

2019

9月

第22号

# 復幸だより

宮城県仙台保健福祉事務所(塩釜保健所)

- ◆ 在宅医療・地域包括ケア推進研修
- ◆ 鳥・新型インフル対応訓練

特集

塩竈市魚市場・仲卸市場  
早朝監視

早朝の塩竈市魚市場前 (2019年8月)



### 地方卸売市場 塩竈市魚市場<sup>ぎよしじょう</sup>

- 昭和 4 年 岸壁の一部に屋根を設け塩竈町魚市場開設
- 平成 23 年 東日本大震災で甚大な被害を受ける
- 平成 29 年 新塩竈市魚市場完成

塩竈市魚市場は、消費者の皆さんに安全で安心な水産物を提供するため、総合的な衛生管理体制の確立をめざした高度衛生管理型の市場です。  
(2 階のみ一般見学可能)

(市場内の「おさかなミュージアム」の説明パネルから)

「<sup>ふっこう</sup>復幸だより」は、被災者生活支援事業の一環として、平成25年12月より当所の復興支援事業やイベント等を定期的にお知らせする情報誌です。地域の皆様が一日も早く復興され、幸せが訪れますよう、職員一丸となって頑張っております。(問い合わせ等は当所ホームページ参照ください)



## 東京 2020 オリンピック・パラリンピック

県内でも競技が行われる、「東京 2020 オリンピック・パラリンピック」の開幕まで1年を切りました。開幕日までの日数を知らせるカウントダウンボードが、2019年7月24日から県庁の1階ロビーに設置されています。

県内で行われるのは、サッカー競技です。利府町にある「ひとめぼれスタジアム宮城」で、2020年7月22日から、サッカー競技の男子3試合、女子7試合、計10試合が6日間で行われる予定です。今回の大会は、「東日本大震災の被災地の復興を後押しする、復興を成し遂げつつある被災地の姿を世界に向けて発信する」ことも開催の目的とされており、「復興五輪」と位置づけられています。

聖火リレーに先立ち、3月には県内2か所で聖火が「復興の火」として展示され、また6月には3日間、聖火リレーが沿岸被災地を中心に回ることとなっています（日程は下記のとおり）。

本県で開催される「東京 2020 オリンピック・パラリンピックやその関連イベント」。この簡単には経験できない、素晴らしい機会を逃すことなく、是非皆さんも楽しんでいただき、そして一緒に復興した宮城の姿を世界へ発信していければと思います。

### 「復興の火」の展示

2020. 3. 20(金) 石巻市「石巻南浜津波復興祈念公園」  
3. 21(土) 仙台市「仙台駅東口エリア」

### 「聖火リレー」( [ ] 内は、セレブレーション会場)

6. 20(土) 気仙沼市→南三陸町→石巻市→女川町 [JR 女川駅前]  
6. 21(日) 東松島市→松島町→塩竈市→七ヶ浜町→多賀城市  
→大衡村→利府町 [県総合運動公園体育館]  
6. 22(月) 山元町→亘理町→岩沼市→名取市→仙台市 [勾当台公園]

# 復興五輪

# みやぎの姿を世界に発信

## 日本は危険な国？(感染症対策)

海外から、日本は旅行するのにある点で危険な国とされていることをご存じでしょうか。

例えば、米国は、自国の風しんワクチン未接種等の妊婦に対し、風しん患者の急増している日本への渡航について注意喚起しています。妊娠初期の妊婦さんが風しんに感染すると、赤ちゃんの目や耳、心臓に障害が起こることがあります。そうしたこともあり、風しんの患者が増加している日本は、風しんに関して、他国から危ない国とみられているのです。

風しんの感染拡大への対策としては、特に、昭和37年度～昭和53年度生まれの男性は、子どもの頃に公的予防接種を受ける機会がなく、抗体を保有している方の割合が他の年代・性別よりも低くなっているため、それらの男性の抗体保有率を高めることが重要となっています。

検査対象者には、今年度と来年度の2か年でお住まいの市町村から「風しん抗体検査と予防接種のクーポン券」が送られます。これから生まれてくる世代の子どもを守るために、クーポン券を確認し、受診していただければと思います。



