



Topic

- 02 プレミアム付商品券
- 09 エコドライブチャレンジ 参加者募集
- 14 祝成人式
- 28 二十歳の決意

人口と世帯数

5月1日現在

人口	23,323 人
男	11,407 人
女	11,916 人
世帯数	7,631 世帯

ここから始まる
大人の一步!

プレミアム付商品券

問合せ先／町商工観光課 ☎(52)2019

10月1日に予定されている消費税率の引上げに伴う影響緩和の対策として、下記の方を**対象**に、**プレミアム付商品券事業**が実施されます。

1. 商品券を購入できる対象者

①平成31年度分の住民税が課税されていない方

※住民税課税者と生計同一の配偶者・扶養親族、生活保護を受けられている方等は対象となりません。

②平成28年4月2日から令和元年9月30日までに生まれた子のいる世帯

2. 事業概要

(1) 商品券購入限度額

券面額 25,000円（販売額 20,000円）

※お1人様1冊500円券×10枚綴りの5,000円券を4,000円で販売し、5冊まで購入可能となります。

(2) 商品券の販売期間

令和元年10月1日から令和2年2月末日まで

(3) 商品券の販売場所

郵便局（必ずお住まいの地区の郵便局にて購入することとなります。）

(4) 商品券の使用可能期間

令和元年10月1日から令和2年3月31日まで

(5) 申請について

①平成31年度分の住民税が課税されていない方

・平成31年1月1日時点で高島町に住民票がある方で、対象となる方には7月上旬に「プレミアム付商品券購入引換券交付申請書」を返信用封筒を同封のうえ送付いたします。希望する方は10月までに申請を行ってください。（希望する方の申請は必須です。）※未・無申告の方（扶養親族等を受けている方は除く）については、申請書が送付されません。対象となるような方には、申告勧奨のご案内が届きますので税務課にて申告手続きを行ってください。

②平成28年4月2日以降から令和元年9月30日までに生まれた子のいる世帯

・申請は不要です。対象となるお子さまの人数分の購入引換券を世帯主へ直接お送りします。

【お住まいの住所を登録されていますか？】

対象者に円滑にご連絡するため、適切に住所の登録等がなされている必要があります。以下の登録がなされているか、まずはご確認ください。

○現在お住まいの住所を、住民票に登録されていますか？

○転居の際は、郵便局への転居届をお忘れなく！

○東日本大震災により避難されている方

避難先住所等の変更があれば、以下の窓口届け出ましょう。

・指定13市町村[※]の方：避難元市町村の窓口

※指定13市町村：いわき市、田村市、南相馬市、川俣町、広野町、楡葉町、富岡町、大熊町、双葉町、浪江町、川内村、葛尾村、飯館村

・それ以外の方：避難先の市区町村窓口

高島町プレミアム付商品券取扱店募集

今年 10 月に販売予定のプレミアム付商品券が使用できる店舗を 7 月より募集します。

【登録資格】

町内に事業所（店舗）を有すること。ただし、次に掲げる業務・商品等は除外します。

1. 対象外業務

- (1) 高島町暴力団排除条例（平成 24 年条例第 8 号）第 2 条第 1 号に掲げる暴力団、同条第 3 号に掲げる暴力団員等または第 6 条に規定する暴力団員等と密接な関係を有すると認められるもの
- (2) 風俗営業等の規制および業務の適正化等に関する法律（昭和 23 年法律第 122 号）第 2 条第 5 項で定める性風俗関連特殊営業を行うもの
- (3) 特定の宗教または政治団体と関わるもの
- (4) 公序良俗に反する営業を行うもの
- (5) その他町長が不相当と認める営業を行うもの

2. 対象外商品等

- (1) 現金への換金
- (2) 商品券やプリペイドカードなど換金性の高いもの
- (3) たばこの購入
- (4) 出資および債務の弁済
- (5) 国および地方公共団体への支払
- (6) 振込手数料、公共料金の支払
- (7) 土地、家屋、家賃、地代および駐車料等の不動産にかかる支払（家屋に関わる軽微な修繕は含まない。）
- (8) 医療保険や介護保険等の一部負担金にかかる支払
- (9) その他町長が不相当と認めるもの

