

受動喫煙対策は、マナーからルールへ

たばこを吸わない人への気配りは、ごく当たり前の喫煙マナーです。そうした従来からのマナーに加えて、具体的な義務規定を盛り込んだのが、今回の改正健康増進法。健康への影響が大きい子どもや妊産婦などの「望まない受動喫煙」防止を図る新しい喫煙ルールです。

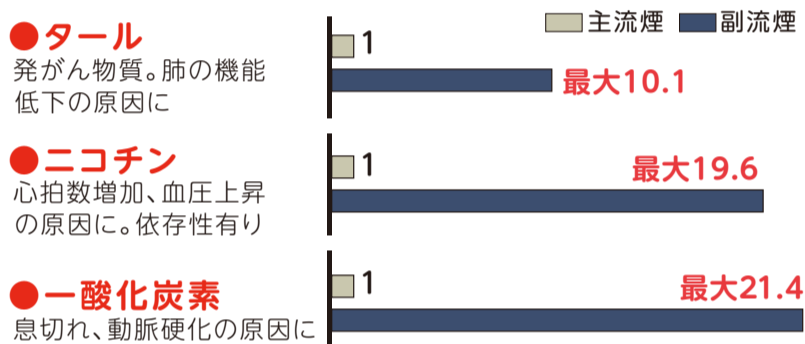
受動喫煙のリスク

副流煙(火をつけたたばこから立ちのぼる煙)には、主流煙(喫煙者が吸い込む煙)の数倍、タール、ニコチン、一酸化炭素などの有害物質が含まれ、健康に大きな影響を及ぼしています。

子どもの健康への影響も甚大で、気管支喘息^{ぜんそく}、乳幼児突然死症候群、虫歯のリスクを1.5~2倍高めるという疫学データも報告されています。

さらに、たばこを吸う人の衣服や髪の毛、部屋の壁や床、カーテンに染込んだ残留物質を吸い込むことを「三次喫煙(サードハンドスモーク)」と言い、部屋で過ごす時間が長い乳幼児などへの影響が懸念されています。

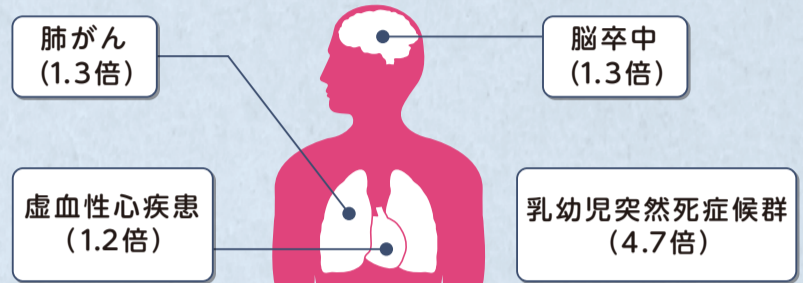
主流煙との比較による副流煙に含まれる有害物質の割合



出典:厚生労働省「喫煙と健康 喫煙の健康影響に関する検討会報告書」

受動喫煙により発症リスクが高まる病気など

受動喫煙にさらされている人は、受けていない人に比べ「**病気にかかるリスク**」が高い



日本では、受動喫煙が要因の疾患で、
年間約15,000人が、
死亡していると推計されています。

出典:厚生労働省「喫煙と健康 喫煙の健康影響に関する検討会報告書」
国立がん研究センターホームページ「がん情報サービス」

「加熱式たばこ」について

喫煙者本人及び周囲への健康影響や臭いなどが紙巻たばこより少ないのではないかと期待から、使い始める人が多くいます。しかし、たばこ葉を熱することで煙を発生させており、煙には紙巻たばこと同様にニコチンなど多くの有害物質が含まれています。



！ たばこを吸わない人への気配りとして

● 道路、公園などでは、市条例によって喫煙しないよう努めることとされています。路上喫煙は迷惑かつ危険な行為です。歩きながらの喫煙や、灰皿が設置された場所以外での喫煙は、やめましょう。



● 自宅で喫煙する際も、ベランダや換気扇から出るたばこの煙や臭いが他の部屋に入り込むことがあります。家族や近隣住民に十分な配慮をしましょう。



きたきゅう健康づくり応援店

🚭 たばこの煙のない店

積極的に禁煙に取り組む飲食店などを「きたきゅう健康づくり応援店～たばこの煙のない店～」として、市のホームページや、健康づくりアプリ「GO!GO!あるくっちゃんKitaQ」などでも紹介しています。また、登録店も随時募集中です。

健康づくりアプリ「GO!GO!あるくっちゃんKitaQ」のダウンロードはコチラから!



本市では「健康(幸)寿命プラス2歳」を目指して、市民の健康づくりをサポートしています。受動喫煙防止の取り組みもその一環です。WHO(世界保健機関)は、新型コロナウイルス感染症に関して「してはいけないこと」の第一に「喫煙」をあげています。

喫煙者の皆さんは、喫煙ルールを守るとともに、ご自身の健康や家族のためにも、ぜひこの機会に禁煙を検討してみてください。いかがでしょうか。「やめたいけど、なかなか…」という人は、医療機関や薬局の禁煙支援を受けられることをお勧めします。また、各区役所保健福祉課では禁煙支援ガイドブックを配布しています。ぜひご利用ください。



この特集に関するお問い合わせ 保健福祉局健康推進課 ☎ 582・2018