



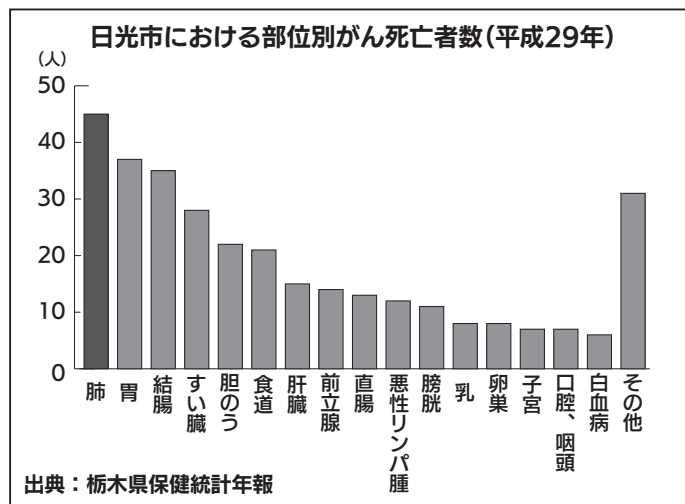
禁煙は最大のがん予防

『禁煙』+『がん検診』で肺がんから身を守る

申込みおよびくわしくは 健康課 ☎(2) 2756

◆がんの中で「肺がん」が第1位

日光市民の皆さんが亡くなる原因（死因）で最も多いのは「悪性新生物」、いわゆる「がん」です。そして、一番多いがんは、「肺がん」です。特に男性に多く、平成29年に日光市



の肺がん で亡くなった方は45名で、うち、37名が男性でした。

◆タバコの煙から子どもたちを守りましょう

タバコの煙には、発がん物質を含む有害化学物質が300種類近く含まれています。市は、小中学生や高校生を対象に「喫煙防止教室」を始めて10年を迎えます。講師である栃木県立がんセンターの神山由香理医師は「タバコの本当の話」を子どもたちに語り続けています。

この教室で行っている調査によると、家族の喫煙習慣者の割合は10年前とほとんど変わらず、約6割の家庭で家族の誰かがタバコを吸っている現状が明らかになりました。

タバコを吸った人の吐く息からタバコの有毒ガスがなくなるには、30分以上の時間が必要です。たとえば、そこにタバコの煙が立ちのぼっていないくても、子どもたちはタバコ由来の有害物質にさらされているのです。

◆禁煙を応援します

喫煙はニコチンによる依存症です。タバコは「やめるもの」ではなく、「治す病」です。1度目の禁煙で成功する人は少ないものです。今からでも遅くありません。禁煙治療薬を使うことで、とても楽に禁煙ができます。禁煙に必要なのは「意志」よりも「医師」といわれています。自分ひとりで頑張る必要はありません。まずは禁煙外来を活用しましょう。

◆禁煙+がん検診

市で実施する肺がん検診は65歳以上の方であれば無料で受けられます。その他、胃・大腸・子宮・乳・前立腺がんの検診も実施しています(検診項目により性別や年齢の制限、また費用が異なります)。ぜひ、がん検診を受診して、がんの早期発見・早期治療にお役立てください。お申込みおよび詳細については、健康課までお問い合わせください。

ポイント^たを貯めて健康とクオカード^たを手に入れよう！
くにつこう健康マイレージ

「につこう健康マイレージ」を存じですか？ 健康づくりに関す

るポイントを貯めて申請すると、クオカードがもらえます。皆さん、ぜひチャレンジしてください！

対象：19歳以上の市民の方

必須条件：特定健診・はつらつ健診・一般健診、職場での健診、人間ドックなどの受診

応募内容：チャレンジポイント数を達成した方全員にクオカードをプレゼント

申請期限：令和2年3月31日(火)

