



健康かわら版

～第2次みやぎ21健康プランをすすめましょう～

No. 101

STOP!! 受動喫煙 ～目指そう受動喫煙ゼロ～

受動喫煙とは、“喫煙者の口から吐き出された煙（呼出煙）や他人が吸っているたばこから立ち上る煙（副流煙）を吸わされてしまうこと”です。副流煙には、たばこを吸う人自身が吸っている煙（主流煙）よりも発がん性物質をはじめとした有害物質が多く含まれていて、周囲の人がたばこを吸うことで、多くの有害物質が空気中に充満します。受動喫煙ですぐに表れる症状は、目がチカチカする、目のかゆみ、咳、息苦しさ等があります。また、長期的にはがんや心筋梗塞、狭心症などの心臓病で死亡する危険性、脳卒中や喘息などを発症する危険性が高くなることが分かっています。たばこを吸う方も吸わない方も、お互いへの思いやりをもった行動を心がけましょう。

たばこを吸う方は…

- ・子どもや妊婦に煙がかからないように配慮する（例：喫煙所の利用、歩きたばこをしない等）
- ・屋内だけでなく、屋外であっても周囲に人がいる場合には、煙に配慮する



たばこを吸わない方は…

- ・喫煙スペースに近づかない
- ・禁煙・分煙のお店を利用する（下記の受動喫煙防止宣言施設登録制度のステッカーが目印です!!）



《注意》電子たばこにも、通常のたばこと同様の有害物質が含まれています。電子たばこを使用する際には、受動喫煙防止のため喫煙所や喫煙スペースを利用しましょう。

“受動喫煙防止宣言施設”登録制度をご存じですか？

お客様や従業員の健康に配慮し、施設・事業所の敷地内または建物内の禁煙に取り組んでいる施設や事業所に「宮城県受動喫煙防止宣言施設」の宣言をしていただき、登録を行う制度です。登録すると「登録証」の交付と「ステッカー」が配付されます。

登録は敷地内禁煙と建物内禁煙の2種類があります。登録可能な施設・事業所等については、宮城県保健福祉部健康推進課のホームページをご覧ください、登録に御協力をお願いいたします。

《対象となる施設》

事業所（事務所）、飲食店、ホテル・旅館、体育館、屋外競技場、娯楽施設、集会場、百貨店、商店、金融機関、社会福祉施設（児童福祉施設除く）、鉄軌道駅、バスターミナルなど



登録証やステッカーを目立つ所に掲示することで、健康に配慮している施設や事業所としてのイメージアップにつながります!!

《登録証・ステッカー》

●毎年5月31日は世界禁煙デー●平成29年5月31日から6月6日までは禁煙週間●

大崎地域で働く皆様の健康づくりを応援する情報満載のサイト「おおさき健康ナビ」もご活用ください!!

おおさき健康ナビ

検索