【換金方法】

消費者から受け取った商品券の裏面に事業所名を記入または押印し、換金請求書に当該商品券を添えて、提出。（原則月 2 回（5 日・25 日）の請求）

※提出場所は別途お知らせします。

【登録料・換金手数料】

・無料

【申請方法】

①高島町商工会の会員の方

登録申請書に必要事項をご記入の上、直接または郵送・ファクスで高島町商工会へ提出。

②①以外の方

登録申請書に必要事項をご記入の上、直接または郵送・ファクスで町商工観光課へ提出。

登録申請書は商工会および役場で配布のほか、町ホームページよりダウンロード可。

なお、ファクスで送信する場合は、送信後、確認の電話をしてください。

【申請期限】

・8 月 16 日（金）



プレミアム付商品券の 特殊詐欺や個人情報の詐取にご注意ください。



◎官公庁の職員が、プレミアム付商品券を販売するために、手数料の振込を求めるとや A T M の操作をお願いすることは、絶対にありません。

◎現時点で、官公庁職員が住民の世帯構成などの個人情報を照会することは絶対にありません。

◎不審な電話や郵便物が届いたら、迷わず、最寄りの警察署や町商工観光課までご連絡ください。

問合せ先／町商工観光課 ☎(52) 2 0 1 9

平成30年度下半期（H30・10・1～H31・3・31）

町の財政状況をお知らせします

一般会計歳入歳出予算額

121億1,236万円

町のみなさんからの納税金や国・県からの支出金等を、町ではどのように使っているか、財産や借入金がどれくらいあるのか、といった町の財政状況をお知らせします。

この度は、平成31年3月末現在の状況をお知らせします。

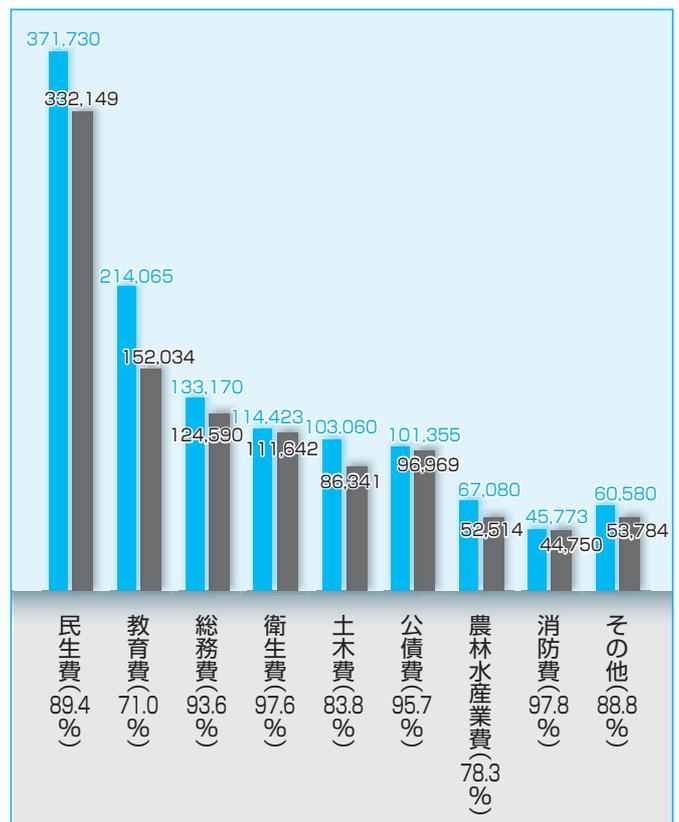
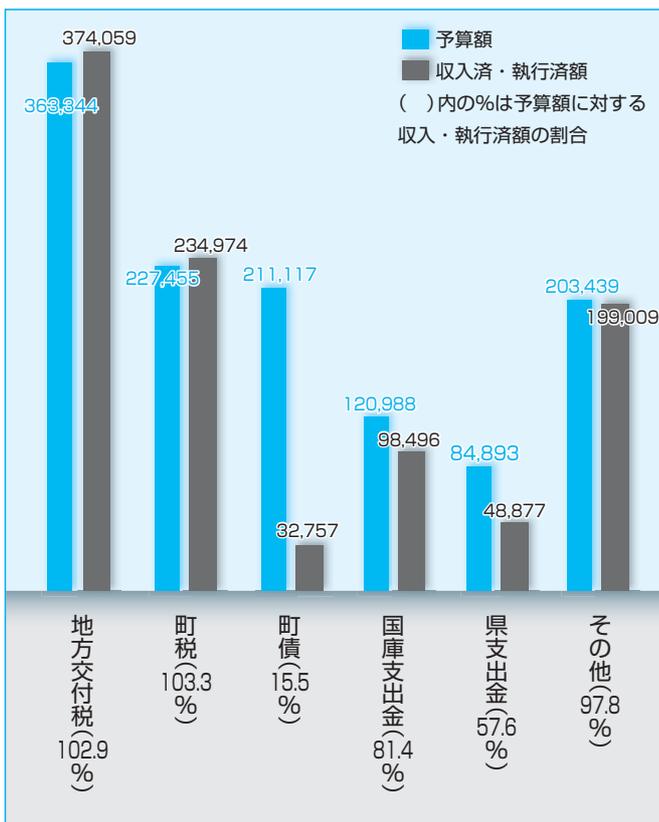
平成30年度予算の執行は、4月、5月（「出納整理期間」といいます）も行われますので、最終的な決算については9月議会で認定された後に広報でお知らせします。

