



Rin Rin No.72



りんりん会報
(H25年3月)

長かった冬の寒さにもそろそろ終わりを告げ、暖かな春の到来が待ち遠しい季節になりました。皆さん、いかがお過ごしでしょうか？

暖かな風が吹いてくると、厚手のコートを脱ぎ、気軽に外に出かけたいような気分になりますが、季節の変わり目は、寒暖の差も激しく、つい油断してしまうと体調を崩してしまいます。バランスの良い食事と十分な睡眠を心がけ、心も体もほんのり温かな毎日を過ごしたいものですね。



☆りんりんの会活動報告です。☆

♥1月26日(土):情報交換・相談会~17名参加~

- 2グループに分かれて、今不安なことや知りたい情報などについて、それぞれが話したり聞き役になったり、アドバイスしたり…。あっという間の2時間でした。
- 手術前に参加された方から、『全てが分からないことだらけで不安』との相談がありましたが、『わかるよ』『私もそうだったよ』『でも、大丈夫だよ。元気になれるよ』と先輩方がうなづきながらいろいろとアドバイスしてくれる光景は、とても温かな空気を一緒に感じ取ることが出来る素敵な空間になったようにも思いました。ホントに一人じゃないんですね。心強い仲間がいるんですね。
- また、吉田先生も参加してくださり、参加者の方々からの質問にきちんと答えていただきました。相談するかどうかだけでなく、相談を受ける側の体験者の迷い(対応が上手く出来ていただろうか)や不安(安心して帰って行かれましたか)も話題となりましたが、
 - 「聞いて」あげること
 - 「待つ」あげること
 - 一緒に「そばにいて」あげることそれがとっても大切なのかな~と改めて感じました。

♥2月23日(土)~24日(日):温泉に入ろう会~12名参加~

- 電車チーム7名・車で現地集合チーム5名で大雪&大荒れの中、鳴子温泉に一泊し、みんなで温泉に入って交流を深めてきました。
- 猛吹雪の中、いつ電車が止まってしまうだろう…とハラハラドキドキでしたが、運よく電車も車も順調、鳴子観光ホテルに到着すると先ず最初にティータイム♪♪ 食べきれないほどのおやつに苦笑しながら(太ることを気にしつつ)美味しくいただき、それから貸切風呂に順番に入り、シッカリと温まってからいよいよ宴会!…と言うコース。(もちろん2次会もありでしたよ!)
- 生ビールやワインで乾杯し、食べて飲んで歌ってしゃべって…とても楽しい時間を過ごしました。(おしゃべり会は深夜まで食い込み、寝不足気味のかたもいたようです。)
- 貸切風呂にゆっくりと入れてよかった!みんなで温泉に来るのが夢だった!との感想もいただきました。今年も皆さんと一緒に温泉に入れてよかった~♪。また来年、ご一緒しましょうね♪♪。

断続的に余震が続いたが、だんだん慣れてきて気にしなくなった。病棟に行ってみると全員退避命令が出ていた。歩けない患者も布団にくるんで南病棟まで運ぶ。渡り廊下が使えないので外に出て南病棟に移送した。よりによって雪だ。風も少しある。寒い。最悪だ。南病棟1階のリハビリ室に収容し、また本院4階に戻りピストン輸送。みんな必死によく働いている。階段の上り下りが多く、脚が疲れた。ようやく本院の患者はすべて南病棟に移動。力仕事は若いコメディカルが頼りになる。患者の確認が済み一段落。

医局に行き一休み。テレビは特番だ。人が大勢集まってテレビを食い入るように見ている。三陸沖、マグニチュード8.8、史上最大の地震で震源は南北に4~500キロあるらしい。どうやら津波で海岸はすごいことになっているらしい。仙台空港が波に洗われている。大船渡の津波なんかがれきと一緒に車、船、みんな持って行った。大勢死んだだろう。自衛隊が撮影したという仙台沖の津波の襲来シーンはCGのようだ。ついこの間行ったところだ。仙台港は10mの津波だそうだ。テレビは見られるが、今回は東京横浜もかなり揺れたようなので関東の話ばかりでこちらの詳細はほとんど報道されない。今スタジオが揺れていますなどといちいちうるさい。

果たして家はどうなったのか。帰りたいが街灯もなく信号も止まっていて危険なので諦めた。まだ余震も続いているし、なんとと言っても夜の8時になろうかというのにスタッフが全員まだ院内にいる。病院は水、食料もあるし電気もある。そして、安全な建物もある。一般家庭じゃそうはいかないだろう。ラジオと懐中電灯は大事だ。妻がラジオ付き懐中電灯を買ってきたときはバカにしたが、あれは使える。水と食料と排泄物の処理、そして情報が大事だ。

夜、官舎となっているアパートをのぞきに行ってみる。外は雪がやんだが、寒くて静かだった。信号も止まり街灯もなく真っ暗だ。空を見上げると星がとてもきれいだった。こんな星空は見たことがない。新月ではなかったが月は見えず、かつ停電のおかげで空一面の星屑だ。ずっと眺めていたかったが、いかんせん寒すぎる。そそくさと真っ暗なアパートに入る。部屋の中は意外と何ともない。もっとも、何もなし部屋だが。懐中電灯で部屋の中を見回す。布団を見ると、暗がりの中にも綿ぼこりと思われるものがたくさん落ちていた。何だ、いったい！？天井から降ってきたか？見上げると電器の傘がずれてしまっていて、電灯の上にたまった10年分の綿ぼこりが布団の上に舞っていたのだった！悲惨！停電で掃除機も使えず、コロコロで取り除く。暖房もないのでコートだけ脱いで着替えずに布団に潜る。携帯は全く使えない。妻はどこで寝るのだろうか。寒い～。

=====

以上が、震災当日の日記の一部です。発災の翌日は仙台の自宅に行ってみましたが、家具は全て倒れ食器など粉々になっておりました。あの日から、本当に大変な日々だったわけですが、本当にみんなで助け合いました。また、各自治体職員はもちろん、自衛隊をはじめ、警察、消防などの人達には本当に感謝します。高速道路で自衛隊の車列に毎日のように遭遇しましたが、そのたびにお礼の言葉を口にしていました。今ではすっかり元の生活に戻りましたが、沿岸部の復興はまだまだです。何とか早く元の生活に戻ればいいなと思います。

最後に、亡くなった多くの方々のご冥福をお祈りいたします。

==

♥ 今後のいんりん定例会日程と内容のお知らせです！！

- 3月23日（第4土）9時30分～職員休憩室 定例茶話会（情報交換・相談会）
 - 4月20日（第3土）9時30分～職員休憩室 25年度総会・Dr 吉田の乳がん講座
- ※体験者のかた（ご家族も含む）ならどなたでも参加できます。一緒にお話ししてみませんか？

【連絡窓口】大崎市民病院相談支援センター ☎0229-23-3311