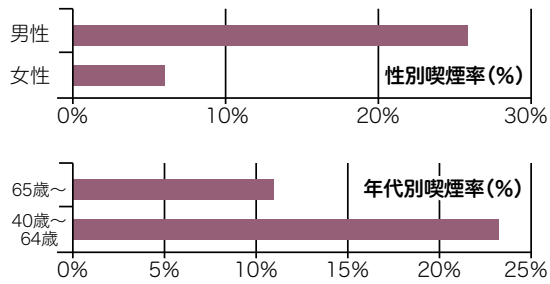


🚭 タバコについての豆知識



平成29年度あま市国民健康保険特定健診の集計結果によると「現在タバコを習慣的に吸っている」と回答された方は、男性で26.4%、女性で6.2%で、男性は女性の4倍以上という結果でした。また、年代別にみると、「吸っている」と回答された方は、65歳以上で11.58%、40歳～64歳で23.2%であり、若い年代の方が喫煙率が高いという結果でした。(グラフ参照)



★加熱式タバコ・電子タバコって?★

近年、新種のタバコとして目にするようになった方も多いと思います。健康を意識され、切替える姿勢は素敵なことだと思いますが、実態としては、加熱式タバコも電子タバコも、長期にわたるデータがないものの、健康に影響を与える有害な化学物質が含まれていることが報告されています。また、使用中にバッテリーが爆発した事故もあります。そのため、紙巻きタバコと同様に喫煙という扱いになり、周囲への配慮は必要不可欠です。これを機会に、一度、完全な禁煙について考えてみませんか?



★禁煙するメリット★

禁煙した方の声として、「肌がきれいになった」「髪が生えてきた」といった見た目から、「呼吸が楽になった」「食べ物が美味しく感じるようになった」という身体的なもの、「近寄ってくれなかった子どもや孫が来てくれるようになった」と家族関係が良好になったということ等があります。禁煙はやって損はありません。何歳からでも良いので始める価値があります。

【禁煙を考えている方へのサポート】

①禁煙外来に行く

要件を満たす場合は、禁煙支援医療機関で保険適用でサポートを受けることができます。標準禁煙治療プログラムは12週間の間に5回診察があり、費用は2万円程度(飲み薬で治療し保険適用3割自己負担の場合)です。

②薬局へ行く

禁煙サポート薬局で薬剤師が約3か月間、禁煙のコツをアドバイスしたり、タバコに関する不安や疑問等さまざまな相談にお答えします。相談は無料ですが、禁煙補助剤(ニコチンパッチ、ニコチンガム等)の購入は実費になります。

【禁煙外来や薬局でのサポートを希望される方は次のURLで実施機関を調べることができます】

◆禁煙支援医療サポート機関データベース◆

web <http://www.pref.aichi.jp/kenkotaisaku/tobacco/supporters/supporters.html>

問合せ 保険医療課 ☎444・3168

巡回バスニュース

(利用状況)

	運行日数	北部巡回ルート		南部巡回ルート		東部巡回ルート		計
		左回り	右回り	左回り	右回り	左回り	右回り	
平成30年11月	13	147人	85人	135人	192人	67人	42人	668人
累計(平成29年10月31日～)	170	1,757人	1,169人	1,640人	2,357人	610人	665人	8,198人

【巡回バスについて市の職員とお話しませんか?】

巡回バスに関心のある地域や各種団体の皆様(おおむね10人以上)との意見交換会を開催しています。皆様お気軽にお申し込みください。

問合せ 企画政策課 ☎444・1712