

環境と健康



専門研修 防災・減災コース開催 「ジブングト化」「まずは自助」をテーマに

5月25日・26日、専門研修「防災・減災コース」を開催し、9市町公衛協から16人が参加しました。
今回は、日本赤十字社広島支部と連携して研修を実施しました。テーマは、災害をジブングトにする、「自助」により自身や身近な人を守ることにしました。研修は、公衛協の5つの役割を振り返った後、日本赤十字社が提供している複数のプログラムを体験しました。

救命救急法とAEDの研修では、人形を使った心肺蘇生法とAEDの装着などの訓練を行いました。かなり実践的な内容で、通報から救急車が到着するまでの平均時間の約9分間、参加者が交代しながら心肺蘇生を継続し、AEDの装着をするなどの流れを体験。約2分間心肺蘇生をすると疲労がたまり、正しく心臓を押せなくなるので、多くの人が心肺蘇生をできるようになり、交代しながら命を守ることが大切であると学びました。

災害の追体験をする「スノグラフィー」では、被災者の経験談を読み物にまとめた資料を使い、重要だと思ったことや初めて知ったことなどを付箋紙に記し、班に分かれて意見交換をしました。防災セミナーでは、KAGというゲームを体験しました。自分や家族が怪我をせず避難するために、家の中の家具の設置場所を見直すことや落下転倒防止措置が重要であることが大変よくわかりました。「家具が倒れても扉が開けられるように、レイアウトを見直す」、「寝室に靴を置いておく」などは、すぐにもできる効果的な取り組みです。これらの研修内容を通して、地域の防災力を高める「共助」につなげるためには、自身や家族が怪我をしないように備える「自助」が大切。まずは、各家庭で取り組むことの必要性を学びました。



心肺蘇生法についてレクチャーを受け、人形で実践(上)、スノグラフィーを体験し、感想を述べあう参加者(下)

「赤十字サポーター」に認定 認定証の贈呈式を開催

当協会は、日本赤十字社の使命「わたしたちは、苦しんでいる人を救いたいという思いを結集し、いかなる状況下でも、人間のいのちと健康、尊厳を守ります。」に賛同し、社会貢献のための赤十字の活動を支える団体として、令和5年4月1日に赤十字サポーターに認定されました。それに伴い、日本赤十字社広島県支部の坂井事務局長から当協会佐藤理事長に赤十字サポーター認定証が贈呈され、これからも献血事業をはじめとした幅広い分野で協力して事業に取り組むことを確認しました。当協会の第2次経営ビジョンにおいて、地域活動支援センターでは「元気で活発な地域コミュニティが県内の各所にできるよう、時代に沿った、コミュニティの環境保健に係る組織的実践活動の支援を行う。」ことを事業方針としています。その実現に向けて「プラ



日本赤十字社坂井様(右)より当協会理事長(左)に認定証が贈呈された
プラットフォームかんほきょう(以下「PFK」)というネットワークを構築し、「個と個・個と組織・組織と組織」を繋ぐほか、「コミュニケーションが可能な仕組み」を兼ね備えたプラットフォームになるよう、ネットワークを構築します。日本赤十字社広島県支部との事業協力は、PFKでも強力なパートナーとなります。共に「いのちを守る」ことを理念として掲げる組織が連携することで、地域からの多様なニーズにこたえ、理念の達成を目指してまいります。(地域活動支援センター)

さんせんか 琴線歌

兵庫姫路市で生まれ育った私は、子どもの頃は春には流加式塩田の間を抜けて潮干狩り、夏は須磨や淡路島で水遊びをしたりして、頻りに瀬戸内海と接していました。しかし、小学校高学年の頃から水質汚染、赤潮が頻発したこともあり、瀬戸内海からしばらく遠ざかっていました。そんな私は2014年に兵庫県水大気課長を拝命し、再び瀬戸内海と関わりを持つことになりました。▼高度経済成長期には「瀬戸内海」とまで呼ばれた瀬戸内海は、瀬戸内海環境保全特別措置法(瀬戸法)などの水質規制が進められ、水質は大きく改善しましたが、漁獲量の減少、藻場干潟の大幅な減少、海ごみの問題など新たな課題が出てきました。このため、2015年に瀬戸法が改正され、良好な水質の保全と生物の多様な生

