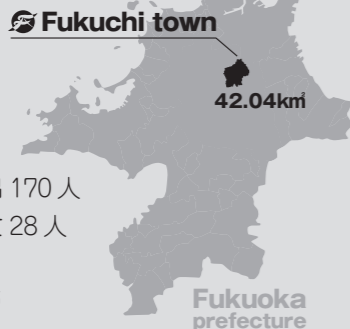


Population

人のうごき (福智町の人口)

- 人口 24,121人  
前月比-102人  
前年比-199人
- 男性 11,432人
- 女性 12,689人
- 転入 83人・転出 170人
- 出生 13人・死亡 28人
- 世帯 11,217世帯  
前月比+13世帯  
前年比+43世帯
- ※平成27年3月末現在(住民基本台帳人口)



お亡くなりになったみなさんのご冥福を、心よりお祈り申し上げます。福智町長・福智町議会議長  
― 弔電はひかえさせていただきます ―

Tax

おさめて安心(税の納期限)

- 軽自動車税[全期] 6月1日 円 が納期限です
- 固定資産税[1期] 6月1日 円 が納期限です

Event

チクホー net (近隣の催し)

【糸田町】糸田祇園山笠  
5月9日 日・10日 日 両日とも夕方～夜  
(農協糸田支所横 フェスティバルパーク)  
300年以上の歴史を持つ糸田町の無形文化財「糸田祇園山笠」は、高さ約9m・重さ約2トンの昇き山笠の祭りです。威勢の良い掛け声と、小気味よい鉦と太鼓のリズムに合わせて町内を練り歩く姿は、まさに壮観の一言。糸田を代表する祭りにぜひお越しください。  
☎ 糸田町役場産業経済課 ☎ 26-4025

【川崎町】かわさきパン博 2015  
5月24日 日 10時～16時  
(川崎町民会館・中央体育館)  
県内外から約70店舗のパン屋さんやパンの「おとも」が集まります。ワークショップやトークイベント、スタンプラリーなど楽しいイベントが盛りだくさん。当日は町内観光スポットを巡るバスも運行予定です。一日ぐるっとおいしい時間をぜひ川崎町でお過ごしください。



☎ 川崎町観光協会 ☎ 73-3838

Medical health  
保健の掲示板

5月16日から6月15日までの保健事業日程

- 5月20日 日【7～8か月児健診】  
7～8か月児を対象(個人通知します)  
[会場]コスモス保健センター [受付]13:00～14:00
- 5月20日 日【乳幼児相談】  
2か月児、身体計測や育児相談などの希望者を対象  
[会場]コスモス保健センター [受付]14:30～15:00
- 5月22日 火【健康相談】  
健診結果や介護など相談希望者を対象  
[会場]コスモス保健センター [受付]13:30～15:30
- 6月3日 木【4～5か月児健診】  
4～5か月児を対象(個人通知します)  
[会場]コスモス保健センター [受付]13:00～14:00
- 6月3日 木【乳幼児相談】  
2か月児、身体計測や育児相談などの希望者を対象  
[会場]コスモス保健センター [受付]14:30～15:00
- 6月5日 土【健康相談】  
健診結果や介護など相談希望者を対象  
[会場]コスモス保健センター [受付]13:30～15:30
- 6月10日 木【1歳6か月児健診】  
1歳6か月～1歳7か月児を対象(個人通知します)  
[会場]コスモス保健センター [受付]13:00～14:00
- ※金田・方城地区での健康相談をご希望の場合は、コスモス保健センターまでお気軽にお問い合わせください。各保健センターなどでご希望に応じて実施いたします。(予約制)
- ☎ コスモス保健センター ☎ 28-9500

Medical check up

【金田保健センター・コスモス保健センターでの健診】

本年度の健診を受付中!!

