

有毒植物の誤食にご注意を!!
 ~よく確かめて味わいましょう~

毎年春先から夏にかけて、野草や家庭菜園の有毒植物を誤って食べたことによる食中毒が発生しています。次のことに注意して、季節の恵みを味わいましょう。


誤食を防ぐポイント

食用の植物と確実に判断できないものは、絶対に「採らない! 食べない! 売らない! 人にあげない!」ことです。

具体的な予防方法は、次の3点です。

- ①家庭菜園や畑などで、野菜と観賞植物を一緒に栽培するのはやめましょう。
- ②山菜に混じって有毒植物が生えていることがあります。一本一本よく確認して採り、調理前にもう一度確認しましょう。
- ③食用の植物だと思っても、植えた覚えのない植物を食べるのはやめましょう。

食用と間違いやすい有毒植物の例

食用の植物	間違いやすい有毒植物
・ニラ	・スイセン 
・ジャガイモ ・タマネギ(球根) ・ギョウジャニンニク ・ギボウシ(葉)	・イヌサフラン (葉)  (球根) 

食用でもご注意を!

食用のジャガイモであっても、芽や緑色になった部分には、天然毒素であるソラニンやチャコニンが多く含まれています。ジャガイモの芽や緑色の部分は十分に取除いて調理しましょう。

もし有毒植物を食べて体調が悪くなったら、すぐに医療機関を受診しましょう。その際、採取した野草などが残っている場合は、医療機関にお持ちください。

問い合わせ 鳥取市保健所 生活安全課
 ☎0857-30-8552 FAX0857-20-3962

なくそう 望まない受動喫煙!

毎年5月31日は、
「世界禁煙デー」および「八頭町禁煙デー」
 5月31日~6月6日までは**“禁煙週間”**です

受動喫煙による死亡者は全国で年間1万5,000人と推計されています。(出典:厚生労働省 喫煙と健康喫煙の健康影響に関する検討会報告書より) このように受動喫煙による健康被害が大きいことから、さまざまな施設で屋内原則禁煙となっています。喫煙可能な飲食店や事業所には、「各種喫煙室」が設置され、「標識の掲示」が義務化されています。



八頭町では、たばこを吸っている人の割合が男性23.1%、女性1.6%です。(令和4年度健康やず21アンケート調査より) 喫煙の際、換気扇から排気された煙やベランダ越しの煙が隣家や近くの道路、公園で過ごす人達に影響を及ぼしているかもしれません。家族や近隣住民の受動喫煙に十分な配慮をしましょう。

八頭町では、たばこを吸っている人の割合が男性23.1%、女性1.6%です。(令和4年度健康やず21アンケート調査より) 喫煙の際、換気扇から排気された煙やベランダ越しの煙が隣家や近くの道路、公園で過ごす人達に影響を及ぼしているかもしれません。家族や近隣住民の受動喫煙に十分な配慮をしましょう。

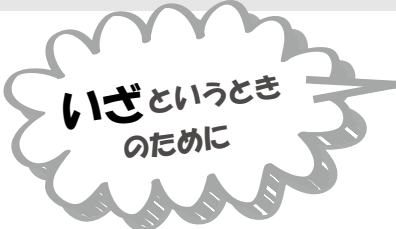
なお、令和4年4月1日から成年年齢が引き下げられましたが、喫煙に関する年齢制限については、健康への影響から引き続き20歳以上となっています。子どもをはじめ、受動喫煙を望まない人が、たばこの健康被害を受けないための町づくりにご協力をお願いします。



