

環境と健康



「ヒアリングチェックシート」を見ながら、自身や家族の「聞こえ」をセルフチェックする参加者。

第62回環境保健夏季大学開催

フレイル予防と防災を学ぶ 日帰りプログラムで200人参加

令和6年7月18日、19日に、RCC文化センター(広島市)を会場に、「第62回環境保健夏季大学(合同研修)」を開催しました。日帰り参加できる2日間のプログラムで、1日目は「フレイル予防」を、2日目は「防災・減災」をテーマに、県の政策の紹介や専門家による情報提供、体験型の分科会などのプログラムを企画し、延べ200人が参加しました。

1日目: 聞こえと社会参加を考える
はじめに、広島県健康福祉局健康づくり推進課の山下十喜課長から、「広島県の「健康」政策について」と題してお話いただきました。健康ひろしま21(第3次)の概要のほか、検診の受診、フレイル予防、「コミュニティで集う「通いの場」」などの取り組みの重要性などを確認しました。

続いて、広島国際大学総合リハビリテーション学部リハビリテーション学科言語聴覚療法専攻特任教授の國末和也教授から、「聞こえと「コミュニティ活動」地域で生き生きと活動するために」と題して講演いただきました。

「加齢による難聴は、認知症の最も危険な因子である」と、聞き取る機能が衰えが、社会参加や「コミュニケーション」を遠ざけ、認知症機能低下を招く可能性があることを学びました。

併せて、話す側は、「口元を見る」「ジェスチャーを交える」「資料を示す」などの工夫ができること、聞く側は、「確かめながら聞く」「静かな場所へ移動する」「もう一度と頼む」など、双方が「聞こえ」を意識して「コミュニケーション」を図ることで、会話を楽しく、活動の範囲が小さくならないように心がけることが重要であることを学びました。

その後は、「食べる」「運動」「聞く」を通じた社会参加の3つの分科会に分かれ、体験学習を行いました。「聞く」を通じた社会参加分科会では、トリーニング広島補聴器センターの協力で、実際に補聴器を使ってみるなど、聞き取りの重要性を確認しました。



分科会では、簡易トイレの組み立てや設置を体験し、他のグループと工夫した点について意見交換をした。

2日目: 水とトイレから公衆衛生を考える
(特非)ひろしまNPOセンターの増田勇希理事から、「能登半島地震から見えてきた水・トイレの課題」と題して講演いただきました。

水の課題については、上下水道の被害が多く、復旧に長い時間がかかっていることや、井戸が少なくなること、給水車やペットボトルの水を運ぶことも大変なことなどを、写真を交えて紹介されました。

またトイレの課題については、下水道が広域にわたって壊れたことで、多くの避難者に対応するトイレが圧倒的に足りない状況が紹介されました。液状化、断水、沈下や隆起によって公衆トイレが使用できず、マンホールトイレ

の設置も困難であることや、仮設トイレが設置されても、数が足りず、汲み取りも間に合わない状況などが紹介されました。

非常用簡易トイレが配布されたのですが、不慣れや抵抗感などから凝固剤を多めに入れてしまうことで、凝固剤が足りなくなるなどの事例も紹介いただきました。

「持っているだけ、知っているだけではダメで、実際に使ってみることが重要です」と、今後の備えへの助言をいただきました。

分科会は、「災害時のトイレ事情を考える」

「水利用と防災井戸を考える」「防災食と感染症を考える」の3つに分かれて、交流体験を実施しました。

内容の多い研修となりましたが、参加者の満足度は高く、充実した研修となったことがアンケートから分かりました。

今後開催する専門研修「防災・減災コース」では、夏季大学の内容をさらに発展させた研修を実施しますので、積極的に参加いただき、地域の公衆衛生活動にお役立てください。

きんせんか 琴線歌

東南アジアのアブラヤシ農園で生産されるパーム油は、世界で最も多く生産・消費される植物油で、インスタント麺や冷凍食品などの食料品だけでなく、洗剤などの日用品、口紅などの化粧品など、スーパーマーケットで見られる約50%の商品に使用されています。一方、アフリカ原産の植物であるアブラヤシの植栽適地は赤道周辺の熱帯域になるため、パーム油生産のためのアブラヤシ農園の造成によって、多様な野生生物を育み、高いCO2固定能を持った熱帯雨林や泥炭林が伐採されてきました。こうしたアブラヤシ農園の造成によって生じる環境問題は、RSPOに代表されるパーム油認証制度などを通じて一定の改善が図られているものの、認証基準化されていない問題も多く残っています。

