



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.73



平成29年9月

9月21日は 『世界アルツハイマーデー』です

「国際アルツハイマー病協会」は、世界保健機関と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定しています。

アルツハイマー病は認知症の最も多い原因です。認知症は誰にも起こりうる脳の病気によるもので、85歳以上では4人に1人にその症状があると言われています。

同じ事を何度も確認する、身だしなみを気にしなくなる、些細なことで怒りっぽくなったなど、いつもと様子が違う場合には要注意です。

認知症のような症状が出て、治る病気や一時的な症状の場合もあるため、心配な時は医療機関を受診することが大切です。

不安を感じたり、様子が気になる時には、地域包括支援センターやかかりつけ医に日頃の生活の様子を相談してみましよう。

9月20日から26日は 『動物愛護週間』です

当所では、保護・収容された犬や猫を新しい飼い主の方にお譲りする「譲渡事業」を行っています。



譲渡できる動物の情報は、石巻合同庁舎2階の掲示板や当所のホームページに随時掲載しています。希望があれば実際に見に来ていただくことも可能です。

動物を最後まで愛情と責任をもって飼っていただけの方にお譲りします。他にもいくつか条件がありますので、譲渡希望の方はご連絡ください。



担当：獣疫薬事班
電話：0225-95-1475

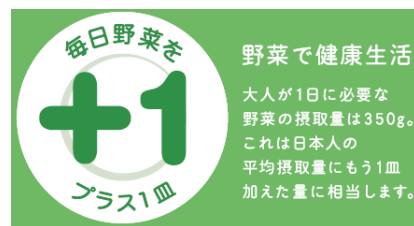
9月は『食生活改善普及月間』 『健康増進普及月間』です

毎日の食事はおいしく、バランス良くとりたいですね。主食・主菜・副菜は、健康な食事の第一歩。からだに必要な栄養をとる秘訣は、主食・主菜・副菜を組み合わせて食べることです。

「毎日プラス1皿の野菜」、「おいしく減塩1日マイナス2g」など、日頃の食生活を振り返り、家族みんなで改善に取り組みましよう。

私たちの毎日のちょっとした生活改善の積み重ねが、健康寿命を伸ばすことにつながっていきます。

例えば、「ゆっくりよく噛んで食べる」、「歩く時間を10分増やす」、「タバコや酒の量を減らす」など、目標を決め、生活習慣の改善を実践してみてはいかがでしょうか。



9月は『不法投棄防止月間』です！！

廃棄物の不法投棄は、私たちの清らかな生活環境の破壊につながり、法律でも禁止されています。

石巻保健所では、不法投棄防止のための巡回パトロール等を実施していますが、不法投棄はなかなか後を絶ちません。

すばらしい宮城県の環境を子どもたちに残すため、不法投棄は「しない」、「させない」、「許さない」という意識を持ち、不法投棄を根絶しましよう。

不法投棄に関する相談がありましたら、ご連絡ください。

担当：環境廃棄物班
電話：0225-95-1447

おとな救急電話相談・こども夜間安心コール

宮城県おとな救急電話相談が10月1日から始まります。休日・夜間の急な病気やけがについて、医療スタッフが受診の必要性や対処方法等の助言、休日・夜間に受診できる医療機関を案内するサービスです。

なお、この救急電話相談は、あくまでも相談と助言を目的とするものです。緊急、重症の場合は、迷わず119番へ通報してください。

* おとな救急電話相談 *

○電話番号

プッシュ回線・携帯電話：#7119

プッシュ回線以外：022-706-7119

○対応時間

平日：19時から翌日8時まで

土曜日：14時から翌日8時まで

日曜日・祝日：午前8時～翌日8時まで

* こども夜間安心コール *

お子さんの急な発熱やけがの対処方法に迷った場合は、こども夜間安心コールに電話してください。

○電話番号

プッシュ回線・携帯電話：#8000

プッシュ回線以外：022-212-9390

○対応時間

毎日：19時～翌8時

○対象者

15歳未満の子ども

ひとりで悩まずに こころの相談してみませんか

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。

※事前予約制

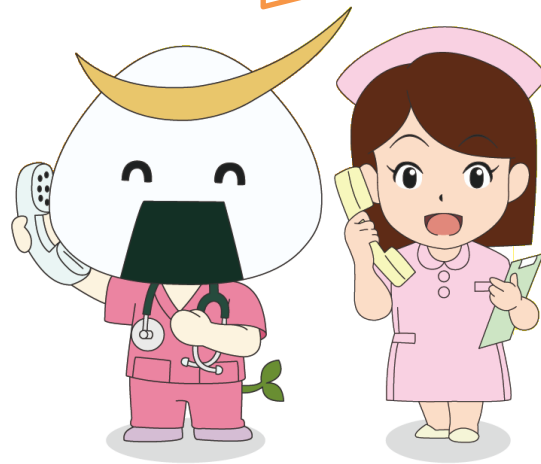
(担当：母子障害班 電話：0225-95-1431)

内容	相談日	場所
精神保健 福祉相談	10月4日(水)	県石巻合同庁舎
	11月7日(火)	東松島市役所
アルコール 関連問題相談	10月20日(金)	県石巻合同庁舎
	11月17日(金)	
思春期・ ひきこもり相談	10月26日(木)	県石巻合同庁舎
	11月28日(火)	

おとな救急電話相談・こども夜間安心コールの
制度に関する問い合わせ

宮城県医療政策課

電話：022-211-2622



問合せ先

宮城県東部保健福祉事務所(石巻保健所)

復興支援情報発信チーム

HP：<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/>

E-mail：et-hc@pref.miyagi.lg.jp

Tel:0225-95-1416(代表)

Fax:0225-94-8982