

# 宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.21 平成25年4月

## 地域包括ケアシステム講演会

3月9日、高齢者が住み慣れた地域で生活するための保健・福祉・医療の連携や地域住民の協力等の体制づくりによって進められる地域包括ケアシステムについての研修会(主催:石巻市立病院副院長敬称所、当所共催)が、行政、医療、介護、福祉関係者を対象に開催されました。中継地蔵後に新島長岡町でサポートセンターを運営している小山南園園長から、24時間365日安心して住み慣れた地域で生活するための地域づくりについて、実践を通しての講義がありました。

今回の研修会は、復興に向けたまちづくり、住み慣れたまちで生活するためのシステムを考えるきっかけとなりました。



【研修会の様子】

## 医療と福祉の連携推進研修会

石巻地区地域医療対策委員会主催で、「医療と福祉の連携推進研修会」を3月13日に開催しました。当日は、医師や薬剤師、看護師、ケアマネジャー等約140名が参加しました。

石巻市立病院副院長敬称所の長純一院長から、石巻地域の特色や課題、在宅医療に興味を持つ医師や看護学生を受け入れる等の講義を聞きました。

次に、連携している地域ケアについて、医療機関の医師、ケアマネジャー、訪問看護師から報告がありました。訪問診療にケアマネジャーは同席するように心がけていることや、訪問診療を行う医師が少なく、訪問看護師との連携が不可欠であることなど、連携の重要性を改めて感じました。



【研修会の様子】

## 女川町住民交流会レポート

女川町では、石巻市の民間賃貸仮設住宅で生活している住民の健康状態を把握し、住民同士の交流の場を作ることを目的に、3月5日石巻合同庁舎を会場に住民交流会を開催しました。

医療センターの医師から健康に関する話や、保健師等が血圧測定などを行いました。参加者は約10名と少数でしたが、町民同士のつながりや、町の情報を町職員から直接聞ける良い時間となりました。今後も開催していきたいと住民から希望があり、25年度も交流会を定期的に開催するよう、町では検討して予定です。



【交流会の様子】

## 災害支援シンポジウム

3月17日、石巻赤十字病院において「災害支援シンポジウム～今からの災害ゾーシャルワークの在り方を考える～」(主催:公益社団法人日本医療社会福祉協会)が開催されました。

行政や在宅被災者常支援活動団体等から被災者生活支援の活動事例の報告があり、災害発生時にスピーディーに対応できる公衆衛生チームが必要とことや、仮設住宅入居期には住民主体の健康づくり活動の大切さなどについて意見交換が行われました。



【シンポジウムの様子】

復興支援ニュース 4月号

## 震災から2年を経て一宮部保健福祉事務所長 挨拶

ようやく暖かくなってきて、気持ちも和らいでくる感じがします。毎朝、旧北上川堤防のジョギングを日課にしていますが、この冬は、寒さのために布団から離れられない日もありました。そういう日が続く、と、体だけでなく心も暖む感じとして、心身の密接な関係を実感します。

震災から2年が経ちました。仮設住宅等にお住まいの方は、従来の生活環境が変わってからの生活が長引いて、体を動かす機会が自然と減ってきているのではないかと思います。これまで家の畑で野菜作りをしていたのができなくなった、地域の様々なコミュニティ活動の機会が減ったなど、「使われない機能は責めます」が、その範囲は予想以上に大きいものがあります。体の働きだけでなく、頭の働き、心の有り様も弱ってきます。特に高齢の方や特約のある方は要注意です。予防のためには、体を動かすだけでなく、「一日の生活全体を活性化」することが大切です。

このいわゆる「生活不活発病」対策は、個人レベルの取組に加えて、体を自然と動かすようなコミュニティづくりが大事だと考えています。そのため、保健・医療・福祉分野に止まらず、まちづくり、農林・水産・商工、社会教育などの部門の協力も必要ですので、住民の皆さん、関係者の方々、よろしくお願いします。

東部保健福祉事務所長 渡辺 達美



## 難病対策研究会開催

在宅で療養している神経難病患者や家族が安心して暮らすための管内の支援体制充実をはかることを目的に、当所では、3月15日研究会を開催しました。市町職員や、医療機関、ケアマネジャー等の支援者約50名の参加がありました。

斎藤病院渡辺弘一院長から、神経難病の病気の基本や、災害時には吸引や栄養管理等の医療が最優先になること等の講義がありました。



【研究会の様子】

## 3.11 東日本大震災追悼式

3月11日、東日本大震災2年目を迎えました。石巻市、東松島市、女川町の各市町でも犠牲者を追悼する式が行われ、午後2時46分に黙祷が捧げられました。

女川町では追悼式約1500人が出席し、「あの日から2年、もう2年、まだ2年。過ぎ去った2年という月日は誰にとっても重いものですよ…」と町長が哀悼の意をあらわしました。



【追悼式の様子】

## 問い合わせ先

震災発生3年目を迎えました。これまでの業務をとりとめず、少しでもではありますが復興の歩みを感じています。

東部保健福祉事務所(石巻市東中1-4-32)  
企画総務課  
H P:http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/  
T el:0225-95-1416(代表)  
F ax:0225-94-8982

復興支援ニュース 4月号

# 宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.22 平成25年5月

## 地域福祉コーディネーターの活動が始まります

東日本大震災から2年が経過し、仮設住宅等における生活が長期化することに伴い、福祉や健康、雇用、自治会活動などに様々な課題が出てきています。

そこで、石巻市では平成25年4月から被災者の方々や地域の様々な問題に対して総合的な調整活動をする、地域福祉コーディネーターを7人配置しました。

◎具体的な役割  
仮設住宅や復興住宅で支援が必要な方の見守り活動の促進、必要な支援と結びつけるコーディネーター、地域活動の担い手となる住民組織の支援と活性化などの活動とおして、総合的な調整役としての役割を担う。



【地域福祉コーディネーター活動風景】

◎地域福祉コーディネーターの大野浩幸さんのお話  
現在、担当地域の自治会員や訪問支援員と訪問や巡回を通じて地域の皆さんとお話し、地域の実情把握を始めたところです。今後は、もともとあったコミュニティが今回の震災で壊れてしまったので、ここから地域づくりのために、専門職の力をつないだり、住民主体の活動を後押しするなど、黒子のような役割を担いたいです。

大野浩幸さんはじめ、地域福祉コーディネーターの皆さんの活動が始まったばかりですが、地域の皆さんと暮らしやすい地域づくりに取り組んでいけるよう、今後の活躍が期待されます。

## 応急仮設住宅健康調査の結果がまとまりました

応急仮設住宅(プレハブ)入居者の健康状況の把握と、必要な健康支援を行うために宮城県及び応急仮設住宅を管轄する10市町が、平成24年9月～12月に健康調査を実施しました。

◎調査結果では以下のような特徴が見られました。

- ・震災後から体を動かす機会が少なくなっている方が多い
- ・年代が上がるにつれて体質が良くない、病気になる、体重が減少した方が多い
- ・男性では、相談相手がない、行事に参加しない方が多く、朝又は昼から飲酒する方もいる
- ・女性では、健康診断の受診率が低い、体重が増加した、不安・抑うつなどの心理的苦痛が高い方が多い

今回の調査結果を受けて、高齢者等の見守り体制強化、アルコール対策、生活不活発病予防などについて、県と市町が連携して一層の推進を図ってまいります。

また、今年度も応急仮設住宅入居者の健康調査を実施しますので、御協力をお願いします。

復興支援ニュース 5月号

## 石巻ブロック災害廃棄物の大崎広域処理が始まりました

4月15日、大崎市岩出山池月跡目にある最終処分場へ石巻ブロック(石巻市、東松島市、女川町)で処理した災害廃棄物の焼却灰の搬出が開始されました。地元住民や県・市・組合関係者などが見守る中、現地で放射線量を測定の上、埋め立てを実施。今後、7月15日まで石巻ブロックの焼却灰約5000トン埋め立てる予定です。



