

健康・福祉

乳幼児健康相談・栄養相談・歯科相談

要申込

時 8月7日(金) 午前10時～11時

所 中央公民館

問 保健福祉センター

☎ 7388-38813

令和2年度 豊能町 敬老のつどい 開催中止のお知らせ

例年、9月に開催している「敬老のつどい」ですが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、町として検討を行った結果、出席者への感染防止・安全を最優先に考慮し、今年度の開催を中止することとしました。開催が中止となったことで、「敬老のつどい」を楽しみにしていただいた皆様には大変申し訳ありませんが、ご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

問 健康増進課(保健福祉センター内)

☎ 7388-38813

特集

案内一般

健康・福祉

安全・生活

教育・子育て

情報あれこれ

8月26日(水) 第2回『水曜食トシ〜 Joyful〜』 開催します!



地域のスーパーに売っている食材を使い、お家に必ずありそうな調味料で、さらに便利な加工品も上手に取り入れ、料理は面倒だ…という気持ちを軽減し作ってみよう! 食べてみよう! の気持ちを高めてほしいと思います!



第1回の様子



- 開催日: 偶数月の第4水曜日
- 場所: 保健福祉センター1階
- 時間: 午前11時45分～午後0時15分
- 内容: 食生活のプチお得情報とウォーキング後にピッタリのひと口試食※
- 対象者: ☆水曜ウォークご参加の方
☆自分の食生活を振り返りたい成人以上の方
- ※ひと口試食は先着20名様まで

大阪府池田保健所8月の事業

問=大阪府池田保健所 ☎751-2990

▶ **こころの健康相談(事前予約制)**
日程など詳細はお問い合わせください。

▶ **水質検査・検便**
時=8月4日(火)18日(火)
午前9時30分～11時30分
※あらかじめ検査容器等を受領に来所願います。
￥=有料

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、**骨髄バンクドナー登録、B・C型肝炎ウイルス検査、HIV/エイズ・梅毒(血液)、クラミジア(尿)検査**の一部を当分の間休止させていただきます。詳しくは、お問合せください。

とよの健康づくり Vol.38

受動喫煙をなくしましょう



2020年4月に受動喫煙防止に関する健康増進法の一部を改正する法律が施行されました。特に健康への影響が大きい子どもやご病気をお持ちの皆さんへの配慮として、多くの方が利用する施設は敷地内禁煙となりました。望まない受動喫煙を防止するため、家庭や職場、飲食店など様々な場所での取り組みを行っていただくとともに、たばこを吸わない人にたばこの煙を吸わせないように気をつけていきましょう。

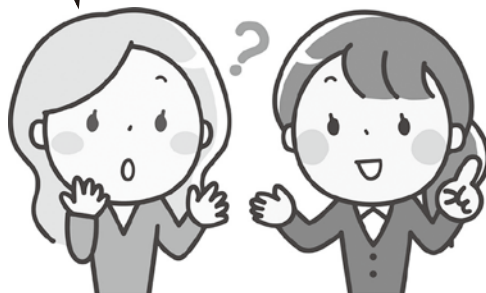
受動喫煙とは…

喫煙するつもりはないのに、たばこの先の火のついたところから出ている煙（副流煙）と、たばこを吸った人の口からはきだされた煙（呼出煙）が空気中で混ざった煙を吸わされてしまう、あるいは吸わせてしまうことを言います。たばこを吸わない人でも、継続的な受動喫煙により健康影響が生じ、肺がん、脳卒中、虚血性心疾患、脳卒中を引き起こすこととなります。副流煙は、たばこを吸う人の肺の中に入る煙（主流煙）よりも多くの有害化学物質を含むことがわかっています。

たばこの健康への影響

たばこの煙には約5,300種類の化学物質が、その中には約70種類の発がん性物質が含まれています。これらの物質は、のど、肺などたばこの煙に直接触れる場所だけでなく、血液を通じて全身に運ばれ、がんの原因となります。がんをはじめ、脳卒中、虚血性心疾患といった循環器疾患、喘息発作、慢性閉塞性肺疾患（COPD）といった呼吸器疾患、早産や低出生体重など妊娠への影響があるとされています。たばこを吸わない人でも、継続的な受動喫煙により健康への影響があることがわかっています。

家の外（ベランダや玄関など）でたばこを吸えば家族への健康影響はないですか？



たばこの火が消された後も、ニコチンや化学物質は、喫煙者の毛髪や衣類に付着して残留します。そのため、喫煙後すぐに家に入ると家族が受動喫煙することとなります。これは残留受動喫煙（三次喫煙）と呼ばれています。

出典：厚生労働省 生活習慣病予防のための健康情報サイト

健康相談のご案内

禁煙や健康についてのご相談がありましたら、健康増進課までご連絡ください。まずはお電話で相談内容をお聞きして、ご希望があれば、ご予約をいただきセンターでご相談をお受けします。

問＝健康増進課（保健福祉センター内） ☎738-3813