

# STOP! 受動喫煙!

たばこを吸っていないのに  
煙を吸わされてしまうのが“**受動喫煙**”です。



## 受動喫煙○×クイズ

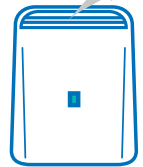
Q1

換気扇の下でたばこを吸えば、  
煙は室内に充満しない



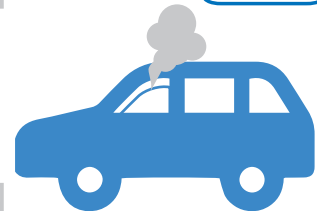
Q2

空気清浄機を置けば安心



Q3

車の窓を開けて吸えば、  
同乗者に害はない



Q4

加熱式たばこは、煙がないので  
受動喫煙にならない



Q5

受動喫煙による死亡者は、交通事故による  
死亡者よりも多い



いくつ正解しましたか?

※詳しい解説は裏面をCheck!!

答え Q1 × Q2 × Q3 × Q4 × Q5 ○

# 受動喫煙の害から大切な人を守ろう

## このような対策は不十分!

平成29年度厚労科学「受動喫煙防止等のたばこ対策の推進に関する研究」

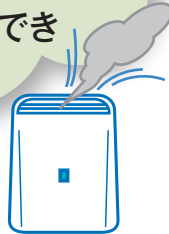
### × 換気扇の下で吸う

たばこの煙は短時間で周囲に広がります。換気扇では、煙を完全に除去できません。



### × 空気清浄機のそばで吸う

空気清浄機は、有害ガスを除去できないだけでなく、有害物質（タールなど）も十分には除去できません。



### × 車の窓を開けて吸う

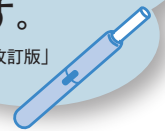
車内での喫煙は高濃度の受動喫煙になり、窓を開けても改善しません。



## 加熱式たばこも要注意

加熱式たばこにも、発がん物質などの有害成分が含まれており、健康被害のおそれがあります。

厚生労働省「禁煙支援マニュアル(第二版)増補改訂版」  
日本公衆衛生雑誌2020;67(1):3-14.



## 受動喫煙で

## 毎年1万5千人の命が奪われています

受動喫煙との関係が確実な脳卒中、虚血性心疾患、肺がん、乳幼児突然死症候群の4つの病気により、年間1万5千人が死亡していると推計されます。これは、全国の交通事故死者数の約4~5倍です。受動喫煙による病気で医療費も余分にかかり、経済的にもマイナスです。

奪われた命  
1万5千人  
(男性5千人、女性1万人)

平成27年度厚労科学 片野田班

医療費  
3,233億円

平成28年度厚労科学 中村班



## マナーでは解決しない!

## 受動喫煙を防ぐには、マナーではなく、有害物質として法的な規制が必要です

受動喫煙による健康被害を防ぐため、健康増進法が改正されました(2020年4月全面施行)。受動喫煙は、他者に危害を及ぼす公共問題であり、法的に規制するのが国際的な動きです。

### 病院・学校



### 敷地内禁煙

(屋外に喫煙場所設置可)

### オフィス・工場 ホテル・鉄道



### 原則屋内禁煙

(喫煙専用室のみ喫煙可)

### 飲食店



### 原則屋内禁煙

(喫煙専用室のみ喫煙可)

改正健康増進法では、家庭内や屋外での受動喫煙も努力義務としています。

海外では、すでに家庭内や自家用車での受動喫煙が規制されている国もあります。



厚生労働省「なくそう!望まない受動喫煙。」を参考に作成

## 大切な家族、職場の同僚、周囲の人々を守る最も効果的な対策は、禁煙です!

禁煙治療を受けると、自力に比べ3~4倍禁煙しやすくなります。禁煙治療を受けられる医療機関は [日本禁煙学会 禁煙外来](#) [検索](#)