瀬戸内海と私

産性が確保された「豊かな海」を目指すことになりました。そして、瀬戸内海から遠ざかっていた私はこの法改正に携わったことにより、瀬戸内海の現状や課題を深く学ぶことができました。▼その後、瀬戸内海環境保全協会の仕事に就いてからは、瀬戸内海の各地を訪ねる機会を得て、デイスカパー瀬戸内海を楽しんでいます。特に、眼下に開門海峡、少し遠くに厳流島、その奥に響灘(ここまでが瀬戸内海の範囲)が見える火の山公園(山口県下関市)からの絶景や、厳島神社の鳥居を真下から見た時の驚き、感動から、瀬戸内海の「風景」にすっかり魅了されてしまいました。▼皆さんもデイスカパー瀬戸内海を始められてはいかがでしょうか。きつと素晴らしい体験ができます。

(公益社団法人瀬戸内海環境保全協会 常務理事 春名 克彦)



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

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。



展示や講座で啓発に活用 さまざまな標本をトランクに格納



近年、環境問題の一つとして注目されるようになった海ごみ問題。中でも、プラスチックごみは、海ごみの約9割を占めるとも言われており、その丈夫さから自然に分解されるには長い時間を要するため、大きな問題となっています。今回は、海ごみについて知り、考えてもらうことを目的

このシリーズでは、当協会が貸し出しを行っている教材とその活用事例を紹介いたします。イベントでの出展や学習会など、みなさまの活動に活用していただくと幸いです。



海ごみをレジンで固め、トランクに収納

として作成した「海ごみ標本BOX」をご紹介します。

「海ごみ標本BOX」は、生活ごみや釣りごみなどの比較的大きなごみ、発泡スチロール片や肥料殻などのマイクロプラスチックをはじめとしたさまざまな海ごみをレジンで固めることによって、衛生面を気にすることなく海ごみを観察できるようにしています。また、トランクに収納されているため、運搬も簡単です。トランクに入れたままでも、取り出しでも展示することができます。

活用事例の紹介

6月4日に、ベイサイドビーチ坂をメイン



ブース展示の様子



会場として、ひろしま「山の日」県民の集いが開催されました。この集いにブースを出展された坂町公衆衛生推進協議会に「海ごみ標本BOX」をご活用いただきました。

このブースでは、「海ごみ削減啓発パネル」も併せて展示し、来場者には海ごみ問題を学習するテキスト(製作:海洋ごみ問題ジブングト化プロジェクトin広島)の配布を行いました。

来場された方々は展示物を手に取り、興味深く見ていました。小学生の女の子からは「こんなにごみが捨てられているなんて許せない。帰ったらテキストをいっぱい読んで勉強します!」との感想もあり、海ごみ削減に関する意識啓発ができたようです。

「海ごみ標本BOX」は海ごみ問題について視覚的に知り、学ぶことができます。地域の方々の海ごみ削減啓発などの際にぜひ活用ください。

(地域活動支援センター)



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。

業務の内容は?

初めは、より良い力キを、おいしい力キをお届けするという理念のもと、力キの養殖業者として起業しました。現在はそのほかに、力キを使った冷凍食品や惣菜の生産、力キ美醬の生産などを行っています。また、加圧式の自動脱殻装置



認証取得で窓口拡大

今後は新たな認証制度にチャレンジ

■業務の内容は? 初めは、より良い力キを、おいしい力キをお届けするという理念のもと、力キの養殖業者として起業しました。現在はそのほかに、力キを使った冷凍食品や惣菜の生産、力キ美醬の生産などを行っています。また、加圧式の自動脱殻装置

