

圏央道

## 大栄～多古間が開通

11月7日(土) 午後3時に、圏央道の大栄JCT～多古IC間(9.1キロメートル)が開通します。また、区間内に新設される圏央成田IC(川上地先)と多古ICにも利用できるようになります。



開通する大栄～多古間



※くわしくはNEXCO東日本お客様センター(☎0570-024-024)へ。

応急手当講習会

## 心肺蘇生法とAEDの操作方法を学べます

**対象**＝市内在住・在勤・在学の中学生以上

**申込方法**＝各開催日の前月の1日から1週間前までに各申込先へ。市ホームページにある専用フォームからも申し込めます



応急手当講習会

### 普通救命講習1

**時間**＝午前9時～正午

**内容**＝成人に対する心肺蘇生法とAEDの操作方法などを学ぶ

| 開催日       | 会場            | 定員<br>(先着順) | 申込先               |
|-----------|---------------|-------------|-------------------|
| 12月13日(日) | 市役所6階<br>大会議室 | 30人         | 成田消防署<br>☎20-1594 |
| 1月17日(日)  | 赤坂消防署         | 30人         | 赤坂消防署<br>☎26-3210 |

### 普通救命講習3

**時間**＝午前9時～正午

**内容**＝小児・乳児に対する心肺蘇生法とAEDの操作方法などを学ぶ

| 開催日     | 会場            | 定員<br>(先着順) | 申込先               |
|---------|---------------|-------------|-------------------|
| 3月7日(日) | 市役所6階<br>大会議室 | 30人         | 成田消防署<br>☎20-1594 |



AEDの操作を実践

### 上級救命講習

**時間**＝午前9時～午後5時

**内容**＝成人・小児・乳児に対する心肺蘇生法とAEDの操作方法、止血・保温・搬送の仕方などの応急手当てを学ぶ

| 開催日     | 会場            | 定員<br>(先着順) | 申込先             |
|---------|---------------|-------------|-----------------|
| 1月9日(土) | 市役所6階<br>大会議室 | 40人         | 救急課<br>☎22-1273 |

### 市ホームページでも心肺蘇生法が学べます

心肺蘇生法の手順を市ホームページに掲載しています。写真付きでポイントを分かりやすく解説しています。



心肺蘇生法

※参加費は無料です。くわしくは救急課へ。

## チャリtoNRT 秋篇

## アキ足らないアナタへ。走るベキ秋がある

市では、騒音地域の活性化を図るため、サイクリングコースを設定しています。

コースの一つをチャリtoNRT公式PRアンバサダーのbekiさんと巡るサイクリングツアーを開催します。

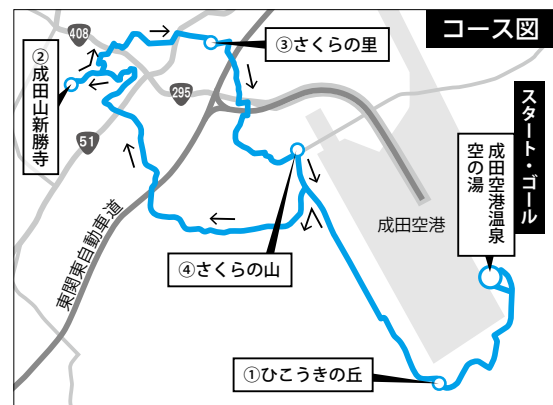
**日時**＝11月28日(土) 午前11時15分～午後3時30分

**集合場所**＝成田空港温泉 空の湯(芝山町)

**対象**＝中学生以上(中学生は保護者同伴)



任命書を手にするbekiさん(左)と小泉市長



**参加費**＝無料(自転車をレンタルする場合は2,500円)

**申込方法**＝専用サイトから申し込む



専用サイト

※くわしくはJTB千葉支店(☎043-201-6315)へ。

## 喫煙による 健康被害

## たばこの影響を知っていますか

### 別名「たばこ病」

慢性閉塞性肺疾患(COPD)は、たばこの有害物質を吸い込むことで、気管支や肺に炎症が起こり呼吸困難になる病気です。別名「たばこ病」とも呼ばれ、慢性的なせきやたん、息切れが特徴です。

重症化すると呼吸不全に陥り、酸素投与が必要になるなど、命に関わる病気へと発展します。重症化させないためにも早期発見と早期治療が必要です。

### 全身に影響を及ぼす

喫煙によって肺に起こった炎症が全身に影響し、糖尿病や心血管障害(心筋梗塞、狭心症、脳血管疾患)を引き起こすリスクがあります。

また、COPDを発症していない喫煙者に比べて、COPD患者の方が肺がんの発生率が高いといわれているほか、息切れにより活動性が低下して要介護状態になってしまうこともあります。

### 周囲にも影響が

たばこから立ち上る煙(副流煙)には、喫煙者が直接吸い込む煙(主流煙)よりも発がん性物質や二

コチン、一酸化炭素などの有害物質が多く含まれています。

この有害物質は、肺がん、虚血性心疾患、脳卒中、COPDなどの原因となります。さらに、妊婦がたばこの煙を吸い込むことで、乳幼児突然死症候群を引き起こす要因になるといわれています。

そのほかにも、子どものぜんそくの原因となるなど、周囲の人の健康も脅かすことになります。

### 屋外での「受動喫煙」防止にご協力を

健康増進法では、望まない受動喫煙をなくすために、学校や病院、行政機関などの敷地内では原則禁煙としています。

また多くの人が利用する飲食店などの施設については、原則屋内禁煙とするなど、受動喫煙対策が強化されています。

「たばこの煙を吸わされて困っている」と多くの人から相談が寄せられています。人通りが多い場所での喫煙は控え、周囲の人に配慮をお願いします。

※くわしくは地域医療政策課(☎27-1119)へ。