

# 5月31日は世界禁煙デーです

## ＣＯＰＤという病気をご存知ですか？

風邪でもないのにせきやたんがつつく、呼吸するときゼイゼイする、坂を上ると息切れする…これらはＣＯＰＤの症状かもしれません。

肺は小さなゴム風船の集まりのようなもので、膨らんだり縮んだりして、空気を出し入れしています。

喫煙によるＣＯＰＤ、この風船が壊れ、だんだんと酸素を交換しにくくなります。これがＣＯＰＤ（慢性閉塞性肺疾患）です。

病気が進むと、座っていても息切れがひどくなり、日常生活に大きく支障をきたします。

ＣＯＰＤを進行させないためにはまず禁煙が必要です。

《禁煙したいと思うけど、自力ではなかなか続かない…》

ニコチンパッチ等の禁煙補助剤や、禁煙治療で比較的楽に禁煙できるといわれています。

現在は禁煙治療に健康保険を使えます。医療機関で禁煙治療を受ける費用は、1日1箱のタバコ代より安くなります。

「タバコのない環境」を目指して、WHO（世界保健機関）が定めた日です。日本では世界禁煙デーから1週間を禁煙週間とし、各地で禁煙に関する啓発活動が行われています。世界禁煙デーを禁煙記念日としてみませんか。



ニコチンパッチ（貼り薬）  
12,820円  
または  
バレニクリン（のみ薬）  
19,050円  
VS  
タバコ代  
33,600円  
(いずれも3か月分の費用)  
出典：禁煙治療のための標準手順書第5版

### 世界禁煙デーとは

「タバコのない環境」を目指して、WHO（世界保健機関）が定めた日です。日本では世界禁煙デーから1週間を禁煙週間とし、各地で禁煙に関する啓発活動が行われています。世界禁煙デーを禁煙記念日としてみませんか。



マナーを守って！  
市立小学校・中学校の敷地内は禁煙です。

社会体育などで学校施設を使用する際も、敷地内禁煙です。受動喫煙から子どもたちの健康を守るため、学校や通学路などでの喫煙をひかえるなどの心配りをお願いします。

## 予防接種のお知らせ

- ① 先天性風しん症候群緊急対策  
生まれてくる赤ちゃんを守るために、予防接種等の費用を助成します。
- 助成対象  
佐賀市に住民票のある人で、今までに風しんにかかったことがなく、かつ麻しん風しん(MR)ワクチン(または風しんワクチン)を接種したことがない人のうち、①妊娠を希望する女性、または②風しんの抗体価が低い妊婦と同一世帯の人
- 助成内容  
風しん抗体検査(風しんの接種歴、既往歴が不明な人で抗体検査を受けたことがない人、MRワクチン(または風しんワクチン)接種  
1人1回 無料
- 助成(接種)期間  
平成29年3月末まで(予定)
- 実施医療機関  
県内の実施医療機関(事前申請の際に名簿をお渡しします)
- 助成手続  
接種する前に、健康づくり課または各支所保健福祉課に申請してください。
- 申請に必要なもの  
本人確認ができるもの(健康保険証または運転免許証等)、認め印、抗体価の低い妊婦と同一世帯の人は母子健康手帳と妊婦の風しん抗体価がわかるもの

- ② 麻しん風しん(MR)予防接種  
1歳から2歳に至るまでと、小学校就学前の1年間(年長児)は、定期接種として無料で接種できます。早めに接種しましょう。
- ③ 三種混合(ジフテリア・破傷風・百日せき)予防接種  
今後、三種混合ワクチン(DPT)の製造販売が中止となるため、三種混合ワクチンの接種(1期追加まで)がまだ済んでいない人は、早めにかかりつけ医に相談しましょう。
- ④ 日本脳炎予防接種  
3歳になったら接種をはじめましょう。(3歳になる年度に個別に通知します)

### 〈特例措置について〉

平成7年4月2日から平成19年4月1日生まれの人で4回の接種が終っていない人は、2歳未満まで、定期接種として無料で接種できます。

詳しくは、お問い合わせください。

◎問い合わせ  
健康づくり課 母子保健係  
(ほほえみ館2階)  
☎40・7282  
FAX 30・0115

## 「なんなかへん」さんなときはおたっしや本舗に連絡ください

### 〈ご連絡例〉

- 他界された夫を捜して夜中にウロウロしている。
- 家の中から戸を叩き、「あけ」と声が聞こえる。
- 子どもから受ける罵声が聞こえる。(虐待?)
- 毎日夕食を配達しているが、食べられていない。(倒れている?)
- 1日に何回も受診される。(認知症?)
- 暗証番号を忘れたと朝から何回もお金をおろしにくる(認知症?)
- 散髪している間に同じ話を何度もする。(認知症?)
- 訪問したらかなり体力が落ち、買い物にもいけなくなっている。

