

P i c ア ッ プ ち り ゆ う



老人クラブ紹介コーナー

市内の各地域の老人クラブの紹介や、活動紹介等を連載するコーナーです。
また、満60歳以上の人を対象に、随時新規入会者を募集しています。
▶問合せ 長寿介護課 長寿係(☎95-0150)

市老連グラウンド・ゴルフ大会 市長杯 5月25日 昭和グランド



知立市老人クラブ連合会では、年3回グラウンド・ゴルフ大会を開催しています。第1回目の市長杯は、爽やかな青空の下、183人の選手が参加しました。互いに技を競い合いながらも、ナイスショットを讃え合う和気あいあいとした有意義な大会となりました。写真は、見事入賞された皆さんです。

文化広場講座「着付」 6月27日 知立文化広場



着物の着付を学ぶ連続講座が知立文化広場で行われ、幅広い年代の皆さんが参加されていました。今回は訪問着の着付を学びます。講師から綺麗に着付ける動作を一つ一つ丁寧に教えてもらいながら、自分で着付けていきます。講座では、着付に加えて着物の種類や柄の意味などの説明もあり、受講生から「着物にさらに興味をもてた。楽しいです。」といった声が聞けました。

★かっぎーの健康づくり 応援コーナー★



健康づくり
応援キャラクター
「かっぎー」

シリーズ40. 禁煙リーフレットのご紹介

▶問合せ 保健センター (☎82-8211)

家族みんなで禁煙しよう

妊婦さんや子育て中の保護者様にアンケートの協力をいただき、その声に基づいた市独自の禁煙リーフレットを作成しました！

保健センターでは、妊婦さんの禁煙を応援したいと考え、あいち健康プラザと共同で妊婦さんの禁煙に関する調査を行いました。その結果、妊娠するまで喫煙をしていた人のうち8割の人が妊娠をきっかけに禁煙したことが明らかになりました！

しかし、残念なことに、産後に再喫煙してしまう産婦さんが多いこともわかりました。再喫煙の原因は様々ですが、多かったのは「周りが吸っていた」という理由です。家族に喫煙者がいる家庭では再喫煙率が高いです。また、家族の喫煙は周りの人に受動喫煙の被害をもたらします。

家族みんなで禁煙を目指しませんか。禁煙外来を利用することで比較的楽に禁煙することができます。市内でも禁煙外来のある医療機関があります。(条件に当てはまれば保険適用で利用可能。)



STOP! 受動喫煙

あなたのタバコは周りにも影響を及ぼします。

禁煙したい人は、男性・女性問わずどなたでも保健センターへご相談ください。