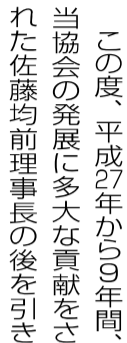


環境と健康



兼 森 裕

新理事長あいさつ

この度、平成27年から9年間、当協会の発展に多大な貢献をされた佐藤均前理事長の後を引き継いで、一般財団法人広島県環境保健協会の第3代理事長に就任いたしました。

歴史と伝統ある当協会のかじ取り役にご選任いただき、身に余る光栄であるとともに、責任の重大さに身の引き締まる思いです。公衛協をはじめとして、当協会の運営にご尽力をいただきました皆さまに、感謝申し上げます。

現在、地域社会は、人口減少と超高齢化社会の到来、過疎化の進行、災害の多発など、数々の問題を抱えており、当協会の役割はますます大きくなってまいります。今後とも「みんなの生命(いのち)をまもりつづけたい。」の基本理念のもと、公衛協の皆さまとともに、健康づくりと住みよい環境づくりに取り組み、地域社会の発展に全力で取り組んでまいります。

今後とも、ご指導・ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

沼田川源流に『かんほきょうの森』 東広島市森林(もり)づくりパートナー協定を締結



東広島市森林づくりパートナー協定締結式。左から宮本東広島市竹仁財産区管理会長、高垣東広島市長、佐藤前理事長、川口賀茂地方森林組合代表理事組合長

当協会は、第2次経営ビジョンで掲げた新領域事業を体現化するため、東広島市福富町上竹仁の森林において「かんほきょうの森」づくりに取り組みます。

5月22日、対象となる森林を借り受け円滑な事業運営を図るため、東広島市本庁舎において「東広島市森林(もり)づくりパートナー協定」を締結しました。

この度の協定は、企業と森林所有者、森林組合が連携して森林整備を推進する東広島市の制度を活用したもので、東広島市の高垣廣徳市長、竹仁財産区管理会長の宮本隆会長、賀茂地方森林組合の川口洋海代表理事組合長、当協会の佐藤均理事長の四者が参加して締結しました。協定期間は、2034(令和16)年3月までの10年間です。

新たな価値の創出へ

当協会が森づくりに取り組む目的は、長年水質検査やまちづくりなどに携わってきたことから、水源涵養を基軸とした多面的機能の向上を図り、地域社会の発展に貢献することです。このような目的を果たす場所として、沼田川の源流にあたり、多様な植生があるこの地域を選定しました。今後は、各センター

のノウハウを最大限活用し、生態系の維持や森林の新たな価値を生み出すことに挑戦します。

み出すことに挑戦します。「かんほきょうの森」は、環境学習プログラム



『かんほきょうの森』は東広島市福富町に位置する

ムや森林セラピーの拠点、地域観光資源との連携イベントなど、さまざまな可能性を秘めています。まずは、過去と現在の状況を把握した上で、将来を予測し、どのようなことに取り組みかを描くことから始めます。併せて、現状では簡単に人が立ち入れないことから、遊歩道などの環境整備にも取り進む予定です。当協会の新たな取り組みにご期待ください。

(経営企画課 山下 祐治)

みんなの琴線歌

私たちの生活から出るプラスチックごみのうち、海岸で確認されるものはペットボトルが最も多く、年々減少傾向にあるものの、年平均で約2.1トが県内海岸に漂着した状態にあります。海岸のペットボトルは、どこから流れてくるのかかわかりませんが、私たちが消費したものが何らかの原因で海洋に流出したことは間違いなく、しよつペットボトルは、軽量・丈夫で持ち運びが楽、繰り返しキャップができるなど、安全・便利な容器で、1996年に小型サイズが解禁され、一挙に広がりました。2022年度の容器販売量は58万ト、販売本数は254億本で、一人あたり年間200本以上を消費している計算になります。一方で、リサイクルも進められ、2022年度のリサイクル率は87%で、再びペットボトルに戻す比

