

2025年11月1日発行
第644号(通算)
発行:奇数月1日
会員購読料:1月10円(年間60円)
一般購読は別途送料

環境と健康

発行者

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

兼 森 裕

広島市中区広瀬北町9番1号

郵便番号 730-8631

電話 082-293-1511番

振替口座01380-2-27511

URL http://www.kanhokyo.or.jp/

令和7年度環境と健康のポスター・標語コンクール

35,915点の作品集まる

作品は市町公衛協で啓発などに活用

当協会と公衛協が主催する「環境と健康のポスター・標語コンクール事業」は、今年度25公衛協から、小学校217校、中学校61校が参加し、3万5千915点(ポスター1

万1千6点、標語2万4千909点)の応募がありました。

県内の児童・生徒の皆さんが夏休みの宿題として作成した作品を、市町公衛協で1次選考を行い、773点が2次選考に推薦されました。推薦された作品は、12人の選考委員(ポスター16人、標語6人

による個性やオリジナリティ、テーマに沿った内容であるかなどの視点で厳正に選考され、優秀作品120点(ポスター49点、標語71点)が選ばれました。

受賞作品は、11月19日に福山市で開催される「第66回広島県公衆衛生大会」の席上で最優秀賞、特別賞、開催地(福山市)の優秀賞受賞者をお招きし、表彰式を行います。表彰式では、賞状・トロフィーの贈呈、受賞作品をバックに選考委員からのコメントの紹介を行います。また、副賞の図書カード、選考委員からの作品に対するコメント、トシート、作品の任

務をお渡しします。会場内では今年度受賞し



ポスターと標語に分かれて優秀作品の選考を行った



た作品を展示し、来場者が環境づくり、健康づくりの重要性について考えるきっかけとします。

各公衛協では、当協会のコンクール事業を活性化するための助成金を活用して、表彰式

もりとはやし 生物共存のしくみに森林の本質



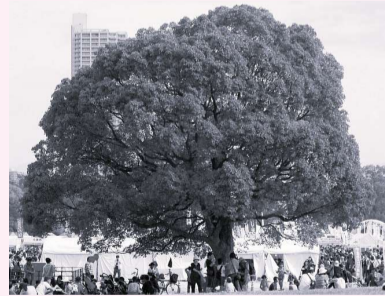
この連載は、6回に渡り「森林」をテーマに、水源涵養・防災・環境保全・健康づくりなどに触れ、私たちの生活と森林のつながりについてお伝えしていきます。ともに森林の恵みに感謝し、保全や活用について考えていきましょう。

森林は私たちに多くのめぐみをもたらしてくれます。では、森林を大切に扱い、お返しをちゃんとしているか、考えてみましょう。

木々を生やしている土地を「はやし」と呼び、同じ意味の漢字「林」をあてました。

木が盛々と生えているのが「もり」。国字を作って「杜」と書きます。漢字の「森」は山全体など、大きな「もり」に使われますが、本来は、うっそうとした様子を表す形容詞であり、熟語の「森林」が現代の日中両国で使われています。

下の写真は一本のクスノキ、人々の姿も見えます。太い幹、広がった枝と葉が、涼しい、静か、落ち着くという雰囲気を作っています。



日陰は、屋根やテントでも作ることができます。しかし、日なたのテント生地を触ると熱く、緑葉は冷たく感じます。たくさんの水分を蒸発させているからです。重なり合う葉の表面積は地表の五倍から十倍もあり、風を和らげ、ホコリを捉え、騒音を吸収する働きがあります。

樹木が生きるためのしくみが、私たちの助けにもなります。気候緩和、大気浄化、騒音防止などと名づけ、当然のように期待しているのです。

一方、野鳥の集団にねぐらを提供すると、うるさいと言い、古くなった葉を落とすと、掃除が面倒だ。そして、大事な根を容赦なく踏みつけるなど、ひどい仕打ちを平気でしているのも事実です。

街中の一本の木から、森林の働きを学ぶことができますが、種類の異なる多数の生物が共存するしくみに、森林の本質があります。

次回から、話題を絞って、森林の働きを掘り下げてみましょう。

(森林植物研究者 埴田 宏)

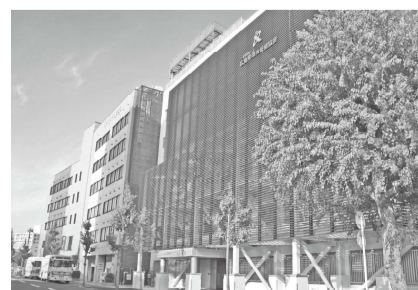
きんせんか 琴線歌

快眠生活はウエルビーイングへのパスポートといえます。人は体温の下降とともに眠り、上昇とともに目を覚まします。快眠のために

は、体温がスムーズに下がることが大切です。眠たくなると手足が温かくなるのは、手足から体の熱を外に出し、体温を下げるためです。つまり、快眠のためには「頭寒足熱」が重要だということです。寝苦しい夏は頭や首筋を冷やす、寒い冬には足を湯たんぽで温めることは理に適っています。快眠の条件を端的に言うと、①脳が興奮していないこと②体温がスムーズに下がることです。この2点を覚えておくと、どんな行動や習慣が睡眠に良いか、悪いか自分で判断できます。例えば、眠る前の「激しい運動」や「熱いお風呂」は、体温を上げ過ぎてしまうのでNGです。

