

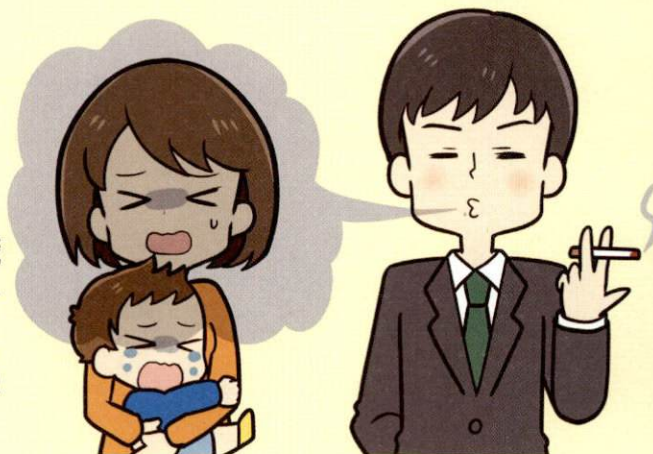


「他人のたばこの煙」 に注意!

吸う人だけの問題ではありません。
吸わないあなたの健康にも悪影響があります。

● 受動喫煙 (じゅどうきつえん) とは、 他人のたばこの煙を吸ってしまうこと

たばこを吸わない人でも、普段生活していると、家族や職場の同僚、たまたま居合わせた人など、誰かのたばこの煙を吸い込んでしまうことがあります。これを「受動喫煙」といい、たばこを吸わない人の健康にも悪影響を及ぼすことが科学的に明らかになっています。



● 受動喫煙を受けると、病気になるリスクが確実に高まる

(受動喫煙を受ける人が、受けない人に比べ、病気になるリスクが何倍かを示したもの。)

脳卒中

1.3倍

虚血性心疾患

1.2倍

肺がん

1.3倍

乳幼児
突然死症候群(SIDS)

4.7倍

出典:「喫煙と健康 喫煙の健康影響に関する検討会報告書(通称 たばこ白書)」国立がん研究センターがん情報サービス

受動喫煙による死亡者数は年間で約1万5千人※と推計されており、交通事故による死亡者数(約4千人)を大きく上回っています。

※出典:厚生労働省科学研究費補助金循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業「たばこ対策の健康影響および経済影響の包括的評価に関する研究」

● たばこを吸わない人の健康に悪影響があるのは、 副流煙 (ふくりゅうえん) と呼出煙 (こしゅつえん) の2つの煙

副流煙

(ふくりゅうえん)



呼出煙

(こしゅつえん)



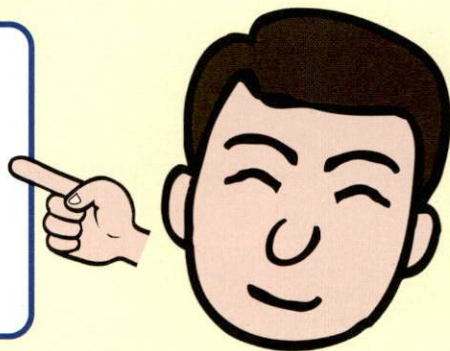
たばこを直接吸うよりも身体への影響が大きい煙。
(フィルターを通しておらず、燃焼温度が低いことから、より多くのニコチンなどの有害物質を含む。)

●受動喫煙は、換気扇や空気清浄機では防げない？



たばこを吸う夫は、換気扇の下で吸っているし、家族が集まる部屋では空気清浄機も使用しているから、受動喫煙の心配はないわよね？

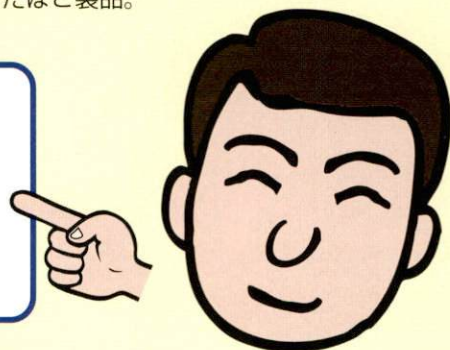
よく誤解されることですが、どちらもたばこの有害物質を完全に除去することはできません。台所で換気扇を回していても他の部屋で料理のにおいがするように、一般家庭の換気扇では全てを換気できません。また、多くの空気清浄機の製品情報には、「たばこの有害物質(一酸化炭素等)は除去できない」と明記されています。



最近、加熱式たばこ※に変えたよ。煙が出ないし、受動喫煙は大丈夫だよね？

※たばこ葉を燃やさずに、加熱して蒸気を発生させるたばこ製品。

厚生労働省や世界保健機構(WHO)によると、加熱式たばこにもニコチンなどの有害物質が含まれていて、喫煙すると室内のニコチン濃度も上がりますが、販売されて間もないこともあり、現時点では受動喫煙による将来のリスクを予測することは困難で、さらなる研究が必要とされています。



●受動喫煙を避けるため、家族や職場の同僚など、周囲の人の禁煙を応援しましょう！

■「禁煙サポート」

たばこへの依存度を確認した上で、一人ひとりに合った禁煙方法を提案するなど、“たばこをやめたい方へのお手伝い”をしています。

禁煙したい方からのご相談をお待ちしております。

■「千葉市子どもを守る禁煙外来治療費助成事業」

妊婦または15歳以下の子どもと同居の方には、禁煙外来にかかる治療費の一部を助成しています。上限は1万円です。この機会に積極的に検討することをおすすめします。

お問い合わせは、各区の保健福祉センター健康課まで。

お住まいの区	TEL
中央区	043-221-2582
花見川区	043-275-6296
稲毛区	043-284-6494
若葉区	043-233-8714
緑区	043-292-2630
美浜区	043-270-2221

千葉市ホームページ

受動喫煙防止や禁煙支援等たばこに関する情報について紹介しています。

千葉市のたばこ対策

検索



問い合わせ先

千葉市健康企画課

〒260-8722 千葉市中央区千葉港1-1
TEL 043-245-5201
FAX 043-245-5554
E-MAIL kikaku.HWH@city.chiba.lg.jp