

ご存知ですか？

ゲートキーパー

「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

悩みを抱えた人は、「人に言えない」「どこに相談に行ったらよいのかわからない」などの状況に陥ることがあります。

悩みを抱えた人を支援するために、身近な人がゲートキーパーとして活躍することが必要です。

大切な人が悩んでいることに気づいたら、勇気を出して声をかけませんか。



●ゲートキーパーの役割

気づき

眠れていない、口数が少なくなったなど家族や仲間の変化に気づく。

声かけ

「どうしたの？」
「何か悩んでる？」と温かく声をかける。

傾聴

本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける。
話せる環境をつくる。
心配していることを伝え、真剣に聞く。

つなぎ

早めに専門家に相談するよう促す。

話を聞いて
悩んだら、
ご相談ください。

保健センター
障害福祉課
埼玉県川口保健所
埼玉のいのちの電話

☎048-256-2022
☎048-259-7926
☎048-262-6111
☎048-645-4343(24時間受け付け)

8月号の本記事中「BP剤で治療中のかたは、抜歯が必要です。」との記述は編集の誤りで、お詫びして著者原文を掲載します。

■ビスフォスフォネート系薬剤関連顎骨壊死について

川口市立医療センター歯科口腔外科部長 **原 彰**

ビスフォスフォネート系薬剤(BP剤)は骨粗鬆症の第一選択薬です。他には、がんの骨転移、高カルシウム血症などの治療に用いられています。BP剤投与された方にのみ顎骨壊死がとてとても稀に発症します。ビスフォスフォネート系薬剤関連顎骨壊死(BRONJ)と呼ばれます。

顎骨壊死とは、顎の骨が化膿した状態で、腫れ、痛み、膿み、骨露出、時に病的骨折などの症状を呈します。

抜歯処置を受けた後や汚れた歯にBRONJは発症します。有効な治療法はなく、治りにくいが現状です。現時点では発生を予防することが効果的です。

まず、BP剤で治療中そして予定の方は、BP剤のことをかかりつけ歯科にお伝え下さい。そこで歯科口腔管理(ブラッシング指導、歯石の除去など)を受け、続けて下さい。

BP剤投与予定の方は、その処方主治医と相談され、時間的余裕があれば、抜歯すべき歯をこの機会に抜かれてからBP剤を始められて下さい。

BP剤で治療中の方は、抜歯が必要な時、心配な症状がある時には、必ずかかりつけ歯科か歯科口腔外科で相談して下さい。

大切なことは、自己判断でBP剤をかってにやめないこと。BP剤を中断すれば大腿骨折、骨転移などのリスクは増えます。それに比べればBRONJはとても小さな事象です。投与開始前の歯科受診、そして日常のお口のお手入れがBRONJの発生の予防となります。

ひと

竹のようになつすぐ生きる

急な坂道の途中にある工房に一歩足を踏み入れると、そこには光輝く見事な尺八が千本以上並ぶ。日本でも数少ない尺八のショールームだ。製管師だった父から尺八製造技術を学び、平成6年に尺八工房を引き継いだ。今までに1万本以上の尺八を世に送り出し、現在も8人のスタッフとともに日本古来の音に磨きをかけている。

真竹から作る尺八は、竹を植えてから取り出すまでに5年、更に乾燥に5年を費やす。その過程では乾燥しすぎて竹が割れないよう細心の注意をはらう。その厳選された竹を工房で2カ月かけて尺八にする。さまざまな工程の最後に自身で調律を行い、今まで培ってきた耳と積み重ねた技術に裏打ちされた勘で音を整え完成品にする。

常に「より使いやすく、よりいい音で、より美しいものを」と、日々進化させる妥協のない仕事は尺八奏者を魅了し、全国から注文が舞い込む。

高みを目指す仕事ぶりは、長年続けてきた剣道に通じるものがあるという。腕前は7

段、尺八と同じ真竹の竹刀を握り心身の鍛錬に余念がない。「剣の道も仕事にも終わりはない。本当に強い人間になるため、いつまでも修行だ」と語る。

「社会に広げるべき楽器でしょう」と尺八の普及のため、自宅や公民館で教室を開く。正しい姿勢で指を使い、息を吸い込み吐き出すひとつ一つの動作や、音を初めて出したときの喜びや感動は「身体的にも精神的にも健康にすごくいい」と尺八の素晴らしさを語る姿に愛情の深さがにじむ。「あきらめないで続けなければ必ず上手くなる」と教える姿を憂う。何事も、くじけず頑張れば必ず結果がついてくるといふ信念があるからだ。「前向きに前向きに」と笑う姿は、人生を快適に過ごすコツを教えてくれる。(雅)



製管師 **菅井 幸夫** さん
(鳩ヶ谷本町1)

ひったくりに遭わないために

防犯

《ひったくり被害の特徴》

- ・被害者の9割以上が女性です。
- ・自転車乗車中の被害が6割以上です。



《ひったくりを防ぐには》

- ・明るく人通りの多い道を通りましょう。
- ・かばんは車道の反対側にしっかり持ちましょう。
- ・バイクや自転車の気配がしたら、後ろを振り向き警戒しましょう。
- ・携帯電話やイヤホンを使いながら歩くのはやめましょう。
- ・自転車のカゴには、ひったくり防止カバーを取り付けましょう。
- ・金融機関で現金を引き出した後は、特に警戒しましょう。

防犯対策室 ☎048-242-6361