

## 「高校で出会った仲間」

阿蘇中央高等学校阿蘇清峰校舎 3年

竹原 快莉

高校に入学した時、私には大きな不安がありました。それは、クラスメイトと互いに理解し合える関係を築けるだろうか、というものです。中学までは、小さい頃から知っている人が多かったのですが、高校はそれぞれの地域から来ており、それまでのい

ろんなことを知らないため理解し合うことができないかもしれな

いと思っていたからです。入学してすぐの宿泊研修の時、人よりも行動が遅かったり、みんなの話についていくことが

できず他の人と違う反応を

てしまったりしたことで、クラスメイトに迷惑をかけてしまいました。これまでも「快莉だから仕方がない」と言われていたと思いますが、出会ったばかりのその人たちは真剣に注意をしてくれました。その顔を見ながら、どうすればいいのだろうと悩むと同時に嬉しい気持ちがありました。

このみんなと一緒に成長していき

たいと思ひ、実習や勉強でみんなについていけるように頑張ろうと決心しました。

それでも最初のうちは、からかわれたり、いじられたりする

こともありました。これまでの私だったら、「嫌だ」という自分の気持ちを言わず

相手を避けていただろうし、自分を変えようとしなかったと思います。でも、担任の先生から、「嫌と言つてダメになるなら、それまでの関係。クラスメイトを信じてみたら。」と言われてから意識するようになり

ました。その時に気を付けたのは、「その場で自分の言葉でちゃんと伝える」こと

です。私がちゃんと相手のことを信じて伝えたら、ちゃんと受け止めてくれたし、気づかなくてごめん」と謝ってくれたこともありました。また、相手もちゃんと気持ちを伝えてくれるので、私が知らないうちに誰かを嫌な気持ちにさせていたことに気づくことも

できました。また、もっと自分に自信を持ちたい、強くなりたいという思いから勉強も頑張りました。特に頑張ったのは、資格取得に向けた勉強です。みんなと同じようにしていても受からないと思つた私は、朝課外が始まるさらに三十分前に登校したり、放課後や休日にも学校で勉強させてもらったりして、誰よりも勉強する時間を長く取るようにしました。

それでも合格できなかった試験もありましたが、中学までと違い、諦めずに努力できる自分になり自信が持てるようになり、友達を応援してあげて、応援してくれました。

先生からのコメント  
快莉さんがこの作文を提出してくれた時、本当に嬉しかった。それは、これまでの二年半が決して楽しいことばかりでなく、大変なことがありながらも前向きに努力してきた快莉さんの姿を見てきたからだった。「先生、何とかしてください！」入学して数日後の宿泊研修で、クラスの生徒がそれぞれ訴えてきた。自分とは違う考えや行動をする出会ったばかりのクラスメイトの一挙手一投足を捉え、話し合いをするのでなく担任に注意してもらおうと口々に困り感を伝える様子を見て、このままではいけないと思つた。あれから二年半。個人の課題も含めて何か問題が起きたり課題に直面したりする度に、クラスみんなが共有し、一緒に

と力をくれました。まだ私の理想とする強い自分にはなれていませんが、それでも今の自分はいいと思ひます。これまでもつけた力を活かして、社会に貢献できるようにこれからも頑張ります。



阿蘇医療センター  
〒869-2225 阿蘇市黒川1266  
☎ 34-0311 / ☎ 34-2273



## 骨折リエゾンサービスを行っています

当院では骨粗しょう症の患者さまをサポートするため、骨粗しょう症マネージャー認定者4名を中心とした多職種連携（医師、歯科医師、看護師、薬剤師、リハビリ療法士、管理栄養士、社会福祉士、地域連携室スタッフ）による骨折リエゾンサービスチームの活動を行っています。

骨粗しょう症の治療薬は顎骨壊死という副作用があり、口腔内のケアが重要となることから、当院独自の取組として、当院の歯科口腔外科との医科歯科連携による治療を行っています。骨粗しょう症でお困りのときには、当院の骨折リエゾンサービスチームにお気軽にご相談ください。

※骨折リエゾンサービスとは、骨粗しょう症が原因で発生する二次骨折を予防し、広く啓蒙啓発することを目的としたチーム活動です。

## Q & A

**Q 骨粗しょう症とはどんな病気ですか**  
健康な骨は、骨吸収（骨を壊す働き）と骨形成（骨をつくる働き）のバランスがつり合っています。骨粗しょう症は骨吸収が進み、骨量の減少や骨強度の低下により骨折しやすくなる骨の病気です。骨粗しょう症による骨折は、日常生活動作を低下させ、介護が必要になるなど経済的にも負担が増えます。他の病気とは異なり、症状が出ず、自覚しにくいものです。

**Q どれくらいの患者がいますか**  
日本人の約8人に1人が骨粗しょう症を発症しているとされています。当院では、令和2年4月から2年半で約270人が、骨粗しょう症と診断されていますが、骨折予防に向けた取り組みにより以前と比較して再骨折率の改善が認められています。

**Q どのような検査を行うのですか**  
骨粗しょう症の担当診療科は整形外科で、問診、骨密度検査、胸椎・腰椎レントゲン、血液検査などを行い診察・治療にあたります。当院では、最新の骨密度測定装置を導入し、大腿骨・腰椎などの精度が高い骨密度検査を実施しています。

内科 循環器科 腎臓内科 人工透析 在宅療養支援診療所 心臓リハビリテーション  
医療法人 坂梨ハート会は、2022年9月より新体制となりました。それに伴い一緒に働いてくれるスタッフ（看護師・介護士・厨房スタッフ）を募集しています。詳細は電話・メールでお問い合わせ下さい。  
毎週火曜日『夕方外来（午後5時～7時）』を実施しております。  
医療法人 坂梨ハート会  
さかなしハートクリニック  
阿蘇市小里249番地2  
☎0967-24-6262  
✉sakanashiheart@icloud.com