

まちだ丘の上病院とヨリドコ小野路宿が地域の皆様にお届けする健康情報

# ヨリドコ新聞

2022年1月 Vol.6



## 「新年明けましておめでと〜ございませ〜」

旧年中は大変お世話になりました。南多摩整形外科病院からまちだ丘の上病院に変わり、早四年。一昨年にヨリドコ小野路宿がオープンし、開設当初から掲げている「医療や健康や人々のつながりが溶け込んでいく『拠り所』」を少しずつ形に出来てきたと感じております。今年も、地域に寄り添った取り組みができればと考えておりますので今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

代表理事 藤井 雅巳

今月のテーマは、「生きがいと健康」です。健康長寿の県と言われる、まちだ丘の上病院の名誉院長の鎌田寛先生の長野県での調査なども紹介しながら、今回は「生きがい」について考えてみたいと思います。

## 「生きがいと健康」について

長野県健康長寿プロジェクト・研究事業  
研究チームによる平成27年に報告されたレポートによると、長野県は、寿命および健

康寿命ともに、男性及び女性ともに全国1位（2010年調査）。

調査報告によると、驚きの健康長寿の要因として「高い就業意欲や積極的な社会活動への参加による生きがいを持った暮らし」が、最も関係しているのではないかとということが分かってきました。

例えば、「高齢者就業率」は1位、「就業率」は男性5位・女性4位、ボランティア参加率なども高い結果だった様です。（いずれも平成16年調査）

## おしごと倶楽部と生きがい

まちだ丘の上病院では、誰にでも社会的な役割とつながりを持つていただきたいという想いから、様々な取り組みをしており、その一つが「おしごと倶楽部」です。おしごと倶楽部は、病院の患者さんや利用者さんが中心になって、お仕事をし、誰かの役に少しでもなつて、生きがいを感じてほしいという背景からはじまりました。

	男性		女性	
	全国	長野県	全国	長野県
健康寿命	78.17	79.46 1位	83.04	84.04 1位
平均寿命	79.59	80.88 1位	86.35	87.18 1位



入院患者さんは、病気が理由で入院しています。それでも、長い期間入院していると、皆さんならどんな気持ちになりますか？もしかすると、だんだん居心地が悪くなつてきたり、生きがいや自分らしさが分からなくなつてきたりするかもしれません。

## 働いて「マッチ」を稼ぐ

おしごと倶楽部では、院内で患者さんや職員を対象とした（※コロナ禍であり）、院内売店や院内喫茶「マチオカ喫茶」を患者さんが中心となつて、営業しています。

外出もできない今の時期、院内でおやつが買えたり、コーヒーが飲めると大人気。そして、患者さんは、皆からの「ありがとう」と、働いた対価としてまちおか通貨「マッチ」を稼ぎます。「マッチ」の使い道は様々。ヨリドコでも利用でき、Kitchenとまりぎでお見舞いに来た家族に「ヒー」をご馳走することも。



売店と「マッチ」

私たちまちおかは、これからも、患者さんや地域の皆さまにも、小さな「生きがい」のきっかけを作っていけたら幸いです。