

町立厚岸病院からのお知らせ

●問い合わせ／町立厚岸病院 ☎ 52-3145

コロナワクチン接種のお知らせ

町立厚岸病院でのコロナワクチン接種は、すべての人で予約が必要となります。

接種を希望する人は、事前に電話または窓口において、予約をしてください。

なお、希望日に接種できない場合もありますので、ご了承願います。

また、ワクチンの種類や金額などについて現時点では未定のため、決まり次第町ホームページなどでお知らせします。



- 予約受付開始／令和6年9月17日(火)から
- 予約受付時間／15時から17時まで(平日のみ)

※上記受付時間は電話が大変混み合い、つながりにくい場合もありますが、ご了承願います

- 接種開始日／令和6年10月1日(火)から
- 来院受付時間／①内科で接種する人 = 15時から15時30分まで
- ②小児科で接種する人 = 15時30分まで

※接種時には、健康保険証やマイナンバーカード、子ども医療費受給者証など、住所と年齢が確認できるものをお持ちください

今月号では、みんなすこやか厚岸21の重点課題『喫煙率を減らそう』をテーマに、厚岸町の喫煙・受動喫煙の状況や町民の皆さんに協力してほしい取り組みなどについて紹介します。

厚岸町の喫煙率は男女ともに年々減少傾向にあります。男性は依然として高く、女性は妊娠期間中禁煙できていても、育児期間中に再開している人が多い状況です。

また、受動喫煙した場所の5割が『家庭』、次いで3割が『職場』と身近な場所での受動喫煙が多くなっています。

保健福祉課健康推進係による
『健康』についての情報をお届け！

けんこう掲示板

みんなすこやか厚岸21
3大目標②『喫煙率を減らそう！』



喫煙や受動喫煙が原因と考えられるがんや脳血管疾患、心疾患による死亡数の多さ、子どもの健康への影響から、禁煙への取り組みと受動喫煙への対策が必要です。

禁煙には「禁煙する」という断固たる決意で一気に行うことが大切です。吸いたくなったり、ときの対応など事前の準備も欠かせません。禁煙外来では比較的簡単かつ確実に禁煙できます。

受動喫煙の防止には、喫煙所以外の場所で喫煙しない、屋外では必ず周囲の状況を確認するなどの配慮をしてください。また、室内で喫煙した場合は、必ず窓を開けて換気しましょう。その際、対面する2カ所の窓を開けると効果的です。

ここ数年増えている電子タバコは、紙巻きタバコと同様に有害な物質が含まれており、健康への影響があることがわかっています。電子タバコも同様に対策が必要です。

禁煙・受動喫煙対策は、あみかの保健師もサポートしますので、気軽に相談ください。