



わかりやすいSGタバコクイズ

パート7(受動喫煙編)

問題 タバコを吸っている人の近くに行くと、健康に悪いですか？

答え 健康にとっても悪いです

《理由①》

本人がフィルターを通して吸う煙(主流煙)より、タバコから直接出る煙(副流煙)のほうが、数倍も多く有害物質が含まれています(発がん性物質やニコチン、一酸化炭素など)。



副流煙

一酸化炭素

ニコチン

発がん性物質

アンモニア

他人のタバコの煙に近づかない!

《理由②》

他人のタバコが原因で、まわりの人が右のような病気になってしまいます。

タバコを吸い終わっても、45分間は口や髪・洋服などから有害物質が出ていますので、周囲の人に悪影響を及ぼさないために

大人

脳卒中

臭気・鼻への刺激感

肺がん

虚血性心疾患

妊娠・出産

乳幼児突然死症候群(SIDS)

子ども

喘息の既往

「45分は職場や自宅に戻らない配慮を!」

※出典: 国立研究開発法人 国立がん研究センター

この機会に禁煙を考えてみませんか?



禁煙に関するご相談は、健保 保健師へ **フリーダイヤル 0120-81-3433(平日8時30分~17時)**