



# 清流たより

【5月号】

発行：第112号 平成19年5月 高知県中央西福祉保健所



日	曜日	5月の行事予定
1	火	
2	水	
3	木	憲法記念日
4	金	みどりの日
5	土	こどもの日
6	日	
7	月	犬・猫収集(日高、佐川方面)、不妊相談(13:00~15:30)
8	火	中央西管内・健康づくり婦人会総会(春野町、13:00~)、不妊相談(13:00~15:30) ウイルス肝炎検査、HIV、クラミジア検査(13:00~15:00)、HIVクラミジア夜間検査(17:30~18:30)
9	水	犬・猫収集(土佐、春野)
10	木	
11	金	
12	土	
13	日	
14	月	
15	火	食改・中央西協議会総会(春野町、10:30~) つくしこ相談会、支部食協総会(佐川町商工会館)
16	水	児童問題関係新任職員研修(児童相談所) 犬・猫収集(日高、佐川方面)
17	木	譲渡会
18	金	
19	土	
20	日	
21	月	犬・猫収集(いの方面)
22	火	被爆者健診(佐川町①、9:00~11:00)、ウイルス肝炎検査、HIV、クラミジア検査(13:00~15:00) HIVクラミジア夜間検査(17:30~18:30)、不妊相談(13:00~15:30)、中央西保健福祉行政連絡会議
23	水	犬・猫収集(日高、佐川方面)
24	木	地域看護学実習5/24-5/30、食品衛生責任者講習会(いの町中央公民館) 被爆者健診(佐川町②、9:00~11:00)
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	県食協総会(高知商工会館)
29	火	被爆者健診(高知市①、9:30~11:00)
30	水	高知県食生活改善推進協議会総会(高知市)
31	木	被爆者健診(高知市②、9:30~11:00) 犬・猫収集(土佐、春野)

## 福祉保健所に **topic** 地域支援室が設置されました

はじめまして、4月から着任しました地域支援室の3名です。

管内市町村を1廻りさせていただきましたが、山間地域の高齢化、過疎化の様子や合併後間もない要因も重なり、市町村だけでは解決の難しい課題も伺い地域の支え合いの重要性を改めて実感しております。

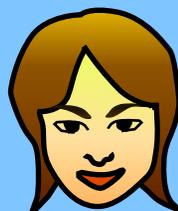
支援室と名が付きましたので、「何をしてくれますか？」という質問を良く受けますが、支援室の設置目的は、地域の課題や特性を踏まえて関係者と連携・協力し合って住民の健康と福祉に関わる仕事の仕組みを再構築していくことにあります。

これまでの仕組みの利点も生かしながら、県と市町村はもとより、社会福祉協議会や民生・児童委員、NPOなど、地で活躍する方々の力を結集するという視点で、地域の実情に即した仕組みづくりに共に取り組んでまいります。

私たちは医療制度改革への対応、介護予防の推進、災害医療体制の整備など、取り組むべき課題は数多くあります。

関係する皆さま方との十分な意思疎通を図りながら、協働の取り組みを進めていきたいと考えていますので、どうかよろしく願いたします。

### 地域支援室の3人です



チーフ;片岡



室長;坂本



主幹;市村

# 5/31は世界禁煙デー

◆WHO（世界保健機関）が定めた日で、2007年で20回目となります。

この日には、次の呼びかけがなされています。

24時間喫煙を控えましょう。喫煙と健康について考えましょう。

◆2006年は、Tobacco : Deadly in any form or disguise（全てのたばこ製品は、例外なく死を招く）、2007年は、100% Smoke-Free Environments（完全禁煙環境を実現しよう）が標語です。

**吸っている人も、吸わない人も、たばこの害をよく知っておきましょう。**

喫煙者はどのくらい危険？

出典：『「たばこ病」 読本』 渡辺文学 著

男：クモ膜下出血1.8

女：クモ膜下出血1.7

男：老人性痴呆1.6

女：老人性痴呆1.7

男：肺がん4.5

女：肺がん2.3

男：動脈瘤2.4

女：動脈瘤4.4

男：喉頭がん32.5

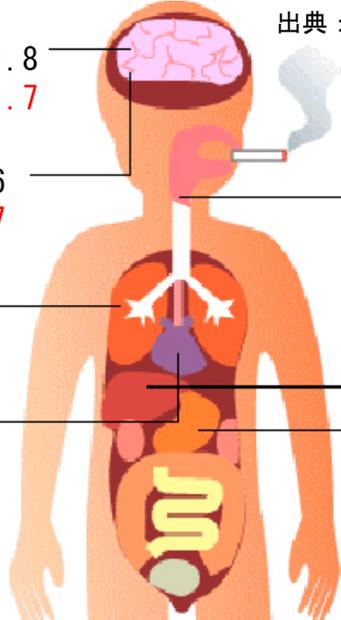
女：喉頭がん3.3

男：肝臓がん3.1

女：肝臓がん2.2

男：潰瘍1.9

女：潰瘍2.5



※非喫煙者を1とした時の喫煙者の各部位がん、及びその他の成人病の相対危険度

## 禁煙を考えたら、まずは始めましょう

◆「分かっているけれど、なかなか止められない・・・」には、ニコチン中毒や精神依存が深く関わっています。禁煙は失敗にめげずに、何度でもチャレンジする心意気で取り組みましょう。

◆平成18年6月1日からニコチンパッチに、保険適用がされています（但し、対象患者及び医療機関の施設基準に条件があります）。

1. ニコチン依存症に係るスクリーニングテスト（TDS）で、ニコチン依存症と診断されたものであること
2. ブリンクマン指数（＝1日の喫煙本数×喫煙年数）が200以上であること
3. 直ちに禁煙することを希望していること
4. 禁煙治療の説明を受け、当該治療を受けることに文書で同意していること

## 喫煙マナーについて考えてみませんか？

◆たばこの有害物質は、漂う煙の方に多く含まれています。

喫煙者が吸う煙と違い、漂う煙はフィルターを通さないため、有害物質がそのまま漂います。

◆喫煙は、たばこを吸わない周りの方の健康も脅かしていることを頭に入れて、周囲への配慮を忘れないよう心がけましょう。

【健康増進法第25条】飲食店など多数の方が利用する施設管理者の、「受動喫煙」防止の努力義務が明記されています。

受動喫煙・・・たばこを吸わない人が、自分の意思に関係なく他人のたばこの煙を吸わされることを言います。

家庭で・・・夫が吸っている場合、妻が吸わなくても、妻が肺がんで亡くなる危険が高くなること  
が、世界10ヵ所以上の研究結果から明らかになっています。  
また、親が吸う家庭では、子供が肺炎や気管支炎などにかかりやすいことがわかっています。

職場で・・・たばこの煙で汚染された職場に長年いると、自分が吸わなくても、呼吸機能が低下することが報告されています。

生活習慣病予防で健康寿命を伸ばしましょう。一に運動、二に食事、しっかり禁煙、最後にクスリ