鈴木宏昭

特集

保健所ってこんな仕事もしています

魚市場関係者から聞き取りをする保健所職員

# 県民の食の安全のために

## 塩竈市魚市場早朝監視

【写真1】早朝の塩竈市魚市場



今回から保健所がどのような仕事を行っているかを特集でご紹介します。第1回は「魚市場の監視」です。

### 魚介類の衛生的取扱いを確認

9月初旬早朝、周囲がまだ薄暗く人々が寝静まる中、魚市場の一日はすでに始まろうとしています。(写真1)

「三陸塩釜ひがしもの」で有名な塩竈市魚市場の朝は、午前3時頃からは近海マグロの水揚げから始まります。

午前5時からは前日夜に水揚げされた活魚の競り、午前8時からは生マグロの競りが行われ、午前11時の近海刺し網漁の競りで魚市場の一日が終了します。

塩釜保健所食品薬事班では、定期的にこれら競売りの監視指導を実施し、魚市場における魚介類の衛生的取扱いの維持に努めています。(写真2)

9月からは、近海底引き網漁が解禁され、またマグロまぐろ旋網船やマグロ延縄船はえなわの入港が増え、港に活気があふれる時期となります。

【写真2】職員による監視（市場内）





仲卸関係者から聞き取りをする保健所職員

# 塩釜から食卓へ安心をお届け

## 塩釜水産物仲卸市場監視

### 温度管理や表示等を確認

「今日はずいぶん早いね…」  
毎月の監視ですっかり顔なじみになったお店の主人から声をかけられ、まずは世間話から始まります。(写真3)

塩竈市魚市場から車で5分ほどのところにある「塩釜水産物仲卸市場」は東北最大級の水産物卸売市場。

新鮮な水産物を求めて、毎日県内外から仕入れ業者や買い物客が訪れています。

仲卸市場には約 120 の業者が店舗を構えており、水揚げされたばかりの新鮮な魚介類をはじめ、周辺の水産物製造施設等で作られた水産食品を、数多く取り扱っています。

塩釜保健所食品薬事班ではこれら魚介類や水産食品が、衛生的かつ適切に取り扱われているか、温度管理状況や表示等について日々監視指導を行っています。



【写真3】声をかけられる保健所職員

仲卸のおばちゃん曰く「お正月用の「なめた」はクリスマス過ぎると値上がりするよ！」



人気になり価格高騰している「のどぐろ」

獣医師  
平野の

豆  
知  
識



# 脂がのりすぎた、 ちょっと危ない魚たち

魚類に含まれる脂質の大部分は、不飽和脂肪酸であることはよく知られています。不飽和脂肪酸は融点が低いので、冷たい水中で魚類の身体が固まってしまう事を防ぐための、自然界の知恵ともいえます。

魚を美味しく感じるポイントは、旨み成分であるイノシン酸と不飽和脂肪酸などの脂質のバランスと言われており、マグロの大トロやキチジー夜干しなど、脂がのった旬の魚はとても美味しいものです。

## アブラソコムツ バラムツ



アブラソコムツ

バラムツ

注意  
①

### “マクラ” クッション材として使用されることも

アブラソコムツ、バラムツはクロタチカマス科の深海魚の一種で、マグロ延縄漁で混獲され、マグロの魚体が傷まないように、船倉の底に敷き詰め、クッション材として使用されることもあるため、漁師間では「マクラ」と呼ばれています。

### 浮き袋がないため油脂が大量にあり美味しい？

これらの魚は魚類特有の浮き袋を持っていません。そこで、深海中で浮力を得るために、筋肉中に海水より軽い油脂の一種であるワックスエステルを大量に含有しており、海外ではホワイトツナとも呼ばれ、マグロの大トロよりも美味しいとも言われています。しかしながら、ヒトはワックスエステルを消化することができず、多量に喫食すると腹痛や下痢、そして皮膚から脂がしみ出してくる皮脂漏症を起こすことが知られています。

次に示す URL には、身を挺したアブラソコムツの食レポが掲載されていますので、興味のある方はご覧ください。 <http://zazamushi.net/whitetuna/>

### かつて食中毒事件が発生したことも

幼稚園の給食で誤ってバラムツが提供され、園児や教員が食中毒を起こした事件を受け、厚生労働省は1970年にバラムツを食用禁止とし、1981年にはアブラソコムツも食用禁止としています。

県内でこれらの魚を原因とする食中毒発生事例はありませんが、他県では誤食やギンタラ等への偽装を原因とする食中毒の発生が報告されています。

これらの魚は、過去に塩竈市魚市場にも水揚げされたことがあり、市場監視ではマグロに混じって水揚げされていないか注意を払っていますが、市場関係者によれば、ここ何年も見かけたことは無いとのこと。

