

STOP!! 受動喫煙

※受動喫煙＝他人が吸ったたばこの煙を自分の意思とは関係なく吸い込んでしまうこと



中毒性のある
ニコチン
主流煙の
2.8~19.6倍

多くの
発がん性物質を含む
タール
主流煙の
1.2~10.1倍

血中の
酸素不足を促す
一酸化炭素
主流煙の
3.4~21.4倍

目や粘膜を刺激する
アンモニア
主流煙の
294.2~2565.5倍

たばこの煙には、本人が吸う「**主流煙**」と、
たばこの先から立ち昇る「**副流煙**」があります。
たばこの煙には多くの有害物質が含まれますが、
その量は主流煙よりも副流煙のほうが、

重量ベースで数倍から数千倍も多いことがわかっています。

*市販たばこ7種類での最小値-最大値

受動喫煙による死亡者数(推定値)は**年間約15,000人**



受動喫煙によるリスクの高い病気

●大人



脳卒中



肺がん



虚血性心疾患

(心筋梗塞・狭心症など)

●妊娠出産



乳幼児突然死候群(SIDS)

●子ども



喘息の既往

喫煙をするときは
たばこの煙がまわりの人に及ばないように、**配慮**をしましょう



喫煙するときは周囲への配慮が大切です

喫煙者の方へのお願い

喫煙をするときはたばこの煙がまわりの人に及ばないように、配慮をしましょう。



●公園や子どものいる
近くでは吸わない



●ベランダ喫煙をしない



●車内に子どもや非喫煙者が
いるときは吸わない

飲食店・事業所へのお願い

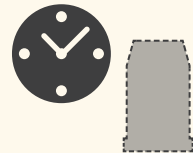
屋外の灰皿設置について周囲への配慮をしましょう



●人通りの多い場所
(店舗入口や歩道の近くなど)
には置かない



●たばこの煙が隣接する建物へ
流れ込む場所には置かない



●営業時間外(閉店後)は
建物内に片づける

加熱式たばこ について

紙巻きたばこよりもニコチン以外の有害物質は少ないものの、長期使用に伴う健康影響は明らかになっていません。
「新型たばこが従来のたばこよりも安全だ」と考えるべきではありません！



宮崎県禁煙
サポートサイト

詳しい情報はこちらへ
<https://jyudokitsuen.mhlw.go.jp>



なくそう! 望まない受動喫煙



宮崎県健康増進課

TEL.0985-26-7078 〒880-8501 宮崎市橘通東2-10-1