

受動喫煙防止対策実施施設認定制度

健康増進法第 25 条と目的

平成 15 年 5 月 1 日に施行された「健康増進法」は、事務所その他多数の者が利用する施設を管理するものに、受動喫煙防止対策を講じることを努力義務化しました。

岡崎市では、健康増進法遵守への取り組み及びたばこ対策を推進するために、受動喫煙防止対策を講じている施設の認定制度を開始することになりました。

受動喫煙の健康影響

喫煙者	受動喫煙者	受動喫煙の影響
妊婦	胎児	流産・早産・低体重児
家族・職場の同僚	非喫煙妊婦	低体重児
母親	新生児	新生児死亡
	乳幼児	肺炎
両親（特に母親）	幼児	喘息様気管支炎
両親	学童	咳などの呼吸器症状
職場の同僚	非喫煙勤務者	呼吸機能低下
夫	非喫煙妻	肺がん・鼻腔がん・虚血性心疾患

認定申請できる施設

禁煙施設：建物内が全館禁煙で、そのことを表示しており、建物内には灰皿を置いていない施設

分煙施設：次の要件を全て満たしている施設

喫煙場所を設置し、表示していること

喫煙場所に十分な能力の排気装置があり、非喫煙場所にたばこの煙と臭いが完全に漏れないこと

喫煙場所以外の建物内に灰皿を置いていないこと

、 の基準に適合する施設を認定し、ステッカーを交付します。是非申請をしてください！

申請に関するお問い合わせは・・・
岡崎市保健所 健康増進班
電話 23 - 6714

本当はこわい!!? 歯周病

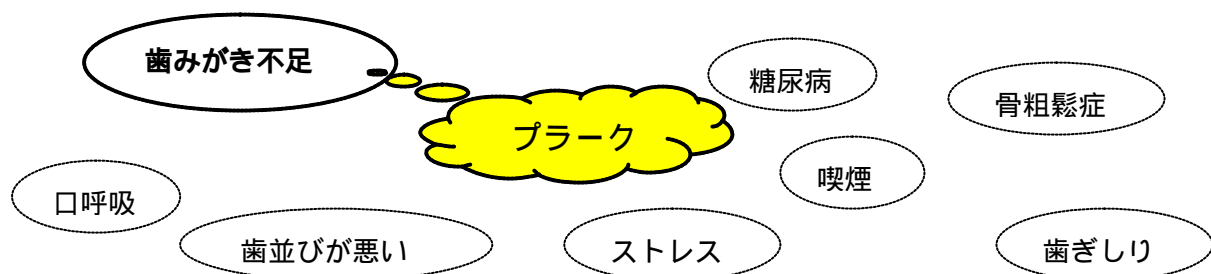


歯周病って？

最近、歯を磨くと血が出ませんか？ ハッと思ったあなたはすでに歯周病にかかっています。症状が進むと歯肉がはれたり、膿が出たりしますが、気づいたときには手遅れで歯を失うことも少なくありません。たかが歯周病・・・「たいした事ないじゃん！」なんて思っていないですか？ 実は、歯周病は歯だけの病気ではありません。口から全身へ食べ物を介して栄養を運ぶように、歯周病菌も血液を介して全身に運ばれて他の病気を進行させてしまうことがあります。

歯周病の原因

直接的な原因は**プラーク**（しこう歯垢）です。それに様々な間接的要因が重なって歯周病は悪化していきます。プラークとは食べ物の糖分と口の中の細菌によって作られるもので、その90%以上が細菌です。



歯周病と糖尿病 ~お互いを悪化させる関係~

歯周病は糖尿病を悪化させます。

- ・歯周病菌が歯肉の血管から全身に運ばれる。
- ・歯周病菌を持った血液が肝臓に入るとインスリンの働きを弱める。
- ・歯肉の炎症を抑える免疫細胞がインスリンの抵抗を高める。

糖尿病は歯周病を悪化させます。

- ・糖尿病になると口の中が乾燥し、プラークがつきやすくなる。
- ・歯肉の血管に酸素や栄養が行渡らず、免疫力が低下する。
- ・歯肉を作る繊維の合成が阻害され、歯周病菌が増殖しやすい環境を作る。

歯周病と糖尿病はお互いを悪化させる関係ですが、見方を変えれば「一方を治療すれば一方も改善される関係」とも言えます。

歯周病の予防 ~歯周病は“コントロールする病気”~

歯周病は生活習慣病です。毎日の規則正しい生活習慣と自己管理が歯周病予防の決め手になります。歯周病予防は、まず直接的原因であるプラークを取り除くこと。毎日の正しい歯みがきと歯科医院での定期検診が大切です。

お口の健康が体全体の健康につながります。「たかが歯周病」と甘く見ないで、「人生80年」を健やかに生き生きと暮らすために、今一度、あなたのお口の健康を見直してみませんか？

