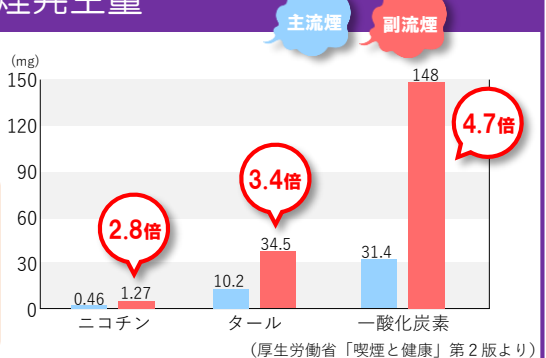


# 防ごう！受動喫煙による健康被害！！

## 受動喫煙とは

室内又はこれに準ずる環境において、他人のタバコの煙を吸わされること（健康増進法第25条）。タバコの煙には、タバコを吸う人が直接吸い込む「主流煙」と、火のついた先から立ち上る「副流煙」とに分かれます。要するに、受動喫煙とは自分の意思とは関係なく、この「副流煙」を吸い込んでしまう事です。

## フィルター付き紙巻タバコ1本あたりの副流煙発生量



### ニコチン

血圧を上げたり、心拍数を増やして心臓に負担をかけます。

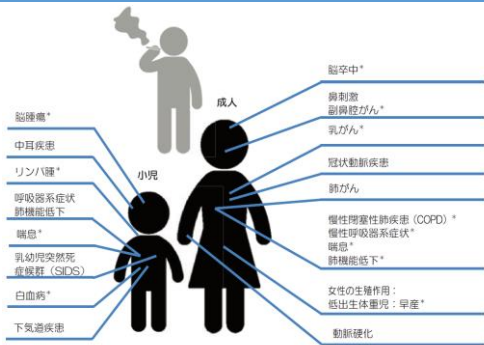
### タール

発がんの危険性を高め、進行を進めます。

### 一酸化炭素

血液中の酸素の運搬を妨害し、心臓や脳の動きに負担をかけます。

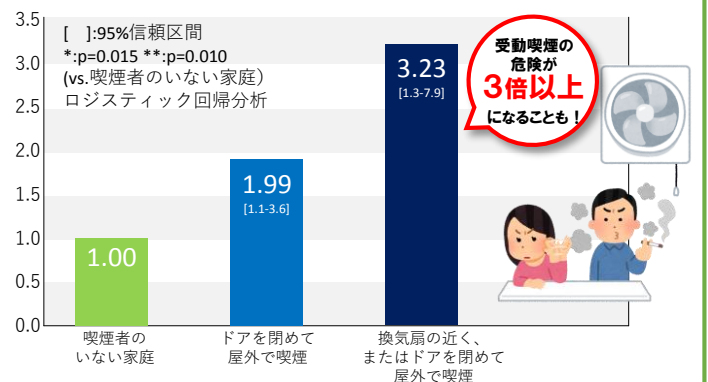
## 受動喫煙による健康影響



受動喫煙による健康への影響については、心拍増加や血管収縮等の生理学的反応のほか、肺がんや心臓病の発症リスクの増加等が指摘されています。特に親の喫煙によって子どもの咳・たんなどの呼吸器症状や呼吸機能の発達に影響が及ぶなど、様々な報告がなされています。

宮城県受動喫煙防止ガイドラインより

## 喫煙場所別にみた受動喫煙レベル



タバコの煙は換気扇ですべて排出される事は無く、室内に拡散します。また、窓を閉めて屋外のベランダで吸ったとしても、タバコの煙は窓の隙間を通して室内に入り込みます。タバコを吸っている家庭では、タバコを吸わない家庭と比べて、受動喫煙の危険が3倍以上になることも！

## 街中、飲食店での受動喫煙を避けよう！

### ◎完全分煙でも受動喫煙は防げない！

- 公園や公道に面した店舗前の灰皿設置状況の監視と撤去のお願い
- 灰皿のあるお店は利用しない
- 完全禁煙以外の飲食店は利用しない

