

ここが知りたい!

宮城県

～復興へ頑張ろう!～

災害は、心と体にさまざまな影響をもたらします。「イライラする」、「眠れない」、「体調が悪い」、「繰り返し災害のことを思い出す…」などは、ショックな出来事に遭ったときに誰もが経験する自然な心身の反応です。回復のスピードは個人差があります。なかなか改善せずらいときは、一人で悩まず相談してみましょう。周囲の人で元気がない人がいたら、早めに相談できるようにお互いに声を掛けあいましょう。

また、大量の飲酒は気持ちの落ち込みを悪化させたり、不眠を引き起こしたりするので、注意が必要です。

県では、保健所、精神保健福祉センター、みやぎ心のケアセンターを中心に、市町村や医療機関、NPOなどと連携して心の相談や研修会などさまざまな心のケアの取り組みを行っています。

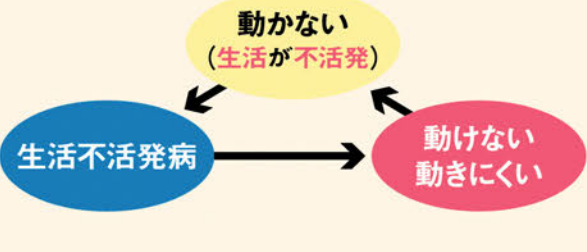
心のケアを展開

生活不活発病とは「動かない」(生活が不活発になる)ことで心身の機能が低下し、「動きにくく」なることです。

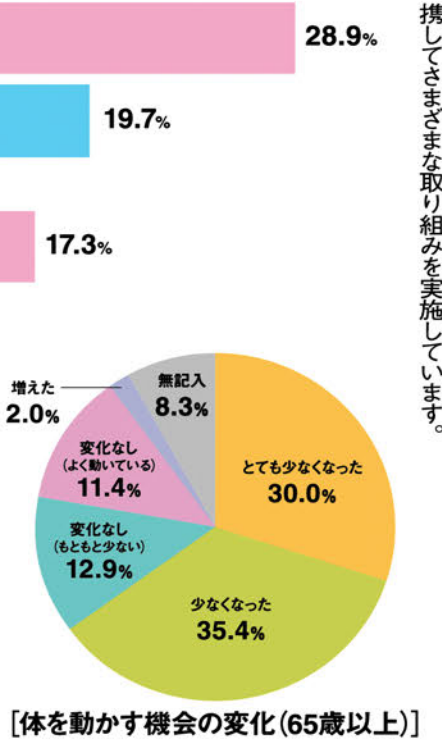
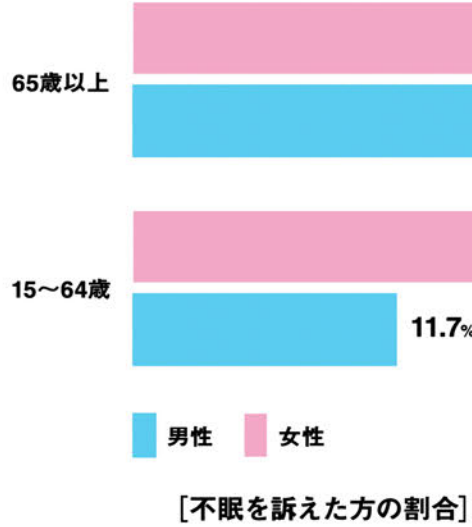
県では市町村や医療機関と連携して生活不活発病予防の取り組みを行っています。生活不活発病は仮設住宅などで「することがない」と体を動かさずにいると起こりやすく、これから冬に向かっては特に注意が必要です。

予防のためには家庭や地域で楽しみや役割を持ち、毎日の「生活を活動」にするよう、日常生活で自然に体を動かす機会を増やすことが大切です。

生活不活発病は、一旦起きると進行していきます。体は「動かない」と「動きにくく」なります。



生活不活発病の予防対策



今年1月から3月にかけて、民間賃貸借上げ住宅にお住まいの方を対象に県が実施した健康調査では、必要と思う保健福祉サービスとして、「医療や「この相談」、「介護」が多くあげられました。

