



保健福祉センター

発信@みなくる

「災害ボランティア養成講座」受講者募集

災害に関する知識を身につけるほか避難時の準備および炊き出し訓練などを行い、災害に関する意識の向上を図るとともに、災害時におけるボランティアのあり方について考える機会とて、下記の日程で災害ボランティア養成講座を開催しますので、参加を希望される方は、事前に社会福祉協議会（☎39-7711）まで連絡願います。（基本全講座の受講ですが、必要な講座のみの受講も受付けています）

第1回	南富良野町で起こりうる災害は？ 6月22日（水）18時30分から20時 過去に南富良野町で起こった災害を振り返るとともに、今後南富良野町で起こりうる災害を考える。	第5回	災害ネットワークの構築 10月5日（水）18時30分から20時 災害発生時に、どのようなネットワークがあったら、迅速な対応ができるかを検討する。
第2回	避難所について考えよう 7月13日（水）18時30分から20時 災害が起こった際に、地区の避難所の確認を行い、避難経路の確認や避難生活に必要なものを把握する。	第6回	災害ボランティアとしてできること Part1 11月9日（水）18時30分から20時 災害が発生した際にどのようなボランティア活動ができるかを検討する。 （避難所における役割）
第3回	ボランティアルーム夏休み特別企画「災害時の避難訓練」 8月3日（水）13時30分から16時 自宅から災害発生時の非常時持ち出し品を持ってきてもらい、全員で必要なものを確認する。また、避難所を作ってみて避難所生活を体験してみる。	第7回	災害ボランティアとしてできること Part2 12月7日（水）18時30分から20時 災害が発生した際にどのようなボランティア活動ができるかを検討する。 （地域における役割）
第4回	災害時要援護者とは？ 9月1日（木）18時30分から20時 災害時要援護者を理解し、近所の災害時要援護者への支援はどのようなものかを検討する。	第8回	「炊き出し訓練」 1月下旬 10時00分から15時 南富良野町赤十字奉仕団研修会の際に行われる炊き出し訓練に参加し、ハイゼックスを活用した災害時の炊き出しを体験する。

みなくるでも、印鑑登録証明書と住民票の発行を行なっていますので、ご利用ください。

保健福祉センター みなくる
保健福祉課 ☎ 52-2211 FAX 39-7020
地域包括支援センター ☎ 39-7711
社会福祉協議会 ☎ 39-7711 FAX 52-3711

こんにちは
保健師です！
保健福祉課保健指導係
☎52-2211

子どもの健康を守るために 禁煙を！！

5月31日はWHO（世界保健機関）が定める世界禁煙デーです。「タバコの害」については、みなさんもお存知と思いますが、今月号では、受動喫煙により子どもが受ける害についてお伝えします。

受動喫煙により、気管支の病氣

だけでなく、中耳炎やむし歯まで…

自分でタバコを吸わないのに、そばで吸っている人の煙を吸わされている状態を「受動喫煙」といいます。受動喫煙による健康被害は深刻で、特に子どもは健康被害を受けやすいことがわかっています。



「タバコ」の害は
子どもと大人では違うの？

子どもの身体はまだできあがっていない、成長の途中だということが1番の違いです。ですから、たばこの有害物質の影響をとて受けやすいのです。



家族がタバコを吸っていると、どんな害があるの？

家族にたばこを吸っている人がいると子どもが喘息になる確率が1.5～2倍も高くなります。特に呼吸器系の影響は大きく、気管支炎や肺炎、喘息などを起こして発作の回数を増やす原因になります。これは、気道の感染防御である気管支・気管支粘膜の繊毛運動が妨げられ、異物が運び出されなくなるためです。同じように鼻や耳の繊毛運動機能も低下するため、慢性副鼻腔炎（蓄膿症）や扁桃肥大、中耳炎が起こりやすくなります。また、免疫力が低下するため風邪をひきやすくなったり、むし歯・発育障害・低身長などの原因にもなります。身近に喫煙者がいると、子どものおしっこの中に通常の100倍ものニコチンの分解物が出てくることもあります。

子どもは親の喫煙の影響からは逃れられない

～喫煙者の吐く息にも有害物質が～

子どもの受動喫煙を防ぐために、家庭では、換気扇の下やベランダでタバコを吸っているという人をよく見かけますが、そのような方法では、子どもの健康を守ることはできません。

例えば、ベランダでタバコを吸った後に室内に戻って子どもに話しかけた場合、周囲での有害物質の濃度が急上昇します。つまり、喫煙者が吐く息には、発がん性物質などタバコの有害物質が多く含まれているのです。

また、台所の換気扇を回しながらタバコを吸った場合、台所や台所に隣接した部屋には、喫煙者周辺とほとんど同じくらいの濃度の有害物質があることもわかっています。換気扇の下やベランダでタバコを吸っても受動喫煙を防ぐことはできないのです。

子どもを受動喫煙の影響から完全に守るには、親がきっぱりとタバコをやめる以外に方法はありません。家族の喫煙がゼロになれば、子どもたちの病気の多くを防ぐことができます。子どもの命を守るためには分煙ではなく、禁煙＝無煙環境が必要です。

役場も完全禁煙になりました！

4月1日より役場庁舎内は、勤務時間・勤務時間外に関わらず、完全禁煙となり、灰皿はすべて撤去されました。今回お伝えした受動喫煙による子どもへの害だけでなく、受動喫煙は妊婦やすべての人に与える健康被害は深刻です。

もう一度、吸う人も吸わない人も自分の周りの環境を見直してみましょう。