

# 知床の窓から見えるもの

2014年6月23日（月曜日）

「出前講座始めました」

2014年になり早くも半年を過ぎようとしています。各地で平均気温が上がり、夏の日差しが感じられるようになってきている中で羅臼（北海道全体？）は「蝦夷梅雨」のごとく最近は天気がぐずついています。暖かくなってくると“冷やし中華始めました”ののぼりが目立つようになってきます。そんな中、診療所では“出前講座始めました”！

羅臼町の町内会は“羅臼町〇〇町”というように細かく分かれています。その各町内には「保健推進員」という町民さん向けに健康について学ぶ場を作ってくれる委員さんがいます。その保健推進員さんに出前講座を依頼されて行きます。

6月には既に3つの町で出前講座を開かせていただき、あと残り1つの町で出前講座を開く予定です。今回の講座のテーマは「心臓病で死なないために」。出席して下さった方全員の血圧測定を行い“心臓病とはなにか”や“高血圧と心臓病の関わり”について、“心臓病の原因”について、“心臓病を調べるための検査”についてお話しさせていただいています。これまでの3つの町では予想以上の平均25名というとても喜ばしい人数が出席して下さいました。講座終了後に積極的に質問して下さる方もいらっしゃいました。出席された方が学ばれた知識を家族などに伝えて広がっていけば健康の良いサイクルになると思いました。

これからも“こういう話をしてほしい”という希望があれば出前講座を行わせていただきたく思います。知床らうす国保診療所は町民の皆さんに向けて情報発信を続けていきたいと思っています。

