



望まない 受動喫煙をゼロに



マナーからルールへ

平成29年7月に健康増進法の一部を改正する法律が成立し、令和2年4月1日より全面施行されます。

これにより望まない受動喫煙の防止対策が強化され、多くの人が利用する施設は一定の場所を除き喫煙が禁止されました。

禁煙になる場所

事務所、工場、ホテル・旅館、飲食店※、旅客運送事業自動車（バス・タクシーなど）、航空機・船舶・鉄道、裁判所などの屋内が原則禁煙になります。

屋内での喫煙は、設置された喫煙室でのみ可能で、喫煙室には標識が掲示されています。なお、20歳未満の方は喫煙エリアへの立入は禁止になります。

※既存の経営規模の小さな飲食店は、喫煙可能な場所である旨を掲示することで、店内で喫煙が可能です。

どうして受動喫煙は危険なの？

喫煙はあらゆるがんや、脳卒中、心筋梗塞などの病気を引き起こします。また、たばこを吸わない人の受動喫煙にもこれらのリスクがあり、受動喫煙による死亡者は年間1万5千人と推計されています。（厚生労働省 喫煙の健康影響に関する検討会報告書「喫煙と健康」より）

特にあかちゃんや、ぜんそく様気管支炎などに罹りやすくなったり、SIDS（乳幼児突然死症候群）の原因になるなど、妊婦さんやあかちゃんへの配慮が必要です。また、屋外や家庭など、喫煙が禁じられていない場所でたばこを吸う時も、まわりの人に煙を吸わせないように配慮しなければいけません。加熱式たばこであっても受動喫煙は発生します。

サードHANDSスモークにも要注意！

たばこの先から出る煙以外にも、タバコを吸った人が吐き出す息や衣服、部屋の壁紙、カーテン、カーペットなどに付着した有害物質を吸い込むサードHANDSスモーク（二次喫煙）も問題になっています。喫煙後30〜45分間は喫煙者の息から有害物質が出続けています。

禁煙にチャレンジしませんか？

葉でニコチンによる離脱症状を抑えることで、比較的楽に、確実に禁煙できるようになりました。

禁煙治療を行う禁煙外来を利用してみたいかがででしょうか。

禁煙外来のある市内医療機関

いのくちクリニック・円山医院・大田整形外科おおた内科・桑原内科循環器科医院・このの医院・中島内科クリニック・馬場病院（「日本禁煙学会 禁煙外来」で検索）

問い合わせ

保健センター
☎ 221-7157

竹原市地域支え合いセンター

◆豪雨災害被災者の生活再建・自立を支援
保健師や看護師などの相談員が相談を受け付けます。お気軽にご相談ください。

日時 月曜日～金曜日（祝日等除く）
9時～17時

場所 保健センター2階

支援内容 ・現況等の調査及び支援計画の策定
・見守り、巡回訪問
・相談受付、専門機関等へのつなぎ
・コミュニティづくりの支援
・関係機関等との連携

問い合わせ

竹原市地域支え合いセンター
☎ 21-8070