

# タバコの煙の健康への影響は計り知れません!

## ～これからの「新ルール」受動喫煙のない暮らし～

2019年7月から、病院や学校、行政機関で原則敷地内禁煙のルールがスタートしました。そして2020年4月、飲食店やオフィス・事業所などでも、原則屋内禁煙となるほか、20歳未満の方の喫煙エリアへの立入禁止などを加えた改正健康増進法が全面施行されます。



多くの施設において  
原則屋内禁煙に



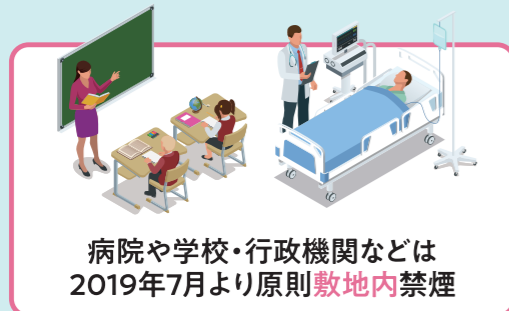
20歳未満の方は  
喫煙エリアへ立入禁止に



屋内での喫煙には  
喫煙室の設置が必要に



標識掲示が  
義務付け



病院や学校・行政機関などは  
2019年7月より原則敷地内禁煙



飲食店やオフィスなどは  
2020年4月より原則屋内禁煙

事務所、工場、ホテル・旅館、旅客運送事業船舶・鉄道などの施設

### ●喫煙をする際の配慮義務(2019年1月24日より)

屋外であっても、喫煙する場合は望まない受動喫煙がおこらないよう、周囲の状況に配慮する義務があります。公園や路上などでも子どもや病気の人がいる場所では喫煙しないようにしましょう。

### ●「加熱式タバコ」も規制対象です!

加熱式タバコのスティックやカプセルにはタバコの葉が使われています。紙巻きタバコには数百種類の添加物が加えられ、熟成される過程で発がん性物質も発生します。また、タバコ葉は洗わずに乾燥するので、耕作時の農薬も残っているのです。国立保健医療科学院は加熱式タバコにもニコチン及び発がん性物質が含まれていることを報告しています。すでに加熱式タバコによる重症肺炎も発生しています。

2019年、WHOと日本呼吸器学会は「本人にも周囲の人にも悪影響が懸念される」と警告を発しています。

### ●気をつけていても、やっぱり臭う… ～サードHANDSモークとは?～

タバコを吸っている人は、含嗽剤や消臭剤を使っても呼気や衣服の臭いで喫煙していることが分かります。喫煙者から発せられるタバコの残留成分を吸うことを「サードHANDSモーク(三次喫煙)」といいます。喫煙後、45分間は呼気の中にタバコの有害成分が残るとい調査結果もあります。衣服やカーテンに付着したタバコ煙の粒子からは長時間にわたって有害成分が発生しつづけます。

三次喫煙であっても、ぜん息や、過敏症の患者さん、妊婦さんは体調不良を引き起こす危険があります。

監修 産業医科大学 産業生態科学研究所 教授 大和 浩

●北九州市ホームページ  
「受動喫煙防止について」

[https://www.city.kitakyushu.lg.jp/ho-huku/file\\_0088.html](https://www.city.kitakyushu.lg.jp/ho-huku/file_0088.html)



北九州市保健福祉局健康推進課 受動喫煙防止担当  
〒803-8501 北九州市小倉北区城内1番1号  
TEL.093-582-2018

オール北九州で健康(幸)寿命を延伸する  
～元気でGO!GO!プラス2歳へスクラムトライ!～



# STOP! 受動喫煙

家族や子ども達をタバコの煙から守りましょう!  
北九州市を受動喫煙のないまちに

親や周りの大人のタバコは子どもの気管支喘息、気管支炎、肺炎、乳幼児突然死症候群(SIDS)、中耳炎、むし歯のリスクを1.5～2倍高めます!



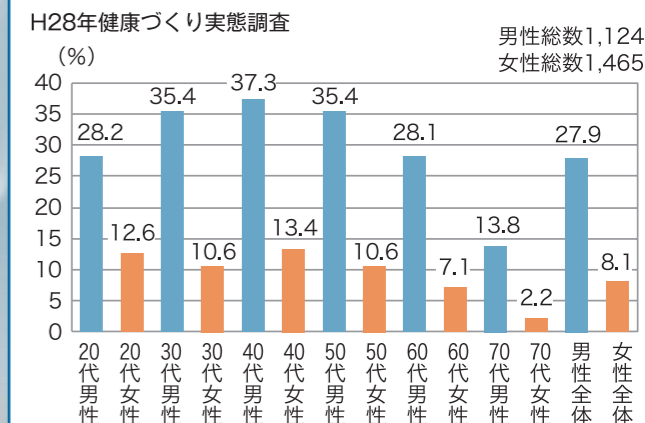
わたしたちに、タバコの煙を吸わせないで!

受動喫煙によって毎年  
約1万5千人※の命が奪われています

※国立がん研究センター研究班による推計：肺がん2,484人、虚血性心疾患4,459人、脳卒中8,014人、乳幼児突然死症候群約73人 計15,030人

喫煙は全てのがん、脳卒中、腹部大動脈瘤、糖尿病、COPD(慢性閉塞性肺疾患)、歯周疾患、心筋梗塞、結核死亡と因果関係があります。厚生労働省「たばこ白書」

### 北九州市民の喫煙率



■タバコは依存性が強いので、自分の意志ではなかなかやめられません。禁煙外来を受診して、禁煙しましょう。

「北九州市禁煙支援施設ガイドブック」をご活用ください



北九州市では30～50歳代の喫煙率が高く、子どもや家族への受動喫煙の影響が心配です。