

宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.9 平成24年4月

石綿(アスベスト)含有廃棄物回収作業を実施しました

復興に向けて被災建築物等の解体工事が本格化する中で、石綿(アスベスト)の飛散による周辺環境への影響や健康被害の発生を防止するため、3月15日に石巻保健所と(社)宮城県産業廃棄物協会石巻支部、(社)宮城県建設業協会石巻支部、石巻市及び市委託解体業者が連携し、石巻市の沿岸部(川口町地区、松並地区、魚町地区)で第2回目の石綿含有廃棄物等の回収作業を実施しました。この回収作業は事前に当該地域内の解体現場などに石綿含有廃棄物の放置がないかどうかパトロールを実施した結果をもとに実施したもので、当日は53名が参加し、成形板やスレートなどの石綿含有廃棄物等(約5.5トン)を回収しました。石巻保健所では今後も関係機関と連携し、地域のアスベスト対策を行っていきます。

- ◆石巻保健所のアスベスト対策に関する取り組み◆
- ①解体現場等で作業員への防じんマスク着用指導(平成23年4月～)
 - ②管内市町へ被災建築物の適正解体指導(平成23年10月～)
 - ③アスベストパトロール(平成23年10月～)
 - ④石綿含有廃棄物回収作業(平成23年12月、平成24年3月)
 - ⑤石綿予防講習会開催(平成24年2月10日)

医療安全対策研修会を開催しました

3月8日、石巻地域医療対策委員会(事務局:石巻保健所)では石巻市医師会、桃生部医師会、石巻歯科医師会、石巻薬剤師会と連携で、石巻管内の医療機関や福祉施設の従事者等、行政機関の担当者を対象に医療安全対策研修会を開催しました。研修会には約140名が参加。震災で多くの命を失い、心を痛めている被災者が多くいる中で、医療におけるグループケアの重要性について仙台市立病院救命救急部部長の清川医師より講話をいただきました。

講話では、大切な人を亡くされた方どう聞かされるか基本的な心構え等を学びました。また、清川医師はケガをする人のケアが大事とも話されました。

聴き上手ボランティア活動紹介

3月23日、女川町清水地区の仮設住宅集会所「お茶っこ会」が開催され、周辺地区の住民など約30名が参加しました。お茶っこ会では女川町が昨年8月から実施した聴き上手ボランティア養成研修会に参加された町内の方々が主体となって語りや紙芝居などを行い、参加者は他の参加者らとの会話を楽しむなどして過ごしました。養成研修会の講師である国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター長の犬野裕氏からは、「引きこもりやうつ状態になると体調を崩しやすいこと、住民同士で声がけしたり、適度な運動をすることが大切」と話がありました。

石巻市サポートセンター開所

石巻市社会福祉協議会では昨年9月から石巻市の委託を受け、仮設住宅の入居者支援として「応急仮設住宅管理運営業務」事業を行ってきました。今回、中央共同募金会からの助成で『石巻市ささえあい聴援センター』(石巻市不動町)が完成し、3月27日、同センターの開所式が行われました。今後の仮設住宅入居者支援などの総合拠点として利用されます。



みやぎ心のケアセンター石巻地域センター開設

宮城県では、震災による被災者の心的外傷後ストレス障害(PTSD)、うつ病、アルコール依存、自殺等様々な心の問題に対する対応や支援を行うため、『みやぎ心のケアセンター』を設置しています。平成24年4月からは、石巻合同庁舎内に石巻地域センターを開設し、精神科医(非常勤)、保健師、精神保健福祉士、心理士などのスタッフを置いて、地域に根差した直接支援を展開していく予定になっています。

3.11 東日本大震災追悼式

平成24年3月11日、東日本大震災から1年を過ぎました。石巻地域(石巻市、東松島市、女川町)では約5,600人の死者・行方不明者が出ました。各市町では犠牲者の追悼式が開催され、地震が発生した午後2時46分を黙列による黙祷が行われました。石巻市の追悼式に参列した村井県知事は、『震災によりおけがのない命が奪われたことは誠に哀痛痛恨の極みである。世界各国から支援と励ましがあり、復興のあかみを導いてきたが、未曾有の大災害による死傷は後世として大きく、早期に生活再建を果たすことができるよう、今後も取り組みを一段と加速していかなければならない。犠牲者の方々の思いを心に刻み、ふるさとを故郷の世に引き継ぐことは、県民とともに復興に邁進することを誓う』と追悼の辞を述べられました。



応援職員紹介

東部保健福祉事務所では、震災以降多くの自治体の方々に応援をいただいています。今年度最後の応援職員として東京都から応援をいただいておりますので、ご紹介します。

東部保健福祉事務所 石川貴敏さん(医師)
昨年5月から交代制で行っていた。東京都公衛生師医師会は今月でひとまず終了となりますが、これからも形をかえてお手伝いさせていただきたいと思っています。災害支援という名目で受け入れていただきましたが学ぶことが多く、どちらかといえば、得るばかりで与えることが少なかつたようにも感じています。今回履見になりましたのも何かの縁と思います。いろいろご迷惑をおかけしたことや至らなかったことについてはお詫言申し上げ、今後ともかわらぬお付き合いをお願いいたします。

問い合わせ先
東部保健福祉事務所
企画総務班 企画調整グループ
HP: <http://www.pref.miyagi.jp/et-ho/>
Tel: 0225-95-1416(代表)
Fax: 0225-94-8982

