



5月31日は

世界禁煙デー

世界保健機関(WHO)は、5月31日を「世界禁煙デー」に定め、たばこの害について啓発し、喫煙しないことが一般的な社会になることをめざしています。

【担当課】健康づくり課 ☎03-3602-1268

●あなたの大切な人を守るために

たばこの煙には200種類以上の有害物質が含まれており、がんや脳卒中、心筋梗塞だけでなく、慢性気管支炎や肺気腫などさまざまな病気の原因になります。また、妊婦の方の喫煙や周囲での喫煙は、胎児の発育に悪影響を与えてしまいます。

さらに近年では、主流煙よりも多くの有害物質が含まれる副流煙を吸ってしまう「受動喫煙」が大きな社会問題となっています。自分だけでなく家族のためにも禁煙しましょう。



●やめたくてもやめられない方は

「ニコチン依存症」という病気かもしれません。禁煙外来では医師による禁煙指導が受けられ、一定の要件を満たせば健康保険が適用されます。

保健所・保健センター(11面上欄参照)では、医療機関の案内や禁煙に関する相談を受け付けています。詳しくはお問い合わせください。

たばこによる口への影響

たばこの煙に含まれるニコチン、タール、一酸化炭素などの有害物質が口に悪影響を及ぼします。

詳しくは区ホームページをご覧ください。



①歯周病の進行

- ▶ニコチンにより歯肉からの出血が抑えられてしまい、自分で気付かないうちに悪化してしまいます。
- ▶歯肉の血行が悪く、治療しても治りにくくなります。

②口腔がん

- ▶主な原因の1つに喫煙があり、舌のへりに最も多くできます。



③歯肉や歯への着色

- ▶ニコチンによりメラニン色素が沈着し、歯肉が黒くなります。
- ▶タールにより歯の表面にヤニが付着します。

④口臭

- ▶唾液の分泌量が低下するため、細菌が繁殖しやすくなります。

口の健康を維持するために、禁煙と合わせて、かかりつけ歯科医を持ち、定期的に口の中を診てもらいましょう。

ボランティア保険の加入受付を開始します

【担当課】総務課 ☎03-5654-8136

【対象】区内でボランティア活動をしている団体の指導者および参加者

【保険期間】7月1日(木)から1年間

【保険内容】下表のとおり

保険内容		補償額	
損害賠償責任保険	身体賠償	最高 1人 最高 1事故	1億円 2億円
	財物賠償	最高 1事故	1,000万円
	保管物賠償	最高 1事故	500万円
傷害保険	死亡	1人	335万円
	後遺障害	1人	10~335万円
	入院	日額5,000円(180日限度)	
	通院	日額1,000円(90日限度)	

【申込方法】

団体の代表者が、6月8日(火)までに右表の担当課(受付窓口)に申し込みください。6月9日(水)以降も申し込みはできますが、7月2日(金)以降の保険適用となる場合があります。

昨年度の加入団体も、再度申し込みが必要です。

団体	担当課(受付窓口)	電話番号
自治町会など	地域振興課 (区役所4階405番)	03-5654-8219
国際交流ボランティア団体	文化国際課 (立石6-33-1かつしかシンフォニーヒルズ別館内)	03-5670-2259
清掃協力会など	清掃事務所(区役所敷地内)	03-3693-6113
生徒・児童対象スポーツ団体など	生涯スポーツ課 (奥戸7-17-1奥戸総合スポーツセンター内)	03-3691-7111
PTA	地域教育課 (区役所4階406番)	03-5654-8589
子ども会・青少年健全育成団体など	地域教育課 (区役所4階406番)	03-5654-8482
心身障害者福祉活動団体など	障害福祉課(区役所2階201番)	03-5654-8301
高齢者福祉活動団体など	シニア活動支援センター (立石6-38-11)	03-5698-6201
私立幼稚園父母会 私立保育園父母会	子育て支援課 (区役所4階401番)	03-5654-8297
区立保育園父母会	保育課(区役所7階707番)	03-5654-8268
私立学童保育クラブ父母会	放課後支援課(区役所4階407番)	03-5654-7613

上記以外の団体は、活動内容に応じて関連の担当課にお問い合わせください。



消費生活情報

葬儀の契約に関するトラブルに注意しましょう

葬儀は突然必要となり、慌てて葬儀社と契約を結ぶこともあります。今回は、葬儀の契約に関するトラブル事例と未然防止のためのアドバイスを紹介します。

【担当課】消費生活センター
(立石5-27-1ウィメンズパルク内)
☎03(5698)2311

事例①

急な葬儀となり、インターネットで検索した葬儀社の広告を見て、150万円のプランを申し込み、見積書を受け取った。しかし、葬儀後に請求された額は300万円と高額だった。葬儀サービスの質にも不満があり、葬儀社から差額の説明を求めたが、納得できなかった。このまま支払いをするべきか。

事例②

葬儀社に小規模な葬儀の見積りを頼んだところ、「一式30万円」と記載されていたので、各サービスを選び申し込み込んだ。届いた請求書を見たら、選んだサービスが基本プランに含まれておらず、高額なものになっていた。

アドバイス

サービスは、受けてから初めてその質や他業者との違いが分かることがあります。飲食代金や遺体安置費用などは追加料金がかかりやすい項目です。見積書を受け取ったら、項目内容を十分に確認しましょう。見積書と請求書の額に差額があれば、その理由の説明を求め、納得してから支払しましょう。

アドバイス

安価な基本プランであっても、祭壇の花やひつぎのグレードアップ、新型コロナウイルス対策の消毒など、追加サービスで費用がかさむことがあります。葬儀社との契約時には予算の総額を伝えましょう。また、打ち合わせ時には、サービスの選択などに迷うこともあるため、複数人で臨みましょう。

契約に納得できない場合は消費生活センター(☎03(5698)2311)にご相談ください。