

# 男限定 大橋メンズクラブ

仮設住宅での活動紹介



地元の男性が、大橋地区にある大橋メンズクラブで、毎週月曜日の夜、仲間と集まり、食事や酒を飲みながら、近所者や参加者に声をかけ、交流を深めています。

飲んで、食べて、動いて、楽しく健康しよう

大橋地区には、大橋メンズクラブという男性の集まりがあります。毎週月曜日の夜、仲間と集まり、食事や酒を飲みながら、近所者や参加者に声をかけ、交流を深めています。

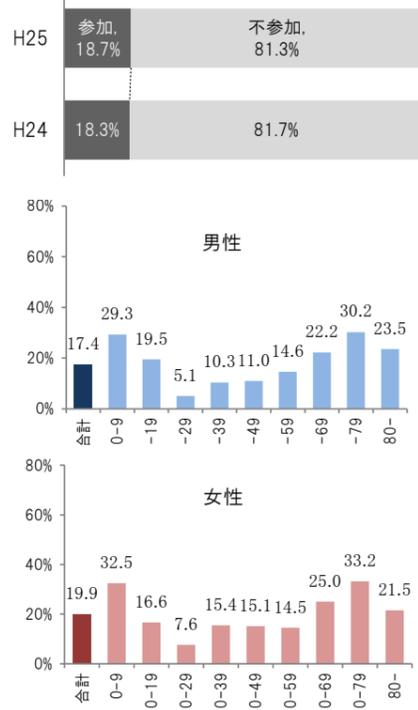


今後、このように活動が益々期待される。

## 平成25年度の民間賃貸住宅入居者健康調査結果

### 行事等への参加率18.7%

「行事等へ参加している」と回答した方は、約2割で、プレハブ住宅（4割）に比べて低くなっています。人との交流は、健康維持にとっても大切ですので、積極的に参加しましょう。



その他の結果は、県健康推進課のホームページに掲載中

# みやぎ被災者生活支援ガイドブックのご案内

### 主な掲載内容

- お金のこと
- 住まいのこと
- 仕事のこと
- 心と身体のこと
- 子育て・教育のこと
- その他相談等



被災者生活支援ガイドブックは、被災された皆様を中心とした生活に役立つ実用性のある内容と、わかりやすいイラストや写真が特徴です。詳しくは、宮城県内にお住まいの方だけが対象となる場合があります。

※本ガイドブックは、県内の応急仮設住宅にお住まいの方へは市町村から、県内のみなし仮設住宅や県外避難者の方へは県から直接お届けしています。

※お手元に届いていない場合は、宮城県震災復興推進課（☎022-211-2408）までご連絡ください。

みやぎ被災者生活支援ガイドブック

検索

# 健康維持 人との触れ合いが効果的

## 健康支援新聞



【発行元】

宮城県

健康推進課



笑顔 伊達を旅 仙台・宮城

## 応急仮設住宅(プレハブ)入居者健康調査結果の分析から判明

### 相談相手がいる人はリスク低い

### 心の問題で3・7倍の差

県では、昨年度実施しましたプレハブ仮設住宅入居者の健康調査結果を詳細に分析しました。その結果、「相談相手がない」や「行事等に参加していない」と答えた人は、そうでない人に比べて心の問題や体調不良のリスクが、最大で3・7倍高いことがわかりました。

### 行事への参加も関係

主な分析結果は、左の表のとおりです。「心の問題」、「体を動かす機会の減少」、「飲酒」

### 主な分析結果



分析は、年齢調整など補正を行っています。詳細の結果は、県健康推進課のホームページに掲載されています。

性別で比べると、女性は「心の問題」が1・6倍、「体を動かす機会が減少」が1・3倍、リスクが高くなっています。特に「心の問題」が3・7倍と、今回の分析では最も高い数値となりました。さらに、「行事等への参加の有無」で比べると、参加していない人は「心の問題」のリスクが1・7倍、「体調不良」のリスクが1・6倍高くなっています。今回の分析により、相談相手がいることや、行事等に参加するなど、人との触れ合いを多くすることが、心と体の健康維持に、とても大切なことがわかりました。

### 人との交流の機会を増やしましょう

### 分析結果からみた健康管理のポイント

- ① 男性は、お酒の飲み方、女性は、心の健康や体を動かすことに気を配りましょう。
- ② 無職や主婦の方は、積極的に体を動かすように心がけましょう。
- ③ 家族が多いほど、心が健康で適正な飲酒習慣があります。一人暮らしの方は、外にでて、人と交流する機会を増やしましょう。

平成25年度民間賃貸借上住宅

# 健康調査結果のお知らせ



むすび丸

多くの皆さまの調査へのご協力に  
感謝しております

- ◆平成25年11月から平成26年2月に、民間賃貸借上住宅等にお住まいの皆様を対象に、健康に関するアンケート調査を実施いたしました。
- ◆県内35市町村及び宮城県とが共同で実施し、18, 357世帯のうち、11, 536世帯から回答をいただきました(回収率:62.8%)。多くの方に御協力をいただき、ありがとうございました。