編集後記
東部保健福祉事務所(石巻保健所)では、東日本大震災発生後1年間の活動を1冊の記録集『石巻からの活動報告 一東日本大震災から1年の軌跡』にまとめました。我が々がそれら対応の中で学んだ経験、教訓を生かし、今後地域のために、全力で取り組んでまいります。この記録集については、今後、事務所内で公開する予定になっていますので、どうぞご覧ください。

宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.10 平成24年5月

東部保健福祉事務所長 転任のご挨拶

皆さん、こんにちは。4月から宮城県東部保健福祉事務所長になりました渡辺達美です。石巻地域の復興に全力で取り組んでいくつもりですので、よろしくお願ひします。復興支援ニュースは今回で第10号になります。これまで、復興に向かう動きや季節情報など注視していただいていたことをお届けしてきました。今後も、元気の出るような話題、役に立つ情報、ほっとするようなトピックを皆さんにお届けしてまいります。皆さんからの情報をお待ちしております。今年度は復興元年、一日も早い生活再建を目指し、被災者の方々の健康を守ることを最優先に職員一同頑張っております。復興の主体、健康づくり・衛生管理の主体は住民の方々です。地域の声をしっかりと受けとめ、当事務所における保健・医療・福祉・衛生・栄養・環境の各分野の専門職の総力を結集し、関係機関や地域の方々と連携して、資源を発掘し、つなげ、地域の方々に支援し、課題に当たっていきます。課題も解決も地域の現場から! 復興支援ニュースが、被災者の皆さんや関係機関の方々と当事務所のつながりの一助になりますように、引き続きご愛顧をよろしくお願ひします。

地域のサポートセンター活動紹介

【東松島市被災者中央サポートセンター】では、市内3か所にある地区サポートセンター(矢本東・矢本・鳴瀬)の統括機関としての業務を担当しながら、東松島市や宮城県社会福祉協議会等と連携して地域の被災者のサポート事業を行っています。これまで、仮設住宅の期間別間を通じた被災者のニーズ調査を実施したり(19年度は宮城県社会福祉協議会に委託し、矢本地区を実施)、定期的に開催される会議等と連携し、行政や各サポートセンター長、仮設住宅代わり者らと意見交換を行うなどして、被災者のサポートにあたりていきます。今年度は、集会所がない仮設住宅の団地でもお茶会を開催するなど、住民が主体となって実施できるコミュニティ作りをしていきたいと意欲を語ってこられました。また、同サポートセンターにはコールセンターを設置しており、仮設住宅の不具合の相談を受けたり、イベント希望者や自治体の調整を行うなど、幅広い役割も担っています。

市民と協力しながら仮設住宅をサポートしていきたい!



- ・個別訪問などの個別支援
- ・お茶会、健康相談会などの地域支援
- ・イベントの調整
- ・ミニコンパの発行
- ・ボランティア登録 他、様々な事業を実施

女川町地域医療センター竣工式

スイスからの支援を受けて改修を行っていた女川町地域医療センターの工事が完了し、15日竣工式が行われ、当事務所も出席しました。入院19床と100床の老人保健施設を整備し、医療と福祉の体制が整いました。また、医療センターでは避難所や仮設住宅への巡回診療も行っています。須田町長は「スイス国民の善意は、センターの再建に象徴されています。女川町民はこのことを忘れません」と挨拶し、感謝を伝えました。



震災対応の記録が完成しました

震災後1年間における当事務所職員の対応・活動に関する記録を作成しました。石巻管内の地域の公衆衛生活動についてまとめられています。また、当事務所のHPに掲載予定です。どうぞご覧ください。

問い合わせ先
宮城県東部保健福祉事務所
企画総務班 企画調整グループ
HP: <http://www.pref.miyagi.jp/et-ho/>
Tel: 0225-95-1416(代表)
Fax: 0225-94-8982

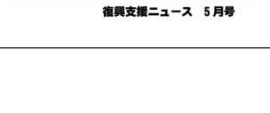
女川町復興ふれあい農園、開園

東北福祉大学の教員と学生による被災者支援プロジェクト『女川町復興ふれあい農園』の開園式・搬入式が4月5日に行われました。この農園は女川町新田・清水地区の仮設住宅に隣接した遊休地に作られたもので、今年2月、まだ瓦礫の残る土地を同大学の学生らが瓦礫撤去作業を行い、整地しました。女川町社会福祉協議会の阿部会長からは、愛情を含め、地域の交流を持って育ててほしい」と挨拶があり、地域の住民からも「1つ1つの作業に感謝しながら、周辺地域に誇れる農園になるよう頑張っていきたい」と語っていました。開園式の後、大学関係者や地域住民など約40名が参加し、枝豆や小松菜などの野菜の種まきを行いました。



～鹿島島より石巻へ～

東日本大震災復興支援チャリティイベント
◆◆ 元気のバトンプロジェクト ◆◆
4月9日、鹿島島のラジオに携わるDJやスタッフ等が立ち上げた『東日本大震災復興支援チャリティイベント「元気のバトンプロジェクト」』様より当事務所へ義援金寄付の申し出がありました。同プロジェクトは昨年5月、12月にも石巻市を訪問され、宮城県や石巻市をご支援してくださいました。心より感謝申し上げます。



