

2022(令和4)年2月に福岡市で開催された第55回全国予防医学技術研究会で渉外課の河野耕造主事が発表した「健康経営支援事業への取り組みについて」が予防医学事業中央会学術賞(児玉賞)を受賞しました。当協会では、初めての受賞です。

この学術賞は、予防医学事業中央会支部の健診検査技術と精度管理の向上を目的



児玉賞を受賞した河野耕造主事

健康増進事業の実施、情報提供・健康づくり等、企業の健康を総合的に守ることを目的とした素晴らしい取り組みである。また、健診事業の新たな方向性を示すものとして各支部でも大いに参考にされる」として評価されました。

今後の当協会の健診事業活動においても、大変励みになります。受賞となりました(健康科学センター)

第44回(令和3年度)予防医学事業中央会学術賞(児玉賞)受賞

全国的に1977(昭和52)年に設立され、全国の支部職員が行った研究発表の中から特に優秀と認められたものを表彰するものです。(今回は51演題中2題が表彰されました。)

受賞理由は、「健康経営支援事業として、健康診断の推進、健診結果のまとめ、職場環境改善のため基礎データ収集、

朝の光を浴びるとセロトニンが生成され始め、夜にはセロトニンから眠気を誘うメラトニンが作られます。「幸せホルモン」と呼ばれるセロトニンが不足すると、うつ状態になります。うつ症状があるとほとんどの場合不眠をともなうのは、メラトニンがセロトニンを原料として作られるためです。



て常に最適な状態を保つ機能があり、これを恒常性維持(ホメオスタシス)と呼んでいます。最近話題のCBD(カンナビジオール)は不眠にも効果があり、眠りは深くなりますが、反対に昼間の過度な眠気は軽減するという、生体の恒常性に働きかける優れた作用があります。

不眠の原因を探そう 睡眠薬に頼らないために

加齢によりメラトニンの生成が減るため、眠りが浅くなっていきますが、生活習慣を少し変えることで、薬に頼らなくてもすむことがあります。セロトニンの原料は、必須アミノ酸のトリプトファンで、タンパク質を含む食品に含まれており、卵や大豆には特に豊富に含まれています。またマグネシウムはセロトニンやメラトニンの生成を助けるので、マグネシウムを摂取するだけで不眠が改善することもあります。



です。普段はよく眠れるのに、特別な行事を前に眠れないことはよくあります。こんなとき漢方では酸棗仁湯(サンソウニトウ)という頓服薬が処方されます。また柴胡加竜骨牡蠣湯(サイコカリユウコツボレイトウ)や加味逍遙散(カミショウヨウサン)などの精神症状に効果のある漢方薬で、不眠も治ることがあります。漢方の場合、別の症状に対して服用したら、不眠まで改善してしまうことが多いようです。

(健康科学センター 診療所長 武生 英一郎)

令和5年度 上半期の専門研修の開催のご案内

研修名	日時	会場
防災・減災コース	令和5年5月25日(木) 令和5年5月26日(金)	環保協東部支所 大会議室 広島県公衆衛生会館 講堂
フレイル予防コース	令和5年6月29日(木) 令和5年6月30日(金)	環保協東部支所 大会議室 広島県公衆衛生会館 講堂
学習教材の活用方法習得コース	令和5年7月3日(月) 令和5年7月4日(火)	広島県公衆衛生会館 講堂 環保協東部支所 大会議室
広報ツールづくりコース	令和5年8月3日(木) 令和5年8月4日(金)	広島県公衆衛生会館 講堂 環保協東部支所 大会議室

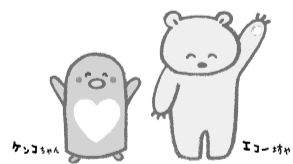
ホームページをリニューアルしました

ページ階層を見直し、サウンドロゴを入れたり、サービスや目的からページを検索しやすいように工夫しています。ぜひご覧ください。



かんほきょう 検索

令和4年度 地区衛生組織活動資金募集 『環境・健康募金』



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4年度で63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)

46,676,620円
(令和4年度年間実績)



市町名	募金額(円)	対前年実績比(%)
府中町	1,305,800	98.4
海田町	2,119,403	94.2
熊野町	1,384,001	96.4
坂町	344,100	99.5
江田島市	1,681,310	99.2
竹原市	1,567,800	103.3
大崎上島町	294,900	97.5
大竹市	2,366,868	98.6
廿日市市	3,421,410	102.1
廿日市市大野	2,523,423	97.8
廿日市市佐伯	352,101	99.2
廿日市市吉和	51,900	115.1
廿日市市宮島	194,900	121.7
安芸太田町	668,100	97.7

市町名	募金額(円)	対前年実績比(%)
北広島町	1,020,050	98.3
安芸高田市	2,031,490	100.4
東広島市	4,289,608	97.1
三原市	1,645,992	109.1
世羅町	711,850	97.4
尾道市	4,307,200	100.4
福山市	8,572,210	101.2
府中市	1,030,392	98.9
神石高原町	302,100	105.2
三次市	2,163,802	92.4
庄原市	2,258,520	95.9
その他	67,390	96.8
合計	46,676,620	99.3

市町別一覧表

※この表は、各市町公衛協の令和4年度年間実績額を記載しています。ご協力ありがとうございました。

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。

【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)

◆貸出グッズのご紹介◆

NEW 海ごみ標本 BOX
海ごみをレジンで固めており、四方から観察することができます。海ごみに関する学習会等でご利用ください。

