

今月の納期限

市税などの納付は、市指定金融機関およびゆうちょ銀行の口座振替（自動払込）を利用してください。新型コロナウイルス感染症による影響で、納税などにお困りの人は相談ください。

保 育 料	5月27日
固 定 資 産 税	5月31日
都 市 計 画 税	
軽 自 動 車 税	
上・下 水 道 料	
国 民 健 康 保 険 税	
後期高齢者医療保険料	

3月の事故災害状況

()は前年同月比	
交 通	件 数 8 件(－5)
	死 者 0 人(0)
	負傷者 8 人(－5)
火 災	件 数 0 件(－1)
救 急	件 数155 件(+15)

火災情報テレホンサービス
野々海市・白山市 ☎276－6000
金沢市 ☎0180－997890

普通救命講習

日時 6月12日(日)9:00～12:00
定員 15人
場所 白山野々市広域消防本部（白山市）

■ 6月5日(日)までに白山野々市広域消防本部 ☎276－1119

▶健康通信

健康推進課(保健センター内)
☎248－3511

『5月31日は世界禁煙デー』

毎年5月31日は、WHOが定めた「世界禁煙デー」です。5月31日から6月6日までの1週間を「禁煙週間」として普及啓発を図っています。

●たばこによる健康影響

たばこの煙に含まれる有害物質は数百種類あり、このうち約70種類が発がん物質です。粒子状物質のうち、粒径が2.5マイクロメートル以下のものをPM_{2.5}といいます。たばこの煙にはPM_{2.5}に該当する小さな粒子が含まれており、これらは肺の奥深くまで入り込んで呼吸器に深刻な影響を及ぼすため、喫煙者だけでなく、周囲にいる子どもなどの非喫煙者にも同様に健康への悪影響を及ぼします。

また、喫煙者は非喫煙者と比較して、新型コロナウイルス感染症に感染すると重症となる可能性が高いことが明らかになっています。

●新型たばこによる健康影響

近年、燃焼式たばこ（火をつけて使う従来のたばこ）の代わりに加熱式たばこや電子たばこ（新型たばこ）を使う人が多くなっています。

新型たばこは煙やにおいが少ないため、従来の燃焼式たばこよりも健康リスクが少ないと思われるがちですが、新型たばこにも多くの有害物質が含まれています。新型たばこについては、病気や死亡リスクとの関連性について科学的な根拠は明らかになっていませんが、海外で電子たばこによるものと疑われる肺疾患などの健康被害症例が報告されていることから、健康被害を起こすことが否定できません。さらに、WHOは新型たばこについて「受動喫煙者の健康を脅かす可能性があると考えることが合理的である」としています。

チャレンジ！

全国統一「けむい問模試」

Q. 屋内を全面禁煙にした諸外国では、喫煙関係の病気による〇〇の数が減ったそうだと。〇〇に入る答えはどれ？

①借金 **②**入院リスク
③トラブル

回答と詳しい内容は「けむい問模試」で検索！

●禁煙しようかな…と思ったら

たばこには依存性のある「ニコチン」が含まれているため、自分の意志だけで禁煙することは難しいといえます。県内には、禁煙外来のある病院がいくつもあり、保険診療で禁煙治療を受けることができます。石川県のホームページから、禁煙外来のある医療機関リストを検索できますので、参考にしてください。

参考…厚生省ホームページ、日本呼吸器学会ホームページ

ご利用ください

リサイクル情報ダイヤル

☎227・6053

「譲ります」

☆ランドセル（黒） ☆市内中学校カッターシャツ ☆布水中学校制服・かばん・体操服 ☆野々市中学校ジャージ ☆明倫高校制服・体操服（男子） ☆二水高校ジャージ ☆押し寿司型（大） ☆カーテン ☆柔道着 ☆CD（鳥よけ） ☆トイレシート ☆座布団（い草・布） ☆布団上下セット ☆洋服だんす ☆ファインヒーター ☆ベビーベッド ☆畳ベッド ☆学習机 ☆パソコンラック ☆ポータブルトイレ ☆輪車（遊び道具）

「譲りたくない」

☆市内小学校制服 ☆市内中学校制服 ☆辰巳丘高校スカーツ（冬） ☆二水高校スカーツ（冬） ☆押野保育園体操服 ☆青竜第二幼稚園入园用具一式 ☆男性用礼服 ☆シュレッダー ☆テント ☆支柱（農業用） ☆フジカセ

