

■非燃焼・加熱式たばこ

たばこをやめられない人や、やめる意思のない人にとって、普通のたばこよりも「健康被害が少なそう」「ニコイが少ない」「煙が出ない、あるいは見えにくい」という考えから、非燃焼・加熱式たばこ（商品名・IQOS、glo、Ploom、TECHなど）を使う人が最近増えているように見えます。非燃焼・加熱式たばこの使用と病気や死亡リスクとの関連性は、現時点では科学的に明らかではなく、推測にすぎない状況です。しかし、主流煙中には普通のたばこと同レベルのニコチンや揮発性化合物（ホルムアルデヒドなど）が含まれていることが報告されていたり、見えにくい煙（エアロゾル）には、通常の大気中濃度を上回る有害物質があり、WHO（世界保健機関）は「受動喫煙者の健康を脅かす可能性がある」と考えることが合理的である」と述べています。

私たち保健師としては、普通のたばこを吸っている人と同じように、禁煙や健診（検診）受診をお勧めしますし、受動喫煙を防ぐよう対応していただきたいと考えます。

■たばこを吸う人も吸わない人も、大事な健診とがん検診

大事な身体のメンテナンスに、まずは健診（検診）を受けましょう。

日 程	検 診	受付時間、場所	そ の 他
11月3日（土） 11月4日（日）	特定健診 ハピネス健診 後期高齢者健診 胃・肺・大腸がん検診 CT肺がん検診 内臓脂肪CT検診 エキノコックス症検診	6：00～10：00 総合福祉センター「ハピネス」	待ち時間を短くするため、30分ごとにご案内します。
12月6日（木）	乳がん検診	午前 9：00～11：00 総合福祉センター「ハピネス」	60人以上になれば、午後も実施します。
11月20日（火）	子宮・乳・ 胃・肺・大腸 がん検診 バスツアー	午前 7：30～7：50 受付：総合福祉センター 「ハピネス」 検診：旭川がん検診センター	対がん協会のバスで旭川に行き、午後1～2時頃に下川へ帰ってきます。希望者は骨粗しょう症検診も受けられます。
平成31年 1月17日（木）	(肺CTがん検診も受けられます)		

※集団健診（検診）でご都合の合わない場合は、個別健診（検診）をご利用ください。

【無料クーポン券をご利用ください】

今年度、次の年齢に該当する人は検診料金が無料になるクーポン券をお渡ししています（紛失した場合は再発行できます）。

- ・胃がん検診、肺がん検診～40歳
- ・大腸がん検診～40歳、41歳、46歳、51歳、56歳、61歳
- ・乳がん検診～40歳、41歳、46歳、51歳、56歳、61歳
- ・子宮がん検診～20歳、21歳、26歳、31歳、36歳、41歳