

環境と健康

東部支所で水道水質検査スタート 災害時の県東部の分析拠点に

環境協本部
(広島市中区)

東部支所
(福山市山手町)



東部支所に新たに整備された水道水質検査室

東部支所は1970年に開所し、最初の15年間は、県福山保健所内に間借りして業務を行っていました。当初は学校保健や食品事業所などの衛生検査の検体および、井戸・水道水質検査や各種環境調査の検体を広島市の本部まで輸送して検査を行っていました。1985年11月に現在の山手町へ移転してからは検体・尿・ぎょう虫検査などの衛生検査を開始し、その後は、食品のカキ検査、その他食品微生物検査へ対象を広げて30年が経過しています。2018年の西日本豪雨の際には東部支所も被災し、約50%の床上浸水を経験しましたが、休日に職員による復旧作業を行い、週明けから業務を再開しました。当時、県内各地域では道路や水道インフラの被害により長期間断水が続く、個人所有の井戸水検査依頼や水道事業体から復旧のための臨時水質検査依頼が多くありました。通常はこれらの検体を車両で本部に輸送しますが、被災により山陽自動車道が通行止めとなったため、中国自動車道を迂回して、また急ぎの場合は新幹線を利用して対応しました。交通もそうですが、井戸水や水道水も生活に欠かせないインフラとして大切なものです。県内で大きな災害が起きた際に、本部と東部支所の交通が遮断されるケ-

「かんほきょうの森」で自然観察会

源流の沢で生き物観察



当協会は、2024年5月より東広島市福富町の森林で「かんほきょうの森」づくりに取り組んでいます。本連載では、「かんほきょうの森」の森林整備状況やイベントの様子などの紹介をしていきます。



沢で生き物を採集する参加者親子

務めました。

自然観察会のテーマは、「かんほきょうの森」が沼田川(東広島市から三原市に流れる川)の源流林のひとつであることから、沢の生き物観察としました。参加者は網やバケツを持って沢に入り、タカハヤやアカザ、オヤンマのヤゴなどさまざまな生き物を採集しました。その後、講師の指導を受けながら、採った生き物を仕分けし、観察しました。生き物観察の最後には、同じ川でも場所によって環境や生き物

が異なることや、森が海や私たちの生活とながっていることを学んでもらいました。また、短い時間でしたが、「かんほきょうの森」の植物も観察しました。広島県天然記念

物であるホンシヤクナゲの解説のほか、クワモジなどの葉を触ったり、良い香りを嗅いだりしながら植物の特性を体感してもらいました。参加者からは、「魚を捕まえてうれしかった」「同じヤゴでも、トンボの種類で姿が違うことに驚いた」「街より気温が低くてびっくりした」「水がきれいだった、冷たかった」などの感想が聞かれました。今後テーマや対象者を工夫しながら、自然観察会を開催する予定です。ご期待ください。

(経営企画課 八島聡美)

せんか 琴線歌

広島県がカキの生産全国一といことは皆さんよく知っていますよね。クイズです。むき身の生産量は年間約2万トン程度です。では、身をむいたあとのカキ殻は何万トン出ているでしょうか?正解は約10万トンです。殻の方が重いんです!この大量のカキ殻が余って困っています。原因の一つとして、数年前から鳥インフルエンザの発生があり、鶏の飼料として売れる量が減ってしまったことが挙げられます。▼お歳暮などでは殻付きカキが使われています。皆さん、食べたあとの殻はどうしていますか?砕いて畑に混ぜ込めば、酸性土壌のpHを中和してくれます。特に使い道がない人は、燃えるゴミで出せます。▼カキ殻の主成分は炭酸カルシウムです。カキ殻を焼く温度を上げていくとどうなるでしょうか?3000~4000℃くら

カキ殻はゴミ?

いカキ殻の表面が焼けて、酸化カルシウムになります。これはアルカリ性なので、さまざまな用途に使えます。土壌改善材として使われているのはこのためです。700℃以上になると、全部燃えて灰になってしまいます。ですから、燃えるゴミでも問題ありません!私は、カキ殻をヘドロ化した浜にすき込んで、底質改善をしています。表面が酸化カルシウムになったカキ殻は、猛毒な硫化水素などを瞬時に酸化して消滅させてくれます。これによって、生き物がいなくなった浜に生き物が戻ってきます。それらの生き物は魚の餌となり、魚が増えます。安芸津の風早干潟に続き、廿日市の地御前の干潟でもプロジェクトを始めました。浜での環境学習には是非いらしてください。改善の効果を実感できます。

