

● “人と人とのつながりがこころを癒やす” ●

# 「はまってけらいん、かだってけらいん運動」を推進します

(はまって=加わり一緒になって、かだって=(語)お話をする)



## ◆陸前高田市保健医療福祉未来図会議

この会議は、震災後、本市にかかわる保健・医療・福祉関係者（全国からの応援チームや他分野の関係者を含む）が一堂に会し開催されてきたもので、本市の保健医療福祉の現状と課題を共有し、復興に向けた直近の対策から未来像を議論する場となっています。この会議の中で陸前高田市保健医療福祉未来図推進運動の一環として、「はまってけらいん、かだってけらいん運動」が提唱されました。

### ☆集い・話すことで…

今回の震災で、市内に住んでいる人、本市にかかわりのある人誰もが、さまざまなストレスを抱え続けています。ストレスの克服と聞くと、「カウンセリング」や「こころのケア」といったものを想像してしがちです。しかし、それらとともに効果的かつ重要なことは、一人ひとりが誰かと言葉を交わし、気が付けばお互いの心を癒しているという時間や場所があることです。

### ☆「はまってけらいん、かだってけらいん運動とは」…

「はまってけらいん、かだってけらいん運動」は、日常生活の中（食卓、買い物、井戸端会議、病院の待合室など）のあらゆる場面やイベントなど、人が集まる機会に、はまって（集まって・加わり一緒になって）かだる（語る・話をする）ことを目指しています。この実現のために、特別な場所ではなく、人が集うさまざまな場面で、人の輪の中にはまり、かだるということが自然と生み出される場づくりを目指し、そのことが「大切な、大事なこと」と市民の皆さんで共有できるようにしていきたいと考えています。

### ☆この運動を広げるために…

「はまってけらいん、かだってけらいん運動」を広く市民に広げるために、各集会施設や事業所だけではなく、人が集い、語るさまざまな場に「のぼり旗、ステッカー」を設置・掲示し、この運動の周知を図っていきます。皆さんの積極的な参加、協力をお願いします。

## 健康生活調査を実施しています

震災後1年半以上経過する中で、被災者を中心に2回の健康生活調査を実施してきました。今回の調査は、住宅が被災していない住民を対象に健康・生活の状況把握を行います。生活・医療・福祉の面などにおいて、困難な状況に直面している住民に対して適切なサービスを提供するため、関係機関との連携を密にするとともに、家庭訪問によって「こころのケア」の一助とすることを目的に9月から実施しています。この調査は、県内の市町村および全国の保健師ボランティアなどの協力により実施されています。これも「はまってけらいん、かだってけらいん運動」の一環として位置づけられていますので、訪問する保健師などと一緒にかだってみましょう。

### 【今後の訪問調査日程】

原則は金曜日から月曜日に随時実施し、各月に強化週間として下記の日程により集中して実施することとしています。調査の日程は下表のとおりです。

月	日 程	備 考
12月	21日(金)、22日(土)、23日(日)、24日(月)	※1. 調査地域については、調査の進捗よく状況により決定します。 ※2. 訪問調査にあたっては、皆様のご協力をお願いします。
1月	11日(金)、12日(土)、13日(日)、14日(月)	
2月	8日(金)、9日(土)、10日(日)、11日(月)	
3月	8日(金)、9日(土)、10日(日)、11日(月)	

【問い合わせ先】健康推進課保健係（内線242）