また、65歳以上で不眠を訴えた方が男性では19.7%、女性では28.9%となり、体を動かす機会については、震災前と比べて「とても少なくなった」、「少なくなった」と答えた方が65.4%に上るなど、高齢の方の健康状態の悪化が懸念されています。

県では、保健福祉サービスの確保に努めるとともに、市町村や関係団体と連携してさまざまな取り組みを実施しています。

健康調査を踏まえて

宮城県は震災復興に全力で取り組んでいます

震災の心理的影響に対応

みやぎ心のケアセンター

「みやぎ心のケアセンター」は、東日本大震災による心理的影響を受けた県民をケアする拠点施設として、昨年12月、仙台市に開所した。今年4月には石巻、気仙沼両市に地域センターを設置し、3カ所で本格稼働した。社団法人「県精神保健福祉協会」が運営する。

精神科医、保健師、精神保健福祉士ら34人が常勤し、各市町村の要望に応じて家庭訪問での個別相談や、支援団体の職員への助言、研修会での講演などに取り組む。最長10年を想定し、継続的に支援する。

不眠や不安・恐怖感、抑うつ、アルコール依存などの症状が多く寄せられる一方、「1年8カ月が過ぎ、さまざまな問題が多様な形で表面化している」と、同センター地域支援部長で精神科医の福地成さんは指摘する。

11月にあった支援者の交流会では、「仮設住宅の集集に熱心に参加し、一見問題がなさそうに見える人が、実際は参加しないと不安で仕方がない」など、複雑化する事例が紹介された。

福地さんは「心以外の問題と思い込んでいても、原因は心にある場合が少なくない。困り事は何でも相談してほしい」と呼び掛けている。支援者に対しては「頑張りすぎないことが大事。自分が健康でいることが被災者のためになる。外部の人の積極的な受け入れ、チームを活性化してほしい」と訴えている。



支援者の交流会で、自らの心のケアの大切さを呼び掛ける福地さん

まちの保健室

被災者の皆さんが身近な場所(ショッピングセンターなど)で気軽に健康チェックや健康相談を受けられる「まちの保健室」を開催しています。

9月29日に石巻市内のショッピングセンターで第1回を開催したところ、約120人の方が来場され、血管年齢測定や血圧測定のほか、保健師や看護師による健康相談などに参加いただきました。

「まちの保健室」は今後も被災市町などで月1〜2回程度開設する予定です。

●お問い合わせ/県医療整備課 022(211)2615

歯科口腔保健支援

仮設住宅などにお住まいの方々の口や歯の健康状態を改善し、誤嚥(ごえん)性肺炎(主に高齢者が起こす、口の中の細菌などが気管に入ることによって起きる肺炎)を予防するため、歯科医師や歯科衛生士による歯科保健指導や歯科相談を実施しています。

●お問い合わせ/県健康推進課 022(211)2623

食生活支援

仮設住宅などにお住まいの方々が食に対する関心を回復し、栄養バランスのとれた食生活を進めることができるよう食生活改善に関する相談会を行っています。相談会では、生活習慣病予防のための献立や、手軽に作れるバランスのとれた献立などの調理実習のほか、管理栄養士による個別指導も行っています。

●お問い合わせ/県健康推進課 022(211)2637

リハビリテーション支援

被災者の皆さんの生活不活発病や障害を予防するために、運動指導や、リハビリテーション相談会を実施しています。相談会では、体が動かしにくくなってきている被災者の方に対して、手すり設置などの住環境改善や、入浴をしやすいする用具の活用などについてアドバイスを行っています。また、必要な方には個別訪問による支援も行っています。

