



HOKKAIDO health
Promotion Foundation

第116号

発行/
北海道健康づくり財団
札幌市中央区大通西6丁目
TEL (011) 232-5500
FAX (011) 232-4091
http://www.hokkaidohealth-net.or.jp

『北海道みんなの日』

皆様、この夏はいかがお過ごしでしたでしょうか。前号で“夏の皮膚トラブル”に関する記事を書かせていただきましたが、本当に暑かったと感じたのは7月くらいで、8月に入ると一転、曇り空の日が続きました。9月には突然の豪雨や落雷、台風の影響により道内各地で道路の冠水や土砂崩れなど様々な被害が報告されました。ここ数年北海道では同様の天候が続いているため、これからは、これが「北海道の夏」と思わざるを得ないのではないかと感じております。

さて、みなさんは7月17日が「北海道みんなの日（愛称：道みんなの日）」ということをご存知でしたでしょうか。この日は江戸末期から明治時代にかけての探検家松浦武四郎が、明治2年（1869年）にこれまでの「蝦夷地」に代わる新たな名称として明治政府に対し北海道の基となった「北加伊道」を含む6案を提案した日に由来しているそうで、道民が郷土の開拓の歴

史や北海道の持つ豊かな自然や風土、文化について理解や関心を深め、改めて「北海道」の価値を認識するとともに、道外へも広く北海道をアピールするために今年から制定された日とのことでした。

私自身、うん十年前の幼児期に札幌市厚別区にある「北海道開拓の村」を見学した記憶があります。開拓時代の住民の生活ぶりや当時のまま保存されている家屋等が展示されていましたが、この機会に改めて見学に行きたいと思っております。

来年は北海道開基150年を迎える記念の年となります。既に今年の道みんなの日は過ぎてしまいましたが、北海道民のみならず、今一度北海道の価値を再認識されてみてはいかがでしょうか。

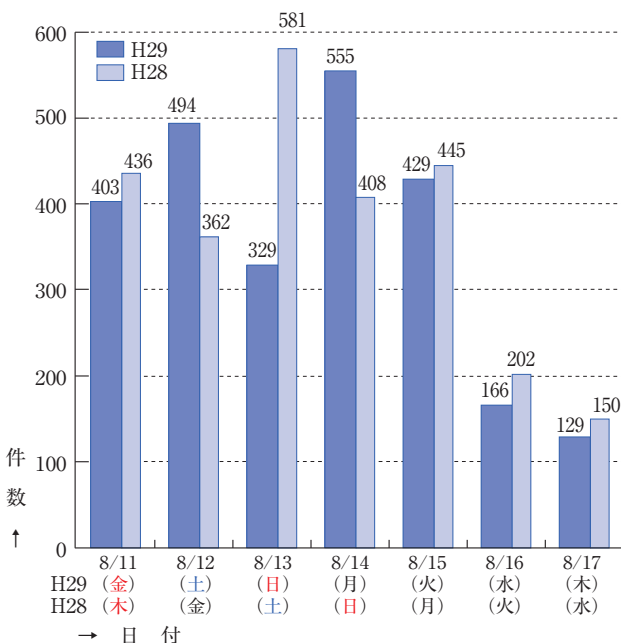
これからは、天気の変化が目まぐるしく、気温の寒暖差も激しい季節となりますので、お体には十分気を付けて、元気に過ごしていただければと思います。