▲7月にオープンする屋内遊戯場「もっくる」

歳入 収入済額 98億8,172万円
収入率 81.6%

歳出 執行済額 105億4,773万円
執行率 87.1%

（単位：万円）



特 別 会 計			
会 計 名	予 算 現 額	収 入 済 額	執 行 済 額
下水道事業特別会計	7億9,190万円	6億9,955万円	7億6,038万円
農業集落排水事業特別会計	7,623万円	7,520万円	6,959万円
特定地域生活排水処理事業特別会計	7,548万円	5,130万円	5,992万円
飲料水供給事業特別会計	308万円	308万円	261万円
国民健康保険特別会計	26億8,867万円	24億1,815万円	24億6,452万円
介護保険特別会計	26億4,083万円	24億9,965万円	23億987万円
後期高齢者医療特別会計	2億4,998万円	2億2,203万円	2億3,610万円
訪問看護事業特別会計	2,527万円	2,066万円	2,399万円
財産区特別会計 (高島・二井宿・屋代・和田)	702万円	390万円	626万円
合 計	65億5,846万円	59億9,352万円	59億3,324万円

公 営 企 業 会 計				
区 分		収 入	支 出	差 し 引 き
病院事業会計	収益的収支	25億3,752万円	23億9,319万円	1億4,433万円
	資本的収支	4億3,387万円	5億6,443万円	△1億3,056万円
水道事業会計	収益的収支	5億3,713万円	2億8,870万円	2億4,843万円
	資本的収支	574万円	7,631万円	△7,057万円

町 債 等 の 状 況		
会 計 別	3月末起債残高	一時借入金高
一 般 会 計	138億1,605万円	0円
下水道事業特別会計	38億1,208万円	0円
農業集落排水事業特別会計	3億3,327万円	0円
特定地域生活排水処理事業特別会計	2億6,400万円	0円
飲料水供給事業特別会計	2,066万円	0円
水 道 事 業 会 計	4億6,965万円	0円
病 院 事 業 会 計	20億7,512万円	0円
計	208億83万円	0円

町 有 財 産 の 状 況 平成30年9月末日現在高との比較		
区 分	31年3月末現在	増 減
土 地	23,723,464㎡	0㎡
建 物	104,554㎡	0㎡
有 価 証 券	439万円	0万円
出資による権利	2億1,573万円	0万円

