

たばこの誤解を解説!

世界禁煙デー・禁煙週間

5月31日は「世界禁煙デー」です。また、6月6日までの1週間は「禁煙週間」で、各地でさまざまな取り組みが行われています。



換気扇の下なら大丈夫

自宅での喫煙の場合、換気扇の下で吸っていても、お子さんの体内には、吸わない家庭のお子さんの3倍以上のニコチンが検出されています。換気扇の下で吸っていても、受動喫煙を防ぐことはできません。

電子たばこは大丈夫

電子たばこは、リキッドと呼ばれる液体を加熱し霧化させて使うものです。日本では、法律でニコチン入りの電子たばこの販売が禁止されています。しかし、リキッドの中にニコチンが入っていないとしても、ホルムアルデヒドなどの有害物質が検出されたという研究結果があります。

また、加熱式たばこは、たばこの葉を加熱しているのにニコチンなどは普通のたばこと同じです。紙巻きたばこから加熱式たばこに変更しても、「禁煙」ができたことにはなりません。

吸い終わってれば大丈夫

サードハンドスモーク(残留受動喫煙)と言われ、煙が消えた後、喫煙者の髪の毛・衣類・カーテンなどに有害物

喫煙は周囲の人にまで害を及ぼします。たばこの影響を考えて、生活を見直してみませんか?

▶▶▶とうがね健康プラン21 (第2次)推進中



分煙していれば大丈夫

たばこの有害物質の96%が気体なので、隔離することは困難です。また、空気清浄機を使用してもたばこの有害物質は除去できません。

のどや肺の症状がないから大丈夫

たばこの煙はお子さんの体調や成長にも影響します。せきなどの症状がなくても、受動喫煙のあるお子さんは、なお子さんよりも平均身長が0.5~1.6cm低かったり、肺炎・気管支炎・ぜんそくなどにかかりやすいことがわかっています。また、親がたばこをやめた家では、ぜんそくのお子さんの9割が良くなるなどの報告もあります。

お問い合わせ▶健康増進課 (50)1174

骨の健康度を知っておいっ!

骨粗しょう症検診

骨粗しょう症とは、骨の組織が粗くなり、日常の些細な動作でも骨折しやすくなる病気です。

特に喫煙や過度のダイエット、ホルモンバランスの変化によって骨粗しょう症にかかりやすくなります。

女性にとつて身近に潜む骨粗しょう症を予防または早期に発見するために検診を行います。自分の骨の健康度を知っておきましょう。

とき▶9月13日(火)・14日(水) (受付▶午前9時~11時)



午後1時~2時
ところ▶ふれあいセンター
対象▶市内に住所があり、下表の年齢に該当する女性
内容▶問診・骨超音波検査 (足のかかとでの検査)
費用▶700円
申込方法▶ふれあいセンター窓口、電話または市ホームページから申し込み



▶申込用QRコード ※5月16日(月)から利用できます。

対象年齢表

※年齢は令和5年3月31日時点

年齢	生年月日	
25歳	平成9年4月2日	~平成10年4月1日
30歳	平成4年4月2日	~平成5年4月1日
35歳	昭和62年4月2日	~昭和63年4月1日
40歳	昭和57年4月2日	~昭和58年4月1日
45歳	昭和52年4月2日	~昭和53年4月1日
50歳	昭和47年4月2日	~昭和48年4月1日
55歳	昭和42年4月2日	~昭和43年4月1日
60歳	昭和37年4月2日	~昭和38年4月1日
65歳	昭和32年4月2日	~昭和33年4月1日
70歳	昭和27年4月2日	~昭和28年4月1日

申込期間▶5月16日(月)~7月4日(月)
※事前に受診票を送付します。
申込・問い合わせ▶健康増進課 (50)1174

荷姿を整えて搬入してください

農業用廃プラスチックの一斉回収

農業用のビニール、ポリエチレン、肥料袋・培土袋などの廃プラスチックを回収します。下図を参考に荷姿を整えて搬入してください。

とき▶6月9日(木)・10日(金) 午前9時~11時30分、午後1時~3時30分

※2日間のうち都合の良い日に搬入してください。

搬入場所▶千葉県園芸用プラスチックリサイクルセンター(小沼田)