皆さんの優しいまなざしとおたっしや本舗へのご連絡が、高齢者の皆さんを救います。今後とも、高齢者の人々への見守りをよろしくお願いします。



## 佐賀市内おたっしや本舗一覧 (佐賀地域包括支援センター)

お近くの「おたっしや本舗」をご確認ください。何でもお気軽にご相談ください。

No	名称	担当地区	住所	電話
1	おたっしや本舗 佐賀	勸興・神野	佐賀市本庁舎内	40-7284
2	おたっしや本舗 城南	赤松・北川副	佐賀市南佐賀一丁目13-5	41-5770
3	おたっしや本舗 昭栄	日新・嘉瀬・新栄	佐賀市嘉瀬町大字扇町2418-1	41-7500
4	おたっしや本舗 城東	循誘・巨勢・兵庫	佐賀市兵庫町大字淵1903-1	33-5294
5	おたっしや本舗 城西	西与賀・本庄	佐賀市本庄町大字本庄289-3	41-8323
6	おたっしや本舗 城北	高木瀬・若楠	佐賀市若楠2丁目1-27	20-6539
7	おたっしや本舗 金泉	金立・久保泉	佐賀市金立町大字千布4088-1	71-8100
8	おたっしや本舗 鍋島	鍋島・開成	佐賀市鍋島3丁目3-20 鍋島シエストビル2階	97-9040
9	おたっしや本舗 諸富・蓮池	諸富町・蓮池	佐賀市諸富支所内	47-5164
10	おたっしや本舗 大和	大和町	佐賀市大和支所内	51-2411
11	おたっしや本舗 富士	富士町	佐賀市富士支所内	58-2810
12	おたっしや本舗 三瀬	三瀬村	佐賀市三瀬保健センター内	56-2417
13	おたっしや本舗 川副	川副町	佐賀市川副支所内	97-9034
14	おたっしや本舗 東与賀	東与賀町	佐賀市東与賀支所内	45-3238
15	おたっしや本舗 久保田	久保田町	佐賀市久保田保健センター内	51-3993

◎問い合わせ  
教育総務課 教育政策係  
(大財別館3階)  
☎40・7352  
FAX 40・7394

◎問い合わせ  
本庁 高齢福祉課  
地域包括支援係  
☎40・7284  
FAX 40・7393

### ■ 協力機関・団体

18機関(警察や消防署、自治会、民生委員会など)

### ■ 協力事業所等

78事業所  
(平成26年3月末現在)

### おたっしや見守りネット

状況報告(2月末現在)  
「高齢になっても、住み慣れた町で暮らせるよう高齢者をみんで優しく見守ろう」という目的で、平成24年10月1日にスタートしたのが「おたっしや見守りネット」です。

連絡件数 355件  
(平成25年4月)  
(平成26年2月末)

## 地域共生ステーションの開設経費の一部を助成します

住み慣れた地域の中で、高齢者、障がい者、児童等が集い、安心して暮らせるように、介護や子育てなど多様なサービスを提供する場の創出が推進されています。

佐賀市では、こうした福祉サービスを充実させるための拠点の一つとして、地域共生ステーション(宅老所、ぬくもいホーム)を位置付け、その開設に必要な経費の一部を助成します。

平成26年度の助成は宅老所、ぬくもいホームいずれか1カ所の予定です。助成を希望する事業者はご応募ください。



- 申込書の配布期間  
5月15日(木)～30日(金)
- 提出期間  
6月2日(月)～30日(月)
- 助成対象  
市内の未整備小学校区に地域共生ステーションを整備する公益的な団体など(対象となる未整備小学校区についてはお問い合わせください)
- 助成率  
開設に要した額の3分の2以内(ただし、助成限度額は、宅老所400万円、ぬくもいホーム500万円)

※他にも地域共生ステーションの防災対策整備費の一部を助成する制度があります。



◎申し込み問い合わせ  
本庁 高齢福祉課  
長寿推進係  
☎40・7253  
FAX 40・7393