もし、体調を崩され医療機関を受診される場合は、救急医療情報案内センターを是非ご利用されますようお願い申し上げます。

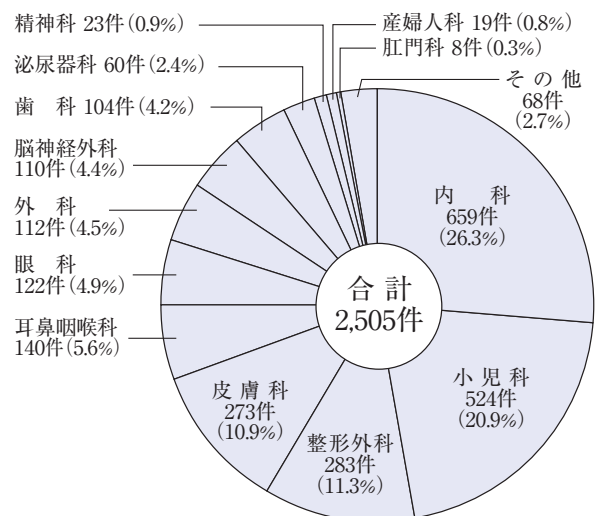
ウィンドウ2017

お盆期間案内件数（8月11日～8月17日）

(1) 日別案内件数

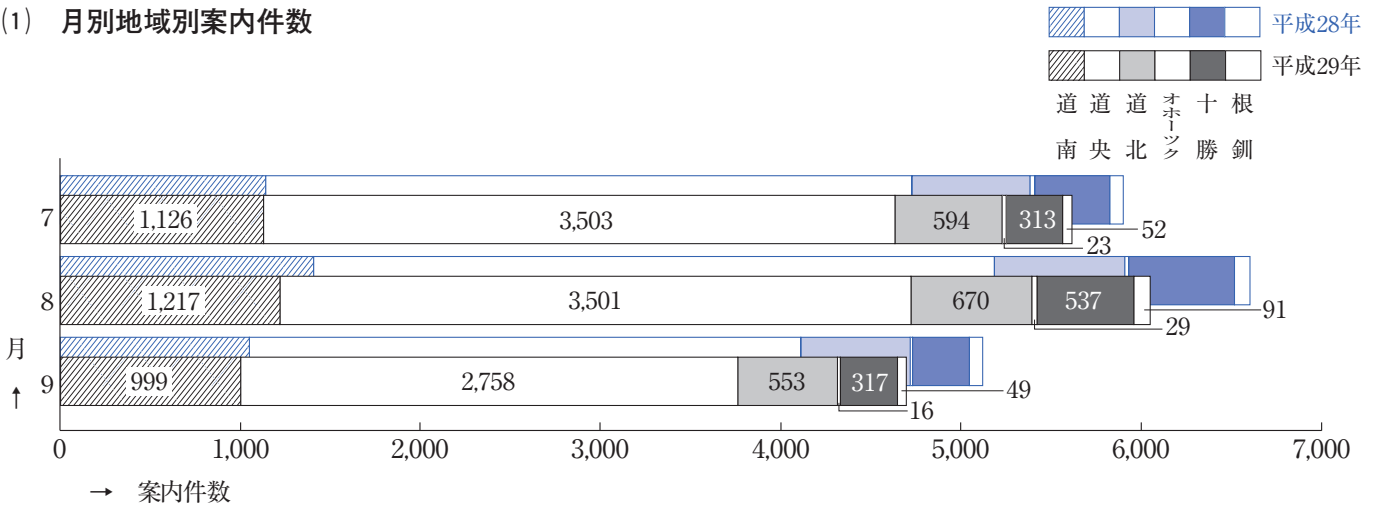


(2) 診療科別案内件数



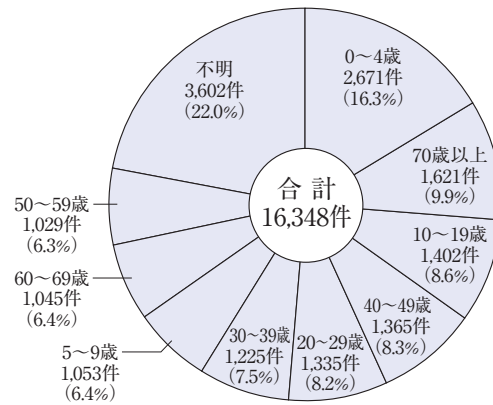
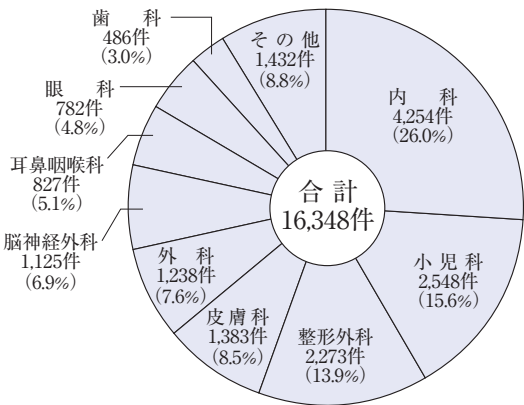
救急医療情報案内センター案内状況（7月～9月）

