

こんにちは、
保健師です。



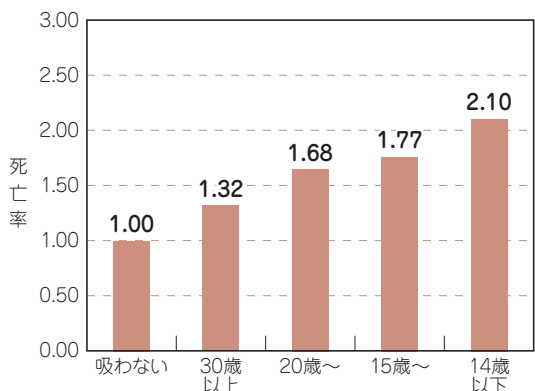
4

5月31日は世界禁煙デー

家庭や地域ぐるみで
たばこについて考えてみましょう

未成年者の喫煙問題

たばこを吸い始める年齢が早ければ早いほど、がんで死亡する危険性が高くなるといわれています。



資料：平山 雄 小児科診療(1986)

受動喫煙者

たばこの煙には、「主流煙」と「副流煙」の2種類があります。

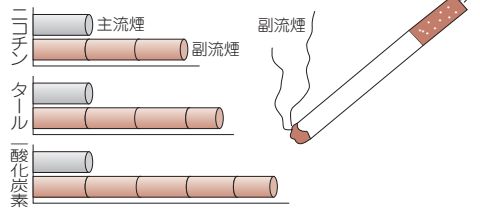
副流煙には、主流煙よりも高い濃度で、多くの発がん物質をはじめ、数多くの有害物質が含まれています。

たばこを吸わない人でも、副流煙を吸い込むことで、受動的な喫煙者となります。

たばこの煙は副流煙の方が有害

(アメリカ保健教育福祉省 1975年)

主流煙は喫煙者が自主的に吸うたばこの煙。
副流煙は、非喫煙者が受動的に吸われる、主流煙たばこの先から立ちのぼる煙。



副流煙に含まれる有害物質の量は、主流煙を1としたとき、ニコチンは2.8倍、タールは3.4倍、一酸化炭素は4.7倍と高い。

★健康に及ぼす害

肺がん、ぜんそく、気管支炎、心臓病、脳卒中、胃潰瘍など多くの疾患の危険因子となります。

★胎児に与える害

妊婦さんがたばこの煙を吸い込むことで、お腹の赤ちゃんの発育障害や早産の原因の一つになります。

★公共の場での分煙の動き

平成15年5月1日に施行された「健康増進法」では、公共の場を管理する者に対して「受動喫煙の防止」がうたわれています。

また、世界的にも平成17年2月「たばこ規制枠組み条約」が発行され、たばこによる健康被害を防止することを目的とした取り組みを進めています。

このように、たばこによる害から身を守るため、公共の場での「分煙」が推進されています。

市の公共施設でもかねてから「分煙」を推進しておりますが、みなさんもたばこについて考えてみましょう。

★未成年者にとって最初の1本

が決めてです。未成年者をたばこの害から守るために家庭や地域ぐるみでたばこについて考えてみましょう。

★たばこを吸う人と吸わない人がお互いに気持ちよく暮らしていくために、家庭や地域の集会所等での「分煙」の推進にご理解・ご協力をお願いします。

禁煙したい人のために、雲南市木次健康福祉センターにて『禁煙教室』(6～7月・全市の方が対象)を開催予定です。

5月で1歳
おめでとう

わが家の

おめでとう

ホーパ



ひなた 日向ちゃん(加茂町南加茂)
平成16年5月12日生まれ
いつもニコニコおてんばひなちゃん!お兄ちゃんが大好きです。



たかふみ 崇史くん(掛合町波多)
平成16年5月24日生まれ
天気予報とマツケンサンバが大好き♡たくましく育つんだぞー!



はるひ 春陽ちゃん(木次町里方)
平成16年5月16日生まれ
春ちゃん1歳おめでと♡カワイイ笑顔にみんなメロメロだよー!!

鳥合孝之さん・真由美さんのおまちゃん

金森修さん・範恵さんのおまちゃん

浅沼寛和さん・祥子さんのおまちゃん