【大崎市最終処分場】

県内諸部での災害廃棄物の受入は、大崎市に加え、仙南広域行政事務組合、登米市と栗原市でも開始されており、災害廃棄物の処理の迅速化が期待されます。

## 石巻保健所からのお知らせ

◎東日本大震災に係る手数料の減免が平成26年3月31日まで延長されました

- 営業活動の再開のために必要な許可等  
震災発生時に許可等を受けていた施設が被災し、従前の業務を再開するにあたり、新たに宮城県知事の許可等を取付する場合、手数料が免除になります。
- <例>飲食店営業等許可、旅館業許可、加工業登録、動物取扱業登録等の申請手数料
- 各種証明書等の再交付  
震災により免許や認定・汚損した方で免許証等の再交付を申請する場合、手数料が免除になります。
- <例>准看護師免許証、調理師免許証、栄養士免許証、クリーニング師免許証、製菓衛生師免許証等の再交付手数料

※例に挙げた業種は減免の対象の一部です。詳細は保健所にお問い合わせください。

## 応援職員を紹介いたします!

新島長岡町から来た  
保健師の布留美穂江です  
新島長岡町自治会より派遣

こんにちは!1布留です。新島長岡町保健所から東部保健福祉事務所に派遣になりました。5月と6月の2ヶ月間、よろしくお話しします。私が住む南魚沼市はお酒やお米のおいしいところです。「新島長岡町長、トッキッキのきつぽーと一緒に石巻を応援したいです。」  
※「トッキッキ」は新島長岡町「米蔵」がモチーフ、顔の赤いハートは「トキめき」と参加の熱い思い(ハート)を表現しています。



【布留美穂江】

## 問い合わせ先

宮城県東部保健福祉事務所(宮城県石巻保健所)  
復興支援情報発信チーム  
H P:http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/  
T el:0225-95-1411(内線 322)  
F ax:0225-94-8982

復興支援ニュース 5月号



# 宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.23 平成25年6月

## 災害廃棄物処理の進捗状況

宮城県が石巻市東部野地区に設置した石巻ブロック災害廃棄物2次処理施設(焼却炉5基等)の本格稼働から約1年が経過し、処理完了を目指す節目の年度を迎えました。石巻ブロックの災害廃棄物処理は、5都県の自治体施設及び民間施設における広域処理のご支援により順調に処理が進み、平成26年3月末までの処理完了が見通しがつきました。今後も引き続き、粉じん飛散防止対策や騒音振動対策、放射線量の測定等の生活環境保全へ配慮し、年度内処理を進めていきます。

災害廃棄物処理の状況

ブロック	石巻市	石巻市東部野地区		石巻市西山町		合計
		数量(トン)	処理率(%)	数量(トン)	処理率(%)	
石巻ブロック	焼却炉	1,230	988	27	82.0%	
	水処理	2,072	535	1,165	57.4%	
	資源物	497	357	-	78.8%	
	その他	3,225	1,037	174	39.6%	
合計	7,024	3,016	1,369	55.3%		
宮城県計	17,335	6,761	2,024	35.9%		

## 災害公営住宅入居開始

石巻地域で最初の災害公営住宅として、石巻市東部上り松災害公営住宅(20戸)が今年4月に入居を開始しました。今回、入居を開始した災害公営住宅は、民間活力を活用した借上げ住宅です。石巻地域では、現在、災害公営住宅約6千戸の整備をめざし、工事着工に向けた設計などを進めています。



【石巻市東部上り松災害公営住宅(4棟20戸)】

## 生活不活発病予防検診

### ～ゆいっこプロジェクト～

石巻市では、被災された方を対象に生活不活発病のリスクがある方の早期発見及び予防活動を目的として、「ゆいっこプロジェクト」を関係機関と協力して実施しています。5月は、石巻赤十字病院植田先生から紙芝居により生活不活発病の危険性についてお話を聞き、「生活不活発病予防検診」として深部静脈血栓エコー検査、体力測定や体操などを行いました。11月まで石巻市内各地域で実施しますので、是非ご参加ください。



【手を繋いで片足立ち体操】

復興支援ニュース 6月号

## 「ビジョンバン」で眼科無料検診

5月12日に石巻市仮設河北三反走団地において、宮城県眼科協会が眼科検診車両「ビジョンバン」で無料眼科検診・医療相談を開催しました。ビジョンバンは、眼科総合検診・目の健康相談のほかに、日本全国で大きな災害が起きた時の救済活動もできる車両です。また、ビジョンバンには、様々な眼科医療機器が搭載されており、目に関する様々な相談に対応可能です。ビジョンバンを用いた無料眼科検診・医療相談は今後も継続的に実施される予定です。



【ビジョンバン】

## 大橋メンズクラブ活動紹介

集まりに参加しないとと言われる仮設団地の男性入居者。そんな中で、注目されているのが、石巻市大橋地区にある仮設団地の「大橋メンズクラブ」。先月23日に開催された月例の会にお邪魔しました。今月の活動は、ダンベル体操。15人のメンバーが参加しました。最初に血圧測定。そして、おたく元気ネットの金澤明講師の指導のもとに、12ポーズの体操を行いました。基本は、握る、練る、筋肉を楽にさせない。参加者からは、「疲れました。でも楽しい。」という声があがりました。終了後は、今後のクラブの活動について熱心に意見交換が行われました。益々活躍が期待されるメンズクラブです。



【スクワットのポーズ】

## 佐藤弘道お兄さんがやってくる!

子供は楽しく、大人はメタボ予防として、皆さん体操をしてみませんか? 石巻保健所では、下記の日程で親子体操セミナーを実施します。体操を教えてくれるのは、NHK「おかあさんといっしょ」の10代目体操のお兄さんとして人気の佐藤弘道さんです。佐藤弘道さんと一緒に皆さん楽しく体操しましょう!



日時:平成25年7月19日(金)  
午前11時から正午まで  
会場:石巻市河北総合センター「ビッグバン」  
対象:お子さん(6歳頃まで)とその保護者  
※事前に申込みをされた先着200組様に招待券を送ります。  
(招待券のない方の参加はできません)  
申込み期間:6月10日(月)午前9時から  
6月21日(金)午後5時まで  
申込み方法はこちらまでお問い合わせ下さい。  
宮城県石巻保健所成人・高齢班  
TEL:0225-95-1419

## 震災活動2年目の記録が完成

震災から2年目における当事務所職員の対応・活動に関する記録を作成しました。当事務所が関わる石巻地域の公衆衛生活動についてまとめていきます。当事務所のホームページに掲載予定ですのでぜひご覧下さい。

<ホームページアドレス>  
<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/>

問い合わせ先  
宮城県東部保健福祉事務所(宮城県石巻保健所)  
復興支援情報発信チーム  
HP:<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/>  
TEL:0225-95-1411(内線322)  
FAX:0225-94-8982

復興支援ニュース 6月号

# 宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.24 平成25年7月

## 石巻地域若者サポートステーションが新たに開所しました

石巻地域若者サポートステーション(石巻市西山町)が6月10日に開所し、同日開催されたオープニングイベントで、石巻市内で活動中の就労支援等関係団体によるパネルディスカッションが行われました。



【パネルディスカッションの様子】

地域若者サポートステーションとは、働くことに困難を抱えている若者の就労支援をするために厚生労働省が全国各地に設置している総合相談所です。全国で149か所あり、県内では、仙台市、大崎市に続く3か所目になります。三輪洋人総括コーディネーターは「被災地の若者達が抱える問題の一つとして働く場所の不足がある。若者達が働きがい・生きがいを感じられる場所を一緒に作っていききたい。そして、若者達が石巻地域の復興・まちづくりの主体となっていけるようお手伝いをしたい。」と意気込みを語ってくれました。



【スタッフの皆さん】

今後、石巻地域若者サポートステーションでは、石巻市、松島町、女川町、南三陸町にお住まいの若者(15～39歳)の自立就労支援として、セミナーやジョブトレーニング等、相談者に寄り添った支援活動を行っていく予定です。詳しくは、0225-90-3671までお問い合わせください。

## 腰痛対策研修会を開催しました

「在宅神経障害患者や家族の災害時支援」というテーマで腰痛研修会を6月21日に宮城県石巻合同庁舎で開催しました。市町村や地域包括支援センター、介護支援専門員、医療機関等の支援者約50名が参加しました。宮城県神経障害医療連携センターの関本聖子先生から、神経障害の特性を踏まえた災害時支援(電源確保や介護支援等)についてお話があったほか、支援者の立場からの事例発表やご自身の備えをテーマにした多職種でのグループワークを行いました。

