

5月健康だより

発行：新庄市健康課

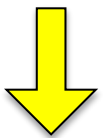
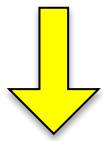
発行日：H29.5.1

今年も！

かむてん健康マイレージ



市民の皆さんの主体的な健康づくりを応援する事業です。健康づくりの取り組みをポイント化し、楽しみながら健康とお得な特典が受けられます。（※対象は20歳以上の方）



①ポイントカードをもらう

健康課窓口、健康教室、イベントの参加会場で配布。

②50ポイントをためる

- ◎健康目標を決め2週間以上取り組む ……15ポイント
- ◎特定健診を受ける…20ポイント
- ◎がん検診を受ける ……10ポイント
- ◎健康教室、イベントに参加する ……10ポイント

※ボーナス事業は20ポイント

- おまつり歯っぴい (6/3 土) ●市民健康福祉まつり (6/24 土)
- 夏期巡回ラジオ体操会 (8/13 日)

③50ポイント達成！

健康課で **交換・応募** で **特典** を受ける

特典1：全員に進呈

「やまがた健康づくり応援カード」

「記念品」

※「やまがた健康づくり応援カード」

は県内の協力店に提示すると、

特典2：抽選で

- ▼ 血圧計 2名
 - ▼ 減塩しょうゆさし 10名
 - ▼ 新庄産つや姫2kg 10名
 - ▼ 健康グッズ 30名
- 合計 52名様にプレゼント



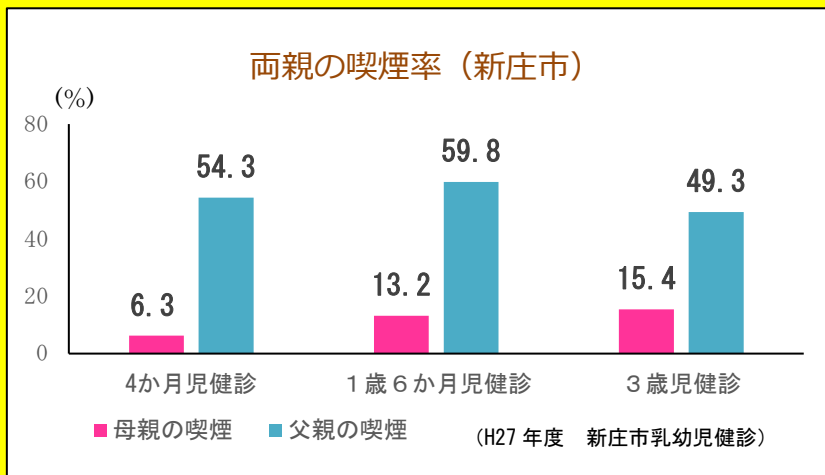
世界禁煙デー 5/31

禁煙週間 5/31 ~6/6

2017 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～」

■新庄市の状況



●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いことが分かっています。

■受動喫煙による周囲への健康被害

受動喫煙による周囲への健康被害は科学的に明らかになっています。受動喫煙による年間死亡数は約1万5千人※と推計されており、受動喫煙防止の早急な対策が求められます。

※「厚生労働科学研究費補助金たばこ対策の健康影響および経済影響の包括的評価に関する研究」平成27年度報告書より

受動喫煙が原因と考えられる健康被害	
胎児への影響	発育遅延・出生体重の減少
子どもへの影響	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など
大人への影響	肺がん・虚血性心疾患・脳卒中・呼吸器への影響・COPD（慢性閉塞性肺疾患）など

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っていませんか？

たばこの煙はあっという間に家の中に拡散するため、これでは分煙になりません。子どもたちの尿からニコチンの成分が検出され、たばこの煙にさらされていることがわかっています。

たばこの煙から子ども達を守るために、『禁煙』家族で取り組んでみましょう。