(1) 月別地域別案内件数

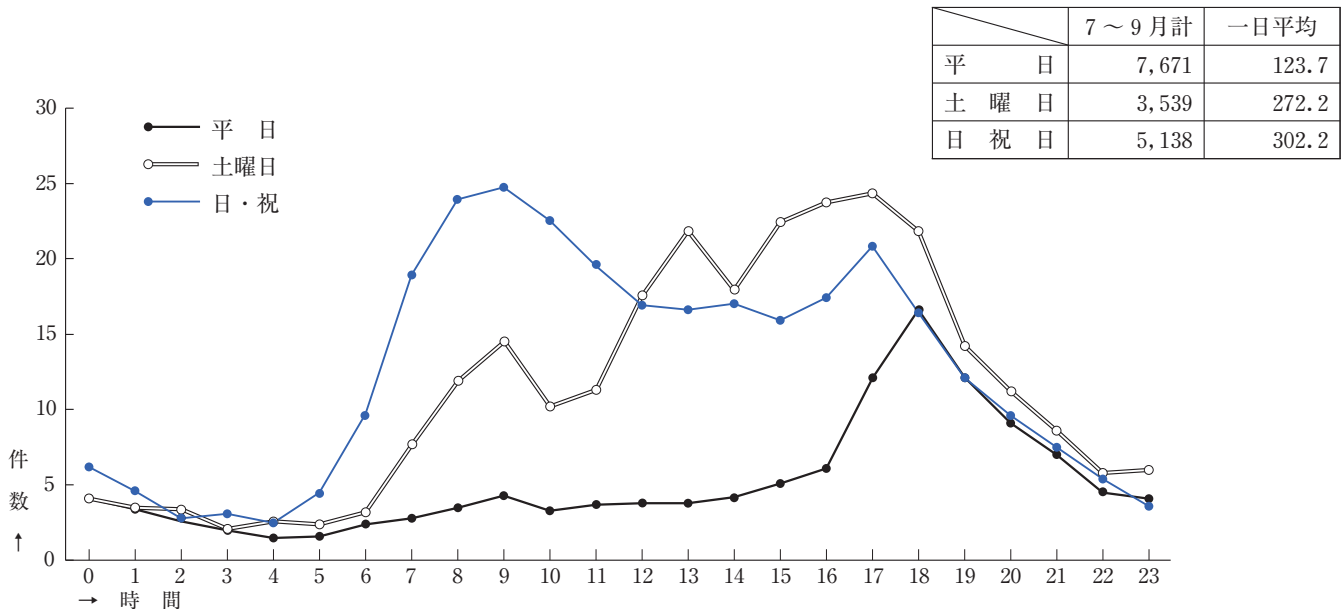


(2) 診療科別案内件数

(3) 年齢階級別案内件数



(4) 曜日別時間帯別1日平均案内件数



(5) 市町村別案内件数

道南 (18市町村)		道央 (70市町村)									
函館市	2,854	札幌市	7,955	伊達市	19	神恵内村		北竜町	2		
北斗市	245	小樽市	105	北広島市	198	積丹町	1	沼田町	2		
松前町		小室蘭市	65	石狩市	181	古平町	2	豊浦町	4		
福島町	6	夕張市	14	当別町	52	仁木町	1	壮瞥町	1		
知内町	4	岩見沢市	30	新篠津村	4	余市町	12	白老町	8		
木古内町	8	苫小牧市	151	島牧村		赤井川村		厚真町	4		
七飯町	137	美唄市	4	寿都町		南幌町	31	洞爺湖町	9		
鹿部町	19	芦別市	2	黒松内町		奈井江町		安平町	6		
森町	29	江別市	353	蘭越町	2	上砂川町		むかわ町	6		
八雲町	5	赤平市		ニセコ町	7	由仁町	14	日高町	7		
長万部町	2	三笠市	4	真狩村		長沼町	57	平取町	1		
江差町	15	千歳市	176	留寿都村	4	栗山町	15	新冠町	2		
上ノ国町	2	滝川市	3	喜茂別町	1	月形町	1	浦河町	3		
厚沢部町	2	滝川市	2	京極町	1	浦臼町	1	様似町	3		
乙部町	3	歌志内市		倶知安町	6	新十津川町		えりも町	2		
奥尻町		深川市	14	共和町	1	妹背牛町	4	新ひだか町	12		
今金町	4	登別市	26	岩内町		秩父別町					
せたな町	7	恵庭市	170	泊村	1	雨竜町					

