



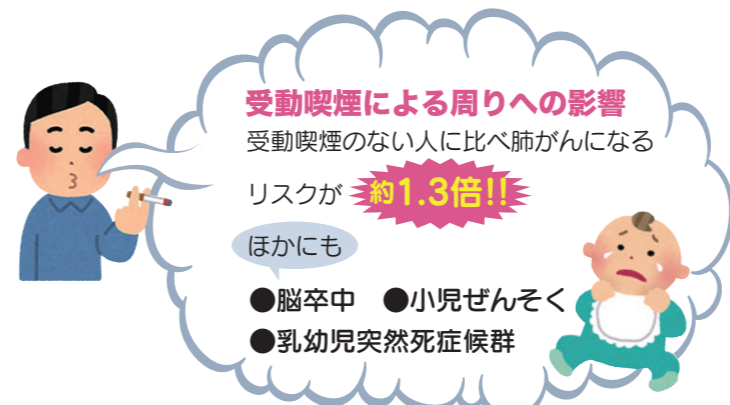
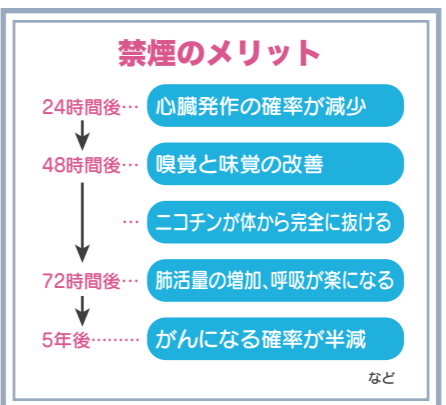
受動喫煙について考えてみませんか

たばこを吸っていない人が、喫煙者から生じた煙を吸い込むことを受動喫煙といいます。たばこの煙に含まれるさまざまな有害物質は、周りが吸い込む副流煙などに多く含まれており、健康に悪影響を与えます。また、海外では受動喫煙の防止対策が進められている国も徐々に増えてきました。この機会に受動喫煙や禁煙について考えてみませんか。

日本の受動喫煙防止対策は世界最低レベル!?

近年は、世界各地で公共の場所の受動喫煙防止対策が求められています。平成20年以降のオリンピック開催地や開催予定地でも罰則を伴う対策が講じられており、現在は罰則規定のない日本でも、受動喫煙に関する検討が行われています。

オリンピック開催地・予定地	規制内容		罰則	
	飲食店・宿泊施設	公共交通機関	禁煙区域の掲示などを怠った施設管理者	禁煙区域内で喫煙した者
北京(中国)	原則建物内禁煙	建物内禁煙	過料	過料
バンクーバー(カナダ)	建物内禁煙	建物内禁煙	過料	過料
ロンドン(イギリス)	建物内禁煙	建物内禁煙	過料	過料
ソチ(ロシア)	建物内禁煙	敷地内禁煙	過料	過料
リオ(ブラジル)	建物内禁煙	建物内禁煙	過料	罰則なし
平昌(韓国)	原則建物内禁煙	原則建物内禁煙	過料	過料
東京(日本)	努力義務	努力義務	罰則なし	罰則なし



医療保険が使える禁煙治療があります!

ニコチン依存症の治療には医療保険が適用され、医師や禁煙支援薬剤師が親切に相談に応じます。詳しい医療機関については、市ホームページをご覧ください。



5月31日は世界保健機構(WHO)が制定した「世界禁煙デー」、5月31日~6月6日は「禁煙週間」です。

目指せ! いつまでも健康な体づくり!!

宮崎いきいき健康体操の内容を盛り込んだ健康運動教室を開催します。運動前には看護師による健康チェックもあり、安心して運動できます。開催期間は4月~8月で、全15回実施します。

①	会場	日程	時間
①	青少年プラザ体育館	4/11~7/18の火曜	9:30~11:30
②	赤江老人福祉センター	4/11~7/18の火曜	
③	北部記念体育館	4/12~7/26の水曜	
④	清武体育館	4/12~7/26の水曜	
⑤	南部老人福祉センター	4/13~7/27の木曜	
⑥	高岡福祉保健センター「穆園館」	4/13~8/17の木曜(5/11,7/13,8/3は除く)	13:00~15:00
⑦	佐土原体育館	4/14~7/28の金曜	
⑧	田野総合福祉館「ふれあいセンター」	4/13~7/27の木曜	