宮城県東部保健福祉事務所
(宮城県石巻保健所)
復興支援ニュース Vol.13 平成24年8月

アート de メッセージ ～復興に向けた思いを言葉で～

震災がれきの2次処理を行っている石巻市雲雀野の廃棄物処理施設の壁面に、復興への思いが描かれた作品が壁画『アート de メッセージ』として公開されました。この壁画は石巻市内及び東松島市内の小・中学校、高等学校の生徒が制作。7月2日、県の委託で施設を運営管理する共同企業体（JV）事務所、この壁画を制作した生徒等を迎え、感謝状贈呈式が行われました。式では、JV事務所長が「完成した作品は復興へ向かって希望がみえるような作品になった。がれき処理だけでなく、壁絵も多くの方々に見てもらって復興への第一歩にしたい」と挨拶。作品には、復興の花や復興への願いが鮮やかな色合いで描かれています。また、7月14日には同施設敷地内に『「思い出の写真」デジタル公開センター』が開所しました。震災がれきの中から発見された写真等の思い出の品物を持ち主や写っている方々に返そうというプロジェクトで、石巻市や写真みつけるプロジェクトスタッフ等多くの方々の協力により、約80万枚の写真等の洗浄やデジタルデータ化、画像検索システムの整備が行われました。このセンターは平成26年3月末まで公開予定です。



【「思い出の写真」デジタル公開センター開所式の様子】

高齢者支援施設研修会開催

7月20日、東部保健福祉事務所では、高齢者施設の関係者の資力向上目的の研修会を開催し、高齢者施設等の介護職員やリハビリ職員など約70名が参加しました。研修会では、日本シーティング・コンサルタント協会作業療法士 木之瀬隆先生から講話があり、車いすや福祉用具を活用するシーティングの基礎や、シーティングを活用することで利用者の自立支援や介護職員の身体的負担軽減を図る方法を学びました。また、参加者は実際に車いすに乗り講話を受ける体験をしました。「車いすに長時間座ることが苦痛だと分かった」、「研修会の内容を仕事に役立てたい」など感想がありました。



【車いすに座って講話を受ける様子】

【シーティング】
いすや車いす等の福祉用具を適切に使用することで、障がい者の自立を促したり、介護者の介護負担を軽減する技術

石巻地域自殺対策連絡会開催

毎年、全国の自殺者数はわずかに減少していますが、3万人を超えている状況です。7月26日、東部保健福祉事務所では警察や仙台弁護士会、医療機関など14ヶ所の関係機関を集めて、自殺対策連絡会を開催しました。当事務所から県内や石巻管内の自殺の状況について説明を行ったあと、各施設での通常業務や自殺対策に関する取り組み状況、石巻地域の自殺対策について意見交換を行いました。関係機関からは「つながりや「こころの健康管理」が大事と感じていたり、「連携を取りながら見守り、支援していくことが重要」などと話し合いました。



【自殺対策連絡会開催の様子】



【自殺対策連絡会開催の様子】

復興支援ニュース 8月号

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

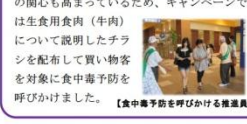
7月20日、石巻保健所では石巻市蛇田のイオンモール石巻で『薬物乱用防止・街頭犯罪抑止キャンペーン』を行いました。キャンペーンでは当保健所の他、石巻地区薬物乱用防止指導員協議会、石巻警察署、宮城県石巻好文館高校の生徒等約70人が参加し、薬物乱用防止啓発用のチラシを買い物客に配布しながら麻薬や覚せい剤等の薬物乱用はしないよう呼びかけました。



【薬物乱用防止を呼びかける高校生】

8月は食中毒予防期間です！

7月31日、石巻保健所及び石巻地区食品環境衛生団体連合会は、石巻市蛇田のイオンモール石巻で『食中毒予防街頭キャンペーン』を行いました。当日は石巻保健所職員他、同連合会の食品衛生推進員等併せて約15名が参加しました。食品衛生法では今年7月より牛レバーを生食用として販売・提供することが禁止されました。また、食肉の取り扱いに関する消費者の関心も高まっているため、キャンペーンでは生食用肉（牛肉）について説明したチラシを配布して買い物客を対象に食中毒予防を呼びかけました。



【食中毒予防を呼びかける職員】

女川町ふれあい農園収穫状況

女川町新田・清水地区の仮設住宅で東北福祉大学の学生達と共に開園した女川町ふれあい農園では、現在、キュウリやトマトなどの野菜が収穫を迎えています。仮設住宅に住む住民達が朝夕の涼しい時間帯に草取りや水やりなどの作業を行い、今年の春頃から野菜を育ててきました。農作業中の方々は「野菜作りでお互いの知恵を出したり、教えあったりできる」、「集まってお茶のみをしたり、コミュニケーションの場になっている」と話を聞かせてくれました。



【作業の様子】

編集後記

夏本番！暑い、暑いですが、花火大会や地域でのお祭りがたくさん開催されているようです。仮設住宅でも夏祭りを開催している話も聞かれます。今月は、女川町の復興ふれあい農園取材させていただきましたが、他にも情報があります。右記までご連絡ください。熱中症にならないよう水分をこまめに取りながら夏を乗り切ってください！

復興住宅と福祉のまちづくり研修会

震災から1年が過ぎ、復興計画も策定され、災害公営住宅整備が動き始めました。7月27日、将来を見据えたまちづくりを考えるために、県庁や市町村の担当職員が参加し、まちづくり研修会が行われました。研修会では、立命館大学 塩崎賢明教授が被災地復興の事例を紹介し、「なるべく自力での再建を支援すること」「住民の合意形成が大事。時間をかけて行った方が良い」等と講演があり、また、講演の後は市町村での取り組み状況の報告や、情報交換が行われました。



