

当協会が、地区衛生組織の実践活動支援のために積み立てている地域活動支援基金は、現在、2つの事業で活用している。実践活動を経済的に支援する「環境と健康のコミュニティ活動助成事業」、学社融合の取り組み促進をねらいとした「環境啓発ポスター・標語コンクール事業」である。

地域活動支援基金活用事業 助成事業に10団体が申請 今年度も地域で活発な活動を展開

平成26年度の申請件数は、導入型1件、発展型9件の計10件である。申請団体をみると、世羅町黒川地区公衛協と神石高原町公衛協が今年度初めて申請。また、廿日市市佐伯公衛協、北広島町公衛協などは昨年度実施した活動の課題改善工夫を盛り込んだ。福山市で活発な活動を展開している泉学区公衛協は、学社融合型の事業を平成22年度から継続して取り組

◆環境と健康の「ミニ・ティ活動助成事業」◆
公衆衛生推進協議会が展開している環境と健康をテーマにした「ミニ・ティ活動」に対し、「導入型」「発展型」「広域型」の部門で助成している。「導入型」は新規に取り組む活動であり、「発展型」は課題改善につながる取り組みや工夫を盛り込んだ活動とし、「広域型」は現在の活動を市町全体に拡大充実させる活動と定義している。



福山市道上学区で展開される個別省エネ診断事業の学習会(上)、尾道市で展開される「健診へ行くよう!」事業の会場づくり(下)

取りまとめ、PRしている。これら10件について、6月10日に開催した第2回地域活動支援基金運用委員会審査が行われ、一部の団体は「改善した点、工夫した点を具体的に示すことが必要」などの付帯条件がついた。審査で、付帯条件が付いた事業は、活動に関する正を行ない追加計画書の提出を求め、再提出された申請書は事務局で要件の充足等を確認し採択助成の手続きを行う。

◆環境啓発ポスター・標語「コンクール事業」◆
小中学生から「私たちが守る地球を」をテーマに、ポスターおよび標語の作品を募集するもので、今年度で7年目

んでおり、今年度は継続は力なりと題して、これまでの成果のさらなる発展を図る。同じく福山市で活動を展開している道上学区公衛協は、昨年度に引き続き環境家計簿データを収集し、県東部の季節変動データとして

平成26年度環境と健康のコミュニティ活動助成事業申請一覧

部門	団体名	事業名
導入型	尾道市公衛協	「ちょっと遠くへ!お出かけウォーキング」マップづくり
発展型	大崎上島町公衛協	紙芝居作成(アイドリングストップ物語)
	廿日市市佐伯公衛協	佐伯リサイクルまつり
	北広島町公衛協	北広島町笑顔で取り組む脱温暖化のまちづくり事業
	東広島市公衛協	アイガモ農法による米づくり事業
	世羅町西大田地区公衛協	きんさいや西大田地区へ
	世羅町黒川地区公衛協	地域環境クリーン作成
	福山市泉学区公衛協	『学社融合』小さな行動、大きな“力”に!! 継続は力なり
	福山市道上学区公衛協	環境家計簿蓄積データ活用事業
	神石高原町公衛協	環境を守る事業

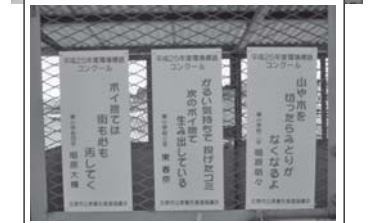
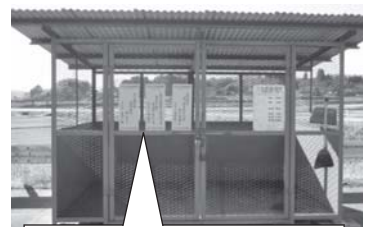
里海は、「なつかしさ」さえ感じさせる言葉であるが、実は比較的新しい。里海が沿岸域の環境保全や管理の場に登場してまだ15年程度である。しかし、この間に、人が海と密接に関わりながら豊かな海づくりを目指す里海の考え方は着実なひろがりを見せ、さまざまな行政施策にも取り入れられている。里海づくりが各地で盛んになった理由はいろいろであるが、直接的には、国の21世紀環境立国戦略(2007)に「豊穡の里海の創生」が盛り込まれ、これを受けて環境省が里海創生支援事業を進めたことなどが大きい。里海はまた、国内における「水質管理から生態系管理へ」の方向転換や「規制行政中心から地域主導型合意形成へ」の変化にも対応し、また里山と里海を一体的に捉える考え方は、海域の単独管理から沿岸域の総合的管理への変化にもよく合っている。

▼里海は、近年SATOUMIと記されて国際的にも強い関心がもたれてい

里海とSATOUMIのひろがり

市民権を得つつあり、全国紙の社説で「里海創生」が「海を身近にするチャンス」として取り上げられ、あるいはテレビのNHKスペシャルでは「里海・SATOUMI瀬戸内海」が全国放映された。里海とSATOUMIのさらなる広がりによる豊かな海の実現を期待したい。

(広島大学名誉教授瀬戸内海研究会顧問 松田 治)



