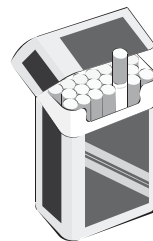


5月31日は世界禁煙デー



昨年10月からたばこの値上げも実施され、禁煙を試みた方も多いのではないのでしょうか。
5月31日は世界禁煙デー。この機会に改めて喫煙の健康への害や禁煙したいという意志を持っている方へのサポートをご紹介します。

たくさん
あります！

たばこが及ぼす体への害

がん

肺がん、喉頭がん、
口腔がん、食道がん、
膵臓がん、肝臓がん、
膀胱がん、子宮頸がん
など

循環器

動脈硬化、高血圧、脳卒中
心筋梗塞、狭心症 など

呼吸器

気管支炎、肺気腫
慢性閉塞性肺疾患

胃腸の病気

胃潰瘍、
十二指腸潰瘍

その他

皮膚の老化、しみ、しわ、
脱毛、歯周病、口臭



自分と大切な人の健康を守りましょう

「たばこをやめたい」と思ったら

たばこをやめられないのは、あなたの意志の弱さではなく、ニコチンの持つ強い依存性が原因です。このような喫煙習慣は「ニコチン依存症」といわれ、治療が必要な病気とされています。2006年から健康保険等を使って禁煙治療が受けられるようになってきました（※保険適用となるためには一定の条件が必要です）。高知県内にも禁煙治療に保険が使える医療機関はたくさんあります。いろいろ試しても禁煙が長続きしないときには、専門家のサポートを受けるのもよいでしょう。

《いの町周辺で禁煙治療に保険が使える医療機関》

（高知県ホームページ参照 一部抜粋）

医療機関名称	所在地	電話番号
とんぼクリニック	いの町205	☎ 879-0222
近森病院	高知市大川筋 1-1-16	☎ 822-5231
寺尾内科クリニック	高知市はりまや町 1-5-33土電ビル 4 F	☎ 884-8880
松岡クリニック	高知市横内454	☎ 844-7117
国立高知病院	高知市朝倉西町 1-2-25	☎ 844-3111
おがわハートクリニック	高知市神田840-1	☎ 805-0810
高知赤十字病院	高知市新本町 2-13-51	☎ 822-1201
うぐるす内科・循環器科クリニック	高知市鶴来栄11-38-10 あさくらメディカルビル 2 F	☎ 840-4976

※医療機関で保険適用となるには、一定の条件が必要です。

問い合わせ：ほけん福祉課（すこやかセンター伊野内） ☎ 893-3811

高齢者の日常生活圏域ニーズ調査について

65歳以上の介護保険被保険者を対象としたニーズ調査を4月に行いました。提出いただいた方にはお忙しい中ご協力いただきありがとうございました。調査は集計・分析し、今後の施策等に反映させてまいります。なお、まだご記入がお済みでない場合は、お手数ですが回答いただき、早めに投函くださいますようお願いいたします。

問い合わせ ほけん福祉課（すこやかセンター伊野内） ☎ 893-3810

お願い