●お問い合わせ/県健康推進課 022(211)2624

高齢者が生き生きと輝く

南三陸町地域包括支援センター

生活不活発病の予防に取り組む南三陸町地域包括支援センターは、県生活不活発病アドバイザーの協力を得ながら、高齢者の生きがいづくりを支援している。上席技術主幹兼主任の高橋晶子さんは「役割や楽しみを持ち、生き生きと生活することが大切」と強調する。

震災から7カ月後の生活機能調査で、高齢者の26%が歩きにくさを訴えた。仮設住宅だけでなく、直接の津波被害がない地域でもその傾向がみられ、生活不活発病が最大の原因だった。津波で漁の手伝いや農作業などの仕事を失い、趣味も自粛しがちになり、多くの高齢者が「すること」を失っていた。

同町は昨年12月、農作業で生きがいをつくらうと、雑木林を開拓して畑を整備。高齢者が連日集まり、生き生きと野菜作りを楽しむようになった。農作業を指導する高齢者も現れ、現在ではグラウンドゴルフ大会の運営や、日本舞踊での慰問など、高齢者自らが楽しみながら地域に貢献する姿が見られる。

同センターは養成講座で生活不活発病を学んだ町民を「輝きサポーター」として登録し、現在30人以上の高齢者が運営側として活躍。全世代に配布する月刊広報誌「輝き通信」では、趣味を楽しむ高齢者や交流会の様子を紹介し、生活の活発化を呼び掛けている。

高橋さんは「高齢者の経験と能力を新しい町づくりの生かしてほしい」と呼び掛けている。



広報誌「輝き通信」を手に、生活不活発病の予防・改善の具体例を紹介する高橋さん

県からのお知らせ

事業者向け二重債務などの相談窓口

震災により大きな被害を受けた事業者を対象に、支援施策の紹介や事業計画の策定、二重債務問題への対応などの支援を行っています。中小企業者のほか、小規模事業者、農林水産・医療福祉事業者など幅広く相談を受け付けています。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

宮城県産業復興相談センター

022(722)3858

東日本大震災事業者再生支援機構

022(393)8550

農林水産業者・食品製造事業者(中小企業者)に対する支援制度

県産農林水産物や加工食品の販路拡大を目的に、県外で開催される展示商談会の出席に要する費用を補助します。

●対象/県内に所在する農林水産業生産法人や食品製造事業者など

●補助率/2分の1以内(震災により生産施設などが大規模半壊以上の被害を受けた方は3分の2以内)

●限度額/30万円

●募集期限/平成25年1月15日(火)

●県農林水産政策課 022(211)2242

平成24年県民意識調査にご協力を

県民の皆さんの思いを県政に反映させるため、県民意識調査を行います。調査票が届けられた方は、回答にご協力をお願いします。

●対象/県内に在住の方4000人(選挙人名簿から無作為抽出)

●調査期間/12月8日(土)〜28日(金)

●県民意識調査課 022(211)2406

拉致問題を考える国民の集い in 宮城

●内容/映画上映、講演(静岡県立大学教授伊豆見元氏、横田滋氏、横田早紀江氏ほか)

●定員/200人(入場無料、先着順)

●日時/平成25年1月16日(水)午後1時30分〜4時(映画上映午後0時50分〜1時20分ごろ)

●場所/ホテル法華クラブ仙台

●申し込み/12月27日(木)までに、住所、氏名、参加人数を記入し、ファクシミリまたはEメールにより下記へ(1通につき5人まで)

●県国際経済・交流課 022(211)2972 FAX 022(268)4639

Eメール kokusai@pref.miyagi.jp

http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/ftp-kokusai/

多文化共生シンポジウム in 角田

国籍や民族などの違いにかかわらず人権が尊重され、誰もが地域社会に参画できる「多文化共生社会」の形成を目指し、シンポジウムを開催します(入場無料)。

●テーマ/東日本大震災の体験をとおして日本語学習の重要性について考える

●定員/80人(先着順)

●日時/12月9日(日)午後1時〜3時30分

●場所/角田駅コミュニティプラザ

●申し込み/12月7日(金)までに、氏名、参加人数を電話またはEメールにより下記へ

●県国際経済・交流課 022(211)2972

Eメール kokusai@pref.miyagi.jp

「出前ジョブカフェ」を開催します!

