



この人に聞きたい!

気仙沼保健所地域保健福祉部
疾病対策班 井上三千代 技術次長

今回は、北海道胆振東部地震により宮城県から派遣され災害支援活動を行った井上技術次長にお話を伺います。



↑スポーツセンターにおける嘔吐物処理方法の演習の様子。筆者は写真中央。

平成30年9月に発生した北海道胆振東部地震被害への支援として宮城県が派遣した保健師等による「公衆衛生活動チーム」の第5班として、10月4日から1週間、被害の大きかった厚真町で活動してきました。

主な活動として、避難所を巡回し被災者の方々の体調観察や感染症対策を行うほか、賃貸住宅に転居した方々を訪問し体調確認や保健指導を行いました。避難所は一世帯毎にカーテンで仕切られ、段ボールベッドの上で生活できるようになっており、プライバシーへの配慮や感染症対策といった点で、環境は良くなっていました。

避難者の方々は地区ごとに避難していることもあって、励まし合いながら穏やかに過ごされている様子でしたが、不眠を訴える方や、血圧が高い方も多く、また、腕の血栓で救急搬送された方もおり、ストレスフルな生活が身体に与える影響の大きさを改めて感じたところです。

11月には仮設住宅への入居が始まるということで、新たな生活に移行する中で、昔ながらの人と人とのつながりを保ちながら安心した生活ができるよう、行政としての配慮など宮城の経験を伝えてきました。

コロナ 感染症の流行に注意して過ごしましょう

冬にかけて流行する感染症として、インフルエンザ、感染性胃腸炎（ノロウイルス等）があります。皆さん対策は始めていますか？今年には既にインフルエンザの流行が東北でも報告されており、早めの対策行動が必要です。

生活習慣を整え、十分な休養とバランスの良い食事を摂ることは抵抗力を高め、感染しにくいからだをつくります。外から屋内に入ったときの手洗い・うがいの徹底、アルコールによる手指消毒、加湿器などによる保湿、外出時のマスクの着用はウイルスがからだに入ることを防ぎます。また、インフルエンザには予防接種も有効です。是非、今できることから始めてみましょう。

感染症にかかった場合は、早期治療が早期回復につながります。発熱、咳、下痢などの症状がある場合には早めに受診しましょう。



気仙沼保健所疾病対策班
オリジナルキャラクター
“ウォッシュャーク”



災害時のペットの同行避難について知っていますか？

東日本大震災では、ペットが飼い主と離ればなれになってしまう事例が多数発生しました。また避難所でのペットのトラブルも発生しています。

環境省のガイドラインでは、飼い主はペットと一緒に避難所に行くことが原則とされていますが、同行避難先で飼い主もペットも他の避難者もストレス無く過ごすために、日頃から準備をしておくことが大切となります。

避難所の情報を調べましょう

避難所の場所や避難所にペットを連れて行く際の注意事項を、あらかじめ市町に確認をしておきましょう。

ペットの健康管理をしましょう

避難所ではペットの免疫力が低下したり、他の動物との接触が多くなるため、普段からペットの健康管理に注意し、予防接種やノミなどの外部寄生虫の駆除を行い、ペットの健康、衛生状態を確保しましょう。

しつけをしましょう

トイレや鳴き声、攻撃行動等で他の人や動物に迷惑をかけないように、しつけておきましょう。ケージ等に慣らす、不必要に吠えない、決められた場所でトイレができる等のしつけをすることで、避難所における他人への迷惑を防止し、ペット自身のストレスを減らすことができます。

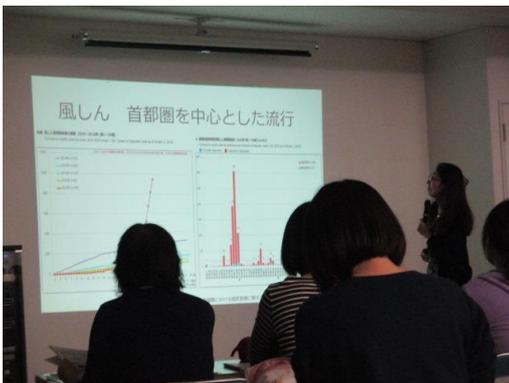
ペット用の避難用品を準備しておこう

いつも食べているフードや療法食等、必要となるものを7日分準備し、人の避難用品と共に保管しましょう。

いざというときペットを守るのはあなた自身です。



感染症予防対策セミナーが開催されました！



10月11日(木)、管内の保育所・幼稚園関係職員、小学校教職員、市町教育委員会、健康福祉関係職員等を対象とした、感染症対策予防セミナーを開催しました。

今年度は、東北大学大学院医学系研究科 助教 吉田 眞紀子先生をお招きし、今話題の感染症として風しんや、今後流行の可能性があるインフルエンザや感染性胃腸炎について講義をいただきました。さらに感染症対策について、施設として、また施設職員として今後どのような取り組みができるのかを、参加者の皆さんと意見交換を行いました。

参加者からは、「わかりやすかった」「施設の取り組みについて改めて見直したい」などの意見が聞かれ、これからは活かせる研修会とすることができました。

気仙沼保健福祉事務所情報誌「ふかひれ通信」はこちらから！ ↓

<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/ks-health/fukahire-top.html>

気仙沼管内の保健福祉情報を発信する「ふかひれ通信」を掲載しています。

復興・防災などのお知らせや取組を発信します。是非ご覧ください！

※ご感想・ご意見お待ちしております。

担当：気仙沼保健福祉事務所広報委員会

電話：0226-22-6661 メール：fukahire@pref.miyagi.lg.jp

