

あなたの周りは大丈夫？

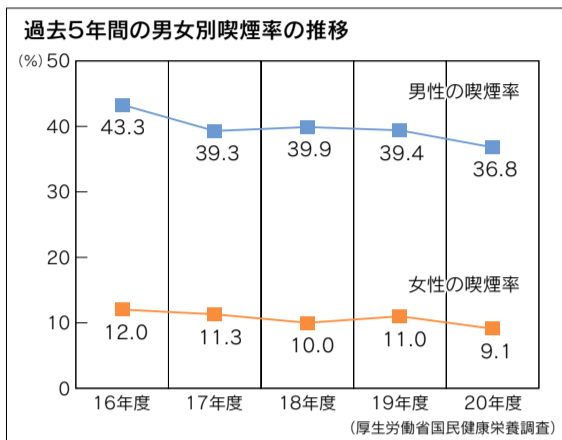
喫煙による健康への影響



昨年10月1日からたばこ税が値上がりし、喫煙や禁煙に関する話題が盛んに取り上げられています。この機会に禁煙を始めた人も多いと思います。今回は、たばこが喫煙者や周りの人たちにもたらす影響について紹介します。

たばこの煙にはニコチン、種々の発がん物質や発がん促進物質、一酸化炭素など多くの有害物質が含まれています。喫煙することで循環器系や呼吸器系などに悪影響を与えるほか、喫煙者は肺がんをはじめ種々のがんや虚血性心疾患、肺気腫などの閉塞性肺疾患、胃・十二指腸かようななどの

厚生労働省が平成20年度に実施した国民健康栄養調査によると、日本人の喫煙率は男性で36.8パーセント、女性で9.1パーセントでした。男性の喫煙率はここ数年減少傾向にありま



喫煙率をデータで見よう

ですが、ピーク時に比べ少しずつ減少しているものの、ほぼ横ばい状態が続いています。

たばこの煙に要注意

消化器疾患などのリスクが増大します。また、低タール、低ニコチンのたばこはある程度リスク軽減が期待できるものの、それでも非喫煙者よりも疾患のリスクが高くなります。

妊婦の喫煙は、流産や早産、死産や低体重児、先天異常や新生児死亡などのリスクが高まること

妊婦や子どもを煙から守ろう

人がたばこの煙を吸ってしまふことを受動喫煙といい、これも肺がんや循環器疾患、さらに急性心筋梗塞(こうそく)など

循環器疾患

- 心筋梗塞(こうそく)
- 狭心症
- 末梢(まつしょう)血管障害
- 大動脈瘤
- 脳血栓
- 脳出血

がん

- 肺がん
- 口腔(こうくう)がん
- 咽頭(いんとう)がん
- 食道がん
- 胃がん
- ぼうこうがん
- 肝がん

呼吸器疾患

- 慢性気管支炎
- 肺気腫
- ぜんそく

消化器疾患

- 胃かいよう
- 十二指腸かいよう



3月1日~8日は「女性の健康週間」です。

毎年3月1日~8日は、「女性の健康週間」(8日は国際女性の日)と定められ、国や地方公共団体、関連団体が一体となって、女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを総合的に支援するため、さまざまな活動を展開しています。



世界を感じよう

このコーナーでは、「男女共同参画」を切り口に日本と世界を比較し、さまざまな情報を伝えていきます。

★国際女性の日(3月8日)の起源は？

1904年3月8日にアメリカ合衆国のニューヨークで、女性労働者が婦人参政権を要求してデモを起こしました。これを受けて1910年に「女性の政治的自由と平等のために戦う」記念の日しようと呼びかけられ、その後、1975年に国連がこの日を「国際婦人デー(女性の日)」と決めました。

★日本ではなじみの薄い「国際女性の日」ですが、世界ではどんなことが取り組まれているのでしょうか？



ロシア バレンタインよりもビッグな一大イベント

ロシアでは、3月8日を祝日とし、男性が女性にプレゼントを贈り、感謝と愛情の気持ちを示す日になっています。家庭の主婦もこの日だけは家事をしなくてもいいとか。ちなみにプレゼントのベスト3は、①花②チョコレート・ケーキ③香水・化粧品で、花は朝一番に贈るのがコツだそうです。



モンゴル 花の香りと共に

長く厳しい冬が終わりに近づいてきたころやってくるこの日は、モンゴルでも祝日です。家庭では、子どもとお父さんがお母さんに花束をプレゼント。恋人同士では、男性が女性に花やチョコレートを贈るようです。また、会社では、直前の出勤日に男性から女性に花束を贈り、夕食をごちそうし、飲んで食べてカラオケをするのが一般的だそうです。



イタリア 街中にミモザがあふれる

イタリアでは「女性の祭日」と呼ばれ、男性が母親や妻、恋人や友人ら親しい女性へ黄色いミモザの花を贈る習慣があります。最近では、女性同士で贈り合うことも多いようですが、この時期は花屋の店先がミモザの黄色い花でいっぱいになります。



女性の祭日に贈られるミモザの花

相談情報 誰でも相談できます

*予約は男女共同参画推進センター ☎(36)0250まで

就業相談 *要事前予約 就職に関する相談や助言を受け付けます。職業あつせんはしていません	毎月 第3水曜日	10:00~12:00
法律相談 *要事前予約 女性の弁護士が、離婚など女性を取り巻く問題の相談を受けます	毎月 第3火曜日	13:00~16:00
こころと生き方相談 *要事前予約 家庭や夫婦間での心配事相談などを受けます	第1~第4 木曜日	13:00~17:00
むなかたホットライン (電話相談) 専門カウンセラーが、心配事相談などを受け ます	毎週水曜日	10:00~17:00

☎093(561)5737