



保健だより

このページに関するお問い合わせはこちら

健康みらい課 ☎0175-73-7733

5月31日は「禁煙デー」、5月31日～6月6日は「禁煙週間」です！

喫煙は「予防可能な最大の死亡原因」と言われています。喫煙関連での病気の発症・それにより亡くなってしまう方も多い現状があります。

特に喫煙者は非喫煙者に比べて、男性では4.5倍、女性では2.3倍、肺がんで死亡するリスクが高いと言われています。また男性の場合、咽頭がんで亡くなるリスクが32.5倍という結果も出ています。他にも、食道がん・膀胱がん等**いろいろながんになりやすい**と言われています。

また、呼吸器がおかされることで、慢性閉塞性肺疾患・慢性気管支炎・肺気腫・肺炎・肺結核などにかかりやすくなることが知られています。

加えて、**動脈硬化を促進**してしまうため、虚血性心疾患、脳梗塞などの重大な病気にかかりやすくなります。また、**胃・十二指腸潰瘍、歯周病になりやすく、妊娠中に喫煙すると早産・新生児死亡などのリスクが高まってしまう**ます。

注意したいのは、喫煙者だけでなく、**非喫煙者への害**です。自分の意思とは関係なく、タバコの煙を吸わされてしまうことを「受動喫煙」と言います。

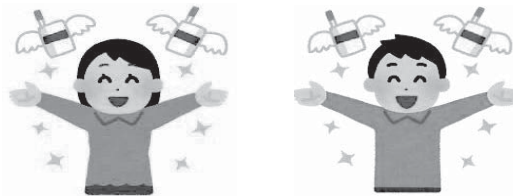
短時間の受動喫煙でも、頭痛・頻脈・皮膚温低下・血圧上昇等がおき、**がんや心筋梗塞、脳卒中等の病気のリスクも高まります**。

「別室で吸う」「換気する」「空気清浄機」などの「分煙」が受動喫煙を減らせないことが客観的指標を用いた研究で分かっています。また空調で室内のタバコ煙濃度を安全レベルにまで減らすことは不可能です。完全禁煙にすることが、非喫煙者の健康を守るために必要となります。

自分と周囲の人の健康を守るためにも、「禁煙」に取り組んでみませんか？

《禁煙で得られるメリット》

- ・受動喫煙を防ぐことが出来る。
- ・血圧と脈拍が正常値まで下がる。
- ・嗅覚や味覚が改善する。
- ・肺機能が改善する。
- ・様々な病気にかかりにくくなる。等



令和6年度 総合健康相談・測定会のお知らせ

ご自身・ご家族のこと、お気軽にご相談下さい。**測定会は事前に予約が必要**ですが、相談会は予約不要です。

5月15日(水)	相談会 13時半～15時	10月10日(木) 11月19日(火)	相談会 13時半～15時
6月7日(金)	測定会 10時～12時	12月17日(火)	測定会 10時～12時
7月9日(火)	相談会 13時半～15時	1月21日(火) 2月18日(火)	相談会 10時～12時
8月20日(火)	測定会 10時～12時	3月11日(火)	測定会 17時～18時半



消 防 署 通 信

火事と救急・救助は119番



火事・救急・救助は横浜消防署加入電話に通報より断然 **119通報が早い!**

◎令和6年度危険物取扱者試験・消防設備士試験実施日程◎

期別	種類	試験日	試験地	願書受付期間		
				電子申請	書面申請	
危険物 (前期)	甲種 乙種 丙種	6月 8日(土)	八戸市	5月 1日(水) ~ 5月13日(月)		
		6月 9日(日)	青森市			
		6月15日(土)	むつ市			
		6月16日(日)	青森市・八戸市			
		6月22日(土)	弘前市・十和田市			
		6月23日(日)	五所川原市			
		8月31日(土)	弘前市・八戸市			7月12日(金) ~ 7月22日(月)
		9月 1日(日)	青森市			
設備士 (前期)	甲種 乙種	7月 6日(土)	青森市・八戸市	5月24日(金) ~ 6月 3日(月)		
		7月13日(土)	弘前市・東北町			

