



## 人

### 豊沢

### 嶺野<sup>みねの</sup>

### 健さん<sup>つよし</sup>(31歳)

## 2つの「道」を歩み続けたい

総合ケアセンターゆくりで理学療法士として働いている嶺野さん。理学療法士とは、介護予防や自立支援を目的として、日常生活を行う上での「座る・立つ・歩く」といった基本的動作の維持回復を支援する医学的リハビリテーションの専門職だ。

嶺野さんが理学療法士を目指したきっかけは「母が、リハビリでサポートを受けている姿を見た時に、理学療法士の仕事に憧れを抱きました。そして、自分も理学療法士として人の役に立ちたいと思ったのがきっかけです」と話す。その後、当時勤めていた自衛隊を辞め、専門学校へ通って理学療法士の資格を取得し、苫小牧市内の病院へ就職した。

理学療法士になって5年。昨年6月からは、病院勤務の他に地元である厚真町でも仕事を始め、現在は総合ケアセンターゆくりで週2日ほど、主に高齢者

の方たちを対象にリハビリを行っているそう。仕事をする上で「次々と新しい技術が出てくるので、より効果の高いサービスを提供するために日々勉強し続けています。大変ではありますが、利用者の方に、効果を感じて「体が楽になった、ありがとう」と言ってもらえた時は喜びを感じます」とのこと。

そんな勉強熱心な嶺野さんにはもう一つの顔がある。それは「農家」。実家は米や麦、ビートなどを栽培する農家で、嶺野さんは昨年4月、両親の跡を継いで本格的に農業者としての道を歩み始めた。始めたばかりの農業は覚えることがたくさんあって苦労しているが「自分が育てた作物が育つ姿や、できあがったおいしい作物を食べた時に喜びを感じています」と話す。

夏は農家、冬は理学療法士という、二足のわらじを履いて奔走している嶺野さん。「農作業で体を使ったあとに理学療法で勉強するのは大変ですが、この先もずっと、農業と理学療法士という2つの道を歩み続けたいです。そしてどちらも、自分のため、他人のために勉強を重ねて頑張っていきたいです。」

## ぼうさい

## 防災

### ⑩冬の防災（停電）対策

厚真町も冬本番。最近では技術の進歩もあって減多に起こりませんが、冬の北海道で停電が起こると、大きな被害に至る恐れがあります。そこで今回は、停電経験者の声から、冬の停電の備えについて考えてみたいと思います。

2013年、北海道大学の森先生たちと、2012年の11月、12月に大規模停電に見舞われた登別、猿払村でアンケート調査を行いました。その中で、停電時の主な困りごととして、①暖房、②照明、③情報、④食事（調理・プロパンガスの家庭を除く）があげられました。

これらの困りごとに際して、活用した物や、停電後に用意した物は以下の通りです。①暖房（寒さ対策）は、厚着やポータブルストーブが多く見られました。②照明は、ろうソク、懐中電灯と電池、ランタンといった器具が見られました。③情報については、停電後に携帯用ラジオ、携帯電話充電器が購入されました。④食事（調理）では、カセットコンロが活用されました。これらはどれも、停電だけではなく、どの災害でも活用できるグッズです。

上記の物の中で、もし足りないものがあつたら、新年の買い物のついでに、そろえてみてはいかがでしょうか。2016年も、どうぞよろしくお願いいたします。

#### ■プロフィール

定池祐季（さだいけ・ゆき）

東京大学大学院情報学環総合防災情報研究センター（CDIR）特任助教。

剣淵町出身。北海道大学大学院文学研究科博士後期課程修了、博士（文学）。北海道大学助教を経て現職。専門は、災害社会学・防災教育。北海道南西沖地震を奥尻島で経験、災害復興と地域防災に関する研究に取り組むほか、各地で防災教育活動を展開している。2014年より厚真町防災アドバイザー。



#### ■今月の表紙

12月4日、こども園つみき（宇佐美修一園長）のきりん組園児が収穫祭を行い、自分たちで育てたお米と厚真の食材を使っておにぎりや豚汁作りに挑戦しました。園児たちは、少し緊張の面持ちで、お母さんたちに手伝ってもらいながら、野菜の切り込みやおにぎり作りにチャレンジしていました。



#### ■今月の内容

- ☒ I LOVE あつま・人口・世帯数 … 2～3
- ☒ 年頭のごあいさつ … 4～5
- ☒ 農の里2015 … 6～7
- ☒ 50年後のあつまの未来図 … 8～11
- ☒ 平成27年第4回定例町議会 … 12～14
- ☒ 町の補助制度をご利用ください … 15
- ☒ まちの話題 … 16～19
- ☒ みんなの広場 … 20～21
- ☒ まなびや … 22～23
- ☒ 健康情報・ほけんの掲示板 … 24～25
- ☒ 情報ひろば … 26～29



## 2016(平成28)年1月

NO. 761

12月15日現在の人口  
**4,696人(前月比-6)**  
 男 2,301人 / 女 2,395人  
 世帯数 2,125(前月比-3)