道北 (41市町村)		オホーツク (18市町村)		十勝 (19市町村)		根釧 (13市町村)			
旭川市	1,692	美深町	2	北見市	36	帯広市	920	釧路市	177
留萌市	5	音威子府村		網走市	13	音更町	113	根室市	1
稚内市	6	中川町		紋別市	3	士幌町	9	釧路町	3
士別市	1	幌加内町	4	美幌町	2	上士幌町	10	浜岸町	1
名寄市	7	増毛町		津別町		鹿追町	2	厚中町	1
富良野市	6	小平町		斜里町		新得町	10	標茶町	2
鷹栖町	9	苫前町		清里町	2	清水町	4	弟子屈町	1
東神楽町	11	羽幌町		小清水町		芽室町	11	鶴居村	
当麻町	10	初山別村		訓子府町	2	中札内村	2	白糠町	1
比布町	3	遠別町	1	置戸町		更別村	1	別海町	4
愛別町	4	天塩町	2	佐呂間町	5	大樹町	7	中標津町	1
上川町	3	猿払村		遠軽町	3	広尾町		標津町	
東川町	21	浜頓別町		湧別町	1	幕別町	57	羅臼町	
美瑛町	16	中頓別町		滝上町		池田町	5		
上富良野町	1	枝幸町		興部町	1	豊頃町	5		
中富良野町	1	豊富町		西興部村		本別町	5		
南富良野町	1	礼文町		雄武町		足寄町	6		
占冠村	6	利尻町		大空町		陸別町			
和寒町	3	利尻富士町				浦幌町			
剣淵町	1	幌延町							
下川町	1								

(6) 地域別・案内機関別件数



応需情報の登録と検索状況 (7月~9月)

(1) 医療機関

地域別	郡医師会別	市別	応需登録機関数	登録		検索		地域別	郡医師会別	市別	応需登録機関数	登録		検索				
				機関数	延件数	機関数	延件数					機関数	延件数	機関数	延件数			
道南	函館市		18	10	968	5	17	道央	滝川市		2	1	24	0	0			
	渡島		7	1	61	0	0		赤平市		1	0	0	0	0			
	檜山		5	1	44	0	0		芦別市		1	0	0	0	0			
	北部	檜山	2	1	1	1	75		深川		1	0	0	0	0			
	小計		32	13	1,074	6	92		小計		142	66	5,499	14	605			
道北	札幌市		70	34	2,879	6	49	道北	旭川市		17	6	667	1	3			
	江別		7	5	274	3	139		富良野		2	1	71	0	0			
	石狩		3	2	245	1	16		上川郡中央		1	0	0	0	0			
	千歳		4	1	2	0	0		上川北部		7	1	49	1	1			
	恵庭市		4	4	427	0	0		留萌		3	1	47	0	0			
	北広島		2	1	91	1	210		宗谷		12	2	160	0	0			
	小樽市		8	6	953	1	2		小計		42	11	994	2	4			
	寿都		1	0	0	0	0		オホーツク	北見		6	4	147	1	74		
	羊蹄		1	1	49	0	0			紋別		7	3	263	1	3		
	岩内古宇郡		1	1	69	1	187			遠軽		4	2	198	0	0		
	余市		1	1	107	0	0			美幌		3	1	130	0	0		
	室蘭市		5	1	77	0	0			網走		5	3	247	0	0		
	胆振西部		3	1	85	0	0			小計		25	13	985	2	77		
	苫小牧市		8	3	143	1	2			十勝	帯広市		9	4	411	3	20	
	日高		4	1	5	0	0				十勝		13	6	324	1	4	
岩見沢市		6	0	0	0	0	小計				22	10	735	4	24			
空知南部		4	1	4	0	0	根釧	釧路市				12	7	494	0	0		
夕張市		0	0	0	0	0		根室市外三郡				4	1	13	0	0		
三笠市		1	1	52	0	0		小計				16	8	507	0	0		
美唄市		2	0	0	0	0		合計										
空知		2	1	13	0	0												
												279	121	9,794	28	802		

応需登録機関数、登録及び検索数は、平成29年9月末日現在を対象にしています。

(2) 消防機関

地域別	参加機関数(A)	検索			
		機関数(B)	B/A(%)	延件数(C)	C/B(件)
道南	20	0	0.0	0	0.0
道央	47	14	29.8	2,980	212.9
道北	13	1	7.7	5	5.0
オホーツク	13	0	0.0	0	0.0
十勝	18	7	38.9	1,596	228.0
根釧	15	0	0.0	0	0.0
合計	126	22	17.5	4,581	208.2

