

その煙、困っている人いませんか？



換気扇の下や屋外での喫煙も、家の中に煙が入り、受動喫煙の原因になります。配慮しているつもりでも、周囲の人に影響を与えているかもしれません。

子どもの体内に入るニコチン量

全く喫煙しない家庭と比べ、これだけの差があると言われています。

扉を閉めた屋外(ベランダ) **2倍**

換気扇の下で喫煙 **3倍**

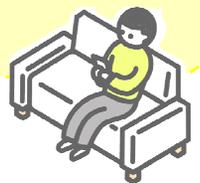
同じ屋内で喫煙 **15倍**

※親が全く吸わない場合を1 (出典) Johansson A et al. Pediatrics 2004;113:e291-5



サードハンド・スモーク(三次喫煙)による影響

喫煙者の呼気には、大量のガス状物質が含まれ、喫煙の影響がなくなるまでに45分間は必要とされています。呼気からの二次喫煙の他に、粒子(タールのミスト)が喫煙者の衣服や髪の毛、ソファやじゅうたんなどにも付着し、第三者が吸引してしまうサードハンド・スモークの恐れがあります。



タバコの行方を気にする

タバコの煙は無風で半径約7m、風下で約25m先まで流れると言われています。周囲に配慮し、喫煙場所を考えましょう。

禁煙にチャレンジする

この機会に禁煙にチャレンジしてみませんか？市では禁煙の支援を実施しています。また、医療機関の禁煙外来では、保険適用になる場合もあります。