(POSP)を設営することで、省力化するとともに、力キ殻の混入を減らすなど、より安全・安心な商品の生産を心がけています。

産する石持工場を立ち上げました。他の業務で認証を得ているのですが、惣菜工場に対するの外部認証はなかったため、惣菜工場においても食品自主衛生管

理の認証を取ろうと思いましたが、食品自主衛生管理の認証を受けており、冷凍食品の生産ではHACCPを取得しています。このような状況で、新たに惣菜を生

37 倉橋島海産株式会社

登録日:2023年3月27日
所在地:呉市倉橋町1582-2(石持工場)
創業:1962年(昭和37年)
話し手:品質管理部 商品開発部長 奥田 博 様(右)
品質管理部 小島 綾夏 様(左)

つたきつけは? 本社では、広島県の食品自主衛生管理の認証を受けており、冷凍食品の生産ではHACCPを取得しています。このような状況で、新たに惣菜を生

理の認証を取ろうと思いましたが、食品自主衛生管理の認証を受けており、冷凍食品の生産ではHACCPを取得しています。このような状況で、新たに惣菜を生

製品をお届けするためにも、JFS・B規格など、よりレベルの高いHACCPの取得にチャレンジしていきたいです。

消費者へのアピール

もともとは養殖業者から始まったということもあり、力キの品質にはこだわっています。こだわって生産した力キからいろいろな製品をつくり、みなさまにお届けしています。確立された衛生管理のもとで安全・安心をお届けすることを誇りとして、よりよい製品を提供し続けたいと考えています。

インタビュー: 中川 圭太 記事: 吉井

公衛協を正会員に社団法人化

ABCDコース研修で組織と人づくり

県衛連は、当初から法人化したいという願望を抱いていました。しかし、民法での条件が整備できず、やむなく任意団体として出発したのです。法人化については、内部からさまざまな意見が出されたものの、社会の信頼が得られることや税制面での優遇措置が受けられることなどを説明し、理解してもらいました。そして、1961(昭和36)年10月3日、それまでの実績が認められて念願の社団法人の設立が認可されました。

法人化した県衛連がまず取り組んだのは、「組織づくり」と「人づくり」でした。組織づくりでは、市町村公衆衛生推進委員や地区衛生組織活動を進めている団体(市町村公衛協)を正会員としたことで、県に頼

環境協と公衛協のひもをとく

⑧県衛連の法人化

らず自立した活動ができる基盤をつくることができました。

人づくりでは、リーダーの役割が不可欠であることから、リーダー養成を目的とした研修をABCDの4コースに分け、体系的にそして段階的に進めることにしました。Aコースは「基礎研修」と呼び、公衆衛生推進委員手帳を用いて、推進委員の性格や任務、仕事の進め方などの理解を促しました。

Bコースは「体験交流研修」と呼び、リーダーが他地域の活動事例を体験することで、活動を活性化させるねらいがありました。Cコースは「管理運営研修」と呼び、幹部や事務局を対象に事業計画や収支予算など、組織運営のための基本事項を学ぶ研修としました。Dコースは、サマースクーリングの呼称で行っていた宿泊を伴う事例研究研修会を「環境保健夏季大学」として位置付けました。

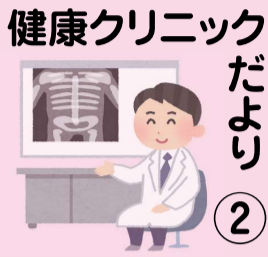
これらの研修会は、内容を見直しながら今なお継続され、公衛協の人づくりや組織づくりに活かされています。(経営企画課 山下 祐治)



