

## 世界禁煙デーin米子



### 5月31日は世界禁煙デー みんなでたばこについて考えよう

**とき** 5月31日(日) 13:00~15:00  
**ところ** イオン米子駅前店 1階吹き抜け広場  
**内容**

- **禁煙相談コーナー**  
禁煙指導医のアドバイスが受けられます。必要な方には、ニコチンパッチ3日分を無料処方します。
- **体験コーナー**  
あなたのタバコの影響などを調べます。(ニコチン依存度チェック、呼気中一酸化炭素濃度測定、肺年齢の測定)
- **啓発コーナー**  
禁煙に関するチラシ配布・パネル展示、小中学生の禁煙ポスター・標語展示
- **その他**  
風船やキシリトールガム無料配布など



### 5月31日~6月6日は禁煙週間です

世界保健機構(WHO)は昭和63年に、5月31日を世界禁煙デーと定め、毎年5月31日~6月6日までを「禁煙週間」としています。

たばこは「毒の缶詰」と言われるくらい、ニコチン・タール・カドミウムなどの有害物質が含まれています。有害物質の含有量は、たばこを吸う人が直接吸い込む主流煙より、たばこから立ちのぼる副流煙の方がはるかに多く、たばこの煙は周囲にも影響を与えます。そのため、たばこを吸っている本人の健康だけでなく、受動喫煙によって、たばこを吸わない家族などの健康も害することになります。

このように、たばこの煙は、周囲の人の健康に大きく悪影響を与えます。普段喫煙されている方は、この機会に禁煙をスタートしてみませんか? 鳥取県では、平成23年から、鳥取県禁煙治療費助成事業を開始しました。詳しくは、担当へご相談ください。

### 平成26年度 標語・ポスター <受賞者・受賞作品>

昨年開催された、世界禁煙デーin米子で受賞した作品を紹介します!!

#### 禁煙標語受賞者

- **実行委員長賞**  
禁煙で「幸せだよ」って言える日々  
福米中学校3年 渡邊留奈
- **西部医師会長賞**  
副流煙 気づかず周りを傷付ける  
福米中学校3年 渡邊留奈
- **特別賞**  
吸うごとにほろびる体 もうおそい  
溝口中学校3年 佐々木美月

#### 禁煙ポスター受賞作品

- **実行委員長賞**  
湊山中学校 2年 村上麻穂
- **西部医師会長賞**  
福米中学校 2年 三國花蓮
- **特別賞**  
湊山中学校 3年 川田太耀
- **特別賞**  
湊山中学校 2年 松浦百花

【問い合わせ先】健康対策課 健康増進室 ☎68-5536  
鳥取県禁煙治療費助成事業について 西部総合事務所福祉保健局 ☎31-9319

## 家族介護用品購入費を助成します

在宅で重度の要介護者を介護している家族に対し、介護用品と引き換えのできる引換券を交付します。

**支給額 月額 7,000円(引換券を交付します)**

**引き換えのできる介護用品**  
大人用紙おむつ、尿取りパット、使い捨て介護用手袋、清拭剤、ドライシャンプーなど

**対象者**  
次の条件を全て満たしている方を介護している家族の方  
●要介護認定において要介護4または5と判定された方  
●在宅で介護を受けている方  
●市町村民税が非課税世帯の方

※介護している別居の家族も支給対象者になることができますが、その世帯も市町村民税非課税の場合に限ります。  
※要介護者が介護保険施設に入所または医療機関に入院されている場合は、対象となりません。

【問い合わせ先】健康対策課 生活相談室 ☎68-5535

## 定期予防接種を受けましょう

予防接種法によって対象疾病、対象者及び接種期間などが定められた予防接種を、定期予防接種といいます。  
対象の方は、かかりつけ医と相談しながら接種を受けましょう。

