

防ごう！ 受動喫煙



◆タバコは毒物の缶詰め

タバコの煙には、分かっているだけでも約4000種類の化学物質、約200種類の有害物質、約70種類の発がん性物質が含まれています。



喫煙者

非喫煙者

有害物質には、ゴキブリ殺虫剤に含まれるニコチンを初め、電池やバッテリーに含まれるカドミウム、殺虫剤に含まれるヒ素、防腐液に含まれるホルムアルデヒド、便器消毒液に含まれるフェノール、産業廃棄物施設から出されるダイオキシン、化学兵器に使用されるシアン(青酸)など、実に多くの物質が含まれています。

☞ 22歳の双子の20年後を想定した写真

左の喫煙者は、肌に張りがなくしわが多い。歯にはヤニがつき、歯肉の色も悪い。

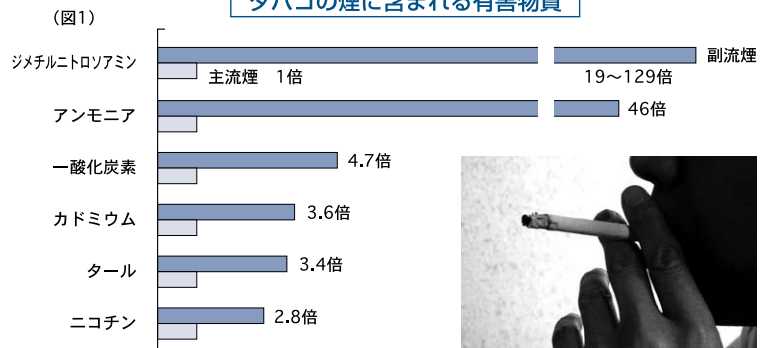
◆あなたと家族の大切な命、守ってください！

有害物質の中でも、タバコを吸った人が吐く息やタバコの先から出る煙(副流煙)には、直接吸う煙(主流煙)よりも多くの有害物質が含まれています(図1)。

夫がタバコを吸う場合、一緒に住んでいる妻が肺がんになる確率は約2倍になります。また、子どもは肺炎や気管支炎、喘息や中耳炎などの病気にかかりやすくなるほか、成長期では身長伸びが悪くなったり、大人になってからがんになりやすいとも言われています。また、妊婦さんの場合はおなかの赤ちゃんの発育が悪くなり、流産や早産、低出生体重児、乳幼児突然死症候群を引きおこす確率が高くなることが知られています。

屋外での喫煙後も、数分間は吸った人の口から呼吸としてタバコの煙が出ています。タバコを吸う方は、周囲に迷惑をかけないように、喫煙マナーを守りましょう。

タバコの煙に含まれる有害物質



「おやこでクッキング」参加者募集！

はじめての子も大丈夫！食生活改善推進員(ヘルスマイト)が講師になって、親子で「簡単にできる朝ごはんとおやつづくり」を行います。

とき 3月17日(土) 午前9時30分～午後0時30分

ところ 保健センター

対象 小学1年～3年生の親子

定員 15組(定員を超えた場合は抽選)

参加費 1人400円

申し込み 3月2日(金)までに電話で保健センターへ。