(流域環境再生センター所長 山本民次)



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。



第63回環境保健夏季大学

防災とフレイル予防を学ぶ

機械による省力化や眠りの質の向上による健康づくり

令和7年7月17日、18日、RCC文化センター(広島市)を会場に、「第63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「防災・環境」を、2日目は「フレイル予

防」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170人が参加しました。

防」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170人が参加しました。

防」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170人が参加しました。

防」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170人が参加しました。

防」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170人が参加しました。

防」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170人が参加しました。

防」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170人が参加しました。

防」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170人が参加しました。



フェーズフリーについて学ぶ(上左)、分科会③試食する前にまず非常食を知る(上右)、分科会②農業機械の説明を受ける(下)



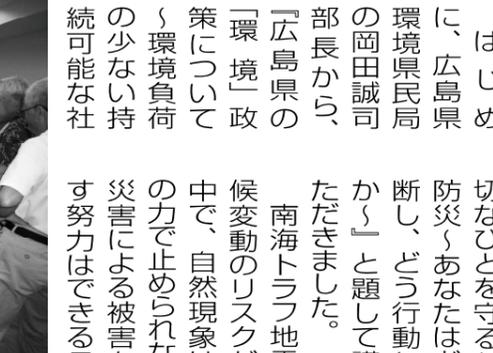
バックホーを操作するボランティア

「健康とはなにか」という問いかけから始まり、「健康」とは、人によって考え方が異なり、時とともに変わっていくもの。どんな時に「幸福感」や「健康感」を感じるかなどアンケートシートを使いながら、参加者に問いかけ、楽しく「眠り」と「健康」とのつながりを学びました。

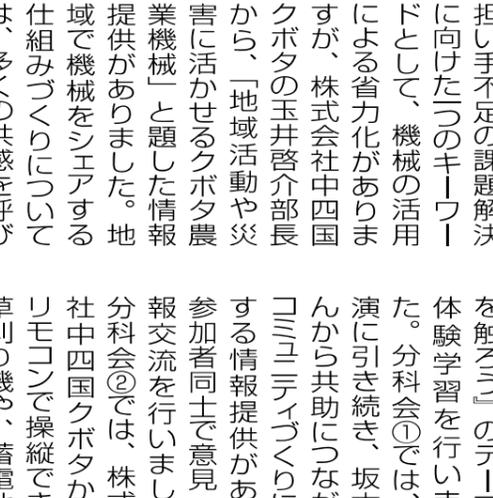


今年度から、全県共通事業重点メニュー「TOPフレイル事業」の講師派遣メニューに「睡眠と健康の学習」を追加していますので、ぜひ活用ください。

盛りだくさんの研修内容となりましたが、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。引き続き、当協会では、社会情勢や公衛協ニーズに応えられるような研修を提案してまいります。(地域活動支援センター)

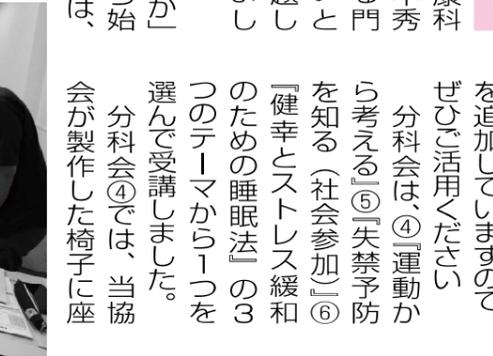


フェーズフリーについて学ぶ(上左)、分科会③試食する前にまず非常食を知る(上右)、分科会②農業機械の説明を受ける(下)



バックホーを操作するボランティア

「健康とはなにか」という問いかけから始まり、「健康」とは、人によって考え方が異なり、時とともに変わっていくもの。どんな時に「幸福感」や「健康感」を感じるかなどアンケートシートを使いながら、参加者に問いかけ、楽しく「眠り」と「健康」とのつながりを学びました。



今年度から、全県共通事業重点メニュー「TOPフレイル事業」の講師派遣メニューに「睡眠と健康の学習」を追加していますので、ぜひ活用ください。

盛りだくさんの研修内容となりましたが、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。引き続き、当協会では、社会情勢や公衛協ニーズに応えられるような研修を提案してまいります。(地域活動支援センター)

1日目 防災・環境

はじめに、広島県環境県民局長の岡田誠司部長から、「広島県の「環境」政策について、環境負荷の少ない持続可能な社会の実現に向けた広島県の取組」と題して講演をいただき、温暖化対策や海ごみ対策、食品ロス対策に関する取り組み内容を学びました。