種別	対象者	標準的な接種期間	回数
四種混合 (百日咳・ジフテリア・破傷風・不活化ポリオ)	1期初回:生後3月から生後90月に至るまでの間にある者	生後3月に達した時から生後12月に達するまでの期間	3回
	1期追加:生後3月から生後90月に至るまでの間にある者	1期初回接種(3回)終了後12月から18月までの間隔をおく	1回
二種混合 (ジフテリア・破傷風)	2期:11歳以上13歳未満の者	11歳に達した時から12歳に達するまでの期間	1回
麻しん風しん混合(MR)	1期:生後12月から生後24月に至るまでの間にある者		1回
	2期:5歳以上7歳未満の者であって、小学校就学の始期に達する日の1年前の日から当該始期に達する日の前日までの間にある者		1回
水痘	生後12月から生後36月に至るまでの間にあるもの		2回
日本脳炎※1)	1期初回:生後6月から生後90月に至るまでの間にある者	3歳に達した時から4歳に達するまでの期間	2回
	1期追加:生後6月から生後90月に至るまでの間にある者	4歳に達した時から5歳に達するまでの期間	1回
	2期:9歳以上13歳未満の者	9歳に達した時から10歳に達するまでの期間	1回
BCG	生後1歳に至るまでの間にある者	生後5月に達した時から生後8月に達するまでの期間	1回
ヒブ	生後2月から生後60月に至るまでの間にある者	初回接種開始は生後2月から生後7月までの間追加接種は、初回接種終了後7月から13月までの間隔をおく(接種を開始した月齢によって接種回数が変わります)	初回:3回 追加:1回
小児肺炎球菌	生後2月から生後60月に至るまでの間にある者	初回接種開始は、生後2月から生後7月までの間追加接種は、生後12月から生後15月までの間(接種を開始した月齢によって接種回数が変わります)	初回:3回 追加:1回
子宮頸がん予防※2)	12歳となる日の属する年度の初日から16歳となる日の属する年度の末日までの間にある女子	2価:13歳となる日の属する年度の初日から当該年度の末日までの間 4価:13歳となる日の属する年度の初日から当該年度の末日までの間	3回
高齢者肺炎球菌※3)	①平成27年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる方(年度内年齢) ②60歳以上65歳未満の方で心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方		1回

※1)日本脳炎ワクチンについて  
平成17年の積極的勧奨の差し控えにより、平成7年4月2日から平成19年4月1日に生まれたお子さんで、1期、2期の接種を受けられなかったお子さんは、20歳までの間に、接種を受けることができます。  
※2)現在、子宮頸がんワクチンは積極的勧奨の差し控えをしています。  
※3)今までに1度でも高齢者肺炎球菌ワクチンを接種したことがある方は、定期予防接種の対象とはなりません。

【問い合わせ先】健康対策課 健康増進室 ☎68-5536

## 健康づくり講演会の開催について

### 健康ポイント対象事業

脂質異常症は、脳卒中や心臓病のリスクの一つと言われています。脂質異常症の正しい知識、病気の最新情報についてわかりやすくお伝えします。

**とき** 6月9日(火)10:00~11:15  
**ところ** 岸本保健福祉センター 大会議室  
**内容** 演題 「脂質異常症を正しく知ろう」  
講師 池田 匡氏 (住吉内科眼科クリニック 名誉院長)

【問い合わせ・申込み先】健康対策課 健康増進室 ☎68-5536

## 元気アップ教室 受講生募集

### 健康ポイント対象事業

### ～トレーニングコース～

生活習慣病の予防のために、筋力トレーニング・有酸素運動教室を開催します。

**とき** 5~7月の毎週金曜日 [全10回] 10:30~12:00  
※初回は5月15日(金)  
**ところ** B&G海洋センター トレーニングルーム  
**対象者** 町内在住で20歳以上の方 [注]高血圧や心疾患などの方は、必ず医師に相談してからご参加ください  
**定員** 20名  
**受講料** 2,000円 ※初回教室時に集金します  
**申込期限** 5月8日(金)  
**その他** 申込者多数の場合は、過去2年間の参加回数が少ない方を優先します

【問い合わせ・申込み先】健康対策課 健康増進室 ☎68-5536