基 金 の 状 況 平成30年9月末日現在高との比較		
区 分	31年3月末現在高	増 減
財 政 調 整 基 金	5億4,262万円	1億5,318万円
減 債 基 金	4億1,549万円	722万円
公共施設等整備基金	4億6,164万円	△2億4,523万円
人 材 養 成 基 金	1,464万円	△159万円
ス ポ ー ツ 振 興 基 金	2,232万円	△260万円
国民健康保険基金	4億1,894万円	1億7,616万円
地 域 福 祉 基 金	6,678万円	3万円
介 護 給 付 費 基 金 準 備 基 金	2億6,679万円	880万円
財 産 区 基 金 (高島・二井宿・屋代・和田)	1億3,825万円	131万円
そ の 他	27億2,920万円	13億6,853万円
計	50億7,667万円	14億6,581万円

▶ 問合せ先／町企画財政課財政係 ☎(52) 1 7 4 0

農地を貸したい・借りたい方へ

農業をリタイアするので、代わって耕作してほしい…
 経営を縮小したい…
 農地を広げて規模拡大をしたい…
 分散している農地をまとめて効率よく営農したい…
 新規就農して農地を借りたい…



農地中間管理事業を活用しましょう

農地中間管理事業とは、県指定の農地中間管理機構が農地を借り入れ、地域の中心となる担い手や、規模拡大を目指す担い手にできるだけまとまった形で農地をお貸しする事業です。

山形県では「公益財団法人やまがた農業支援センター」が農地中間管理機構の指定を受けており、町が農地中間管理機構の業務の一部を受託し、以下のとおり農地の貸付・借受希望者の受付・募集を行い、農地の貸し借りをお手伝いします。

1 応募方法

申込みの受付は町農業委員会窓口で行います。
 申込書に所定の事項を記入の上、ご提出ください。
 ※申込書は、農業委員会窓口のほか、下記ホームページからもダウンロードできます。

2 募集期間

- 一次受付期間
6月3日(月)から8月30日(金)まで
 - 二次受付期間
10月1日(火)から12月10日(火)まで
- ※農地を貸し付け、担い手への農地集積・集約化に協力した人等に交付される機構集積協力金の今年度の交付対象となるのは、一次受付期間中の応募に限ります。

3 募集区域

募集の対象となる区域は、町内全域(ただし、農業振興地域の区域内に限る)です。
 ※借受希望区域が他市町村の場合は、当該市町村に申し込みすることになります。

▶相談窓口・問合せ先／

- ・町農業委員会事務局 ☎(52)4479
- ・公益財団法人やまがた農業支援センター
☎023(631)0697

ホームページ <http://www.yamagata-nogyo-sc.or.jp>



4 申込みに当たっての留意点

○貸付希望者

- ・農地の貸付期間は原則10年間です。
- ・申込時に次のものをご持参ください。
 - 印鑑(認印可)
- <農地が田の場合>
 - 水利費等賦課金の納付が確認できるものの写し
- <農地所有者の住所が町外の場合のみ>
 - 本人の住民票抄本1通

○借受希望者

- ・農地の借受期間は原則10年間です。
- ・申込時に印鑑(認印可)をお持ちください。
- ・すでに募集に応募しており公表されている人は、申し込み内容が継続されますので、改めて応募する必要はありません。
- ・応募いただいた場合、一部内容をインターネット等で公表することになりますので、ご承諾いただく必要があります。詳しくは申込書をご覧ください。



公共施設低炭素化推進モデル事業

▶ 問合せ先 / 町生活環境課環境係 ☎ (52) 1 2 1 5

公共施設低炭素化推進モデル事業では9月～2月にかけて公立高島病院、太陽館、文化ホールの熱源、空調、照明の更新を行ってきました。

今回は古い機器から省エネタイプの新しい機器に更新したことによる、温室効果ガスの削減効果についてご紹介します。

(1) 公立高島病院

(ボイラー、空冷チラー、ポンプ、照明を更新)

CO₂ 排出削減量

2か月間で **24.9 t - CO₂**



500ml ペットボトル
約 2,500 万本分！

A 重油と電気の使用量削減により、ペットボトル約 2,500 万本分の CO₂ が削減できました！

(2) 太陽館

(エアコン、照明を更新)