※マイレージの記録用紙(チャレンジシート)は問合先の他、保険年金課、各行政センター、地区センターなどで配布

STEP 1：毎日の健康記録ポイントを貯める

「運動」「食事」「歯」の健康づくりを4週間行い、チャレンジシートに記録する

STEP 2：ボーナスポイントを貯める

がん検診などの受診、ポイントがつく教室・講座・イベントへの参加、民間スポーツクラブ(フィットネスクラブなど)・自主サークル・ボランティア活動、禁煙外来の受診など、該当する項目をチャレンジシートに記録する

STEP 3 申請

※健康課または各行政センター、各地区センター・出張所へチャレンジシートを提出

8月は平和月間です

くわしくは 総務課 総務係 ☎(21)5130

市は、世界の恒久平和を願い、平成19年3月に「非核平和都市」を宣言しました。

また、8月を平和月間とし、中学生の広島平和記念式典派遣、平和パネル展など、平和に関する事業を集中的に実施し、「非核平和」の呼び掛けを行っています。広島、長崎の悲劇を忘れることなく、絶対に繰り返さぬよう、全世界に向けて核実験、核戦争、核兵器の廃絶を訴えましよう。

今年も広島、長崎の両市で原爆死没者の霊を慰め、世界の恒久平和を祈念して、平和記念式典が行われます。また、終戦の日には全国の戦没者を追悼し、平和を祈念する全国戦没者追悼式も執り行われます。家庭や職場で、恒久平和を願い黙とうをささげましょう。

◎黙とう時間

◆広島市…8月6日(火)午前8時15分から1分間

◆長崎市…8月9日(金)午前11時2分から1分間

◆終戦の日…8月15日(木)正午から1分間

※各日、市内に設置している防災用屋外スピーカーと戸別受信機からお知らせします

◎平和パネル展

平和月間中、市役所本庁および各行政センターで実施します。



パネル展の様子

広島平和記念式典派遣事業報告会

平和の大切さと世界遺産への理解を深めてもらうため、市内中学2年生の各校代表生徒を8月5日～7日に広島へ派遣します。広島で見てきたことや感じたことを皆さんに報告する会を開催します。申込不要ですので自由にご参加ください。

とき…8月17日(土)午前10時30分～正午
会場…市役所東庁舎3階

定員…150名程度

問合先…学校教育課 ☎(21)5181



市営住宅入居者へ 「収入申告書」の提出をお願いします

市営住宅に入居している方は、令和2年度の家賃を算定するため、入居者および同居親族の平成30年1月1日～12月31日の収入などの申告が必要です。

通知をお送りしますので、内容をご確認の上、所定の用紙に記入し、必要書類を添付して担当窓口まで提出してください。

提出期限までに申告書の提出が無い場合は、収入の確認ができないため、法律の規定により所得に関わらず、通常より数倍高額の近傍同種の家賃となります。

期限までに忘れずに提出してください。提出期限は8月30日(金)までです。

近傍同種の住宅家賃と市営住宅の家賃の違いは？

近傍同種(民間賃貸住宅並み)の家賃は、償却費、修繕費、管理事務費、損害保険料などを基に設定されています。一方、公営住宅の家賃は、住宅に困っている低所得者に対し安い家賃で賃借する目的で設定されています。

また、国からの補助を受けて建設および管理されているため、民間の住宅家賃の半額以下程度になるように設定されています。

家賃などの期限内納付にご協力ください

家賃および駐車場使用料は毎月25日が納期限です。納期限までに納入しない場合、督促状を発送します。

なお、家賃を3カ月以上滞納すると、連帯保証人にも催告書を送し、住宅の使用許可の取り消しや、明け渡し請求を行う場合があります。

裁判などを行うこともありますので、家賃を納められない特別な事情がある場合には、各担当窓口までお早めにご相談ください。

提出先およびくわしくは

建築住宅課 ☎(21)5164
 ①産業建設係 ☎(54)1114
 ②産業建設係 ☎(76)4107
 ③産業建設係 ☎(93)3117
 ④産業建設係 ☎(97)1133