

復幸だより

2019
3月
第20号

宮城県仙台保健福祉事務所(塩釜保健所)

- ◆ がん対策・地域包括ケア推進研修会開催
(山室医師の死の模擬体験)
- ◆ 大学生への食育事業
- ◆ 保健福祉部業務研究等報告会 W 受賞

特集

山形県から保健師派遣
6年間の軌跡

春の塩竈神社 (2019年3月)



東風吹かば にほひをこせよ 梅の花 主なしとて 春な忘れそ

菅原道真の有名な一首です。今よりずっと昔から、春の訪れを告げる花として、梅の花は日本人に愛されてきました。

写真は、塩竈神社の境内の一角に咲き始めた梅の花です。

撮影日は、日が差せばほかほかと暖かく、ある時は雪がちらつくような、まさに冬から春への移り変わりが実感できる一日でした。長い長い東北の冬が終わりを告げ、ようやく春が訪れようとしています。

梅の花言葉の一つに「忍耐」というものがあるそうです。塩竈神社の梅の木も、長い冬を一身に耐え、春に花を咲かせるためにぐっとエネルギーを蓄えていたのでしょう。あでやかに咲き誇るのではなく、ひっそりと、そして凜と咲く梅の花に、内に秘める力強さが感じられます。

東日本大震災から8年。「復興」という春に向かい、一人ひとりが強く柔らかな花を咲かせることができるよう、職員一丸となって支援に取り組んでまいります。



東日本大震災から8年が経過して

息の長い取組が必要

東日本大震災から8年が経過しました。

管内の市町村においては災害公営住宅が完成し、公共施設や新たな商店街が徐々に整備されるなど、復興が大きくすすんでいます。

今後、復興に向けたまちづくりはさらに進んでいくものと考えております。

しかし一方で、県内の災害公営住宅に焦点を当ててみると、ひとり暮らし世帯は全体の46.8%を占め、高齢者のひとり暮らし世帯は29.5%、高齢化率(65歳以上の高齢者の割合)は52.1%(県全体の高齢化率は26.9%)を占めている状況にあります。(※「平成29年度宮城県災害公営住宅入居者健康調査」結果による。)

また、同調査によれば、不安や抑うつ症状などを抱えている方や、眠れない、相談相手がいないと訴える方も依然として多い状況にあります。

さらに多量飲酒(週4日以上かつ1日3合以上飲酒)については60~69歳の男性で一番多くなっており、地域との交流活動にもあまり参加されていない状況にあります。

当事務所においては、震災後「被災者生活支援チーム」を設置し、各市町村ごとに担当保健師を割り振り、市町村の皆さんと一緒に取組を進めて参りましたが、こうした問題はすぐに解決できるものではなく、「孤立化」という問題も加え、息の長い取組が必要であると考えます。

今後とも市町村や関係機関・関係団体の皆さんと常に問題意識を共有し、被災された方々の健康問題をはじめ心のケアに精一杯取り組んで参りたいと考えております。

未来を託して

去る3月1日、県内の公立高校81校で卒業式が行われました。

その日巣立った中には、平成28年4月、多賀城高校に全国2番目に新設された「災害科学科」の1期生の皆さんもおり、当日はテレビのインタビューに少し顔を紅潮させながら将来への夢を熱く語っていました。

「将来は看護師になってDMAT(災害派遣医療チーム)の一員として活躍するため、精一杯勉強を頑張っていきたい。そしてこれからも防災の知識をさらに身につけていきたい。」「建築の方面で災害に強い、人を守る家造りを学んでいきたい。」

間もなく桜の季節がやってまいります。

新たなステージにおいても、彼ら・彼女らがいまの熱い志(こころざし)を持ち続け、将来、みやぎの復興と社会の発展に大きく貢献してくれることをこころより期待しております。