庄原市では、事後フォロー活動助成を活用し、入選作品をパネル加工し、各地域のごみステーションに設置して、環境意識を高めている

を迎える。今年度は22公衛協が参加し、安芸太田町公衛協が新規に参加する。集まってくる作品は、まず各公衛協で第1次審査を行い、次いで当協会の選考委員会で第2次審査を行った後、部門別に入賞作品を決定する。最優秀賞の受賞者は、11月

26日の第55回広島県公衆衛生大会に招待し、表彰する。また、入選作品は会場に掲示するほか、当協会ホームページや情報紙等でも公開する。今年度も、この事業を広く地域の方に広報する「事後フォロー活動」を助成する。

◆地域活動支援センター◆
今年度、事後フォロー活動を実施する予定の公衛協は18団体で、地元で開催する祭りやイベントでの作品展示や表彰式の開催、優秀作品をクリアファイルに印刷して配布するなど、さまざまな活用と広報活動が予定されている。



一般財団法人 ～みんなの生命(いのち)をまもりたい～
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



県民の低炭素社会への取り組みを促進 地域ぐるみの活動で目指す脱温暖化



■打ち水deクールダウン〜井戸水活用で災害に強い低炭素町づくり〜
「脱温暖化ネットおんど」

脱温暖化センターひろしまは、県民の低炭素社会への取り組みを促すとともに、地球温暖化対策地域協議会(以下、TEAM)の組織強化を図り低炭素社会づくりを推進しようと、TEAMを対象に活動助成を行っている。
平成25年度は19TEAMから申請があり、各TEAMがそれぞれの特色を活かしたユニークな取り組みが展開された。その中からいくつかを紹介する。

水を利用してエアコンに頼らない低炭素社会づくりと災害への備えを同時に実現する取り組みに挑戦した。

8〜9月の毎週土曜・日曜の朝と夕方に、井戸水や風呂の残り湯を使って、町内で二斉に打ち水をし、エアコンの電源を切つてウチワなどで電気を消費しないもので、涼をとるよう呼びかけるとともに、エアコン停止時間を記録してもらった。また、打ち水実施前後の様子をサーモグラフィカメラで撮影し、効果を検証して継続的な実践を促した。

さらに、井戸水が災害



地域に残る井戸(右)、毎週末井戸水や風呂の残り湯で斉に打ち水をする。

時にインフラとして活用できるよう水質調査も行い、井戸水の利活用に対する理解を深めるとともに、住民同士のコミュニティの場としても活用するよう呼びかけた。

■省エネ体験学習会「脱温暖化めまぐらフォーラム」

福山市内の公民館や小学校などで省エネ体験学習会を開催。スライドを使って温暖化の現状や昔と今の暮らしの変化などを紹介するほか、参加者自らテレビ・扇風機・掃除機・炊飯器・電気ポットなど、身近な家電の消費電力と待機電力を測定し、家電を使用・購入する際の省エネポイントを習得した。

その他、太陽光を利用した目玉焼きづくり、緑のカートンで収穫したゴーヤを使った料理教室、不要になった布団



太陽熱クッキングの実演(上)、さまざまな家電の省エネポイントを伝授(下)

のぼそう!健康寿命 健康ひろしま21第2次

① 計画の概要

広島県では、県民が一生を通して心身ともに健康であることを実感できるよう、県民の生活の質の向上と、個人を取り巻く家庭・地域・学校・産業の連携による社会環境の整備を図るため、「健康ひろしま21(第2次)」を策定し、県民の健康づくりに取り組んでいます。
今回からその取り組みについてシリーズで紹介していきます。

きちんと健診 しっかり改善 データを使って広島発の健康づくり

広島県では、平成14年3月に県の健康増進計画として「健康ひろしま21」を策定し、健康増進に関する普及啓発や健康生活応援店事業等を通じて、県民の健康意識の向上や生活習慣病の予防等を推進してきました。

平成20年3月、目標に用いる指標を生活習慣病予防を中心とした項目に精選するとともに、関係者の役割の明確化と連携により、県民の主体的な健康づくりを効果的に支援していくこととして、「健康ひろしま21」を改定し、「望ましい生活習慣の確立」及び「生活習慣病のリスクファクター(危険因子)の軽減」を基本的目標として、健康づくりに取り組んできました。

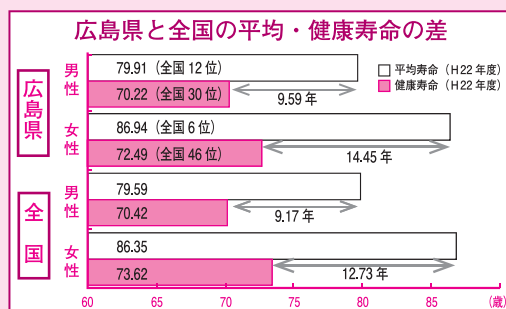
その結果、野菜摂取量の増加や成人男性の喫煙率の減少などの成果がみられる一方、生活習慣病を予防するための生活習慣の確立やリスクファクターの軽減までに至っていないこ

