



復興支援ニュース

宮城県東部保健福祉事務所
(宮城県石巻保健所)

Vol.37



平成26年8月

認知症を知って 地域で支える輪を広げましょう (第3回)

<認知症の方と家族を支援する地域での取り組み>

多くの人は、認知症になったとしても、なじみの地域で暮らしたいと願っています。石巻管内では、東日本大震災で身近な環境が変化したことにより、認知症の症状が出現したり症状が重くなっている方もおり、家族の負担が大きくなっています。そのため地域の皆さん、医療スタッフ、介護スタッフなど様々な方に認知症の人と家族の支援に協力していただいておりますが、今後はさらに多くの方に関心を持っていただくことが必要です。

各地域で認知症に関する勉強会（認知症サポーター養成講座）が行われていますので、参加してみましょ。管内では、すでに延べ6,403人（平成26年6月30日現在）が受講しています。認知症の人を地域で支えるためには、認知症を正しく理解することが第一歩です。

認知症サポーターは、特別なことをする人ではなく、認知症の人と家族の身近な「応援者」です。迷っている様子の高齢者に声をかけてみる、お茶を飲みながら介護している家族の話聞くなど、無理なくできそうなことから取り組んでみましょう。

一人ひとりのお互いさまの気持ち、暮らしやすい地域づくりに役立ちます。

☆認知症サポーター養成講座のお問い合わせ☆

石巻市：石巻市福祉部 福祉総務課 ☎95-1111

東松島市：東松島市福祉課 ☎82-1111 ， 女川町：女川町健康福祉課 ☎54-3131（内線136）



インターネットでのお薬販売が拡充されました

6月12日より改正薬事法が施行され、大部分の市販薬をインターネットで購入することが可能となり、宅配等の利用により、お近くで購入できないような方の利便性が向上されることになりました。

ただし、購入できるのは届出をした薬局等に限り、利用者の相談を受ける薬剤師等を明示することが義務づけられています。このような明示がなければ違法サイトの可能性がありますので、購入の際は注意が必要です。インターネット販売の制度について不明な点があれば保健所までご照会ください。



危険ドラッグの監視・取締が強化されました

使用者に対して大変危険な作用を及ぼし、各地で重大な事件が発生しているいわゆる脱法ハーブですが、名称が「危険ドラッグ」に統一され、現在国を挙げ対策を講じるとともに、一層の監視・取締の徹底が図られています。危険ドラッグを見かけた場合は保健所までご連絡ください。

「こころの日」のイベントが開催されました

日本精神科看護協会宮城県支部主催の「こころの日」のイベントが7月26日、石巻駅前にごわい交流広場で開催されました。「こころの癒し」をテーマに昨年に引き続き石巻市での開催となり、足つぼマッサージやアニマルセラピーなどの癒しのコーナーや、今年度は石巻市だけでなく東松島市や女川町から多くの事業者が参加し、各事業所自慢の商品や自分たちで育てた野菜の販売コーナー、イートコーナーが設置され、訪れた一般市民の方々の笑顔で溢れていました。

参加した当事者や家族からも、他の事業所のメンバーや家族同士の交流の場となり、楽しい時間を過ごせた、できれば毎年実施して欲しいとの声も聞かれました。



【大好評のイートコーナー】

食中毒予防キャンペーンを行いました

7月31日、石巻市のイオンモール石巻において食中毒予防キャンペーンを実施しました。

夏休み中の児童やその家族の皆さんに石巻地区の食品衛生推進員、石巻保健所職員ら19名が「手洗いをしっかりしましょう」「食中毒に気を付けましょう」と声をかけながら啓発用うちわ700枚を配りました。

食中毒は暑い季節に多く発生します。家庭で食中毒を起こさないように衛生管理に気をつけましょう。



【イオンモール石巻での様子】

出前講座のお知らせ

東部保健福祉事務所が取り組むテーマについて、職員が出前講座を行っております。

「動物愛護（ペットの正しい飼い方）」「健康づくり」ほか、日常生活に活用できるメニューもありますので、町内会の行事等にぜひご利用ください。詳しくは企画総務班（☎95-1420）までお問い合わせください。

ひとりで悩まずに 心の相談してみませんか

保健師にご連絡ください。

※事前予約制（☎95-1431）

内容	相談日	場所
アルコール関係相談 アルコール家族教室	8月22日(金)	当所 (県石巻合庁)
精神保健福祉相談 (移動相談)	8月28日(木)	女川町役場

派遣職員を紹介します

新潟県三条保健所から参りました飯田敦子です。平成23年5月の気仙沼での避難所支援活動に続き、2回目の派遣になります。地域の皆さんが「絆」を大事にしながら、まちづくりに取り組んでいることを実感している毎日です。1か月の短い期間ですが、お役に立てるよう頑張ります。

【写真は新潟県宣伝課長
トッキキキです】



熱中症の対処方法

熱中症の症状と対処方法についてお伝えします。熱中症の症状に早めに気づいて、早めに対処しましょう。

<症状>

軽度

めまい、立ちくらみ
汗がとまらない

中度

頭痛、吐き気、
体がだるい（倦怠感）
虚脱感



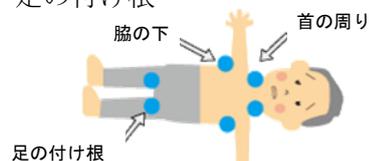
重度

返事がおかしい
自力で水が飲めない
意識がない、けいれん

<対処方法>

軽度・中度の場合

- ・風通しの良いところや、涼しい場所へ避難させる。
- ・水分、塩分、経口補水液などを摂取する。
- ・身体を冷やす。特に、首の周り、脇の下、足の付け根



重度の場合

- ・すぐに救急車を呼びましょう！



編集後記

夏本番の暑さの中で開催された石巻川開き祭り。震災前の規模で復活した孫兵衛船競漕に当所の女性有志も参加しました。チーム名は「メタボ撃退レディース」。ダメ・ゼッタイと書かれたTシャツに、オレンジリングを腕につけ、「メ・タ・ボー」のかけ声をかけながら、薬物乱用防止、認知症への理解と生活習慣病予防の啓発に努めました。



問い合わせ先

ご意見、ご感想をお寄せください！

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