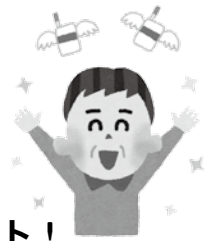




## 1 こどもと自分の未来のためにも禁煙を！

お子さんを煙から守るため、  
また成長するお子さんを元気に見守るために禁煙してみませんか？



### 4月から「牛久市子どもの未来を応援する禁煙チャレンジ助成金」がスタート！

タバコから出てくる煙や吐き出された煙を吸い込んでしまうことを「受動喫煙」といいます。また、煙を吸わなくても、喫煙者の髪や衣服、カーテンなどに付着している有害物質を吸うことも「サードハンドスモーキング」といって、集中力や体調に影響があるといわれています。

お子さんが受ける受動喫煙の影響をご存知ですか？ 乳幼児突然死症候群になるリスクは、4.7倍(両親とも喫煙者)、1.6倍(親の一人が喫煙者)といわれています。その他にも、肺炎や気管支炎、中耳炎、気管支喘息になるリスクが高まります。お子さんはタバコの害に対して無防備です。周りにいる大人が守ってあげることが必要です。

◆対象 以下の①～④すべての条件を満たす方

- ①牛久市内に住所を有し、禁煙を希望する方
- ②妊婦または妊婦や18歳以下のこどもと同居している喫煙者
- ③禁煙外来治療を受け、定められた治療過程が終了した方
- ④市税等をもれなくおさめている方

◆助成額 禁煙外来治療費の2分の1に相当する額。(上限1万円)

(参考)禁煙外来治療の費用：貼付薬1万円前後、経口薬2万円前後

◆申し込み・問い合わせ 健康づくり推進課(保健センター)母子保健担当 ☎内線1743

## 2 ジカウイルス感染症、デング熱

「蚊に刺されない」「蚊を発生させない」ことが大切です



### ジカウイルス感染症

中南米を中心に感染が多数報告されています。妊娠中のジカウイルス感染と胎児の小頭症との関連が示唆されており、妊婦および妊娠の可能性のある方は、可能な限り流行地への渡航を控えてください。ウイルスを保有する蚊(ヒトスジシマカ)を介して人に感染します。性行為による感染が疑われる事例が報告されていますが、現在、十分な知見は得られていません。感染しても症状がないか、症状が軽いため気づきにくいこともあります。

### デング熱

日本では毎年100～200例報告があり、多くは海外で感染し、日本で発症する輸入例ですが、平成26年8月に約70年ぶりとなる国内感染症例が確認されました。ウイルスを保有する蚊(ヒトスジシマカ)を介して人に感染します。人から人への感染はしません。感染しても全ての人に症状がでるわけではありませんが、高熱や関節の痛み、目の奥が痛くなるなどの症状が1～2週間続きます。

### 蚊に刺されないように注意しましょう！

ジカウイルス感染症、デング熱にはワクチンがないため、蚊に刺されないように予防対策をとることが大切です。できるだけ肌の露出を控え、虫除け剤等を使用するなど、蚊に刺されないように注意しましょう。蚊の幼虫の発生源になる、小さな水たまりをなくすことで蚊の数を減らすことができます。屋外に放置された空き缶・ペットボトル、子どものおもちゃ、古タイヤ、植木鉢の皿、じょうろなど、水のたまりやすい場所がないか、ご自宅の庭や敷地内を点検しましょう。