

1万人のエコチェック事業報告

「見える化」と「ライフスタイル」の提案拡がる

3734枚のカードが集まる

「1万人のエコチェック事業」は、県内全体で環境問題、とりわけ二酸化炭素の排出抑制に取

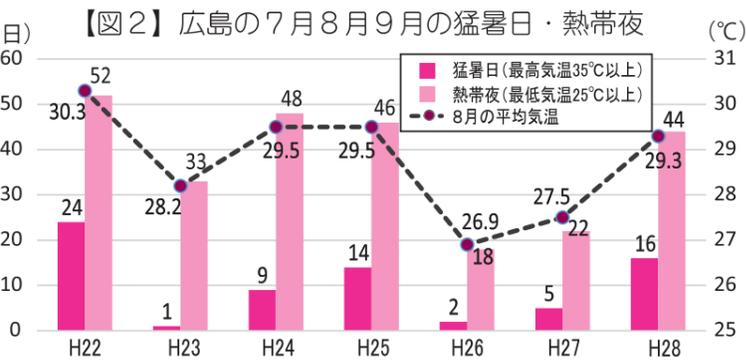
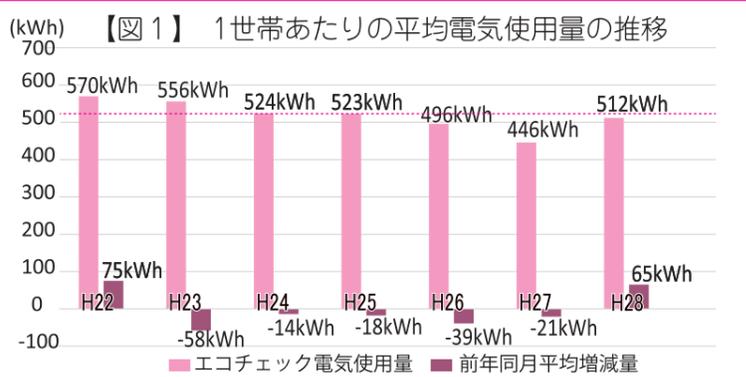
増えたからだと考えられます。しかし、同じよ

今年の実践率は40%で、昨年から4%上昇し

地球温暖化問題は、私たちが健康で住みよ

今年の実践率は40%で、昨年から4%上昇し

地球温暖化問題は、私たちが健康で住みよ



基礎として、ライフスタイルの提案、省エネの実践拡大を目指します。

第57回広島県公衆衛生大会講演趣旨

「現代人の食生活を見直そう～元気で長生き、百歳食～」

食べること以外の快樂を見つけ、健康な生活を



フード&ヘルス研究所 代表 幕内 秀夫 様

昔の人はいい食習慣を持っていた。私の父は92歳、毎日ごはんのみ

ストレスを解消するために、夫婦、友人、親子で楽しく会話を

健康的な食生活は、因となる。最大の健康法は「食べる」と以外の

快樂(心の栄養素)への依存度を、夜の店の看板に例えて紹介。

酒、タバコ、キャンブルに委ねられる。これに頼

気を付ける10の食生活

- ①ごはんをきちんと食べる
②カタカナ主食(パン、パスタ、ピザ、ラーメンなど)は常食しない
③発酵食品(みそ汁、漬物、納豆など)を常食する
④常備食(漬物、焼き海苔、煮豆、佃煮、缶詰など)を上手に利用する
⑤「甘いもの」が食べたくなったら和菓子
⑥副食は季節の野菜やイモ類、海藻類を中心にする
⑦動物性食品は魚介類を中心にする
⑧未精製の穀類(分つき米、胚芽米、玄米)を常食する
⑨食品の「安全性」にも配慮する
⑩食事はゆっくりと

瀬戸内海環境保全に関する衛生団体合同研修会開催
瀬戸内沿岸の各県から100人が参加

43回目を迎える瀬戸内海環境保全地区組織会議主催「平成28年度瀬戸内海

合同研修会は、住民団体のリーダーが一堂に会し、環境問題を考え、住民にできる

活動功労者(団体)の表彰では、1個人5団体が表彰され、広島県からは小学校

講演は、特定非営利活動法人グリーンパートナーおかやま理事長の藤原瑠美子氏に



手作り教材を使った子ども向けの学習会を再現する講師の藤原氏

業廃棄物処分場を巡る住民運動をきっかけに小学校区における環境保全活動

体験交流では、実践報告として、広島県から「高島学区スクールキャラバン海

瀬戸内海環境保全地区組織会議とは
瀬戸内海環境保全地区組織会議は、環境衛生改善運動を展開する地区衛生組織が昭和48



高島学区土井下氏

(編集部)