

# みんなできぐる受動喫煙のない社会

申込み・お問い合わせ  
保健福祉課 保健・介護グループ  
総合福祉センター「ハピネス」  
☎・☆4-3356



響はたばこの有害物質による健康被害を減らすための施策として、禁煙施設や禁煙室の設置が推奨されています。喫煙者の減少により、受動喫煙のリスクも低下すると期待されています。

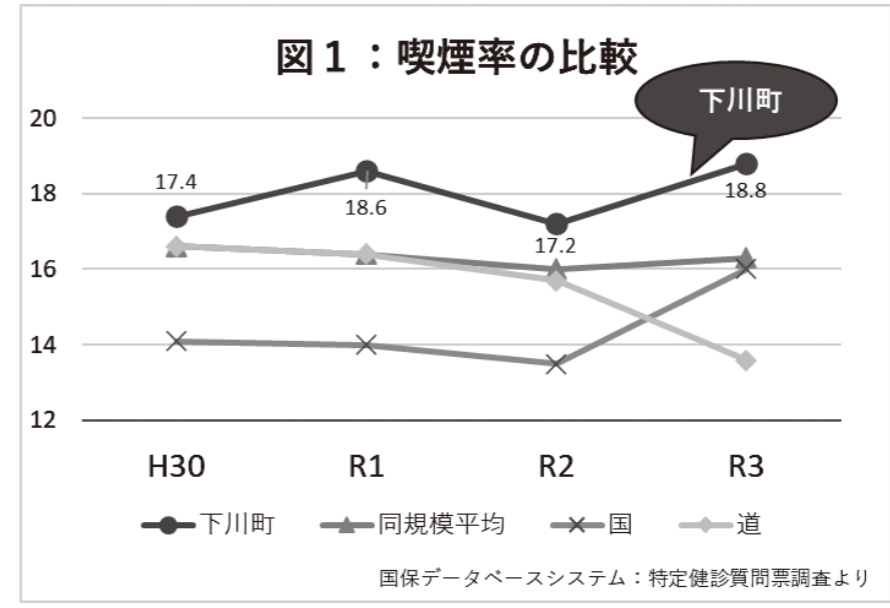
## たばこの怖さ

喫煙者は、ニコチンやタールなどの有害物質を摂取し、健康被害を受ける可能性があります。また、受動喫煙による健康被害も報告されています。

関連して、乳幼児突然死症候群と受動喫煙の関係も報告されています。

図2：主流煙を1とした場合の副流煙に含まれる有害物質の例

有害物質	主流煙	副流煙
タール（ヤニ・発がん促進）	1	3.4倍
ニコチン（高い依存性・血管収縮作用）	1	2.8倍
一酸化炭素（酸素の運搬を妨げる）	1	4.7倍
アンモニア（目を刺激する）	1	46.0倍



たばこの気になる疑問  
く望まない受動喫煙を「ゼロ」に

届くの？ たばこの煙はどこまで

A、換気扇の下・空気清浄機を設置すればたばこの煙は吸い込まれないか？

Q、窓を閉め切って、ベランダで吸えば大丈夫？

A、換気扇の下・空気清浄機を設置すればたばこの煙は吸い込まれないか？

禁煙の効果  
健康な未来を目指して

禁煙の効果は、呼吸器系の炎症や細菌感染のリスクを低下させるだけでなく、循環器系や呼吸器の病気のリスクも低下させます。また、がんのリスクも低下すると言われています。

禁煙の効果は、呼吸器系の炎症や細菌感染のリスクを低下させるだけでなく、循環器系や呼吸器の病気のリスクも低下させます。また、がんのリスクも低下すると言われています。

## たばこを吸う人の周囲の人への影響

受動喫煙による健康被害は、喫煙者だけでなく、周囲の人も受ける可能性があります。特に、子どもや高齢者は、健康被害を受けやすいとされています。

## ◆新型タバコへの誤解◆

加熱式タバコは、紙巻タバコと異なり、紙巻タバコのように紙で巻かれており、燃焼によって煙が発生します。そのため、紙巻タバコよりも有害物質の量が少なく、健康被害のリスクも低いとされています。