

保健福祉センターからのお知らせ

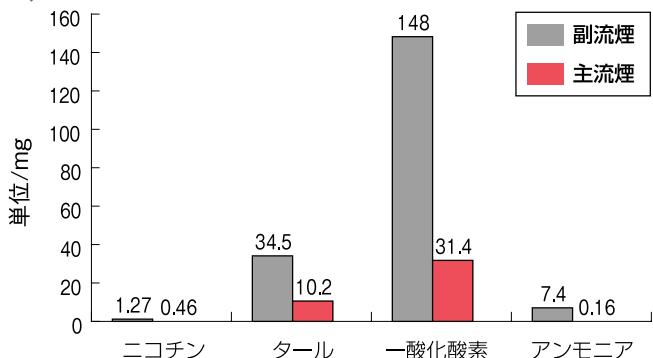
9月から市役所など、市の施設全てが建物内禁煙になります

健康増進法第5条による受動喫煙防止のため、市所有の建物内を禁煙とします。喫煙する場合は建物外の指定された場所での喫煙に協力をお願いします。

受動喫煙とは

他人が吸った「たばこ」の煙を吸わされることを受動喫煙と言います。たばこを吸わない人が、自分の意思とは関わりなくたばこの害を受けることになるため「不本意喫煙」とも言われます。

フィルター付き紙巻たばこ1本あたりの有害物質の発生量



受動喫煙の害

たばこの煙には大きく分けて2つあります。1つは、喫煙者本人が吸い込む主流煙で、もう1つは、たばこの先端から立ち昇る副流煙です。副流煙は、低い温度で不完全燃焼するたばこから発生するため、有害物質の量は主流煙より多いことが知られています。副流煙と喫煙者が吐き出す煙により環境たばこ煙が発生し、これが受動喫煙の元凶となり、閉鎖された空間で煙に長期間さらされることにより健康被害を引き起こします。

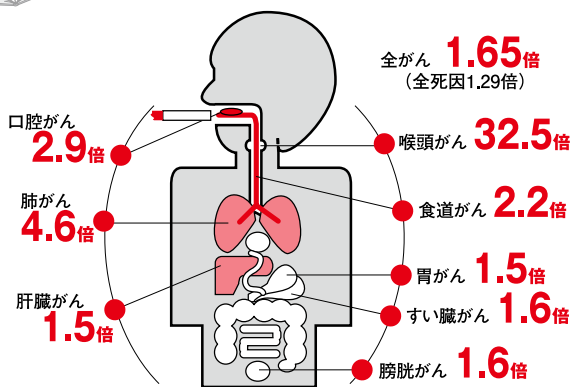
たとえば夫が1日20本以上吸うヘビースモーカーの場合、喫煙しない夫をもつ妻と比べて、肺がんの死亡率が2倍も高いという報告もあります。

たばこの健康被害

たばこががんの間に深い関係があります。40歳以上の日本人男性、12万人以上を、長期間にわたって調査した結果、1日25本以上たばこを吸う人は、吸わない人に比べて、喉頭がんが90倍以上、肺がんが7倍の死亡比になることがわかっています。しかし、禁煙すればがんになる危険はそれ以上増えず、禁煙後5年くらいたつとほとんど吸わない人と同じくらいの状態に近づきます。

日本でも諸外国と同様、肺がんが年々増え、平成10年(1998年)には、胃がんを抜いてがん死亡のトップになりました。肺がんの予防のために禁煙を心がけましょう。どうしてもというなら、できるだけ本数を減らしてください。また、たばこを吸いはじめる年齢が低いほど肺がんにかかりやすいということもわかっています。未成年の喫煙にはまわりでも気を配って、絶対に止めるようにしていきましょう。

非喫煙者と比較した喫煙者のがんによる死亡の危険性(男)



発がん物質はたばこの煙を吸うことによって、口、喉を通して気管支から肺に入ります。しかし、それだけではなく、唾液とともに飲み込まれ、食道・胃・腸などの消化管をはじめとして、全身にばらまかれます。

図のように、たばこを吸う人と吸わない人を比較すると、吸う人には明らかに発がんのリスクが増える傾向がみられ、それも多くの臓器にわたっています。

女 子宮がん 1.6倍

出典/平山雄,計画調査(1966年~1982年)

受動喫煙を防止するために

喫煙者自身が、他人に迷惑をかけない「喫煙マナー」を身につけましょう!