・市ホームページでも公開しています

・すべて無料です

▶休日在宅当番医・休日当番薬局

※受診の際は、事前に電話で相談してください

診療時間 9:00～12:00 [医療機関・薬局によって診療時間などが変更している場合があります。各医療機関に事前に確認してください]
※内…内科、外…外科、小…小児科、薬…薬局

日 科	医療機関	所在地	電話番号
5月8日(日)	内 喜多内科医院	横宮町7-20	248-0020
	内 谷内科歯科クリニック	白山市新田町86-2	274-3351
	内 織田内科クリニック	白山市鶴来本町三丁目11	273-9100
	外 船木医院	太平寺四丁目71	248-6686
	外 みやた整形外科	白山市新田町217-1	236-2572
	小 中村小児科医院	押野一丁目128	294-3338
	薬 てまり新田薬局	白山市新田町217-1	255-7440
5月15日(日)	内 池田病院	新庄二丁目10	248-7222
	内 てらしま内科クリニック	白山市中奥町91-3	274-8666
	内外 ちくだ医院	白山市倉光六丁目35	275-6341
	外 かわきた整形外科醫院	押野二丁目88	246-0108
	小 むとう小児科医院	白山市宮永市町65-2	275-7887
	薬 青い森薬局新庄店	新庄二丁目15-2	246-2181
	内 押野医院	押野六丁目160	246-1411
5月22日(日)	内 なかでクリニック	白山市鹿島平11-60	278-5511
	内外 矢ヶ崎外科医院	白山市徳丸町597	275-5166
	外 小村整形外科	扇が丘488	259-5656
	外 新村病院	白山市月橋町722-12	273-0100
	小 なんぶこども医院	白山市北安田西一丁目17	275-6611
	薬 クスリのアオキ御経塚あやめ薬局	御経塚三丁目159	240-6686

日 科	医療機関	所在地	電話番号
5月29日(日)	内 つじ川内科クリニック	位川251	294-2221
	内 ばんどう内科・呼吸器クリニック	白山市布市一丁目113	277-6211
	外 津山整形外科クリニック	中林一丁目64街区1番	259-5077
	外 聖来美クリニック	白山市井関町115-1	278-7070
	小 川北こどもクリニック	白山市山島台一丁目1-1	274-7224
6月5日(日)	薬 キリン堂押野薬局	押野六丁目62	294-8806
	内 なかざわ腎泌尿器科クリニック	新庄六丁目445	248-2488
	内 やなぎ内科クリニック	白山市専福寺町161-1	277-6200
	外 ののいち整形外科脊椎外科クリニック	白山町5-21	256-2030
	外 ただなわ整形外科クリニック	白山市井口町に80-1	272-1333
6月5日(日)	小 清水こどもクリニック	上林四丁目509	227-0055
	薬 箔山堂専福寺薬局	白山市専福寺町160-5	276-8722

・休日当番医は変更する場合があります。最新の情報は新聞や白山ののいち医師会または市ホームページで確認してください
・金沢広域急病センター（金沢市西念三丁目4-25 ☎222－0099）は年中無休（小児科・内科19:30～23:00）で受診できます
・休日夜間の救急指定病院の問い合わせについては白山野々市広域消防本部（☎276－1119）または野々市消防署（☎248－9119）まで

▶健康カレンダー

健康推進課(保健センター内)
☎248－3511
会場:保健センター

行 事 名	対 象	開 催 日	受付時間
4か月児健康診査	R4.1月後半生まれ	6月9日(木)	対象者に送付するお知らせで日程・受付時間などを確認してください。 ※新型コロナウイルスの感染状況によって変更になる場合あり
	R4.2月前半生まれ	6月23日(木)	
10か月児相談	R3.8月生まれ	6月13日(月)、22日(水)	
1歳6か月児健康診査	R2.11月生まれ	6月7日(火)、21日(火)	
3歳4か月児健康診査	H31.2月生まれ	6月14日(火)、24日(金)	
オンライン相談	妊娠中から生後1歳頃までの保護者などを対象に実施します。 市ホームページを見てください。		
プレパパママクラス	妊娠5～8か月の妊婦とその家族	6月17日(金)9:30～11:00 ※6月14日(火)までに要予約 ※詳しい参加条件は市ホームページを確認	
健康・栄養相談	市民	6月21日(火)①9:30 ②10:00 ③10:30 ④11:00(15分程度) ※2日前までに要予約 (予約がない場合は受けられません)	