とが明らかになりました。

また、国が発表した本県の健康寿命(日常生活に制限のない期間の平均)は、平成22年で男性70.22年(全国30位)、女性72.49年(全国46位)で、かなり低位でした。

これらを踏まえ、平成25年3月策定の「健康ひろしま21(第2次)」(計画期間:平成25年度から平成34年度)では、健康寿命の延伸を総括目標とし、「すべての県民がともに支えあい、健やかでこころ豊かに生活できる活力ある社会を、県民を中心として、行政・保健・医療・福祉・教育・産業等、さまざまな関係機関・団体が連携して実現することにより、すべてのライフステージにおいて、広島に暮らしてよかったと思える広島県を実現すること」を目指す姿としました。次回からは、具体的な取り組み内容などを紹介していきます。

(広島県健康福祉局 健康対策課)



ひろしま21(第2次)」(計画期間:平成25年度から平成34年度)では、健康寿命の延伸を総括目標とし、「すべての県民がともに支えあい、健やかでこころ豊かに生活できる活力ある社会を、県民を中心として、行政・保健・医療・福祉・教育・産業等、さまざまな関係機関・団体が連携して実現することにより、すべてのライフステージにおいて、広島に暮らしてよかったと思える広島県を実現すること」を目指す姿としました。次回からは、具体的な取り組み内容などを紹介していきます。

- 健康ひろしま21(第2次)の県HP
<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/soshiki/57/kenkouhirosima-dainiji.html>
- 健康ひろしまネット(広島県民の健康な暮らしを応援する情報サイト)のHP
<http://kenkou-net.pref.hiroshima.lg.jp>



出会いを提供するメンバーと出会う楽しさを加える。

用)の大切さを実感してもらった。また、新たな購入を控えて無駄なエネルギー削減につながることをPRした。

また、家庭での電気等の使用状況を意識してもらい、比較的容易に取り組める省エネメニューを紹介し、実践を呼びかけた。

活動していく。
「くるくる省エネサロン」
不要になった物を人に譲り、物が「くるくる」循環すること、多くの人が来てさまざまな情

報を収集共有できる場(来る来る)という2つの意味を込めたサロンを開催。家で眠っている物を持ち寄り交換して、誰かに使ってもらえる喜びとリユース(＝再使

「もったいないエネルギー」でも、今と同じ生活や今以上に心豊かな生活を目標に、平成26年度も県内各所で開催する予定だ。

呉市立長迫小学校が「低炭素杯2014」最優秀地域エコ活動賞を受賞した報告会を5月8日(ゴーヤの日)に開催した。受賞したのは「長迫・緑のカーテンプロジェクト」で、全国1,620団体の中から選ばれた。くれ環境市民の会の支援のもと、この活動は6年

前から実施しており、児童は自分たちの手で緑のカーテンを育て、その良さを体験し、節電や二酸化炭素削減の大切さを学ぶ。そして、この活動を通して、児童は持続可能な社会を作っていく一員としての自覚と態度を養った。

毎年、屋上まで届く立派な緑のカーテンは、インパクトがあり、地域にアピールするには十分なものである。また、苗を地域に配達したり、ポスターや緑のカーテン通信を作成して、緑のカーテンを長迫の町に広げる活動に取り組んでいる。

今回は、受賞の報告とともに、広島テレビ気象キャスターの大隅智子氏の講演があり、終了後には来場者を校庭に集め、ゴーヤの育て方の説明会が行われた。

TEAM

地域 エコ アクション ミーティング



最前線2

⑧ くれ環境市民の会

長迫小学校が受賞報告会を開催

ゴーヤの日に合わせて実施



受賞報告する児童(上)、気象キャスター大隅氏と竜巻実験をする児童(下)

受賞の報告では、児童約30人が壇上に並び、スライドを使用して長迫小学校の緑のカーテンプロジェクトの取り組みを紹介した歌を披露し、来場者を楽しませた。講演では「変なお天気が増えたのはなぜ?~地球の未来と私たちの暮らし~」と題して、広島県内の気温の変化に関する話題をはじめ、日本

で起きている異常気象や地球温暖化の現状などが紹介された。また、竜巻実験や二酸化炭素測定器などの器材を用いた実験が行われ、児童は実際に体験し、楽しみながら学んだ。

来場者には、緑のカーテンを今年も作ろうと、ゴーヤの種とポットが配布され、長迫小学校では、地域ぐるみの温暖化防止に向けた活動を今後も継続していく。

くれ環境市民の会があらゆる主体と一緒に展開する地域ぐるみの脱温暖化の活動に期待したい。

(脱温暖化センターひろしま)

全県共通事業と専門研修がスタート

コミュニティ単位での実践・活用がポイント

活動メニュー強化や組織・人材育成へ

全県共通事業重点メニュー

環境協では、公衛協活動の支援策として、環境づくり・健康づくり活動メニューの提案や、推進委員の養成・育成のための各種研修会の企画・運営等を行っている。今回は「全県共通事業重点メニュー」と「専門研修」の概要を紹介する。