続いて、一般社団法人レベリングの坂本京子代表理事から、「大切なひとを守るための防災くあなたはどうか？」と題して講演いただきました。

南海トラフ地震や気候変動のリスクがある中で、自然現象は人間の力で止められないが、災害による被害を減らす努力はできることを学びました。

2日目 フレイル予防

広島国際大学健康科学部心理学科の田中秀樹教授から、「眠る門には福来る」と題して講演いただきました。

「健康とはなにか」という問いかけから始まり、「健康」とは、人によって考え方が異なり、時とともに変わっていくもの。どんな時に「幸福感」や「健康感」を感じるかなどアンケートシートを使いながら、参加者に問いかけ、楽しく「眠り」と「健康」とのつながりを学びました。

今年度から、全県共通事業重点メニュー「TOPフレイル事業」の講師派遣メニューに「睡眠と健康の学習」を追加していますので、ぜひ活用ください。



今年度から、全県共通事業重点メニュー「TOPフレイル事業」の講師派遣メニューに「睡眠と健康の学習」を追加していますので、ぜひ活用ください。

盛りだくさんの研修内容となりましたが、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。引き続き、当協会では、社会情勢や公衛協ニーズに応えられるような研修を提案してまいります。(地域活動支援センター)

9月20日に広島県動物愛護センターで「令和7年度どうぶつ愛護のつどい」が開催

令和7年度 広島県動物愛護週間事業
どうぶつ愛護のつどい

開催日時 R7.9.20(土) 10:00~15:30
 開催場所 広島県動物愛護センター TEL 0848-60-8511
 三原市本郷町上北方字用倉山11352番 駐車場有 満車の場合は、隣接する中央森林公園の有料駐車場をご利用ください

| | |
|--|--|
| <p>みんなの牧場 ふれあい動物園</p> <p>10:00~15:30</p> <p>入場無料! 餌やり体験もできるよ!</p> <p>※事業名: みんなの牧場/ 登録番号: 24500/ 登録種別: 園遊/ 登録年月日: 平成24年11月15日/ 登録種別の変更日: 令和1年12月15日/ 氏名: 高田正美/ 所在地: 広島県三原市本郷町上北方字用倉山11352番/ 動物取扱責任者: 高田正美</p> | <p>災害救助犬デモ</p> <p>特定非営利活動法人 ビースウィングス ジャパン</p> <p>11:30-12:00 13:30-14:00</p> |
| <p>犬猫おもちゃ作りワークショップ</p> <p>10:30-11:30 13:00-14:00</p> | <p>獣医さん体験</p> <p>12:00-12:30 14:30-15:00</p> <p>※一部当日予約が必要な内容があります</p> |

※イベントの内容は予告なく変更する場合があります。予めご了承ください。※ペットはリードやキャリーケースなどで、遠慮禁止として、来場ください。※暑い犬を連れてくる際は、籠(あるいは籠に相当するマイクロチップが装着された袋)を、狂犬病予防注射済票を装着のうえ、ご来場ください。

主催/ 広島県 公益社団法人広島県獣医師会
 協賛/ 豊田獣医師会 東広島獣医師会 特定非営利活動法人ビースウィングス ジャパン 広島県牛乳普及協会 株式会社アイデオー 株式会社ホワイトフォックス

9月20日から26日は動物愛護週間 どうぶつ愛護のつどいを開催

「どうぶつ愛護のつどい」の詳細はこちらから



皆さまは「動物愛護週間」をご存知でしょうか。毎年9月20日から26日の1週間は、動物の愛護及び管理に関する法律において「動物愛護週間」とされており、この期間には、動物の愛護と適正な飼育についての関心と理解を深めるために、国、地方公共団体や関係団体などが協力してその趣旨にふさわしい行事を実施しています。

広島県動物愛護センターでは、昭和56年の開庁以降、毎年動物愛護週間に合わせて「どうぶつ愛護のつどい」を開催してまいります。内容は、大人から子どもまで楽しみながら動物愛護に関心を持っていただけるように、鑑賞型イベント(動物パフォーマンスなど)や参加型イベント(しつけ・健康相談会、ワークショップなど)、その他動物とのふれあい体験などを実施いたします。令和7年度「どうぶつ愛護のつどい」は9月20日(土)にセンターで開催します。