委員の任務等を学ぶ基礎研修

健康診断でより多くの情報を 腹部エコー検査と腹部CT検査の併用

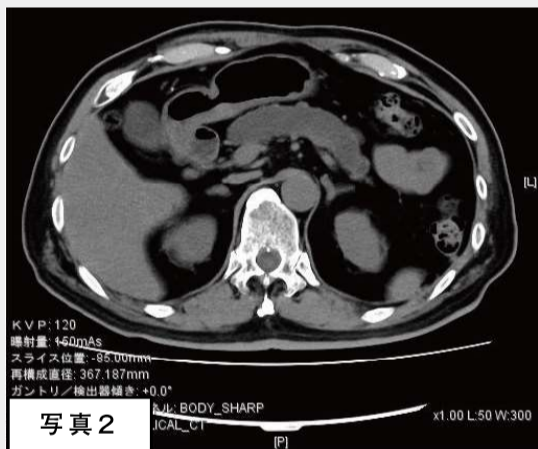
健康診断での腹部検査は通常、肝臓、胆のう、膵臓、腎臓、脾臓(ひそこ)、腹部大動脈の検査を目的として、腹部エコー検査で実施します。



腹部エコー検査は、超音波を利用し腹部内臓器の画像をリアルタイムで観察する検査です。(写真1)また、カラードプラ法によって血液の流れを確認することが出来ます。しかし、

か、ふくよかな体型の方、消化管ガスの多い方など、条件によっては超音波が通りにくく、臓器が見えにくい場合もあります。そういった場合に腹部CT検査の併用をおすすめします。

腹部エコー検査は、検査対象部位にX線を当てて撮影し、体の断面図を見ることが出来る検査です。(写真2)脂肪やガスで見えにくい深部臓器の観察も可能で、腹部エコー検査の弱点を補うことが出来ます。



腹部エコー画像(上)、腹部CT画像(下)

術で、さらなる高画質での検査が可能となりました。撮影時間の大幅な短縮や低線量化を実現しています。

当クリニックでも、腹部エコー画像では脾臓に主脾管拡張や石灰化が確認されず、CT画像で主脾管拡張と石灰化が確認されたという事例がありました。CT検査を併用することで、この受診者には主脾管型IPMN(脾臓にできる腫瘍で頻度の高いもの)と慢性脾炎の疑いがあることが分かりました。

このように、腹部エコー検査と腹部CT検査を併用することで、お互いの検査の弱点を補うことが出来ます。より多くの情報を得るために、腹部エコー検査と腹部CT検査の併用の受診をおすすめします。

(診療放射線科 木原宏美)

引張強度試験の紹介 建築物の见えない部分を支えている力

私たちの住んでいる広島市内では、現在、新設のサッカースタジアムの建設や広島駅ビル南側の再開発工事が行われています。これら大規模な建築物は、必ずと言っていいほど「鉄筋コンクリート」が用いられます。



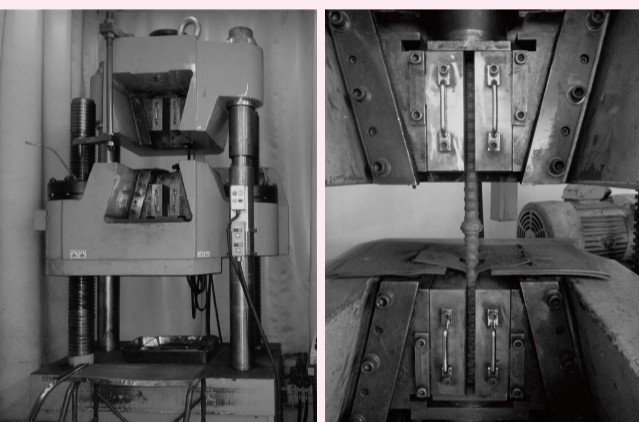
素材としてのコンクリートの特徴として、圧縮される力に非常に強い(つぶれにくい)のですが、引っ張られる力には弱い性質があります(結果として折れやすくなる)。その引っ張られる方向の強度を補完するために、引っ張られる力に強い鉄筋を内部に入れて組み合わせることで、とても丈夫で大きな建築物ができています。

