

特集

タバコと健康



昨今、世の中は分煙、禁煙が進み、タバコ税は増える一方。愛煙家にとっては、肩身の狭く、財布にも厳しい流れとなっていますね。しかし、タバコは『百害あって一利なし』と言われます。この機会に、禁煙が進むことを願って、タバコについて2回連載で特集いたします。1回目は「**タバコの健康被害**」についてお話したいと思います。

タバコには、依存性のあるニコチンが含まれています。これが、やめられなくなる原因です。次に、多くの発癌性物質を含んでおり、**肺癌**の原因にもなり得ます。肺癌は、日本での癌の死亡者の2割近くを占めます。その他呼吸器系では、**慢性気管支炎**、**肺気腫**などといった症状を引き起こし、痰や呼吸困難に悩まされ、ひどくなると常に酸素吸入が必要になることも・・・。

さらに、あまり知られていませんが、タバコに含まれる活性酸素により、血管も障害され、動脈硬化が進み、「**脳梗塞**」「**心筋梗塞**」なども発症しやすくなるのです。

妊娠中に喫煙していると、**早産**、**流産**の危険性が高まったり、口蓋裂などの**先天性異常**や、出生後の**突然死症候群**の危険性も高まるのです！

また、タバコの害は、吸う人だけでなく、周りにいる人にも害を及ぼします。タバコから出ている「副流煙」や、喫煙者が吐き出した「呼出煙」を吸う『**受動喫煙**』により、自分の意思とは関係なく吸わされ、喫煙者と同じ健康被害を受けることとなるのです。

さらに、歩きタバコによる火の接触などの事故も度々起こっています。特に子供は、火が顔のあたりにくるので、とても危険なのです！！



確かにタバコは、吸う事で「リラックス」出来たり、「頭が醒める」「集中できる」といったことも言われるので、『一利なし』とも言いがたいのかもしれませんが、上に挙げた健康被害や、それにかかる医療費、さらに周りへの影響なども考えたら、あまりよいものではないですね・・・。ご自身やご家族、そして周りの方のためにも禁煙を始めてみてはいかがでしょうか？

それでは次回は、具体的に禁煙についてお話致します。

店舗紹介

今回は**西公園店**をご紹介します。

西公園店は、平成22年2月に開局し今年で1年を迎えました。

場所は、市営地下鉄大濠公園より徒歩8分ほどの所にあります。

薬局の周辺には大濠公園や西公園という大きな公園があり、池でボートに乗ったり、周囲をジョギングしたりと市民の憩いの場所となっています。夏には花火大会が開催され、桜の季節になると多くのお花見客で賑わいます。