また、この日には、センターの慰霊碑において献花台を設置し、犬猫の慰霊のために、イベントに参加された多くの皆さまに献花していただきます。

県内では、市町や動物関係団体などが開催する動物愛護週間行事も開催されていますので、ぜひ身近な行事への参加を通じて、動物

「環境の日」ひろしま大会に出展

子ども服のリユースで脱炭素に貢献

6月21日(土)に基町クレド(広島市中区)において、「環境の日」ひろしま大会が開催され、当協会は、実行委員会に参画するとともに、

にブース出展を行いました。当日の来場者数は約6千200人で、環境保全活動に取り組んでいる24の事業者・団体が出展しました。

会場には、環境について楽しく学べる体験型のブースのほか、家庭で余った食品を持ち寄り、フードドライブやステーション発表などが催され、豪華景品が当たるスタンプラリーなどがあり、多くの人でにぎわいました。

当協会のブースでは、子ども服の無料譲渡会と、気泡緩衝材(プチプチ)の回収を行いました。

衣類に関する問題として、年間1回も着ていない服が1人当たり35枚、家庭から手放される衣類の量は年間約70万トンで、そのうち約46万トンがごみとして出されています。ごみに出された衣類の95%が焼却・埋め立て処分となり、再資源化される割合はたった5%です。

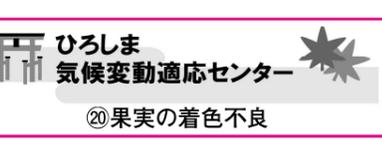
子ども服の譲渡会では、子どもの成長が早く、着ないままサイズアウトした服を対象として、リユースの場を提供しました。ブース

来場者数は181人で、そのうち36人に158枚の子ども服を譲渡し、子育て世代に大変喜ばれました。また、1万個(1つという超レアなハート型をした気泡緩衝材(プチプチ®))を探すコーナーでは、大人も子どもも見つけた瞬間を楽しんでいました。

当協会はこの「環境の日」ひろしま大会を通じて、環境保全について関心を持ち、一人一人ができることから、少しずつ、環境に配慮した行動に取り組むことに貢献します。

(脱温暖化センターひろしま)

ブドウの着色に猛暑の影響 気温上昇に伴い着色不良地域広がる

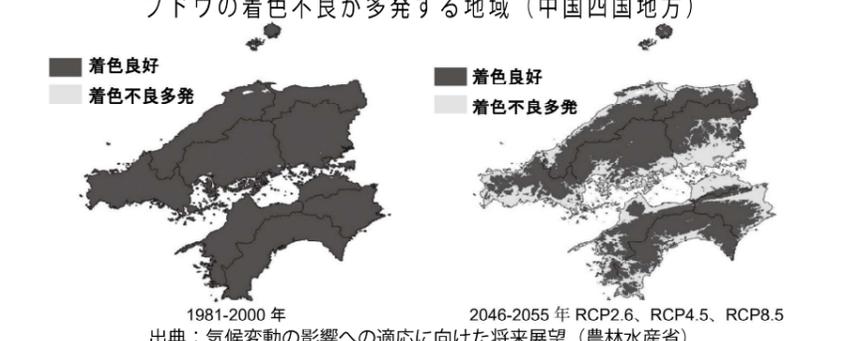


広島県内では、多種多様な果樹が栽培されています。その中でもブドウの色は気温に敏感で、果実の成熟期が高温だと着色不良が発生することが知られています。例えば、赤色のブドウである「安芸クイーン」は、着色開始後8日から21日の間に20~25℃の気温にさらされた時間が長いほど着色が良いことがわかっています。県内で露地栽培の「安芸クイーン」の着色開始は7月中旬から8月上旬頃で、暑さが厳しい時期に着色を開始して成熟期を迎えます。「ピオーネ」も同じ頃に着色します。図は、ブドウの着色予測マップです。気温の上昇に伴い、2050年頃には着色不良が多発する地域が沿岸部から、ある程度内陸部まで広がると予測されています。

着色不良の対策としては、①施設栽培によって成熟期の時期を早め、少しでも気温が低い時期に着色させる、②環状剥皮(木の幹や枝から樹皮を環状に剥ぎ取ったり傷を入れること)や着果量の制限によって、果実1つ当たりの養分を増やすなどの技術が開発されています。また、気温が高くても着色しやすい品種や、シャインマスカットのように着色が問題にならない緑色の品種を導入することも対策になります。

一般的な量販店に比べて、道の駅や産地直売の店では、日頃見かけないブドウ品種が売られていることがあります。見かけた時には色に着目して、「暑かったから色がつきにくかったのかな?」「この品種は隣の品種よりも色がつきやすいのかも?」「緑色の品種は着色が関係ないのね」など、これまでと違った視点で楽しんでみられてはいかがでしょうか。

(ひろしま気候変動適応センター)



