



Our community

## 夢中になる時間

自治会・ボランティア団体・学校・サークル団体などの活動を紹介

### 地頭たのしみ会

6年前、夫を亡くして地域で一人暮らしになった人を心配し「毎日どうして暮らしているのか、寂しくないかな、会って話ができる場がほしいね」という声が上がりました。当初は第3金曜日だけ集まって、終わった後にお弁当を配達してもらい、おしゃべりをするのも楽しみの一つでした。年齢や身体的に続けられなくなる人もいますが、新しく加入する人もいて、今は毎

回7〜8人ほどで第1・3金曜日にサロンドすれつちなどを楽しんでいます。雑談をしながらお弁当を食べることも今はコロナで自粛していますが再開を楽しみにしています。地域の人は誰でも参加できます。一緒に体操をする仲間が増えればうれしいです。▼詳しくは、高齢者支援課(☎66・1008)へ。



掲載団体を随時募集中 ④広報広聴課(☎66・1004)  
自治会・ボランティア団体・学校・サークル団体などの活動を紹介(応募多数の場合選考)。下コードからアクセス可。



## 叙勲、功績者、全国大会等で優勝、出場者を紹介

### 高齢者叙勲

#### ◆瑞宝双光章

大竹一生(北吸教育功労(元公立小学校長(京都府)) (以上敬称略)10月1日発令)

### 秋の叙勲

#### ◆旭日双光章

桐野正明(倉谷) 地方自治功労(元舞鶴市議会議員) 坪倉大作(清原中町) 援護功労(二財) 日本遺族会理事 福村暉史(吉原) 地方自治功労(元舞鶴市議会議員)

#### ◆旭日单光章

蒲田忠夫(瀧尾) 地方自治功労(元舞鶴市公立土委員) 全委委員長

#### ◆瑞宝小綬章

河下實(大内野町) 裁判官功労(元小浜簡易裁判所判事)

#### ◆瑞宝单光章

小椋雄嗣(愛宕中町) 消防功労(元舞鶴市東消防団団長) 小和田清(二福米) 消防功労(元舞鶴市余内消防団団長) (以上敬称略)11月3日発令)

### (一社)大日本水産会水産功績者

楠幸弘(田井) 漁業関係 京都府漁業協同組合理事として水産業の振興と発展に貢献した功績が評価されました。(以上敬称略)

### 全国大会で優勝

☆第66回全日本学生個人選手権大会(11月6日〜8日、大阪府)

◇ウエイトリフティング女子55kg級 井崎秀夏(東京国際大4年、城北中出身)

### 全国大会出場おめでとう

☆第12回全日本空手道選手権大会(10月4日、神奈川県)

◇中学3年男子55kg以上組み手部 大村宙夢(白糸中3年)

### ☆JOCジュニアオリンピックカップ

全国中学生陸上競技大会2020(10月16日〜18日、神奈川県)

◇走り幅跳び 浦川尚樹(城北中3年)

(以上敬称略)

### 市議会が政務活動費等を返還

市議会では、新型コロナウイルスに係る特別委員会を設置し、感染拡大防止などに関する調査研究・対応の検討のほか、国へ支援強化などを求める意見書の提出などに取り組んでいます。このたび、会派に交付される政務活動費と議会費の一部である5,401,000円を返還します。これは市の新型コロナ対策への財源として活用されます。 《議会事務局》

健康づくり課(☎65・0065)

## 新しい時代の喫煙事情 肩身が狭くならない吸い方とは

害物質が含まれており、喫煙者の周囲にいる人もたばこを吸っている状態になってしまいます。

受動喫煙を二次喫煙というのに対し、喫煙者の持ち物などから発せられるたばこ臭を吸うことを「三次喫煙」といいます。壁や床、カーテンなどにしみ込んでいたり、服や髪の毛にも付着しているたばこ臭を吸うことがこれにあたります。また、吸い終わった直後4〜5回までの息にはたばこを吸っている時と同じくらいの有害物質が含まれています。たばこの有害物質は集中力や体調にも影響があります。喫煙時だけでなく「吸った後も」煙が無くても「受動喫煙に気を付けないといけません。」

### 「換気扇の下」「ランド」ならOK!

ホタル族が流行語となったのはもう30年以上も前ですが、受動喫煙対策に換気扇の下やベランダで喫煙するという人は多いと思います。その方法で受動喫煙は防げるのでしょうか。実は、家庭の換気扇では、たばこの煙に含まれる多くの有害物質は取り除けません。また、ベランダに出ても近隣の迷惑になったり火の粉



健康増進法の改正で、4月から原則屋内禁煙となり、飲食店のテラスからも灰皿がなくなりました(例外を除く)。そんな社会の流れから、家庭や車内で喫煙する機会が増えていませんか？

「喫煙にあれこれ言われたくない」という気持ちと「受動喫煙をしたくない」という気持ちは表裏一体。吸いたい人と吸いたくない人どちらも不快にならないために、注意すべきことを紹介します。 昨年の市の特定健診の問診で「喫煙あり」と答えた人は14・3割で、全国のは8割より多く、中でも40代、50代の働き盛り、子育て世代に喫煙者が多い傾向がありました。

### 喫煙時以外も周囲に影響「二次喫煙」

他の人が喫煙している煙を吸い込んでしまうことを受動喫煙といいます。たばこから出る煙(副流煙)は、喫煙者が直接吸い込む煙(主流煙)よりも高い濃度の有

〈共通〉場所は中総合会館。申し込みはいずれも前日までに電話で

## 健康教室と相談カレンダー

	対象	日時	内容	定員	料金	
健やか育児相談	乳幼児の保護者	12月21日(月)9時30分〜11時	◇育児の悩み相談 ◇歯・食事の相談 など	先着20人	無料	
歯っぴースマイル教室(2歳児むし歯予防教室)	2歳6か月児	H29.10.25〜H30.3.31生まれ	◇歯の話 ◇歯科健診 ◇フッ素塗布	先着各20人	300円	
	2歳児	H30.4.24〜9.23生まれ				12月10日(木)9時〜10時45分
	2歳6か月児	H29.11.25〜H30.4.24生まれ				12月17日(木)9時〜10時45分
2歳児	H30.5.24〜10.22生まれ					
離乳食教室	5〜6か月児の保護者	12月18日(金)13時30分〜16時	◇離乳食の話と体験	先着12人	無料	
助産師相談	妊産婦、新生児・乳児	12月9日(水)9時〜11時	◇妊娠中の相談 ◇産後や子育ての相談	先着5人	無料	

◆健診は済みましたか?…後期高齢者健診は12月末まで。集団健診は12月23日(水)までです。  
【問い合わせ先】◇後期高齢者…保険医療課(☎66・1075)◇集団健診…健康づくり課(☎65・0064)