問診や診察、身体測定、腹囲測定、血圧、血液検査、尿検査などの基本的な項目は、加入している健康保険の種類によって受診場所や申し込み先がそれぞれ異なります。  
※詳細は広報4月号に掲載していますのでご覧ください。

- 日程: 金田保健センター 6月19日 日・20日 日
- コスモス保健センター 6月21日 日～24日 木
- 郵送での申込受付期間: 5月9日 日 まで
- 電話での申込受付期間: 5月11日 日～6月5日 日
- ☎ コスモス保健センター ☎ 28-9500



タバコとおくちの健康

成人の約80%がかかっていると言われる「歯周病」。糖尿病などの生活習慣病と並んで、2大危険因子と言われる発症原因が「喫煙」です。歯周病は口の中だけの病気と考えがちですが、炎症が続くと歯周病菌や菌の出す毒素が体内をめぐり、全身疾患を引き起こす危険性があります。



タバコをやめると...

禁煙の3大メリットをご紹介します

1. 体の中からきれいに!

禁煙すると歯周病の発症や悪化の危険性が確実に低下し、歯科での治療効果もUP。歯周病以外の生活習慣病の発症の危険性も減少します。

禁煙期間	効果
20分	血圧や脈拍が正常に
8時間	血液中の酸素が正常に
24時間	心臓発作の確率が下がる
2・3週	肺活量が増える
1年	心筋梗塞や狭心症など心臓の病気のリスクが半減
5年	肺がんの確率が半減
10年	脳卒中や他のがんのリスクが吸わない人と同レベルに

2. エステよりも美容に効果的

血流を悪くしビタミンCも破壊するタバコは、お肌のしみやしわ、たるみの原因。年齢を重ねるにつれ喫煙者との差は歴然となり、実年齢よりも老けて見えてしまいます。お肌の調子が悪いという人は、禁煙すると高価なエステや化粧品よりも効果的です。

3. 海外旅行も夢じゃない!

1日1箱 450円のタバコをやめると...  
1か月で...13,500円(外食など)  
1年で...162,000円(家族旅行など)  
5年で...810,000円(海外旅行など)

禁煙に「今さら」はありません。やめた直後から禁煙の効果が見え始めます。それでもあなたは吸い続けますか?

歯周病と密接な関係の「タバコ」

タバコの煙には数千もの化学物質が含まれ、そのうち約200種類が有害物質です。そんなタバコの煙が最初に通過するおくちはタバコの害を受けやすい器官。タバコを吸う人だけでなく、近くにいる人のおくちの健康にも悪影響を及ぼします。

肉が炎症を起こしても、タバコの煙に含まれる有害物質によって症状が隠され、本人が気付かないうちに歯周病が重症化する可能性があります。また、タバコの成分で血管が収縮し、血流の低下や酸素不足が起こり、歯周病に対する免疫力が低下します。さらに「ヤニ」として歯の表面にこびりつくと、ざらざらした歯垢となっておくちの中に残り、そこからいつまでも歯周病菌が体内に染み出し続けて、他の疾患を引き起こしてしまう危険性があります。

歯周病と関係が深い主な疾患

疾患名	歯周病との関連
糖尿病	糖尿病の人は歯周病のリスクが高く、また歯周病による炎症でインスリンの機能が低下し、糖尿病を悪化させる場合があります。
冠動脈心疾患	動脈硬化の進行や、歯周病菌が心臓に運ばれ細菌性心内膜炎の原因になる場合があります。
誤嚥性肺炎	飲食物を飲み込む際、誤って食道ではなく気管から肺に入ってしまうと、歯周病菌も肺に入り込み肺炎を起こす場合があります。

あなたの禁煙、サポートします!

「自力だとしても…」という人におすすめなのが、薬局の薬剤師に相談してニコチンガムやニコチンパッチなどの「禁煙補助薬を利用」する方法と、医師と相談しながら禁煙を目指す「禁煙外来に通院」するという方法です。あなたのため、家族のためにも、今日から「禁煙」を始めてみませんか? ☎ コスモス保健センター ☎ 28-9500

- 町内で禁煙外来がある医療機関
- 医療法人 たくまクリニック ☎ 22-7770
- 福智町立 コスモス診療所 ☎ 28-2083
- 福智町立 方城診療所 ☎ 22-0242

※「禁煙外来」の希望者は、事前に医療機関へ診療日や予約の有無などお問合せください。  
※かかりつけの医療機関がある場合は、主治医へご相談ください。