



## こころの健康づくり街頭キャンペーンを実施しました

平成30年3月14日、16日に気仙沼市内のスーパーなど4ヶ所でこころの健康づくり街頭キャンペーンを実施しました。

東日本大震災から7年目を迎え、被災地域の住民の心身の健康の保持増進がますます重要になっています。心の健康を保つためには、日常生活におけるセルフケアや悩みが深くなる前の相談等が大切です。そのためキャンペーンでは、自分自身や周りの人の不調に早めに気づき、身近にある相談窓口を積極的に利用してもらうよう呼びかけることにしています。

キャンペーンでは、悩みを抱えている人が追い込まれたり、孤立することがないように、気仙沼地域の相談機関のスタッフが、来客者1人1人に声をかけながら、啓発グッズを手渡しました。



## 結核研修会を実施しました

1月30日(火)、南三陸病院を会場に当保健所主催で「結核対策研修会」が開催されました。

今回の研修では医療・介護関係者などを対象に、結核患者が発生した場合に適切な対応ができるよう、公益財団法人結核予防会結核研究所 対策支援部 企画・医学科長平尾晋先生から、結核の診断治療や感染対策などについてお話いただきました。

先生のわかりやすいお話に、「知識の整理に役立った」「しっかり対策すれば怖くない病気とわかった」などの声が寄せられ、正しい知識や治療への理解、早期発見・早期治療の必要性など疾病に関する理解が深まった様子でした。

## 管内の看護学校で卒業式が行われました!

3月3日に気仙沼市立病院附属看護専門学校、3月5日に気仙沼市医師会附属看護学校、3月7日に気仙沼市医師会附属高等看護学校の卒業式が行われ、当所から渡辺保健福祉事務所長、戸引副所長が出席し、卒業される皆さんへ祝辞を贈りました。

今年度は三校延べ101名もの皆さんが晴れて卒業を迎えられました。引き続き勉学に励まれる方、いよいよ医療現場に立たれる方、それぞれに夢と希望を抱きながら、志す看護の道へと歩み出されたことでしょう。

卒業生の皆さんが、伝統ある各校で学び育まれた看護の心と知識を存分に発揮され、看護業務を通して地域住民の皆さんの支えとなられるのを心から期待します。



## 【コラム】ご自分からのSOSに気づいていますか?

日ましに暖かくなり春が近づいてきました。春は別れと出会いの季節といわれ、進学・就職・転勤等と周囲の環境が変わる時期でもあります。喜ばしいことも多い反面、環境の変化等により心がつかれていませんか?

心の変化は目に見えず、自分では気づきにくいものです。「いつもと違うな」と思ったら、それは心のSOSサインかもしれません。まずは心身の疲れに気づき、疲れたからだに栄養をあげることが大切です。乱れがちな生活の基本「運動・仕事・食事・睡眠・休息」をまんべんなく取り入れた生活を意識し、元気な心とからだを取り戻しましょう。

健やかな毎日のために、日々がんばりすぎていないかご自身の心とからだに目を向けてみませんか?



# この人に聞きたい!

気仙沼保健福祉事務所  
技術副所長兼環境衛生部長  
小野寺 瑞穂

このコーナーでは、管内の保健福祉や環境衛生関係の活動・業務に取り組む方からお話をお聞きします。



気仙沼保健福祉事務所(保健所)で平成28年4月から環境衛生部長を勤めさせていただいております。気仙沼は2度目の勤務ですが、震災時にはここで食品薬事班長として勤務していましたので、震災当日、事務所の2階で暗く寒く長い夜を過ごしたことが今でも鮮明に思い出されます。震災直後には避難所を巡回し、避難している動物の状況を確認してペットフードなどの配布や、食中毒の予防についてお話をさせていただきました。あれから7年が経過し、復旧・復興が進んで、仮設商店街から本格的な店舗に立て替えられるなど新たな街並みも形成されていますが、一方で未だ防潮堤工事やかさ上げ工事などが続いており生活環境が落ち着かない状況が続いているようです。

その中で私たちは、生活環境の保全と安全安心の確保のために、不法投棄の防止、工場排水に係る苦情対応、食品の安全確保、動物の愛護と適正飼養の啓発、薬物の乱用防止など、皆さんの生活に密着した仕事をしております。被災地の保健所として、これらの仕事を通して発展的復興に貢献して参りますので、これからも皆様の御理解と御協力をお願いいたします。また、被災されました営業者の方々を支援するため、各種申請手数料の免除も継続して行っておりますので、お気軽にご相談ください。

# 介護保険が改正されます

介護保険制度は、3年に1回見直されることとなっておりますが、平成30年度にも大きな制度改正が行われます。

今回の制度改正の大きな目的として、「中重度の要介護者も含め、どこに住んでいても適切な医療・介護サービスを切れ目なく受けることができる体制を整備すること」と「介護サービスの適正化・重点化を図ることにより、制度の安定性・持続可能性を確保」することが掲げられています。

こうした目的を達成するために、平成30年4月から、介護報酬改定も行われます。

利用者にとっては、これまで以上の質のサービスが受けられることもありますが、同時に利用料が変わることも考えられます。

その場合には、どこが変わったかが、事業所の方から説明されることと思いますので、自分や御家族が受けているサービスがどのようなものか、一度改めて確認してみるいい機会になるかもしれません。



## ✿ 編集後記 ✿

平成29年度最後の「ふかひれ通信」をお届けしました。まだまだ寒さが続きますが、くれぐれもお身体にお気を付けてお過ごしください。気仙沼保健福祉事務所では、ふかひれ通信を通して今後も注意喚起などを行っていきたいと思います。(次号は5月発行予定です。)

↓ご感想・ご意見等どしどしお寄せ下さい! ↓

担当：気仙沼保健福祉事務所広報委員会  
電話：0226-22-6661  
メール：fukahire@pref.miyagi.lg.jp