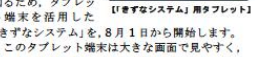
最後に斎藤院長の渡辺副院長から、「大きな災害発生時には公助は期待しにくく、自助・共助に頼らざるを得ないため、どのように連絡を取り合い、どこに連絡するかを家で話し合っておくこと等が必要である。」と助言があり、参加者からも「日頃の備えの大切さを改めて考えさせられた。」との感想が聞かれました。



【腰痛対策研修会の様子】

## 女川町「きざびシステム」貸出ししませ!

女川町では、女川町の情報を得る機会が少ない方々にお住まいの方へ町の情報を提供したり、生活の中で抱える不安やストレス等の軽減を図るため、タブレット端末を活用した「きざびシステム」を、8月1日から開始します。このタブレット端末は大きな画面で見やすく、指1本で簡単に操作できて、誰かと話したいときに話ができる「相談室」もご利用できます。ご希望の方は、女川町役場までお問い合わせください。



【「きざびシステム」用タブレット】

対象者:女川町民で、町外の仮設住宅及びみなし仮設住宅にお住まいの方  
通料:無料。電気代のみご負担です  
内容:町の広報、お祭り等の情報、24時間の相談室、おながわさいがEMの視聴  
連絡先:女川町役場健康福祉課長沖田 隆  
0225-54-3131(内線137)

復興支援ニュース 7月号

## 夏期の体調管理について

本格的に暑い季節になりました。この時期は食中毒が起こりやすくなり、熱中症により体調が崩れやすくなります。体調管理に注意し、元気に夏を乗り切ります。

### 食中毒に注意しましょう

梅雨から夏の暑い時期は湿度、気温がともに高くなり、細菌が増殖しやすい環境になります。一年の中でも細菌による食中毒が発生しやすい時期なので注意が必要です。食中毒の発生率が高い細菌であるカンピロバクター、サルモネラ菌、腸管出血性大腸菌などの食中毒を防止するために、食品を扱う際には食中毒予防の三原則を守りましょう。また県では6月15日から7月14日までを食中毒予防期間と定めています。期間中には食中毒予防啓発のため、大型調理施設などの一斉監視や食品事業者向けの衛生講習会を実施しています。

### 食中毒予防の三原則

- ★手を洗いましょう!
- ★水を清潔に保ちましょう!
- ★調理器具の洗浄・消毒や調理・食事の手洗いを徹底しましょう!

### 熱中症に注意しましょう

熱中症は気温などの環境条件だけではなく人間の体質や着衣に対する慣れなどが影響して起こります。気温がそれほど高くない日でも湿度が高い、風が強い日や、体が暑さに慣れていない時にも注意が必要です。

## 熱中症の予防法



## 薬物乱用防止キャンペーンのお知らせ

薬物乱用問題は人間的に抱える最も深刻な社会問題のひとつとなっています。石巻地区では薬物乱用のない社会をつくるため、石巻地区「ダメ。ゼッタイ。」普及運動を下記のとおり実施します。日時:平成25年7月22日(月)午後3時30分から午後5時まで 場所:イオンモール石巻 内容:石巻地区薬物乱用防止推進員が主体となり、高校生等のヤングボランティア及び関係団体の協力を得て、啓発グッズの配布並びに(財)麻薬・覚せい剤乱用防止センターが実施する基金活動のお手伝いをします。

## 派遣職員紹介

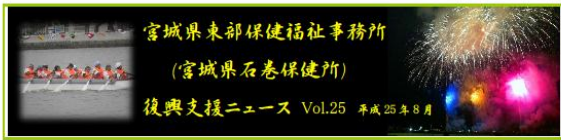


新橋第十町保健所から派遣になりました北島です。宮城県は研修会で仙台に向って以来10年ぶりとなります。業務や皆様との関わりをおして、宮城県のことを知って行きたいと思っております。7月の1ヶ月間と短い期間ですが、少しでも皆様のお役に立てられるように思っておりますので、よろしくお願ひします。

この記事に関するお問い合わせ先  
宮城県東部保健福祉事務所(宮城県石巻保健所)  
復興支援情報発信チーム  
HP:<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/>  
TEL:0225-95-1411(内線322)  
FAX:0225-94-8982

復興支援ニュース 7月号





### 男塾で男力をあげています



【意見交換の様子】 体力向上や健康づくりを目的とした「男力をあげる男塾」を5回シリーズで実施しています。

第2回目の7月9日は、1回目を実施した体力測定の結果について皆さんで確認しました。東松島市では、特定健康診査の結果、血圧の高い方が多く、その原因とみられる生活習慣の見直しについて活発に意見が出されていました。その後、筋力を上げる運動で汗をかき、昼食は、野菜たっぷりで簡単にできるカレーを皆さんで夕食しました。このシリーズで運動や食事に関して学びながら、ますます男力を磨かれることが期待されます。

### 畑作業で進む交流作り

「みやぎこころのケアセンター石巻地域センター」では、今年度新たに、民間賃貸住宅に住む皆さんの交流の場として「ここファーム」(畑作業)を始めました。ここファームでは、正ねぎやジャガイモ、キュウリ、トマトなどの栽培に汗を流し、毎週新鮮な野菜を収穫しています。参加者からは「畑作業を通して交流が出来るのが楽しい」と好評です。

石巻地域センター長の虎岩武志医師は、今後の石巻地域センターについて「地域と医療との連携をさらに開いていくよう、地域センタースタッフと協力しながら頑張りたい」と抱負を語っておられました。

【ここファーム収穫作業中】

### 「こころの日」のイベントが開催されました

日本精神科看護技術協会宮城県支部主催の「こころの日(7月20日)」のイベントが同日、石巻駅前広場で開催されました。震災後初の開催で「心の癒し」をテーマとし、様々なイベントが実施されました。一般市民向けプログラム「自分でできるハンドマッサージ」では、20名の参加者がペアを組んでハンドマッサージを体験し、リラックスタイムを過ごしていました。また、「アニマルセラピー」コーナーでは、セラピー犬との触れ合いが行われ、子供から大人まで癒しの時間を各々楽しんでいました。参加した市民の方からは、匿名でも気兼ねなく心の相談ができる機会や、気軽に足を運べる場所が今後増える事を期待しているとの声が続きました。

【ハンドマッサージ体験コーナー】

### 健康づくりリーダー育成研修会

女川町では、これまで「遊びリーダー」「認知症サポーター」研修や健康教室などを各地域で実施してきました。平成25年度は、自分の地域で活動するリーダー育成のため、6月から毎月1回研修会を実施しています。

ダンスや体操やロコモ体操、聴き上手研修、認知症サポーター研修等、毎回違った内容となっています。どの回から参加することも可能ですので、興味がある方は女川町保健センターにお申し込みください。

日程 平成25年6月～1月 全9回  
場所 浦濱2区集会所  
受講申し込み 女川町保健センター  
電話 0225-53-4990

※ロコモ体操-腰たまり予防の研修  
復興支援ニュース 8月号

### DVに関する講座が開催されました

7月8日(水)、DV被害の防止と被害者等への支援の充実を図ることを目的とした講座が石巻合同庁舎で開催されました。

【研修会の様子】

今回は5回シリーズの第2回目の講座で、弁護士の長沢由紀子氏を講師に迎え、離婚をする場合に考えなくてはならない子どもの親権や養育費、財産分与などについて学びました。具体的な事例を交えた講話に、参加者は熱心に聞き入っていました。

- <5回目以降の予定>  
③9/4(水)「DV被害からの回復とフェミニストカウンセリング」  
④10/30(水)「デートDV・性暴力とは」  
⑤1/8(水)「ハラスメントとは(セクハラ・パワハラ)」

### 食中毒予防キャンペーンを実施しました

7月30日(火)、食品衛生月間の活動として、石巻地区食品衛生推進団体連合会と協力し、イオン石巻店内で食中毒予防キャンペーンを行いました。

【キャンペーンの様子】

キャンペーンでは、スーパーに来店された住民の方を対象に、うちわやチラシを配布し、食中毒の予防を呼びかけました。

### 薬物乱用防止キャンペーンを実施しました



7月22日、イオンモール石巻において、ヤングボランティアの石巻市立総合高校生 20名を中心として、啓発資料の配布、国連支援基金等の啓発活動を行いました。また、当日は石巻警察署・石巻地区防犯協会の街頭犯罪抑止キャンペーンとの合同開催でした。

