

全県共通事業として展開している「STOP!フレイル事業」の新しい講師派遣のテーマを検討するために、

新たなフレイル予防のテーマ 充実した睡眠でイキイキした活動へ



睡眠の学習会

「睡眠」をテーマとした学習会を、9月に廿日市市大野公衛協(参加者数68人)、10月に江田島市公衛協(参加者数50人)、11月に大崎上島町公衛協(参加者数75人)でモデル的に実施しました。講師は、広島国際大学健康科学部心理学科の田中秀樹先生、同大学同学部健康科学研究科心理学専攻の山岡香織先生にお願いしました。

「健康とストレス緩和のための睡眠」について、皆さんの地域でも学習会の開催をご検討ください。



睡眠の大切さについて話す山岡先生

福山市新市学区

夏季大学の内容を地域住民へ

防災訓練と併せて防災研修を実施

11月24日(日)、福山市全域で行われた防災訓練と併せて、福山市新市学区公衆衛生推進委員会が夏季大学の分科会で体験した内容を踏まえた防災研修を実施しました。

地震の避難所生活で明らかになったトイレの課題に関する講義のほか、「見たことがある」「知っている、使うことができる」にレベルアップすることをねらいに、簡易トイレやそれを覆うテントの設置と凝固剤の使用を体験しました。凝固剤の使用体験では、能登半島地震の際に、不安感から凝固剤を使いすぎた事例が多発したこと

を紹介した後、実際に凝固剤に500ミリの水を加え、固まることを確認しました。その後さらに500ミリの水を加えるなどの実験を行い、使ってみることの大切さを体験しました。

また、講義内で簡易トイレを知っているか、自宅に備えがあるかを参加者に聞いたところ、簡易トイレを知っている人は多いものの、実際に我が家で備えている人は非常に少ないということが分かりました。参加者からは、「凝固剤で液体がしっかりと固まるのが良かった」「トイレを備えておく必要があると感じた」などの声がありました。



簡易トイレを組み立てる参加者

使ってみるこの重要性が参加者に伝えられました。当協会では、公衛協向けに、夏季大学や専門研修で利用した簡易トイレ・テントセットの貸し出しを行っています。防災研修やイベントでの展示などぜひご利用ください。(地域活動支援センター)

小さいけれど大きな存在 「植物プランクトン」分析の専門家

環保協の環境生活センター

④水道事業課

海や池、水槽の水の中には目に見えないほど小さな生物が漂っていることをご存じですか?それらはプランクトンと呼ばれる生き物で、その中でも葉緑素を持つものを「植物プランクトン」とい

い、光合成で二酸化炭素を使って生物が利用できる物質(酸素と有機物)を作ることができます。また、水中の食物連鎖は植物プランクトンから動物プランクトン、そして魚などの大型生物への流れで成り立っており、植物プランクトンは一次生産者として重要な役割を果たしています。

しかし、植物プランクトンが水道水源で大繁殖すると、水道水の着色や着臭

の原因となったり、浄水処理の効率を落とすなどの「浄水処理障害」を引き起こすことがあります。今年度には、藍藻の *Pseudanabaena limnetica* (プセウドアナベナ) が水道水源のダムで増殖し、

水道水からカビ臭が検出されたり、珪藻の *Ulnaria japonica* (ウルナリア) が浄水場のろ過池を目詰まりさせるなどの事例がありました。

そのような浄水処理障害に対処するため、ダムや浄水場の原水で植物プランクトンのモニタリングを行っている事業体もあります。モニタリングには、どのような種が出てきたのかを調べる「同定」という作業があり、植物プランクトンを観察するための顕微鏡や、種の特徴が記載されている文献が必要です。当協会では、植物プランクトン分析専門の部署を設置しており、微分干渉顕微鏡、電子顕微鏡などの機器や各種文献を取り揃えています。

これからも、最新の知識による分析を通して、地域住民の皆さまへの、安全安心な水の供給のために尽力してまいります。

(水道事業課 山本 雅樹)



同定作業を行っている職員