

# 健康ほつと情報

PART  
1

5月31日は世界禁煙デー／5月31日～6月6日は禁煙週間

1988年に世界保健機関（WHO）が5月31日を「世界禁煙デー」と定め、日本でも1992年から、5月31日～6月6日を「禁煙週間」と定め、喫煙の害や禁煙の重要性に関する知識等の普及啓発を行っています。

## 子どもたちの受動喫煙の機会は「家の中」が最多

※令和4年度第2次湯沢町ファミリー健康プラン実態調査結果から

このような受動喫煙対策では不十分！！

### × 換気扇の下で吸う

たばこの煙は短時間で周囲に広がるため、換気扇では煙を完全に除去することはできません。

### × 空気清浄機のそばで吸う

空気清浄機は、有害ガスを除去できないだけでなく、有害物質（タールなど）も十分に除去できません。

### × 車の窓を開けて吸う

車内での喫煙は高濃度の受動喫煙になり、窓を開けても改善しません。

平成29年度厚労科学「受動喫煙防止等のたばこ対策の推進に関する研究」

たばこは、主流煙（吸い口から喫煙者が吸い込む煙）より副流煙（たばこの先から出る煙）の方が、体に悪影響を与える成分が多くなっています。家庭内における分煙を徹底しましょう。

## 令和6年度 未成年飲酒予防・喫煙防止標語 優秀作品



あぶないよ 命にかかわる そのたばこ 田村いおりさん（湯沢小学校 6年生）



未成年飲酒 ダメ ゼッタイ 上村 駿太さん（湯沢中学校 8年生）

※令和6年度の学年です。

PART  
2

6月4日～6月10日は歯と口の健康週間です

町では、湯沢町歯科保健計画を策定し、「何でもおいしく食べられ、キラリと光る笑顔」をスローガンに掲げて取り組んでいます。

## 歯科健診を受けましょう

歯や口に関する困りごとがなくても、お口のなかの健康状態を確認することが大切です。

1年に1回歯科健診を受けましょう。

下記、対象の方には湯沢町内の歯科医院を無料で受診できる歯科健診受診券を5月中旬に郵送しています。ご利用ください。



|               |                                                                                                                     |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 成人歯科健診        | 歯周病予防のための歯科健診です。令和7年度末に20、30、40、50、60、70歳になる方が対象です。                                                                 |
| 後期高齢者<br>歯科健診 | 口腔機能低下予防のための歯科健診です。<br>令和6年度中に75歳になった方（昭和24年4月2日～昭和25年4月1日生まれ）、<br>令和7年度中に80歳になる方（昭和20年4月2日～昭和21年4月1日生まれ）<br>が対象です。 |
| 妊婦歯科健診        | 妊娠するとむし歯や歯周病になるリスクが高まります。むし歯や歯周病の予防のための<br>歯科健診です。妊娠届を提出した妊婦さんが対象です。                                                |