### 派遣職員を紹介します



新潟県新発田保健所から派遣になりました清野です。石巻市へ訪れるのは今回が初めてです。皆様や住民さんとの関わりの中で、地域のことを知っていきたくと思っています。まだまだ経験が浅く未熟者ですが、ご迷惑おかけせず、少しでも皆様のお役に立てられるよう頑張りたいと思います。1か月間と短い間ですが、よろしくお願いたします。

【清野保健師】

### 熱中症に注意しましょう!

#### 熱中症は次のような予防が大切です

1. こまめに水分補給
2. 外出時は日傘、帽子、日陰を利用
3. 適度に扇風機やエアコンを使う
4. 保冷剤などの冷却グッズを活用する
5. 日頃から体調管理を心がける

#### 熱中症を疑う場合、次のような応急処置をしましょう

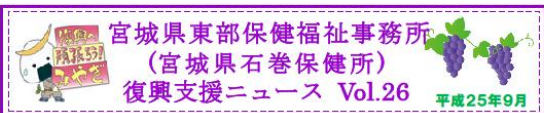
1. 涼しい場所へ避難させる
2. 衣服を脱がせ、身体を冷やす
3. 水分・塩分を補給する (スポーツドリンク、経口補水液など)

自力で水が飲めない、意識がないときはすぐに救急車(119番)を呼びましょう!

#### 問い合わせ先

宮城県東部保健福祉事務所(宮城県石巻保健所)  
復興支援情報発信チーム  
HP: <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/>  
Tel: 0225-95-1411(内線 322)  
Fax: 0225-94-8982

復興支援ニュース 8月号



### 開成包括ケアセンターが開所しました

石巻市の「開成包括ケアセンター」が、8月2日に石巻市開成地区に開設されました。同センターは、開成・南東地区の仮設住宅に暮らす住民の方々に、様々な職種が連携し、医療、介護、福祉などのサービスを一体的に提供しようとするものです。このようなセンターは東北で初めてで、市立病院開成仮設診療所長の長純一医師がセンター所長を務め、看護師、社会福祉士、保健師等7人体制で運営されます。

開所式で長センター所長は、「全国のモデルにしたい」と抱負を述べました。また、石巻市としては、将来的に、市全体に包括ケアセンターを整備していく構想を持っており、住民の健康・安心の確保に大きな役割を果たすものと期待されます。7月29日には、安倍首相が訪れ、国としても支援を行う旨を述べられました。



【開所式】

【安倍首相に説明する長センター長】

### こどもホスピタルが宮城県認知症疾患医療センターに指定されました

平成25年9月1日に、医療法人有償会こどもホスピタルが、認知症疾患医療センターとして指定されました。

認知症疾患医療センターは、認知症の人が地域で安心して生活できるよう、医療機関同士、さらには医療と介護の連携の推進役となり、地域の支援体制の充実を図る役割を担う医療機関です。

石巻地域の高齢率は27.2%と宮城県 23.3%と比較しても高く、認知症は身近な疾患です。専門的な医療機関の活躍と、地域で暮らす方々のやささあい、認知症の人が安心して生活できる地域づくりが進むことを期待しています。

【指定書の交付】

### 女川町復興住宅モデルルームがオープン

女川町では、災害公営住宅の開取りなどを直接確かめもらうためにモデルルーム展示場を町総合運動場テニスコートに開設しました。モデルルームは、集合型住宅の3DKタイプ。引き戸の入り口を採用するなどバリアフリーに配慮した造りです。



【モデルルーム】

営業時間: 10:00～16:00  
定休日: 毎週月曜日  
(月曜日が祝日の場合は翌日がお休みです)

復興支援ニュース 9月号

### 認知症にやさしいまちづくりフォーラムを開催します

日時: 10月19日(土)午後1時30分から午後4時  
場所: 石巻市北総センター(ビッグバン)  
内容: 第1部 気仙ボケー座「広げよう!ボケへの理解」  
第2部 基調講演「認知症を理解し、ともに暮らすこと」  
東京都健康長寿医療センター 研究所研究部長 栗田主一氏  
参加費: 無料 定員: 200人  
申し込み期限: 10月9日(水)  
申し込み方法: 電話、ファクシミリ、電子メール  
申し込み・問い合わせ: 成人・高齢者  
電話 0235-95-1419 FAX 0235-94-8982  
e-mail [et-hrth@pref.miyagi.jp](mailto:et-hrth@pref.miyagi.jp)

### 毎年9月は不法投棄防止強化月間です

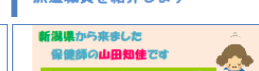
保健所環境廃棄物班では、休日パトロールや結果と果境合同パトロールの実施等、廃棄物の不法投棄、不適正処理に対する監視強化に取り組んでいます。不法投棄等を見つけた場合は、すぐ保健所や警察に連絡してください。

問い合わせ: 環境廃棄物対策課  
電話 0235-95-1447 FAX 0235-94-8982  
e-mail [et-hcem@pref.miyagi.jp](mailto:et-hcem@pref.miyagi.jp)

### 応急仮設入居者の健康調査に御協力ください

応急仮設住宅等での生活が長期化すると、様々な健康問題の発生が懸念されます。このため、昨年に引き続き、今年も石巻市、東松島市と共同で健康調査を実施し、みなさんのこころからの健康状況を把握して、健康づくりに役立てていきます。9～10月に配布、回収しますので、御協力をお願いします。

### 派遣職員を紹介します



新潟県長岡保健所から派遣になりました山田です。一昨年の夏に気仙沼市へ短期間の派遣で訪れて以来、二回目の宮城県への派遣になります。長期の派遣というのは今回が初めてで、経験不足ではありますが、少しでもお役に立てよう頑張りたいと思っています。一か月間という短い期間ではありますが、よろしくお願いたします。

【山田保健師】

### 地域交流のイベントに参加してきました

8月11日、石巻市の仮設重水団地において町内会・石巻市芸術文化振興財団等の共催で開催された「石巻焼きそば教室」を取次ぎしました。当日は、仮設住宅やみなし仮設住宅に住んでいる方々や町内会の住民同士で石巻焼きそばの作り方を教える焼きそば教室など、地域住民同士の交流が行われ、参加されたみなさんは楽しい時間を過ごされていました。みなさんもこのような地域イベントに参加してみたい方がいらっしゃいます。

【石巻焼きそば教室の様子】

#### 問い合わせ先

宮城県東部保健福祉事務所(石巻保健所)  
復興支援情報発信チーム  
HP: <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/>  
Tel: 0225-95-1411(内 322)  
Fax: 0225-94-8982

復興支援ニュース 9月号



宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.27 平成25年10月

100歳を迎えられた46の方に祝詞を贈呈しました

高齢者の長寿を祝うとともに広く敬愛の思想を普及し、高齢者の生きがいと健康の増進を図るために、老人の日の9月15日から21日までの7日間、老人週間が実施されました。今年度、石巻地域で100歳を迎えられた方は46人で男性が7人、女性が39人、最高齢の方は105歳の女性です。その皆様に、老人週間の期間を中心に、内閣総理大臣からの祝状と記念品、宮城県知事からの祝詞を贈呈しました。皆様に健康に過ごす長寿の秘訣をお聞きしたところ、自分でできることは自分でするようにしたり、楽しく周りの方と会話したり、興味のあることをお持ちになっているとのことでした。



【お孫さんと共に】

生活習慣病にご注意を

石巻地区医療対策委員会(事務局:宮城県東部保健福祉事務所)では、医療機関や薬局、市町が連携して生活習慣病重症化予防のための取組を行っています。9月28日に開催された赤十字健康まつりでは、生活習慣病重症化予防への関心を高めるため、石巻地域の健康状況をパネルにして皆さんにお伝えしました。石巻地区は、平成23年度の国民健康保険特定健診の結果で、肥満者の割合、血圧が高い人の割合、中性脂肪が高い人の割合が宮城県平均値に比べて高くなっています。ご自身の健康チェックのため、生活習慣病の重症化を予防するためにも健診を受けてください。