▼例えば、アブラヤシ農園では、果房の収穫時に選定される大型の葉や、搾油時に生じる空果房、再植林時に伐採された幹など、膨大な量の農作物残渣が農園内に放置されますが、こうした農作物残渣が農園内に生息するシロアリによって分解されることで、CO2の約30倍の高い温室効果を持ったメタンガスが発生することが明らかになってきました。こうした問題は生産国だけでなく、消費国も含めた国際社会が解決すべき課題と言えます。国際農林水産業研究センターでは農作物残渣の農園内放置に起因した温室効果ガスの発生量の観測や、農作物残渣の有効利用に向けた技術開発を通じて、アブラヤシ農園から排出される温室効果ガスの削減に取り組んでいます。

(国際農林水産業研究センター 主任研究員 近藤 俊明)

パーム油と気候変動

熱帯域になるため、パーム油生産のためのアブラヤシ農園の造成によって、多様な野生生物を育み、高いCO2固定能を持った熱帯雨林や泥炭林が伐採されてきました。こうしたアブラヤシ農園の造成によって生じる環境問題は、RSPOに代表されるパーム油認証制度などを通じて一定の改善が図られているものの、認証基準化されていない問題も多く残っています。



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、持続可能な社会の実現に貢献します。



「遊び」を「学び」に 『食品ロス』を楽しく考える

「食品ロス」とは、本来食べられるにも関わらず捨てられてしまう食べ物のことです。「食品ロス」は、世界全体で増加傾向にあり、SDGsの目標12「つくる責任つかう責任」の中で、世界全体の食品廃棄量を半減させると記されているように、世界を取り巻く課題となっています。このよきな課題を解



決していくために、若い世代への啓発はとても重要です。若い世代の中でも、特に小学生を対象とした食品ロス問題に関する学習会を開催する際に活用できる教材として、当協会では「食品ロスNOカルタ」の貸し出しを行っています。

本教材は神戸市環境局が製作しており、10枚四方で50枚組です。取り札には分かりやすく、かわいらしいタッチの絵が描かれており、食品ロスの現状や食品ロスを減らすためのヒントについて、楽しく遊びながら学ぶことができる教材です。

活用事例の紹介

7月23日に、ava i i (アベイル) 井上様が、小学生を対象に実施した食品ロス講座



子どもたちがカルタを楽しんでいる様子

に、「食品ロスNOカルタ」を貸し出ししました。食品ロスについて座学で学んだ後に本教材を使用したところ、座学には身が入らなかつた子どもたちも真剣に取り組み、盛り上がりつつあります。講座に参加したスタッフからは「このようなグッズは、遊びながら食品ロスについて知ることができ、食品ロスに触れる機会を作ることができるのでありがたい」という声がありました。

10月は食品ロス削減

カルタの一例

専門研修受け、講座を企画 野外活動のリスク管理も実践

府中市公衛連は、5月24日に開催された専門研修「水辺教室の開き方コース」を受講し、8月4日に小学生を対象とした水辺教室を企画しました。

当日の進行は推進委員が主体となり、生物の採取および指標生物の確認などを行う予定でしたが、開催日早朝の雨の影響で河川上流部で水の濁りを確認し、開催3時間前に中止となりました。

水辺教室を行う際には、たとえ当日会場が晴天であっても、それ以前の降雨や河川上流部での降雨の影響により、川の濁りや水位の上昇、流速の変化が生じている場合には中止しなければなりません。数日前から会場だけでなく、河川上流部の天気も確認するようにしましょう。また、必ず事前に会場の下見を行い、平常時の水位や流速を確認すること、



令和5年度に府中市公衛連が実施した水辺教室の様子(講師は環境協)



③府中市公衛連



熱中症計を活用して危険度を把握

開催の直前に川の様子に変化がないか確認することを心がけましょう。

加えて、気温が高い日が続いているため、野外で活動する際には熱中症にも注意する必要があります。

特に子どもは熱中症になりやすく、高温時の水分補給については、9～12歳で100～250mlを20分毎の補水が目安とされています。当日の気温・湿度に合わせて、野外で活動する時間を調整し、生物の仲間分けや解説などは室内や日陰で行うなどの工夫が必要です。また、子どもは「体調の変化を正しく伝えることが難しい」、「活動の楽しさから体調の変化に気づきにくい」ということがあります。スタッフとして水辺教室に参加する際には、子どもの様子をこまめに確認するほか、事前に熱中症の症状や応急処置の方法などを学習しておきましょう。