喫煙者の方へ

医療保険を使って禁煙治療を受けることができます。治療を希望される方は、鳥取県医師会までご相談ください。

問い合わせ 鳥取県医師会 ☎0857-22-5566
 八頭町役場 保健課 ☎72-3566



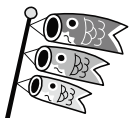
子連れ防災について考えてみよう

近年、地震や豪雨など自然の驚異を身近に感じる災害が増えてきました。子育て支援センターでは、さまざまな災害が起こったときのために日ごろからどのような備えをすればよいのか学ぶために、「子連れ防災について」と題した子育て講座を開催しました。鳥取市で子育て世代に向け様々な活動をしている「るりゆーる」の浅見 真子さんと三村 理恵さんを講師に迎え、阪神淡路大震災の体験談を聴いたり、防災グッズの準備品のうち、実際に必要なものについて一緒にリストに書き出すというワーキングを行いました。今回の講座を通じて、災害時に大人が一人で防災グ

ズを持ち、子どもを連れて避難することは本当に難しく、また、両親のどちらかが災害対応などで帰宅できないとき、一人で子どもと避難所で過ごすことへの不安があるなど、子育て世代だからこそその悩みがあることもわかりました。「何かあった時お互いが声を掛けあえる近所づきあいを日頃から心がけることが大切」と講師からの言葉があったように、子育て支援センターでの活動を災害時に助け会える仲間づくりにつなげていきたいと思えます。6月にも「～どうしたらいい？子育てファミリー防災対策～」と題した講演会開催を予定していますので、ぜひご参加ください。



《非常用持ち出し袋の中身は？》
応急処置が出来る医薬品（絆創膏（カットバン等））爪切り・笛・照明器具（懐中電灯）紙おむつ・生理用品等。



5月の主な行事

日時	内容	会場
8 水 10:00 ～ 11:00	『赤ちゃん＆ミュージック・ケア』 要予約 講師 浅見 真子さん 対象 概ね1歳までのお子さん ☆動きやすい服装でお越しください。	子育て支援センター
14 火 10:00 ～ 10:45	『リトミック』 要予約 講師 山本 なおみさん (リトミック研究センター指導資格保有) ☆動きやすい服装でお越しください。	子育て支援センター
16 木 10:00 ～ 10:30	『誕生会・お楽しみ会』 手あそびやふれあい遊びを親子、友だちと楽しみましょう。	子育て支援センター
17 金 10:00 ～ 11:00	『世代をこえて楽しく遊ぼう』 ～親子ミュージック・ケア～ 要予約 講師 浅見 真子さん ☆対象動きやすい服装でお越しください。	子育て支援センター
21 火 10:30 ～ 11:00	『えほんとのしい音楽あそび』 要予約 わかばのコンサート 講師 上川 佳巳さん 宇野 三佳子さん	子育て支援センター
22 水 10:00 ～ 11:00	『リフレッシュ・ダイエット講座』 要予約 講師 東郷 彩さん	大御門体育センター
29 水 10:00 ～ 11:30	『ぴよんぴよんベビー』 要予約 ☆対象 生後3ヶ月頃～1歳頃 持ち物 バスタオル	子育て支援センター 和室

毎月発行しているぴよんぴよんクラブ便り(行事予定)は、町ホームページでもご覧いただくことができます。

子育て支援センターで一緒に遊ぼう！

子育て支援センターは保護者の憩いの場、親子の触れ合いの場です。子育ての悩み、たいへんさ、そして子どもの成長という大きな喜びをみんなで共感し合い、楽しく過ごせるよう職員一同皆さんの来所をお待ちしています。初めて来られる方、これから出産される方も大歓迎です。お気軽に遊びに来てください。年間の育児講座内容や日程・子育て支援フェスタinやず等の予定は八頭町ホームページで確認できます。



☆ 絵本の会 (図書館司書による読み聞かせ)

5月10日(金) 11:15～ **会場** 男女共同参画センター

☆ 出張お仕事相談会 (出張ハローワーク)

5月8日(水) 10:00～11:30 **会場** 子育て支援センター
5月10日(金) 10:30～12:00 **会場** 男女共同参画センター
5月24日(金) 10:00～11:30 **会場** 隼Lab.

☆ 運動遊び **会場** 子育て支援センター

行事のない水・木曜日は、運動できる遊具を準備します。