【健康まつりの様子】

今年もかき季節がやってきます

9月5日よりかき処理場の許可申請が始まりました。現在のところ、38件のかき処理場の申請があり、昨年と比較して2件の増加となっています。震災前と比較すると、46%の施設が復旧しました。毎年、生食用かきの剥き作業は9月29日の開始でしたが、今年は海水温が高く食用に適さない剥きのかきが多いため、実入りが良いと見られる10月15日まで出荷が延期される予定です。美味しいかきの季節まで今しばらくお待ちください。当所でも、おいしい宮城のかきを安心して食べていただけるよう監視指導の強化に取り組んでまいります。



【万石浦剥き工場】

復興支援ニュース 10月号

元気で健康なまちづくり研修会が開催されました

災害公営住宅などの新たな住まいへの移行が開始される時期になり、新たなコミュニティづくりが必要になってきています。そこで、9月4日に公益社団法人地域医療振興協会ヘルスプロモーション研究センター長の岩井幹也先生を講師にお迎えして、行政や地域づくりに関係する職員を対象に、まちづくりの基本となるヘルスプロモーション(※)の理念や考えについて学び、元気で健康なまちづくりをめざすための研修会を開催しました。研修会では、音楽が流れる中で、元気で健康に過ごすには、伸べりや居場所づくりが大切であることを再認識できました。※自らの健康のために、個人の努力のみでなく、身近な人の協力や地域活動や公的サービスなどを活用し、改善していくこと。



【研修会の様子】

休日パトロールを実施しました

9月8日、29日の日曜日に当保健所職員と監視指導員(産業Gメン)による廃棄物パトロールを実施しました。管内である石巻市、釜石市、東松島市、女川町を巡回し、一般家庭での野焼き(不法焼却)取締りや以前から問題となっている場所を監視しました。今後も復興に向けた工事が進むことにより、産業廃棄物の不法投棄が懸念されます。今月もヘリコプターによるスカイパトロール等を実施し、引き続きパトロールを強化していきますが、万が一、不法投棄等を発見した場合は、すぐに当保健所環境廃棄物班や警察に連絡してください。(産業廃棄物班 TEL:0225-95-1447)



【廃棄物パトロール中の様子】

自設予防トイレペーパー設置

石巻市では、9月10日～16日の自設予防訪問に併せて、市役所の2階、3階に心の健康状態をチェックできるトイレペーパーを設置しました。このトイレペーパーには、「眠れない日が続いている」などのチェックポイントや、安眠のコツ、心の相談窓口などが印刷されています。石巻市健康推進課では、「心の相談」というと敷居が高いと感じると思います。まずは、ゆっくりと個室で心のチェックをしてもらえたらと思い、身近な市役所からということで設置しました。また、気になる場所がありましたら電話など気軽に相談して欲しいです。」と話していました。連絡先 石巻市健康推進課 (代) 0225-95-1111



【自設予防トイレペーパー】

派遣職員を紹介しました

新潟県から派遣した保健師の活躍の様子です。新潟県糸魚川地域医療振興より派遣。石巻市では、保健師も今回初めての訪問です。「何が出来るのか、自分の出来ることを精一杯努めしかないかな」と思っています。保健師は生活最前線の年々です。いろいろな方々との出会いを何より大切にしたいと考えています。2か月間よろしくお願ひをします。



【派遣保健師】

問い合わせ先

宮城県東部保健福祉事務所 (石巻保健所) 復興支援情報発信チーム HP: http://www.pref.miyagi.jp/soohiki/et-hc/ Tel: 0225-95-1411 (内 322) Fax: 0225-94-8982

復興支援ニュース 10月号

宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.28 平成25年11月

地域包括ケアの推進組織が充足

10月25日、石巻市役所において、「第1回石巻市地域包括ケア推進協議会」が開催されました。本協議会は、行政、医療、保健福祉分野や自治会など12団体が参加しています。第1回目の会議では、今年度中に、地域包括ケアシステム推進事業計画を策定することを決めました。復興まちづくりを進めるなかで、医療・看護・介護等の多職種連携及び自治体等との協働により、24時間の医療・介護体制の構築など、住民が安心して生活できる石巻独自の生活支援体制の整備を進めていくこととなります。



【協議会の様子】

復興住宅と福祉のまちづくり研修会を開催しました

10月8日、石巻市ささえあい総合センターにおいて行政や社会福祉協議会、社会福祉協議会、社会福祉法人の職員を対象にした研修会を開催しました。「コミュニティづくりにおける行政の役割と協働」をテーマに、兵庫県宝塚市社会福祉協議会事務局 佐藤寿一氏、全国コミュニティライフサポートセンター理事 池田昌弘氏を講師にお迎えして、復興住宅入居後の新たな地域のコミュニティづくりについて、行政や協会の取組、NPOや住民の主体的な取組などの実践例をお話いただきました。復興公営住宅入居後も切れ目のない支援体制をつくる重要性とともに、地域住民の視点での住みやすい地域づくりについて改めて考える機会となりました。



【佐藤寿一氏の講演風景】

かき剥きの時期にやりました

10月15日、県内のかき処理場では、かき剥き作業が一区切りしました。石巻市産のかき処理場ではかきのせりが行われ、入札で10キロ当たり平均2万3764円の値を付けました。東日本大震災後、3回目のシーズンとなり、来年度3月までの生産量の見通しは約1,500トンと震災前と比べて3分の1まで目減りし、需要が増加しています。当所では、かき処理場の施設監視指導や生かきの食品検査を実施し、安全なかがきが出されるよう取り組んでいます。



【かき処理場のかき剥き作業の様子】

「適正飲酒」「お酒のゴミ」に努めましょう

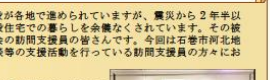
東部保健福祉事務所では、第2次みやぎ21健康プランをお知らせするために、石巻市教育フォーラム10月13日、女川町健康まつり10月14日に参加しました。石巻市教育フォーラムでは、適正飲酒をテーマに、お酒に含まれるアルコール量の紹介や、「アルコールパブテスト」などを実施しました。女川町健康まつりでは、基エコをテーマにした加工食品や調味料に含まれる塩分の紹介、香辛料の活用や健康な塩の取り方など「塩エコ」の具体的な取り組み事例についてお話ししました。毎年11月はみやぎ食育推進月間です。生活にむかひ心とともに健康で豊かな生活を送るため、日々の食生活を楽しく、とり家族そろって楽しく食卓を囲みましょうか? 【アルコールパブテスト実施】



【アルコールパブテスト実施】

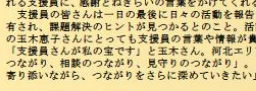
仮設住宅へ訪問支援活動をしていきます (石巻市・河北エリア、北上エリア)

石巻地域でも復旧・復興が進み、災害公営住宅の建設が各地で進められていますが、震災から2年半以上が過ぎながら、多くの被災者の方は依然として仮設住宅での暮らしを余念なくされています。その被災者の方々にとって心強い存在が石巻市社会福祉協議会の訪問支援員の皆さんです。今回は石巻市河北地区と北上地区で入居者への巡回や訪問を通じ、生活相談等の支援活動を行っている訪問支援員の方々にお話を伺いました。



【河北エリアの訪問支援員の方々】

【河北エリア】 9団地に約1,800人が暮らす河北エリアでは14人の訪問支援員が1週2～3人の5名体制で、平日毎日巡回訪問を行っています。平成23年9月から始めた活動当初は心を配らなければならなかった入居者も、雨の日も風の日も動いてくれる支援員に、感謝とおさげの言葉をかけてくれるようになったそうです。支援員の皆さんは一日の最後には日々の活動を報告し合い、そこで情報共有され、課題解決のヒントが見つかること。活動を統括するエリア主任の玉木恵子さんにとっても支援員の言葉や情報が貴重なものとなっています。「支援員さんお疲れです」と玉木さん、河北エリアの活動目標は「復興のつながり、相談のつながり、見守りのつながり」「これからは住民の方に寄り添いながら、つながりをさらに深めていきたい」と話されました。

