ピーカンナッツ 15 g
(小1袋)
- 3 天かす 小さじ1
- 4 刻みねぎ 大さじ1
- 5 塩昆布 1 g

作り方 ＜昨年のばば☆カップ昼食時にも！登場＞

1. 炊きあがったごはん、あらかじめ細かく砕いておいたピーカンナッツ、天かす、刻みねぎ、塩昆布、塩をさっくりと混ぜあわせます。
2. 食べやすい大きさに形をつくらせて出来上がり！
 エネルギー 258 kcal タンパク質 9 g 食塩相当量 0.2 g

☆ラップで包むと簡単です。

参考：「日本食品標準成分表2020年版（八訂）」

編集後記

静岡県河津桜の開花のニュースが流れていましたが、高田はまだまだ先のようですね。令和7年度最終号Vol.45 3月号の会報ができあがりましてので、お届けいたします。

日頃から、会員の皆様には「チームけせんの和」の活動にご協力をいただきありがとうございます。次年度もよろしくお願いいたします。