地域おこし協力タイムス

地域おこし協力隊の新コーナーが今月からスタートします。現在市で活動している６人の隊員が交替でお届けします。第１回は「食の黄金文化・奥州輝かせ隊」の髙橋（たかはし）史江（ふみえ）さんです。

初めまして、髙橋史江です。私は隣の金ケ崎町出身ですが、東京の企業に勤めていたため岩手での生活は20数年ぶり。奥州市はまだまだ知らないことがたくさんあります。１月の着任から、地域６次産業化事業のお手伝いや研修などを通じて勉強中です。

引っ越しをして間もない昨年12月の末に立ち寄った江刺ふるさと市場では、大量のリンゴが所狭しと並んでいて、その量に驚くとともにこれが最盛期だったらどうなるのかと、とても興味が湧きました。今年の秋には一番いい時季に伺って、その圧巻の様子を写真に収め、多くの人に見てもらいたいと思っています。

私の活動は主に、奥州市の食と農の活性化に携わることです。産直などが近くにあり、地元産の採れたてで安心な米や野菜、果物を毎日食べられる環境は、当たり前のようですがとてもぜいたくなことで、このような環境はずっと続いてほしいと思います。

今は素人ですがこれから勉強を重ね、農作物の端材の有効活用など、生産者の役に立てるような案が出せればと考えています。また、小規模ではありますが野菜作りにも挑戦し、その大変さや難しさ、面白さを発信することで、たくさんの人が農業に興味を持ってもらえたらうれしいです。会員制交流サイト（ＳＮＳ）をどんどん更新していきますので、皆さんの応援よろしくお願いします！

▼フェイスブック　▼インスタグラム

姉妹都市 掛川だより

静岡県 掛川市

無差別テロを想定し訓練

消防や警察などが連携を確認

けが人を搬送する救急隊員ら

無差別テロを想定した関係機関の合同訓練が２月18日、掛川城公園で行われ、消防や警察、医療機関や関係施設の職員ら約100人が参加しました。

刃物を持った男が観光客を殺傷。チケット売り場の職員を人質に取り、パニックになった観光客が天守閣の階段で将棋倒しとなってけが人が出たことを想定。チケット売り場前の広場で、救急隊員がけが人を重傷者と軽傷者に分けたりしながら、救護所を設置しました。

その後、駆け付けた市内中東遠（ちゅうとうえん）総合医療センターの災害派遣医療チーム（ＤＭＡＴ）が救命措置をしたり、消防署の救急隊員が三の丸広場に到着した防災ヘリに重傷者を引き渡したりするなど、緊急時の連携体制を確認しました。

広　告

もっと安心 ずっとおうしゅう

～みんなの輪で支える在宅医療と介護～

第12回　かかりつけ医を持ちましょう　／　県立胆沢病院 地域医療福祉連携室

胆沢病院は、急性期および重症疾患、救急医療に重点を置き、高度で専門的な医療を提供する地域医療支援病院です。専門的な検査や治療が必要な場合は、地域の医療機関（かかりつけ医）からの紹介により治療を行います。その後、患者さんの状態が落ち着いたら、かかりつけ医に継続的な治療管理をお願いしています。

このように、かかりつけ医との役割分担により連携を図りながら地域全体で患者さんの治療を行っています。まずは、かかりつけ医を受診しましょう。

かかりつけ医は、健康に関することを何でも相談でき、必要なときは専門の医療機関を紹介してくれる医師であり、地域での豊富な診療経験を持っています。かかりつけ医を持つことで次のような利点が挙げられます。

- ▶継続的に受診することで、自身の病歴や生活習慣などを踏まえた診療が受けられる
- ▶必要に応じて、適切な専門医や病院を紹介してもらえる
- ▶継続的な医学管理を受けることで、重症化する前に的確な対応を受けられる

いざというときに困らないためにも、かかりつけ医を持ちましょう。

■問い合わせ＝本庁地域包括ケア推進室（内線1268）、高齢者に関する相談＝市地域包括支援センター（内線1281）

はい、こちら 総合相談室

（内線1141）

▣ 消費生活相談 ▣				
本庁総合相談室	月～金	9:00～17:00	前沢総合支所 市民環境課	毎週火
江刺総合支所 市民相談室	月～金	9:00～15:45	胆沢総合支所 市民環境課	毎週木
			衣川総合支所 市民環境課	毎週金

10:00～15:00　※前日までに要予約

子どもにスマホ、安全に使うためには

Q

高校生の息子にスマートフォン（スマホ）を買ってあげようと思っています。どのような点に気を付けたらよいでしょうか。

スマホなどインターネットにつながる機器は便利な反面、使い方を誤ると被害者だけではなく加害者になるケースもあります。子どもがスマホを使う場合は、ルールやマナーを守ることが重要です。一方的に良い悪いを決めず、子どもと話し合い本人が納得するルールを作りましょう。「食事中は使わない」「掲示板に個人情報を書き込まない」「メールで悪口を送らない」「守れなかったらスマホを１週間預ける」など、具体的な内容にするとよいでしょう。

アダルトサイトや出会い系サイトなど有害なサイトへのアクセスを防ぐためには、フィルタリングの設定が有効です。18歳未満が契約（使用）する場合は、フィルタリングを設定することが法律で義務付けられています。また、ペアレンタルコントロール機能を使うと、スマホの利用時間やアプリ内課金などを保護者が制限できます。設定パスワードの管理には注意しましょう。それぞれの設定方法は各通信事業者にご確認ください。

子どもがどんな使い方をしているかを知ることが、インターネット上に潜む危険から子どもを守る第一歩になります。日々のコミュニケーションの中で確認するよう心掛けましょう。

A

広　告