海岸のペットボトルはどこからくるのか

た回収ボックスやごみ箱を利用して、家庭ごみとして適切に処理することが大切です。また、マイボトルの使用に加え、今後は、容器の材料を、紙やアルミ、バイオ素材などに置き換えていくことも必要です。身近なペットボトルのリサイクルを通して、海洋プラスチックごみ問題を考える契機としていただきたいと思います。

(広島県環境県民局 環境担当部長 岡田 誠司)



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。





あつたらいいの5品は、すべて100円ショップで揃います(上)、ラップはホワイトボード代わりに使えます(下)

防災袋に“あつたらいい”の5品

簡単に揃うもので避難所生活の質を向上

【ペン】
限られた水や物資下での生活を余儀なくされる避難所で、とても役に立ちます。お皿に敷けば使用後の洗浄は不要ですし、紙皿も再利用できます。臭いが気になるものを包んで捨てたり、手袋代わり

【タオル】
皆さんのご家庭でも防災バッグの準備などをされていると思いますが、何を入れていますか？今回は、避難時や避難所生活にあつたらいいの防災袋の中身をお伝えしたいと思います。



【ヘッドライト】
避難中や避難所では明かりにも不自由ですが、ヘッドライトは手を開けることができ、ため、何かを支えに歩いたり、手元で作業をする際に懐中電灯以上に力を発揮します。

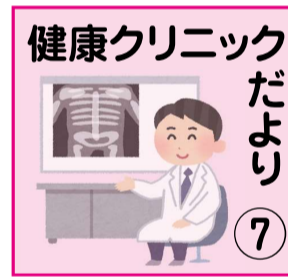
【ゴム手袋】
避難中に転んで手を擦りむく、モノを運ぶ際に指を痛める、段ボールで指を切ったなど、手のひらや指先は一番使う場所だけに怪我のリスクも高く、少しの傷が生活に支障をきたします。防災袋に軍手が入っていることもありますが、サイズ感や滑りやすさ、乾きやすさを考えると少し心もとないので、ゴム手袋に入れ替えることをお勧めします。

に、止血に、防水に、メモ用紙にと、頼りになる万能グッズです。

看護師による問診をはじめました

みんなを支える懸け橋に

当クリニックの人間ドック・健診受診者の7割以上はリピーターです。皆さまの経年データやWeb問診の内容を活用して、看護師による問診(以下、看護問診)を2023年9月から始めました。



支障なしはわずか2割でした。睡眠時無呼吸症候群を調べる検査(PSG)はBMI25以上かつWeb問診で「いびき」の症状がある方にお勧めしました。検査された

看護問診では、健康問題の不安や疑問などをお聞きし、電子カルテに記載することで、医師の診察に役立つよう連携をとっています。検査推奨基準を基にどのオプションを選ばいいかわれている方や、再検査の必要性について情報提供をさせていただくことで、疾患の早期発見と健康寿命の延伸への支援を目指しています。

4割近くの方が重症と判断され、当クリニックで治療開始された方もおられます。

このように、一人ひとりのデータを基に看護問診を行い、より必要な方に必要な検査を受けていただくことで、病気の早期発見、治療につながりました。

短い期間で、全ての方に十分なアプローチはできていないと感じますが、せめて人間ドック・健診を受診される時間だけでも、ご自身の健康に向き合っただけだと願っています。生涯にわたって信頼される健康づくりのパートナーとして、受診者に寄り添った看護問診を継続していきたいと思っております。(看護課 水本 理恵子)

前年度と比較し、大腸内視鏡検査件数に増減はないのですが、検査を受けられた方のポリープ切除率は4倍以上に増えました。また40歳以上の喫煙者にお勧めした肺CT検査では、所見のある人が8割、異常なし

推奨検査・治療	経年データ	Web問診
大腸内視鏡検査	便潜血陽性(過去5年間) 当協会でポリープ切除された方	下血あり
肺CT		40歳以上の喫煙者
PSG	BMI25以上	いびき(+)
ピロリ抗体	未検査	
除菌治療	ピロリ抗体陽性	

