



# 健康事業団だより



この度の熊本県を中心とした地震により被害を受けられた皆様に謹んでお見舞い申し上げます。一日も早い復旧と皆様のご健康を心よりお祈りいたします。

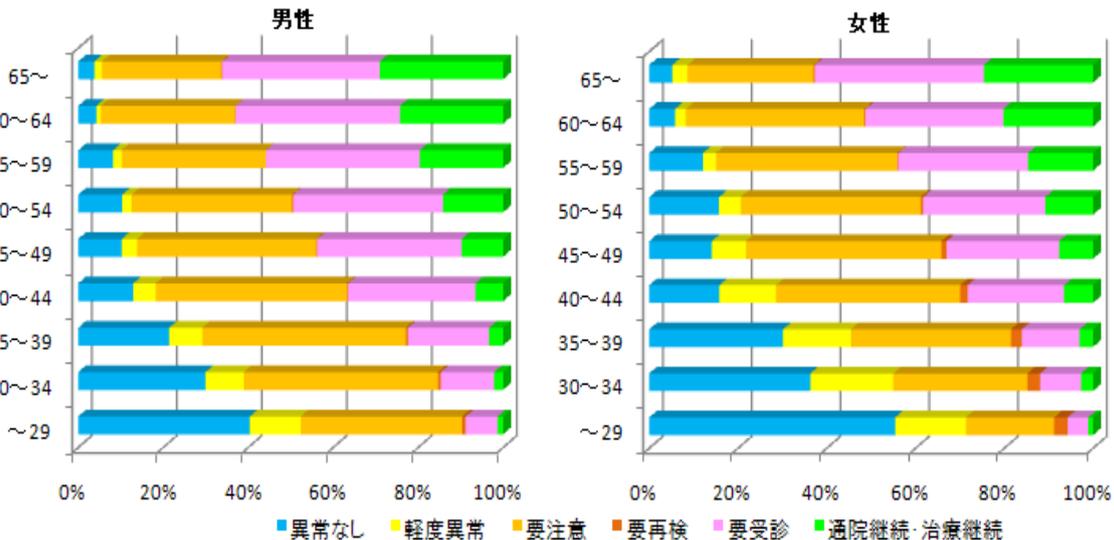


## 平成27年度の健診結果から

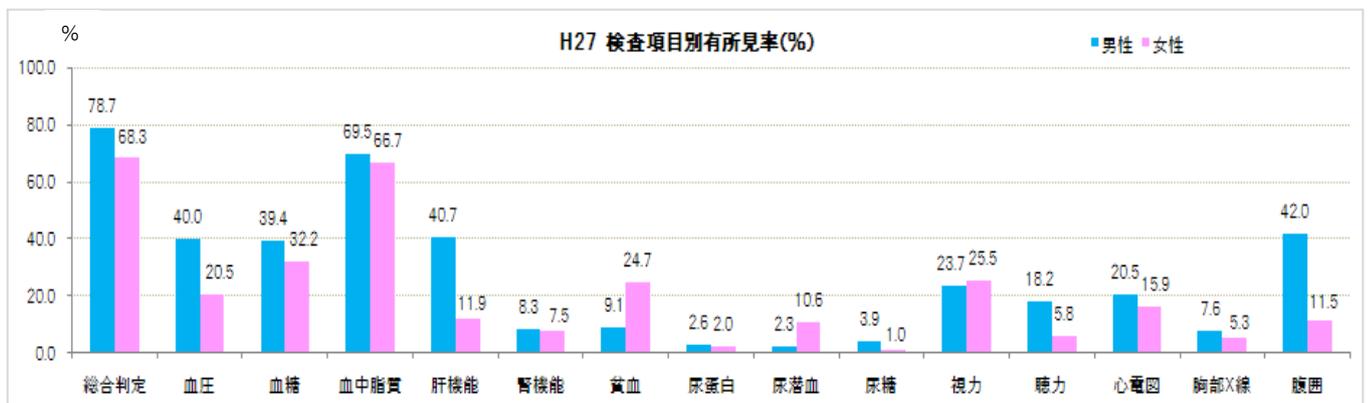
平成27年度は、約8万3,200人の方が当健康事業団で定期健康診断を受けられました！

