



東陽病院 鈴木健士 医師

飲食店はすでに営業を始めており、街を歩く人たちもかなり平静を取り戻していると感じました。医療救護活動も震災から約一ヶ月経過していることもあり災害そのものからくるけがなどはもうなく、寒い避難所生活

のため起こした風邪やいつもの薬がほしいなどで受診する患者さんがほとんどでした。しかしその中に時々、精神的に大きなダメージを受けたためか、ほとんど話も出来ず落ち込んでしまっている人や、疲労困憊してしまい自分でどうしたらいいのかわからなくなってしまっているボランティアの女の子の姿があり、被災者のみなさんやそれを支える人たちの苦難はまだ終わっていないんだなと感じさせられました。特に独り暮らしのお年寄りなどは生活の場を失い頼るものもなく、どんなに精神的に深い傷を負ったか計り知れませんがそんなときこそ周囲の人たちの援助が必要でしょう。そのことを痛切に教えられた気がしました。精神医学的にはこのような災害などの後の精神的ダメージを Post Traumatic Stress Disorder (外傷後ストレス障害) と呼び、ロサンゼルス大地震の際に注目された病気であります。

光町のみなさんはじめまして、今月号から宇野先生に引き継ぎ、このページに健康についてのお話を書かせていただきます東陽病院内科の鈴木です。どうぞよろしくおつきあいくださいようお願いいたします。今回は去る2月17日から21日まで第8次千葉県医療救護班の一員として阪神大震災の地、神戸へ行って参りましたので、そのことにつきご報告したいと思います。私たちが千葉県医療班は神戸の中央区のやや山より小学校で医療救護活動をさせていただいたのですが、私の出発時にはJR線が住吉まで運転しておりそこからはバスで被災地に向かいました。私たちのいた避難所は山よりで地盤が比較的安定した所であったためか倒壊した家も少なかったのですが、海岸よりの地域は家屋や鉄筋のビルなどがたくさん倒壊しており、まさにニュースで見た映像そのままの惨状でした。しかし倒壊を免れた商店や



我々もいつこのような大災害にみまわれるかわかりません。そうなってしまった時、周囲の人たちと出来るだけ早く復興にむけてスタート出来る体制を整えていたいです。これを機会にご家族でも近所のみなさんともものがたりの「危機管理体制」を話し合ってみてはいかがでしょう。今回は健康へのメッセージという題とは離れたことを話してしまいましたが、次回からはいろいろな病気についてお話したいと思います。

健康へのメッセージ

シリーズ ①

大震災を見て 思ったこと

いざという時に 早く復興にむけて スタート出来る体制作りを

ほんの

森

＝町立図書館＝

☎043311

わたしがすすめる

☆トニー・ウンガラーの
本2冊

図書館司書

緒方直子



すてきな三人ぐみ

「あらわれでたのは、くろいマントに、くろいぼうしのさんじんぐみ…」泣く子もだまる大泥棒の三人組が、ある日おそった馬車には、みなし児のティファニーちゃんに乗っていた。さて、三人は彼女をかくれ家につれ帰ったが…… 青色の背景が美しい心暖まる絵本です。

こうもりのルーファス

こうもりのルーファスは、じぶんのくろいしょうがいやでたまりませんでした。ルーファスは、えのぐで、みみをあかく、つめをあおく、あしをむらさきにぬつてとくいになって、あかるいお日さまのひかりのなかへとびだしていったのですが、ルーファスは、その後どうなったのでしょうか？ ちょつとかわいいこうもりのおはなし。



2月

開館日数 22日 来館者数 11,572人 図書貸出冊数 20,761冊