【看護問診での検査推奨基準】



腎結石が見つかったら 食事を見直す機会に

健診時の超音波検査で、腎結石が偶然見つかることがあります。結石が尿管に移ると激しく痛むことがあるため、その前に治したいものです。

尿路結石の患者数はこの50年で約3倍に急増していますが、原因究明はあまり進んでいません。効果的な治療薬もほとんどないため、昔からの民間薬のウラジロガシヤ、漢方薬では猪苓湯(ちよれいとう)や芍薬甘草湯(しゃくやくかんぞうとう)、大建中湯(だいけんちゅうとう)がよく処方されています。

結石の約90%は、シュウ酸やリン酸が、カルシウム(Ca)と結合したものです。原因といわれるシュウ酸が特に多いのは、ほうれん草です。昔のほうれん草は、シュウ酸の少ない東洋種でしたが、現在ではシュウ酸の多い西洋種との交配種になっています。

シュウ酸を含む食品は多いため控えるのは難しいですが、調理法や食べ方で除



去できます。シュウ酸は、Caやマグネシウム(Mg)と結合すると腸から吸収されないため、にがり(塩化Mg)を加えてゆでる方法があります。また、食事に含まれるCaやMgでも防

げますが、広島県の水はかなり硬度(CaとMgの量)の低い軟水であることは知っておきたいです。

結石予防の効果があるのはクエン酸とMgですが、海外ではクエン酸Mgのサプリメントが販売されています。食品から

摂る場合は、クエン酸は梅干しや梅肉エキス・梅酢・レモン、Mgは海塩や海藻・ナッツ・にがりに含まれています。

最近の研究で、シュウ酸Ca結石患者は腸内でのシュウ酸分解菌の保有率が、低い傾向にあることが分かりました。尿路結石は再発しやすいですが、食事療法で再発率は大きく下がるので、食習慣の見直しが重要とされています。

(健康科学センター 診療所長 武生 英一郎)

【油性マジック】
ありそうでないのが油性マジック。避難所でメモを取りたいのに書くものがない、ボールペンでは細すぎて目立たない、そんな場面が多くあります。1本のマジックで避難所生活の質が改善します。(特定非営利活動法人 心しまNPOセンター 増田 勇希)

【クリップ】
多くの人が集まる避難所では、靴や傘、いろいろなものがしばしば紛失します。自分でおくだけで、そんなイヤライラも防げます。



環境に配慮した商品の開発 バガスモールド容器の紹介

⑦株式会社シンギ

4月12日に、廿日市市女性連合会大野支部が主催する環境講演会で、株式会社シンギ 広報室 河村伸枝さんに、食品容器を取り巻く環境や、環境に配慮した商品の紹介、資源循環への取り組みについてお話いただきました。

従来廃棄されていたサトウキビの絞りカス(バガス)を有効活用した容器「バガスモールド」は、耐水・耐油性にも優れ、電子レンジで温めもできるため、テイクアウト容器として人気です。

特に、広島のスoulフードである「お好み焼き」のテイクアウト容器の多くはプラスチック製であり、容器内に付く水滴で味に影響が出ていましたが、容器を「バガスモールド容器」にすることで、熱々のお好み焼きを容器に入れても水滴ができません。美味しいお好み焼きがテイクアウトできます。

飲料紙コップもいろいろな方法でリサイク



バガスモールド容器



熱心に聴講する参加者

ルされています。

使用した紙コップを回収し、リサイクルして、トイレトーパーに生まれ変わらせたり、紙コップを洗って回収し、再び飲料紙コップに再生させる水平リサイクルをされています。

また、スポーツ観戦スタジアム内で使用した紙コップを、同じくスタジアム内で出た食品残渣と合わせて、堆肥に生まれ変わらせる「紙コップ資源循環」にも取り組まれています。

