



5/31は世界禁煙デー

5/31は世界禁煙デー、5/31～6/6は禁煙週間です

タバコの種類には、紙巻き、電子、加熱式等があります。

電子タバコから発生するエアロゾルには、紙巻きタバコより低濃度とはいえ**重金属や様々な発がん性物質が含まれています。**

電子タバコや加熱式タバコは、煙が出ないからといって決して安全ではありません。



●水タバコ(シーシャ)にもご注意を

「タバコと違って害が少ない」といった誤解や、SNS映えする等の理由で、若い世代の間で水タバコを使用する人が増えています。しかし、水タバコも健康への悪影響があります。

①一酸化炭素中毒のリスク

水タバコを加熱する際の燃料には木炭等が含まれるため、急性の**一酸化炭素中毒**を引き起こすリスクがあります。意識消失やめまい、頭痛等の症状も出現する場合があります。

②発がん性物質等の影響

ガス成分に含まれるアルデヒド類は、**発がんに強く関与していることや、強い粘着刺激性をもっており**、気管支炎の発症や悪化を引き起こすと報告されています。

③有害物質を多く吸い込むリスク

FDA(アメリカ食品医薬品局)によると、水タバコの喫煙時間が**1回1時間程度と長い場合、有害な化学物質を多く吸い込んでしまう**ことが指摘されています。

いくつになっても禁煙が遅すぎることはありません。ぜひ禁煙を開始しましょう！

市では禁煙サポート相談を毎月行っています。

詳細は市ホームページ(右記二次元コード)をご覧ください。



問 健康推進課(北館2階)

麻しん・風しんの定期予防接種のお知らせ

麻しん風しん混合ワクチン(MRワクチン)の供給不足に伴い、下記の対象の方は定期の予防接種の期間が、令和8年度末までの2年間延長されることになりました。

接種時期	対象
第1期	令和6年度内に2歳になっており(令和4年4月2日～令和5年4月1日生まれ)、供給不足により接種できなかったお子さん
第2期	令和6年度に第2期の対象であり(平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ)、供給不足により接種できなかったお子さん
第5期	昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で、令和6年度末までに抗体検査を実施した結果、抗体価が不十分であり、ワクチンの供給不足により接種できなかった方※対象の方には個別に通知します。

ID 第1期・第2期:915779732/ 第5期:548355903 問 健康推進課(北館2階)

4種混合ワクチンの販売中止に伴う変更のお知らせ

子どもの定期予防接種における4種混合ワクチンの販売が中止されました。そのため、既に接種を開始している方は下記のとおりワクチンを切り替えて接種する場合があります。

4種混合ワクチン (ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)とヒブワクチン	➔	5種混合ワクチン (ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ・ヒブ)
---	---	-------------------------------------

詳細は市ホームページをご覧ください。

ID 972396919 問 健康推進課(北館2階)

50代からがんになる人が増加します

日本人が一生のうちにがんと診断される確率は、約50%とされ、男女ともに2人に1人がかかる病気です。がんになる人は、男女ともに50代から増加し始めます。がんは早期発見・早期治療をすれば治る病気です。清須市がん検診は、市が一部費用を負担しますのでお得に検診を受けられます。また、一部の方は無料で受けられますので、ぜひ受診してください。

●がんと診断された部位の順位

	1位	2位	3位
総数	大腸	肺	胃
男性	前立腺	大腸	肺
女性	乳房	大腸	肺

参考:「全国がん登録罹患データ(2020年)」



詳細は市ホームページ・今月号の折込みをご覧ください。

●自費での受診と比べてどれくらいお得?

肺がん検診	約6,100円
胃がん検診(内視鏡検査)	約12,000円
胃がん検診(胃部X線検査)	約9,000円
大腸がん検診	約600円
子宮がん検診	約2,700円
乳がん検診	約2,700円
前立腺がん検診	約1,200円

ID 101772755 問 健康推進課(北館2階)

特定健診のお知らせ(無料)

市国民健康保険では、下記の方を対象に「特定健診」を実施しています。わたしたちの体は日々変化しています。健診は毎年継続して受けることが重要です。詳細は今月号の折込みをご覧ください。

対象	40歳以上の加入者の方(通院中の方含む)
受診方法	6月上旬に受診券を郵送します。※受診時に市国民健康保険の資格のある方に限る。
特典	特定健診を受診された方には、お得な特典(割引サービス等)が受けられる「OTOKUDA信長クーポン券(5枚綴り)」をお渡します。協賛店については市ホームページでご確認ください。

ID 956094205 問 保険年金課(北館1階)

「献血」は命をつなぐボランティア

下記の日程で献血を行いますので、健康な皆様のご協力をお願いします。

※65~69歳の献血は、60~64歳の間に献血経験のある方に限ります。

とき	5/8(木)9:30~11:30 13:00~15:30	ところ	新川福祉センター
その他	輸血時の副作用軽減のため、400mlの献血をお願いしています。献血の詳細は、献血会場等でお尋ねいただくか、日本赤十字社愛知県赤十字血液センターホームページ(右記二次元コード)をご覧ください。		

問 健康推進課(北館2階)

●健康づくり事業

☎がついているものは、事前予約制です。(詳細は4月号折込の「令和7年度清須市健康づくり事業」又は市ホームページ参照)

名称	実施日	会場	実施時間	主な内容等	ID
☎食事なんでも相談	5/23(金)	健康推進課 (北館2階)	13:30~	管理栄養士、 保健師による相談	496719108
☎禁煙サポート相談			14:00~		
☎心の健康相談	5/12(月)		14:30~	臨床心理士による 相談	216615676
			15:30~		

問 健康推進課(北館2階)