今後も専門研修で得た知識・技能を活かした公衛協活動が展開されることを期待します。

(地域活動支援センター)

月間です。若い世代により広く食品ロス問題について知ってもらうために、学習会などでぜひ本教材をご活用ください。

(地域活動支援センター)



建築物のアスベスト事前調査

建築物解体工事のピークに向けて

アスベスト(石綿ともいう)は、燃えにくいなどの優れた性質から「奇跡の鉱物」と呼ばれ、主に建築物の火災

などから人々を守るため、1960～1990年頃を中心にアスベストを混ぜた建材を建築物に使用してきました。

ただし、2006年9月以前に建てられた建築物にはアスベスト含有建材を使用している可能性があり、建築物の解体・改修時の建材破壊などによるアスベスト飛散による健康被害を予防するため、2021年に解体・改修前にアスベスト含有建材の使用の有無の調査(建築物の事前調査)が義務付けられました。

しかし、その調査などが十分に実施されていない事例が散見されたことから、令和5年10月より施行された改正では建築物の事前調査は、国が認めた建築物石綿含有建材調査者等が行わなければならないことが義務付けられました。

全国に存在するアスベスト含有建材を使用している可能性がある建築物の解体工事が2028年頃にピークを迎えると推測されており、それに対応するための調査技術の向上に日々励んでいます。長年にわたる経験と知識から得られた技術により、今後も正確で迅速な調査に尽力してまいります。

調査の様子

調査の様子

調査の様子

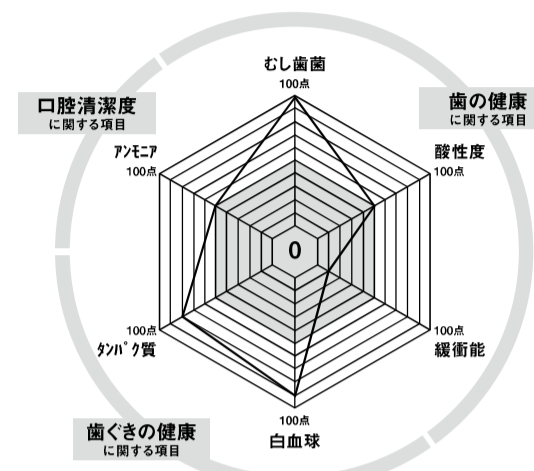
調査の様子

調査の様子

(環境調査課 高橋慶行)

近年、口腔の疾患が全身の疾患に關与していることが報告されています。口腔疾患の代表的なものとして、う蝕(むし歯)と歯周病があげられます。特に歯周病は、30歳以上の約80%が罹患しており、さまざまな全身疾患に關与

お口の健康から全身の健康へ 口すすぎ液で6項目検査



シルハで測定できる6つの項目
(六角形が大きいほど、お口の健康状態が良いことを示す)

歯周病とは、細菌の感染によって引き起こされる炎症性疾患で、歯の周りの歯ぐきや、歯を支える骨などが溶けてしまう病気です。また、炎症により発生した毒性物質が歯肉から血管を通じて全身に運ばれ、脳梗塞や心筋梗塞を引き起こすリスクを高めます。糖尿病に罹患している場合は、インスリン(血糖値を「コントロールする物質」の機能を低下させるため、症状の悪化につながります。高齢者では飲み込む力が衰え誤嚥しやすくなり、細菌が肺に入ると誤嚥性肺炎を引き起こすことがあります。



このように、歯周病ひとつでさまざまな全身の疾患が引き起こされる危険性があります。歯周病は予防でき、治療も可能です。口腔疾患の予防・治療は全身の健康へも繋がると考えられます。当クリニックでは、4月からお口の健康チェックができる歯科スクリーニング検査、シルハを導入しました。シルハは、口すすぎ液でむし歯に關連する『歯の健康』、歯周病に關連する『歯ぐきの健康』、口臭にも關連する『お口の清潔度』に關する6つの項目を測定し、お口の健康状態を『見える化』する検査です。

日頃、歯科医院を受診するタイミングがない方や悩みをお持ちの方、まずはご自身の現在のお口の状態を知ることから始めてみませんか。
(臨床検査課 滋野 静香)

アンモニア 平均レベル **50点** /100点

19~39歳の方と比べると? **あなた**

10 20 30 40 50 60 70 80 90 100(点)