いきいき INFORMATION

高齢者緊急通報システム運営事業の

実施計画調査について

9月の道内は、台風18号や突然の豪雨・落雷等が続き大荒れでした。一部の地域では避難指示が出されたり、落雷による停電もあり、中には電話線に落雷があったせいで緊急通報装置等が破壊されるといった被害もありましたが、皆様方のところは大丈夫だったのでしょうか。

ご心配な場合は、緊急通報装置のボタンを押していたくなど、故障確認を行ってください。

さて、高齢者緊急通報システム運営事業では、例年通り11月上旬から平成30年度の事業計画・予算策定にあたり、現在ご契約いただいている市町村等を対象に『高齢者緊急通報システム運営事業実施計画調査』を行う予定ですので、調査の際にはご協力の程、よろしくお願いいたします。

なお、来年度市町村直営方式から外部委託もしくはシステムの変更を検討されておりましたら、お気軽にご連絡いただけますよう、お願い申し上げます。

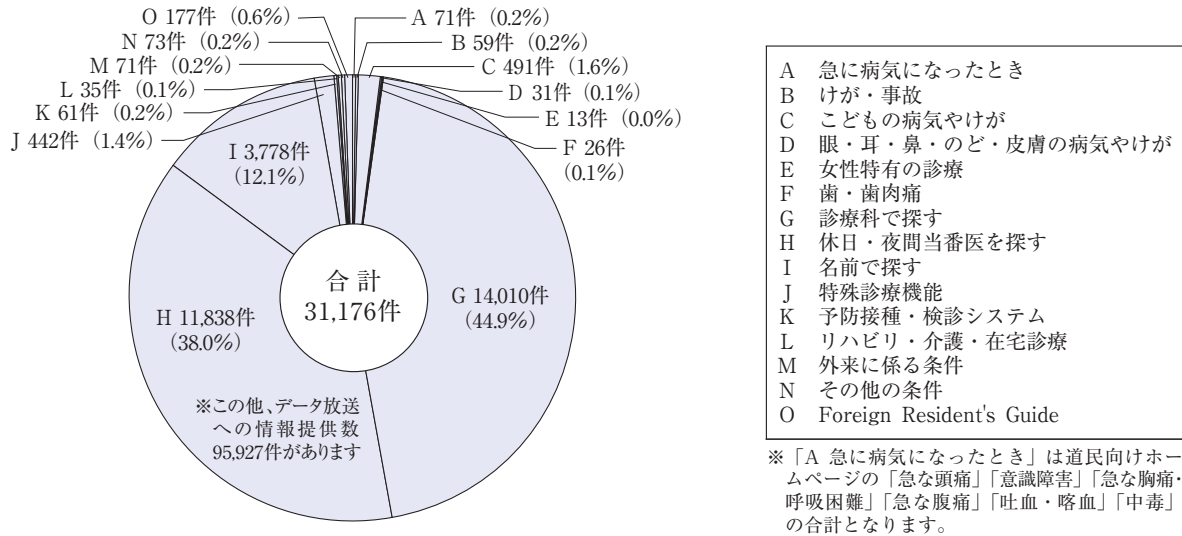
不明な点や要望等があれば、説明などさせて頂きたいと考えておりますので、重ねてお願い申し上げます。

【当財団受信対応メーカー】

- ・NTT製
- ・富士通製
- ・NEC製
- ・立山システム研究所製

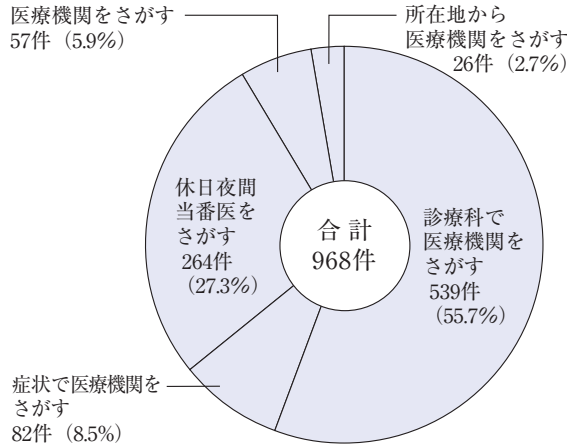
道民向け情報の利用状況 (7月～9月)

