

## 飛騨市学園構想

### SUPER COMMUNITY SCHOOL

子どもたちの多様な興味関心を  
呼び起こし受け止める地域

27

5月号では、新しく完成したりープレットの中から、“みんなが育てみんなが育つ 魅力あるまち”の実現に向けた4つの領域のうち、学校に焦点を充てた『領域1』について紹介しました。今回は、『領域3』の子どもたちの多様な興味関心を呼び起こし受け止める地域のイメージを3つ紹介します。

#### ◆夢中を生み出す地域クラブ活動

部活動の地域クラブ活動化により、子どもたちの可能性を広げる多様で持続可能な地域クラブ活動が行



われている。

#### ◆対話にあふれた地域学校協働活動

対話を通して学校・地域の課題や解決策が見出され、活動を支える人、資金、組織体制ともに持続可能になっている。

#### ◆飛騨から誕生！学生起業家

子どもの「やりたい！」が歓迎され、あらゆる知識や資源の提供がスムーズに行われ、子どもの思いが形

になっている。

地域の大人が子どもたちを理解し、受け入れながら地域の大人同士が手を取り合って子どもたちを育てていくことが大切です。まち全体で子どもたちに「幸せな人生と持続可能な社会の創り手となる力」を育んでいきましょう。

問 学校教育課 ☎0577-73-7494

## 飛騨の薬草を学ぶ 教養講座

みんなで活かして 楽しい毎日！

### カキドオシ

この時期、カキドオシのかわいらしい薄紫の花が見られます。カキドオシは葉がこじんまりしているのですが、この時期は花が目印になって見つけやすくなります。

見た目の可愛らしさと裏腹に、実は生命力がとても強く、垣根を通り抜けて繁茂していくのでカキドオシがカキドオシになったと言われていたそうです。そのほかにレンセンソウ、カンドリソウ、カンキリソウといった様々な呼び名があります。これは生活に身近にあり、多く使

用されてきたのだと想像されます。

このカキドオシ、花が咲く時期に全草を採取して乾燥し、活用します。

煎じて飲めば老人や子どもには強壮の効果がありますし、カンドリソウの名前のおり、子どもの疳や夜泣きに効き目が、そして一般的には解熱、鎮咳、鎮痛、利尿として、肺炎、腎炎、腎臓結石、胆石、糖尿病、高血圧、神経痛などに効果があります。

内用だけでなく外用しても効果があり、湿疹やアセモ、皮膚の炎症がひどい時は煎じたものを飲むのに加え、風呂にも入れると内外から改善をはかることができます。

生の状態のカキドオシを多量に取れる環境であれば、生葉の汁を絞り、それを飲んだり、皮膚に塗布したりするとより効果があります。

長期保存と活用をするのであれば

全草をホワイトリカーに漬けるのもいいですね。

あとは生葉を噛むとシソのようなアクセントがある味がします。ハーブのように葉を刻んで料理に散りばめたり、おひたしのようにして食べたりしてもいいですね。

カキドオシの花は割と長期間楽しむことができるので採取の際の良い目印になります。ぜひ探してみてください。



村上光太郎「薬草を食べる」より

問 まちづくり観光課 ☎0577-73-7463

## まめなかな

ご存じですか？  
歯周病が認知症の  
発症リスクを高めます

今「歯周病」は、35歳以上の約8割がかかっているとされていますが、その歯周病が近年「認知症」の発症リスクを高めるということが分かってきました。

いくつか種類のある認知症で、最も患者数が多いのが「アルツハイマー型認知症」です。アルツハイマー型認知症は脳にアミロイドβ（ベータ）というタンパク質が蓄積する事で発症するとされています。通常アミロイドβは分解されて排出されるのですが、歯周病菌がアミロ

イドβを生成、蓄積を促進させ、排出されずに蓄積する事で脳細胞が壊れ、脳の機能が低下して認知症につながります。

口腔内のトラブルは口の中だけにとどまらず、全身に悪影響を及ぼします。トラブルを早期発見して治療・対策をするため、かかりつけの歯医者さんに受診したり、「歯周病健診」や「さわやか口腔健診」を受診しましょう。



健診について、詳しくはお問い合わせください。

### ■歯周病健診 対象者

年度末年齢	生年月日
40歳	S58. 4. 1～S59. 3. 31
45歳	S53. 4. 1～S54. 3. 31
50歳	S48. 4. 1～S49. 3. 31
55歳	S43. 4. 1～S44. 3. 31
60歳	S38. 4. 1～S39. 3. 31
65歳	S33. 4. 1～S34. 3. 31
70歳	S28. 4. 1～S29. 3. 31

問 古川町保健センター

☎0577-73-2948

### ■さわやか口腔健診 対象者

年度末年齢	75歳以上
今年度75歳になる方は、10月末までに誕生日を迎えられる方です。	

問 市民保健課

☎0577-73-7464

## そろそろ 終活

<その39> はじめませんか？

あなたは  
延命措置を望みますか

人生の最終段階にある方への救急隊による活動手順が、見直されるようになりました。

重篤な病にかかり余命を宣告された方、あるいは自分の行く末を考えておられる方の中には、心肺蘇生や延命治療を希望しない方が増えつつあります。前もって家族にそのことを伝えている方、またエンディングノート等に、その意思を書いているという方もいます。

しかし、実際、万が一の時には、家族が慌てて救急車を呼んでしまう

場合があり、いくら患者が心肺蘇生を望んでいなくても、救急隊は生命の危機にあることを確認した以上、最善の処置をしながら医療機関に搬送しなければなりません。そこで、救急車を呼ぶケースを改めて考えることが必要になってきました。それまで健康で持病もなく暮らしていた人が急に倒れたり、苦しみだしたら、これはすぐに救急車を呼ぶ必要があります。しかし、すでに終末期にある人や、最期の意思確認が家族や、かかりつけの医師との間でできている場合は、救急車を呼ぶことに慎重にならなければなりません。

岐阜県メディカルコントロール協議会では、患者本人の意思を尊重した救急活動のために『心肺蘇生を行わない』ことについての活動手順の見直しを行いました。まず、主治医は、患者本人や家族等と人生会議（もしもの時の医療・ケアについて

の話し合い)を繰り返し重ねます。その中で心肺蘇生は行わないという本人の意思表示があった場合、指定の様式の『指示書』を作成します。救急現場でこの『指示書』が提示された場合は、主治医に確認の上、心肺蘇生を行わないというものです。

最近、病院の医師も家族に「延命措置を望みますか」と事前に確認しますが、この段階ですと本人は意思表示ができない場合がほとんどです。病気でなくても、また高齢者に限らず、自分の終末期のことを今一度考えてみる必要があります。



問 予 飛騨市終活支援センター

(飛騨市社会福祉協議会内)

☎0577-73-3214