環境づくりメニューは、「1万人のエコチェック事業」「広島発・瀬戸内海美化大作戦」を展開する。

進捗を対象に実施するもので、9月分の電気使用量の削減に取り組む。その結果を電気使用量明細書から把握記録する。併せて、削減効果

を計るために、前年同月の比較を行う。全推進委員の50%以上の実践率を目標としている。

「広島発・瀬戸内海美化大作戦」は、広島県の財産とも言える瀬戸内海をキーワードに、その恩恵を持続的に受けられるよう、環境保全活動に取り組む総合的な

事業である。地域清掃・美化や水質改善・水質保全、水の源でもある里地・里山の保全活動を展開し、その活動記録を広く公表して公衛協のPRにつなげていく。

今年度は、年度末に県内で実施された学習活動や清掃活動について調査し、内容や規模

(回数参加人数をとりまとめ、結果をホームページで公表する予定である。

健康づくりメニューは、「1万人の食チェック事業」「公衛協発ウォーキング事業」を展開する。

専門研修

「専門研修」は、公衆衛生推進委員の力量形成および専門的な知識・技術の習得の場として、公衛協が主催するもので、毎年テーマを変更して実施している。

今年度は「基礎研修の開き方コース」野外

学習会の開き方コース」は、公衛協が中心となって住民の日常的な健康づくりに寄与するため、ウォーキングコースの設定や事業・イベントを実施する。公衛

協らしいウォーキングコースとして、ただ歩くだけでなく、環境の視点を入れたコース・ポイントの設定を工夫するのが特徴である。

以上、4つの全県共通事業重点メニューには、それぞれ活動促進グッズを準備している。公衛協のPRとともに、大いに活用いただきたい。

「1万人の食チェック事業」は、全公衛協推進委員を対象に、各自が食事で摂取した食品数をチェックする。6月19日から25日までの強化期間は毎日、以降は毎日

「基礎研修の開き方コース」は、公衆衛生推進委員の力量形成および専門的な知識・技術の習得の場として、公衛協が主催するもので、毎年テーマを変更して実施している。

今年度は「基礎研修の開き方コース」野外学習会の開き方コース」は、公衛協が中心となって住民の日常的な健康づくりに寄与するため、ウォーキングコースの設定や事業・イベントを実施する。公衛

協らしいウォーキングコースとして、ただ歩くだけでなく、環境の視点を入れたコース・ポイントの設定を工夫するのが特徴である。

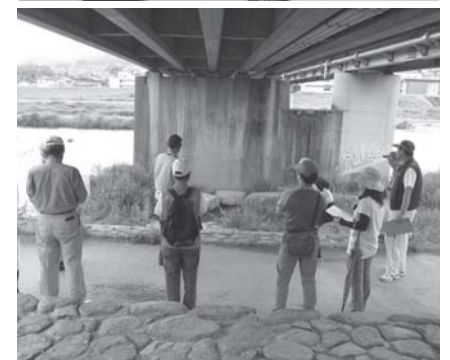
以上、4つの全県共通事業重点メニューには、それぞれ活動促進グッズを準備している。公衛協のPRとともに、大いに活用いただきたい。

公衆衛生推進協議会

広島発・瀬戸内海美化大作戦
公衆衛生推進協議会



環境・健康募金環境協配分金の一部を充てて、公衛協PRグッズや事業教材を作成・配布



基礎研修の開き方コースで、伝えるポイントを確認する参加者(上)、野外学習会の開き方コースで、フィールドに潜む危険箇所を確認する参加者(下)

今年度は「基礎研修の開き方コース」野外学習会の開き方コース」は、公衛協が中心となって住民の日常的な健康づくりに寄与するため、ウォーキングコースの設定や事業・イベントを実施する。公衛

協らしいウォーキングコースとして、ただ歩くだけでなく、環境の視点を入れたコース・ポイントの設定を工夫するのが特徴である。

以上、4つの全県共通事業重点メニューには、それぞれ活動促進グッズを準備している。公衛協のPRとともに、大いに活用いただきたい。

広島県におけるがんの罹患数(がんにかかる人の数)は年間2万人程度であり、また、年間の死亡者全体の3割弱にあたる約8200人が「がん」で亡くなっています。

広島県がん対策推進計画で目標に掲げた「がんで死亡する県民の減少」に向けては、まず第一に、がんになら

がん検診の受診を積極的に推進 早期発見により治る確率アップ

みんなで取り組む
広島県の
「がん」
対策

② 予防と検診①

いための「がん予防」の取り組みが重要で、広島県では、がん予防対策として、喫煙をやめたい人への禁煙支援、受動喫煙の防止、良好な生活習慣の実現に向けた普及啓発、肝炎ウイルス検査の促進等の感染症対策などに取り組んでいます。がんは誰でも罹患する可能性のある病気ですが、喫煙、飲酒、食生活、運動などの生活習慣を改善することで、ある程度は予防することができます。自分自身をがんから守るためにも、がんにならない生活習慣を身につけるよう心掛けましょう。