CO₂ 排出削減量

2か月間で **9.5 t - CO₂**



500ml ペットボトル
約 950 万本分！

電気の使用量削減により、ペットボトル約 950 万本分の CO₂ が削減できました！

(3) 文化ホール

(エアコン、照明を更新)

CO₂ 排出削減量

2か月間で **4.5 t - CO₂**



500ml ペットボトル
約 450 万本分！

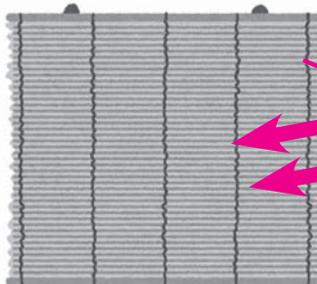
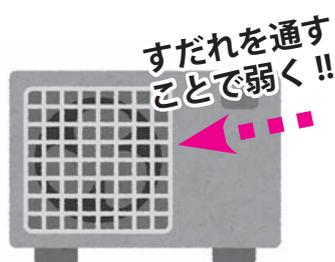
電気の使用量削減により、ペットボトル約 450 万本分の CO₂ が削減できました！

※ CO₂ 排出削減量は、前年比較で推計しています。

エアコンの 効率アップのための ワンポイント

エアコンの室外機を日当たりの良すぎる場所に置いていませんか？
エアコンは室外機で空気中の熱を取り込んで冷暖房を行うため、室外機が熱くなると、冷房の効率が落ちてしまいます。

すだれなどで室外機周りに日陰をつくと、簡単に効率アップを図れますので、ぜひ試してみてください！（熱風の吹き出し口は塞がないように！）





未来の
ために、
いま選ぼう。

高島町エコドライブ推進事業

エコドライブ チャレンジ



ECO-DRIVE CHALLENGE 2019



※賞品写真はイメージです。

自分の車でどれだけ燃費を上げられるかやってみよう！
やり方は簡単♪ 総走行距離と給油量を記録するだけ！

チャレンジ期間

7月10日(水)～10月15日(火)

申込期間

6月3日(月)～7月9日(火)

参加資格

高島町にお住まいの方、町内の事業所に勤務している方、町内で活動する団体等に所属している方で、自家用車で通勤、通学、活動、外出する方。
※燃費測定する車は、参加者が普段乗っている車1台のみとします。

参加方法

役場や町ホームページにある「参加申込用紙」に必要事項を記入のうえ、町生活環境課へ直接ご持参いただくか、Eメール、郵送またはFAXでお送りください。

▶問合せ・申込用紙提出先/町生活環境課内 エコドライブ・チャレンジ事務局 ☎(52) 1 2 1 5

エコドライブ教習会参加者募集！

～地球にもお財布にも優しい運転してみませんか？～

エコドライブは、車から出される二酸化炭素の削減だけではなく、ガソリンの節約にもつながります。エコドライブ・チャレンジの事前練習にもなります。教習会では、講習と車を使った実習でエコドライブのポイントを学びます。ぜひご参加ください。

※受講したい日時を選んで、電話でお申し込みください。
※応募人数が少ない場合は、開催を中止する場合があります。
※企業・団体の場合、6人以上集まれば、訪問しての教習や、日時を変えての実施も可能です。事前にお問い合わせください。

- 開催日/6月19日(水)、20日(木)
- 時間/午前の部 9時～12時(20日のみ)
午後の部 13時30分～16時30分
- 場所/高島町役場周辺コース
(集合：町中央公民館 101 研修室)
- 受講料/無料
- 持ち物/運転免許証、筆記用具
- 定員/各回とも6人まで
- 申込締切/6月10日(月)
- 申込・問合せ先/町生活環境課環境係

☎(52) 1 2 1 5

粗大ごみ回収のお知らせ

町では廃棄物の適正処理のため、年1回粗大ごみの回収を行っています。
千代田クリーンセンターに「車がなくて運べない」、「平日に運べない」方のため
に町で回収します。



～回収対象品～

家庭から出たごみで、指定袋に入らないもの、
または重いもの

- 小型・中型 ⇒ 300円（証紙1枚）
（1辺が1m未満で30kg未満のもの）
- 大型 ⇒ 600円（証紙2枚）
（1辺が2m未満で60kg未満のもの）
- 特大 ⇒ 900円（証紙3枚）
（1辺が2m以上または60kg以上のもの）

