道の駅なみえ

梅雨明けが遅れている中の、８月１日。この日オープンした道の駅なみえ。前日までは雨が続いておりました。太陽もこの日を待ち望んでいたように、雲の間から青空がのぞき、多くの来場者がありました。大堀相馬焼などの伝統的なものから、ももいろクローバーＺのグッズや、浪江町のゆるキャラ「うけどん」グッズに至るまで、多くの商品がありました。たくさんの人に見守られ支えられながら、新しい浪江が始まります。（訪問看護 大垣）

飯舘村の住民健診のお手伝い

飯舘村の住民健診に、今年もお手伝いに行ってきました。飯舘村以外に住む方にとっては、１年に１回、保健師さんや隣近所だった方、見知った顔に会える機会でもありますが、今年はいつもと少し違った雰囲気でした。コロナ予防の対策として、地区ごとに受付時間を設定したり、会場に入る人数を制限したりと、様々な工夫を行いながらの健診でした。問診時に、私たちもフェイスガードを装着しました。感染症対策をしっかりと行いながら、住民の健康を守る活動を続ける村の職員のみなさんの姿がそこにありました。（ケアセンター 足立）

なごみ応援団（NPO法人の会員）を募集中です！

1. 正会員　　年会費　　10,000 円
2. 賛助会員　年会費　一口　3,000 円
3. 寄附

なごみ応援団になってくださった方には、定期的に会報や現地の情報を送らせていただきます。是非ご検討下さい！

【新規会員のお申し込み方法】
以下の方法で会員申し込み後、郵便振込にて会費を振り込んでください。

①FAX または郵送での申し込み：会員種別（正会員または賛助会員）・氏名・住所・所属先（職業）・電話番号・メールアドレスを明記の上、下記住所に申込書を郵送または FAX してください。

②ホームページからの申し込み：http://soso-cocoro.jp/

なごみホームページの ★会員になる ボタンをクリックして申し込みフォームからお申し込みください。

当法人は、認定 NPO 法人になりました。当法人への会費及び寄附は、寄附金控除の対象となります。寄附金控除（所得控除）または税額控除のいずれかを選択して確定申告を行うことにより、所得税の控除を受けることが出来ます。詳しくはホームページをご覧ください。

会費・寄附の振り込み方法：郵便振込
口座番号：02260-0-126825
口座名義：特非　相双に新しい精神保健福祉をつくる会

【お問い合わせ】なごみ相馬事務所
〒976-0016
福島県相馬市沖ノ内１丁目 2-8
電話　0244-26-9753
FAX　0244-26-9739
アドレス nagomi@soso-cocoro.jp

NPO 法人　相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会

相双COCOROニュースなごみ

第 26 号 2020 年 9 月吉日
発行元　広報会員管理委員会
ホームページ　http://soso-cocoro.jp/
Facebook　https://www.facebook.com/cocoro.nagomi/

なごみの総会が無事終了しました

当法人の通常総会も９回目となりました。今回は新型コロナウイルス感染症（以下、コロナ）予防の観点から、書面表決とさせていただき、６月 23 日に無事終了いたしました。今回の対処にご理解をいただき、ご協力くださった会員の皆様に感謝申し上げます。また例年行っている総会後の茶和会も中止になりました。本来であれば会員様、地域住民様などと交流できる場でしたので、とても残念です。いち早いコロナ収束を願いつつ、私たちも感染予防に努めて支援活動に励んでまいります。（事務 唯野）

「世界の医療団」のご支援に感謝申し上げます

震災直後より多くの皆様にご支援をいただいてまいりました。その中でも「世界の医療団」は、今年３月末まで長きに渡っての応援をいただきました。初期の医療機器・物資の支援から始まり、支援者不足の中で専門職の派遣は心強く、仮設住宅での訪問やサロン活動、場所を移動しての復興公営住宅での活動、小高区や浪江町が避難指示解除してからの住民支援活動と、地域のフェーズに合わせて柔軟な支援をいただきました。さらに、他機関から来ている専門職としての冷静なアセスメントの視点に助けられたことも、数多くありました。先の見えない中での継続的な関わりは、住民の皆さんはもとよりスタッフに安心感を与え続けてくださりました。震災と原子力発電所事故、広域避難と帰還、このような今まで経験のない災害への支援は、いつでも手探りです。地域を一緒に見続け、悩み、考え、行ってきた支援。寄り添うという言葉を、まさしく実践してくださったように感じています。世界の医療団のみなさん、ありがとうございました。（訪問看護 伏見）

