



おおさき市

田尻総合支所

令和元年

6月号

だより NO. 158



5月31日～6月6日は「禁煙週間」です

●令和元年の禁煙週間のテーマ

「2020年、受動喫煙のない社会を目指してたばこの煙から子ども達をまもろう」

●受動喫煙とは

喫煙者本人が吸う煙（主流煙）以外に周りの人が漂う煙（副流煙）を吸い込んでしまうこと。主流煙よりも副流煙のほうが数倍から数十倍の有害物質を含んでいます。

なお、健康増進法の一部を改正する法律（平成31年1月24日より施行）で、今後段階的に、施設等の類型に応じて、敷地内禁煙、原則屋内禁煙（喫煙専用内でのみ喫煙可）といった措置を講じることが義務となりました。

●受動喫煙の煙にふれる、吸い込むことですぐ現れる影響

部 位	症 状
目	かゆみ、痛み、涙、まばたきの増加
鼻	くしゃみ、鼻づまり、かゆみ、鼻汁
その他	頭痛、喘鳴（ぜいめい）、血管収縮、心拍増加

●受動喫煙で、下表の病気にかかるリスクが高くなります

	確実なもの	可能性のあるもの
成人	肺がん、虚血性心疾患（心筋梗塞、狭心症など）、副鼻腔がん	子宮頸がん、気管支喘息の悪化、呼吸機能の低下
子ども	肺炎、気管支炎などの呼吸器感染症、気管支喘息の発病と悪化、咳などの慢性呼吸器症状、乳幼児突然死症候群（SIDS）	呼吸機能の低下
胎児	低体重出生、早産、周産期死亡	自然流産、先天異常、出生児の認識や行動の障害、小児がん

●受動喫煙を予防しましょう

- (1) 家の中は原則禁煙にする（家の外で吸う。訪問者に対しても協力してもらう）
- (2) 妊婦や子どもの近くでは、家の中はもちろん、外出先でも決して吸わない
- (3) レストランなどでは、禁煙席を選ぶ

最も効果的なのは、たばこを吸わないようにすることです。自分自身の健康のために禁煙を考えてみましょう。

【問い合わせ】田尻総合支所市民福祉課（電話38-1155）