



周りの人へも影響があります 喫煙のリスク知っていますか

☎健康増進課 ☎027-220-5784

● **たばこの煙には有害物質が**
喫煙者が吸い込む煙よりも、たばこの先から出る煙の方が有害物質を多く含んでいます。加熱式たばこの場合、副流煙は発生させませんが、喫煙者から吐き出される霧やミストには、ニコチンや発がん性物質が含まれています。

● **子どもを受動喫煙から守ろう**
喫煙率が高いのは子育て世代。赤ちゃんや子どもは自分でたばこの煙を防げません。周りの大人が煙から守ってあげましょう。また、受動喫煙はたばこを吸わない人でも病気の原因に。日本では年間1万5,000人が受動喫煙で亡くなっているといわれています。分煙ではたばこの煙を完全に防ぐことができません。受動喫煙を防ぐためにも禁煙しましょう。

● **子どもを受動喫煙から守ろう**
喫煙率が高いのは子育て世代。赤ちゃんや子どもは自分でたばこの煙を防げません。周りの大人が煙から守ってあげましょう。また、受動喫煙はたばこを吸わない人でも病気の原因に。日本では年間1万5,000人が受動喫煙で亡くなっているといわれています。分煙ではたばこの煙を完全に防ぐことができません。受動喫煙を防ぐためにも禁煙しましょう。

● **子どもを受動喫煙から守ろう**
喫煙率が高いのは子育て世代。赤ちゃんや子どもは自分でたばこの煙を防げません。周りの大人が煙から守ってあげましょう。また、受動喫煙はたばこを吸わない人でも病気の原因に。日本では年間1万5,000人が受動喫煙で亡くなっているといわれています。分煙ではたばこの煙を完全に防ぐことができません。受動喫煙を防ぐためにも禁煙しましょう。

● **きれいな空気をありがとう**
屋内禁煙に取り組んでいる飲食店へ感謝状を贈呈。贈呈を受けると、希望店は本市ホームページやフェイスブックで紹介されます。自薦・他薦問わず随時受け付けています。

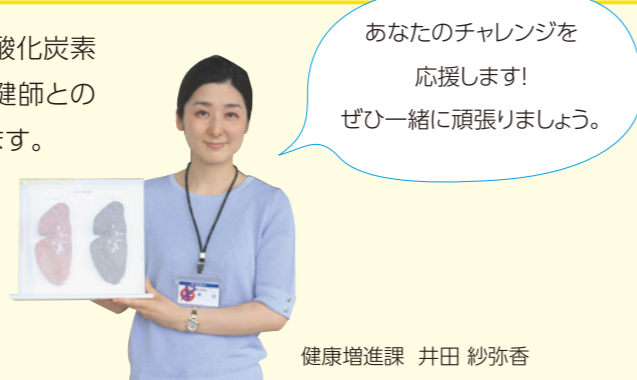
● **やめられないのはニコチン依存症が原因**
禁煙が続かないのは意志が弱いからではなく、ニコチンが原因です。ニコチン依存の程度によって適した禁煙方法があります。気軽に相談してください。



禁煙をサポート

禁煙チャレンジ塾を開催します。呼気一酸化炭素と尿中ニコチン代謝物の濃度を測定。保健師との面接を行い、禁煙開始から3カ月間支援します。

日時=6月12日(水)・13日(木)、9時～16時
会場=前橋保健センター
申し込み=6月5日(水)までに健康増進課 ☎027-220-5784へ



健康増進課 井田 紗弥香

早めの受診を 各種検診無料で受けられます

☎受診シール・がん検診については健康増進課 ☎027-220-5784
☎国保特定健康診査については保健指導室 ☎027-220-5715
☎後期高齢者健康診査については国民健康保険課 ☎027-898-6253



オレンジ色の封筒が届いたら確認を

検診の種類	対象者
健康診査	<ul style="list-style-type: none"> 国保特定健康診査 40～74歳の人 後期高齢者健康診査 後期高齢医療加入者 健康増進健康診査 40歳以上の生活保護受給者など
がん検診	<ul style="list-style-type: none"> 子宮頸がん検診 20歳以上の女性 胸部(結核・肺がん)検診 40歳以上の人 胃がん検診 40歳以上の女性 大腸がん検診 40歳以上の女性 乳がん(甲状腺)検診 50歳以上の男性 前立腺がん検診 本年度中に20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳になる人
その他	<ul style="list-style-type: none"> 成人歯科健康診査 本年度中に40・45・50・55・60・65・70歳になる女性 骨粗鬆症検診 ①40歳の人 ②41歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない人 肝炎ウイルス検診

風しん抗体検査も一緒に受けられます

風しん抗体検査のクーポン券を持っている人は、健康診査と一緒に検査を受けられます。

☎保健予防課 ☎027-220-5779

● **健診で生活習慣の見直しを**
血液検査や尿検査、医師の診察、問診などを行い、自覚症状なく進む

● **がん検診**
がんは日本人の死亡原因第1位。早期発見し、早期治療することで治る確率が高くなります。

● **その他の検診**
肝炎ウイルス、骨粗鬆症、成人歯科の各検診対象者は積極的に受診しましょう。

● **無料の集団検診を行います**
富士見公民館で集団検診を実施。胃がん検診(バリウム)のみ事前申し込みが必要です。

日時=6月25日(火)・26日(水)・27日(木)・28日(金)、9時～10時30分
対象=本年度検診対象者(40歳以上)で未受診の人、先着各70人
用意する物=受診シール
申し込み=5月24日(金)から検診前日までに健康増進課 ☎027・220・5784へ

● **女性がん検診積極的に受診を**
子宮頸がん・乳がん(甲状腺)の集団検診を行います。

日時=7月1日(月)・29日(月)、13時～14時30分
会場=前橋保健センター
対象=本年度検診対象者で未受診の女性。(①子宮頸がん)20歳以上(②乳がん(甲状腺))40歳以上、先着各70人
用意する物=受診シール
その他=7月1日は検診バス乗車中に限り託児ができません
申し込み=①は当日会場へ直接②は5月31日(金)検診前日に健康増進課 ☎027・220・5784へ