【塩崎教授の講演の様子】

問い合わせ先

宮城県東部保健福祉事務所
企画総務課 企画調整グループ
担当：八木田、大崎、佐藤
H P: http://www.pref.miyagi.jp/et-hc/
T e l: 0225-95-1416(代表)
F a x: 0225-94-8982
石巻市東中里1丁目4番32号

復興支援ニュース 8月号

宮城県東部保健福祉事務所
(宮城県石巻保健所)
復興支援ニュース Vol.14 平成24年9月

かきむきシーズンに向けて準備が進んでいます

今年もまもなくかきむきのシーズンが到来します。石巻保健所では、毎年かき処理関係者を集め、生食用かきを養殖する海域の海水検査やかき処理場の検査、食中毒予防に関する説明会を実施して、今年も8月21日に開催しました。説明会では、食中毒に安全で美味しいかきを選ぶように、各かき処理場の方など42人を対象に生かきの取扱いや衛生管理に関する指導を行いました。また養殖海域の海水検査は8月23日から始まっており、今年も67地点で検査予定です。昨シーズンは、震災の影響により宮城県産かきの出荷量は約320トンと震災前平均(約4,020トン)の約8%でしたが、今シーズンは生産量約1,200トンを目指しており、管内の各浜で順次処理場の復旧整備が行われています。



【説明会の様子】

被災者向けの各種調査を行います

◆**応急仮設住宅健康調査**◆
石巻市と東松島市、女川町の仮設住宅に入居されている方を対象として、健康に関するアンケート調査を実施します。入居されている方の健康状態の把握や、その結果を参考に必要な支援や対策を考えていくこととなります。お手元アンケート調査票が届いた際には、ぜひ御協力ください。

石巻市：9月後半調査(県と合同で実施)
東松島市：11月後半調査(県と合同で実施)
女川町：御独自で実施予定

◆**被災者栄養調査**◆

現在、石巻市内の仮設住宅で行う栄養相談(ハッピー大崎実施地区のみ)の参加者を対象に、栄養調査が実施されています。この調査では約80種類の食品等の摂取量をお聞きして、最近1ヶ月の栄養摂取状況を把握するものです。結果は、今後の被災者の栄養改善対策などに活用されるほか、栄養士が協力者へ食事のアドバイスを行う資料として活用していく予定です。対象となった方は、ぜひ御協力ください。



【栄養士による説明の様子】

派遣職員を紹介します

◆**新潟県から来られた保健師の出口広貴様です**◆
新潟県長岡市保健所より派遣

8月から来年2月末まで、2ヶ月交代で新潟県から4人の保健師が派遣になり、その一人目です。事務所の皆さんから管内の状況を教えていただきながら、成人・高齢者に所属し被災者支援に関する業務についてです。行政だけでなく、全国的な専門職団体が活動している様子から復興の勢いを感じています。私も少しでもお役に立てば、という想いですのでよろしくお願い致します。

問い合わせ先
宮城県東部保健福祉事務所
石巻市東中里1丁目4番32号
企画総務課 企画調整グループ
担当：八木田、大崎、佐藤
H P: http://www.pref.miyagi.jp/et-hc/
T e l: 0225-95-1416(代表)
F a x: 0225-94-8982

復興支援ニュース 9月号

宮城県東部保健福祉事務所
(宮城県石巻保健所)
復興支援ニュース Vol.15 平成24年10月

老人の日 記念品贈呈式

毎年9月15日は老人の日です。宮城県では396の方が、石巻管内では39名の方が今年度中に100歳を迎えられます。東部保健福祉事務所では、100歳を迎えられる方の御自宅を訪問し、内閣総理大臣祝状と記念品(銀杯)、宮城県知事からの祝詞を贈呈しました。

100歳を迎えられた皆さん おめでとうございました



【石巻市の青木さん 佐藤さん 阿部さん】

雲雀野ヤード焼却炉5基稼働開始

県が石巻市雲雀野地区で設置を進めてきた震災がれきの2次処理施設において、いよいよ全5基全ての焼却炉が完成することになりました。全5基が本稼働することにより、1日あたり約1,500トン(300トン/日×5基)の可燃物焼却が可能になります。現在、石巻地域(石巻市、東松島市、女川町)の震災がれきについては、仙台市、正理処理区などでの県内処理や、東京都、茨城県、山形県などの広域処理に加えて、9月からは北九州市への搬出も始まりました。当初の予定である3年間の処理完了に向けて、着々と進んでいます。

【夕暮れに輝く5基の焼却炉】

◆**県立結果公開中**◆
仮設住宅では、焼却炉の排煙の騒音や焼却灰の放射能レベルの測定を実施しており、下部で測定結果を公表しています。

URL: http://www.pref.miyagi.jp/shinsaitai/index.htm

AEDによる救命救急講習会開催

9月9日から15日までの1週間は「救急医療週間」になっています。石巻地区地域医療対策委員会(事務局：東部保健福祉事務所)では、9月12日に石巻地区消防本部を会場に「AEDによる救命救急講習会」を開催し、住民や高齢者施設職員ら36人が参加しました。石巻消防署救急隊員から、「救命車到着までに平均で約8分間かかる。そばに居合わせた皆さんが救命処置を行えるよう、心肺蘇生法やAEDの使用方法を身に付けておくことが大切」と救命処置の重要性や心肺蘇生法、気道異物の除去、止血法をわかりやすく説明いただきました。受講者は人体モデルを使って、心肺蘇生、AEDの操作を繰り返し手順を学び、緊急時の対応方法を確認しました。

