

ほけん通信 health

健康課
田原福祉センター
☎23局3515
あつみライフランド
☎33局0386

こんなに怖い タバコの害

日本では、タバコに関連する病気で、一年間に約9.5万人が命を落としていきます。

タバコの煙に含まれる有害物質

タバコの煙の中には、4000種類以上の化学物質が含まれています。そのうち有害物質は約200種類、発がん性物質は約40種類にも上ります。

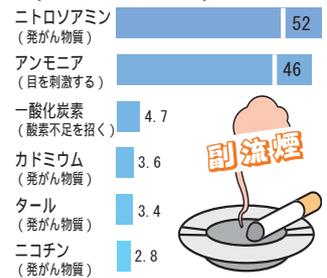


大きい周囲への悪影響

タバコの煙は、直接吸い込む「主流煙」よりも、タバコから立ちの

ぼる「副流煙」の方が、有害物質をはるかに多く含んでいます。タバコの煙は周囲の人の健康にまで悪影響を与えているのです。その影響は7m先にまで到達し、さらに複数の人が同時に喫煙をする、範囲は2〜3倍以上になると言われています。

副流煙に含まれる有害物質 (主流煙との比較)



旧厚生省 喫煙と健康問題に関する報告書

タバコとリスク

喫煙者は非喫煙者に比べて、虚血性心疾患（心筋梗塞や狭心症）や脳卒中になる危険性が17倍、また、喉頭がんになる危険性は30倍も高まるという報告があります。

禁煙したい方は：

タバコがやめられないのは意志が弱いからではなく、タバコの依存性によるものです。禁煙は適切な支援を受けることで成功率が高まります。禁煙したい方は、医療機関や田原福祉センター・あつみライフランドにご相談ください。

インフォメーション

事業名	月日・受付時間	場所	対象者・内容など
母子健康手帳交付	毎週月曜日(祝日を除く) 午後1時30分～3時	田原福祉センター あつみライフランド	妊娠届出書の発行を受けた方 妊娠中の生活、母子手帳の使い方 妊娠中の食生活などについて
ちびっこランド	1月30日(火) 午前9時～10時30分	田原福祉センター	就園前の乳幼児と保護者 育児相談、離乳食・歯科相談(予約制)
健康相談	1月9日(火) 午前9時30分～11時	六連市民館	身体計測、育児相談、栄養相談、 成人健康相談ほか *あつみライフランドの健康相談では、 離乳食講習会(予約制)を併設します。 詳細は母子健康ガイドをご覧ください。
	1月10日(水) 午前9時30分～11時	童浦市民館	
	1月15日(月) 午前9時～10時30分	あつみライフランド	
	1月16日(火) 午前9時30分～11時	田原中部市民館	
	1月19日(金) 午前9時30分～11時	田原南部市民館	
心とからだの健康相談	1月25日(木) 午前10時～11時30分	田原福祉センター	健康に関する相談、健診結果に関する相談

母子健康手帳交付日に都合の悪い方は、随時受け付けます。(土・日・祝日を除く午前8時30分～午後5時)
予約制のものは1週間前までにお申し込みください。乳幼児健診・予防接種については、個人に通知します。

休日当直医

月日	当直医	電話番号
12月10日(日)	国見医院	☎22局0756
	山本医院	☎45局2203
	ヒラノデンタルオフィス	☎22局6477
12月17日(日)	北山クリニック	☎23局3946
	きまた眼科	☎23局1092
	かわさき整形外科クリニック	☎22局7700
	津金医院	☎33局0222
12月23日(祝)	伊藤歯科医院	☎22局1104
	富永医院	☎23局1316
	朽名医院	☎33局0162
12月24日(日)	青木歯科クリニック	☎33局1139
	永井医院	☎22局0227
	渡会医院	☎45局2516
	すずき歯科	☎23局0033
12月31日(日)	宮木内科	☎23局0232
	藤岡医院	☎32局1515
	山内歯科医院	☎23局1525

月日	当直医	電話番号
1月1日(祝)	ふれあいばし診療所	☎29局2500
	岡田医院	☎37局0001
	田原歯科クリニック	☎23局1626
1月7日(日)	百瀬クリニック	☎22局7777
	丸山医院	☎33局0313
	葉山歯科医院	☎32局0038
1月8日(祝)	河合医院	☎22局6133
	まち眼科	☎22局2710
	赤羽根医院	☎45局2145
1月14日(日)	なかた歯科	☎23局1162
	かわせ小児科	☎22局1230
	杉の森皮膚科クリニック	☎29局1112
	川瀬医院	☎35局1511
1月21日(日)	藤井歯科医院	☎45局2123
	北山クリニック	☎23局3946
	かわさき整形外科クリニック	☎22局7700
	昭和医院	☎32局3749
赤石歯科クリニック	☎23局7300	

診療時間▶医科 午前9時～午後5時 / 歯科 午前9時～正午

夜間またはかかりつけの医師が不在のときは 渥美病院▶☎22局2131