費用▶1kg当たり45円
持ち物▶印鑑(認め印)

◆搬入にあたっての注意事項

①事前の登録が必要です。未登録の農家の方はご連絡ください。
②農業用ビニール・農業用ポ

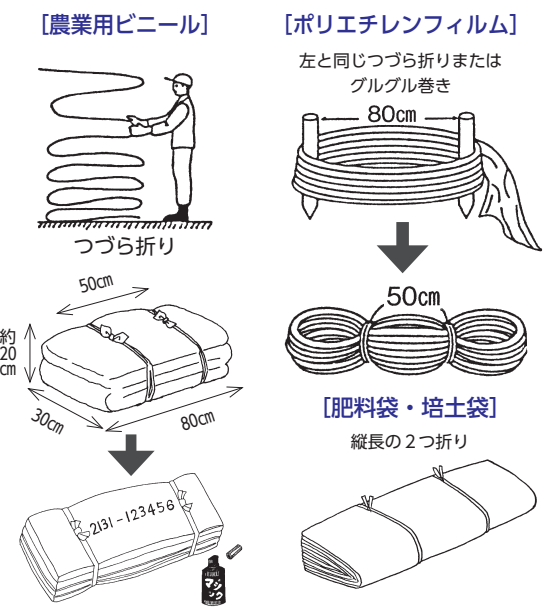
リエチレンは分別してください。
・分類1▶ビニールA(平成23年3月に展張されていたビニール)
・分類2▶ビニールB(ビニールA以外のビニール)
・分類3▶ポリエチレン

③水分・土砂は、十分に取除いてください。

④再処理をします。針金・ホチキスなどの金属類、木片、マイカー線、ハトメなどは必ず取り除いてください。

⑤結ぶひもは、廃棄物と同じ素材のもの(ビニールはビニールひも、ポリエチレンはポリエチレンひもかマイカー線)を使用してください。

荷造りと荷姿



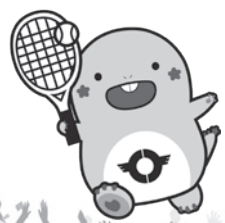
⑥1つを10kg程度にまとめ、左図のように束ねてください。
⑦登録番号は、束ねたビニールの中央に油性のマジックなどで記入してください。

お問い合わせ▶農政課 (50)1137

お知らせ

バウンドテニス親善交流大会(シングルス戦)

とき▶6月2日(木)午前9時10分受付開始(開会式▶午前9時30分)、閉会式▶午後2時30分
ところ▶東金アリーナ
対象▶市内在住の方および協会長が認める方
競技内容▶シングルス戦(男・女)
試合方法▶①予選リーグ(午前)▶4ゲームマッチ / 順位別決勝リーグ(午後)▶7ゲームマッチ
※タイブレークは行わない。デュースは1回のみ、5ポイント先取。
②勝率が同じ場合の順位決定は、当該者の対戦結果



得失種目差数
得失ゲーム差数
得失ポイント差数の順序による。
③審判は相互審判とする。
定員▶先着20名
費用▶500円
締切▶5月27日(金)
国東東金市バウンドテニス協会 (50)0321 (塚田)

お知らせ

家族介護教室

〜知って安心!介護の知識と技術〜

東金商工会議所福祉のまち推進委員会などでは、毎日の介護に役立つ具体的な技術・方法や知識などをお伝えする家族介護教室を開催します。介護される方とご家族の元気を応援します。
とき▶6月8日(水)午前10時~正午(受付▶午前9時30分)

ところ▶東金商工会館4階
定員▶先着20名(要事前予約)
締切▶5月27日(金)
※新型コロナウイルスの状況により、中止または延期することがあります。
申込・問い合わせ▶社会福祉法人ゆりの木会ゆりの木苑 (50)8111

