

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。納税などに困っている人は相談してください。

保育料（4月分）	5月27日
上・下水道料	5月31日
固定資産税・都市計画税	6月1日
軽自動車税	
墓地管理料	

3月の事故災害状況

（ ）は前年同月比

交通	件数	19件(+14)
	死者	1人(±0)
火災	件数	1件(-1)
	負傷者	20人(+16)
救急	件数	220件(-14)

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

普通救命講習

日時 6月7日(日)9:00~12:00
定員 30人
場所 白山野々市広域消防本部(白山市)
⑤ 6月1日(月)までに消防本部開催救命講習専用ダイヤル ☎276-1210 または白山野々市広域消防本部 ☎276-9483

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～新型たばこについて知ろう！～

毎年5月31日は世界保健機関(WHO)が定める「世界禁煙デー」です。日本では5月31日から6月6日までを「禁煙週間」として普及啓発を図っています。

近年、燃焼式たばこ(火をつけて使うたばこ)の代わりに加熱式たばこや電子たばこを使う人が増加しています。これらの新型たばこは煙やにおいが少ないため、燃焼式たばこよりも健康リスクが少ないと思われるのですが、新型たばこも多くの有害物質が発生します。

■新型たばこの種類と特徴
加熱式たばこは、タバコの葉を加熱して使用するため、ニコチンを含みます。また、燃焼式たばこより少ないものの、有害物質が発生します。電子たばこは、タバコの葉を使用

表. たばこの種類による有害物質の有無

種類	ニコチン	タール	一酸化炭素	その他の有害物質
燃焼式たばこ	含む	含む	含む	含む
加熱式たばこ	含む	少ないが含む	少ないが含む	含む
電子たばこ	含む場合がある	含まない	含まない	含む場合がある

※日本ではニコチン入り電子たばこは販売されていませんが、個人輸入などで入手される場合があります。

せす、装置内の液体を電子で加熱して発生する蒸気を吸い込む製品です。製品によっては有害物質が含まれていることが報告されています。

【ニコチン】
強い依存を引き起こす。毛細血管を収縮させ血圧を上昇させる。
【タール】
歯や壁を黄色・茶色に変色させる。発がん性物質を多く含む。
【一酸化炭素】
動脈硬化を促進する。

■喫煙後も注意
たばこはどの種類でも、吸う人だけでなく周囲の人の健康にも影響を及ぼします。近年の研究では、喫煙後も約45分間は呼吸からたばこの成分が放出されていることが分かっています。
自分と大切な人の命と健康を守るため、禁煙を始めませんか？
参考：厚生省ホームページ、国立研究開発法人国立がん研究センターホームページ、日本医師会ホームページ

【譲ります】
☆小学校女子制服☆野々市中学校女子制服☆布水中学校男女制服☆炊飯器☆一人掛けソファ☆天体望遠鏡☆ベビーカー☆チャイルドシート☆キッズシート☆寝袋☆本棚☆じゅうたん☆たすき☆CDラジカセ☆スチームアイロン☆折り紙
※全て無料

ご利用ください
リサイクル情報ダイヤル ☎227-6053
4月21日現在

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

※内…内科、外…外科、小…小児科、薬…薬局

[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。]

日	科	医療機関	所在地	電話番号
5月6日(水・振休日)	内	だもん内科・腎透析クリニック	押野一丁目 400	294-0066
	内	ちくだ医院	白山市倉光六丁目 35	275-6341
	外	聖来美クリニック	白山市井関町 115-1	278-7070
	小	南ヶ丘病院	西部中央土地区画整理事業施行地区 56 街区 1 番	256-3366
	薬	美川らいふ薬局	白山市井関町 115-2	278-5800
5月10日(日)	内	山本クリニック	新庄一丁目 273	246-1661
	内	ながしまクリニック	白山市北安田町 972-1	275-1115
	外	小村整形外科	扇が丘 488	259-5656
	小	つばきの郷こどもクリニック	徳用三丁目 330	294-3725
	薬	コメヤ薬局	白山市鶴来本町二丁目ワ 43	273-1155
5月17日(日)	内	なかざわ腎泌尿器科クリニック	新庄六丁目 445	248-2488
	内	織田内科クリニック	白山市鶴来本町三丁目ヲ 11	273-9100
	内	なかでクリニック	白山市鹿島平 11-60	278-5511
	内外	福留クリニック	白山市福留町 179-1	277-3133
	小	斉藤小児科医院	白山市馬場二丁目 16	275-3110
薬	シメノドラッグ鶴来薬局	白山市月橋町 705-1	250-7010	

※5月3日(日・祝)、5月4日(月・祝)、5月5日(火・祝)は広報4月号に掲載しています。

◎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。
◎休日当番医は変更する場合があります。最新情報は、新聞や石川県医師会または市ホームページで確認してください。
◎休日夜間の救急指定病院の問い合わせは、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	R 8. 1月後半生まれ	6月12日(金)	対象者に送付する通知で日程・受付時間などを確認してください。
	R 8. 2月前半生まれ	6月25日(休)	
7か月児相談	R 7. 11月生まれ	6月4日(休)、17日(火)	
10か月児相談	R 7. 8月生まれ	6月10日(火)、24日(火)	
1歳6か月児健康診査	R 6. 11月生まれ	6月3日(火)、16日(火)	
3歳4か月児健康診査	R 5. 2月生まれ	6月9日(火)、23日(火)	
オンライン相談	妊婦および1歳ごろまでの子を持つ保護者を対象に実施します。詳細は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29日(月)13:30~15:00 ※6月24日(水)までに要予約 ※詳しい参加条件は市ホームページを確認	
生活習慣病予防健康・栄養相談	市民	6月30日(火)①13:30②14:15③15:00 ※6月26日(金)までに要予約	