

家庭でも職場でも  
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



家庭でも職場でも  
STOP！受動喫煙

受動喫煙○×クイズ

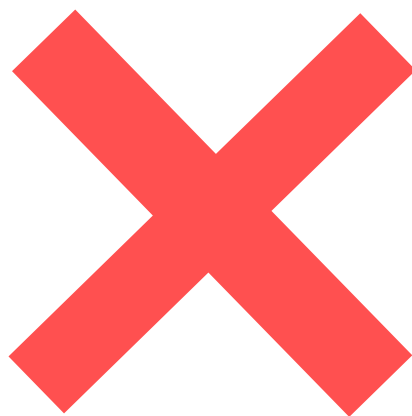
家庭でも職場でも  
**S T O P ! 受動喫煙**

Q1

**換気扇の下でたばこを吸えば、  
煙は室内に充満しない**



家庭でも職場でも  
**STOP！受動喫煙**



**たばこの煙は、短時間で  
周囲に広がります。**

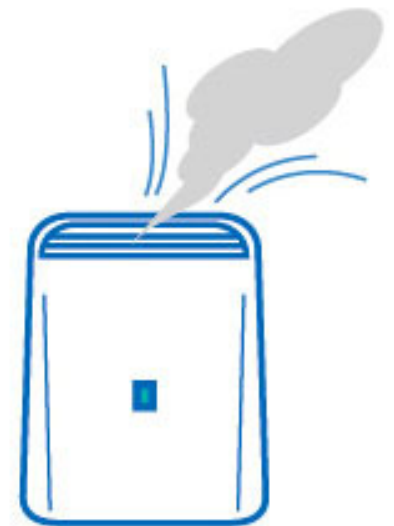
**換気扇では、煙を完全に  
除去できません。**



家庭でも職場でも  
**S T O P ! 受動喫煙**



**空気清浄機を置けば安心**



家庭でも職場でも  
STOP！受動喫煙



**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。**



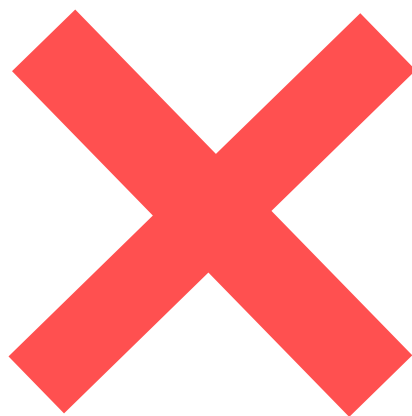
家庭でも職場でも  
STOP！受動喫煙

Q3

車の窓を開けて吸えば、  
同乗者に害はない



家庭でも職場でも  
**S T O P ! 受動喫煙**



**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。**





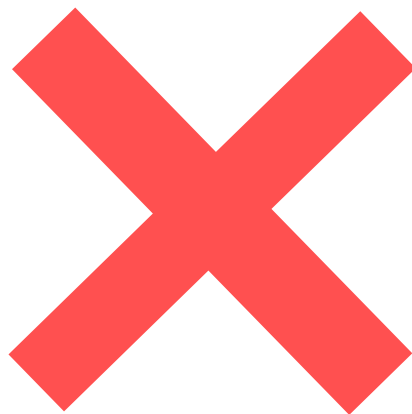
家庭でも職場でも  
**S T O P ! 受動喫煙**

Q4

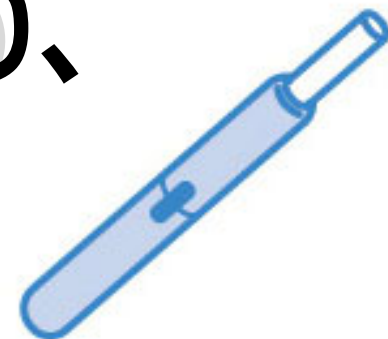
**加熱式たばこは、煙がないので  
受動喫煙にならない**



家庭でも職場でも  
STOP！受動喫煙



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。



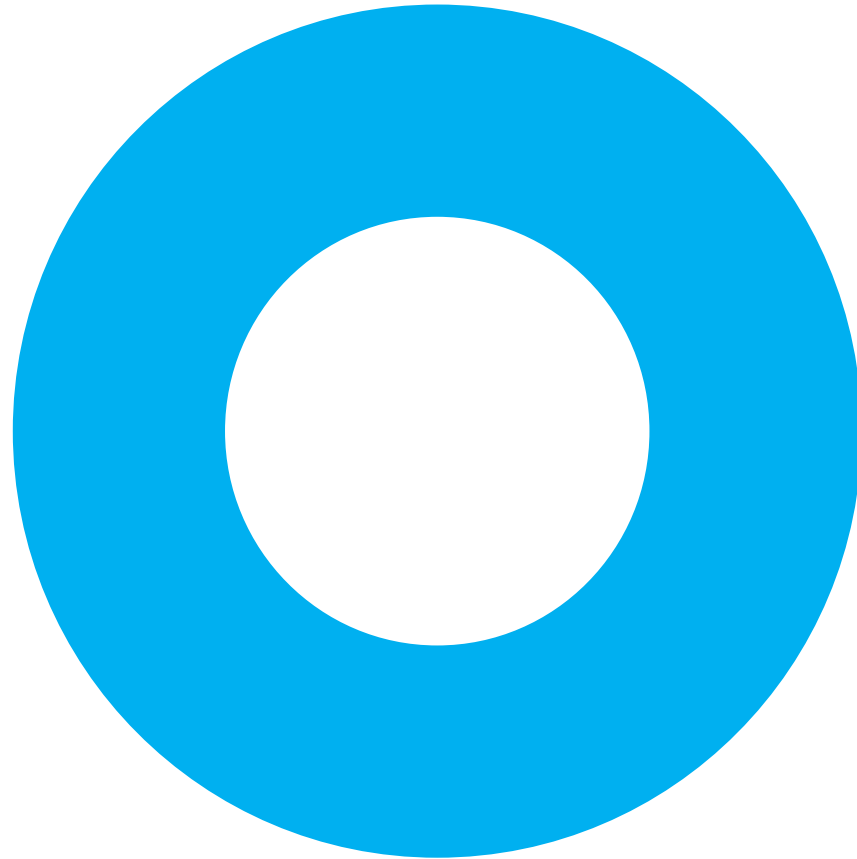
家庭でも職場でも  
**S T O P ! 受動喫煙**

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**



家庭でも職場でも  
STOP！受動喫煙



家庭でも職場でも  
**S T O P ! 受動喫煙**

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



家庭でも職場でも  
STOP！受動喫煙

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則が必要です

家庭でも職場でも  
**STOP！受動喫煙**

**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)

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)



**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。**

家庭でも職場でも  
STOP！受動喫煙

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





家庭でも職場でも  
STOP！受動喫煙

**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



## その他参考

### × 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.