注意

②

# アブラボウズ



## 脂質が大量に含まれるから「油坊主」

アブラボウズは、ギンダラ科の大型の深海魚で、その筋肉中には深海の水圧や水温に適応できるように、トリグリセリドという脂質が大量に含まれており、非常に脂っこい魚ということで「油坊主」または「脂坊主」などと漢字表記されています。関東地方で多く水揚げされ、神奈川県小田原市では、「アソイツケ」や「オツツケ」とも呼ばれ、郷土料理の食材として親しまれています。

## 人に消化されにくい油脂

焼き魚や煮付けにすると大変美味しい魚ですが、中性脂肪であるトリグリセリドは、ヒトにとって消化吸収されにくい性質を持つため、個人差はありますが、食べ過ぎると腹痛や下痢を起こすことが知られています。

アブラボウズは、高級魚である「クエ（あら）」に外観が似ていることから、特にクエを珍重する西日本地域において偽装事件が散見され、直近では2007年に大阪で偽装事件が起き、業者が摘発されています。

## 塩竈市魚市場でも水揚げされることも

塩竈市魚市場でも時折水揚げされることがあり、塩釜水産物仲卸市場で販売されているのを見かけたことがあります。販売されている魚には魚種の表示は見当たらないものの、アブラボウズと思われたので、業者に魚種を尋ねると「クエ」と答えるので、さらに問い詰めると「アブラボウズとも言う」とのこと。そして、「塩竈界限ではアブラボウズのことをクエと呼ぶ」と抗弁する始末だったので、「消費者に正確な情報を伝えるのは、販売者の義務」と説諭したことを覚えています。

## 美味しいけど食べ過ぎるとお腹を壊すかも

アブラボウズは、先に述べたバラムツやアブラソコムツとは異なり、販売禁止魚ではありません。筆者も、とあるお店で大変美味しいアブラボウズの煮付けを頂いたことがあります。

豆知識ですが、アブラボウズの筋肉100g中には14mg以上のビタミンEが含まれ、この量はアンコウの肝を上回っています。また、他の魚種よりは少なめではありますが、健康に良いと言われるEPAやDHAもしっかり含まれています。

以上のように、アブラボウズはとても美味しく栄養も豊富な魚ですが、食べ過ぎると下痢を起こすことがあるので注意が必要です。

(写真：厚労省自然毒のリスクプロファイルより転載)

ここで紹介した魚たちは、生活環境に適応するため、筋肉中に特殊な脂質を大量に含有し、自身の生活に利用しています。脂質は旨味を感じる大切な要素でもあるため、これらの魚たちは食べると美味しいと言われていますが、美味しさにも危険が伴うこともあるというお話でした。

### 【筆者紹介】

平野 浩（ひらの ひろし）  
仙台市生まれ。獣医師。  
昭和61年入庁、循環型社会推進課を経て、平成31年4月から当事務所の技術副所長兼環境衛生部長。

あなたの  
大切な人を  
消せますか

# 終末期を体験

山室先生の  
大好評企画



在宅医療・地域包括ケア推進研修会「死の模擬体験授業」開催

対象の黒川地区の医療・介護関係者42名の方が参加しました。



死の模擬体験では、はじめに大切な物や人を紙に書く。その後、がんの進行とともに、一つ一つ消去していく。



## 死について考え直すきっかけに

令和元年7月12日(金) 富谷市の成田公民館にて、在宅医療・地域包括ケア推進研修会を開催し、岡部医院仙台 山室誠先生に「看取るほど解るいのちの重さかな～百間は一験にしかず～」というテーマで御講演をいただきました。(同講演は昨年度に引き続き2回目)

講演では、「“看取り”とは臨終に立ち会うこと(見取り)ではなく、終末期を看病や世話をしながら本人とともに過ごすこと」という前提のもと、山室先生が実際に立ち会った看取りの現場のお話だけでなく、参加者自身が終末期の心情の変化や喪失感を体験する「死の模擬体験授業」が行われました。

参加者からは「普段は詳しく死や看取りの話聞く機会がないため、とても良かった。」「自分や家族が死ぬまでの間の心の変化が分かった。」といった声が寄せられ、「死について家族と話し合ってみたいと思った。」という声もありました。