派遣職員を紹介します

◆**新潟県から来られた保健師の出口広貴様です**◆
新潟県長岡市保健所より派遣

昨年6月に派遣で気仙沼市にいらしたのですが、宮城県には2回目の派遣になります。その後も個人的に「大噴火」を視察するために仙台市を訪れましたが、圧倒されるような熱気で、東北の方々のパワーを感じました。少しでも復興の力になれるよう頑張りますので、2ヶ月間よろしくお願ひいたします。

問い合わせ先
宮城県東部保健福祉事務所
石巻市東中里1丁目4番32号
企画総務課 企画調整グループ
担当：八木田、大崎、佐藤
H P: http://www.pref.miyagi.jp/et-hc/
T e l: 0225-95-1416(代表)
F a x: 0225-94-8982

復興支援ニュース 10月号

宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.16 平成24年11月

三井厚生労働大臣石巻訪問

三井厚生労働大臣が現地の被災状況や医療・福祉・雇用の対策の状況等を確認するため、10月22日に石巻地域を訪問しました。今回視察したのは、東松島市仮設住宅入居者のお茶会や、「石巻市立開成仮設療養所」、「みやぎ心のケアセンター石巻地域センター」等です。心のケアセンターでは、活動状況や石巻地域での課題などを説明し、今後の事業継続について国の支援を要望しました。



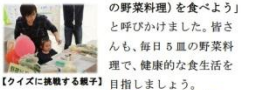
【心のケアセンターでの説明】

野菜をもっと食べようキャンペーン IN 上品の郷

10月21日、石巻保健所では、かほく上品の郷で『健康づくり！野菜をもっと食べようキャンペーン』を石巻管内栄養士と共催で行い、約300名の方が訪れました。キャンペーンでは、野菜計量クイズや、野菜レシピの紹介などを行い、「1日350g(5皿の野菜料理)を食べよう」と呼びかけました。皆さんも、毎日5皿の野菜料理で、健康的な食生活を目指しましょう。



【キャンペーンの様子】



【クイズに挑戦する様子】

「まちの保健室」開設しました

9月29日に宮城県看護協会がイオン石巻に「まちの保健室」を開設しました。当日は看護師等が行う無料の健康チェックや健康相談を行い、約120人が利用しました。「まちの保健室」は、生活の中で「気軽に」病気の予防や健康づくりに取り組めるよう、健康相談や健康チェックができる場所を「まち」の中に設けて、人々の「癒やし」の場の一つになることが期待されています。



【健康相談を行う看護師】

今後の予定
11月16日(金) イオンモール石巻
11月17日(土) オーヨーがーあけぼの店
12月9日(土) イオンモール石巻

宮城県産の生食用かき出荷開始

10月15日、石巻保健所管内(石巻市、東松島市、女川町)のかき処理場で、かき剥き作業が一緒に始まりしました。同日、石巻市産地にある宮城県漁業協同組合では震災後初のセリが行われました。震災の影響で生産量も少なくなっていることもあり、入札では5万円(10kg)を超える御祝儀相場となりました。



【産直処理場でのかき剥き】

問い合わせ先
宮城県東部保健福祉事務所
石巻市東中里1丁目4番32号
企画総務課 企画調整グループ
担当：八木田、大崎、佐藤
H: P: http://www.pref.miyagi.jp/et-hc/
Tel: 0225-95-1416(代表)
Fax: 0225-94-8982

復興支援ニュース 11月号

宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.17 平成24年12月

村井知事による「みやぎの復興現場訪問」 in 石巻地域

11月20日(火)、「みやぎの復興現場訪問事業」として、村井知事が石巻赤十字病院を訪問しました。知事は「震災時は、この病院が機能してくれたおかげで、救われた命が多かった。今後も地域のために力を合わせて頑張ってほしい」と病院関係者を激励。同病院の金田院長からは、平成27年開院に向けた災害医療救急センターの建設予定や現在被災して仮設舎となっている石巻赤十字看護専門学校の新築予定について説明がありました。また、震災前に比べ、救急患者が70%増加している現状と医師や看護師等のマンパワー不足について意見交換が行われました。意見交換の後、知事から新しく宮城県災害医療コーディネーターとなった同病院の市川宏文医師へ委嘱状が交付されました。同日、知事は石巻赤十字看護専門学校を訪問し、学生達から震災時の活動状況や今後の抱負などについて話を聞き、記念撮影をするなど交流がありました。



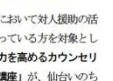
【病院関係者と意見交換会】

【市川宏文医師へ委嘱状交付】

【知事と学生達との交流】

カウンセリング講座開催しました

被災地において対人援助の活動に関わっている方を対象とした「聴く力を高めるカウンセリング連続講座」が、仙石のちのちの電話と当事務所共催で石巻合同庁舎を会場に開催されました。これは、カウンセリングを学び、体験し支援者の活動に活かせることを目的としています。第1回目となった11月10日(土)は約40名が参加しました。開講式を行った後に、カウンセリングの基本を学び、少人数に分かれグループワークを行いました。第2回目は17日、カウンセリングの進め方を学び、実習にロールプレイを行い、カウンセリングの難しさと受け側の気持ちも体験しています。今後、来年2月まで2回とも、計8回の講座が開催されます。