次の段階の2次予防としての対策が「がん検診」です。がんは早期発見すれば、治る確率が非常に高くなります。早期発見の場合と進行後発見の場合の5年相対生存率を見ると、胃がんでは97.1%に対し7.6%で生存率の差が12.8倍、肺がんでは81.1%に対し5.2%で15.5倍の差があり、その違いは顕著です。このため、がん検診の受診を積極的に推進し、早期に発見する割合をさらに高めていく必要があります。また、効果的ながん検診とすることには、「受けっぱなし」ではなく、「精密検査が必要」という結果が出たら、確実に専門医の受診

いための「がん予防」の取り組みが重要で、広島県では、がん予防対策として、喫煙をやめたい人への禁煙支援、受動喫煙の防止、良好な生活習慣の実現に向けた普及啓発、肝炎ウイルス検査の促進等の感染症対策などに取り組んでいます。がんは誰でも罹患する可能性のある病気ですが、喫煙、飲酒、食生活、運動などの生活習慣を改善することで、ある程度は予防することができます。自分自身をがんから守るためにも、がんにならない生活習慣を身につけるよう心掛けましょう。

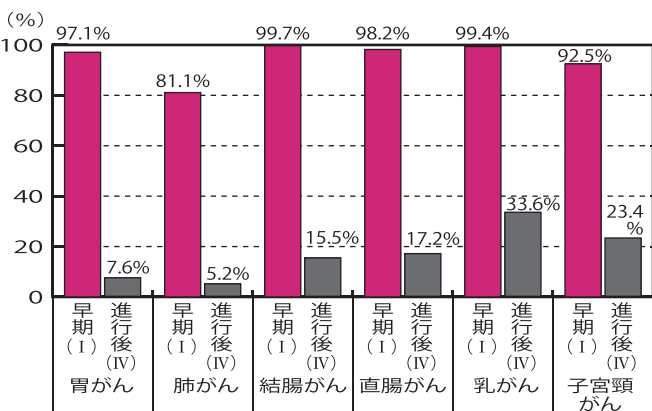


図 早期発見がんと進行後発見がんの5年相対生存率

〔公益財団法人がん研究振興財団 がんの統計2013〕

5年相対生存率とは、あるがんと診断された場合に、治療でどのくらい生命を救えるかを示す指標。あるがんと診断された人のうち5年後に生存している人の割合が、日本人全体で5年後に生存している人の割合に比べてどのくらい低いかで表す。

広島県では、がんの早期発見につながるよう、がん検診への関心を高める普及啓発や、対象者に応じた受診勧奨の促進など、検診受診率向上に向けた取り組みを進めています。

次回はその具体的な取り組みについてご紹介いたします。
(広島県健康福祉局 がん対策課)

【がんを防ぐための新12か条】

〔公益財団法人がん研究振興財団〕

1 たばこは吸わない	7 適度に運動
2 他人のたばこの煙をできるだけ避ける	8 適切な体重維持
3 お酒はほどほどに	9 ウイルスや細菌の感染予防と治療
4 バランスのとれた食生活を	10 定期的ながん検診を
5 塩辛い食品は控えめに	11 身体の異常に気がついたら、すぐに受診を
6 野菜や果物は豊富に	12 正しいがん情報でがんを知ることから

につなげることも不可欠です。

公衛協
ア・ラ・モーネ

⑯廿日市市宮島公衛協 【あらゆる主体と海岸清掃】



廿日市市宮島公衛協では、観光地という地域特性から、「海と川の清



ける啓発活動を行っている。今回は、6月8日に開催された包ヶ浦海岸清掃について紹介する。

包ヶ浦海岸は、厳島神社とは反対の方向に位置している。人が利用している。しかし、太田川放水路の正面に位置するため、大雨の後は、たくさんのごみ

で最も多かったのは、カキ養殖に利用するプラスチックのパイプ182kg。また、厄介なごみは、フロッツの発泡スチロールが砕けた小さな破片で16kg。カンやビ

あらゆる主体の協力で環境保全 みんなで守る瀬戸の海

掃」と題し、環境保全美化活動に力を入れている。この活動は地域住民はもちろんだ、島外のボランティア団体や企業などと一緒に実施していることが大きなポイント

である。参加者と共に汗を流して宮島の海岸の状況を知らせ、海岸環境の保全と現状改善のため、次のごみが発生しないよう生活習慣改善の意識付けにつな

置し、キャンプ場やケビンなどが設置された自然公園内にある。多くの生き物が観察できるこの海岸は、夏には海水浴場として開放され、家族や子ども会など多くの

動するNPO団体などが企画主催した事業で、廿日市市域や広島市域の住民、地元企業など約170名が参加し、1時間30分の海岸清掃に汗を流した。集まったごみ

ンなども含め、合計263kgのごみを回収した。参加者からは、「このごみは一体なに?」「まだだかばらないときれいにしたい」など多くの感想が聞かれた。

宮島公衛協の中井勝子会長は「皆さんのご協力で、島の環境を守ることができ。みんなで今の環境を守り、この島の環境や文化を楽しんでいただきたい。」とまとめた。

今後も、さまざまな主体と連携して展開する地域活動の継続や協働に期待したい。
(地域活動支援センター)



