

喫煙のリスクと向き合いませんか？

市内における特定健診国保受診者の習慣的喫煙率は、男性が22.8%、女性が7.36%です。特に、女性喫煙者が県平均と比較して多い状況にあります。(平成27年度特定健診・特定保健指導に係る健診等データより)

◆喫煙とがんの関係性

喫煙者は非喫煙者と比較して、がんによる死亡率が男性で1.6倍、女性で1.8倍にもなります。

喫煙者と非喫煙者を比較したがんや心筋梗塞など循環器系疾患による死亡率

	男	女
総死亡	1.6倍	1.9倍
がんによる死亡	1.6倍	1.8倍
循環器系疾患の危険性	1.4倍	2.7倍

(厚生労働省研究班のコホート研究より)

◆自分や周りの人の健康のために禁煙・分煙しませんか

受動喫煙が原因となり発症する肺がんや心筋梗塞で、年間約6,800人が死亡していると推計されています。自分の健康のためだけでなく、周りの人のためにも禁煙・分煙マナーを守り、地域の健康を守っていきましょう。(厚生労働省研究班のコホート研究より)



◆禁煙相談と肺年齢測定ができる健康相談を開催中

【禁煙相談】

禁煙の方法、禁煙外来・禁煙について相談できる医療機関の紹介など

【肺年齢測定】

アナタの肺年齢は？実年齢と比較してみよう！

対象 市民（肺年齢測定は20～64歳、血圧の薬を飲んでいない人）

※随時、相談に応じます。事前にご連絡ください。健康づくり課（葦山福祉・保健センター内）



6月4日～10日は「歯と口の衛生週間」

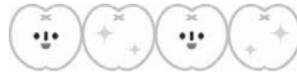
歯とお口の健康はセルフケアとプロケアが大事です。歯磨き&歯周疾患検診で、「目指せ！歯とお口の健口達人」。



【6026コンクール】
対象 昭和31年4月1日～昭和32年3月31日に生まれた人で、自分の歯が26本以上ある人
受診締切 7月31日（日）

歯っぴい健口委員会
マスコット「ハーミー」

歯周疾患検診を受けて、賞状&記念品をもらおう



【8020コンクール】
対象 昭和11年4月1日以前に生まれた人で、自分の歯が20本以上ある人
受診締切 6月30日（木）

応募方法

電話で申し込みください（自薦、他薦は問いません）。申込後、歯科医療機関で診察を受けていただきます。

その他

10月15日（土）に開催するふれあい広場の会場で表彰式を行う予定です。

■がん検診を受けましょう

6月から検診が始まります。

- 受診できる検診は年齢・性別などで異なりますので、送付されてきた「検診ガイド」をよく読んで受診してください。
- 受診時には、「受診票用シール」を必ずご持参ください。
- 既に治療中の人は、その病気検診を受診する必要はありません。
- 自覚症状のある人は、検診を受けずに病院を受診してください。
- 受診は1人につき年度内1回です。
- まだ郵送で「検診ガイド」や「受診票用シール」が届いていない人は、健康づくり課までご連絡ください。



注意事項をよく読んでから受診を

■毎年受ける必要があるの？

- 市および検診機関は、検査精度の向上に努めていますが、病気を100%発見できるものではありません。小さすぎて見つからなかったがんも、翌年に発見できる場合があります。
- 毎年受診している人は、過去のデータと比べることもできるので、より検診の精度が上がります。

■精密検査になった場合

- 要精密の中には、がん以外の病気の場合もありますので、必ず精密検査を受けてください。
- 要精密になっても「毎年、引っかかるから大丈夫」、「本当のがんが見つかったら怖い」、「忙しくてそんな暇がない」などの理由で、精密検査を受けない人がいます。
- 市に精密検査結果票が戻らない場合は、電話で確認させていただきます。

追加検診のお知らせ

■伊豆保健医療センター

とき／【がん検診】6月4日（土）、11日（土）、20日（月）、25日（土）、7月2日（土）

【特定健診】6月4日（土）、25日（土）、7月2日（土）

※事前予約制です。（☎ 0558-76-6820、予約受付時間：月曜日～金曜日 13：00～17：00）

平成7年4月2日～平成21年10月1日生まれの人へ

日本脳炎予防接種を受けましたか？



日本脳炎予防接種は、3歳から1期（計3回）、9歳から2期（1回）の合計4回接種することが可能です。一時期、予防接種副反応の関係で接種中止をしていた時期がありましたが、現在は新しいワクチンで接種が可能です。接種中止期間中に接種対象となっていた人は、特例措置として接種することができます。

平成7年4月2日～ 平成19年4月1日生まれの人	20歳になるまでの間、接種可能
平成19年4月2日～ 平成21年10月1日生まれの人	生後90カ月（7歳6カ月）までの間と9歳以上13歳未満の間に接種可能

お手元の母子手帳などで、日本脳炎予防接種が実施完了しているか確認してください。まだ接種をしていない人で上記生年月日に該当する人は、母子手帳と予防接種予診票を持参し、医療機関で早めに予防接種を実施しましょう。