(1) 道民向けホームページ利用状況

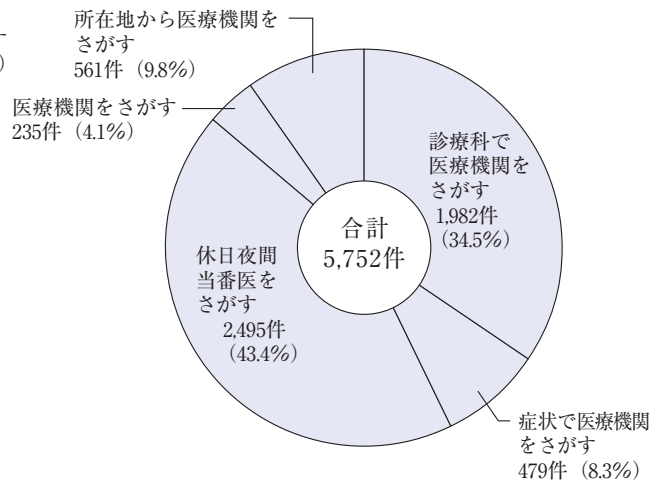


※「A 急に病気になったとき」は道民向けホームページの「急な頭痛」「意識障害」「急な胸痛・呼吸困難」「急な腹痛」「吐血・咯血」「中毒」の合計となります。

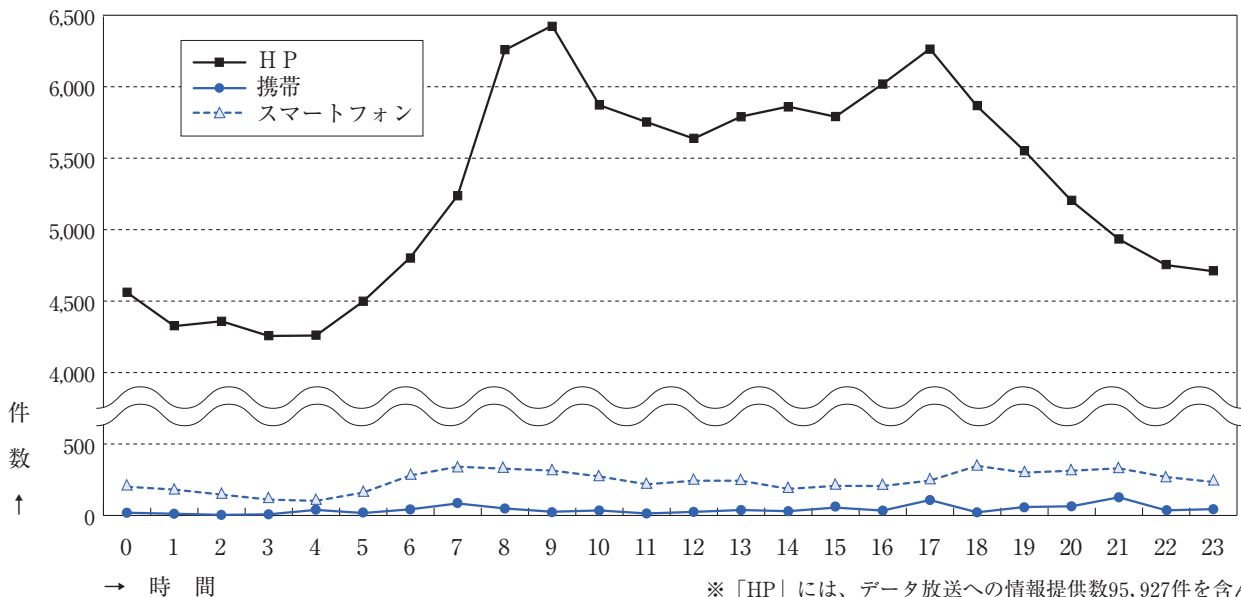
(2) 携帯電話ウェブサイト利用状況



(3) スマートフォンウェブサイト利用状況



(4) 時間帯別利用状況



※「HP」には、データ放送への情報提供数95,927件を含んでいます

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
HP	4,565	4,330	4,364	4,261	4,264	4,503	4,811	5,244	6,262	6,432	5,876	5,758	5,642	5,796	5,866	5,795	6,024	6,270	5,868	5,557	5,206	4,938	4,757	4,714
携帯	18	11	3	7	38	16	42	83	48	25	34	13	24	37	29	54	33	107	21	58	63	126	35	43
スマートフォン	200	180	145	110	101	159	279	340	326	313	272	217	242	242	185	206	205	243	346	299	312	329	268	233

