



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.66



平成29年2月

◆「みやぎ食育表彰」特集 ～“ていざん子ども食堂”の取り組み～

12月から3回シリーズで、「みやぎ食育表彰」に輝いた3団体の取り組みをご紹介します。
第2回目は、**みやぎ食育奨励賞**に輝いた**ていざん子ども食堂**です。

子ども食堂とは、子どもの貧困対策の一環で、「学習支援」「居場所づくり」「食事の提供」を基本的機能として全国的に実施されている取り組みです。今回受賞した「町内会」「貞山小学校」「NPO法人TEDIC (ティック)」「市社協」の4団体は、子ども食堂の基本的機能だけでなく、震災後の地域のつながりを取り戻す活動として、子ども食堂を県内で初めて実現しました。



【受賞式にて】

準備から後片付けまで、小学生から年配者の皆で一緒に夕食の時間を共有することで、楽しいコミュニティ形成の場となっています。

**受賞、
おめでとうございます!**



インフルエンザに注意しましょう

石巻保健所管内ではインフルエンザにかかり受診する人が県内でも多く、今後さらに拡大する可能性があり、インフルエンザ警報が発令されました。

予防対策をしっかり行い感染を防ぎましょう。

【インフルエンザの予防対策】

- 1 人混みはなるべく避け、やむを得ず外出して人混みに入る可能性がある場合には、マスクを着用する。
- 2 外出後は、石けんによる手洗い・うがいをする。(アルコール製剤による手指消毒も効果的です。)
- 3 睡眠など休養をよく取り、栄養に気を配る。
- 4 症状の重症化を避けるため、無理をせず、早めに医療機関を受診する。(抗インフルエンザウイルス薬は発症から48時間以内の使用が効果的です。)
- 5 乾燥しやすい室内では、加湿器などを活用し適切な湿度(50～60%)を保つようにする。
- 6 「咳エチケット」を実施する。
 - ・咳やくしゃみを他の人に向けて発しない。
 - ・咳やくしゃみが出るときはできるだけマスクをする。
 - ・咳やくしゃみをするときには、ティッシュやハンカチなどで口と鼻を覆う。
 - ・ティッシュはその都度捨てて、その後は手を洗う。



「COOL CHOICE」で「ダメだっちゃ温暖化」！

冬も本番となりました。寒さへの対策は十分でしょうか？環境省では、省エネ・低炭素型の「製品」「サービス」「行動」など、温暖化対策のために「賢い選択」を促す新しい国民運動「COOL CHOICE」を提案しています。

☆ウォームビズ「衣・食・住」にひと工夫

【衣】暖房設定は低めに、重ね着で暖かく過ごしましょう

小物等を利用し、首、手首、足首の3つの首を暖めましょう

【食】体を暖める食材を食べ、体の中から暖まりましょう

鍋料理は、部屋の湿度を上げ、体感温度を高める効果もあります

【住】熱の損失割合は窓からが約半分、断熱材等で窓の冷気を遮断しましょう

☆ウォームシェア

家庭の暖房を止め、家族で街に出かけることで「温暖化ガス抑制」・「地域の活性化」・「家族の絆が深まる」という一石三鳥の行動です。



石巻市雄勝診療所と歯科診療所開所

東日本大震災で被災し、仮施設での診療を続けてきた石巻市雄勝診療所と歯科診療所が、1月16日（月）に新築移転先の小島地区で開所し、同日、同診療所で開所式が行われました。

両診療所の開所により、石巻市内の公立医療機関は全て復旧しました。

新たな施設は木造平屋で、両診療所が一つの施設に入ります。

雄勝診療所では、週2日午後に訪問診療と地元の特別養護老人ホームでの診療を行うことにしています。

高齢化が進む同地域で、在宅医療や介護連携推進の拠点となることが期待されます。



【開所を祝ってテープカットする関係者】

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、アルコール依存症、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下さい。

※事前予約制（TEL：0225-95-1431）

内容	相談日	場所
精神保健福祉相談	2月23日（木）	女川町保健センター
	3月8日（水）	県石巻合同庁舎
アルコール関係相談	3月17日（金）	県石巻合同庁舎
思春期・引きこもり相談	3月21日（火）	県石巻合同庁舎

問い合わせ先

ご意見・ご感想をお寄せ下さい

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