工事が行われる際に、鉄筋は、あ

る一定の長さの状態建設現場に持ち込まれたものを、溶接や圧接といった工法でつなぎ、建物の建築に必要な長さを確保する必要があります。そのつなく作業に不備

があると本来の強度が得られず、建築物の安全性が確保できませんが、目視だけではつなげられた鉄筋が十分な強度を有しているか分かりません。

材料試験室では、つなぎ目を含む鉄筋の「引張強度試験」を行い、強度確認を行っています。試験には、大型の万能試験機を用い、鉄筋の上下を掴むようにセットした後、鉄筋がちぎれるまで引っ張り、その時にかかった力の最大値を測定することなどで強度の確認を行っています。試験を行う



引張試験機(左)、試験機に鋼材をセットした様子(右)

鉄筋の太さは、工事案件ごとに異なりますが、当協会では太さが約50mmの鋼材まで対応可能です。

このように材料試験室では、正確で信頼性の高い試験・検査を実施し、建築物などの安全性確保に貢献しています。

(材料試験室 高場俊至)

話題の健康づくり アラカルト

⑤0 熱中症対策

熱中症が心配される季節です。成人では通常1日2・5リットル程度の水分が体内から排出されています。夏場は汗で体内の水分がさらに失われるため、1・8〜2・

0リットルを目安に意識して水分をとる必要があります。一度にたくさん飲むと胃腸の働きが悪くなるので、150〜200ミリリットル程度ずつ、こまめに摂取しましょう。

ナトリウム200〜400ミリグラム、糖質25〜30ミリグラムが含まれているもので水分補給をすることを推奨しています。

あまり汗をかかない状況では水などでの水分補給で問題ありませんが、炎天下での仕事や運動をする場合は、真水の多飲は危険なのでスポーツドリンクなどを活用しましょう。

スポーツドリンクには水分の吸収の早いハイポトニック飲料と水分がゆっくり吸収されるアイソトニック飲料があります。

夏の水分補給方法

糖分に気を付けて1日2リットルを目安に



夏の手づくりドリンク

- ・水 500ml
- ・塩 小さじ1/5杯(1g) (ミネラルが入っている天然塩がおすすめ)
- ・レモン果汁 大さじ1杯
- ・はちみつ(砂糖) 大さじ1杯

上記全てを混ぜ合わせ、冷やしたら完成!
*冷蔵庫で保存して1〜2日で飲み切りましょう。



ペットボトル1本(500ミリリットル)あたり

スポーツドリンクには水分の吸収の早いハイポトニック飲料と水分がゆっくり吸収されるアイソトニック飲料があります。

過度に飲みすぎると「ペットボトル症候群」と呼ばれる急性の糖尿病を引き起こす可能性もあるため、日常生活で常用する場合は1・5〜2倍に薄めて飲むことをおすすめします。

熱中症警戒アラートが多発しそうなこの夏、状況に応じた上手な水分補給で健康的に乗りきりましょう。

(健康支援課 岡本千恵)

WEB「うちエコ診断」実施中 各家庭の実情に合わせた省エネアドバイス



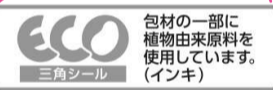
家庭部門の温室効果ガス排出削減を進めるため、環境省では、各家庭の実情に合わせて実行性の高い省CO₂・省エネの提案・アドバイスを行う「うちエコ診断」を推進しています。

住まいやライフスタイルから、光熱費を減らせるのはどこか。どこから・どのくらい二酸化炭素が排出されているのか。などを知ることができます。

WEBうちエコ診断は、申し込みや予約が不要です。パソコン、スマートフォン、タブレット端末から右上記QRコードを読み取ってお試ください。利用料は無料で、簡単な結果は5分程度で分かります。

より豊かな生活を作るために、どんな工夫ができるのか、探ってみましょう。
(脱温暖化センターひろしま)

皆さまが、お買い物の際や、サービスを選択する際に、環境にやさしい選択ができるような、情報を提供します。今回は、オタフクソース株式会社と環境に配慮した取り組みを紹介いたします。オタフクソースは、お好み焼きこだわりの商品パッケージの一部の包装資



