



SKM 通信の発行を開始します

2月、第1回公開会議で「市民の健康を守る会」の発足式と会員さん募集を開始しました。

3月、facebook を開設しました。

4月、事務所に第2回会員会議を行い、運営委員会にて提案した活動方針について議論を行い、同意をいただきました。

6月、事務連絡にて、市からの回答や今後の予定等について報告いたしました。

<通信発行の理由>

facebook (FB) を開設してから、受動喫煙に関する情報をFBに掲載することが多くなりました。しかし会員さんのすべてがfacebook をご覧になれるわけではありません。また、インターネットを利用されない清瀬市民はたくさんおられます。「市民の健康を守る会」の存在を知っていただくためにも通信を発行し手に取っていただくことで、会の認知が高まり、受動喫煙対策もしは前進するのではないかと思います。発行の頻度は不定期とし、内容があれば発行することといたします。

清瀬市まちづくり委員会へ提案

9月12日、「清瀬市内子ども関係機関周辺を禁煙地帯に!」という題で、提案書を企画課へ提出しました。

<facebook> 2016.10.16.清瀬市民まつり

お天気にめぐまれ、たくさんの人出があり良かったですね。写真はごみ減量課(魚森さんを探せの受付をした所)のテント裏から撮ったものです。こんな分かりやすい幟があるなら、お祭りだけでなく、終日、特定分煙強化地区のあちこちに立ててほしいです!



公開出前講座「あなたの肺は大丈夫?」結果

8月27日(土)に開催した講座、台風の影響で雨天であったにも関わらず30人の参加がありました。健康推進課の保健師さんの講義は大変わかりやすく、1年間たばこを吸い続けたニコチンの量(写真)に皆



(写真) 1日10本、タバコを毎日吸い続けた場合のタールの量

びっくり。アンケートでも「50年前に知っていたら〜」「家族・知人に伝えたい」など多くの感想をいただきました。

講座後の肺年齢測定希望者は19人、呼吸器科医への相談は5人と人数が多く、結構待たせる方も出てしまいました。

<facebook> 2016.9.1.毎日新聞より

肺がん発症1.3倍

国がん研究センターは31日、たばこを吸わない日本人の受動喫煙による肺がんのリスクは、受動喫煙のない人に比べて約1.3倍高いとの解析結果を発表した。これを踏まえ、同センターは肺がんに対する受動喫煙のリスク評価を「ほぼ確実」から、全がんに対する飲酒や喫煙、肝がんに対する肝炎ウイルスなどと同じ「確実」に格上げした。

(ついでに解説) 他人のたばこの煙を吸う受動喫煙は、循環器や呼吸器の病気、乳幼児突然死症候群にも影響することが分

受動喫煙リスク「確実」

同センターは、日本人の受動喫煙と肺がんの関連を報告した426本の論文のうち、非喫煙者の女性の肺がん発症と夫の喫煙状況を調べた研究など1984〜2013年に発表された9本を統合して解析した。この結果、家庭内で受動喫煙がある人は、ない人に比べて肺がんになるリスクが1.3倍高くなり、海外の解析結果と同様だった。

同センターはホームページや冊子で、科学的根拠に基づき「日本人のためのがん予防法」をまとめているが、喫煙については「吸わない。他人のたばこの煙を避ける」と明記し、これまでの「できるだけ避ける」との表現を改める。「下 桐実雅子」

がんセンター 評価厳しく

喫煙習慣は肺や食道などさまざまながんリスクを高めていることが明らかになっており、がんによる死亡のうち男性の40%、女性の5%は喫煙が原因と考えられている。しかし、受動喫煙についてはほとんどの研究で肺がんリスクの上昇を示すものの、統計学的な関連性は明確になっていなかった。