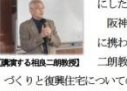


【研修講座の開催】

【カウンセリング講座の様子】

まちづくり推進連絡会開催

11月16日(金)、「石巻地域復興住宅と福祉のまちづくり推進連絡会」を当事務所主催で、合同庁舎大会議室で開催しました。石巻市の保健福祉担当部署・建設担当部署、県関係機関に加え、気仙沼市、南三郡からも参加がありました。石巻地域の復興住宅における高齢者等の生活支援、コミュニティの形成や維持など福祉部門や建設部門等と連携が必要な課題について、情報共有と課題解決を目的にしました。阪神淡路大震災後のまちづくりに向けた神戸芸術工科大学 相良二朗教授から、兵庫県産の福祉のまちづくりと復興住宅についての講演、公営住宅における高齢者・障害者等への配慮のポイントについての助言を頂きながら、石巻地域と気仙沼地域の状況について情報交換を行いました。今後も管内の状況に応じて実施していく予定です。



【復興住宅と福祉のまちづくり推進連絡会】

復興支援ニュース 12月号

中長期の心のケア対策を学びました

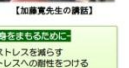
11月14日(水)、兵庫東部精神保健福祉センター藤田昌子精神保健福祉士を講師に招いて、石巻管内の精神保健福祉担当者を対象に精神保健福祉担当者会議を開催しました。阪神淡路大震災の経験からの活動を基に、今後、中長期的に必要な「心のケア」について講義をいただきました。被災地では様々な問題の多くにアルコールが関係していたことや、心の回復のペースは人それぞれであること、復興住宅に移ることがゴールではなく、どんな生き方をすればいいのかと等と話されました。また、支援者にも心のケアが必要なことを話され、リラックスできる呼吸法を体験しました。翌日の15日(木)には管内の仮設住宅等の支援者を対象に、「被災者の心のケアに関する研修会」を開催し、兵庫東部心のケアセンター加藤寛センター長が健康調査結果を現場に活用する方法について講話を行いました。兵庫では震災後5年経過してもつやPTSDの影響が大きいことや、どの経過とともに問題は減少する。継続的に健康調査を行うことで、どのような問題が減っているか現れているかが見えてくる。この現れた問題のフォローを私たちがしていければいい」という内容のお話をいただきました。



【藤田昌子先生】



【グループワークの一場面】



【加藤先生からの講話】

ストレスから身を守るために
●入ってくるストレスを減らす
●精神的なストレスの蓄積を防ぐ
●肉体的なストレスの蓄積を防ぐ
●ストレスをため込まない
●無理のある生活パターンを繰り返さない
(研修資料から引用)

年末年始は感染症に気を付けて

毎年、冬になるといろいろな感染症が流行します。感染症予防ガイドラインやインフルエンザなどの感染症予防の基本は、「手洗い」「うがい」「咳エチケット(マスク)」です。手洗いは時間をかけて、指の間や手首もしっかり洗いましょう。
●おこもり感染症の症状
●感染力強さ: 下痢、おう吐、腹痛
●インフルエンザ: 38度以上の発熱、強い全身の倦怠感、頭痛や筋肉痛、など
インフルエンザの予防接種は受けられましたか? 効果が現れるまで早くても2週間かかりますので、受けられる場合は早い接種をおすすめします。
●ホームページの「感染症から自分も守ろう」も見てね



【インフルエンザの予防接種】

派遣職員を紹介します

新潟県から派遣した保健師の五十嵐加代子です。新潟県魚沼地域圏職員より派遣
8月から2か月交代で新潟県から保健師が派遣されていますが、その3人目になります。宮城県は初めてですので、業務とお話し、休日は歩いて宮城県を知りたいと思います。少しでも皆様のお役に立てられるよう努力しますので、よろしくお願い致します。
【五十嵐保健師】



【五十嵐保健師】

編集後記

当事務所をはじめ、宮城県公式ホームページは11月6日より全面リニューアルしました。今後も利用者の皆様が目的の情報を探しやすいホームページになるよう心がけてまいりますので、当ニュースを含め、ご意見などございましたら、お記までご連絡をお願いします。

問い合わせ先

宮城県東部保健福祉事務所
企画総務課 企画調整グループ
(石巻市東中里1-4-32)
H: P: http://www.pref.miyagi.jp/et-hc/
Tel: 0225-95-1416(代表)
Fax: 0225-94-8982

復興支援ニュース 12月号

宮城県東部保健福祉事務所 (宮城県石巻保健所) 復興支援ニュース Vol.18 平成25年1月

石巻赤十字病院の市川医師、宮城県災害医療コーディネーターに就任

宮城県では、災害の状況に応じた適切な医療体制が構築されるよう助言を行ったり、被災地における医師や看護師等の医療スタッフの配置、患者さんの収容先、医療機関を確保するため、災害医療コーディネーターを任命しています。東日本大震災では、石巻医療圏の大半の医療機関や行政機関が被災した中で、当時の災害医療コーディネーターだった石巻赤十字病院の石井正二郎(現在、東北大学病院総合地域医療教育支援部教授)に、「石巻合同救護チーム」のリーダーとして同医療圏で活動する医療従事者を統括してもらいました。昨年11月、石巻市医師会に代わって、石巻赤十字病院の市川宏文医師が宮城県で12人目となる災害医療コーディネーターに就任され、今後、助言等をいただくことになりました。市川宏文医師は、「災害医療は地域の医療関係者のマンパワーを集結しなければなりません。これから頑張ります」と抱負を語ってくれました。



【市川医師】

プロフィール
名前 市川宏文 (いしかわひろふみ)
年齢 49歳
出身大学 東北大学医学部
専門 金澤外科
※東北大学病院を経て、H24.4月から石巻赤十字病院に転勤し、10月から医療社会事業部長を務めている。