仙台市から遠隔地に住む39歳以下の求職者の就職を支援します(参加無料、要予約)。

●内容/就職支援セミナー、キャリアカウンセリングなど

期日・場所/12月7日(金)・亶理町連峰

●期日/12月14日(金)・大河原町駅前コミュニティセンターオーガ 12月19日(水)・岩沼市役所 12月4日(火)・塩竈市公民館 12月6日(木)、13日(木)・ハローワーク石巻市臨時庁舎 12月11日(火)・県大崎合同庁舎 12月21日(金)・大崎市市民活動サポートセンター 12月18日(火)・登米市迫公民館 12月5日(水)、12日(水)・県気仙沼合同庁舎

●みやぎジョブカフェ 022(217)3562

http://www.miyagi-jobcafe.jp/

医療従事者の届け出について

医師、歯科医師、薬剤師および、業務に従事している保健師、助産師、看護師、准看護師、歯科衛生士、歯科技工士の方は、2年ごとに12月31日現在の状況を厚生労働大臣または都道府県知事に届け出する必要があります。該当する方は、忘れずに届け出をしてください。

●提出期限/平成25年1月15日(火)

●届け出用紙/保健所から就業先に送付(下記ホームページからダウンロード可能)

●提出先/住所地を管轄する保健所

●県医療整備課 022(211)2621

http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/iryoku/

オペレータコンテスト一般観覧者募集

県内のコールセンター事業者から選抜されたオペレータが電話対応やパソコン入力の技術を競います(観覧無料、申込不要)。

●日時/12月13日(木)午後1時〜5時

●場所/せんだいメディアテーク1 階オーブンスクエア

●県情報産業振興室 022(211)2479

調理師の就業届け出について

調理業務に従事している調理師の方は、2年ごとに12月31日現在の状況を就業地の都道府県知事に届け出する必要があります。該当する方は、忘れずに届け出をしてください。

●提出期限/平成25年1月15日(火)

●届け出用紙/県内各保健所・支所および下記問い合わせ先で配布(12月15日(土)からインターネットによる届け出も可能)

●提出先/宮城県調理師会、県内各保健所・支所

●宮城県調理師会 022(272)3133(FAX共通)

●県健康推進課 022(211)2624

http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kensui/

宮城県・仙台市公立学校教員採用説明会

●対象/平成26年度採用選考試験(平成25年度実施)を受験予定の方および検討中の方

●定員/180人(入場無料、先着順)

●日時/12月8日(土)午前10時〜11時30分

●場所/仙台市旭ヶ丘市民センター

●申し込み/12月5日(水)まで、下記ホームページから電子申請

●県教職員課 022(211)3637

http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/ky-teacher/

「宮城県民間投資促進特区」による税制の特例をご活用ください!

東日本大震災復興特別区域法に基づき、新規投資を行った場合などに税制上の特例が認められる「宮城県民間投資促進特区」を設定しています。特例を受けるためには指定の

申請が必要ですが、対象業種や区域など詳しくは、下記ホームページをご覧ください。

●ものづくり産業版(県産業立地推進課) <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/sanritu/hukotoku.html>

●IT産業版(県情報産業振興室) <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/jyoho-i/hukoutokku.html>

●農業版(県農業振興課) <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/nosin/minikantokkounougou.html>

●地域版復興支援課 022(211)2425

<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/tisn/>

平成25年度訓練生募集総合実務科(知的障害者対象)

基本的な生活習慣、労働時間の定着、体力増進および集団への適応能力を養います。

●対象・定員/療育手帳をお持ちの方、もしくは申請中の方・30人

●訓練期間/平成25年4月9日(火)から1年間

●訓練場所/宮城県障害者職業能力開発校

●申込期限/平成25年1月11日(金)

●選考日/平成25年2月1日(金)(面接)

●発表日/平成25年2月12日(火)