三浦正之

仙台保健福祉事務所(塩釜保健所)にご勤務された山形県保健師の皆様

山形

平成25年度 平成26年度 平成27年度 平成28年度 平成29年度 平成30年度

宮城



松田和佳子さん



稲垣美沙樹さん



五十嵐祐子さん



大場華織さん



小関華子さん



西塔晃奈さん

山形県保健師の活動



山形県のマスコットキャラクター
「きてけるくん」

23年度	3月	東日本大震災発生 仙台市へ保健師を派遣 【活動内容】 ・避難所内の衛生対策 ・こころのケアチームと連携した被災者の健康相談、継続支援 ・生活不活発病、予防活動
	8月	仙台保健福祉事務所岩沼支所へ保健師を派遣 【活動内容】 ・感染症予防業務 ・仮設住宅等における健康調査、保健指導の実施 ・通常の保健活動再開に向けた被災市町への支援、調整
25年度	4月	仙台保健福祉事務所へ保健師を派遣(平成30年度まで継続) 【活動内容】 ・被災者生活支援、感染症予防業務、精神保健業務 ・健康調査の結果から、継続フォローが必要とされる者への ・訪問実施。 ～平成30年度まで継続～
26年度		・被災者健康支援研修会や所内被災者生活支援チームを開催し健康課題等を支援者で共有
27年度		・震災後、アルコール問題が増加し、支援者が対応に苦慮しているとの声が多く聞かれたため、「アルコール関連問題実態調査」を実施 ・実態調査の結果を踏まえ、アルコール関連問題支援者研修会
28年度		を実施 ～平成30年度まで毎年実施～
29年度		・アルコール健康問題に関するアンケート調査を実施し、結果を前年度までの調査と比較、分析 ・ゲートキーパー養成研修を実施
30年度		・市町で開催される被災者支援に関する会議に出席し情報共有 ・既存事業に被災者支援の視点を取り入れ実施
	3月	(保健師派遣終了)

復興支援

山形県からの保健師派遣 ～ 6年間の軌跡 ～

本年度で終了

宮城県では、東日本大震災後、山形県に地方自治法に基づく保健師の長期派遣を要請しました。当事務所へも、平成25年度から、一年交代で若手保健師を派遣していただき、震災復興及び被災者支援に御尽力いただきました。

山形県の皆様に感謝

山形県の派遣保健師の皆様には平成25年度から6年間にわたり、被災者生活支援チームの一員として、住民の方々への健康調査、市町村との会議、支援者向け研修会の開催など、多方面において御活躍いただきました。

宮城県の被災者に寄り添い、復興に向けてのバトンを繋いでいただき、ありがとうございます。

これからも皆様への感謝の気持ちを胸に、当所職員一同、復興支援に邁進していきます。

(仙台保健福祉事務所保健師一同)

母子・障害第二班の皆さんと



1年という短い期間でしたが震災からの復旧・復興に関わることができました。保健師派遣は終了となりますが、今後も両県の交流を続けていきましょう。



本年度派遣の西塔さん

仙保福
トピックス

講師の山室誠先生



山室先生の「死の模擬体験」
医療・介護関係者対象に開催

看取りに対する考え方が変わった

塩竈市で「がん対策・地域包括ケア推進研修会」開催

平成31年1月25日(金)マリ
ングート塩釜において、塩釜管
内の医療従事者や介護関係者
80名を対象に、「がん対策・地
域包括ケア推進研修会」を開催
しました。

今回は、岡部医院仙台の元院
長で東北大学名誉教授の山室誠
先生を講師にお迎えし「看取る
ほど解る『いのち』の重さかな
〜百聞は一験にしかず〜」と題
し、「がんや高齢であっても、在
宅で最期まで暮らせる塩釜地域
を目指して」をテーマに御講演
いただきました。

山室先生は、本県の緩和医療
のパイオニアとして、長年地域
の看取り医療に携わっておら
れ、現在は、全国各地で「いの
ち」や「死」についての講演を
行い、ターミナルケアの普及・
啓発に御尽力されています。

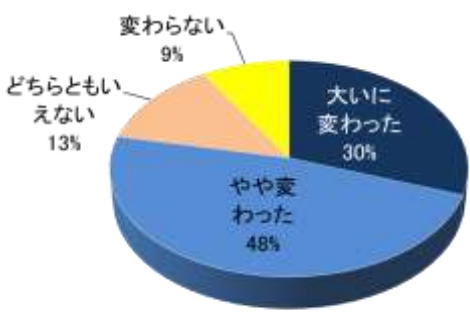
今回の表題の「一験」とは、
自分自身ががんに罹患したと想
定し、亡くなるまでに一つ一つ
大切なものを失っていく過程を
体験する「死の模擬体験」を表
現したものです。

講演では、山室先生の独特の
語り口調に誘われ、参加者一人
一人が、自分が「死」を迎える
までを想像します。しんみりと
したBGMが流れる中、終末期
を迎える頃には、多くの参加者
のまつげが濡れているように見
受けられました。

死の模擬体験を通じて、あら
ためて自分の「死」について考
える貴重な機会になったことと
思います。

研修後のアンケートでは、「初
めての体験でしたが、とても素
晴らしかった」、「体験を通じて
大切な人が周りにたくさんいる

看取りに対する考え方の変化



アンケート結果から

ことに気づかされました」など、
9割以上の参加者に満足いただ
けたようでした。また、講師に
ついて、「これまでの講師の中で
最高」、「次回も山室先生の話を
聴きたい」などの回答も多く寄
せられ、人気の高さうかがえ
ました。