第3回宮城県被災者復興支援会議

12月25日、県内で被災者支援に取り組む団体や有識者、行政関係者が参加し、第3回宮城県被災者復興支援会議が石巻合同庁舎で開催されました。会議では石巻市の復興の現状と課題の説明や石巻専修大学の震災復興への取り組み等が紹介されました。また、石巻市大規模仮設地区を会場に、自治会の方々の課題解決ワークショップが開催され、自治会立ち上げ時の課題やコミュニティ作り等について意見交換が行われました。



【大規模仮設地区での意見交換会】

アロコニ化問題研修会

支援者が飲酒問題を抱えている人や家族へ支援する際のポイントを学び、支援に活かすことを目的に12月11日、当事務所主催で研修会を開催しました。今回は3回シリーズの第1回目の研修会です。東北大学病院精神保健福祉士の斎藤光夫先生を講師にアルコール依存症に関する講話を、その後、病気を克服された方からも話を聞きました。日本人の半数はお酒に弱い体質であることや、依存症は病気であることなどの基本を学びました。次回以降は多量飲酒者への関わり方などを学ぶ予定です。



【斎藤光夫先生のアルコールの講義】

東部保健福祉事務所長あいさつ

あけましておめでとうございます。今年も、元気が出る話題や役に立つ情報をお届けしてまいりますので、引き続きご愛顧の程よろしくお祈りいたします。当事務所としても、職員一丸となって、被災者の方々の健康を守ることを通じて生活再建を支援していきます。現在、ノロウイルスなどによる感染症リスクが流行していますので、手洗いの励みや体調管理にお気を付けください。東部保健福祉事務所長 渡辺美穂

問い合わせ先

宮城県東部保健福祉事務所
企画総務課 企画調整グループ
(石巻市東中里1-4-32)
H: P: http://www.pref.miyagi.jp/et-hc/
Tel: 0225-95-1416(代表)
Fax: 0225-94-8982

復興支援ニュース 1月号

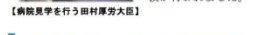
田村厚労大臣、石巻地域を訪問

田村厚労大臣と秋葉賢也副大臣が現地の被災状況や医療・雇用の状況等の調査のため、1月16日に石巻地域の視察に訪れました。



【石巻赤十字病院での会議の様子】

今回視察したのは、石巻赤十字病院、ハローワーク石巻、水産加工場です。石巻赤十字病院では、金田院長から、同病院的機能充実のための拡充構想や震災後の救命救急状況などについて説明があり、今後の医療ニーズに応えるための医療従事者の確保・定着の課題など地域医療再生に向けた意見交換が行われました。



【病院見学を行う田村厚労大臣】

仮設住宅メンズクラブ健康教室

仮設大橋田地集会所で、石巻市・石巻市社会福祉協議会・宮城県看護協会の主催により、1月10日回吉地区仮設住宅に住んでいる男性を対象とした健康づくりのための「メンズクラブ」を開催しています。テーマは「男同士、飲んで・食べて・動いて楽しく健康づくり」。



【楽しく遊ぶ参加者】

7回目となった1月24日は、スクエアステップや大正琴の発表会、そして調理実習が行われました。当日は27名の仮設住宅の住民が参加し、昔懐かしい味噌味噌風味焼きに挑戦するなど、お互い協力しながら、賑やかな時間を過ごしていました。

石巻地域自殺対策会議

復興や生活再建を推進するうえで、自殺対策も重要な課題になります。そこで関係機関が互いに情報を共有し、関係機関が連携して自殺を予防することを目的に、市町、警察署、医療機関等が集まり1月31日に自殺対策連絡会議を行いました。自殺者数は県内では男性が女性の2倍近く多く、特に働き盛りの男性が多いことが報告されました。また、石巻地域の自殺者の現状や、各機関の自殺対策の取組や状況等を報告し、情報交換を行いました。



【出席者による情報交換】

派遣職員を紹介しす

新年度から派遣した保健師の経歴や様子、新潟県柏崎地域復興局より派遣された保健師の経歴は私で4人目になります。平成23年7月には、気仙沼市の避難所に派遣され、その後仙台から松島等にドライブするなど、宮城県には何度か訪れています。海岸線の美しさとお魚が美味しいので、何度来ても感動と新鮮さを感じます。短い期間ではありますが、少しでも皆様のお役に立てられるようにと思っていますので、よろしくお願ひします。



【保健師紹介】

問い合わせ先
宮城県東部保健福祉事務所
石巻市東中里1丁目4番32号
企画総務課 企画調整グループ
担当：八木田、大嶋、佐藤
Tel:0225-95-1416(代表)
Fax:0225-94-8982
HP: http://cms.mtra.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/

ゲートキーパー養成講習

内閣府で力を入れている自殺対策防止運動のひとつである「ゲートキーパー養成講習」を2月25日、理容衛生消毒講習会の中で行いました。みやぎ心のケアセンター石巻地域センター新井精神保健福祉士が講師になり、「気づいたら声をかけて、安心して話せる時間をもつ。そして傾聴し、必要と感じたら専門機関につないでほしい」と話していました。



【ゲートキーパー講習】

「ゲートキーパー」とは
悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

生活不活発病予防パンフレット紹介

当事務所では、支援者が訪問先や集会所などで運動のきっかけづくりのひとつとして生活不活発予防の取組に活用できるパンフレットを作成しました。運動する方の状況に応じて、いすに座って行う運動、立って行う運動等を紹介しています。パンフレットは、当事務所で配布しているほか、ホームページからダウンロードができます。ぜひ、ご活用ください。