ペットの熱中症予防の詳細はこちらから(環境省)



1,000人が参加し26トンのごみを回収 瀬戸内を囲む4県で一齐清掃

7月5日、瀬戸内4県(広島県、岡山県、香川県、愛媛県)と(公財)日本財団が展開している包括的海洋ごみ削減プロジェクト『オアシャンズX』の取り組みとして、4県で同日・同時刻帯に海岸を

清掃する「瀬戸内4県一齐清掃大作戦」が開催されました。4県の会場をリレー中継しながら開会式を行い、各県の知事のおいさつや、海ごみ対策について共有した後、一齐に海岸を清掃しました。4県合わせて千人を超える人が参加し、約26トンのごみを回収しました。

広島県では、江田市の荒代海岸が会場となり、オアシャンズXの呼びかけに呼応した広島県民やGSHIP参画会員、漁業関係者、江田島市民など多くの人が参加し、約1.5トンの海ごみを回収しました。会場では、カキ養殖フロートの流出を低減させるための工夫として、カバーやコーティング、個体管理などを取り入れるな

ど、漁業者の取り組みなども紹介されました。広島県では、オアシャンズXのみならず、県独自の取り組みとして、企業や団体を参画メンバーとするプラットフォーム「GSHIP」を設立して、あらゆる方面から海洋ごみ対策を行っています。

GSHIPでは、11月1日に広島で最も海洋ごみが漂着している場所の一つである大江浦(宮島)で、11月2日には江田島湾三高港周辺で清掃活動を予定しています。特に宮島では、プラスチックごみ削減を目的に、住民や旅行者の行動変容につながる実証実験などが計画されており、みなで海洋プラスチックごみ削減を目指す活動を行います。



広島会場には200人を超える参加者が集まった(上)、漂着ごみを熱心に集める参加者(下)



皆さまも、引き続き啓発活動や美化活動にご協力をお願いいたします。(地域活動支援センター)

「米づくり」を通じた環境学習

公衛協と学校をつなぐ学社融合の取り組み

6月30日(月)に、福山市赤坂学区公衆衛生推進委員会が赤坂小学校5年生を対象に田んぼの学習会を実施し、当協会職員が講師を務めました。

児童は1年を通して「米づくり」をキーワードにした環境学習に取り組んでおり、今回は自分たちが稲を植えた田んぼにすんでいる生き物の採集と観察を行いました。田んぼにはホウネンエビやジャンボタニシ、ゲンゴロウの幼虫などがいたものの、カイエビがあまり見られないなど、例年よりも生物量が少ないという結果になりました。このことに対して、



⑧福山市赤坂学区

子どもたちから「田んぼの水が蒸発して少なかった」「気温だけでなく、水も土も温度が高かった」などの意見があり、地球温暖化による生物への影響について考えるきっかけになりました。また、環境が変わって生き物が減ることによって生態系にどのような影響があるのかについて、生物同士の食べる・食べられるの関係から学びました。子どもたちは採集した生き物の様子や環境の変化に興味を持ち、熱心に講師の話聞いていました。

福山市赤坂学区公衛委と赤坂小学校が連携して行う「水田学習」は、今年度で12年目を迎えました。講座内では宮宗赤坂学区公衛委員長より公衛協活動の紹介があり、地域の公衛協と学校をつなぐ大きな役割を担っています。この活動が今後も長く続き、公衛協と学校のつながりが続くとともに、子どもたちの自然への興味や環境保全意識の向上につながることを期待します。(地域活動支援センター)



田んぼに入って生き物を探す児童(上)、田んぼの環境について学ぶ(下)



採集した生き物に興味津々

環境協の環境生活センター

④材料試験室

私たちの暮らしを支える基盤

環境への配慮も

当協会の材料試験室では、コンクリートの圧縮強度試験などを長年にわたり実施しています。その関係で、今回は建築の材料であるコンクリートについて、最近の動向も踏まえながらお話ししたいと思います。

「コンクリートは、長い歴史と信頼性を持つを支え、安全・安心な生活を実現します。近年では、環境への配慮も進んでおり、従来のコンクリートに比べて二酸化炭素排出量を抑えたエコなタイプや、

さらに、コンクリートはデザインの自由度も高く、色や表面仕上げを工夫することで、モダンな建築やアート作品にも適用できます。住宅や街並みのアクセ

す。古くは紀元前のエジプトの時代から使われてきた信頼の素材であり、その強靱な耐久性とともに、これからは安全・安心で美しい街づくりに欠かせない

材料試験室では、これからも皆さまの暮らしに直結する建物やインフラ整備の一助となるべく、建築材料の強度試験を継続してまいります。(材料試験室)