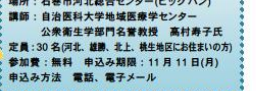


【北上エリアの訪問支援員の方々】

【北上エリア】 3つの団地に234世帯が暮らす北上エリアは、その多くは入居者は旧北上市の方で、約半数が高齢者。しかし、若い人たちの負担になってはいけないと普及からシルバーカーで団地内を散歩するなどして健康に気を配っているとのこと。また、団地内にあるベランダのおしーりは、支援員との交流の場にもなっていて日本の様子をうかがうことができるそうです。「今後、高台に集団移転した場合、プライベートが守られるような環境になり、団地が存在することから、人への関わりが減って、新しい環境で急にさびしさを感ずるかもしれない」と語るエリア主任の石巻市 慶子さん、新しい環境へ行って自立するだけでなく、生きがいを持って生活してもらいたいとエリアで話し合い、活動目標を「生きがい作りと健康作り」に設定、「入居者の方々に寄り添いながら、ともに歩いていきたい」と、思いを語っていただきました。

リフレッシュマクラスのお知らせ

ママの元気は子どもの元気! こころのリフレッシュを一緒に! 「リフレッシュマクラス」は、子育て真っ最中のママに、心のエクササイズを体験しながら「生きる力」「育てる力」を取り戻してもらうために開催する講座です。今回は河北、雄勝、北上、桃生地区にお住まいの方を対象とし講座を開催します。託児付きですので安心して参加ください。日時: ①11月14日(木)10:00～12:00 ②11月19日(火)10:00～12:00 場所: 石巻市河北地区センター(ビッグバン) 講師: 自治医科大学地域医療学センター 公衆衛生学部門管理教授 高村寿子氏 定員: 30名(河北、雄勝、北上、桃生地区にお住まいの方) 参加費: 無料 申し込み期限: 11月11日(月) 申し込み方法 電話、電子メール



「まちの保健室」が開校しました

宮城県看護協会が実施する「まちの保健室」がイオンスーパーセンター石巻東店に開設されました。イオンモール石巻に続き2か所の開設となります。まちの保健室では、普段の生活の中で健康づくりに取り組めるよう、血圧測定器や血圧計を使った健康チェックや健康相談を行っており、石巻市の第1回目となる10月15日は約35人が利用しました。血圧が高い方や体調が気になる方が看護師や保健師に相談していただきました。今後も、住民が気軽に健康を考えられる場として定着することを目指して、毎月開催される予定です。



【この記事に関するお問い合わせ先】

宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援情報発信チーム HP: http://www.pref.miyagi.jp/soohiki/et-hc/ Tel: 0225-95-1411 (内線 322) Fax: 0225-94-8982

復興支援ニュース 11月号



# 宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.29 平成25年12月

仮設石巻市夜間急患センターが開設してから2年。より多くのご利用を。



仮設石巻市夜間急患センター(石巻市日和丘一丁目2-11)は、震災で全壊したセンターを移転開所してから12月1日で2年が経ちました。



センターの常務所長は2年間を振り返って、「もっとセンターを利用してほしい。軽症の患者さんを診察する医療機関ではない。石巻赤十字病院に患者さんが集中している。」とお話されています。

診療科目は内科・外科・小児科の3科で、スタッフは、常勤医師2名、放射線技師3名、看護士18名の体制。仮設石巻市夜間急患センターは、旧石巻市役所や石巻中央公民館の近くで、駐車場もあります。医療設備も充実しており、もしもの時ぜひ利用してください。

なお、診療時間の一部不規則になります。詳細は、仮設石巻市夜間急患センター 0225-945111 までお問い合わせください。

曜日	小児科	内科・外科
月～金	午後7時～午後10時	午後6時～翌朝7時
土	午後6時～翌朝7時	午後6時～翌朝7時
日・祝	午後6時～翌朝7時	午後6時～翌朝7時

※翌日休日の場合の内科・外科の診療時間は、翌朝午前7時までとなります。

## 感染症予防セミナーが開催されました

インフルエンザや感染性胃腸炎の流行に備え、11月22日に感染症予防セミナーが開催されました。

保育所や高齢者介護施設の職員など80名が参加し、国立感染症研究所の中島先生を講師に、感染症の基礎や流行しやすい感染症についての講義のほか、DVDを使って施設内で感染症が発生した時の具体的な対応について学びました。

感染経路を理解した上で対応することや、手洗いの重要性について改めて認識する機会となりました。



【セミナーの様子】

## 仙合いのちの電話石巻分室が開所されました

社会福祉法人仙合いのちの電話の石巻分室が、11月1日に開所されました。仙合いのちの電話では、ボランティア相談員が24時間体制で自殺予防のための電話相談を行っており、今回の石巻分室開所は、石巻地域などの東北の拠点として相談活動の充実を目指していくためのものです。

開所式で、常務所長は「今後、石巻地域の相談員を増やしていきたい。仙台本室、石巻分室が連携して多くの相談に対応していきたい」と述べていました。



【相談スペース】

相談窓口 仙合いのちの電話 022-718-4343

復興支援ニュース 12月号

## アルコールの飲み過ぎにご注意!

震災後、気分が落ちこみやすい場所をお酒で解消したいと考えがちですが、お酒の量が増加し体を悪くしたり、周囲とのトラブルになることがあります。



石巻保健所では、アルコールの問題で悩んでいるご本人や、ご家族の相談を受け付けています。相談は専門の相談員が担当します。また、ご家族の方を対象とした家族教室を1月から4回シリーズで実施します。ご家族の皆さんも、健康を取り戻すための病気の知識を学んでみませんか。

なお、相談・家族教室は事前の予約が必要となります。

相談窓口 石巻保健所 母子・障害室 0225-95-1431

## 食品年末一斉取り締まりを実施中です

食品衛生法では11月1日から食品の年末一斉取り締まりを行っています。年末における食中毒の発生防止を図るため、飲食店、食品製造業者、スーパーマーケット等に対し、監視指導の強化を図っています。調理従事者等の衛生管理の徹底を指導するほか、食品の適正表示の確認や放射線物質検査を含む食品検査を実施しています。

## ノロウイルスから身を守りましょう

冬季に発生する食中毒はそのほとんどがノロウイルスによるものです。特に昨年のノロウイルスによる食中毒の全国的事件数は、過去10年間で2番目に多くなっており、注意が必要です。

ノロウイルスは手や食品などを介して人に感染し、おう吐や嘔吐、下痢、腹痛などを起こします。食前・食後手洗いや、食品の加熱、調理器具等の消毒をしっかりと行い、ノロウイルスから身を守りましょう。



【手洗いのポイント】

**備忘録** 本年も残り1ヶ月となり、寒さが一段と厳しい季節がやってきました。冬は空気の乾燥や免疫の低下によって、感染症が流行するので、手洗いやマスクの着用を徹底してください。

また、震災復興出版400年とサン・ファン館の開館を記念したイベントや復興市・かさ祭りなど、楽しく美しいイベントが多いので、どなたも参加して心も身体も健康になりましょう。

## 自殺予防対策研修会を開催しました

長引く避難生活、復興住宅等への移転による環境の変化は、精神面にも大きな影響を与えています。石巻管内では、今年の9月時点で46人の方が自ら命を絶たれており、一昨年、昨年比に比べ増加傾向にあります。

そこで、医療関係者や地域保健福祉関係者等を対象に兵庫県このころのケアセンター加藤夏所長を招いて自殺予防対策研修会を開催しました。

心のケアは生活再建、生活支援の中に行き届かせ、安全、安心できる環境・役割の回復・コミュニティの再建が鍵になると講話されました。また、支援者自身のセルフケア及び活動のよい面を評価する事も大切であると話がありました。

## 派遣職員を紹介します



【星野保健師】

新高森県内でも指折りの豪雪地である魚沼保健所から、派遣になりました星野です。魚沼保健所から東部保健福祉事務所への派遣は、私で3人目となります。

私は、平成23年9月に魚沼市に派遣されており、宮城県は2回目派遣になります。震災前に見た宮城県の美しい海と景観が忘れられません。年の瀬の1か月と短い期間ではありますが、少しでもお役に立てよう努力しますのでよろしくお願ひします。

