

# 環境と健康

## G7サミットに絡め宇品・宮島を清掃 海洋プラスチックごみ削減へ

広島県では、2050年までに瀬戸内海に新たに流出するプラスチックごみをゼロにすることを目指し、官民連携組織「GSHIP(ジーシップ)」を作り、取り組みを進めています。

取り組みの一環として、G7広島サミット開催100日前及び50日前に合わせて、広島県主催の海岸清掃が実施されました。

### 当協会からも24人が参加

100日前清掃は、サミットのメイン会場となるホテル周辺の元宇品海岸で、50日前清掃は、宮島の包ヶ浦海岸で実施しました。両会場合わせて、GSHIP会員や地元自治会など約390人が集まり、海岸を清掃するとともに、漂着ごみを見たり、テキスト等で学びま

した。当協会からは、理事長・常務理事を含む24人が参加し、他の参加者と共に汗を流しました。

GSHIPは、今後も陸域を含めた範囲で海洋プラスチックごみ削減の取り組みを展開する予定です。公衛協が行う美化活動と連携して、住みよい環境づくりの実現を目指しましょう。



漂着ごみについて解説する当協会職員



熱心に聴講する講習会参加者

## 食品衛生講習会を開催 環境協

広島市で開催されるG7広島サミットまでいよいよ1か月を切りました。当協会は2月からG7広島サミット開催に向けた食の安全・安心への取り組みを行っています。その活動の一環に広島県・広島市の衛生行政主催の食品衛生講習会の実施があります。講習会は広島県内全域で開催し、4月5日までに37回、おおよそ350名の参加がありました。内容は、①食中毒の発生状況、②食中毒の事例紹介、③食中毒予防について、④異物対策、⑤HACCPに沿った衛生管理といった、食品事業者にとって常に意識しておかなければならない問題のポイントについて解説しています。参加者からは、「お店で取り組んでいるこ

# G7広島サミット開催に向けた食の安全・安心への取り組み

とが間違っていないか、たので安心した」といった声や「過去に異物がある問題となったことがあるため、改めて注意しようと思つた」、「記録の継続化が大事」といった意見が寄せられました。特に参加者が熱心に聴講した内容は、「HACCPに沿った

衛生管理」についてでした。HACCPの運用が義務化される中、各食品事業者はさまざまな工夫を盛り込みながら、衛生管理を実施しています。その中でもポイントとなるのが「記録の簡素化」です。重要な記録を誰でもわかり

やすく、かつ、リアルタイムに残していくことが大切です。今回の講習会を取り組みの一助としていただき、引き続き、食の安全・安心を確保しながら、オール広島で、美味しい広島の食をおもてなしできることを願っています。食品衛生課 和田貴臣

### さんせんか 琴線歌

一般企業などへの就業が難しい障害のある方たちの「働きたい」という希望を実現するために、障害者福祉事業所でお菓子や食品、雑貨、日用品などの製品づくりが行われていることをご存じでしょうか。そしてその製品が、ふれ愛プラザ(広島市中区・紙屋町シヤレオ内)やデパートの催事などで販売され、品質の良さと個性の豊かさから、高い評価を受けていることをご存じでしょうか。▼障害のある方は、事業所での生産活動の対価として「工賃」を受け取ります。県内の事業所では、経済的な自立と社会参画に必要な工賃の向上に向けて、長年にわたり専門家のアドバイスを得るなど、品質と商品力の向上に取り組んで来られました▼

## 障害者福祉事業所の製品づくり

口ナ禍が落ち着きを見せ、対面による販売機会も増えることが期待されます。また、ふれ愛プラザのホームページには、オンラインショップも開設しています。障害のある方が「二つ心」を込めて作られた製品を、ぜひ手に取ってみてください。

(公益社団法人広島県就労振興センター 常務理事・事務局長 八幡毅)



## 一般財団法人 ~みんなの生命をまもりつづけたい~ 広島県環境保健協会

〒730-8631 広島市中区広瀬北町9番1号(広島県公衆衛生会館)

