

健康応援トピックス

5月31日はWHO(世界保健機関)により定められた「世界禁煙デー」です

厚生労働省では毎年5月31日から6月6日を「禁煙週間」と定めています。

第2次あま市健康づくり計画の「たばこ」項目では、たばこの害を知り、家庭・地域での禁煙・分煙活動を推進することを取り組みとして掲げています。

知っていますか？たばこの害

たばこは肺がんをはじめ、多くのがんや、心筋梗塞、脳梗塞などの循環器疾患、シオオービーディー COPD(慢性閉塞性肺疾患)、歯周病の数多くの疾患や、皮膚の老化などに深く関係していることが明らかになっています。女性の喫煙による妊娠出産への影響として、早産、低出生体重児・胎児発育遅延などがあります。成長期の子どもがたばこの煙を吸うと風邪をひきやすくなったり、気管支炎、喘息発作、中耳炎などいろいろな病気にかかりやすくなります。

第2次あま市健康づくり計画中間評価によると喫煙とがんの関連について70.4%の市民が知っていましたが、その他の病気との関連については、知らない人が増加しています。

また受動喫煙(非喫煙者がたばこの煙を吸わされること)、三次喫煙(たばこの火が消された後も周囲に残留する化学物質に暴露され、それを吸入すること)によって非喫煙者の健康が損なわれることも問題となっています。

あま市の保育園・認定こども園・私立幼稚園で防煙教室を行いました！

この教室は、幼児期からタバコの害について知る機会を持つことで、将来自分で「喫煙しない」という選択をする等、自分の健康を守る意識を育むことを目的に、令和元年度から市内の公立保育園や希望のあった認定こども園・私立幼稚園の年長児に実施しています。

紙芝居「タバコのない星のピコからのメッセージ」を読み、なぜ、タバコは体に良くないのか、吸ってなくてもタバコの煙に害があること等をお伝えしました。その後は、タバコの害について〇×クイズをしたり、実際にタール瓶を見てもらったりしました。子ども達はとても熱心にお話を聞いてくれていました。



保健センターでは禁煙に関する相談をお受けしています

問 甚目寺保健センター	☎443・0005
七宝保健センター	☎441・5665
美和保健センター	☎443・3838