建築素材であり、私たちの暮らしを支える基盤として非常に重要です。その最大の魅力は、安全性と耐久性に優れている点です。長期間にわたって建物やインフラ

リサイクル資材を使う持続可能な商品も登場しています。これにより、環境負荷を軽減しつつ、未来にわたる資源の有効利用を可能にしています。

ントとして、機能性も充実しており、断熱性や防音性、防水性など、快適な暮らしを支えるための多様な特長も備えています。

存在です。未来の暮らしを支えるため、コンクリートは進化し続けています。



コンクリートの圧縮強度試験

意外と怖い室内空気の汚染 適切な換気でリスク低減

世界の気質と健康への影響を分析したレポートによると、大気汚染により、2021年に世界で810万人が死亡し、全人口の死亡リスク要因の第2位となりました。

大気汚染と聞くと、工場や車の排気ガスなどを思い起こされるかもしれませんが、室内の空気汚染も大きな影響を及ぼしています。

例えば、肺がんの原因の多くは喫煙ですが、肺がんの10%は非喫煙者に発症します。非喫煙者の肺がんは女性に多く、年齢が比較的若いのが特徴です。そ



しかし、調理する人女性では、1日1食だけ調理する女性に比べて、肺がんのリスクが約3倍に増加しました。

と、多量の粒子状物質が排出され、それには多環芳香族炭化水素、アルデヒド、カルボニル化合物など細胞に損傷を与え、発がんリスクを高める可能性があります。調理物質が含まれてい

のリスクとして注目を集めているのが、空気中の汚染物質です。

レスター大学の研究で、家庭内空気汚染の1つである調理煙への曝露と非喫煙者の肺がんとの潜在的関連について関連性が認められ、調理中の煙への曝露量が多いほど、非喫煙者女性の肺がんリスクが高まるということが分かりました。

健康クリニック だより 14

油を高温で加熱すると、多量の粒子状物質が排出され、それには多環芳香族炭化水素、アルデヒド、カルボニル化合物など細胞に損傷を与え、発がんリスクを高める可能性があります。調理物質が含まれてい

多くの人は1日の4分の3程度を屋内で過ごすと言われていますが、PM2.5濃度曝露レベルが高い人ほど高齢者の認知症発症リスクが高いなど、通気性の悪い室内環境が脳血管疾患や生活習慣病を介して認知症と関係する可能性も示唆されています。

室内空気の汚染防止にも配慮して、健康な生活をお過ごしください。

(健康科学センター 加藤睦子)

食欲は元気の証ですが、肥満や糖尿病が増えており、食欲を抑える工夫が必要になっています。



やペクチン(柑橘類・りんご・人参)から生成されます。

また、ごぼうは薬効成分も豊富で、漢方ではごぼうの種子を牛蒡子(ゴボウシ)と呼び、民間療法では主に

味覚受容体は舌だけでなく消化管全体にあり、栄養

情報は瞬時に脳へ届きます。食欲・消化・血糖は高度に制御されていますが、現代には脳の判断を狂わせる食品が数多くあります。

超加工食品(*)は、満腹ホルモンの分泌に重要なタンパク質や食物繊維が不足しやすく、人工甘味料、果糖ぶどう糖液糖、トランス脂肪酸の摂り過ぎも、食欲調整を乱し、過食を招きます。

水溶性食物繊維は大切な栄養素であり、腸内細菌の発酵で短鎖脂肪酸になり、腸内環境を整えます。さらに血流に乗って全身に運ばれ、脂質や糖の代謝、神経、ホルモン調整など全身の健康に寄与します。

短鎖脂肪酸(酢酸・プロピオン酸・酪酸)の中でも、プロピオン酸は満腹ホルモンを増やす働きがあり、水溶性食物繊維のイヌリン(ごぼう・タマネギ)

食欲と上手につき合う 腸内細菌の力で満腹ホルモンを促す



根を用いてきましたが、現在ではごぼう茶が普及しています。

過食につながる血糖値の急激な変動を防ぐには、食物繊維やマグネシウム・亜鉛・クロムなどのミネラルも大切です。分づき米や雑穀米にすると、栄養バランスが整い満腹感も得やすく、血糖上昇も緩やかになります。

肥満や糖尿病など多くの慢性疾患は、軽度の炎症の関与が明らかになっています。腸内環境の健全化と短鎖脂肪酸の抗炎症作用などが、症状改善の鍵になると考えられています。

*超加工食品：家庭でよく使う原材料では作れない、工業的に製造された食品のこと。例えばスナック菓子、インスタント食品、清涼飲料水などがこれにあたる。

(健康科学センター 診療所長 武生 英一郎)