※次のものは回収できません

☆リサイクルが義務となるもの

⇒パソコン、テレビ、エアコン、冷蔵庫、冷凍庫、
洗濯機、衣類乾燥機

☆産業廃棄物

⇒農機具、農業用ビニール、業務用機械など

☆千代田クリーンセンターで処理できないもの

⇒オートバイ、古タイヤ、解体家屋廃材、
ガスボンベなど

☆スプリングの入っているもの

⇒マットレス、ソファなど
（全て外したものは回収できます）

～ごみの出し方と注意点～

- ①廃棄したいものの品目(大きさ・重さ)、数を
確認する。※1回につき**1家庭5品まで**
- ②町生活環境課衛生係に電話で申し込みをする。
- ③指定袋取扱店で、「粗大ごみ用証紙」を必要な
枚数分購入する。
- ④「粗大ごみ用証紙」に集落名と氏名を記入し
粗大ごみの見えやすいところに貼る。
- ⑤回収日当日の**8時まで**自宅前に出す。

※注意※

- ・家の中まで入っての回収は行いません。
- ・雨が降りそうときは、濡れないようにシート
などで覆ってください。
- ・回収車(4t車)が自宅前まで入ることができな
い場合は車が入れる場所まで出してください。
- ・アパートなど集合住宅は、1階の出入口付近
または駐車場に出してください。
- ・石油などが入っているものは必ず石油を抜き
取ってください。
- ・ガラス、乾電池、蛍光灯がついているものは
必ず取り外してください。

回収日

高島・二井宿地区 6月25日(火)
屋代・糠野目地区 6月26日(水)
亀岡・和田地区 6月27日(木)

回収時間は8時から16時です。
立会いの必要はありません。

～申込期間～

- ▶期日／6月10日(月)～6月19日(水)の平日
- ▶時間／9時～正午、13時～16時
- ▶申込・問合せ先／町生活環境課
衛生係 ☎(52)1596



生ごみは堆肥にしよう！

生ごみ処理機の購入助成

町指定の店舗にお持ちいただき、補助券を出し
て購入します。(1世帯1基まで)
※すでに購入したものは対象となりません。

◆補助対象処理機と補助額

- ①地上据置型コンポスト 2,000円/基
- ②機械式(電気式)処理機 5,000円/基

- 申請受付期間／6月3日(月)～7月1日(月)
- 補助券申請場所／町生活環境課衛生係
- ※申請書がございますので、印鑑を持参の
うえ、町生活環境課までお越しください。
- ※数量に達し次第終了です。

◎申込・問合せ先／
町生活環境課衛生係 ☎(52)1596

子育て通信

～五感で感じて

楽しもう！～

これから梅雨の時期になって、外で遊べないときがあるかもしれません。

そんな時は支援センターに来て、広いプレイルームで体を動かしてあそびませんか。すべり台や大型積み木、ボールハウスやままごと、絵本などの遊具がたくさんあります。町外のお友だちや里帰りしている方も利用できます。ぜひ、お友だちを誘って遊びに来てください。

6月のみんなの広場は、目で見て、手や足でふれて、においを感じるなど、体の感覚を通して、手触りや音の変化を五感で感じて楽しんでみましょう。五感で感じることは、子どもの脳の活性化にとっても良い影響があります。また、育児講座は、お家の方のエクササイズです。内ももと、おしりを引き締めて下半身をスツキリさせる運動です。ぜひ、お子さんから少し離れてリフレッシュしてください。

▼問合せ先／子育て支援センター
(町総合交流プラザ内)