②気温の長期的変化

100年規模の変化を問題視 世界平均地上温度が0.85度上昇

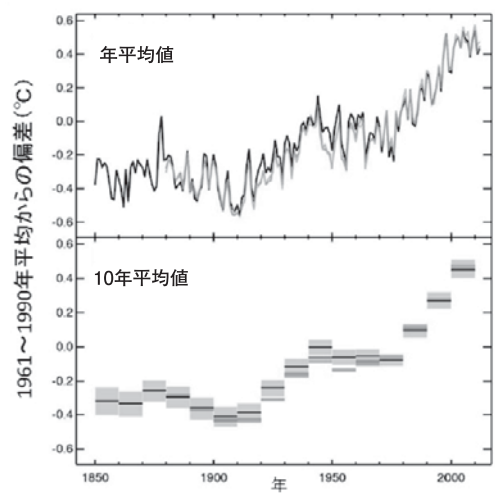


図 3つの地上気温観測データセットによる世界平均気温
〔1961～1990年平均を基準とした偏差で表示〕
(上図は年平均値、下図は10年平均値を表示)

今回から、前回お話しした「世界の科学者の大半で一致した考えをまとめた」IPCC第5次報告書の中身について触れていきます。

はじめに、最近100年間の気温変化の調査結果です。

地域的な変化傾向の

データが十分揃う期間(1901～2012年)では、ほぼ地球全体で地上気温が上昇しており、世界平均地上気温は、1880～2012年の期間に、0.85℃上昇しているとまとめられています。

IPCCでは「気候システムの温暖化には疑う余地がない。」という強い表現を使っ

ています。これは世界中の科学者たちが、データ解析の結果、地球温暖化が進行しているという結論に自信をもってしていることを表現した結果です。「ここ数年、夏が暑いのがニュースで取り上げられるから、温暖化しているという話わかるが、冷夏もあったじゃないか!」とい

う疑問をもたれる方がいるかもしれません。1993年には、日本での冷夏から引き起こされた米不足の騒ぎに巻き込まれたことは記憶にあるところです。この疑問を解く鍵は、この地球温暖化という問題を、どれ位の時間スケールで考えているかです。右図の上のグラフを見ると、世界平均地上気温の変化は、100年スケールで見た明確な上昇に加え、10年規模変動や年々変動を含んでいることがわかります。問題になっている地球温暖化は、100年規模の長期傾向なのです。この100年規模の変化を問題視

し、この上昇の原因が二酸化炭素などの温室効果ガスにあると考えているのです。

今回は、この温室効果ガスと地球温暖化との関係について述べている部分を、IPCC第5次報告書から見ていきます。
(広島県地方気象台 観測予報課 岡崎賢治)



「食品交換表」(改訂版)が発行され、糖尿病や食事療法についてわかりやすく解説。

糖尿病食事療法のための食品交換表の改訂 より使いやすい指針を提示

話題の 健康づくり アラカルト

① 食品交換表

今月号から「話題の健康づくりアラカルト」と題して、今旬の健康づくりを紹介していこうと思います。初回は、改訂版「糖尿病食事療法のための食品交換表」(以下「食品交換表」)のポイントを解説します。

食品交換表は昭和40年に第一版が発行され、長年にわたって糖尿病の食事療法のバイブルとして活用されてきました。今回は、およそ10年ぶりに、「使いやすい」「実行可能な食品交換表」をコンセプトに改訂されました。

糖尿病はインスリンというホルモンの働きが悪くなったり、分泌量が減ることによって血液中のブドウ糖が増加した状態が続いてしまう病気です。糖尿病の予防の基本は「食事」と「運動」とはいえ、食事をコントロールするのはたやすいことではありません。そこで、食品80キロを1単位として、摂取エネルギー量の計算やメニューづくりがしやすいようにと考案されたのが食品交換表です。糖尿病や食事療法についてわかりやすく解説されており、1日に必要なエネルギー量の計算方法もわかります。また、個々の生活習慣を尊重した個別対応の食事療法の重要性も示され、読み進めながら自分に合った献立が作成できます。また、今回は、ナンプラーやスターフルーツなど26品目が追加され、塩分・脂肪・食物繊維の多い食品にはマークがつ

県は、食品衛生基準を満たした製造・加工施設について、独自に認証する制度を実施中。適合した施設は、商品に「認証マーク」を貼ることができます。当協会は認証機関として、食品衛生管理の認証・更新審査や指導などを行っており、このシリーズでは、当協会が認証した事業者の声を紹介し、食品衛生管理の重要性を伝えていきます。

走り続ける 認証施設



⑤ わたやごちそうデリカ



認証日:平成22年1月6日
所在地:廿日市市大野中央3-3-5
創業:昭和36年
話し手:スーパーバイザー 田村 義和氏

社員の意識向上によりクレーム減少 お客様に安心・安全でおいしい弁当を

■業務内容
平成12年に、仕出し部門の「割烹宅配」や「ごちそうデリカ」をオープンし、一般家庭を対象に弁当の仕出しを行っています。

■認証取得の効果
弊社では、認証の取得に際し、従前の衛生管理マニュアルを見直し、

社内全体で徹底した衛生管理を行っています。併せて、弁当の製造工程におけるシステムを改善し、異物の混入等を未然に防止しています。特に総菜などの品質・味に関しては、弁当