多め 平均レベル 少なめ

<コメント>
アンモニア量は平均レベルです。正しくお口のケアができていますか
ケア用品も含めて確認しましょう。

この様に6つの項目ごとにコメントが出る

男性は下痢、女性は便秘が多いことはよく知られています。消化器の病気で最も多いのは、検査で異常がないのに便秘や下痢を繰り返す過敏性腸症候群です。腸内にすむ多種多様な細菌や真菌などの微生物は、日々消化や吸収を助けてくれています。腸内細菌の研究が盛んになるにつれ、それらの微生物がいろいろな病気に關与していることが分かってきました。過敏性腸症候群もまた腸内細菌の乱れが誘因とされ、原因として合成抗菌薬・農薬・食品添加物・人工甘味料などが指摘されています。



きます。善玉菌のエサはオリゴ糖や水溶性食物繊維です。発酵食品(味噌・塩麹・甘酒・納豆など)や梅肉エキスは、昔から胃腸に良いとされています。また、冷水を控える、湯船につかる、腹巻をするなど、腸を温めることも大切です。最近話題の酪酸菌は、昔から整腸剤として使われてきましたが、近年、腸を健全にする重要な働きが解明されています。酪酸菌はぬか漬けに含まれており、日本人は酪酸菌を持つ人が多いと言われていま

過敏性腸症候群について

腸内細菌を乱さないように



抗生物質は細菌の増殖を抑えますが、今はあらゆる種類の細菌に強力に効く合成抗菌薬が多用されています。しかし合成抗菌薬は細菌だけに効くため、使用後に、抗菌薬の効かない真菌のカンジダや耐性細菌が異常に増えることがあります。腸内細菌は種類が多いほど良く、善玉菌が優位であれば腸の健康が維持で

過敏性腸症候群に対して、漢方薬では、桂枝加芍薬湯(ケシカシャクヤクトウ)がよく使われ、心理的な要因がある場合は、心と胃腸の両方に効く四逆散(シギヤクサン)などがあります。原因や病態は人によりさまざまなので、しっかり診察して、一人一人に合った治療を考えていくことが大事です。
(健康科学センター 診療所長 武生 英一郎)

令和6年度ひろしま気候変動適応センター

ひろしま気候変動適応センター 14セミナー開催報告

ひろしま気候変動適応センターでは、今年10月に1回、セミナーを開催いたします。今回は「スポーツ現場での熱中症対策」をテーマとして、7月19日にエディオンピースウイング広島で開催しました。

講演1
独立行政法人環境再生保全機構の佐古勇策課長から、「気候変動適応策における熱中症対策の位置付けと取組」について、ご講演いただきました。気候変動適応法が改正され、これまでの「熱中症警戒アラート」に加えて「熱中症特別警戒アラート」が設定されたこと、クーリングシ

講演2
広島大学大学院の長谷川博教授から、「スポーツ活動時における熱中症予防」について、ご講演いただきました。体温および体重減少(脱水)と運動能力に

トークセッション
長谷川博教授とサンフレッチェ広島普及部の駒野友二コーチにご登壇いただき、お二人

は相関があること、発汗量によって脱水量を把握した上で水分補給をすると良いこと、脱水の程度を尿色で知る方法、効率が良い身体冷却方法などについてお話しいただきました。子どもの頃から現在までの経験、エピソードや、ご自身で実施していることなどについてお話しいただきました。セミナーのホームページに、講演資料を掲載しています。また、セミナー動画の一部をオンラインで公開中です。ぜひ、ご覧ください。
(ひろしま気候変動適応センター)



スポーツ現場での熱中症対策などを学ぶ



トークセッションの様子

全国労働衛生団体連合会功績賞受賞



受賞した谷崎課長

当協会・健康科学センターの谷崎診療放射線課課長が「労働衛生関係の業務に20年以上従事し、その業績が特に顕著で他の範とする者」として、公益社団法人全国労働衛生団体連合会の「全国労働衛生団体連合会功績賞」を受賞し、東京都で開催された令和6年度定時総会において表彰されました。協会役員一同、谷崎課長の今後の活躍に期待します。

(健康科学センター)

全国飲料水検査研究発表会会長賞受賞

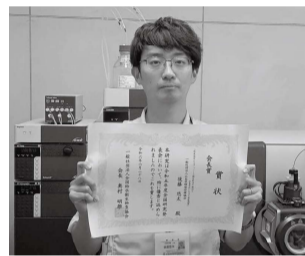
2023年11月に東京都内で開催された「令和5年度全国飲料水検査研究発表会」で、水道事業課の後藤主査が会長賞(最優秀賞)を受賞しました。

これを受け、去る6月28日の一般社団法人全国給水衛生検査協会の総会において表彰式が執り行われました。当協会の受賞は平成30年度の委員長賞、令和元年度の会長賞、令和2年度の委員長賞に続き4度目となります。