今後も、当事務所では、在宅
医療や地域包括ケアに関する研
修会を企画・運営してまいりま
す。



受賞報告

～ 平成 30 年度 保健福祉部業務研究等報告会 ～



当事務所が最優秀賞・優秀賞W受賞

災害時初動対応訓練

感染症対策が高く評価される

平成 31 年 2 月 1 日（金）、県庁 1 階みやぎ広報室において、平成 30 年度保健福祉部業務研究等報告会が行われ、仙台保健福祉事務所（塩釜保健所）岩沼支所が最優秀賞を、仙台保健福祉事務所（塩釜保健所）が優秀賞をいただきました。

この報告会は、感染症対策や障害者支援等様々な分野について、保健福祉部各課室及び各地方機関における取組を紹介するもので、今年度は 16 名が発表しました。

岩沼支所からは、「管内社会福祉施設における感染症対策についてー感染症リスク区域別カラーマップの活用に向けた取組ー」と題して、高齢者施設・障害者施設等における感染症対策の普及・啓発活動について、本所からは、「大規模災害時における事務所機能の移転を踏まえた初動対応訓練」と題して、今年度実施した「災害時初動対応訓練ワーキンググループ」の実績をそれぞれ発表しました。（詳細は県保健福祉総務課HPで公開中）



感染症リスク区域別カラーマップ（左）とアクションカード（災害時初動対応訓練）



県保健所で骨髄バンクのドナー登録ができます

命のボランティア ～ ドナー登録は2mlの採血から ～

日本で非血縁者間の骨髄移植や末梢血幹細胞移植を必要としている患者さんは、毎年少なくとも2,000人を数えます。一人でも多くの患者さんを救うには、一人でも多くのドナー登録が不可欠です。

ドナー登録は、2mlの採血で済みます。

適合するドナーの方を待ち望む患者さんにとって、あなたの登録が、命をつなぐチャンスになるかもしれません。

(ドナー登録のしおり「チャンス」より抜粋)

骨髄バンクに関するご質問・お問い合わせ窓口

日本骨髄バンク TEL 03-5280-1789
ホームページ <http://www.jmdp.or.jp/>

登録受付に関するお問い合わせ先

塩釜保健所疾病対策班 TEL 022-363-5504



【問合せ先】疾病対策班

☎ 022-363-5504

春です！あなたのごみの分別・出し方は大丈夫ですか？

春は入学や就職、転勤や引っ越しなど、ご家庭や職場でそれぞれ節目を迎えるシーズンです。

これを機会にごみの分別方法・出し方について再確認し、清々しく気持ちの良い暮らしをスタートさせませんか？

ごみの分別方法・出し方を確認しましょう。

お住いの市町村によって、ごみの分別方法や出し方はルールが異なります。今まで燃えるごみに出していたものが資源としてリサイクルできるものだったり、混ぜてはいけないものだったり、間違えた分別方法をしているかもしれません。また、集積所に出す日や時間帯など、出し方にも配慮が必要です。ひとりひとりがルールを守って、清潔に気持ちよく集積所を利用できるよう心がけましょう。

大量のごみなどを出すときは事前にお住いの市町村に確認しましょう。

引っ越しや片付けなどで一度に廃棄される大量のごみ、使用されなくなった電化製品や家具などは、多くの市町村では「集積所には出さないでください」などのルールがあります。集積所に出せないごみについては「自分で直接運び込む」、「市町村の許可を受けた業者に委託する」などお住いの市町村に出し方を確認してください。

不法投棄は重大犯罪です！

法律では「何人もみだりに廃棄物を捨ててはならない。」となっています。個人であっても不法投棄を行うことは重大な犯罪で、厳しく罰せられます。使用されなくなった電化製品や家具などを不法投棄する例が増えています。きちんと最後まで責任を持ちましょう。

【問合せ先】環境廃棄物班

☎ 022-363-5501



学生食堂で「野菜たっぷり昼ご飯」を提供



— 尚綱学院大学と仙台保健福祉事務所が連携して、大学生への食育推進事業を実施 —



学生さんがメニューを考案

ランチA
¥450

メニュー

- ・ごはん
- ・かぼちやの豆乳スープ
- ・クリームコロッケ
- ・野菜の塩昆布和え

1日の目標摂取量の
1/3 (120g)
の野菜が摂れます!