TEL:082(293)1511 [大代表] FAX:082(293)1520

かんほきよう

検索

基本理念

みんなの生命(いのち)をまもりつづけたい。私たちは、健康づくりと住みよい環境づくりに取り組み、持続可能な社会の発展に貢献します。









# “条件付”で新たに2種が指定 責任をもって飼育を

令和5年1月20日に「特定外来生物による生態系等に係る被害の防止に関する法律施行令の一部を改正する政令」が閣議決定され、アカミミガメ(通称ミドリガメ)とアメリカザリガニ

ザリガニの2種が、条件付「特定外来生物」に指定されることが決まりました。施行は令和5年6月1日です。「条件付特定外来生物」に指定されるのは、この2種が初めてです。では、どのような「条件」があり、なぜこの2種だけに「条件」があるのでしょうか？

そもそも、特定外来生物とは、外来生物であって、生態系、人の生命・身体、農林水産業へ被害を及ぼすもの、または及ぼすおそれがあるものから指定され、その飼養、栽培、保管、運搬、輸入などが禁止されます。しかし、アカミミガメ・アメリカザリガニの2種については、販売・頒布を目的としない場合に限り、一般家庭等での飼養や譲渡などについては許可なしで行うことができます(下表参照)。

この「条件」が付与されたのは、両種とも飼育者がとても多いことが要因となっており、単に特定外来生物に指定してしまうと、一般家庭であっても継続して飼育するには許可

が必要になります。そうすると、「手続きが面倒だから」などの理由で、飼育していたものを野外へ放す飼育者が増えることが予想され、「特定外来生物に指定することで、かえって生態系等への被害が生じる」という状況を引き起こす可能性があります。これを防ぐため、一般家庭での飼育等を許可する「条件」が付与されたので



アメリカザリガニ



アカミミガメ

特定外来生物に関わらず、本来生息していない場所へ生き物を放すことは、生態系等に大きな影響を与える可能性があります。生き物を飼育する場合は、最期まで、責任をもって飼育するよう心がけましょう。このシリーズおわり。  
地域支援課 吉井 隼平

アカミミガメ・アメリカザリガニの規制の概要	飼養・栽培・保管・運搬		輸入	譲渡し・引渡し等		放出
	特定外来生物	条件付特定外来生物		販売・購入・頒布の目的	その他の目的	
	×	×	×	×	○	×
	×	○	×	×	○	×

※ ×の項目であっても、許可者であれば可能

県は、食品衛生基準を満たした製造・加工施設について、独自に認証する制度を実施しています。適合した施設は、商品に『認証マーク』を貼ることができます。当協会は認証機関として、食品衛生管理の認証・更新審査や指導などを行っており、このシリーズでは、当協会が認証した事業者の声を紹介し、食品衛生管理の重要性を伝えていきます。



## ブルーカーボンによる地球温暖化防止 新しく調査・研究を開始

今年の桜の開花日は、広島で平年より6日早い3月19日でした。全国的にも早めの傾向にあることがニュースでも話題となっています。桜の開

花日が早くなっていることは、近年の温暖化の影響とも言われています。地球の温暖化は、大気中の二酸化炭素が増えていることが大きな原因とされており、これを防ぐために二酸化炭素の発生を減らすことが強く求められています。

地上に生えている植物は、成長するときに二酸化炭素を吸収し、大気中の二酸化炭素を減らしています。つまり、森を守り育てることが地球温暖化防止になるのです。地球上に生えている植物は、地上の森や草原だけでなく、海にも海藻や海草として存在しています。この海藻や海草も、生長するときに海に溶け込んだ二酸化炭素を吸収し、体内に炭



環境保全課

素を溜め込みます。これは地上の「グリーンカーボン」に対して、「ブルーカーボン」と言われています。地上の森や草原の面積と比べ、浅い海にで

きる海藻や海草が生えている所(藻場)の面積は小さいことから、ブルーカーボンの量は、それほど多くないと考えられていましたが、2009年にブルーカーボンに関する報告書が国際機関によって公表され、海の中の植物が陸上の植物に勝るとも劣らない重要な吸収源であることがわかり、注目されるようになってきました。

