1万人のエコチェック事業中間報告

23市町公衛協、2,262人の推進委員が実践

予想以上の猛暑に苦しむ

今年度の新規事業として、公衆衛生推進委員を対象にスタートした一万人のエコチェック事業。わが家の省エネ行動をチェックし、電気・ガス使用量を前年同月と比較して、省エネ効果を数値で把握する＝「見える化」を図るというもの。今年は二十三市町公衛協が参加し、県内約一万人の公衆衛生推進委員のうち、二千二百六十二人が実践。今年の九月を強化月間として各家庭で省エネに取り組んだ。

取り組み結果は、家族の人数にも左右されるが、電気は一世帯あたり平均約五百七十キロワット時を使用。昨年と比較すると約七十五キロワット時の増加となった。都市ガス使用量は一世帯あたり平均約四十八立方メートル、平均削減量二・二立方メートルと、都市ガスでは削減効果が見られたものの、今年の九月は予想以上の猛暑で日頃エアコンを使わない世帯でも、今年は使用せずにはいられなかったという意見が多数寄せられ、電気使用量については軒並み増加の報告となった。また、省エネを実践しても削減効果がみられなかったためか、エコチェックカードを提出しないケースもみられ、回収率の低迷に悩む公衛協も多かった。その中で、省エネ実践項目では、『冷房温度は二十八度に設定』『冷房時間を減らす』などといった回答がもっとも多く、猛暑の中でも省エネに努力されたことがうかがえた。

地球温暖化防止月間でもあり、暖房の使用が多くなる十二月。暖房器具の使用方法を見直し、引き続き省エネ活動に取り組んでほしい。一方、冷暖房などの気温に左右されない春・秋にもトライして、一年を通じて使用する電気・ガス使用量の変動をチェックしたいもの。結果の積み重ねからわが家の省エネ術をぜひ会得してほしい。

今後は、エコチェック事業を通じて、省エネ活動から温暖化防止を意識し、より多くの人に省エネ活動を拡大できればと願っている。

（地域支援課）

●一万人のエコチェック事業参加者一覧●

市町公衛協名	参加推進委員数	市町公衛協名	参加推進委員数	市町公衛協名	参加推進委員数
府中町	72	廿日市市大野	122	尾道市	96
海田町	49	廿日市市佐伯	7	福山市	709
坂　町	16	廿日市市宮島	16	府中市	129
江田島市	50	安芸太田町	18	神石高原町	16
竹原市	21	北広島町	185	三次市（神杉地区）	16
大崎上島町	23	東広島市	177	庄原市	168
大竹市	12	三原市	36	呉　市（音戸・安浦・豊浜地区）	99
廿日市市	161	世羅町	64		
				参加者数合計	2,262人

1世帯あたりの電気使用量　約570kWh　削減量　⇒　約75kWh増加

1世帯あたりの都市ガス使用量　約48m³　平均削減量　⇒　約2.2m³削減

第51回広島県公衆衛生大会講演主旨

笑う門には、ラッキー・カム・カム ～笑顔の医学的考察～

医師、日本笑い学会副会長　昇　幹夫　氏

笑いがガン細胞を退治する

医療費削減の事例も

「笑い」の効用の医学的研究について、専門用語を交えながらも、楽しい講演会であった。まずは笑いを誘う自己紹介から、そして笑顔の効用へと解説は続く。

自分の「笑顔」は自分では見えないが、相手が明るくなり、場が和む。笑顔をつくらなければその機能も退化してしまい、笑っても引きつった顔になってしまう。顔はその人の生活や人生を表すといわれるが、医学的に笑いがガン細胞を退治するということが二十年前に証明された。笑うことで、ガン細胞を破壊するリンパ球〝NK（ナチュラルキラー）細胞〟が増殖するのである。笑いが健康の元、ガンの予防にもなることが解ったのである。

ガンの原因は、ライフスタイルが二割、食事が三割、心の持ち方が五割といわれる。人間の身体は六十兆の細胞でできていて、それが毎日細胞分裂して入れ替わる。しかし、コピーし損ないの細胞が〝がん細胞〟として一日五千個できるが、これをNK細胞が破壊してくれるという。このNK細胞を元気にするためには、①笑う、②泣く、③話を聞いてもらう、④見られていることに気を遣う、⑤歌う、ことが良いと昇氏は説く。