参加者全員で確認

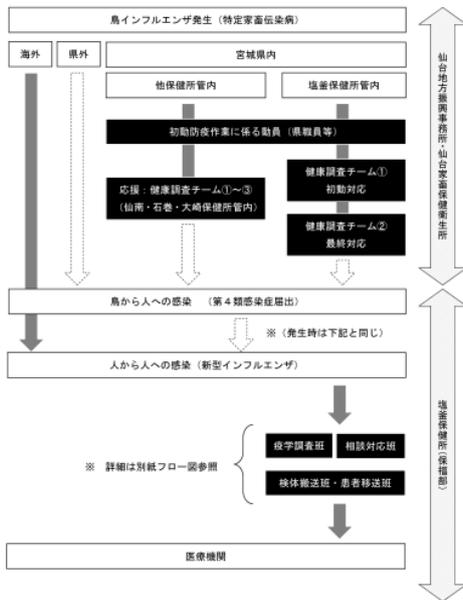


櫻井保健所長



# 発生時に備えて訓練・準備

## 新型インフルエンザ・鳥インフルエンザ発生時の保健所チーム・班編成



## 鳥・新型インフルエンザの訓練を開催

### 基礎知識の習得・各班の役割確認

新型インフルエンザの世界的流行（パンデミック）に備えるため、保健所では、関係職員を対象に新型インフルエンザ及び鳥インフルエンザ患者発生時訓練を毎年実施しています。

今年度は、鳥インフルエンザ発生時の対応能力向上と関係機関との連携強化のために、県仙台地方振興事務所と仙台家畜保健衛生所の獣医師等職員を外部講師に迎え、令和元年6月17日（月）に所内大会議室で説明会及び訓練を実施しました。

新型インフルエンザに関する基礎知識を習得するとともに、仙台家畜保健衛生所からは昨年度の防疫演習の説明がありました（DVDを上映）。

後半は、説明相談・防疫体制等の確認を各グループに分かれて行いました。

また、最後に、感染症担当の保健師が講師となりPPE（個人防護服）の正しい着脱方法について参加者全員で再確認し、感染防御策を身につけました。

外科医でもある櫻井保健所長は、正しい個人防護衣（手袋）の着脱方法について、自ら模範となつて解説をしました。（写真）

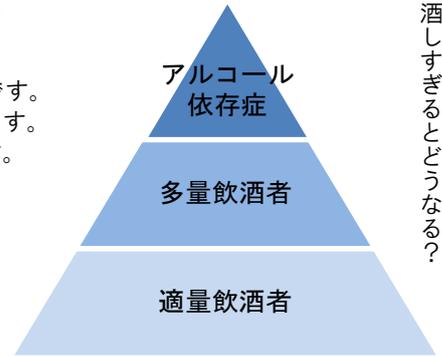
各グループで確認



# アルコールに関する問題の専門相談

お酒は適切な飲み方であればストレス解消の手段や気分転換の1つになるものです。しかし、長期に多量のお酒を飲んでいる方は体や心に様々な症状や病気が現れます。そのため母子・障害第二班ではアルコールの問題に関する相談を行っています。今回は飲酒量の共通単位である「ドリンク」について紹介します。

飲酒しすぎるとどうなる？



身近なお酒は何ドリンク？

純アルコール 10g を含むアルコール飲料 = 「1ドリンク」

|                                                     |                                                       |                                                        |
|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <b>日本酒</b> (15%)<br>1合 (180ml) = <b>2.2ドリンク</b><br> | <b>ウイスキー</b> (40%)<br>ダブル1杯 (60ml) = <b>2ドリンク</b><br> | <b>ビール</b> (5%)<br>中びん1本 (500ml) = <b>2ドリンク</b><br>    |
| <b>缶酎ハイ</b> (7%)<br>1缶 (350ml) = <b>2ドリンク</b><br>   | <b>焼酎・泡盛</b> (25%)<br>1合 (180ml) = <b>3.6ドリンク</b><br> | <b>ワイン</b> (12%)<br>グラス1杯 (120ml) = <b>1.2ドリンク</b><br> |

出典：知っておこうお酒とのつきあい方 (みやぎ心のケアセンター)

## アルコール依存症

「大切にしていた家族、仕事、趣味などよりも飲酒をはるかに優先させる状態」(厚生労働省)