後藤主査は水道水質を調べる項目のうち、要検討項目(※)に位置付けられているビスフェノールAと、その代替物質である3種のビスフェノール類について測定を行いました。その結果、県内の浄水は国で定められている目標値を大きく下回る濃度であることが分かりました。また、一部の水道原水ではビスフェノールAとともに代替

物質も検出されることや、老朽化した水道施設ではビスフェノール類が検出される可能性があることなどを明らかにしました。

今回の受賞は、発表内容が水道水の水質管理において特に有用な情報であったことが高く評価されたものです。今回の受賞を励みに、当協会は今後も水道水質に関する調査研究に取り組んで参ります。



受賞した後藤主査

※毒性評価や水道水中での検出実態が明らかでない物質について、46項目が定められている(2024年7月31日現在)。

(環境生活センター)

家庭で取り組む省エネ活動を促進



◎広島県

省エネは、光熱費を抑えるだけでなく、エネルギーの安定供給や地球温暖化の防止に繋がります。光熱費が高騰している昨今においては、省エネ活動による節約効果が相対的に高まるため、この機会に積極的に省エネに取り組みましょう。

現在(令和6年9月1日時点)広島県で実施している、家庭向けの省エネ支援事業をご紹介します。

①ひろしま LED 照明器具購入応援キャンペーン(第2弾)

家庭における消費電力の1~2割を占めている照明器具のLED化を促進する取り組みとして、対象店舗でLED照明器具を購入すると、1万円を上限に最大半額分のキャッシュレスポイントなどを交付するキャンペーン。

実施期間:令和7年1月19日(日)まで(予算上限に達し次第終了)



②ひろしまクールシェアキャンペーン

「ひろしまクールシェア」とは、家庭のエアコンを消して、商業・公共施設などに出かけて、涼しさを分かち合うことで、家庭の消費電力を削減し、地域全体の省エネに繋げていく取り組みです。利用アンケートに回答すると抽選でプレゼントがあります。

実施期間:令和6年7月13日(土)~令和6年9月16日(月)



③住宅の断熱リフォームで快適で省エネ!

住まいを「断熱リフォーム」すると、一年中快適に過ごせます。室内で起こるヒートショックや熱中症のリスクを軽減できるだけでなく、結露やカビの防止、光熱費削減にも繋がります。今なら新築だけでなく、断熱リフォームに活用できる補助金もあります。住宅会社に相談しながらお得なリフォームを叶えてください。



【ご案内】令和6年度うちエコ診断士資格試験のお知らせ



「うちエコ診断士」は、環境省の「うちエコ診断ソフト」を活用し、家庭の光熱費やCO2排出量を「見える化」し、各家庭のライフスタイルに合わせた適切なアドバイスを行うことができる、環境省認定の公的資格です。

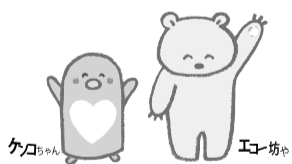
【令和6年度(第11回)うちエコ診断士資格試験スケジュール】

- ・試験申込期間:2024年9月2日~12月23日
- ・試験期間:2024年10月1日~12月26日
- ・合格発表:2025年1月中旬~下旬予定
- ・受験料:14,300円(税込)



詳しくは、二次元コードより家庭エコ診断ポータルサイトをご覧ください。

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)

25,108,433円
(令和6年7月末実績)



市町名	募金額(円)	対前年実績比(%)
府中町	1,035,400	71.8
海田町	1,456,000	68.6
熊野町	1,324,760	96.6
坂町		
江田島市	1,587,800	96.3
竹原市		
大崎上島町		
大竹市	2,055,100	88.7
廿日市市	2,300,040	70.1
廿日市市大野	2,516,806	99.1
廿日市市佐伯	198,900	67.2
廿日市市吉和		
廿日市市宮島	176,300	95.6
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	788,400	40.3
東広島市		
三原市	1,123,660	80.6
世羅町	69,600	9.3
尾道市	3,101,240	73.2
福山市	7,313,940	87.3
府中市		
神石高原町		
三次市		
庄原市		
その他	60,487	103.4
合計	25,108,433	54.7

市町別一覧表

※この表は、各市町公衛協の令和6年7月末日現在の実績額を記載しています。

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。

【食品ロス削減事業】

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。

食品ロスタイプ診断パネル質問に「はい」、「いいえ」で答えて、食品ロスのタイプ(完璧、買はず、捨てず、食べ残し)を診断します。