理の徹底を図ることにより、認証を取得する前と比べ、弁当の品質・味に関するクレームが減るとともに、社員一人ひとりの衛生管理に対する意識が変わり、品質の向上が図れるようになりました。

理のもとで運営し、常に改善・改良を重ねていく必要があります。また、金属探知機の導入といった設備投資も考えています。日々の作業で発生するトラブルや衛生面での問題は、ただちに改

全で安心して商品をお届けするため、徹底した衛生管理のもとで運営し、常に改善・改良を重ねていく必要があります。また、金属探知機の導入といった設備投資も考えています。日々の作業で発生するトラブルや衛生面での問題は、ただちに改

の要でもあるため、特段の注意を払い衛生管理に努めています。さらに、衛生管理に関する情報を収集し、定期的に社員教育も行っています。このように、工場をはじめ社内全体で衛生管

■改善策の提案
問題や異常が生じた場合には速やかに対応し、定期的に衛生管理マニュアルをチェックして改善します。

■今後のステップアップ
食品を扱う企業として、より安心して安心して商品をお届けするため、徹底した衛生管理のもとで運営し、常に改善・改良を重ねていく必要があります。また、金属探知機の導入といった設備投資も考えています。日々の作業で発生するトラブルや衛生面での問題は、ただちに改

■消費者の皆さまへ
食を通じて、感動を味わっていただくことが、私たちの喜びであり、生きがいです。これから、私たちが安心して商品をお届けできるよう、日々努力してまいります。

インタビュー：中川／
記事：村上



⑫ お膝元に乙用也

さわやかな初夏。紫色の大型唇形花をたくさんつけた桐の花は、清楚で芳香があり、またその遠望も美しい。

木々の香にむかひて
歩む五月来ぬ
水原秋櫻子

だが、膝が痛んでいては歩けない。人間、年を取ると膝が痛む。花鳥諷



詠を身上とする俳人にとって、足止めは致命傷になりかねない。「年のせい」とあきらめずに専門医に診てもらい、必要がある。症状が初期なら、まず太ももの筋肉を鍛えることである。

で吟行している姿は、よく見かける風景。雨三馬、膝、三馬、膝の作句姿勢は尊い。膝の治療法の進歩は著しい。薬物療法、保温治療、軟骨保護材注入法、内視鏡的手術なら切開しない

御堂前花屋仁右衛門方で客死したのが元禄7年(51歳)。今昔の体位の相違を勘案してもはるかに若い。変形性膝関節など無縁の足であつたろう。

曲げ伸ばしの習慣が大切 健膝、健脚、それ故にこそ健吟の賜物

磨耗し、膝が変形する。日本人では、65歳以上の半数の人に変形が認められ、50歳以上では80万人の患者がいると推定されている。まさに「足止め」を喰った人たちの多さに驚く。花鳥諷

ウォーキングなど無理のない軽い運動を取り入れて体重を減らすのも予防に役立つ。また、いつでも膝を伸ばしたり曲げたりする習慣をつけることが大切だ。高齢の俳人が車椅子

から日帰りが可能。それでも悪化する患者さんには、人工膝関節を入れる方法もある。

俳聖の偉大なる足跡は、まさに「曲げ伸ばし」の習慣にこそ健吟の賜物といふべきか。お膝元に「用心」と題したのである。

旅に病(やん)で
夢は枯野を
かけ廻(めぐ)る
芭蕉

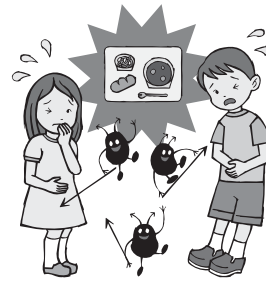
シリーズおわり
太陽俳句会主宰 務中 昌己著
『俳句セラピー』北漢社抜粋



今回は食中毒の大部分を占める細菌性食中毒について説明します。細菌性食中毒は、名前のとおり細菌(ノロウイルスはこの部類に入らない)がヒトに感染して起こる食中毒です。予防方法としては、「予防の三原則」という

感染型と毒素型の2つに大別

“つけない、増やさない、やっつける”で予防



言葉をよく聞きます。これは、食中毒の原因となるものを、「つけない」、「増やさない」、「やっつける」の3つを意味します。では、なぜこの三原則が効果的なのか考えてみたいと思います。細菌性食中毒は、大きく「感染型」と「毒素型」に分かれます。食品中で繁殖した食中毒菌を食品と一緒に食べてしまつて起こる食中毒を「感染型食中毒」といいます。一方、細菌の中

には、食品中で繁殖して毒素を産生するものがあります。この毒素を食品と一緒に食べること、食中毒が起きる場合があります。これが「毒素型食中毒」です。つまり、食品に食中毒の原因となる細菌をつけないこと、ついたとしても増やさないことが効果的であることがわかります。具体的には、食品を取り扱う手指や調理器具は洗浄・消毒する。できるだけ食品を低温で保管するなどです。最後に「やっつける」ですが、これは食品を加熱調理することで細菌を死滅させることです。

