

平成 25 年度宮城県南三陸町『健康相談会』実施報告

東日本大震災プロジェクト委員会

目的：仮設住宅に暮らす高齢者の健康相談及び生活不活発病予防活動を実施し、健康維持・増進につなげる

日時：平成 25 年 5 月 26 日（日）9：30～11：00

場所：南三陸町平成の森仮設住宅集会所・交流サロン「あづま〜れ」

委員参加者：吉田俊子 黒田裕子 佐々木久美子 高田明美 伊藤智子
齋藤 真 高橋由美

内容：血圧測定 健康相談 講話「血圧のはなし」

住民参加人数：43 名

当日は富山県の支援グループが 8：30 から落語・踊りを行っており、到着時はすでに大勢の住民（高齢者）が集会所に参集し賑わっていた。半数の方（動けるかた）が輪になって歌と踊りを楽しんでおり、飛び入り参加で盛り上がったところに委員の齋藤さんと伊藤さんが到着。9：30 に終了後、さっそく血圧測定の要望があり、3 名で測定を開始した。予定は 10：00 から開始であったため、半数の方は「交流サロンあづま〜れ」に移動してお茶を一杯とのこと。そうこうしているうちに委員が揃い、挨拶もそこそこに血圧測定と健康相談（交流）を進めていった。合間にマイクを渡し、委員の自己紹介。目面しい来訪者に「あら〜」「ほう〜」と歓声があがった。お茶を一杯しに行ったままの方はこちらから出向いて血圧を測定した。引き続き集会所では吉田先生の講話「血圧のおはなし」。黒田先生の合いの手よろしく、生活習慣病に関する分かりやすいお話しに真剣な表情で聞き入っている光景は、「殆どの方が何かしら健康に気をつけていることがある」という調査データを彷彿とさせた。予定の時間を過ぎても「上と下の血圧の意味は何ですか？」「塩分はどうやって測れば良いか？」「検査で分かるのか？」等の質問が続き、健康維持に関するニーズの高さに今後も対応していく必要性を感じた。

（文責 高橋由美）