**問い合わせ先** 宮城県東部保健福祉事務所 企画総務課 企画調査グループ (石巻市中央1-4-22) H: 0225-95-1416 (代表) F: 0225-94-8982

復興支援ニュース 12月号

# 宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.30 平成26年1月

あけましておめでとうございます

復興における地づくりにおいて、支え合いの大切さが言われています。私は、自分と人の関わりの中で支え合っているという実感が、年を重ねるにつれて強くなってきています。悩みを相談しあう関係から挨拶をする程度の関係まで、人とのいろいろな関わりの中で生かされているという思いです。

人との関わりは、濃い関係のみですと安心感を得られますが時には軽微な、また、淡い関係のみですと自由さの反面孤独感を感じたりします。濃く関わり合う関係と淡く関わり合う関係が程よくある環境がいいのかなと思います。復興支援ニュースが、人々のつながりを作り、また強めるきっかけになりたいと考えております。今年もよろしくお願ひします。

東部保健福祉事務所長 渡辺 達美

## 復興支援 健康づくりセミナーを開催しました

12月5日に石巻合同庁舎大会館において、NPO法人薬用植物普及協会みやぎの草野副次郎理事長を講師にお招きし、「薬用植物の採掘的利用と栽培方法」についてのセミナーを開催しました。

セミナーでは約50人の聴講者に対して、草野先生から薬用植物の民間薬としての利用方法や基礎知識、また実際の栽培方法などを丁寧に解説していただき、さらに料理の献立や商品の配布もあり、盛況なものとなりました。

草野先生は今後も薬用植物普及のため、色々な相談などに対応して下さるごとのことです。



【セミナーの様子】

## 「石巻地区在宅ケアフォーラム」を開催しました

12月14日にみやぎ生協文化会館アイトピアホールを会場に、石巻管内の住民のみならず在宅医療・保健・福祉関係者等を対象として、在宅ケアフォーラムを開催し、約70名の方に参加いただきました。

自宅など過ごしやすい場所で医療や介護を受けながら、生活できることを知ってもらうことを目的に、石巻地区在宅ケア連絡会メンバーによる司会と、がん患者さんを取った家族、医師、看護師による意見発表を行いました。また、カフェタイムではお茶やお菓子をいただきながらグループワークを行い、在宅ケアに関する情報交換を行いました。



【連絡会メンバーによる司会】

## インフルエンザに注意しましょう!

インフルエンザは3月まで流行します。予防の基本は「手洗い」「マスクの着用」「予防接種」の3つです。

**感染症かわらぬも見てね!**

**<手洗い>** 感染症予防の基本です。指先や手の甲などもしっかり洗いましょう。アルコール消毒剤での手消毒も有効なので、活用しましょう。

**<マスクの着用>** 人ごみに行くときは、マスクの着用を心がけましょう。鼻や口まで覆い、すき間をなくすることで予防効果が高まります。

**<予防接種>** 発病する可能性を低くし、重症化を防止する効果があります。予防接種の効果が発現するには早くても2週間かかるので、早めに受けましょう。

復興支援ニュース Vol.30

## 管内の仮設住宅等のさまざまな活動を紹介!

**石巻市**

仮設大森団地にお住まいの方で作られた大森コスモス会では、毎週火曜日の午前中に、仮設大森3団地のさきあい拠点センターで、ものづくりの活動をしています。

平成24年9月に石巻のデコパージュを作る機会があったからものづくりに継続して取り組んでいます。取材料は、石巻デコパージュづくりをしていて、ものを仕上げるときは楽しくて賑やかに作業されていました。

何を作るかは毎回皆さんで決めていきます。クリスマスやお正月飾りなど、季節感のある作品作りもしています。

大森団地にお住まいの方で、興味のある方は、ぜひご参加ください。

**女川町**

女川町では、みなし仮設などの町外に住んでいる方を対象に、12月11日、石巻市の久門寺を会場に交流会「ア・ラ・ドーム」が行われ、12人が参加しました。今年度5回目の開催でしたが、初めて参加された方や震災後初めて顔を合わせる方もいて、お茶を飲みながら近況を報告し合い、大変盛り上がりがありました。参加者から「みんな知っている人で良かった」、「みんなに会って楽しく過ごせる」と等と感想が聞かれ、次の開催を楽しみにしています。

次回は1月15日に石巻市向陽コミュニティセンターで開催予定です。(要事申し込み) <問合せ先> 女川町社会福祉協議会(担当:生活支援相談員) 080-5564-7736

## 東松島

冬にはきれいなイルミネーションの中でクリスマスパーティー、春にはお花見しながらギネス記録挑戦。夏にはお花見祭りを開催などたくさんイベントを考案し、開催している矢本運動公園仮設住宅東部自治会長の小野竹一さんにお話を伺ってきました。

小野さんは、「住民の元気と笑顔を取り戻したい。様々なイベントを通して、人とのつながりを大切に。自治会員同士協力しながら自分たちでやれることはやっていく。自立に向けて活動していく」とお話されていました。

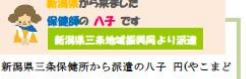
また、小野さんは東松島市のまちづくり推進協議会会長として「日本のまちづくり」を目指し、住民とともに移転に向けた活動にも取り組まれています。

今年もさまざまなイベントを開催される予定なので、みなさんも参加してみたいいかがでしょうか。



【自治会長の小野さん】

## 派遣職員を紹介します



【八子保健師】

新高森三条保健所から派遣の八子 円(やなぎ)かこです。

2つ上の兄が仙台市に住んでおり、通学時にはいつも宮城のおいしいものを持って来てくれるので、宮城は我が家にとって大変愛着のある県です。

このたび、1か月という短い期間ではありますが、お手伝いできることがあれば嬉しいです。よろしくお願ひください。

**問い合わせ先** 宮城県東部保健福祉事務所 復興支援情報発信チーム HP: http://www.pref.miyagi.jp/sosaki/et-hc/

復興支援ニュース Vol.30



# 宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.31 平成26年2月

## 火納め式～石巻ブロック内災害廃棄物の焼却処理が終了しました～

東日本大震災で発生した災害廃棄物については、被災市町の委託を受け、県が処理を進めてきましたが、石巻ブロックの焼却が終了することとなり、その火納め式が、1月18日に石巻市瀬見町で行われました。式では地元の鹿島御前神社の神官による神事に続き、若生副知事始め、石巻市長、東松島市長、女川町長、復興副大臣、安住衆議院議員、共同企業体代表による埋火ボタンの押下による伊内の燃焼バーナーの停止のセレモニーが、関係者の見守る中で執り行われました。

石巻ブロックでは、県内で最も多い約300万トンのガレキを処理しましたが、その内約56万トンを5基の仮設焼却炉で焼却処理し、目標とした平成25年度内の処理終了を予定通り迎えることとなりました。

また、処理にあたっては、最新の機器の導入やその後の手選別によるリサイクルの徹底、海上運搬やGPSを利用したリアルタイム運行管理システムの採用による交通渋滞・事故の回避など様々な工夫が採用され、今後の災害廃棄物処理に大きく貢献するものと評価されています。

これで県が委託を受けた県内4つのブロック全てで災害廃棄物の焼却処理が終了したこととなり、復興に向けて新たなステージへ進んでいくこととなります。



【埋火ボタンを押している様子】



【埋火ボタンを押した焼却炉】

## 管内認知症地域ケア推進会議を開催しました

1月27日に、認知症高齢者とその家族への支援の現状及び問題意識を関係者間で共有し、今後の支援体制づくりを検討するための会議を開催しました。

会議では、平成25年9月1日に認知症医療センターとして指定されたこどもホスピタル及び石巻・釜米圏域での県・市町の現在の取組み状況や今後の取組みが報告され、認知症施策に関する機関が現状と課題について共有したほか、今後の支援体制が検討されました。

高齢者の4人に1人は認知症と認知症予備軍といわれています。相談機関などを上流に活用して、地域で支えあう体制を作りましょう。



## 仮設石巻市夜間緊急センターを 利用しましょう

急病や夜間の患者さんを診察する仮設石巻市夜間緊急センターをたくさんの方に知って頂くため、当事務所では仮設石巻市夜間緊急センター等の案内を付けたポケットティッシュを石巻市・東松島市・女川町に配布しました。

