

福山大学 学生の皆さんへ タバコを吸わないで！

- ① 安易にタバコを吸わないでください。簡単に習慣化されて、やめたくてもやめられなくなります。

大学生になると、気軽な気持ちで喫煙を始める人がいます。しかし、皆さんのように若い年齢では、短時間で強くタバコに依存しやすくなるといわれています。禁煙は難しいことですが、最初から吸わないのは誰にでもできることです。

- ② 健康に良くないことをもっと知ってください。

“タバコは少しくらいなら吸っても大丈夫！”とっていませんか？ 喫煙は肺がんに加えて、気管支喘息、慢性気管支炎、心臓病、脳卒中、胃潰瘍、歯周病、そして妊娠に関連した異常などを引き起こします。しかも、皆さんの年齢からの喫煙は、そのリスクがとて高くなります。喫煙が最大のリスクファクターといわれる慢性閉塞性肺疾患（COPD）の患者数は530万人以上と推計されています。COPDは病状が進行すると息苦しさのために酸素ボンベの携帯が必要となり、日々の生活がとて不便になる病気です。

- ③ 喫煙者本人だけではなく周囲の人々にも健康被害をもたらします。

たばこの煙の中には、多くの有害物質が含まれています。その煙によって、喫煙者だけでなく周囲の人々も受動喫煙による健康被害を受けます。健康増進法の改正に伴い、受動喫煙に対する規制が強化され、マナーからルールに変わり、公共の場所での喫煙は禁じられています。広島県ではがん対策推進条例を設けて、受動喫煙防止対策に取り組んでいます。福山大学も所定の場所以外での喫煙は禁止です。非喫煙を採用条件にしている企業が増えているので、喫煙習慣は皆さんの将来の就職にも影響する可能性があります。

- ④ 煙の出ない加熱式タバコや電子タバコもリスクがあります。

煙のでない加熱式タバコも喫煙者自身の健康被害や受動喫煙の被害をもたらします。煙がでないから迷惑を掛けない、大丈夫、ではありません。電子タバコも有害です。

- ⑤ 福山市ではイエローグリーンリボン運動（受動喫煙防止と禁煙の推進）を展開しています。

福山市では、受動喫煙防止条例が制定されており、さらに福山市環境美化条例により、福山駅周辺部での路上喫煙の禁止と市内全域での路上喫煙の自主規制が行われています。イエローグリーンリボン運動では、受動喫煙防止に加えて、未成年者は生涯喫煙者にならない、喫煙者は禁煙に挑戦する啓発運動を展開しています。

- ⑥ 20歳の皆さん、無料の歯周病検診を受けましょう。

喫煙は歯周病の大きなリスク要因です。歯周病は全身の疾患リスクを上げます。食生活の変化による口腔内細菌バランスの乱れやホルモンバランスの影響等により若年層で歯周病患者が増えています。福山市では無料の20歳歯周病検診を実施しています。

- ⑦ タバコを吸っている学生の皆さん、タバコの操り人形から脱出しましょう。

習慣的な喫煙者の禁煙は、強い依存のために困難を伴います。そこで、禁煙が達成しやすくなるように保健管理センターでは、皆さんの禁煙を応援します。

タバコとは無縁の生涯を！
喫煙をしている学生のみなさん、ぜひ禁煙にチャレンジを！

禁煙についての相談、支援は保健管理センターで行っています。



タバコは詐欺師！

一服のお蔭で、ストレス解消・・・と思いませんか？

気づいてください！

タバコを吸ってストレスをつくり

タバコで解消しているだけです。

タバコは毒の缶詰

タバコの煙に含まれているもの・・・

ニコチンだけではありません！

発がん物質など200種以上の

有害化学物質が含まれています。



喫煙は老化を促進する



<http://news.bbc.co.uk/1/hi/health/1566191.stm>

福山大学 保健管理センター

歯周病検診が 無料[★]で受けられます。

20
さい

30
さい

40
さい

50
さい

60
さい

70
さい


※上記の年齢の福山市民が対象です。
※対象者には受診勧奨はがきを送付します。
(受診の際には、はがきは不要です。)



〔検診内容〕 歯周病とむし歯のチェック、お口の相談 ※治療には別途費用が必要です

〔持参物〕 本人確認書類(マイナンバーカード、健康保険証、運転免許証など)