環境問題を自分事にするためには知ることが大切で、知ることにより行動が変わります。

是非、日頃から環境に配慮した商品を見つけて選んでください。

リサイクルできるものは、洗って排出することにご協力をお願いします。

(脱温暖化センターひろしま)



生態系のピラミッドを紙コップで表現

「目的の共有」では、学校と相談し、参加者に合わせた目的を設定することが重要です。「準備」では、参加者の持参物や服装、緊急対

5月24日(金)、府中市こどもの国POMPOMと菅田川を会場に、専門研修「水辺教室の開き方コース」を開催し、5公衛

協から17人が参加しました。座学では、目的の共有↓計画を立てる↓準備する↓事業を実施する↓ふりかえるの5つのステップを確認しました。「目的の共有」では、学校と相談し、参加者に合わせた目的を設定することが重要です。「準備」では、参加者の持参物や服装、緊急対

応、下見や草刈りなど、主に安全対策について学びました。実習では、川に入り、生き物を採集しながら網の使い方などを学びました。

参加者からは、「リスク管理を見直す」「学校とねらいの再確認を行う」「体験したプログラムをまねてみたい」などの意見をいただき、充実した研修となりました。

専門研修「水辺教室の開き方コース」開催 水質判定だけじゃないプログラムを学ぶ

午後は、指標生物による水質階級の判定以外の水辺教室の開催例を体験してもらいました。「よく観察する」をテーマに、話し合いながら採集した生き物をグループ分けしたり、「食物連鎖」をテ

ーマに食べる食べられるの関係を想像するなどのプログラムを体験しました。その後、参加公衛協の水辺教室にどう活かせるかを考え、意見交換を行いました。

追悼 中越評議員を偲んで

当協会の中越信和評議員が、令和6年4月19日に72年の生涯を閉じられました。中越評議員は、広島大学で教鞭をとられ、植物生態学、景観生態学、環境計画学を専門とし、都市緑地・文化的景観・自然保護区の景観研究の第一人者として、環境保全を牽引してこられました。平成9年4月から当協会の評議員に就任され、27年間の長きにわたり、当協会の業務執行に貴重なご助言を賜り、また当協会の環境分野に多くの技術的な指導をいただきました。今後の中越評議員からいただいた環境に対する理念を受け継ぎ、住みよい環境づくりに取り組んでまいります。ご生前の数々のご功績を偲ぶとともに、当協会に深く関わっていたいただいたことに感謝し、心からご冥福をお祈りいたします。

(事務局)

第62回環境保健夏季大学

開催日時:令和6年7月18日(木)、7月19日(金) 10:20~15:00

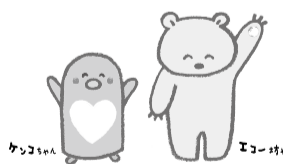
※日帰りで2日間別のプログラムとなっています。

開催場所:RCC文化センター

(〒730-0015 広島県広島市中区橋本町5-11 TEL:082-222-2277)

プログラム:1日目(7/18)…健康、2日目(7/19)…環境、防災

令和6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6年度で65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)

5,455,887円

(令和6年5月末実績)

市町名	募金額(円)	対前年実績比(%)
府中町	600,000	41.6
海田町		
熊野町	1,322,160	96.5
坂町		
江田島市		
竹原市		
大崎上島町		
大竹市		
廿日市市	2,300,040	70.1
廿日市市大野		
廿日市市佐伯	99,900	33.8
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	493,700	35.4
世羅町		
尾道市	579,600	13.7
福山市		
府中市		
神石高原町		
三次市		
庄原市		
その他	60,487	103.4
合計	5,455,887	11.9

市町別一覧表

※この表は、各市町公衛協の令和6年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。

【食品ロス削減事業】 食品ロス削減啓発パネル(3枚組)

脱温暖化・快適な環境づくりの一環として、「食品ロス削減(2000年度と比べて、2030年度に半減)」を目的に、食品ロス削減に取り組む公衛協を支援します。