## 多量飲酒者

1日平均6ドリンクを超える飲酒

## 飲酒量の目安は？

節度ある適切な飲酒量

1日平均 男性 2ドリンク程度  
女性 1ドリンク程度

このように、分かりやすく飲酒量を表しているものがドリンクという単位。



新人保健師 渡辺 英寿

「ドリンク」について知って適切な飲酒を心掛けましょう。ご家族のアルコール問題に困っている方、ご自身のアルコール問題に困っている方は当所へご相談ください。専門相談員と保健師が相談に応じます(要予約)。まずはお電話にてお気軽にご相談ください。

塩釜地区の問い合わせ先：母子・障害第二班：022-365-3153

# 食中毒予防キャンペーン及び薬物乱用防止キャンペーン



食中毒の予防と薬物乱用の根絶を地域の方に呼びかけるキャンペーンを多賀城市のヨークベニマル多賀城店とツルハドラッグ多賀城店で令和元年7月2日(火)に開催しました。

食中毒の予防については、塩釜地区食品衛生協会が中心となって食中毒の予防や手洗いの徹底を買い物客に呼びかけチラシを配布しました。

薬物乱用防止については、塩釜地区薬物乱用防止指導員協議会員、塩釜地区薬剤師会の薬剤師が、「薬物乱用はダメ。ゼッタイ。」のかけ声で、薬物乱用の根絶を訴えました。

買い物客で賑わう夕方の時間に実施したことから、たくさんの人に耳を傾けて頂き、充実した啓発活動を行うことができました。



食品薬事班：022-363-5505



# 櫻井保健所長が表彰

東北大学医学部「高橋記念賞」を保健所長として初受賞

講演を行う櫻井所長

## 大震災と結核の疫学研究

塩釜保健所の櫻井雅浩所長が本年度の東北大学医学部「高橋記念賞」を受賞し、令和元年5月18日（土）に仙台市青葉区の勝山館で受賞式が行われました。

受賞理由は、震災前後で宮城県の結核患者数の動向を調査し、東日本大震災後は今までの自然災害に比べ結核が蔓延しやすい環境にあったことを明らかにしたことによるものです。

受賞式では、櫻井所長より、「東日本大震災と結核 一大規模災害の疫学研究」と題して受賞講演が行われ、震災後、宮城県北部で全結核が有意に多かったこと、北部沿岸部で全結核が有意に多かったこと、避難所で生活することが結核感染の有意な危険因子であったことを報告しました。

「高橋記念賞」は、東北大学医学部卒業の高橋智広先生（東京で開業医）の意思により東北大医学部同窓会内に設立されたもので、宮城県内の教育・研究施設に所属しない優れた医学研究を行った医師に授与されます。

### 【櫻井所長の主な受賞歴】

- 1998年 平成10年度東北大学医学部奨学賞銀賞
- 1998年 平成10年度坂田賞
- 1998年 平成10年度宮城県医師会医学奨励賞銀賞
- 2000年 第21回東北脳血管障害懇話会医学奨励賞（中村隆賞銀賞）
- 2003年 平成14年度循環器学研究振興財団研究助成
- 2006年 洋上救急に対する功績（海上保安庁）
- 2009年 第30回東北脳血管障害研究会医学奨励賞（中村隆賞銅賞）
- 2019年 令和元年度東北大学良陵同窓会高橋記念賞

