

ひろがっています！望まない受動喫煙防止対策

敷地内
禁煙

(屋内に喫煙場所設置可)

学校・病院・行政機関



原則屋内
禁煙

(喫煙専用室のみ喫煙可)

事務所、工場、ホテル、鉄道

飲食店 ※小規模店には例外規定あり



「**受動喫煙**」とは、他の人の喫煙によりたばこから発生した煙を自分の意思とは関係なく吸い込んでしまうことをいいます。

2020年4月から、飲食店や事業所などでも、原則屋内禁煙となるほか、20歳未満の人の喫煙エリアへの立ち入り禁止などを加えた改正健康増進法が全面施行され、雲仙市でも受動喫煙防止対策に取り組んでいます。

◆受動喫煙は健康に深刻な影響を及ぼすことがわかっています

たばこの煙に含まれる有害物質は本人が「吸い込む煙」よりも **たばこから「漂う煙」** の方に **何倍も多く** 含まれています。そのため、受動喫煙が起こることで周囲の人もたばこの害を受けてしまいます。

主流煙と比較して…
(最も高い値で)
タール:10.1 倍
ニコチン:19.6 倍
一酸化炭素:21.4 倍



副流煙



○受動喫煙によって**リスクが高まる病気**

脳卒中

虚血性心疾患

肺がん

乳幼児突然死症候群

年間**約 15,000 人**が、これらの疾患で亡くなっているとされています。
また、受動喫煙による超過医療費は**約 3,200 億円**と推計されています。

このような場所で受動喫煙が
起こっています！！

飲食店

遊技場

職場

37%

30%

28%



○受動喫煙を受けている人はこんなに**病気**になりやすい！！

1.3 倍

1.3 倍

4.7 倍

肺がん

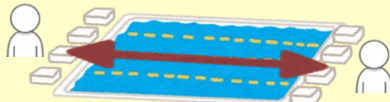
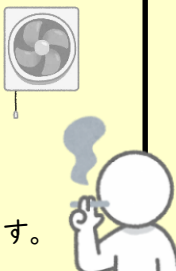
脳卒中

乳幼児突然死症候群

また、受動喫煙は**子どもの喘息**などの原因にもなります。特に、保護者の喫煙は子どもの呼吸機能の発達に影響があるとされています。



○周囲を気遣っているつもりでも**受動喫煙**が起こってしまいます

☑ 空気清浄機の近くで たばこの粒子はとても小さく、フィルターを通り抜けてしまうものもあるため、完全に受動喫煙を防止することはできません。 また、服や家具に付着した「たばこ臭」を吸い込むことでもたばこの害を受けます。 	☑ ちょっと離れた場所で たばこの煙の影響は半径約 25m 周囲まで及びます。  ☑ 換気扇の下で 換気扇の真下で作った料理のにおいが家中に漂うように、たばこの有害物質も部屋の中に残ってしまいます。 	☑ ベランダで  サッシを閉めても隙間からたばこの煙は部屋に流れ込みます。また、喫煙後に口からたばこの有害物質が出なくなるまで 45分 かかります。
---	---	--

○電子・加熱式たばこなら大丈夫？



加熱式・電子たばこによる健康への影響は明確になってはいませんが、紙巻タバコとはほぼ同程度の有害物質が含まれていることがわかっています。また、従来のたばこと同様に吐き出された煙が周囲を漂っていることが分かっており、**受動喫煙が発生**してしまうとされています。

◆ご存知ですか？！タバコの煙は「PM2.5」よりさらに**危険**！

PM2.5とは、大きさ(直径)が $2.5\mu\text{m}$ (マイクロメートル)以下の微小な粒子状の物質のことをいいます。

※ μm (マイクロメートル): mm の $1/1000$

危険理由 その1

喫煙は毎日の習慣

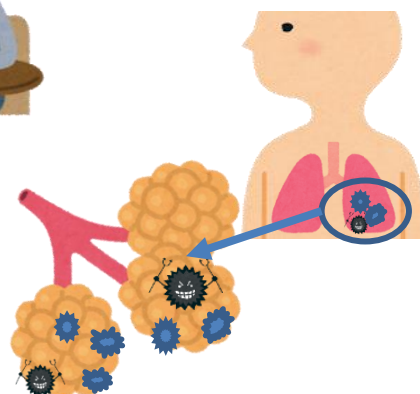
大気汚染の PM2.5 が体に危険を及ぼすのは、高濃度な日に限られています。一方、タバコは毎日の習慣であり、一気に高濃度の煙を吸うことから、PM2.5 よりはるかに危険です。



危険理由 その2

粒子が PM2.5 よりかなり小さい

タバコの煙は、直径「 $1\mu\text{m}$ 以下」という大変微小な粒子であるため、気管支を通して肺の最深部まで達します。また、煙は「**発がん性物質のかたまり**」です。そのため、慢性肺疾患や肺がんを起こす危険性が高まります。



COPD とは・・・



慢性閉塞性肺疾患(COPD)の主な原因は喫煙です。進行して息切れなど症状が重症化すると酸素吸入が必要になります。COPD を予防するには**禁煙!**が欠かせません。