



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.39



平成26年10月

100歳高齢者に長寿のお祝い ～石巻圏域では33人～

毎年9月第3月曜日は敬老の日です。高齢者の長寿をお祝いするとともに、高齢者の方に生きがいづくりや健康増進への意欲を高めていただくため、宮城県では敬老の日に合わせて、今年度に100歳を迎える高齢者へ長寿のお祝いを行っています。石巻圏域で100歳を迎える方は33人(男性4人、女性29人)。老人週間(敬老の日から1週間)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いたしました。

100歳を迎える方に長寿の秘訣を伺ったところ、ほとんどの方が「好き嫌いなく何でも食べる」「酒や煙草は控えめに(全く嗜まない方もいました)」「クヨクヨしない」とお答えになっていました。中には、畑仕事や手芸、俳句、デイサービスで仲間とお喋りを楽しむ、新聞をよく読むなど、独自の健康法をお持ちの方もいました。

100歳以上の高齢者の方々は石巻圏域に89人いらっしゃいます。どうぞこれからもお元気にお過ごしください。皆さんも元気に年齢を重ねられるよう、長寿の秘訣を参考にしながら、健康に気をつけて毎日を過ごしていきましょう。



【いつまでもお元気で！】

まちの保健室開設2周年

宮城県看護協会が開設する「まちの保健室」は、平成24年9月にイオンモール石巻で第1回が開催され、現在では石巻市内3ヶ所のスーパーで月に計4回行われています。

コーディネーターの阿部さんにお話を伺うと「まちの保健室を毎月楽しみにされるリピーターの方も増え、まちの保健室への相談をきっかけに男性同士の新しい仲間ができたり、まちの保健室だと震災当時の気持ちを話せるとおっしゃる方がいたり、身体の健康に関心を持ってもらうだけでなく、仲間づくりや絆が生まれる場所になっています」とのこと。

これからも身体とこころの健康を支える取り組みの一つとして、「まちの保健室」は定期的開催される予定です。



【まちの保健室の様子】

まちの保健室開催日(11:00~15:00)

月\場所	イオンモール石巻	ヨークベニマル大街道店	イオンスーパーセンター石巻東店
10月	11日(土) 22日(水)	15日(水)	28日(火)
11月	8日(土) 19日(水)	12日(水)	25日(火)
12月	6日(土) 18日(木)	10日(水)	16日(火)
1月	10日(土) 21日(水)	14日(水)	27日(火)
2月	7日(土) 18日(水)	12日(木)	24日(火)
3月	7日(土) 18日(水)	12日(木)	24日(火)

精神相談窓口のご案内

当所では、眠れない、気分が落ち込む、アルコール依存などでお悩みの方に「こころの相談」を行っています。まずは、当所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
精神保健福祉相談 (移動相談)	10月14日(火)	東松島市役所
	10月15日(水)	牡鹿総合支所
アルコール関係相談	10月17日(金)	当所(県石巻合庁)
思春期・引きこもり相談	11月18日(火)	当所(県石巻合庁)

不法投棄防止休日パトロールを実施しました

9月の廃棄物不法投棄防止強化月間にあわせ、9月28日、10月5日の日曜日に当所職員と監視指導員（産廃Gメン）による廃棄物パトロールを実施しました。

パトロールでは管内の石巻市、登米市、東松島市、女川町を巡回し、休日監視の実施により野焼き（不法焼却）取締りや不法投棄の未然防止に努めました。

また、このほかにも、民間の警備会社による監視活動や、ラジオでの廃棄物不法投棄防止の広報を実施しました。

今後もパトロールの実施などにより不法投棄の撲滅を図っていきます。不法投棄を発見した場合は、保健所又は警察署にご連絡ください。



【宮城県廃棄物パトロール車】

「かき」の季節がやってきました

生かきの出荷が始まる季節になりました。

県では「かきの処理に関する取締条例」等に基づき、かきによる食中毒の防止対策を行っていますが、その一環としてかき処理場の設置許可と監視指導を行っています。

今年度はすでに43件の許可をしており、処理場の統合などもあり震災前の約半数以上にまで回復したものと見込まれています。

当保健所では、今後もシーズン中の施設の監視・指導やむき身かきの収去検査などを行い、皆様に安全で安心な、宮城の美味しいかきの提供に取り組んでまいります。



【万石浦鮮かき工場】

塩エコ（減塩）キャンペーンを実施しました

10月4日に石巻赤十字病院で行われた「赤十字健康まつり2014」の1ブースとして、「塩エコ（減塩）キャンペーン」を石巻管内栄養士会と石巻保健所の共催で実施しました。

当日は減塩のための知識やコツをお伝えするクイズや展示を行い、約150名の方に参加いただきました。クイズは毎回立ち見が出るほど盛況で、参加された方は真剣に答えを考えていました。

皆さんも、毎日の生活で「塩エコ」に取り組んでみてはいかがでしょうか。



【減塩で健康な生活を】

派遣職員を紹介します

新潟県南魚沼保健所から派遣になりました太田と申します。南魚沼は、新潟県内でも有数の豪雪地帯で、冬はウインタースポーツを楽しめるところです。また、お米やお酒がおいしいところでも知られています。

石巻市を訪れるのは今回が初めてで、短い期間ですが、できることは何でもお手伝いさせていただきたいと思っています。よろしくお願いいたします。



【太田保健師】

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