測定をきっかけに普
段の食生活等を振り
かえました。

尚綱学院大学の食育推進サークル「ヘルシークラブアップル」「健康栄養学科高橋ゼミ」が主体となり、健康に興味の薄い同世代の若者にも関心を持ってもらおうと、平成30年11月28日に、学内で野菜摂取や朝食喫食を促すイベントを企画・開催しました。



学内で「測定会」

血管年齢測定、肌チェック、血圧測定、
簡単野菜料理レシピの配布などを実施

Twitterも配信中 健康情報をフォローしてね! アカウント@s_healthyapple

【問い合わせ先】健康づくり支援班
☎ 022-363-5503

こころの相談のお知らせ

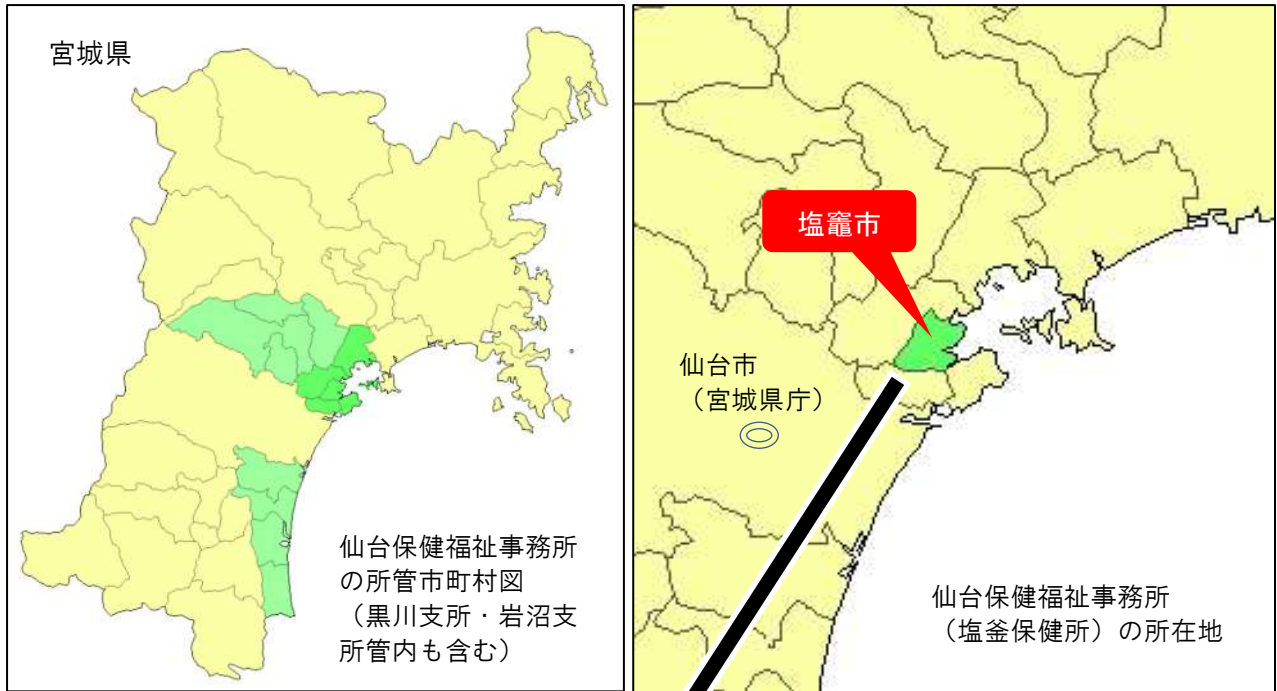
気分が落ち込む、家族が家に引きこもっている、お酒がやめられない等の悩みの相談に、精神科医や専門の相談員等が応じます (予約制)。



【問合せ先】母子・障害第二班
☎ 022-365-3153

内容	開催日	場所	
こころの相談	4月18日 (木)	塩釜保健所	
	5月9日 (木)	多賀城市役所	
	5月16日 (木)	松島町 保健福祉センター	
ひきこもり・思春期 こころの相談	4月9日 (火)	塩釜保健所	
	4月17日 (水)		
	5月14日 (火)		
アルコール・ 薬物関連相談	5月15日 (水)	塩釜保健所	
	4月16日 (火)		塩竈市保健センター
	5月21日 (火)		塩釜保健所

宮城県仙台保健福祉事務所(塩釜保健所)の案内図



【発行・問合せ先】宮城県仙台保健福祉事務所HP委員会(事務局:企画総務班)

TEL: 022-363-5502 FAX: 022-362-6161 E-mail: sdhfwzpg@pref.miyagi.lg.jp