

健康さか21

～1に運動 2に食事
よい習慣で健康生活～

なくそう！
望まない受動喫煙



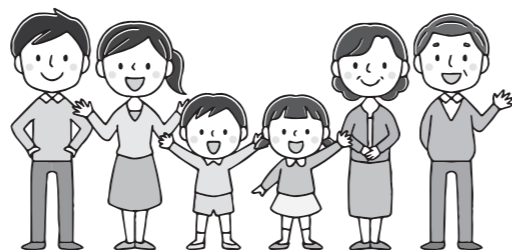
平成30年7月健康増進法が一部改正され、令和元年度から段階的に受動喫煙対策が強化されていますが、令和2年4月からは全面施行されています。

「受動喫煙」とは、本人がたばこを吸っていないなくても、他の人が吸っているたばこから立ちのぼる煙や、その人が吐き出す煙を吸い込んでしまうことをいいます。いずれの煙にもニコチンやタールなど、多くの有害物質が含まれており、それを吸い込んだ人の健康に悪い影響を及ぼします。

受動喫煙は脳卒中、肺がん、虚血性心疾患、乳幼児突然死症候群の原因ともなります。また、たばこを吸わない人は、たばこの煙に対する感受性が高く、煙を吸うと少しの量でも大きな健康影響を受けるといふ報告もあります。煙に近づかないようにしたいものです。

たばこを吸わない人を受動喫煙から守るために、たくさんの方が利用するすべての施設等では、原則屋内禁煙になりました。所定の条件を満たせば喫煙室の設置は可能ですが、喫煙室がある場合、必ず標識を掲示することが義務付けられ、20歳未満は立ち入ることはできません。

法律により、望まない受動喫煙を防止するための取り組みは、マナーではなくルールとなりました。健康影響を未然に防止し、誰もが快適に過ごせる町を実現していきましょう。



5月31日は世界禁煙デー
禁煙週間5月31日(日)～6月6日(土)
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たちをまもろう～

被爆者定期健診
延期のお知らせ

例年5月に実施していた被爆者定期健診は、新型コロナウイルス感染防止のため、延期します。

実施が決まり次第、お知らせします。



◎問合せ 役場保険健康課
☎(820) 1504
保健センター
☎(885) 3131

夏期住民総合健診延期のお知らせ

夏期の住民総合健診は、新型コロナウイルス感染防止のため、延期します。

乳がん検診(40歳以上)、子宮がん検診(20歳以上)を、坂町が契約している医療機関でも受診できます。

また、胃がん検診を新たに胃内視鏡(胃カメラ)による個別検診として医療機関で受診できるようになります。

詳細については坂町ホームページ、広報さか6月号に掲載します。

◎問合せ 役場保険健康課 ☎(820) 1504
保健センター ☎(885) 3131

保険健康だより

5月に予定していました「100万歩歩いて元気になろう会」「母親学級」は、新型コロナウイルス感染防止のため中止します。その他の講座も中止または延期する場合があります。

保健センターは「まちの保健室」です。
乳幼児の計測や健康、子育てに関する相談、
大人の心と体の相談をお受けします。
お気軽にご相談ください。

◎申込み・問合せ 保健センター ☎(885) 3131

講座名	とき	ところ	内容
筋力アップ教室	5月12日(火) 9時30分～11時30分	横浜ふれあいセンター	持参物 タオル、バスタオル、お茶、筆記用具 申込締切 開催日の前日 (初めて参加される方のみ) ※運動ができる服装、靴で参加してください。
	5月12日(火) 13時30分～15時30分	町民センター	
	5月22日(金) 13時30分～15時30分	小屋浦ふれあいセンター	
さかっ子ひろば (育児相談)	5月15日(金) 13時15分～13時55分受付	保健センター	内容 計測、健康相談、栄養相談 対象 9～12か月の赤ちゃん
	5月19日(火) 13時15分～13時40分受付	小屋浦ふれあいセンター	内容 計測、健康相談、栄養相談 対象 0～12か月の赤ちゃん
こどもの健診 【乳児健診】	5月20日(水) 13時～13時40分受付	保健センター	令和元年12月14日～令和2年1月31日生まれの子
こどもの健診 【3歳児健診】	5月27日(水) 13時～13時40分受付	保健センター	平成28年12月1日～平成29年2月13日生まれの子
2歳児歯科相談	6月3日(水) 13時～13時40分受付	保健センター	平成30年1月1日～平成30年3月15日生まれの子

保健センターでの健康相談について

新型コロナウイルス感染症対策のため、保健センターでは5月6日(水・振替休日)まで行事を中止し、施設利用を停止していますが、個別健康相談については、保健師等が対応しています。

相談がある方は、まずは電話でご連絡ください。

乳幼児の計測、発育・発達相談、一般的な健康に関する相談、こころの健康相談
【電話相談】 保健センター ☎(885) 3131
 役場保険健康課 ☎(820) 1504

満1歳の誕生日おめでとう

こいけ かえ
小池 花依ちゃん
 (鯛尾二丁目)令和元年5月11日生
 マイペースな癒し娘さん♡ 好きなことをたくさん見つけて笑顔いっぱいの花を咲かせてね!

ふじた けん
藤田 絢斗くん
 (鯛尾二丁目)令和元年5月17日生
 絢斗1歳おめでとう! かわいい笑顔で癒しをくれてありがとう♡ 毎日楽しく過ごそうね♪

このコーナーへの掲載を希望される場合は、誕生日の前月10日までに、お子様の写真(裏面にお子様の氏名・住所・電話番号・生年月日と、一言コメント(40字程度)を記載してください)を、役場企画財政課へ持参またはメールで提出してください。

◎問合せ 役場企画財政課 ☎(820) 1507 Mail kikaku@town.saka.lg.jp