

# ぼくたち わたしたち むし歯ありません!



3月の3歳児健診で、むし歯のなかった子どもは、31人中27人でした。

 すがの れいら 菅野 莉来ちゃん (築館)	 たかはし みう 高橋 美羽ちゃん (築館)	 ひさみつ はな 久光 花奈ちゃん (築館)	 さくち りく 菊池 俐久くん (若柳)	 こんの りさ 金野 里咲ちゃん (若柳)	 すがわら える 菅原 愛琉ちゃん (若柳)
 すずき ひなた 鈴木 陽大くん (若柳)	 ちば ひろ 千葉 洋くん (若柳)	 みじた あさき 藤田 諒輝くん (若柳)	 まつだ ほのか 松田 帆乃花ちゃん (若柳)	 すずき かんた 鈴木 勘太くん (栗駒)	 ちば あみか 千葉 彩弥加ちゃん (栗駒)
 さとう あらた 佐藤 新くん (高清水)	 ゆき あきと 遊佐 秋音くん (一迫)	 ゆき こうが 遊佐 航賀くん (一迫)	 かどわき すす 門脇 涼ちゃん (瀬峰)	 ほり たいし 堀 泰誌くん (瀬峰)	 くまがい ひなた 熊谷 陽唄ちゃん (金成)
 すがわら とわ 菅原 都羽くん (金成)	 すずき だいすけ 鈴木 大翼くん (金成)	 わたなべ なつほ 渡邊 夏羽ちゃん (金成)	 おのの ほん 小野寺 葉奏ちゃん (志波姫)	 おのの みつき 小野寺 望月ちゃん (志波姫)	 くぼた みつとし 窪田 充寿くん (志波姫)
 さとう けいと 佐藤 慶音くん (志波姫)	 たかはし りくと 高橋 睦叶くん (志波姫)				

※了解を得た人のみ掲載しています。



禁煙にチャレンジしてみましよう

## たばこの健康への影響

**喫煙指数を知ろう!**  
(ブリンクマン指数)  
1日喫煙本数 × 喫煙年数  
200以上は治療対象の条件の一つです。

### 喫煙による健康への影響

喫煙は血管や糖・脂質の代謝に影響するだけでなく、細菌・ウイルス性感染症の発症や重症化のリスクを高めます。受動喫煙も同様で、たばこの煙や喫煙者が吐く煙に含まれる有害物質が、健康に悪影響を及ぼします。

### 市の現状

改正健康増進法によって施設の禁煙化が進み、また、たばこ税やたばこの値上がりによって

禁煙する人が増えています。しかし、令和2年度宮城県は、たばこを吸う人の割合が全国で7番目に高く、中でも栗原市は、男性の喫煙割合が高い状況になっています。

### 新型たばこは安全?

最近普及している加熱式たばこは、紙巻きたばこに比べて副流煙が少なく、周囲への影響は少なくなりますが、ニコチンを含んでいるため依存症になるこ

とがあります。また、吸い続けることによる健康への影響は、まだ分かっていません。

### 禁煙したい!

「自分には難しそう」、「禁断症状がつかう」と感じるかもしれませんが、35歳以上の方が行う禁煙治療に対しては、保険が適用されます。

自分や周囲の人の健康を守り、たばこに縛られない生活を目指しましょう。

## 休日急患診療当番医・調剤薬局

市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

診療時間は、午前9時から午後5時までです。受診する際は、あらかじめ、当番医に電話で症状を伝え、必ず健康保険被保険者証を持参してください。また、休日当番医は、変更になることがあります。最新の情報は、市ウェブサイトで確認してください。

月日	医 科	歯 科	調剤薬局
5/1 (日)	伊礼整形外科 [築館] ☎(22)0066	平田内科歯科 [栗駒] ☎(45)2126	しづや薬局 [築館] ☎(21)2888 平田内科歯科(院内) [栗駒] ☎(45)2126
3 (火) 憲法記念日	佐藤外科医院 [築館] ☎(22)2661	栗原市立栗駒病院 [栗駒] ☎(45)2211	KDクリニック [金成] ☎(42)1025 東町調剤薬局 [築館] ☎(21)0012 一柵介護調剤センター [栗駒] ☎(45)3035
4 (水) みどりの日	日野外科内科 [築館] ☎(22)2005	佐々木内科医院 [若柳] ☎(32)6633	中嶋歯科医院 [若柳] ☎(32)3758 薬師調剤薬局 [築館] ☎(21)2555 佐々木内科医院(院内) [若柳] ☎(32)6633
5 (木) こどもの日	きくた内科クリニック [築館] ☎(21)1313	石橋病院 [若柳] ☎(32)2583	平田内科歯科 [栗駒] ☎(45)5416 青葉の杜薬局 築館店 [築館] ☎(25)0071 恵薬局 [若柳] ☎(32)6375
8 (日)	阿部内科医院 [若柳] ☎(32)6929	岩淵医院 [栗駒] ☎(45)2155	阿部内科医院(院内) [若柳] ☎(32)6929 アイン薬局 栗駒店 [栗駒] ☎(49)1131
15 (日)	氏家医院 [若柳] ☎(32)2328	沢辺中央医院 [金成] ☎(42)1171	氏家医院(院内) [若柳] ☎(32)2328 オリーブ調剤薬局 [金成] ☎(24)7480
22 (日)	ほそや小児科 [栗駒] ☎(45)5660	まるき内科クリニック [志波姫] ☎(24)8073	一柵新生薬局 [栗駒] ☎(45)2789 マリン調剤薬局 志波姫店 [志波姫] ☎(23)3520
29 (日)	一迫内科クリニック [一迫] ☎(52)2122	栗原市立瀬峰診療所 [瀬峰] ☎(38)3121	一迫内科クリニック(院内) [一迫] ☎(52)2122 さくら薬局 [瀬峰] ☎(59)2051