●費用/教材費など3万円程度

●申込先/各ハローワーク

●県障害者職業能力開発校 022(233)3124 FAX 022(233)3125

<http://www.pref.miyagi.jp/site/miyashou/>

宮城県最低賃金の改定について

宮城県最低賃金は県内の事業場で働くすべての労働者(臨時、パートタイマー、アルバイトなど含む)に適用されます。

●宮城県最低賃金/685円(時間額、10月1日から)

※産業別最低賃金などについては、下記へお問い合わせください。

●宮城労働局労働基準部賃金室 022(299)8841

<http://miyagi-roudoukyoku.jstie.mhlw.go.jp/>

●県雇用対策課 022(211)2771

<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/koyou/>

「(仮称)みやぎ鎮魂の日」の条例制定に関するご意見募集

県では、毎年3月11日を「(仮称)みやぎ鎮魂の日」とする条例の制定を検討しています。条例に関する資料を公表し、県民の皆さんのご意見を募集しています。

●資料公表場所/県政情報センター(県庁地下1階)、各地方振興事務所(仙台を除く)県政情報コーナー、県議会図書館(県議会庁舎)、下記ホームページ

●提出方法/12月14日(金)(消印有効)までに、郵送、ファクシミリまたはEメールにより下記へ

●県政情報課 022(211)2374 FAX 022(211)2398

〒980-8570(住所不要)

Eメール syoubou@pref.miyagi.jp

<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/syoubou/tinkonnnohi.html>

公共事業再評価に関するご意見募集

県では、公共事業再評価に関する資料を公表し、県民の皆さんのご意見を募集しています。

●対象事業/石巻港湾環境整備事業(廃棄物埋立護岸)

●資料公表場所/県政情報センター(県庁地下1階)、各地方振興事務所(仙台を除く)県政情報コーナー、県議会図書館(県議会庁舎)、下記ホームページ

●提出方法/12月20日(木)(消印有効)までに、郵送、ファクシミリまたはEメールにより下記へ

●県震災復興政策課 022(211)2406 FAX 022(211)2493

〒980-8570(住所不要)

Eメール seisakuken@pref.miyagi.jp

<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/seisaku/>

みやぎ市町村県共同ケヤキ債(5年債)の発行

県、登米市、栗原市では、公共施設の整備費用に充てるため、県民の皆さんを対象とした地方債を共同で発行します。

●申込期間/12月17日(月)〜21日(金)

(申込総額が発行額の35億円に到達次第受け付け終了)

●利率/12月発行の5年国債を参考に決定(12月13日(木)予定)

●購入限度額/1人当たり1000万円

●取扱金融機関/十七銀行、仙台銀行

●県財政課 022(211)2312

<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/zaisei/>

ダムネーミングライツ(命名権)スポンサー募集

●対象施設/七北田ダム(仙台市)、樽水ダム(名取市)、惣の関ダム(利府町)、宮床ダム(大和町)、弘川ダム(南三陸町)

●命名権料/いずれも30万円以上/年(消費税等は別途)

●特典/ダム入り口への愛称を使用したダム名看板の掲出、周辺道路案内看板による愛称の表示など

●募集期間/随時受け付け

※詳しくは、下記へお問い合わせください。

●県河川課 022(211)3172

<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kasen/su-naming-rights-boshuu.html>

雪崩災害にご注意を!

12月1日から7日は雪崩防災週間です。降雪や降雨の後、天気が良く気温が上がった時や、気温が低く古い雪の上に多量の新雪が積もった時などには、雪崩の危険性が高まります。早急に安全な所へ避難してください。

また、雪崩災害は1月に降に多く発生します。日ごろから雪崩に対する防災意識を高めましょう。

●県防災砂防課 022(211)3232

<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/sabomizus/>

※「みやぎ県政だより」11月号12ページ「お出かけガイド」に掲載したイベントの開催日が変更になりましたのでお知らせします。

変更前 12月9日(土)

変更前 12月8日(土)