受験願書等必要な方は、横浜消防署までお問い合わせください。

※危険物取扱者試験（後期）11月～ 願書受付9月中旬～
消防設備士試験（後期）10月～ 願書受付8月中旬～



※後期試験も実施されます。試験の問い合わせ、受験願書等は横浜消防署にあります。
必要な方はお申し出下さい。

横浜消防署 ☎0175-78-2119

※日程や会場については変更となる場合があります。



住民のまど

◎お誕生おめでとうございます

鶴ヶ崎 洋 (男・3/8) 尚 (二号新丁)

◎おくやみ申し上げます

- 釜澤 正人 (80) 一号新丁
- 鈴木 彌 (89) 一号新丁
- 新渡 ミヤ (85) 三保野
- 杉山 俊治 (70) 旭町
- 大澤 明男 (60) 向平
- 大関 顯 (82) 二号有畑
- 川崎 タキ (91) 中吹越

『住民のまど』の掲載について

婚姻、出生に関して、広報への掲載を希望される方は役場町民課へお申し出下さい。

おくやみ欄については、町民課窓口へ届出される際に、掲載の可否を確認しております。

また、休日届出等の場合は事前に役場へ連絡をお願いします。

農業委員会定例総会のお知らせ

定例総会では、農地法に基づく審議、及びその他の法令に基づく審議がされます。次の定例総会の日程は以下のとおりです。

◇定例総会日時 6月10日(月) 13時30分～
(・申請の締切日 5月22日(水))

※毎月農業者年金の相談受付を行っています。



駐在所 通信

横浜駐在所
☎78-2110

～交通事故に注意～

横浜町内は国道が南北に通る、途中に緩い坂やカーブが多く見受けられます。

去年の6月、その国道上で、長い直線を過ぎた下り坂のカーブで車同士の正面衝突事故が発生し、1名が亡くなっています。

ドライバーの皆さんは

- ・早めの外出、余裕のある行動
- ・速度、標識を守る
- ・適度に休憩を取る

ことを心がけ、事故防止に努めてください。



～野焼きは、原則禁止行為です～

野焼きは、法律違反！！

例) ナガイモのネットやビニールなどを焼却する行為は、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により、禁止されています。

例外として、落ち葉焚火やキャンプファイヤー等、軽微なものは焼却可能ですが、「近所で燃やしているから煙たい」「洗濯物に臭いがつく、迷惑だ」「道路に煙が流れて危険だ」「煙のせいで具合が悪い」等様々な苦情が寄せられています。



よりよい環境で暮らすため、地域の皆様はどうか法律を守り、焼却場へ持ち込み処分するなど、ご協力をお願いします。

～自転車安全利用五則～

1. 自転車は、車道が原則、歩道は例外
2. 車道は左側を通行
3. 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
4. 安全ルールを守る
5. ヘルメットを着用



令和6年3月末の人身事故・物損事故発生状況

区分	令和6年						令和5年			前年比		
	3月中(単月)			3月末(累計)			3月末(累計)			発生	死者	傷者
	発生	死者	傷者	発生	死者	傷者	発生	死者	傷者			
人身事故	1	0	2	4	0	5	4	0	5	±0	±0	±0
物損事故	9			30			26			+4		

毎月1日は「県民交通安全の日」・15日は「高齢者交通安全の日」

只今会員募集中
問い合わせ先

せせらぎ旬会事務局
北館英輝 ☎090-17071-3528

せせらぎ旬会

馬鹿と云う言葉のからき方寓節
裏庭の一つ一つの木の根開く
クローバー微笑む吾子のテイアラかな
クローバー四葉編み込み頭のせ
窓越しの産着まどった辛夷花
花辛夷山の峰筋眺めやる
岩木嶺をやさしくつつむ春の雪

(作者) (宝菁) (北館) (紫雲英) (景華) (百合子) (双魚) (たか女)