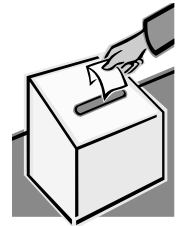


6月22日は大崎町農業委員会委員選挙の投票日です

任期満了に伴う大崎町農業委員会委員選挙が6月22日に執行されます。

- ◎日 程 選挙期日の告示日、立候補届の受け付け……6月17日(火)
投票日……6月22日(日)
期日前・不在者投票……6月18日(水)～6月21日(土)
- ◎投票時間 (投票日当日) 7:00～18:00
※ただし、第7投票区(立小野公民分館)は7:00～17:00
(期日前・不在者投票) 8:30～20:00
※場所=大崎町役場1階ロビー
期間=6月18日(水)～6月21日(土)
- ◎投票できる人 農業委員会委員選挙人名簿に登録されている人



立候補予定者説明会の開催について

町の選挙管理委員会では、大崎町農業委員会委員選挙の立候補予定者に対する説明会を次のとおり開催します。立候補を予定されている人は、定刻までにご参集ください。

- ◎日 時 6月3日(火) 午後1時30分から
 - ◎場 所 大崎町役場 別館2階会議室
 - ◎持参するもの 印鑑、筆記用具
- ※本人が出席できない場合は、必ず代理人の出席をお願いします。



保健師だより

「ニコチン依存症」

「分かっていけど止められない」、「意志が弱いので、吸ってしまおう」とは、愛煙家の方々からよく聞かれる声です。たばこが体に悪いことは知っていても喫煙してしまおう。つまり、たばこの害に関する知識が増えることが、必ずしも禁煙にはつながらないようです。

今年の3月から、自動販売機からたばこを購入するのに、成人識別ICカード「タスポ」が必要になりました。その他にも、たばこを吸える場所の制限や価格の引き上げなど、たばこの規制は世界的な流れです。そういった世の流れもあいまって、先進国の喫煙率は下がりがつつあります。ただし、日本の喫煙率は男性で下がり、女性で上がるという不思議な現象が起こっています。ちなみに、大崎町での喫煙者の割合は、男性35・9%、女性5・7%。その中で禁煙することに関心を持っている人の割合は、男性63・5%、女性30・6%となっています。(平成17年度大崎町民の健康に関する生活習慣行動調査結果より)

では、分かっていけど止められない人たちは、本当に意志が弱い人たちなのでしょうか。答えは「NO」です。意志の強さと禁煙とは無関係です。仕事でも家庭でも、尊敬され

る立派な意志の強い人たちが、禁煙だけはできないということは、よく聞く話です。

では、なぜ、たばこは止められないのでしょうか。それは、「ニコチン依存症」という脳の病気だからです。平成18年から保険診療の対象にもなりました。依存には、心と体の二つがあり、物質や行為によって快楽を生じ、それを止めると精神的・身体的症状を来すものです。あなたの意思と関係なく沸いてくる吸いたい気持ち、それが依存症の本質です。物質には、ニコチン以外にもアルコールや麻薬、覚醒剤などがあり、行為には、ギャンブル、飲食、買い物、インターネットなどがあります。

そのように考えると、禁煙には心と体の両面からの介入が必要になってくるようです。カウンセリングなどによる間違った思い込みからの開放と、ニコチンパッチなどの体の依存からの開放です。禁煙外来なども利用しながら、無理なく、たばこから開放された毎日を送ってほしいものです。

このような治療と併せて町では、7月に肺がん検診があります。この機会を利用して、自分の健康に少しでも関心を持っていただきたいと思います。