環境保全課では、海藻や海草が吸収して溜めている炭素の量や藻場の面積を測定するなど、これまでに行ってきた海洋生物調査の技術と経験を活かして、ブルーカーボンの調査・研究を始めたところと

当協会では、地球温暖化対策のためのカーボンニュートラル事業を第二次中期経営計画の重点事業の一つとしており、今後ブルーカーボンをはじめとする各種調査をしっかりと進めてまいります。

(環境生活センター 和田 秀次)



海藻の一種であるガラモの仲間(右)と、海草の一種であるアマモ(左)

業務の内容は？  
職場向けの宅配弁当の製造販売を行っています。今回、認証を受けた口田工場と、現在認証取得中の本社工場を合わせると、1日約1万2千食を提供しています。販売エリアは、広島県全域をカバーしています。



**36 アナナス紀元株式会社**

登録日:2023年1月26日  
所在地:広島市安佐北区口田南1-12-21 (口田工場)  
創業:1965年(昭和40年)  
話し手:代表取締役 田川 祐紀大 様(左)  
品質管理部室長 福永 守幸 様(右)

## 経験から共通ルールへ

### 「健康経営」を『食』を通してお手伝い

弊社では、「日替わり弁当」という食を通じて、企業の健康経営を支えています。認証を受けようと思

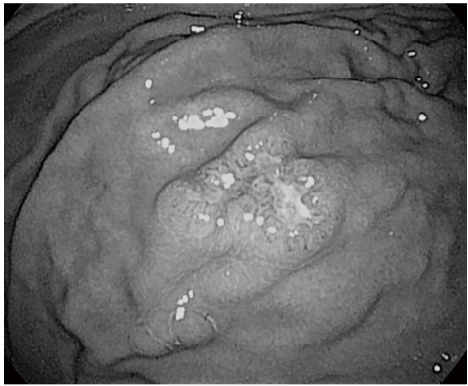
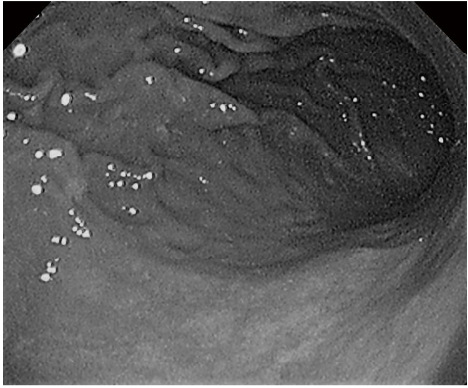
要性を感じていました。昨今、光熱費や原価の高騰などで、市場が厳しくなっています。お弁当業界は、ライバル企業と競うという形からライバル企業と共闘するという生き残り戦

の必要性を強く感じました。認証取得にあたり、取り組んだ内容

出しています。これまでの衛生管理は、担当者の経験値による「自己流」が含まれる部分などもありました。改めて共通ルールができることで、誰でも同じことができ

消費者へのアピール  
基本理念を「体に優しい弁当づくり」としています。管理栄養士による栄養バランスのチェックはもちろん、おいしくて、安全・安心できるお弁当をお届けします。弊社のお弁当を是非ご賞味ください。  
(インタビュー:和田 貴臣 記事:馬場 田)

# ピロリ菌は胃がんの原因 薬で退治して予防しよう



萎縮性胃炎を起こした胃(上)、胃がんになった胃(下)

胃がんの最大のリスク要因は、ピロリ菌に感染していることです。ピロリ菌は、胃の粘膜に生息しているらせん形をした細菌です。胃の中は強い酸性状態なので通常の菌は生息できませんが、ピロリ菌は「ウレアーゼ」という酵素を分泌してアンモニアをつくり、胃酸を中和して生息し続ける、環境に対応できる賢い細菌です。