〔実施場所〕 福山市歯周病検診実施医療機関 ※裏面参照

〔問合せ先〕  福山市 健康推進課 ☎084-928-3421

2025年度福山市歯周病検診実施医療機関

町名	診療所名	町名	診療所名	町名	診療所名	町名	診療所名
青葉台	おおもり歯科医院	神辺	道上歯科医院	西桜	坂本歯科医院	御幸	内田歯科医院
赤坂	小林歯科医院		横山歯科医院	西新涯	いとう歯科		みやた歯科クリニック
曙	もりかず歯科医院		渡辺歯科医院		宇田歯科医院		森デンタルクリニック
芦田	甲斐歯科医院	北吉津	ひらた歯科	沼隈	友野歯科クリニック	明神	明神歯科・矯正歯科医院
	門田歯科医院		村上歯科医院		沼隈病院	三吉	うえはら歯科医院
伊勢丘	クローバー歯科	木之庄	ひらち歯科医院		三谷歯科医院		河底歯科・矯正歯科
	はやしだ歯科医院	熊野	かわばた歯科クリニック		渡辺歯科医院		志田原歯科小児歯科医院
今津	あおぞら歯科クリニック	光南	おびなたデンタルオフィス	野上	かじたりえ歯科クリニック		中山歯科医院
	荒木歯科医院		小池病院歯科		佐藤歯科医院	三吉南	上田歯科医院
	矢野歯科医院		塩崎歯科医院		はなえみ歯科		もんでん歯科
	吉岡歯科医院		高橋歯科医院	延広	田中デンタルクリニック	明治	田中歯科医院
駅家	うらべ歯科		まごし歯科医院		堤歯科医院		信森歯科・子ども歯科クリニック
	おがわ歯科医院	桜馬場	藤井歯科医院	花園	立野歯科医院	元	平井歯科医院
	きだ歯科医院	三之丸	まきひら歯科クリニック	東	はまだ歯科医院	柳津	徳久歯科医院
	さとう歯科	昭和	越智歯科昭和町医院		まつやま歯科医院	山手	まえおか歯科医院
	白木歯科医院	新市	いのうえ歯科医院	東桜	下江歯科医院		モリノブ歯科
	田頭歯科医院		うつみ歯科医院		ROSE CLINIC		山手町歯科
	ふじた歯科クリニック		新市歯科医院 (㊦)	東手城	たての歯科クリニック	横尾	池田歯科医院
	もんぜんクリニック歯科		たがみ歯科医院	引野	いなだ歯科医院	若松	木村歯科医院
	門利歯科医院		てらおか歯科クリニック		作田歯科医院	他市 (府中)	小西歯科小児歯科医院
沖野上	沖野上木村歯科医院		和田歯科医院		寺島歯科医院		小林歯科医院
	神原歯科医院	新涯	びんご歯科クリニック	引野北	カネモリデンタルオフィス		さくら歯科クリニック
	つちや歯科		ふるてら歯科医院		早川歯科医院		佐藤歯科医院
	横山歯科医院		まつもと歯科医院	船	山岡歯科医院		さの歯科医院
春日	歯科EMデンタルクリニック		もりかわ歯科医院	本	川村歯科医院		しげはら歯科クリニック
	しげもり歯科医院	新浜	松本歯科医院	本庄中	にしや歯科医院		すみだ歯科医院
	すずき歯科クリニック	瀬戸	伊藤歯科医院		オリオン子ども歯科		田中歯科医院
	なべしま歯科医院		志渡沢歯科医院	松永	ハセ歯科医院		はまはら歯科
	ひろむ歯科医院	千田	かねだ歯科医院		いしい歯科クリニック		平戸歯科駅前
金江	あさみ歯科医院		モノベ歯科医院		岡本歯科医院		藤岡歯科
	牧平歯科医院		弓井歯科医院		小川歯科医院		フジモト歯科
神村	小林歯科医院	大黒	高橋歯科医院		キタカ歯科医院		府中第一歯科医院
加茂	高橋歯科クリニック	大門	IKEDA DENTAL CLINIC	御門	たけこし歯科クリニック		門田歯科医院
	横山歯科医院		つお歯科医院	緑	よく歯科・はるな皮ふ科		
川口	あだち歯科		日本鋼管福山病院	南	リアン歯科クリニック (㊦)		
	かんばら歯科		ファミリー歯科クリニック	南蔵王	杉原歯科医院		
	橋高歯科医院		ふくはら歯科医院		小倉歯科クリニック		
	新田歯科医院	高西	井上歯科医院		しんき歯科医院		
神辺	うまこし歯科医院	多治米	猪原〔食べる〕総合歯科医療クリニック		高橋歯科医院		
	おきとう歯科クリニック		魚住歯科医院		橋本歯科医院		
	片山歯科医院		占部歯科医院		みさか歯科・おやこ歯科		
	かななべモール歯科 (㊦)		さくら歯科医院		よしだ歯科		
	きぐち歯科クリニック		多治米歯科	南手城	さくらだホワイト歯科医院		
	きたこが歯科医院	津之郷	竹山歯科		藤本歯科医院		
	佐々木歯科医院	坪生	たかた歯科医院	南本庄	かわむら歯科医院		
	しげまさ歯科		福山東部歯科医院	南松永	フロカワ歯科医院		
	しばた歯科	手城	かしはら歯科医院	水呑	おおた歯科医院		
	下宮歯科医院		さとう歯科クリニック		小林歯科		
	すがなみ歯科	道三	ひらい歯科		小林歯科診療所		
	菅波第二歯科医院		平田歯科医院		新長歯科医院		
	タケダ歯科医院	奈良津	はま歯科医院		わだ歯科クリニック		
	たけまる歯科医院	西	シーズデンタルクリニック	御船	土屋歯科医院		
	鳥枝歯科医院		日野歯科医院	宮前	吉光歯科医院		
	HARVEST DENTAL CLINIC		和田歯科医院				

2025. 4. 1現在

最新の実施医療機関は
こちらから



❁㊦は日曜日にも検診を実施しています。
❁受診予約については、実施医療機関へお問合せ下さい。