

10月16日～31日の行事予定

日・曜日	行事名	場所	時間	内容
16 水	心配ごと相談	八峰町社会福祉協議会	午前9:30～正午	担当：奈良マリ子相談員
	八森第1健康教室	八森第1コミュニティセンター	午後1:30～午後3:00	健康に関するお話や血圧測定などを保健師が行います。八森第1自治会の方はどなたでもご参加ください。
	榎台介護予防教室	榎台コミュニティセンター	午後1:30～午後3:00	お話をしながら自宅で出来る簡単な体操や脳を活性化させるゲームなどを行います。
20 日	八森第1泰山会古紙回収	八森第1自治会		午前9時までに自宅前に出してください。
21 月	のんき会	沢目駅舎内	午前9:00～午後4:00	心の病を持っている方が情報交換する場です。
	交流サロン「らべんだー」	堀川健康センター	午後1:30～午後3:30	陽だまりの会がおいしいコーヒー、お茶を準備してお待ちしております。どなたでもお気軽にお立ち寄りください。
	ほっと健康相談	堀川健康センター	午後1:30～午後4:00	保健師が個別に相談に応じます。お気軽においでください。
23 水	心配ごと相談	八峰町社会福祉協議会	午前9:30～正午	担当：齊藤一義相談員
	心といのちを考えるフォーラム	文化ホール(ファガス)	午後1:30～午後4:10	※9月25日配布のチラシをご覧ください。
24 木	めんちょこひろば	ボンポコ山(現地集合)	午前10:00～午前11:00	対象：子ども園入園前の子どもと保護者、妊婦さん 内容：ボンポコ山にお出かけして遊びます。(パークセンター前集合) ※雨天時はパークセンター内で遊びます。
	岩館第2介護予防教室	漁火の館	午後2:00～午後3:30	お話をしながら自宅で出来る簡単な体操や脳を活性化させるゲームなどを行います。
27 日	いさりびサロン	漁火の館	午前10:00～正午	対象者：岩館第2地区にお住まいの方 参加費：1人100円 お茶やお菓子を用意しております。
	もりのカフェ	榎台コミュニティセンター「ぬかもり館」	午後1:30～午後3:30	「ぬかもり館」に集まって「お茶を飲みながらおしゃべりする」交流の場です。「もりのカフェ」ののぼりが目印です。
28 月	のんき会	沢目駅舎内	午前9:00～午後4:00	心の病を持っている方が情報交換する場です。
	行政相談	八峰町社会福祉協議会	午前9:30～午前11:30	担当：辻正英委員
29 火	行政相談	水沢コミュニティセンター	午前9:30～午前11:30	担当：中山朱子委員
	あった会	ファガス「シーガル」	午後1:30～	読み聞かせサークル「かもめ」が、絵本の読み聞かせなどをします。
30 水	心配ごと相談	八峰町社会福祉協議会	午前9:30～正午	担当：芹田静香相談員
	めんちょこひろば	子育て支援センター「あいあい」	午前10:00～午前11:30	対象：子ども園入園前の子どもと保護者、妊婦さん 内容：小児科医師講話「乳幼児の病気について」 個別相談※相談のある方は予約をお願いします。 講師：JCHO秋田病院 小児科部長 大塚美穂子先生
	乳児健康診査	八森保健センター	受付：午後0:30～午後1:00	対象者：令和元年6月～令和元年7月生まれ 平成31年3月～平成31年4月生まれ 平成30年12月～平成31年1月生まれ
31 木	駅前町内会健康教室	沢目駅前コミュニティセンター	午後1:30～午後3:00	健康に関するお話や血圧測定などを保健師が行います。駅前町内会の方はどなたでもご参加ください。
	大信田介護予防教室	大信田公民館	午後2:00～午後3:30	お話をしながら自宅で出来る簡単な体操や脳を活性化させるゲームなどを行います。

健康はっぴょう21ひろば

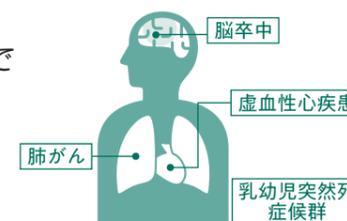
なくそう！受動喫煙

どうして「受動喫煙」は危険なの？



喫煙があらゆるがんや脳卒中、心筋梗塞などの病気を引き起こすことは、広く知られるようになりましたが、たばこを吸わない人の「受動喫煙」にもリスクがあることをご存じでしょうか。  
**受動喫煙**とは、本人がたばこを吸っていなくても他の人が吸っているたばこから立ち上る煙や、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。

日本では、**受動喫煙が原因**で、右図のような疾患で年間約**15,000人**が死亡しています。  
受動喫煙を受けなければ亡くならなかったと考えられています。



これでは防げない、タバコの煙

換気扇の下で吸えば大丈夫!?

⇒換気扇を回しても、たばこの煙は拡散され、有害物質は残ります。

ベランダで吸えば大丈夫!?

⇒ベランダや屋外で喫煙しても、煙がサッシや窓の隙間から室内に流れ込むことがあります。また、集合住宅の場合は、周辺の住民も受動喫煙の影響を受けます。

空気清浄機があれば大丈夫!?

⇒空気清浄機では、たばこの有害物質(一酸化炭素など)は、除去できません。

加熱式たばこの安全性は？

加熱式たばこは、たばこの葉を凝縮したものを加熱して、その蒸気を吸引するものです。その健康被害についてはまだ明らかにされていませんが、**加熱式たばこにも有害物質は含まれています。**

八峰町では、健康寿命延伸のために受動喫煙の防止に取り組んでいます。取り組みの1つとして、町内の事業所に受動喫煙防止を呼びかけ、現在17か所の事業所が取り組んでいます。



出典：厚生労働省 喫煙の健康影響に関する検討会編「喫煙と健康」  
厚生労働省リーフレット(中学生のみなさんへ)なくそう！望まない受動喫煙。  
学ぶ！改正健康増進法)  
厚生労働省HP 受動喫煙対策 参考資料「加熱式たばこにおける科学的知見」

問合せ先 福祉保健課 健康推進係 ☎76-4608(直通)