総合判定を7つの判定「異常なし」「軽度異常」「要注意」「要再検」「要受診」「通院継続・治療継続」に区分して、年齢階級別にグラフにしてみました。男女共に、年齢階級が上がるごとに、「異常なし」の割合が減って、「病院受診」と「通院継続・治療継続」の割合が増えています。

＜平成 27 年度 定期健康診断総合判定＞



検査項目別有所見率では、血圧、肝機能検査、聴力、腹囲において、男性が女性を大きく上回っていました。一方、貧血、尿潜血では女性が上回り、性別で傾向が異なりました。



### 健診結果を、生活習慣改善に活かしましょう。

せっかく受けていただいた年に一度の健康診断です。健診結果の検査値の推移を確認し、結果票の裏面の説明をよく読んで、ご自分の生活習慣を振り返る機会にしましょう。

# 5月31日は「世界禁煙デー」です

禁煙週間/平成28年5月31日(火)～6月6日(月)

テーマ/「2020年、受動喫煙のない社会を目指して ～たばこの煙から子供達をまもろう～」

世界保健機関(WHO)は、平成元年に5月31日を「世界禁煙デー」と定め、喫煙しないことが一般的な社会習慣となることを目指しています。

## あらためて、「受動喫煙」について考えてみましょう

わが国では健康増進法が施行され、「学校、体育館、病院、劇場、観覧場、集会場、展示場、百貨店、事務所、官公庁施設、飲食店その他多数の者が利用する施設を管理する者は、これらを利用する者について、受動喫煙を防止するために必要な措置を講ずるように努めなければならない」(第25条)とされています。

また、平成27年の労働安全衛生法改正により、職場の受動喫煙防止対策が事業者の努力義務となりました。

喫煙習慣は、個人の嗜好であり、自分の健康にだけ影響があると思いませんか？

実は、喫煙している場所周辺や、職場や家庭で一緒の空間にいる人へも影響を与えています。たばこを吸わない人が、室内やその他の場所で、知らないうちにたばこの煙を吸ってしまうことを「受動喫煙」と言います。

### ◆タバコの煙と周囲への影響



### ◆発がん物質

たばこには3,044、たばこの煙には3,996の化学物質が含まれています。このうち、人体に有害なものは250以上、発がん性が疑われるものは50以上とされています。

いくつかの報告では、「肺がんと受動喫煙には因果関係がある」と判定されています。喫煙者と同居することによる受動喫煙で、肺がんになる、または肺がんで死亡する危険性は20～30%上がると言われています。

有害物質例	主流煙	副流煙	副流煙による影響は…
タール	10.2mg	34.5mg	主流煙の3.4倍!!
ニコチン	0.46mg	1.27mg	主流煙の2.8倍!!
一酸化炭素	31.4mg	148mg	主流煙の4.7倍!!

【資料参照：(公財)健康・体づくり事業財団HP】

### ◆喫煙する際は、周囲への配慮を。

多くの公共の施設では、禁煙・分煙対策が取られていますが、喫煙所を設置していない職場では、ベランダや外階段などで吸うという場合が多いかもしれません。たばこの煙は、扉の隙間から室内に入り込んでいたり、衣服にしみついたりしています。喫煙後数分間は、吐き出す息の中にもタバコの煙を含んでいます。

禁煙はできなくても、受動喫煙に配慮した喫煙マナーを心がけてみてはいかがでしょうか。

## 公益財団法人 長崎県健康事業団



〒859-0401 諫早市多良見町化屋 986-3

TEL 0957-43-7131 (代表) FAX 0957-43-7139

<http://www.npmhc.jp>