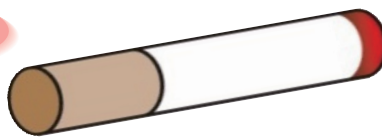


受動喫煙について

■受動喫煙とは…

室内又はこれに準ずる環境において、他人のたばこの煙を吸わされることをいいます。

たばこの先から出る
副流煙には

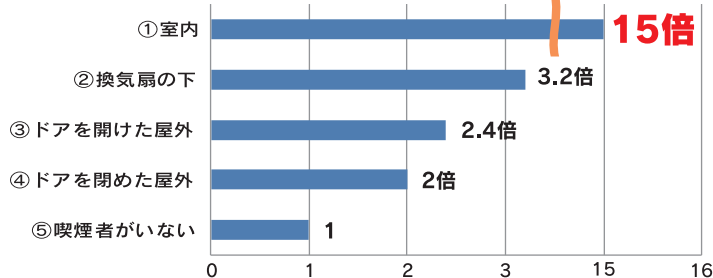


主流煙(喫煙者が吸い込む煙)よりも…

ニコチン …… **2.8倍**
タール …… **3.4倍**
一酸化炭素 … **4.7倍**

ベランダ喫煙、換気扇、空気清浄機ではタバコの煙は防げません

子どもの体内に入るニコチン



Johansson A et al. Pediatrics 2004;113:e291-5

★ベランダや換気扇下での喫煙から生じる煙は隙間から侵入したり、喫煙者の服を通して受動喫煙を生じます。

★空気清浄機はたばこの煙にはほとんど効果がありません。(たばこの煙の有害物質は、90%以上)が空気清浄機を素通りします。

タバコのはなし

◎美容の大敵♪

タバコを吸うと皮膚のはりが低下して深いシワが増え、肌のきめが粗くなります。また、歯肉炎や歯周疾患にもかかりやすくなります。

喫煙は、
必ず老化を
早めます…



◎卵巣機能の低下

タバコを吸う人は、吸わない人に比べ、閉経が早いという報告があります。

◎がんのリスク

肺がんや子宮頸がん、口唇・口腔・咽頭がんなど、喫煙により全身の様々ながんにかかるリスクが高まります。

卒煙チャレンジ教室

- 内 容**
- 呼気中一酸化炭素濃度測定
 - 尿中ニコチン検査
 - 聞いてよかった！タバコの話
 - 卒煙者からのメッセージ
 - 参加者交流会
 - ご希望の人へ個別相談

場 所 福知山市中央保健福祉センター

日 時 年2回 **費 用** 無料

*詳細はお問い合わせください。

お問い合わせ・申込先 福知山市健康推進課
電話 (23-2788)

インターネット



●厚生労働省
最新たばこ情報



●NPO法人京都
禁煙推進研究会

きょうと健康長寿推進福知山地域府民会議

平成29年3月作成

(事務局) 京都府中丹西保健所 (中丹広域振興局健康福祉部)
(問い合わせ先) 京都府中丹西保健所 TEL 0773-22-6381 FAX 0773-22-0429 (保健室)
福知山市健康推進室 TEL 0773-23-2788 FAX 0773-23-5998