健康づくり INFORMATION

●「道民公開セミナー」の開催

当財団と北海道薬剤師会の主催による標記セミナーを次のとおり開催します。

<日時> 平成29年11月11日(土) 14:30~16:00

<場所> 小樽市民会館

(小樽市花園5丁目3番1号)

<テーマ> 「ジェネリック医薬品のことをもっとよく知ろう！」

●「糖尿病講演会」(厚岸町)の開催

当財団では一般住民を対象とした「糖尿病講演会」を次のとおり開催します。

<日時> 平成29年11月12日(日) 10:00~12:00

<場所> 厚岸町保健福祉総合センターあみか21

参加費は無料ですので、是非ご参加ください。

なお、プログラムの内容については、ホームページ(イベント・行事・お知らせ等)をご覧ください。

最近の財団の動き



- 7月2日 おおたき国際ノルディックウォーキング
(伊達市大滝区)
- 7月4日 北海道がんサミット2017第2回実行委員会
- 8月1日 平成29年度第1回北海道糖尿病対策推進会議
北海道がんサミット2017第3回実行委員会
- 8月3日 すこやかロード認定事業現地調査(名寄市)
- 8月6日 北海道がんサミット2017
- 8月18日 すこやかロード認定委員会
- 8月19日 道民公開講座(北海道歯科医師会との共催事業)
- 9月15日 平成29年度第2回北海道がん対策「六位一体」
協議会
- 9月24日 薬物乱用防止キャンペーン(北海道薬剤師会
との共催事業)
- 9月29日 糖尿病講演会(幌延町)

グラニテ

しょくいんエッセイ

『奥深い発酵食品』

私にはかれこれ20年前からずっと続けている秋の恒例行事がある。賃貸マンションを借りる時の第一条件「ベランダ」をフル活用する漬物作りだ。小さい頃から祖母の漬物作りの手伝いをし、誰よりも沢山食べ、気付いたら漬物好きの大人になっていた。

夏でもストーブを使うことがある地元根室と札幌では気候が違う。ベランダで漬物を熟成させるにはある程度気温が下がらないと漬けられないことも分かった。10月に入ると毎日天気予報と睨めっこをし気温のチェックから始まる。最低気温が10℃以下になるとまずは大量の大根の買い出しに出かける。年々本数が増え50本近く買う事が多くなった。大根を縄で縛りベランダに出して一気に干す。雨が降ったら布を被せて守ってあげることも忘れずに大切に大切に干す。ある程度干せたら漬け込みに入る。2cm位の薄さに切った大根の間に鮭を挟んで樽に敷き詰める。なかなか手間がかかり体力も使うので筋肉痛にもなるが一月後の出来上がりのことを思うと毎年やめられないでいる。

また最近は大根の粕味噌漬けも作れるようになった。粕漬け名人の父親の適当レシピであるがこれがまたおいしい。分量は全て適当。いつ聞いても詳しいレシピはわからない。札幌に遊びに来た時に配合してもらおうことが多く舌で覚えるようにしている。



発酵食品と言えば他にも沢山あるが、ここ数年漬物と並行して「味噌」も作るようになった。どうしても自分で作りたくて一人で料理教室に参加し習得した。味噌作りの工程はとっても簡単だが大豆を潰す作業が大変。簡単に大量の大豆を潰すことが出来たら塩や大豆の種類を変えて沢山作りたいと思っている。想像しただけで楽しい。発酵食品を食べることによって腸内環境が改善し悪玉菌の働きが弱まり善玉菌の働きが活発になることによって体にもたらされる利点は沢山ある。免疫力アップや生活習慣病の予防、ダイエットにも効果があると言われている。

奥深い発酵食品、意識して口にすることはもちろんのこと、まだまだ研究して作り続けようと思います。いつかは飯寿司を漬けたいな。
(Y・K)

北海道救急医療・広域災害情報システム/HOKKAIDO Medical Information System

★救急医療情報案内センター(24時間体制)

※ 医療相談は行っておりません

フリーダイヤル

0120-20-8699

携帯電話・PHS

011-221-8699

番号はお間違えのないように

★インターネット(パソコン・携帯端末共通)

<http://www.qq.pref.hokkaido.jp>



QRコード

左のQRコード(2次元バーコード)を携帯端末で読み取り、登録が出来ます。