転ばない身体をつくる 日常生活で小さな積み重ねを

「小さな段差でつまずく」など、最近、転びそうになることが増えてきたと感じていませんか?転倒によるけがや骨折は高齢者に限らず、働き盛りの世代にも起こり得ることで。転倒をきっかけに、生活の質の低下や要介護状態になることもあるため、日頃から「転ばない身体」を意識して生活することが大切です。



63 転倒防止



ねる姿勢になります。これでは、体幹はほとんど使われません。骨盤を立てて座り、頭が肩の真上にくるようにし、顎を軽く引いて、背筋を伸ばすことで、自然と体幹の筋肉が働くようになります。

また、握力は全身の筋力を表す指標とされており、男性で28kg未満、女性で18kg未満の場合は筋力の衰えが進んでいるサインと考えられています。これは、フレイル(虚弱)予防の観点からも重要です。買い物袋を持つ、雑巾を絞る、瓶のフタを開ける、雑草を引き抜くといった日常のちょっとした動作も、握力維持に役立ちます。

体幹を保つためには、座る姿勢を整えることが効果的です。椅子に座った時、背もたれに寄りかかると骨盤が後傾し、背中が丸まり、腹部の力が抜けて、椅子と重力にすべてを委

特別な運動をしなくても、日々の小さな意識と行動の積み重ねが、「転ばない身体」づくりにつながります。今、座っているその姿勢から見直してみませんか? (健康支援課 本間 陽子)

全国労働衛生団体連合会功績賞受賞



当協会・健康科学センター企画渉外課の青山蔵主幹が「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(公社)全国労働衛生団体連合会功績賞を受賞し、6月17日に東京で開催された令和7年度全衛連定時総会において表彰されました。協会役員一同、青山主幹の今後の活躍に期待します。(健康科学センター)

座る姿勢を整える

<悪い姿勢>



<良い姿勢>



- 骨盤を立てて座る
- 頭を肩の真上にする
- 顎を軽く引く
- 背筋を伸ばす



「母さんの味」を次世代に CO₂42%削減を目標に掲げる

今回は、株式会社ますやみその舩本憲司さん、村田頼弘さんに、脱炭素経営に向けた取り組みについてお話をうかがいました。

ますやみそは、2024年2月にSBT(※)中小企業版の認証を取得しました。取得のためには、企業活動で排出しているCO₂を算出し、毎年4.2%以上の削減を目安として5~10年先の目標設定が必要です。ますやみそでは、2030年までに2022年度基準で42%のCO₂削減を掲げました。

認証取得後、工場の電力を環境負荷の少ないものに切り替え、また、送風機省エネルギーの採用、高効率ボイラーの優先運転、保温カバーの施工によるエネルギー使用量削減など、工場のエネルギー効率を高める対策を行いました。その他、窓の遮熱性向上対策を行うことで空調負荷低減を行いました。焼山工場では電力使用量の見える化を行い、従業員にCO₂排出量削減を意識づけました。本社や営業所は、空調の適切な運用を従来以上に実施しています。営業車については、エコドライブの推進による燃料消

費量の削減、低燃費車両への転換を随時進めています。

今回のSBT認証取得の過程において、省エネに繋がる取り組みがCO₂排出量の削減に直結することが分かり、環境に対する全従業員の意識が飛躍的に向上したそうです。前述の取り組みを継続し実行していくことで、2030年までに会社全体のCO₂排出量1,490.90t-CO₂(2022年対比42%減)の達成を目指しています。

私たちの暮らしに不可欠な食品事業者の取り組みについて、関心を持ち、買う、選ぶことで一緒にCO₂削減を目指しましょう。

※SBT (Science Based Targets) 認証とは
パリ協定と整合性のある温室効果ガス排出削減目標を立てていることを示す国際認証。SBTi (SBT イニシアチブ) によって認定されている。(脱温暖化センターひろしま)



賞状を持つ園尾福山市公衛協会会長



60年以上にわたり、市民の手で「100万本のバラのまち」を築き上げてきた福山市で、5月18日から24日にかけて「第20回世界バラ会議福山大会」によるバラ花壇の視察ツアーや専門家による講義、関連イベント「ROSE EXPO FUKUYAMA 2025」では、バラをテーマにした講演や

