

「受動喫煙」を防いで健康を守ろう

タバコの煙には約5,300種類の化学物質が含まれます。
発がん性があると分かっているものだけでも約70種類あり、
家族や友人、職場の同僚など周囲の人たちにも、被害が及びます。

その煙
大切な笑顔を
曇らせていませんか

タバコによる健康被害はこんなに!

本人

がん 糖尿病

慢性閉塞性肺疾患 (COPD) 老化促進
血圧上昇

子供

肺炎 気管支炎
喘息

赤ちゃん

低出生体重児 早産
乳幼児突然死症候群 (SIDS)

家族・友人など

肺がん 脳卒中 心筋梗塞
目の痛み・かゆみ
頭痛 せき



タバコによる被害は 「受動喫煙」の方が大きい

タバコを吸っている人の周囲において、タバコの先から出る煙（副流煙）を吸ってしまうことを「受動喫煙」といいます。副流煙には喫煙者本人が吸う煙（主流煙）より多くの有害物質が含まれるため、受動喫煙の方が健康被害は大きいとされています。

主流煙と比べたときの
副流煙に含まれる有害物質

一酸化炭素
4.7倍

ニコチン
2.8倍

タール
3.4倍

アンモニア
46倍

副流煙

主流煙



「対策している」と安心するのは危険

「目の前で吸わなければ大丈夫」と安心するのは危険です。肉眼では見えなくてもタバコの有害物質は舞い散っているため、気付かぬうちに周囲の人を受動喫煙の危険にさらしている恐れがあります。

ベランダで吸っているから大丈夫！



吸うときは外でも、吸った直後はまだ体内に煙が残っており、服や髪にも有害物質が付いています。

分煙されているお店だから大丈夫！



壁やドアなどで喫煙・禁煙のエリアが分かれていても、場合によっては有害物質が流出する可能性があるため、注意が必要です。