☎(51)0350

▼4月のお誕生会の様子

「ちょうちよを作ってあそんだよ」



▼昨年のエクササイズの様子

「お腹が引き締まります」



6月のみんなの広場

【さわってふれてあそぼう！感触あそび】

▼日時／6月12日(水) 10時～11時

【お誕生会】

▼日時／6月26日(水) 10時～11時

※誕生日以外の方も気軽に参加ください。

6月の育児講座

【身体引き締めエクササイズ】

▼日時／6月21日(金) 10時～11時

▼場所／町総合交流プラザ多目的スペース

▼講師／引地 玲菜 氏

▼持ち物／タオル・飲み物

▼定員／15人程度

※申し込みが必要です。電話での申し込みも可能です。託児もできますので、お早めにお申し込みください。

移転と休館のお知らせ

町交流プラザ内の子育て支援センターは、屋内遊戯場への移転に向けた準備のため、6月28日をもって閉館いたします。7月からは、町屋内遊戯場オープンと同時に遊戯場内での活動となりますので、よろしく願いいたします。

※移転先／町屋内遊戯場「もっくる」内
(旧高島四中体育館)

※休館日／6月29日(土)～7月25日(木)

New Open／7月26日(金)

Children 未来っ子登場

満1歳になるお子さんを募集します

令和元年7月号に掲載するのは、平成30年7月中に生まれた町内在住のお子さんです。

♪申込締切／6月7日(金)

♪申込方法／写真を持参のうえ町企画財政課までお越しいただくか、町ホームページより申し込みください。

♪現像済み写真・データ共に可能です。写真は編集の後ご返却します。

♪申込先／町企画財政課広報係 ☎(52)4476



かんの
菅野 華 ちゃん
はな
ちやん
平成30年6月18日生
(山越)

お兄ちゃん・お姉ちゃんと
たくさんあそんでまーす！

げんき館からのお知らせ

▼申込・問合せ先／町健康長寿課（げんき館内）
 電話 5045

休日診療所・置賜地区歯科休日当番医制運営事業のお知らせ

【南陽東置賜休日診療所】南陽市桐塚 420 番地の 7 ☎ 0238 (40) 3456
 受付時間／8 時 45 分～11 時 45 分、13 時～16 時 30 分

期 日	当番医師名	期 日	当番医師名
6 月 2 日 (日)	相 田 睦 武	6 月 9 日 (日)	石 井 孝 徳
6 月 16 日 (日)	宮 田 禮 輔	6 月 23 日 (日)	金 子 誠
6 月 30 日 (日)	松 橋 孝 明		

【歯科休日当番医】 診療時間／9 時～15 時 電話でお問い合わせのうえ、受診してください。

期 日	担当歯科医院	地区名	電話番号
6 月 2 日 (日)	ふなやま歯科医院	川 西	☎0238(42)3057
6 月 9 日 (日)	みわき歯科クリニック	米 沢	☎0238(24)2418
6 月 16 日 (日)	村越歯科医院	南 陽	☎0238(40)3295
6 月 23 日 (日)	春日歯科医院	米 沢	☎0238(22)3030
6 月 30 日 (日)	えんどう歯科クリニック	長 井	☎0238(84)1088

子育て世代
 包括支援センターからのお知らせ♪

のびのび計測&相談 DAY



育児の悩み、子どもとの関わり、身体のこと等気軽に何でもご相談ください。お待ちしております。

- ▶期日／6月25日(火) 9時～16時
- ▶内容／お子さんの身体計測・育児相談（個別相談）

ふぁみりー学級



妊娠中のママとそのご家族を対象にした講座です。いまどきの育児方法を知り、地域のママ・パパ・祖父母同士が楽しく交流できる場となっています。ぜひ、ご夫婦で、ご家族でご参加ください。ママ・パパのみ、祖父母のみの参加も可能です。

- ▶日時／6月8日(土) 13時15分～15時30分
- ▶対象／町内在住でこれから赤ちゃんを迎えるママ、パパ、祖父母（町外の方はご相談ください）
- ▶内容／妊娠中の過ごし方、出産・育児について、育児パパ講座、祖父母講座、妊婦体操、赤ちゃん人形を使った沐浴練習 等
- ▶持ち物／母子健康手帳、父子健康手帳（妊娠届出時にお渡ししたもの）、筆記用具

すまいるサロン



ママと赤ちゃんとお母さんが楽しく交流できる場です。母子保健コーディネーター（助産師・保健師）が笑顔いっぱいのサロンでお待ちしておりますので、リフレッシュの機会にぜひご参加ください。