ピロリ菌の感染経路は、完全には明らかになっていませんが、口から入ると感染すると考えられています。生活環境が改善された現在では、80%が家族内感染で、しかも5歳以下で起こり、特に母子間が主流であるとされています。また幼少期に

感染していなければ、大人になってからの感染はまれです。

ピロリ菌感染から時間が経ち、胃粘膜が炎症を起こして、さらには胃粘膜が薄くなり、「萎縮性胃炎」となることによって、胃がんリスクが高まります。

ピロリ菌感染の有無を調べる方法には、血液や尿で、抗体の有無を調べる方法や、検査用の薬を飲み、吐き出した息を調べる尿素呼吸試験などがあります。一度感染が成立すると、除菌しない限り、自然消滅することはまれです。



このシリーズでは、当協会ドクターほか、技術スタッフが、読者に知ってほしい身近な病気やその予防法等を紹介していきます。皆さまの日頃の健康づくりに役立てていただければ幸いです。

## 環境協と公衛協のひもをどく

昭和30年代の公衛協活動

昭和30年代、公衛協と県連の知名度は年々高まっています。その背景には、健康感謝募金運動とその財源を活かした具体的な取り組みがありました。

当時の特徴的な事業のひとつとして、「県内一斉ねずみ駆除運動」が挙げられます。この運動のねらいは、家ねずみの被害が深刻化していたことから、組織的・計画的に駆除する

ことで被害を未然に防ぐことでした。公衛協の推進委員は、地区ご

## 成果の見える化にねずみくじ 食生活の改善にキッチンカー巡回

とに殺鼠剤や殺鼠器具などを使って捕殺し、ねずみが棲みにくい環

境整備にも取り組みました。

さらに、運動を盛り上げようと「ねずみくじ券」を発行(多い年で30万枚)し、捕殺したねずみとくじ券を引き換えることにしました。くじには景品が付く物であることから、電機メーカーの協賛を得て、三種の神器ともはやされたテレビや冷蔵庫、洗濯機が提供されました。

ここで注目すべき点は、交換したくじ券の枚数で捕殺数が把握できたということです。この当時から成果の見える化が行われていたのです。その後、くじ券付きのねずみ駆除運動は、



ねずみくじ抽選会(上)、キッチンカーによる実演指導(下)

1965(昭和40)年まで7年間続けられました。また、1961(昭和36)年には、当時の社会問題であった食生活改善に目を向け、広島県の協力を得て健康感謝募金配分金で購入した栄養指導車「キッチンカー」を巡回

させ、実演指導を行いました。この年は、59市町村211地区を巡回し、走行距離も2800キロ以上に上りました。

そして県連は、このような取り組み成果が後押しとなり、設立当初からの願望であっ

た公益法人化に向けた手続きを加速させたのです。

理事会や代議員会ではさまざまな意見が出たものの、社会的意義が高まるなどを理由に法人申請の議決を得たのでした。

(経営企画課 山下祐治)

## ご存じですか? 6月病 セルフケアで早期対策

季節の変わり目は体調を崩しやすいと言われます。春は気候をはじめ、生活環境も変化が多い季節です。その変化に適応しようとして、気づかないうちにストレスや疲労をためてしまうこと

話題の健康づくり

アラカルト

49 季節と病

不調を予防する・長引かせないことが大事です。

日頃からできるセルフケアは、まず生活リズムを整えること。起床・就寝時間、食事の時間は、なるべく毎日同じ時間にしましょう。食事は肉や魚、卵などを毎日摂り、自律神経を整えるたんぱく質を補って、ミネラルが豊富な野菜やくだものもしっかりと。運動面においては、メンタルヘルス効果を期待する場合、通勤などでやむなく発生する活動より、自発的に楽しく体を動かすスポーツなどが有効とされています。

そして、疲れた時は無理せず休むのが一番の対策です。「眠れない」のは不調のサインであることが多く、睡眠状況は目安になります。心身の状態がいつもと違うと感じたら、一人で抱え込まず、医療機関へご相談ください。

(健康支援課 松本 玲子)

### 体温調節も大事なポイント

カーディガンや薄手のジャンパー、ストールがおすすめ  
気温に応じて脱ぎ着しましょう!