開局時間 平日9時～19時
水曜9時～13時
土曜9時～16時まで

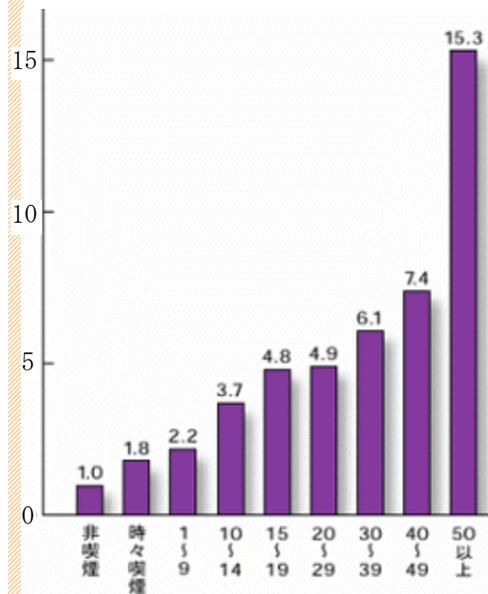


地域の皆さまの健康な生活のお役にたてるようスタッフ一同頑張りたいと思っておりますので、よろしくお願い致します。

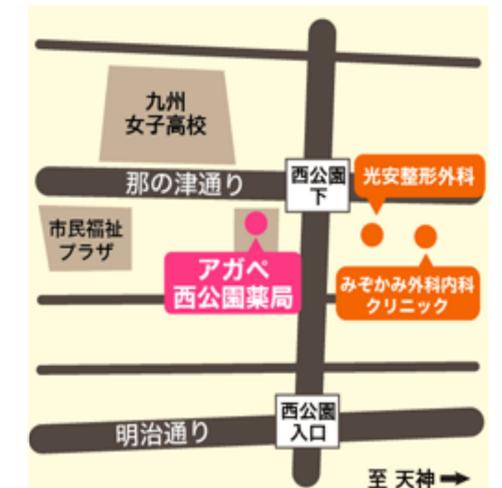
次回は**東比恵店**です。



<1日喫煙本数（横）と肺癌死亡リスク（縦）>



アガペマップ



これからの住まいと暮らし



アガペの実vol.4、5では介護保険制度、介護サービスについて特集しました。ご家族やご自身の「老後の住まい」について、お考えの方も多いためと思います。今回は**高齢者専用賃貸マンション「アソシエ御島崎」**を訪ね、お話を伺ってきました。



「アソシエ御島崎」は平成22年5月にオープンし、もうすぐ一年になります。

香椎やアイランドシティに近く、福岡都市高速を降りてすぐという交通の便も大変良いところにあります。

周りはとても静かな住宅街で落ち着いた雰囲気です。自然に恵まれた環境が魅力的です。春には桜並木を抜け海岸までお散歩も良いですし、夏の花火大会も楽しみです。

居室は様々なタイプがあり、单身でも夫婦世帯でも広々と使えそうです。日当たりも良く、バリアフリーもうれしいですね。



お部屋にはキッチンもありますが、お食事もお提供されており、広い食堂で皆さんと和気あいあい食事をするのも良さそうです。お食事は美味しくバランスのとれたこだわりのメニューが用意されています。

ショートステイも一泊から利用可能なので、体験してみるのも良いですね。

24時間365日サポート体制が整えられています。ちょっと自分だけでは不便なことも、手助けしてもらえると安心感がありますね。



食堂

デイサービスセンターも併設されており、利用者の方の希望に沿ったレクリエーションやリハビリも行われています。利用者の方は平均年齢80代後半とのこと。少しお話させていただきましたが、みなさんお元気な方ばかりです。自分のペースで楽しめますそうですね。



ほっとできる住まいをお探しの方、**高齢者専用賃貸マンション**も選択肢のひとつに考えてみてはいかがでしょうか。

高齢者専用賃貸マンション「アソシエ御島崎」
福岡市東区御島崎2丁目3-5
092-663-1134

つらい鼻水・鼻づまりに パブロン点鼻JL

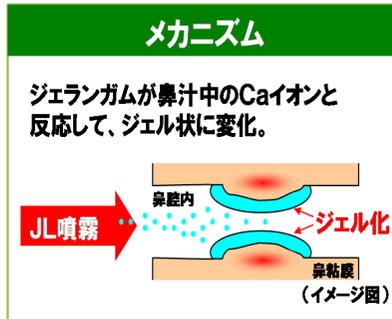
クーポン券
店内商品5%オフ
(一部除外品目あり)
vol.11



① 患部でジェル化
液だれしにくく、炎症患部に長く留まる

② 噴霧時は液体
液体=粒子が細かい鼻の奥まで広がる

③ pHコントロール
更に進化! 花粉が割れにくい



鼻粘膜のはれや充血・アレルギー症状をおさえ、鼻づまり・鼻水等の不快な鼻炎症状を効果的に改善します

有効成分が霧状の微粒子となって、鼻の奥深くまで均一にいきわたります
噴霧した薬液が鼻粘膜上の炎症患部でジェル化し、長くとどまります
液垂れもしにくくなりました



定価1029円を **¥798 (税込)**

※一部お取り扱いしていない店舗がございます