昭和４０年４月５日第三種郵便物認可
（旧「公衆衛生」）

２０２６年11月１日発行
第650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

環境づくり・健康づくりのコミュニティ情報紙

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/

「骨活お助け人養成講座」スタート!

3回シリーズで骨活推進の人材養成

地域活動支援センターでは、全県共通事業の「STOP!フレイル事業」のフレイル予防策として、「骨の強化」ができる体操を地域で実践できるリーダーを『骨活お助け人』と命名し、養成講座を開催しています。

講座は、９月中旬～11月上旬にかけて３回シリーズで行い、骨活につながる体操に関する講義と実習、各地域での実践を行いながら、活動できるリーダーを養成します。初年度となる今年度は、10公衛協から18人が参加しています。

９月16日に開催した第１回講座では、骨の強化ができる体操を考案いただいた広島大学の黒坂志穂准教授から、体操の理論と体の正しい動かし方について学びました。体操は「肩」「肋　骨」「足　腰」の３種類あり、それぞれに関わる骨の特徴や体操でどんなことが骨に良いのかなどを学習しました。また、それぞれの体操について、体の動かし方のポイントを聞きながら実際に体操して学びました。



ポイントを聞きながら実際に体を動かして学ぶ参加者

１時間という短い時間で３種類の体操の学習と体験をしたため、受講生に少し疲れが見られましたが、最後に音楽を流しながら体操を行うと、みんな楽しそうに復習をしていた様子が印象的でした。

受講生には、第２回講座までに各自で体操を練習し、他者にその体操を伝える（教える）という宿題が出されており、第２回講座で宿題の結果発表を行う予定です。


体操の理論と体の正しい動かし方について学ぶ参加者

今後、地域活動支援センターでは受講生の要望に応じて体操のチェックを行うなど、フォローアップを行いながらサポートをします。各地域で骨活が活発に行われるよう、骨活お助け人の活動に期待します。

（地域活動支援センター）

令和8年度環境と健康のポスター・標語コンクール

33,986点の作品集まる

作品は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」は、今年度で19回目を迎えます。今年度は21市町から小学校216校、中学校64校が参加し、33,986点（ポスター10,475点、標語23,511点）の応募がありました。



ポスター（上）、標語（下）に分かれて選考を行った

応募作品は、各市町公衛協による1次選考を経て、752点が2次選考へ推薦されました。推薦作品は、12人の選考委員が個性やオリジナリティ、テーマとの適合性などの観点から厳正に審査し、優秀作品100点（ポスター41点、標語59点）が選ばれました。

受賞作品については、11月17日に三次市で開催される「第67回広島県公衆衛生大会」において、最優秀賞および特別賞の受賞者を招いて表彰式を行います。表彰式では、受賞作品を背景に賞状やトロフィーを贈呈するほか、選考委員からの講評を紹介します。また、副賞として図書カード、作品へのコメントシート、受賞作品をデザインした缶バッジをお渡しします。会場内には、今年度の受賞作品を展示し、来場者が環境づくりや健康づくりの大切さについて考えてもらうためのスペースを設けます。

各公衛協では、当協会のコンクール事業の活性化を目的とした助成金を活用し、表彰式や展示会の開催、受賞作品を印刷したクリアホルダーや封筒の作製、公衛協だよりや市町広報誌での作品紹介などを通じて、環境づくりや健康づくりの普及啓発に取り組んでいます。

（地域活動支援センター）

琴線歌（きんせんか）

海と山の循環

数年前、屋久島で不思議な話を聞いた。杣人（そまびと）がある日『ピーヒャラ・ドンドン』というお囃子の音を聞いた。遠くのお祭りの音かと思いきや、どんどん大きく迫ってくる。恐怖におののき近くの岩にしがみつき目を固く閉じていたら、ご一行様は頭上を通過して海に降りて行った。どうやらこれは、山神さまが海に塩を取りに行くご一行様だったようで、長年森に入っていると、一定確率で出会うことがあるそうだ▼海と山の深い関係を語る物語やエピソードは、枚挙にいとまがない。日本の自然が豊かなのは、海で温められた水がたっぷり山に降り注ぎ、山が巨大な貯水槽となって動植物や人々の生活を潤し、その山の豊かさが栄養たっぷりの川となり再び海に流れ込むからだ。しかしこの豊かな循環に、各所で陰りが見え始めている▼今年の７月、自然資本の保全と回復を願う５千人近くの人々が、世界中から熊本に集結した。この「グローバル・ネイチャーポジティブ・サミット」では、古代から自然の循環と共に生活を営んできた日本人のリーダーシップに対する世界の大きな期待を感じた。その期待を背負う準備が、我々にできているだろうか▼壮大な問いに自問自答する日々だが、海と山に囲まれ自然豊かな広島に住んでいれば、やれることはたくさんあるはずだ。大好きな山の美しさを発信すること、食べるだけ作る家庭菜園の楽しさを共有すること、海の豊かさを守る干潟・藻場の再生活動に参加すること、森に広葉樹を植えること…。これからも自分に何ができるのか、模索し、行動していきたい。

（株式会社ひろぎんホールディングス
執行役員サステナビリティ統括部長
木下　麻子）



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
かんほきょう 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。