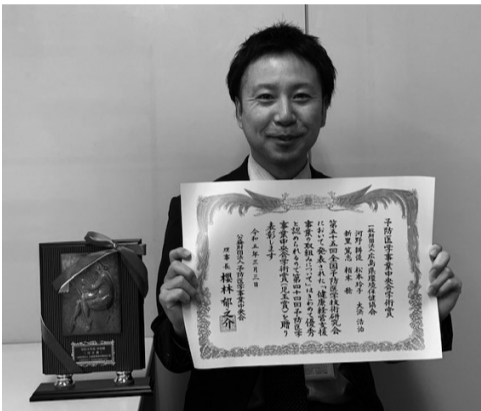
季節の変わり目は体調を崩しやすいと言われます。春は気候をはじめ、生活環境も変化が多い季節です。その変化に適応しようとして、気づかないうちにストレスや疲労をためてしまうこと

で、体の機能を整える自律神経が乱れ、不眠やめまい、食欲不振、抑うつ感など体や心に不調が生じることがあります。これは5月病と呼ばれ、ゴールデンウィーク明け頃に発症する急性の適応障害です。

しかし、近年増えているのが、より深刻な「6月病」です。ストレスや疲労を長期間ため込んでいることから、うつ病に進行する恐れがあります。これらは新入社員などに多いとされますが、子どもや主婦、高齢者も起こり得ます。特に高齢者は、体温調節の機能低下によって寒暖差への適応が難しいため、自律神経の働きが不安定になりやすいです。早いうちに対処し、

2022(令和4)年2月に福岡市で開催された第55回全国予防医学技術研究会で渉外課の河野耕造主事が発表した「健康経営支援事業への取り組みについて」が予防医学事業中央会学術賞(児玉賞)を受賞しました。当協会では、初めての受賞です。

この学術賞は、予防医学事業中央会支部の健診検査技術と精度管理の向上を目的として、



児玉賞を受賞した河野耕造主事

健康増進事業の実施、情報提供・健康づくり等、企業の健康を総合的に守ることを目的とした素晴らしい取り組みである。また、健診事業の新たな方向性を示すものとして各支部でも大いに参考にされる」として評価されました。

今後の当協会の健診事業活動においても、大変励みになります。受賞となりました(健康科学センター)

### 第44回(令和3年度)予防医学事業中央会学術賞(児玉賞)受賞

全国的に1977(昭和52)年に設立され、全国の支部職員が行った研究発表の中から特に優秀と認められたものを表彰するものです。(今回は51演題中2題が表彰されました。)

受賞理由は、「健康経営支援事業として、健康診断の推進、健診結果のまとめ、職場環境改善のため基礎データ収集、

朝の光を浴びるとセロトニンが生成され始め、夜にはセロトニンから眠気を誘うメラトニンが作られます。「幸せホルモン」と呼ばれるセロトニンが不足すると、うつ状態になります。うつ症状があるとほとんどの場合不眠をともなうのは、メラトニンがセロトニンを原料として作られるためです。



て常に最適な状態を保つ機能があり、これを恒常性維持(ホメオスタシス)と呼んでいます。最近話題のCBD(カンナビジオール)は不眠にも効果があり、眠りは深くなりますが、反対に昼間の過度な眠気は軽減するという、生体の恒常性に働きかける優れた作用があります。

### 不眠の原因を探そう 睡眠薬に頼らないために

加齢によりメラトニンの生成が減るため、眠りが浅くなっていきますが、生活習慣を少し変えることで、薬に頼らなくてもすむことがあります。セロトニンの原料は、必須アミノ酸のトリプトファンで、タンパク質を含む食品に含まれており、卵や大豆には特に豊富に含まれています。またマグネシウムはセロトニンやメラトニンの生成を助けるので、マグネシウムを摂取するだけで不眠が改善することもあります。