笑いが病気の快方に寄与する例として、糖尿病患者に食後に落語を聞かせた結果が紹介された。血糖値が百二十三ミリグラム／デシリットルから七十七ミリグラム／デシリットルに減少。厳しい食事制限が課せられる病気であるが、笑いのある楽しい生活を送ることで改善されることが証明された。科学的にも、笑うことで遺伝子の活動が活性化され、酵素やホルモンが増産されることがわかってきた。ある市では、体操の中に笑いを取り入れた結果、参加者の医療費が二十三％削減でき、その後の参加者も二倍に増えてきた。

食生活として、日本食のすばらしさを説き、子どもの時にこそ栄養バランスに優れる日本食をとることが最善であるとし、日本食を強要することも必要と力説した。

最後に、元気で長生きするためには適度なストレス、はっきりとした目標を持つことが有益であること、長寿日本一かつ医療費最低の長野県の例から「PPK（ピンピンコロリ）」を唱えることが紹介され、会場が笑顔で埋め尽くされる中、幕引きとなった。

（文責＝編集部）

エネルギー・温暖化・経済問題を並立して解決しよう

住民・企業・行政など106人が参加

新エネルギーセミナー in 福山

脱温暖化センターひろしまでは、中国産業経済局と広島県、福山市と連携して、十月八日に脱温暖化地域セミナー「新エネルギーセミナー in 福山」を開催した。これは、太陽光発電などの自然エネルギー政策や温室効果ガスを減らす仕組みづくりについて考えるというもの。

当日のプログラムは、「波に乗れ　にっぽんの太陽電池」の著者である櫻井啓一郎氏（産業技術総合研究所）の講演のほか、備前グリーンエネルギー株式会社、中国電力株式会社、中国経済産業局、広島県が講演や情報提供を行い、参加者にはさまざまな視点で新エネルギーについて学ぶきっかけとなった。

太陽光発電の可能性について力強く説明する櫻井氏

会場である福山市男女共同参画センターには、公衛協をはじめ温暖化防止活動推進員、住民、企業、行政などさまざまな立場から約百人が集まり、会場は熱気に包まれた。

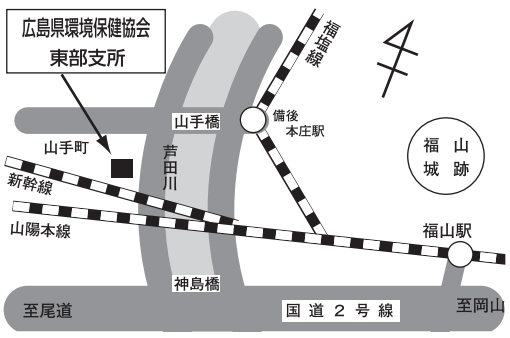
セミナーでは、櫻井氏より「太陽光発電の技術と動向～太陽光発電のこれまでと、これから～」というテーマで、少々辛口な語り口調で太陽光発電のポイント、枯渇性エネルギーへの依存のリスク、国際的な開発競争と日本の高い技術力などについてお話いただいた。

太陽光発電パネルは、速いペースで薄型化や高効率化が進んでおり、薄く軽く柔軟にすることで、これまで設置できなかった強度不足や形状不適の屋根にも設置できるようになってきた。また、太陽光発電に限らず、効果的に自然エネルギーを取り入れることで、国内の省エネや雇用につなげることができることをドイツの成功事例をもとに紹介された。自然エネルギーの導入は、エネルギー資源の枯渇問題や地球温暖化対策、さらには経済成長の確保のいずれもが並立することから、早期導入の必要性を訴えた。

その後の意見交換では、参加者から太陽光発電への質問や政策への意見などが発表され盛会のうちに終了した。

（脱温暖化センターひろしま）

東部地区の検査受付は、支所でも行います！



食品検査・衛生検査・飲料水検査・環境検査など

【受付時間】月曜日から木曜日　8:30～17：30

財団法人　広島県環境保健協会
東　部　支　所
〒720-0092　福山市山手町5-32-26
TEL　084-952-0007
FAX　084-952-0009