

【第7回】郡上市の地域医療を考える市民フォーラムが開催されました

私たちが日頃生活するうえで、あたり前に受けることができると思う医療を、これからも守り維持していくために何をしなければならぬのかを、みんなでも考えていこうと、平成19年郡上市自治会連合会主催による市民フォーラムが開催され、地域医療を取り巻く現状や課題をみんなでも確かめながら、その対策についての話し合いが始まりました。



そして今回、7回目にあたる市民フォーラムが昨年の11月26

日(土)、白鳥ふれあい創造館において、約100人もの参加者を集め開催されました。郡上市医師会の協力を得て参加をいただいた医師から、「救急医療」「小児医療」「在宅医療」といった重要なテーマについての率直な思いを伺い、また5年先、10年先の近い将来を見据えた郡上の医療の展望について、市民のみなさんと話し合いなどが行われました。

郡上の医療を知ろうーそしてみんなで考え広げよう!

地域医療を守るために必要なことが話し合われた中で、医師不足の問題や、ベッド数の削減化、救急医療体制の維持、少子化が進む中で小児医療が抱える課題、また高齢者を支えていくためには開業医だけでは負担が大きいためチームでの仕組みづくりが必要であることなど、大切なことを多く知ることができました。そのことをもっともっと多くの人たちに広めることこそが、さらなるステップと考え、今回はその方法について自由に語り合い、そして次のようなことがまとめとして挙げられました。

広く市民に広げていくためには...

- ◎自治会での集会や、家庭教育学級などの場において、医師会の先生に参加をいただきながら懇親会を開く
- ◎SNSの活用や、「たのもし」場での情報発信
- ◎若いお母さんが集う親子サロンなど、子育て世代へもつと話題を広めていく
- ◎医療懇談会、ナイトスクールなどの開催を多く希望していく
- ◎子どもの頃から、医療に対する意識が浸透していくように、家族ぐるみで取り組んでみる...など

これからの郡上の地域医療を市民の手でつくりあげるために

現在、市民有志の集まりによる「郡上市の地域医療を考えるためのガヤガヤ会議」を開催しており、今回の市民フォーラムもそのみなさんの意向が反映された形となりました。これから郡上市の地域医療を支えていくために一緒に考えていただいている人はぜひご参加ください。お待ちしております。

健康福祉部健康課  
67・1834

つくってみ! たべてみ!

～あの味 この味 うす味で～



郡上市食生活改善推進員協議会 大和支部(まめグループ)

健康づくりは減塩から

米麴で作る甘酒はアルコール成分がないので、子どもや妊娠中の人でも飲めます。家族や親戚が集まるお正月、1年間の邪気を払い長寿を願ってお屠蘇感覚で飲み、新年をお祝いしてはいかがでしょうか。

◎◎ 甘酒 ◎◎

▼材料(約2リットル分)

- 米..... 2合
- 水..... 3カップ (600ml)
- 米麴..... 400g

《つくり方》

- ①米は洗って、分量の水を加え30分以上ひたしてから普通に炊く。
- ②炊き上がったご飯を、ボールに移し60度くらいに冷ましたところに、米麴をくずして入れ混ぜ合わせる。
- ③広口のガラス容器に②を入れ、キッチンペーパーでふたをし、ゴムで止め布でくるんで放置する。
- ④3日間、朝夕2回混ぜ合わせる。
- ⑤4日目の朝、鍋に移し、お好みの濃度に湯または水で薄め、焦がさないよう混ぜながら、沸かす。
- ⑥密閉容器に入れ、冷蔵庫で保存する。冬は温めて、夏は冷やしてください。

100ml: エネルギー 60kcal、食塩相当量 0g