※祝日など実施しない日があります。駐車場に限りがありますので、公共交通機関の利用、乗り合わせの協力をお願いします。

- 対象/ おおむね65歳以上の人
- 料金/ 無料
- 持参するもの/ 運動しやすい服装、タオル、飲み物、上履き(③④⑥⑦のみ)、保険証など本人確認ができるもの(②⑤のみ)
- [問] 長寿支援課 ☎21-1773、FAX 31-6337

手話講座参加者を募集します

手話の学習経験がない人などを対象に、初心者向けの手話講座を行います。

会場	日程	時間	定員
市総合福祉保健センター	5/16~3/13の火曜	19:00~21:00	70人
清武総合福祉センター	5/18~3/15の木曜	19:00~21:00	25人
県立聴覚障害者センター	5/18~3/15の木曜	13:30~15:30	30人

- 対象/ 市内在住または在勤で高校生以上の人
- 料金/ 5,754円(テキスト代含む)
- 申し込み/ 往復はがきで、住所、氏名、電話番号、希望する会場を書いて、4月25日(火・当日消印有効)までに宮崎県聴覚障害者協会(〒880-0051、江平西2-1-20)へ。
- [問] 障がい福祉課(☎21-1772、FAX21-1776)または宮崎県聴覚障害者協会(☎35-5080、FAX35-5081)

高齢者等肺炎球菌予防接種を受けましょう

この予防接種は、肺炎球菌に感染して発症する肺炎を予防する効果があります。肺炎予防のために、早めの接種と体調管理に努めましょう。

- 期間/ 4月1日(土)~平成30年3月31日(土)
- 場所/ 実施医療機関
- 料金/ 2,000円(生活保護受給者は無料)
- 対象/ 次の①または②で、過去に接種を受けたことがない人
- ①今年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の誕生日を迎える人
- ②60歳以上65歳未満で、一定の条件を満たす身体障がい者手帳1級の人
- 持参するもの/ 保険証など年齢が確認できるもの
- 申し込み/ 直接、実施医療機関に予約してください。
- [問] 健康支援課 ☎29-5286、FAX29-5208

献血のご協力をお願いします

現在、全国で1日約3,000人もの患者が輸血を必要としています。血液の使用期限はとても短いうえ、一度献血をした人は、次の献血までに一定期間を空けなければいけません。多くの皆さんの継続的なご協力をお願いします。

- [問] 福祉総務課(☎21-1754、FAX20-3215)または宮崎県赤十字血液センター(☎50-1800、FAX50-1818)

## 医療法人社団晴緑会 宮崎医療センター病院

〒880-0003宮崎市高松町2番16号 ☎0985-26-2170(総務課直通)

【HP】<http://www.jojinkai.com/miyazaki/>

高校生・看護学生の皆さんへ 広告

### 看護奨学生募集(随時受付中)

受給金額 月額6万円

貴方の夢と意欲を支援致します!

看護養成校に在学中の方。看護養成校を目指している高校生やその保護者の方。

(応募) お電話またはホームページ内「採用情報」をご覧ください。

### 相談窓口

こころの悩み	こころのダイヤル [問] 宮崎自殺防止センター ☎77-9090 【相談日時】月・水・金・日曜 20:00~23:00 ライフネット宮崎 ☎28-2555 【相談日時】火・木・土曜 19:00~23:00
人間関係	流産、死産、病气などで子どもを亡くされた人の相談(グリーフケアはあと) [問] 当事者の会 ☎080-8589-3216 【相談日時】月~金曜 9:00~17:00 メンタルサポートスローステップ ☎080-8589-3215 【相談日時】木曜 9:30~15:30
虐待など	臨床心理士による生き方・こころの相談(要予約) 【相談日時】5/11(木)14:00~16:00 弁護士による法律相談(要予約) 【相談日時】5/17(水)14:00~16:30 [問] 宮崎市男女共同参画センター ☎25-2057(9:00~16:30は、男女共同参画の相談も受け付けます)

【相談日時】月~金曜 8:30~17:15(祝・休日、年末年始を除く)  
[問] 児童虐待の相談...子育て支援課 家庭児童相談室 ☎21-1766  
高齢者虐待の相談...長寿支援課(☎21-1773)または各地域包括支援センター  
障がい者虐待の相談...障がい福祉課(☎21-1772)または市障がい者総合サポートセンター(☎63-2688)

市では、左記の相談以外にも、弁護士による法律相談などさまざまな相談を受け付けています。詳しくは市ホームページからも確認できます。

※この欄は、広告です。掲載されている広告の内容などの問い合わせは、直接広告主へお願いします。