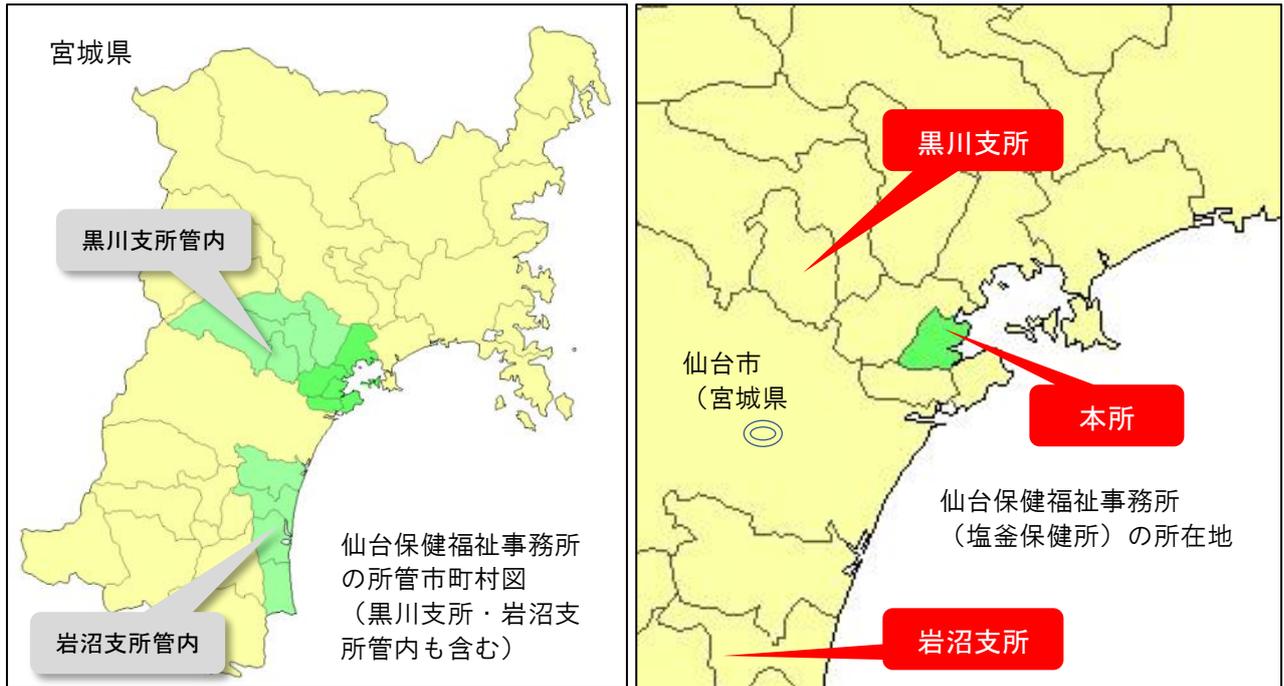
### 結核患者が増加したことを報告



### 歴代の高橋記念賞受賞者

|         |                                                |                             |
|---------|------------------------------------------------|-----------------------------|
| 第30回    | 宗 保 正 徳 (60)                                   | 東北労災病院労働者予防医療センター相談指導部長     |
| 22.5.22 | 『新しい動脈硬化指標のエビデンスの構築に関する臨床的研究』                  |                             |
| 第31回    | 池 村 弘 実 (53)                                   | 東北労災病院副院長                   |
| 23.5.21 | 『内視鏡外科手術の教育と普及への貢献』                            |                             |
| 第32回    | 赤 井 裕 輝 (53)                                   | 東北労災病院副院長兼糖尿病代謝センター長        |
| 24.5.19 | 『顕性糖尿病性腎症の治療法の開発：多角的強化療法による尿蛋白の消失（寛解）と腎組織像の改善』 |                             |
| 第33回    | 相 馬 淳 (60)                                     | 岩手県立中央病院腎臓内科長               |
| 25.5.18 | 『トリアリストの糖尿病性腎症進展抑制効果に関する研究』                    |                             |
| 第34回    | 長 男 達 也 (53)                                   | 高橋記念病院院長                    |
| 26.5.17 | 『インジウム肺の研究一発見から管理まで』                           |                             |
| 第35回    | 大 原 陽 一 郎 (52人)                                | 大原こどもクリニック院長                |
| 27.5.16 | 『小児気管支喘息の新たな早期診断法ならびに予防法の確立に関する研究』             |                             |
| 第36回    | 池 田 秀 敏 (56)                                   | 総合南東北病院下垂体疾患研究所所長           |
| 28.5.21 | 『下垂体腫瘍の外科治療に関する研究』                             |                             |
| 第37回    | 杉 田 健 彦 (54)                                   | 本間記念仙台北整形外科院長               |
| 29.5.20 | 『変形性膝関節症の成因と治療に関する研究』                          |                             |
| 第38回    | 信 田 進 吾 (58)                                   | 東北労災病院部長                    |
| 30.5.26 | 『手の巧緻性障害を伴う上肢末梢神経麻痺の電気生理学的診断と治療に関する研究』         |                             |
| 第39回    | 櫻 井 雅 浩 (平元)                                   | 宮城県保健福祉部技術参事兼塩釜保健所保健医監兼保健所長 |
| 31.5.18 | 『東日本大震災と結核-大規模災害の疫学研究』                         |                             |

# 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