仮設石巻市夜間緊急センターの診療科目は内科・外科・小児科の3科。医療設備も充実しており、緊急の時はぜひご利用してください。

仮設石巻市夜間緊急センター  
石巻市日和が丘一丁目2-11  
0225-94-5111



【配布したティッシュ】

復興支援ニュース 2月号

復興支援ニュース 2月号

# いっしょに運動しよう レッスン①

冬は、雪や気温の低下などの天候の影響などから、どうしても身体を動かすことがおっくうになって、運動不足になりがちです。近所を散歩するなど、できるだけ外で身体を動かす機会を作りたいものです。そこで毎日の生活の中で、簡単にできる身体の使い方や、体力の維持についてご紹介するコーナーを始めました。ちょっとした取り組みで、毎日がいきいきと過ごせればいいですね！



▲運動の回数や、止めておく時間は無理のない範囲でお願いします。

**第1回は、朝、布団の中でできる運動です。**

▲この運動をする時、足の付け根の筋肉と腰筋に力が入り、腰の筋力が鍛えられます。朝、いきなり起きる活動する前に、腰回りの筋力を調整することで、腰痛の予防になります。無理のない範囲で続けられれば、きっと身体が軽くなったと感じるはずです。

▲運動中に、緊張して足指を曲げるように気を付けていれば、すねの筋力が強くなり、歩くとつまづきにくくなります。

作業療法士 監修

## 災害公営住宅への入居が進んでいます

石巻市において災害公営住宅の入居が進んでいます。今月2月1日から新たに採用される災害公営住宅は、南中員一丁目復興住宅(48戸)、沖六ヶ(おさろく)百復興住宅(85戸)、沖六ヶ東復興住宅(26戸)の3住宅(109戸)です。

これにより、被災された方々が入居した災害公営住宅の合計は5住宅(149戸)となります。現在は石巻市のみですが、東松島市と女川町においても整備が着実に進んでおり、今後、入居が始まる予定です。



【石巻市南中員一丁目復興住宅(48戸)】



【石巻市沖六ヶ復興住宅(85戸)】

## 派遣職員を紹介します

新潟県から派遣された 保健師の 富山 ぞき



新潟県柏崎地域振興局より派遣 【保健師】

私が勤務する柏崎地域には、東日本大震災後、福島県から約1,000人の方が避難されてきており、働きながらのケアなどに携わっています。(写真と一緒に写っているのは、「ふかひなちゃん」といいます。)

毎朝、高速道路を利用して、車で70km通勤しています。宮城県は新潟県と違い、雪の心配がないので、車をかわす「冬」は「まら歩き」のように思います。

1か月という短い期間ではありますが、できることはなんでもやりますので、どうぞよろしくお願ひします。

お問い合わせ  
宮城県東部保健福祉事務所 復興支援情報発信チーム  
HP: <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/>  
TEL: 0225-95-1416(代表) FAX: 0225-94-8982

復興支援ニュース 2月号

# 宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.32 平成26年3月

## 震災から3年を経て～東部保健福祉事務所長あいさつ～

寒さが和らいできて、過ごまっていた体や心がはぐれてような感じがします。この冬は、記録的な大雪にも見舞われました。暖かい春が待ち遠しいです。

先月のソチオリンピックでは熱い戦いが繰り広げられ、私も多くの感動と勇気ももらいました。喜び一杯の姿にも感動しましたが、メダルに届かなかった選手が無念さに耐えている姿が心に残りました。そして彼らが一様に口にするのは、自分を支えてくれた人達への感謝の言葉です。そこには、オリンピックという舞台に立つために、長く険しい道のりを共に支え合ってきた絆を感じます。

まだ多くの方が仮設住宅での4年目を迎えており、狭い空間で寒さや様々なストレスに耐えながら暮らしておられる一方、仮設住宅から復興住宅や自力再建した住宅への移転が進んでいます。仮設住宅団地でのコミュニティを維持しながら、新たなコミュニティの形成に取り組んでいく時期です。コミュニティづくりには様々な課題がありますが、相手を思いやる気持ちがあれば、温かい絆を築いていけると思います。

私も今後は、被災者の方々への支援を続けながら、復興支援ニュースで、皆さんを結び役を果たしていきたいと考えています。

東部保健福祉事務所長 渡辺 達美

## 仮設住宅への訪問支援活動を行っています

今回は、東松島市の福祉サポートセンターにお邪魔しました。こちらではひびき工業団地の仮設団地など田端地区16ヶ所を管轄しており、訪問支援員や生活支援相談員など12人で平成23年10月から休みなく巡回訪問や支援活動を行ってこられました。今でも隔週で土日も活動を続けています。

お茶会や映画鑑賞会のほか、住民からの提案をもとに男の料理教室も企画するなど、住民同士の交流や生きがいの場づくりに力を入れています。サポートセンターのあるひびき工業団地の仮設住宅では、着物を着用して花ブローチや手揚げの花バッグをお茶会しながら製作している様子を見ました。いくつもの工程を重ねながら作るブローチは一つとして同じものがないオンライン。深みのある色合いを持った花模様のバッグは、これらがポケットをつけるつもと生き生きとお話になる様子に印象的でした。

東松島市でも4月には災害公営住宅への移転が始まる予定で、みなしを含む仮設住宅と併せて、サポートセンターの役割も一層多様で複雑になってきます。センター所長の片岡君江さんは「これからは皆さんの声に耳を傾けながら、交流の場もつくりたい」と話されました。



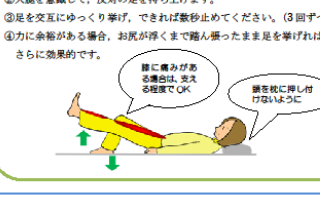
【製作中の花ブローチ、花バッグを鑑賞中】 (左が片岡君江さん)

復興支援ニュース 3月号

復興支援ニュース 3月号

# いっしょに運動しよう レッスン②

★第2回も、布団の中でできる運動です。前回はお腹周りの筋肉を強くする運動でしたが、今回は、「足の踏ん張りを強くする」運動をご紹介します。



▲運動の回数や、止めておく時間は無理のない範囲でお願いします。

専らでも、身体がボロボロしすぎますよ！

▲この運動をする時、上げた方の足では、太腿の筋肉が強く入り、踏ん張った方の足では、お尻の筋肉が強く入ります。

▲立ち上がりや座る際に力が入りやすくなり、動きが安定します。

▲歩く時の膝の痛みや、ふらつきにも効果があります。

▲運動中に、緊張して足指を上げるように気を付けていれば、すねの筋力が強くなり、歩く時つまづきにくくなります。

▲運動の回数や、止めておく時間は無理のない範囲でお願いします。

## 石巻子どもセンターが開校しました

1月19日に開所した石巻子どもセンターは、「子どもまじりクラブ」の子どもたちが企画デザインした子どもたちのための施設(児童館)です。

子どもたちのアイデアを元に料理体験や親子体操など楽しいイベントが行われています。施設長の原京子さんは、「まちを元気にすることが子どもたちの願い。その思いを発信していきたい」とおっしゃっていました。

施設内には、様々な「多目的 ROOM」や「スポーツ室」などもあります。是非気軽に立ち寄り下さい。



【住所】石巻市立町1丁目6-1  
【連絡先】TEL: 0225-23-1080

## 派遣職員のご紹介

新潟県から派遣された 保健師の 間橋 ぞき



新潟県柏崎地域振興局より派遣 【保健師】

2月の富山さんと引き続き、柏崎保健所から派遣になりました間橋です。

勤務する柏崎には今年度から異動になり、この1年間で柏崎のいいところをたくさん知りました。石巻市は初めて訪れる地域なので、石巻市のいいところ、素敵なところをたくさん知りたいと思います。1ヶ月間お世話になりますが、どうぞよろしくお願ひします。

## 一年間ニュースを読んだいただきありがとうございます

4月時から新しいメンバーとなり、ニュースの内容もリニューアルします。今後ともよろしくお願ひします。

お問い合わせ先  
宮城県東部保健福祉事務所 復興支援情報発信チーム  
HP: <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/>  
TEL: 0225-95-1416(代表) FAX: 0225-94-8982

復興支援ニュース 3月号