実演、ファッションショーなどが開催され、盛況のうちに閉会しました。世界バラ会議の開催にあたり、準備や環境の整備、開催運営への協力が評価され、7月に福山芸術文化ホールリーデンローズで開催されたお礼の会において、福山市長から福山市公衆衛生推進協議会に特別感謝状が授与されました。

福山市公衛協が世界バラ会議に貢献 福山市が感謝状を授与

今後とも、行政・団体・住民が一体となって、地域コミュニティを盛り上げる公衛協であり続けることを期待します。(地域活動支援センター)

世界バラ会議の開催にあたり、準備や環境の整備、開催運営への協力が評価され、7月に福山芸術文化ホールリーデンローズで開催されたお礼の会において、福山市長から福山市公衆衛生推進協議会に特別感謝状が授与されました。

実演、ファッションショーなどが開催され、盛況のうちに閉会しました。

子ども服の無料譲渡会を開催します

【開催日時】令和7年9月27日(土)、28日(日) 10:00~16:00

【場所】カインズ広島LECT店(広島市西区扇2丁目1-45)

【対象サイズ】新生児~120cm

※サイズアウトした子ども服を回収します。洗濯済みで、傷や汚れのないものをお願いください。(体操服、下着、靴下、水着、布おむつ、制服、おもちゃ、靴、バッグ、雑貨は回収できません。)



【同時開催】「目からウロコのお洗濯講座」①11:00~ ②14:00~

もっと早く知れたかった、目からウロコの裏ワザ。

これを知れば、明日から毎日の洗濯が楽しくなるはず!!

定員10名、45分間、両日2回開催します。

【主催】脱温暖化センターひろしま

【後援】広島県

お申込みはこちらから

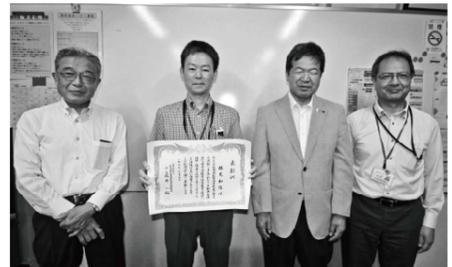


令和7年度優良安全運転管理者表彰

この度、当協会の横見和信総務課長が、一般社団法人広島県安全運転管理協会から、令和7年度優良安全運転管理者として表彰されました。横見課長は、安全運転管理者として協会内で安全運転の重要性を周知し、交通事故防止に努めてきました。その成果が認められ、今回の表彰に至りました。

当協会は業務で車両を日々使用しますが、今回の表彰を受け、一層安全運転に取り組んでまいります。

(経営管理センター)



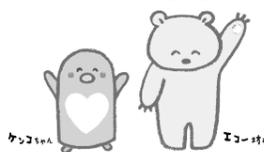
日本赤十字社金色有功章授与

この度、当協会は長年にわたり献血活動に取り組んだことが高く評価され、日本赤十字社から「金色有功章」を授与されました。

当協会は、今後も献血をはじめとする社会貢献活動に、積極的に取り組んでまいります。



令和7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7年度で66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)

18,087,870円
(令和7年7月末実績)



| 市町名 | 募金額(円) | 対前年実績比(%) |
|--------|-----------|-----------|
| 府中町 | 787,650 | 59.0 |
| 海田町 | | |
| 熊野町 | 1,405,400 | 106.1 |
| 坂町 | | |
| 江田島市 | 1,573,750 | 98.0 |
| 竹原市 | | |
| 大崎上島町 | | |
| 大竹市 | 1,398,140 | 61.8 |
| 廿日市市 | 1,844,871 | 56.7 |
| 廿日市市大野 | | |
| 廿日市市佐伯 | 198,906 | 61.6 |
| 廿日市市吉和 | | |
| 廿日市市宮島 | 176,200 | 94.8 |
| 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 | 678,200 | 38.2 |
| 東広島市 | | |
| 三原市 | 1,086,220 | 74.8 |
| 世羅町 | 140,180 | 19.1 |
| 尾道市 | 1,887,400 | 45.3 |
| 福山市 | 6,850,500 | 82.3 |
| 府中市 | | |
| 神石高原町 | | |
| 三次市 | | |
| 庄原市 | | |
| その他 | 60,453 | 99.9 |
| 合計 | 18,087,870 | 40.8 |

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。

【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)

NEW

プラのきもちゲーム

PETとして誕生した参加者が、ペットボトルの一生を体験するすごろくゲームです。

(提供：総合地球環境学研究所)



市町別一覧表

※この表は、令和7年7月末日現在、各市町公衛協から募金委員会に報告のあった募金額を記載しています。