快眠のすすめ

時間だけ布団に入り、必要以上に長すぎる着床時間は減らすこともお勧めです。最後に、快眠に重要な「生活リズム健康法」を紹介します。ご興味のある方は、「広島国際大学 睡眠健康度診断」をご参照ください。
(広島国際大学健康科学部心理学科 教授 田中秀樹)



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。



広島県

ウエルネスフェスを開催

初開催！カラダとココロにちょっといい、一日を

11月22日(土)にひろしまスタジアムパークで、広島県とひろし

ま健康づくり県民運動推進会議が主催する「暮らしに健康をプ

ラ」をテーマにしたイベント「ウエルネスフェス HIROSHIMA」を開催しま

す。このイベントでは、運動や睡眠に加え、生活の質(QOL)の維持に大

きな影響を与える「骨の健康」など、日ごろの生活に取り入れやすいヒントとなる情報をわかりやすくお伝えします。

ぜひ、お仲間、ご家族と一緒に公園へお出かけし、カラダとココロにちょっといい1日を過ごしてみませんか。(広島県健康づくり推進課



「ウエルネスフェス」の詳細はこちらから



「できるだけ健康でいたい」「運動や睡眠が大切な」と思っている、なかなか運動や睡眠の時間を取れない人もいます。快眠のコツ、健康に関

する〇×クイズ大会、親子でボール遊び、搾乳体験、骨密度測定など、子どもから大人まで幅広く楽しむことができる体験型ブース・プログラムを設けています。

「環境と健康」読者アンケートのお願い
当協会では、読者の皆さまに、より良い情報を提供できるよう努めています。その一環として、数年に1度、アンケート調査を行っています。皆さまからのご意見は、記事の質の向上につながります。お手数をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。ご協力いただける方は、12月31日(水)までに右記の二次元コードからご回答ください。



「ひろしま食べきりごはん」作成
食品ロスに関心を持って



10月5日(日)に、海田町福祉センターで脱温暖化センターひろしま主催、海田町公衆衛生推進協議会共催による食品ロス対策料理教室を開催しました。

脱温暖化センターひろしまでは、今年度、広島県温暖化対策活動促進補助金を活用し、「学校給食」を通じて、児童・生徒が食品ロスの問題について考える機会を提供し、環境問題に対する意識の向上を図る取り組みを行っています。今回はその一環として、家庭や学校、地域において調理における食品ロスの削減方法やその技術を他者に伝えることができるリーダーを育成する目的で、料理教室を開催しました。

当日は、「ひろしま食べきりごはん」のレシピを作成した広島酔心調理製菓専門学校

材を無駄なくおいしく使い切る方法や、簡単な調理方法を学びました。参加者からは「ベジプロス(野菜の皮や切れ端から取った出汁)がおいしくて驚いた」「野菜を無駄なく使う方法がわかった」「家庭でも実践してみたい」というご感想をいただきました。



料理教室の様子

「もったいない」だけでなく、地球温暖化の一因でもある温室効果ガスの排出にもつながります。食品を廃棄すると、その処理の過程で温室効果ガスの排出量が増えるだけでなく、生産や流通にかかった資源やエネルギーも無駄になってしまいます。

私たちの身の回りには「食品ロス」に関する関心を持ってみましょう。
※「ひろしま食べきりごはん」のレシピは、当協会ホームページのお知らせ欄から閲覧できます。

清水健一先生、奥田順子先生、杉本恭章先生にお越しいただき、普段は使い切れず捨てがちな食



ひろしま食べきりごはん

第66回広島県公衆衛生大会
～健やかな暮らしをつくる人々の集い～

開催日時:令和7年11月19日(水) 10:30~15:00

開催場所:広島県立ふくやま産業交流館(ビッグ・ローズ)

(広島県福山市御幸町大字上岩成字正戸476-5)

Tel:084-970-2111)

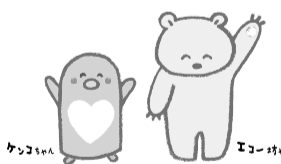
- 大会式典(表彰式・大会宣言)
環境と健康のポスター・標語コンクール優秀作品表彰・講評
講演:演題「元NHK「きょうの健康」キャスターが伝授!

～病気の予防につながる食事と運動とは?～

講師:元NHK「きょうの健康」キャスター 久田直子(ひさだ なおこ) 先生



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)

32,457,082円

(令和7年9月末実績)



Table with 3 columns: 市町名, 募金額(円), 対前年実績比(%)

Table with 3 columns: 市町名, 募金額(円), 対前年実績比(%)

市町別一覧表

※この表は、令和7年9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。

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】

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。

購入食材の追跡調査

購入した食材を食べ切ったかどうかを記録することで、食品ロス削減を意識づけるツールです。

