



今月のテーマ【たばこ】

5月31日は世界保健機関(WHO)が定める『世界禁煙デー』です。また日本では、世界禁煙デーから始まる1週間(5月31日~6月6日)を『禁煙週間』と定めています。「世界禁煙デー」は、世界保健機関が、「**たばこを吸わないことが一般的な社会習慣になること**」を目指し1989年に制定したものです。

「世界禁煙デー」を機会に、自分だけでなく、周りの大切な人のためにも「禁煙」について考えてみませんか？

たばこは万病のもと

喫煙者の死亡率は非喫煙者より高く、国内で喫煙に関連する病気で亡くなった人は年間で19万人。

喫煙は、一時の至福感と引き換えに、自分の寿命を削っているのです。



*日本人が20歳より前に喫煙を始めた場合

ご存じですか？禁煙治療

たばこがやめられないのは、意思が弱いからではなく「ニコチン依存症」になっているからです。禁煙のための薬や医療機関での禁煙治療を上手に活用しましょう。自力に比べて、より楽に、より確実に禁煙できます。

全国禁煙外来・禁煙クリニック一覧

<http://www.nosmoke55.jp/nicotine/clinic/>

(日本禁煙学会ホームページより)



上記からお住まいや職場の近くにある禁煙外来・禁煙クリニックを調べることができます。

出典：日本医師会『禁煙は愛』

≫ 次回は「歯・口腔」について掲載します

ほけんセンター ニュース

検診や健康情報をお知らせします

胃がん検診（バリウム検診）

1. 実施時期：5月7日（火）～13日（火）
※11日（日）を除く
2. 会場：村田町中央公民館
3. 受付時間：午前7時30分～午前10時
4. 自己負担金：1,500円
5. 対象者：40歳以上

※受診票は4月中旬に送付しています。

※胃カメラを申し込まれた方には、6月に案内や受診票を送付します。

がんは無症状で進行することが多い病気です。
がんの早期発見には定期的ながん検診が大切です。

子宮がん検診（集団）

1. 実施時期：5月20日（火）・21日（水）
2. 会場：村田町中央公民館
3. 受付時間：受診票に同封のチラシでご確認ください。
4. 自己負担金：2,500円
5. 対象者：20歳以上の女性

※受診票は4月下旬～5月上旬に発送予定です。

※個別検診を希望された方には、7月中旬に案内や受診票を送付します。