普段はよく眠れるのに、特別な行事を前に眠れないことはよくあります。こんなとき漢方では酸棗仁湯(サンソウニトウ)という頓服薬が処方されます。また柴胡加竜骨牡蠣湯(サイコカリユウコツボレイトウ)や加味逍遙散(カミショウヨウサン)などの精神症状に効果のある漢方薬で、不眠も治ることがあります。漢方の場合、別の症状に対して服用したら、不眠まで改善してしまうことが多いようです。

(健康科学センター 診療所長 武生 英一郎)

### 令和5年度 上半期の専門研修の開催のご案内

研修名	日時	会場
防災・減災コース	令和5年5月25日(木) 令和5年5月26日(金)	環保協東部支所 大会議室 広島県公衆衛生会館 講堂
フレイル予防コース	令和5年6月29日(木) 令和5年6月30日(金)	環保協東部支所 大会議室 広島県公衆衛生会館 講堂
学習教材の活用方法習得コース	令和5年7月3日(月) 令和5年7月4日(火)	広島県公衆衛生会館 講堂 環保協東部支所 大会議室
広報ツールづくりコース	令和5年8月3日(木) 令和5年8月4日(金)	広島県公衆衛生会館 講堂 環保協東部支所 大会議室

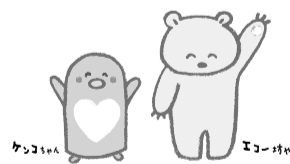
### ホームページをリニューアルしました

ページ階層を見直し、サウンドロゴを入れたり、サービスや目的からページを検索しやすいように工夫しています。ぜひご覧ください。



かんほきょう 検索

### 令和4年度 地区衛生組織活動資金募集 『環境・健康募金』



通称

### 『環境・健康募金』

環境・健康募金(旧 健康感謝募金)は、昭和35年から実施し、令和4年度で63回目を迎えました。集まった募金は、募金委員会によって適正に配分され、各市町公衛協の活動資金として、地域社会に役立てられています。

環境・健康募金 総額(円)

**46,676,620円**  
(令和4年度年間実績)



市町名	募金額(円)	対前年実績比(%)
府中町	1,305,800	98.4
海田町	2,119,403	94.2
熊野町	1,384,001	96.4
坂町	344,100	99.5
江田島市	1,681,310	99.2
竹原市	1,567,800	103.3
大崎上島町	294,900	97.5
大竹市	2,366,868	98.6
廿日市市	3,421,410	102.1
廿日市市大野	2,523,423	97.8
廿日市市佐伯	352,101	99.2
廿日市市吉和	51,900	115.1
廿日市市宮島	194,900	121.7
安芸太田町	668,100	97.7

市町名	募金額(円)	対前年実績比(%)
北広島町	1,020,050	98.3
安芸高田市	2,031,490	100.4
東広島市	4,289,608	97.1
三原市	1,645,992	109.1
世羅町	711,850	97.4
尾道市	4,307,200	100.4
福山市	8,572,210	101.2
府中市	1,030,392	98.9
神石高原町	302,100	105.2
三次市	2,163,802	92.4
庄原市	2,258,520	95.9
その他	67,390	96.8
合計	46,676,620	99.3

市町別一覧表

※この表は、各市町公衛協の令和4年度年間実績額を記載しています。ご協力ありがとうございました。

環保協に配分された募金は、以下のような事業に活用しています。

#### 【学習教材貸出事業】

環境づくりや健康づくりに関する各種グッズの貸出をしています。貸出グッズの一覧は、当協会ホームページからご覧いただけます。  
(http://www.kanhokyo.or.jp)

#### ◆貸出グッズのご紹介◆

NEW 海ごみ標本 BOX  
海ごみをレジンで固めており、四方から観察することができます。海ごみに関する学習会等でご利用ください。

