



復興支援ニュース

6月



宮城県東部保健福祉事務所
(宮城県石巻保健所)

Vol.47

平成27年6月

歯と口の健康週間

6月4日～10日は、歯と口の健康週間です。むし歯って子どもの話でしょうか？と思うかもしれませんが、実は子ども以上にむし歯が多いのが大人です。歯科医などでは、むし歯などの疾患リスクがないかチェックをするとともに、一人ひとりに合ったセルフケア（自己管理）指導が行われます。みなさんの毎日の歯磨きの効果を確認するためにも、年に数回は歯科医院などでチェックを受けましょう。大人にこそ、定期的なむし歯チェックが必要なのです。

宮城県では、むし歯をもつ幼児の割合は、全国平均に比べても多いというデータもあります。この機会にご家族皆さんで歯医者さんへGO！！



食育月間

生涯にわたって生き生きと暮らすためには、健全な食生活を実践することができる能力を身につける「食育」が重要です。みなさんも、できることから「食育」に取り組んでみませんか？

【家庭でできる取組】

- 家族と一緒に食卓を囲もう
- 家族で食事づくりを楽しもう
- 1日3回食事をとろう
- 地域でとれる旬の食材を取り入れよう
- 食べ物に感謝し、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしよう



6月が旬の食材



カツオ



トマト



アスパラガス

6月はさまざまな「月間・週間」づくしです！

6月に入り、徐々に暑くなってきました。高温多湿となり食中毒の原因菌が繁殖しやすい季節を迎えます。その時期を前に県では毎年、食中毒予防月間を定め注意喚起を行っています。食中毒を防ぐためには、細菌などを「つけない」、「増やさない」、「やっつける」という3つのことが原則となります。以下の3点を心がけ、食中毒予防を徹底して下さい。

- ①細菌を食べ物につけないよう、調理の前後やトイレの後などはしっかりと手を洗いましょう。
- ②細菌を増やさないよう、肉や魚などの生鮮食品や野菜などは購入後できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。
- ③細菌をやっつけるため、特に肉料理などは中まで火がとおるよう調理しましょう。



〈期間：平成27年6月15日～7月14日〉

〈石巻保健所での主な事業：監視・指導の強化、街頭キャンペーン等〉

1972年（昭和47年）6月5日に国連人間環境会議が開催されたことから、6月5日は「世界環境デー」に制定されました。日本でも環境の保全に関する活動を行う意欲を高める目的で、この日を「環境の日」とし、6月を環境月間としています。

夏本番に向けて暑くなってきますが、緑のカーテンの準備や打ち水等、“エコな”暑さ対策で快適に過ごしてみませんか？

なお、節電のために冷房機器の運転を止める場合は、無理のない範囲で行い、熱中症にならないようお気をつけください。

石巻保健所では、廃棄物の適正処理やリサイクル推進、公害の防止のために事業者等への指導を行い、環境の保全に努めています。



食中毒予防月間

環境月間

「ダメ。ゼッタイ。」普及運動を実施します

危険ドラッグの乱用等は昨今の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目指し、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。

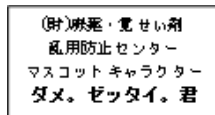
日時：平成27年7月13日（月）

午後3時半から午後5時まで

場所：イオンモール石巻 みどりの広場 他

参加者：薬物乱用防止指導員、高校生ボランティア、関係団体等

- 内容：
- ・ティッシュ等の啓発グッズの配布
 - ・募金活動（募金額については、発展途上国の薬物乱用防止活動等に活用されます）
 - ・マスコットキャラクターとの握手体験など



平成27年度調理師試験の受験案内を配布しています

石巻保健所では平成27年度調理師試験の受験案内を所内で配布しています。

受験案内には、試験に関する説明の他、受験申請に必要な願書等の様式も含まれています。

受験案内は平成27年6月29日まで配布していますが、宮城県健康推進課ホームページでダウンロードすることもできますので、「取りに行くのが難しい」という方は、下記URLを参照ください。

願書の受付期間は平成27年6月15日～6月29日までとなっています。

【<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kensui/chourisidlnashi.html>】



「飼い主のいない猫」の不妊去勢費用には助成制度があります

地域に住みついた飼い主のいない猫の増加を防止するために、県では獣医師会と連携して、宮城県内（仙台市を除く）に生息する「飼い主のいない猫」の不妊去勢手術費用の一部を助成する制度を設けています。

【対象】 飼い主のいない猫（飼い猫は対象外）

【申請（手術）期限】

平成28年2月28日（月）まで

【助成額】 雄3,000円 雌6,000円

手術は申請後に、協力動物病院で実施します。その他、助成を受ける場合には頭数の制限等条件があります。詳しくは、公益社団法人宮城県獣医師会（[TEL:022-297-1735](tel:022-297-1735)）にお問い合わせください。



ひとりで悩まずに こころの相談をしてみませんか

眠れない、気分が落ち込む、アルコールがやめられない、家族が引きこもっている…などでお悩みの方に、当所では「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。

内容	相談日	場所
精神保健福祉相談（移動）	6月9日（火）	東松島市役所
	6月17日（水）	雄勝支所
	7月2日（木）	北上支所
アルコール関係相談	6月19日（金）	当所（県石巻合庁）
	7月17日（金）	
思春期・引きこもり相談	6月10日（水）	当所（県石巻合庁）
	7月7日（火）	

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