生活不活発病とは

- 動かないこと(生活の不活発)が原因で、全身の筋肉が低下した状態です。
- 使われない機能は衰える、というは常識ですが、その範囲も衰え方も思以上に大きいです。
- 気管支炎、生じ易いのでご注意ください。
- 高齢の方、持病のある方は、特にご注意ください。
- 体のほたらかさだけでなく、顔のほたらかさ、心のありようも関係します。
- 予防には「1日の生活(全体)を活性化させる」ことです。体操や運動をするだけではなく、一日の暮らし全体が大事です。

掲載URL: http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/

グリーンケア研修会開催

2月13日、東京都医学総合研究所附属の飛鳥井望医師を講師に、グリーンケア研修会が開催され、医療従事者や住民を支援する関係機関スタッフなど約70名が参加しました。

飛鳥井望医師からは、「悲しみの表し方や現実を受け入れる道のりは家族であっても異なること」、「どのような悲嘆にも必ず出口はある」、「支援者も疲れるので自分の心の健康を保つことも大事」などの話があり、活動の参考になりました。

石巻地域避難民交流会レポート

2月23日、宮城県サポートセンター支援事務所主催により利府町・松島町のみなし仮設住宅に入院している石巻地域の出身者等が集まり、交流会・総合相談会が開催されました。当日は約30名の参加があり、各出身市町別に分かれて行われた同郷サロンでは、これまでの生活状況の情報交換や、今後の生活再建に向けて行政から情報提供を受け、各グループとも話ができ、様子でした。後半では、軽体操や利用架を使った郷土料理でティータイムがあり、和やかに過ごす時間となりました。



【交流会の様子】

問い合わせ先
宮城県東部保健福祉事務所
石巻市東中里1丁目4番32号
企画総務課 企画調整グループ
担当：八木田、大嶋、佐藤
Tel:0225-95-1416(代表)
Fax:0225-94-8982
http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/

はじめてみよう！動いてみよう！

足腰の強さは、身の回りのことを行うことや自分の好きなことができるなど、「生活の質と自立」に大きく影響することがわかっています。「歩く」と「筋肉を使う運動」を毎日の生活の中に上手に取り入れ習慣にしましょう。

簡単な運動からはじめよう！

床での運動

各運動は5～10回ずつできる範囲で行いましょう

足上げ

太もも前側の筋力

- 膝を伸ばして、ゆっくり片足を上に上げる(高く上げすぎない！反対側の膝の高さまで)
- 2上で止めた後、ゆっくり降ろす

足と頭上げ

腹部、足のつけねの筋力

- 膝を胸に近づけるように片側の足を上げる
- おへそを見るようにゆっくり頭も持ち上げる
- 足と頭をゆっくり降ろす

はさみこみ運動

太もも内側の筋力

- 太ももの間にタオルなどを挟み込む
- 力を入れて5秒ほどはさむ

ひざ伸ばし

太もも前側の筋力

- 片側の膝下にタオルを丸めたものを置く
- タオルをつぶすように膝を下に5秒ほど押しつける

つま先の上げ下げ

すねとふくらはぎの筋力

- 右のつま先を奥に、左のつま先を手前にゆっくり倒す
- 右と左を反対にする ※①②を繰り返す

お尻上げ

おしりの筋力

背中がそらないようにしましょう

- 両側の膝を立てる
- ゆっくりお尻に力を入れて、上あげる
- 5秒ほど止めた後、ゆっくりお尻を降ろす

運動を行うときのポイント

- ★痛みを感しない範囲で行いましょう。
- ★呼吸は止めないようにしましょう。
- ★ゆっくり数をこなさながら運動しましょう。
- ★どの筋肉を動かしているか意識しましょう。
- ★反動をつけずにゆっくり行いましょう。

(MEMO)

いすでの運動

各運動は5～10回ずつできる範囲で行いましょう

深呼吸

- 胸を大きく開いてたくさん息を吸う
- ゆっくり最後まで息を吐く
- ゆっくり繰り返しましょう。

足上げ

足のつけねの筋力

- 背中を少し後ろに倒す
- 上半身は動かし、太ももを上上げて止める
- ゆっくり足を降ろす
- つま先も持ち上げます。膝が外側に開かないようにしましょう。

ひざ伸ばし

太もも前側の筋力

- 片側の膝をゆっくり伸ばす(つま先は上向き)
- 2上で止めた後、ゆっくり降ろす

はさみこみ運動

太もも内側の筋力

- クッションなどを太ももの間に挟み込む
- 力を入れて5秒ほど挟む

つま先上げ

すねとふくらはぎの筋力

- ゆっくりつま先を上げる
- ゆっくりかかとを上げる
- ※①②を繰り返す

足踏み

足のつけねの筋力

- 背中を伸ばして産る
- ゆっくり大きく足踏みます

※かかとから床につけるように意識しましょう
※余裕があれば大きく腕も振りましょう

立位での運動

かかと上げ

背中をまっすぐ(肘は曲げない)

4分の1スクワット

ふくらはぎの筋力

太ももの筋力

足の後ろ上げ

おしりの筋力

- 足を肩幅に開いてまっすぐ立つ
- ①・②・③・④で両方のかかとを同時に上げる
- ⑤・⑥・⑦・⑧で両方のかかとをゆっくり降ろす

- 足を肩幅に開く
- ①・②・③・④で膝を軽く曲げる
- ⑤・⑥・⑦・⑧でゆっくり膝を伸ばす

- 上体を少し前に倒す
- 膝が曲がらないように片足をまっすぐ後ろに上げる
- 少し止めた後、ゆっくり足を降ろす

企画制作：宮城県東部保健福祉事務所・気仙沼保健福祉事務所 平成25年1月