

読売療育賞に熊本の施設

敢闘賞

地震ストレス睡眠で測る

重症心身障害者施設での優れた実践研究を表彰する「第14回読売療育賞」(読売光と愛の事業団主催)の敢闘賞に、熊本市東区のくまもと江津湖療育医療センターが選ばれた。利用者の睡眠状態の変化から熊本地震でのストレスを考察した。研究した看護師は「地震の教訓を他の施設に伝えていきたい」と話している。(林航)



利用者の睡眠データを分析する土屋さん(手前)と中村さん

研究の看護師「教訓伝えたい」

同センターは、熊本地震で天井が崩落し、送水管の破裂による断水などの被害が出た。約120人が入所していたが、地震後に表情が硬くなったり、奇声を上げる人が増えたりした。

看護師中村里沙さん(35)らは、地震によるストレスを睡眠時間で測ろうと考えた。不安などを言葉で表現できない人もいることから、睡眠状態の変化を調査し、ストレスを考察することにした。

同センターでは毎日午後9時〜午前6時頃、職員が30分おきに部屋を巡回し、全利用者の「睡眠チェック表」を記録している。研究では、熊本地震以前からの利用者20名を対象とし、地震が起きた2016年4月から1年間の平均睡眠時間を算出してストレスとの関係を調べた。

その結果、大きなホールで集団で睡眠を取った地震発生から数日間、睡眠時間の減少が見られた。時間の経過とともに睡眠時間は長くなっていったが、地震前の状態に戻るまでに男性は半年、女性は約3か月かかったという。男性は地震後の睡眠時間の減少が大きく、50〜60歳代より20〜30歳代の若い世代が眠れていなかったことがわかった。

中村さんらは、睡眠状態の変化が、地震のストレスを測る指標の一つになると考えた。熊本地震で学んだ教訓を他の施設にも伝えたい」と語った。

水俣川河口に開発計画

市が説明 市民ら意見「慎重に」

水俣市は21日、同市のもやい館で、産業振興などを目的にした「水俣川河口臨海部振興構想事業」の初の市民説明会を開いた。海の埋め立てや道路拡張などの開発計画が説明され、市民から「自然の姿を大きく変

な開発計画をめぐり
市民ら意見交換

