

2019年

5月健康だより

発行：新庄市健康課

世界禁煙デー

5/31

禁煙週間

5/31→6/6



2019 禁煙週間テーマ

「2020年、受動喫煙のない社会を目指して」 ～たばこの煙から子ども達をまもろう～

■新庄市での喫煙状況

- 小さな子どものいる家庭の半数以上で親が喫煙していることがわかりました。
- 山形県では、20～30代の男女、出産子育て世代の喫煙率が全国より高く、新庄市は山形県の中でも子育て世代の喫煙率が高い状況です。

■受動喫煙による影響は子どもから大人までこんなあります…

胎児

発達遅延
出生体重の減少

子ども

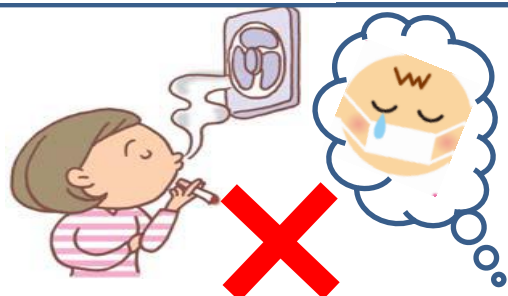
ぜんそく 呼吸機能低下 むし歯
中耳炎 乳幼児突然死症候群

大人

肺がん 虚血性心疾患 脳卒中
COPD（慢性閉塞性肺疾患）

！ 換気扇下やベランダでの喫煙は分煙にはなりません！！

お父さん、お母さん、子どもの前じゃないから吸っても大丈夫と思いませんか？間違った分煙方法では、子どもへの影響は大きいことになりありません。例えば、子どもの尿中発がん物質量は、ベランダの喫煙で正常値の2倍、換気扇下の喫煙で正常値の10倍にもなってしまいます。



新庄かむてん健康マイレージ



かむてん©新庄市×富樫義博

今年も **5月** から始まります！ 皆さん是非参加して下さい

市民の皆様の主体的な健康づくりを応援するものです。健康づくりの取り組みをポイント化し、楽しみながら健康寿命を伸ばし、お得な特典もうけられます。

対象：20歳以上の新庄市民・ 期間：5月1日～令和2年2月15日

1 ポイントカードを もらう

健康課窓口、健康教室、健康診断会場・市民プラザ・萩野地区公民館・市体育館・わらすこ広場・老人福祉センター・最上検診センター・保健センター等で配布

2 50ポイントをためる

①～③ すべてからポイントをためる

- ① 特定健診・がん検診を受ける 10ポイント
- ② 健康目標をたてて実践する 20ポイント
- ③ 健康教室、イベント*に参加する 10ポイント

*イベントの詳細はポイントカードをご覧ください。

※ ボーナス事業は20ポイント

- 市民健康福祉まつり (6/22 土)
- 新庄いものこハーフマラソン (10/27 日)

3 50ポイント達成！すると・・・

さまざまな **特典** があります

特典1：全員に進呈 ①「やまがた健康づくり応援カード」

②「記念品」(健康タオル)

特典2：抽選で 12名様に健康グッズなどプレゼント!! (抽選は2月末)

応募の締切は2/15

昨年は**572名**の方にご応募いただきました。ありがとうございました。

新庄市健康課健康推進室 ☎0233-29-5791