料の一部に植物由来原料を使用しています。(インキ) また、パッケージには、オ

包装見直しで環境負荷低減
「お好み焼き」で食品ロス削減も
①「オタフクソース株式会社」

また、冷蔵庫の中にある食材でできる「お好み焼き」は、食品ロス削減に繋がります。「お好み焼き」の食材は、キャベツだけでなく、レタスや小松菜、白菜などの野菜を使ってもおいしくいただけます。お試ください。
(脱温暖化センターひろしま)

この1年以上、さまざまな薬が入手困難な状態ですが、漢方薬も例外ではありません。1972年の日中国交正常化により安価な生薬が輸入され、日本の薬用植物栽培は、大きな打撃を受け衰退しました。今では生薬の約8割が中国からの輸入で、中国国内の需要増も漢方薬不足の一因のようです。



するお米のほとんどがコシヒカリ系になりました。米アレルギーの原因はいくつかありますが、コシヒカリ系はアレルギーを起こしやすいことが分かってきました。

コシヒカリ系がだめでも、在来種であれば食べられることも多いのですが、在来種は化学肥料や農薬に弱く手間がかかり、今では大変希少なお米となっています。現在、世界的に化学肥料や農薬が高騰しており、そのほとんどを海外に頼る日本の農業は存続の危機に陥っています。その中でも自然栽培で在来種のお米を育てる農家は、輸入肥料や農薬を使用しないため影響は少ないようです。

歴史から学ぶ農作物生産 自給自足の仕組みづくりを

このようなことは明治時代にもありました。明治以降、薬も急速に西洋化され、漢方薬の入手が難しくなっていた頃に第一次世界大戦が起こりました。ドイツが敵性国になったため西洋薬の輸入が途絶え、薬市場は大混乱になったようです。



またお米にも問題が起こっています。かつて日本には「東の亀の尾、西の旭」と言われたほどのおいしい在来種のお米がありました。おいしさや育てやすさを求め品種改良を続けた結果、市場で流通

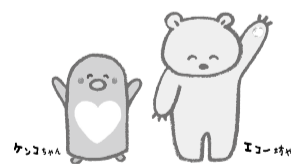
このこときっかけに、農産物を国内で自給自足する仕組みづくりが進んでほしいと思います。
(健康科学センター 診療所長 武生 英一郎)

令和5年度 上半期の研修の開催のご案内

研修名	日時	会場
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 環境協東部支所 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 環境協東部支所 大会議室
合同研修 環境保健夏季大学	令和5年7月20日(木) 令和5年7月21日(金)	ツネイシしまみビレッジ

○備考○
駐車場有・JR 福山駅からの送迎あり
日帰り研修(宿泊も対応可能)

令和5年度 地区衛生組織活動資金募集



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5年度で64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)

7,641,562円
(令和5年度5月末実績)



市町名	募金額(円)	対前年実績比(%)
府中町		
海田町	990,000	46.7
熊野町		
坂町		
江田島市		
竹原市		
大崎上島町		
大竹市		
廿日市市	2,316,600	67.7
廿日市市大野		
廿日市市佐伯		
廿日市市吉和		
廿日市市宮島		
安芸太田町		

市町名	募金額(円)	対前年実績比(%)
北広島町		
安芸高田市		
東広島市		
三原市	646,620	39.3
世羅町		
尾道市	1,202,000	27.9
福山市	2,427,870	28.3
府中市		
神石高原町		
三次市		
庄原市		
その他	58,472	86.8
合計	7,641,562	16.4

市町別一覧表

※この表は、各市町公衛協の令和5年度5月末日現在の実績額を記載しています。

環境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。

【STOP! フレイル事業】

元気で活気あふれる地域づくりを目指して、講師派遣やグッズの提供を行います。各種事業の申請書は環境協のホームページからご覧いただけます。
(http://www.kanhokyo.or.jp)

●保冷湿ショルダーバック
ウォーキング事業を実施される場合に、申請に応じて1回のみ提供。
(サイズ 320×120×260mm)

