

～食と健康寿命の延伸には

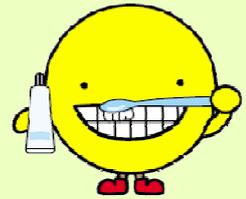
歯と口の健康づくりが大切です～

歯と口は、からだの入口!!

◇平成23年8月、日本で初めて、歯科口腔保健法が公布・施行されました。

◇愛知県では、この法律をふまえ、平成25年3月、**あいち歯と口の健康づくり八〇二〇**推進条例を公布・施行し、**八〇二〇運動**を県民運動として推進することとしています^{はちまるにいます}が、主な施策の柱は次のとおりです。

- 1 歯と口の健康づくりに必要な知識の普及啓発
- 2 乳幼児期から高齢期までのライフステージに応じた施策
- 3 障害のある者に対する歯科医療の提供体制の確保
- 4 災害発生時における迅速な歯科医療の提供体制の確保
- 5 生活習慣病等の全身疾患の予防及び改善のための歯科と医科の連携体制の強化



◇今年度は、歯と口腔に係る健康状態を把握する国の調査が予定されています。調査対象者は、国から指定されてきます(詳細は夏頃)。関係者の皆様や市民の皆様の御協力を得ながら調査を実施しますので、よろしくお願いいたします。



【まめ知識】

左図は、今年の歯と口の健康週間のポスターです。毎年6月4日から10日までの一週間を「**歯と口の衛生週間**」として平成24年までの「**歯の衛生週間**」から名称を変更しています。各地で赤ちゃんから高齢者まで年齢を問わず、歯・口への関心を高めるための啓発事業が催されています。

発行・問合せ先 愛知県衣浦東部保健所 電話(代) 0566-21-4778

〒448-0857 愛知県刈谷市大手町1丁目12番地



有毒植物・有毒キノコは 間違えると命にかかわります。

※今年5月に、当保健所管内で患者が発生しました！

家庭菜園で...

イヌサフラン



毒

間違えやすい植物
葉:ギョウジャニンニク

スイセン



毒

間違えやすい植物
葉:ニラ

チョウセンアサガオ



毒

間違えやすい植物
根:ゴボウ

キノコ狩りで...

クサウラベニタケ



毒

間違えやすいキノコ
シメジ

ツキヨタケ



毒

間違えやすいキノコ
シイタケ、ヒラタケ

ニガクリタケ



毒

間違えやすいキノコ
ナメコ

食用と確実に判断できない植物・キノコは、
絶対に採らない！ 食べない！
売らない！ 人にあげない！！

植えてはいけない「けし」について

「けし」の仲間には、ヒナゲシのように観賞用として楽しむものも多くありますが、一部にはあへんの原料となる「けし」があり、あへん法で栽培することが**禁止**されています。

次のような種類が**禁止**されている「けし」であり、愛知県内に広く分布しています。

セティゲルム種

【通称：あつみげし】

4月上旬からつぼみが出始め、4月中旬から5月下旬にかけて淡紫色または赤色の花が咲きます。愛知県内では、このセティゲルム種の自生が多く報告されています。



ソムニフェルム種

4月中旬からつぼみが出始め、5月上旬から6月下旬にかけて白、赤、桃、紫色等の花が咲きます。

花の形は一重咲きや、多数の花びらのついた八重咲きの花もあります。

観賞用として誤って園芸店で販売されていることもあるため注意が必要です。



見分け方

- (1) 葉が茎を抱きこんでいるか
栽培が禁止されている「けし」の葉は、茎を抱きこむように生えています。
- (2) 葉の切れ込みは浅いか
栽培が禁止されている「けし」の葉は、のこぎり状であり、切れ込みは浅い。



植えて**いけない**けし
(写真:ソムニフェルム種)



植えて**良い**けし
(写真:ナガミヒナゲシ)

受動喫煙を

ご存知ですか



受動喫煙とは、室内またはこれに準ずる環境において他人のたばこの煙を吸わされること

ニコチン
血液の流れが悪化

タール
がんの原因物質

たばこの先から出る副流煙には

- ニコチン 2.8倍
- タール 3.4倍
- 一酸化炭素 4.7倍

主流煙よりも

副流煙には、発がん性のある化学物質ベンゾピレン、ニトロソアミン等も含まれる。

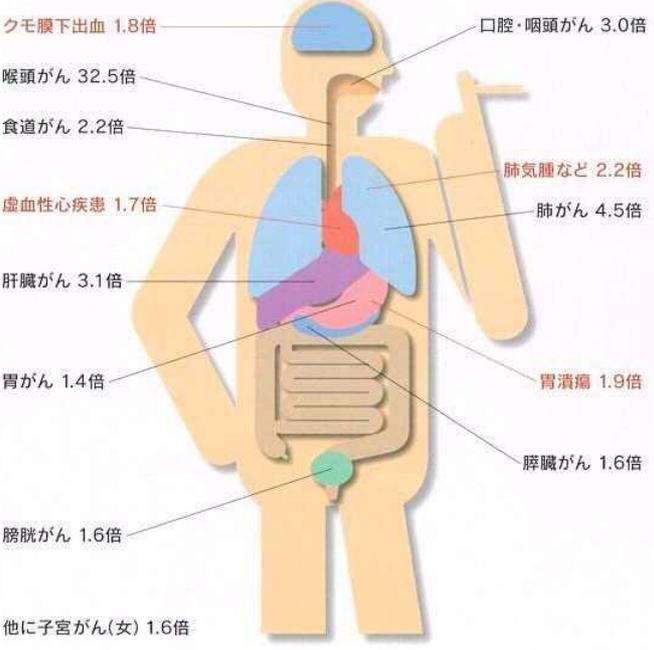
目に見えない煙でも害はあり、あっという間に簡単に広がります。

喫煙者が吸い込む煙

一酸化炭素 体の酸素を奪う

タバコのデメリット

●非喫煙者(1.0)と比較した喫煙者の死亡率(男)



平山 雄, 1988

タバコのフィルターを通して
ろ過された主流煙よりたばこの先から出る副流煙の方が
有害物質を多く含むのです。

受動喫煙の対策をしている施設要件

- 1 建物全体が禁煙です
- 2 建物全体が禁煙であることを表示しています。
- 3 室内には灰皿を置いていません。

受動喫煙から身を守るために、
右のステッカーの貼った
施設を選びましょう！