- ▶日時／6月13日(木) 10時～11時30分
- ▶内容／お子さんの身体計測、ハンドマッサージ、フリートーク、個別相談
- ▶対象／妊婦およびお母さん生後12か月までの赤ちゃんとお母さん
- ▶持ち物／母子健康手帳、その他赤ちゃんに必要な物

産後ママのエクササイズ



産後はなかなか外出の機会がなくて…、腰が痛くて…などのお悩みはありませんか？楽しく体を動かしながらリフレッシュできる講座となっています。ぜひご参加ください。

- ▶日時／6月24日(月) 10時～11時30分
- ▶対象／産後1年ごろまでのママ 定員15人
- ▶内容／骨盤調整・コンディショニング、有酸素運動など
- ▶託児／あり（9時45分～受付）※人数に限りがありますのでお早目にお申込みください。
- ▶持ち物／母子健康手帳、上履き、タオル、飲み物 ※託児希望の方はオムツ・ミルク等必要な物

● 5月31日～6月6日は禁煙週間！ 5月31日は世界禁煙デー ●

2020年、受動喫煙のない社会を目指して～たばこの煙から子ども達をまもろう～

「吸う人」にも「吸わない人」にもたばこは有害です。副流煙には喫煙者が吸う主流煙より多くの有害物質が含まれています。

副流煙

タバコの前から立ち上る煙

主流煙

喫煙者がフィルターを通して吸い込む煙



呼出煙

喫煙者が吐き出した煙

たばこの煙

＜たばこの煙について＞

たばこの煙には約70種の発がん性物質が含まれています。また、大気汚染の原因物質として話題のPM2.5も多量に含まれ、喫煙者が吐く息の中にも有害物質が含まれています。

＜健康への影響について＞

《人体への影響》心筋梗塞・狭心症、動脈への悪影響、肺がん、喘息、脳卒中 など

《妊婦と胎児》早産、低出生体重児 など

《こども》乳幼児突然死症候群、呼吸器症状、肺機能低下、中耳疾患、小児がん、身体発育の低下 など

★とくに小さな子どもは、たばこの煙によって大人とは異なる深刻な影響を受ける可能性があります。



2018年7月に健康増進法の一部が改正され、望まない受動喫煙を防止するための取り組みはマナーからルールへと変わります。多くの人が利用する施設は、一定の場所を除き喫煙が禁止されます。施行は、2020年の全面施行へ向けて段階的に進められる予定です。

▶施行スケジュール

2019年1月24日 一部施行① (屋外や家庭など喫煙する際の周囲の状況への配慮義務)

2019年7月1日 一部施行② 原則敷地内禁煙 (学校・病院・児童福祉施設等、行政機関)

2020年4月1日 全面施行 原則屋内禁煙 (飲食店、ホテル、工場、事務所、鉄道等、上記以外の施設等)

↑ 自治公民館もここに含まれます

「いつまでも続くけんこう歯の力」

6月4日～6月10日



歯と口の健康週間

歯の健康は、健康寿命を延ばすために大切です。むし歯や歯周病を予防して、80歳で20本の歯を残しましょう。

(1) 歯みがきは力をかけずに時間をかけよう

むし歯菌を減らすために、歯みがきでプラーク(歯垢)を取り除きましょう。みがき残しがないように、みがく順番を決め、力を入れず歯ブラシを小刻みに動かしながらみがきましょう。歯の間の汚れは、フロスや歯間ブラシがおすすめです。

(2) よく噛んで食べ、甘いものはダラダラ食べないようにしよう

唾液をたくさん出すためによく噛むことが大切です。また、長時間かけてダラダラ食べると、プラークがでやすくなり、むし歯菌が酸を作って歯を溶かしやすくなります。

(3) かかりつけ歯科医で定期健診を

毎日のセルフケアに加えて、半年に1度は歯の定期健診を受けましょう。いつも通院しているかかりつけ歯科医なら、過去の治療や体質を把握しているので、より良いメンテナンスやアドバイスが受けられます。



祝成人式



第一中学校区出身者



第二中学校区出身者