アウトリーチチームより

アウトリーチチームの活動は、NPO 創設と共に９年目になりました。NPO を母体としての活動で、訪問看護ステーションとこころのケアセンターと協力しながら、お付き合いの長い対象者もおります。私は、４年前にアウトリーチチームのある相馬事務所から南相馬事務所に異動し、再び今年度の異動で相馬事務所に戻りました。この４年間お会い出来ないながらも気にかかっていた方々と、再会することができました。笑顔で迎えてくれるお姿に、感慨深い思いを持ちました。スタッフを含め地域の方々が、ずっと支援を継続されてきたお陰で、この嬉しい再会が果たせたと感謝しています。長年勤めていると、こんな素敵なこともあるのだなと感じています。（西内）

訪問看護チームより

訪問看護は、開設して８年目を迎えました。昨年 10 月には南相馬サテライトを開設し、相馬と南相馬の利用者さんが、ほぼ同数となってきました。少しずつ、クリニックや保健福祉事務所等からも訪問依頼を受けるようになり、地域に浸透してきて嬉しく思っています。ここ最近は、コロナの自粛等で、皆さんが不安を抱く日々を送られていると思います。そんな中、訪問看護スタッフが、事務所の花壇を手入れして、きれいな「ひまわり」を咲かせてくれました。大輪のひまわりが、しっかり顔をあげ、太陽の方を向きながら咲いている姿は、とても気分が癒されます。私たちも利用者さんにとって明るく前向きな、癒しの存在となれることを目標に訪問看護を行っていきたいと思います。（佐藤）

なごみ CLUB チームより

６ 月に梅雨入りで雨が続きました。またコロナの影響で外での活動ができないため、気分が下がりがちです。そんな気持ちをよそに、狭いプランターからはみ出るようにキュウリやナスなどの野菜がぐんぐん成長していました。活動の話題にも「キュウリがこんなに大きくなった」「ちょっと大きすぎるんじゃない？」「ちょうどいい大きさの見つけた！」など、自然に会話も弾みます。採り立ての野菜をいただくことで、参加者の絆が深まってきていることを感じています。会員の皆様も、家庭菜園にチャレンジしてはいかがでしょうか。きっと、楽しい思い出が増えると思います。（大谷）

ケアセンターチームより

相馬広域こころのケアセンターは、コロナの影響で、４月から６月上旬まで、集団活動を中止せざるを得ない状況となりました。感染対策を徹底することで必要な支援ができなくなる恐れがあり、スタッフで「コロナだからこそ必要な支援」について話合いました。私たちは、「必要な方へ短時間での訪問を多くし、心配しているメッセージを送ること」にしました。支援が必要な方は、精神的な不調に陥りやすく定期的な見守りが必要な方、生活はできているが長期間ひきこもっている方と様々ですが、このような時期だからこそ、支援のあり方を深める時間を持てたのだと捉えています。（米倉）

コロナ禍の中で…

リモートケア会議を行いました

コロナ禍の中、利用者さんについてのケア会議を WEB 上で行いました。換気を十分に行った室内にて、出席者の間隔は１メートルほどの椅子の配置、ソーシャルディスタンスをとりながらの会議です。発言する場合はマイクに近づくようにして、それ以外はカメラに入るギリギリの位置で参加です。なによりも、利用者さんにとってのより良い暮らしを、本人と各担当者が話し合うことは、コロナが終息するまで延期することはできないのです。（訪問看護　大垣）

楽しさ２倍以上！

コロナの影響で勤務先が一時休業となり、生活リズムが崩れてしまった方もいらっしゃるかと思います。そうした状況にある方からの希望で、運動不足解消と気分転換を兼ねてキャッチボールをしました。遊びの要素を入れて、自分の好きな食べ物を挙げながら投げ合ったりも。マスクをしながらの運動は少し大変でしたが、涼しい日だったので気持ちの良い汗がかけました。うつ病など精神疾患を抱えている方の中には、生活リズムの変化が心身に大きく影響を与える方もいらっしゃいます。出口の見えない状況の中で、いつまで頑張ればいいのか、不安を抱えて苦しくなってしまう方も、少なくないのではないでしょうか。一緒に身体を動かしたり、散歩をしたり。一人ではつまらないけれど、誰かと一緒にやると楽しさも２倍以上！ひとりひとりの希望に寄り添いながら、一緒に乗り越えていきたいです。（ケアセンター　早川）