

～地域密着型の病院を目指して～



# しがらき

甲賀市立信楽中央病院 広報誌



三筋の滝 滝口

## ワクチン接種についてお願い

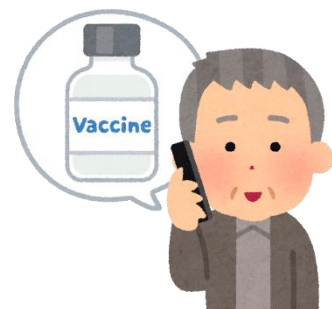
ワクチン接種の開始時間は、**15時または16時**からとなっております。医師は、ワクチン接種の開始直前まで他の業務を行っております。あまり早くに来院されても、対応が難しい場合がございます。

受付開始時間 14時45分または15時45分となっております。早めにお越しいただいても、ワクチン接種の開始は**15時または16時**からとなりますので、長い待ち時間が生じる可能性がございます。

皆様には、予約された時間にお越しいただきますようお願い申し上げます。

## ワクチン接種のキャンセルについて

ワクチン接種のキャンセルをする際には、必ず当日でも事前に病院にご連絡いただけるようお願い申し上げます。当日のワクチンの用意は、予約人数に合わせて行なわれており、無駄になってしまう可能性がございます。ご理解とご協力、何卒よろしくお願い申し上げます。



# 健康な未来のために、禁煙を考えよう

たばこは、私たちの健康に大きな影響を及ぼすことがわかっています。肺がんという恐ろしい病気について考えてみましょう。1950年（昭和25年）には年間1000人の人々が肺がんでなくなっていました。2020年（令和2年）ではその数、なんと75,585人です。そのうち女性は22,338人に上ります。この大きな変化は、たばこの販売数の増加と関連しています。たばこを吸うことが肺がんのリスクを高めることが明らかになっており、たばこを吸う人々の中で肺がんの死亡数も増加しているのです。特に喫煙率の高い男性で、この傾向が顕著に見られます。



しかし、私たちはこの厳しい現実を変えることができます。それが「禁煙」です。

たばこを吸うことで体内には有害な化学物質が取り込まれ、肺を傷つけ、炎症を引き起こします。その結果、肺がんのリスクが高まります。禁煙を選ぶことで、肺は少しずつ回復し始め、肺がんのリスクを大幅に減少させることができます。さらに、肺以外にも心臓や血管、全身の健康に良い影響を与えます。長期的に見ても、禁煙は質の高い生活を送るための重要な要素です。

禁煙は難しいと感じるかもしれませんが、医師のサポートや禁煙補助具を利用することで成功する可能性は高まります。肺の病気から身を守り、健康な生活を手に入れるために、禁煙を考えてみませんか？



## 喫煙者の方へお願い

たばこを吸う際には、副流煙が発生することが知られています。副流煙は、たばこの燃焼時に放出される煙のことであり、これを吸い込むことは、実際にたばこを吸っていると同様に健康に影響を及ぼします。

特に子供がいる場所や家族がいる場所では、副流煙の影響は深刻です。子供の呼吸器系は成人よりも未熟であり、副流煙に含まれる有害物質は、子供の喘息や呼吸器感染症などの健康問題を引き起こす可能性があります。

受動喫煙によるリスクは、喫煙者本人だけでなく、周囲の人々にも広がります。そのため、バス・電車・飛行機・公共施設などはすべて禁煙になっております。家族を守るためにも家内や車内に家族がいる場合は喫煙を避けましょう。