## こころとからだの健康のために

- ◆今回のような大きな災害では、ショックでこころは大きなケガをしてしまいます。ささいなことでもいらしたり、夜眠れなかったり、不安になったりすることは誰にでも起こることです。
- ◆体のケガと同じように、こころのケガも回復までの時間は個人差があります。
- ◆なかなか症状が改善しなかったり、心配な場合には、かかりつけ医や裏面に掲載した相談窓口などにお気軽にご相談ください。

## 調査の結果を 今後の健康維持にお役立てください

- ◆県では、平成24年度と平成25年度の応急仮設住宅(プレハブ)健康調査の結果を詳細に分析しましたのでご自身やご家族の健康管理の参考にしてください。

宮 城 県

発行元:宮城県保健福祉部健康推進課 TEL022-211-2624 発行年月:平成26年11月

# 健康に関する相談先

◇市町村担当課一覧

市町村名	担当課名	電話	市町村名	担当課名	電話
1 白石市	健康推進課	0224-22-1362	19 大和町	保健福祉課	022-345-7221
2 角田市	健康推進課	0224-62-1192	20 大郷町	保健福祉課	022-359-5507
3 蔵王町	保健福祉課	0224-33-2003	21 富谷町	福祉部長寿福祉課	022-358-0513
4 七ヶ宿町	保健センター	0224-37-2331	22 大衡村	保健福祉課	022-345-0253
5 大河原町	健康福祉課	0224-53-2115	23 大崎市	健康推進課	0229-23-5311
6 村田町	健康福祉課 (保健センター)	0224-83-2312	24 色麻町	福祉課	0229-66-1700
7 柴田町	健康推進課	0224-55-2160	25 加美町	保健福祉課	0229-63-7871
8 川崎町	保健福祉課	0224-84-6008	26 涌谷町	健康課	0229-43-5111
9 丸森町	保健福祉課	0224-72-2115	27 美里町	健康福祉課	0229-32-2941
10 塩竈市	健康福祉部健康推進課 (保健センター)	022-364-4786	28 栗原市	市民生活部健康推進課	0228-22-0370
11 名取市	名取市保健センター	022-382-2456	29 石巻市	健康推進課	0225-95-1111 (代表)
12 多賀城市	保健福祉部健康課	022-368-1141		介護保険課	
	保健福祉部社会福祉課			障害福祉課	
	保健福祉部生活再建支援室			子育て支援課	
13 岩沼市	健康増進課 社会福祉課	0223-22-1111	30 東松島市	健康推進課 (母子保健、健康づくり)	0225-82-1111 (代表)
	介護福祉課	0223-24-3016		子育て支援課 (家庭相談、女性相談)	
14 亶理町	健康推進課	0223-34-0524		福祉課 (高齢者・障害者・震災後の こころのケア)	
15 山元町	山元町地域包括支援 センター	0223-37-3901	31 女川町	健康福祉課	0225-53-4990
16 松島町	健康長寿課	022-355-0703	32 登米市	健康推進課	0220-58-2116
17 七ヶ浜町	健康増進課高齢者福祉係 (地域包括支援センター) 健康増進課保健指導係 地域福祉課社会福祉係 障害福祉係	022-357-7447 022-357-7448 022-357-7449	33 気仙沼市	健康増進課	0226-21-1212
			34 南三陸町	保健福祉課 (志津川保健センター)	0226-46-5113

◇仙台市各区役所・各総合支所一覧

区役所・総合支所名	電話	区役所・総合支所名	電話
1 青葉区役所	022-225-7211 (代表)	5 泉区役所	022-372-3111 (代表)
2 宮城野区役所	022-291-2111 (代表)	6 宮城総合支所	022-392-2111 (代表)
3 若林区役所	022-282-1111 (代表)	7 秋保総合支所	022-399-2111 (代表)
4 太白区役所	022-247-1111 (代表)		

◇県保健福祉事務所(地域事務所)一覧

事務所名	電話	事務所名	電話
1 仙南保健福祉事務所	0224-53-3116 (代表)	6 北部保健福祉事務所 栗原地域事務所	0228-22-2112 (代表)
2 仙台保健福祉事務所	022-363-5502 (代表)	7 東部保健福祉事務所 登米地域事務所	0220-22-7514 (代表)
3 仙台保健福祉事務所 岩沼支所	0223-22-2188 (代表)	8 東部保健福祉事務所	0225-95-1416 (代表)
4 仙台保健福祉事務所 黒川支所	022-358-1111 (代表)	9 気仙沼保健福祉事務所	0226-22-6661 (代表)
5 北部保健福祉事務所	0229-91-0707 (代表)		