<facebook> 2016.8.23

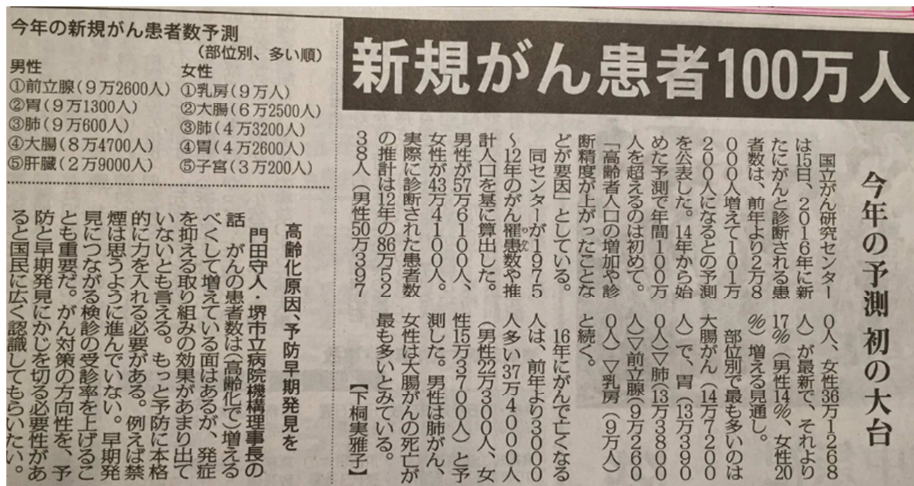
清瀬市内禁煙のお店一覧に3店(ジョナサン、ニコラ、ヒロ)追加しました。竹丘1丁目にあるジョナサン、土・休日かなり長時間全席禁煙で嬉しいのですが、外に置かれた吸い殻入れ(喫煙所)が入口すぐ横にありました。ここで喫煙する人がいればもろに受動喫煙してしまいますね。敷地が広いので喫煙コーナーを店の裏側とかに移動できないものでしょうか。残念です。



<facebook> 2016.7.15.毎日新聞より

今年、新たに”がん”と診断される人は100万人。コメント欄で、「高齢化で増えるべくして増えている面はあるが、発症を抑える取り組みの効果があまりでないとも言える。」「例えば禁煙は思うように進んでいない。」との発言を紹介しています。

都知事選に立候補した鳥越さん、記者会見で「がん検診100%」を訴えました。発病した人の早期発見は重要ですが、もっと重要なのは発病しないように生活習慣を改善し”予防”することです。これが最もコストパフォーマンスが高いはずですが、どうしてこれを掲げてくれなかったかなあ、とちょっと残念です。



清瀬市内飲食店 禁煙のお店一覧 2016.10.5



清瀬の蛍・向日
葵に恥じない
よう空気も清
らかに

禁煙のお店一覧

食事するなら禁煙のお店を選びましょう。残念ながら喫煙のお店でも、勇気を持って「なるべく煙のこない場所をお願いします」と言ってみましょう。結構、親切に対応してくれる店があるものです(ありました)。

そのような店であれば、遠からず禁煙の店になるでしょう。客が声を出さなければそのまま、声を出せば禁煙の店は増えていきます。

※ 禁煙のお店一覧は、1店でも情報が入れば更新しています。更新ごとfacebookよりお知らせしています。

アルブル[フレンチ]	松山1	終日完全禁煙
いちご[カフェ]	上清戸2	
田舎うどん篠新[うどん/そば]	松山2	
うどん亭なべきち[武蔵野うどん]	竹丘2	
eft.siz(エフト)[café & snacks]	元町1	
d style café(ディー・スタイル・カフェ)[喫茶/ランチ]	元町2	
北の厨房(東京病院1F)	竹丘3	
ギャラリーカフェバー ナルドの壺	元町1	
ぎょうざの満州[食事]	元町1	
清寿司	上清戸2	
くう[喫茶/自家製酵母パン]	松山1	
コイノニア・キッチン[韓国料理]	元町2	
しゃぶ葉[しゃぶしゃぶ]	上清戸2	
スターバックコーヒー	元町1	
ダルバール[インドカレー]	野塩1	
秩父そば(清瀬駅北口構内)	元町1	
ブティポアンじょうねん[フレンチ]	松山2	
ふわっとん[カフェ]	上清戸1	
マクドナルド	元町1	
松屋[牛丼]	松山1、野塩4	
ミスタードーナツ	元町1	
無添くら寿司	野塩4	
らあめん花月嵐[ラーメン]	元町1	
和茶[喫茶]	松山1	

魚久[和食/会席]	松山1	ランチ禁煙
楓[創作/自然食]	松山2	ランチ禁煙
ジョナサン駅前店[ファミレス]	元町1	土・日10:00~15:00禁煙
ジョナサン清瀬店[ファミレス]	竹丘1	土・休日10:00~22:00禁煙
ニコラ[ピザ]	松山1	Open~15:00禁煙
HashuCafe(ハッシュカフェ)[カフェ/イタリアン]	松山1	Open~15:00禁煙
hiro(ヒロ)[創作/魚介/海鮮]	元町1	ランチ禁煙
ポポラマーマ[パスタ/イタリアン]	元町1	平日Open~15:00禁煙 土・日・祝日禁煙
めんりき匠[ラーメン]	松山1	Open~14:00禁煙

市民の健康を守る会 in 清瀬 facebook あり
禁煙のお店を教えてください！

(上記情報に間違いがあればご連絡ください)

事務局:cofun_kiyose@yahoo.co.jp

↑ 店内全席禁煙の時間