梅雨から夏になると、気温と湿度が上昇して細菌が繁殖しやすい季節となり、細菌性食中毒が増えます。「つけない、増やさない、やっつける」を意識して、安全な食生活を過ごしていきますよ。(食品検査課 前 俊江)

第53回 環境保健夏季大学開催のお知らせ

この研修会は、住みよい環境づくりと生涯にわたる健康づくりをめざして地域ぐるみの実践活動を展開している県内の地区衛生組織の関係者が一堂に会し、活動を盛り上げるために必要な知識や方法論を学ぶものです。

また、参加者同士の体験を交流を通して、今後の環境保健・公衆衛生の向上と活性化を図ることをねらいに開催します。

【日 時】平成26年7月10日(木)～11日(金)

1日目:開始 13:00 2日目:終了予定 15:00

【場 所】グリーンピアせとうち

(呉市安浦町三津口326-48 Tel:0823-84-6624)

【対象者】○市町公衛協役員及び事務局担当者で、これまでの夏季大学への参加が5回未満の方

○市町公衛協事務局サポーター養成事業を実施する公衛協の事務局員および機能リーダー

○研修内容を考慮し、適任と思われる公衛協関係者の方

【プログラム】

<1日目>「健康」をテーマとした全員参加の活動紹介&ポスターセッション
情報提供:「広島県の進めるがん対策と住民運動(仮)(県健康福祉局)

<2日目>「環境」をテーマとした全員参加の活動紹介&ポスターセッション
講演「エクササイズで広める健康コミュニティ(仮称)」

講師:フィットインジャパン株式会社 代表取締役 手嶋 恵 氏
一万人の食チェック事業お楽しみ抽選会

●ポスターセッションでは、市町公衛協で展開している「環境」「健康」に関する実践活動の事例発表、情報交換を実施します。各市町公衛協ブースで、展示や配布可能な写真やチラシ、報告書などありましたらご持参いただき、情報交流にお役立てください。

平成26年度ひろしまクールシェア実施のお知らせ

涼しさのおすそわけ

広島県

広島県では、夏の節電対策として、電力需要が最大となる平日昼間の時間帯に家庭のエアコンを消し、公共施設や商業施設等に出かけて涼しさを分け合うことで家庭での電力使用量を削減し、地域全体の節電につなげる「ひろしまクールシェア」の取り組みを平成24年から実施しています。

昨年は411の公共・商業施設が参加し、約9,800kwの節電効果が得られました。

今年は過去3力年と比べて最も低い供給予備率となるため、県としても引き続き節電への取り組みを積極的に行ってまいりますので、皆さまのご協力をお願いします。

■実施期間:平成26年7月10日(木)から9月19日(金)までの平日13時～16時

■実施内容:公共施設 対象施設でスタンプを押し、10回分のスタンプで応募すると、抽選でプレゼントを進呈

商業施設 県内の百貨店やショッピングセンターなどでタイムセール、割引券の配布、プレゼント、ドリンクサービスを実施

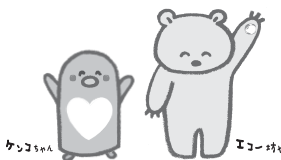
詳しくは広島県ホームページ

ひろしまクールシェア

検索



平成26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、平成26年度で55回目を迎えます。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)

7,689,710



市町名	募金額(円)	達成率(%)
呉市	0	0.0
府中市	897,000	81.6
海田町	990,000	160.0
熊野町	0	0.0
坂町	0	0.0
江田島市	0	0.0
竹原市	0	0.0
大崎上島町	0	0.0
大竹市	1,542,550	241.4
廿日市市	2,611,910	165.1
廿日市市佐伯	309,671	126.8
廿日市市吉和	0	0.0
廿日市市大野	0	0.0
廿日市市宮島	0	0.0

市町名	募金額(円)	達成率(%)
安芸太田町	0	0.0
北広島町	0	0.0
安芸高田市	0	0.0
東広島市	0	0.0
三原市	1,262,230	57.7
世羅町	0	0.0
尾道市	0	0.0
福山市	0	0.0
府中市	0	0.0
神石高原町	0	0.0
三次市	0	0.0
庄原市	0	0.0
その他	76,349	—
合計	7,689,710	21.0

Q. 環境協分配金は何に使われているの?

A. 平成25年度は、8,937,094円が環境協に配分され、公衆衛生推進委員の育成・養成や、環境と健康の学習ルームの運営など、公衛協の実践活動の支援に係る事業費の一部に充てられています。

●環境と学習ルームの運営…約10万円

環境や健康教育の教材を貸し出しています。この度、ごみ減量を呼び掛ける事業で貸し出しているはんでん(30着)をリニューアルいたしました。



市町別一覧表(平成26年5月末現在)

※この表は、平成26年5月末までに市町公衛協事務局から募金委員会に振込みのあった実績額を示しています。