

# おうちの人にも見せてね



## 兵庫県受動喫煙防止条例について

### 1. 20歳未満の者や、妊婦を受動喫煙から守るために

20歳未満の者や妊婦の近くでたばこを吸ってははいけません。また妊婦もたばこを吸ってはいけません。



店舗や施設の管理者は、20歳未満の者や妊婦を、たばこが吸える場所や店内に立ち入らせてはいけません。



20歳未満の者や、妊婦と一緒にいるときは、家の部屋や車の中で、たばこは吸えません。



お祭りや夜店など、多くの人が集まる屋外で、周りに20歳未満の者や妊婦がいるときや、通学・通園時間帯の通学路ではたばこは吸えません。



### 2. 下記のような場所では、たばこは吸えません

保育園・幼稚園や学校・病院の敷地内とその周辺区域。



多くの人が入り出するコンビニや飲食店などの屋外の入口周辺。



飲食店やショッピングセンターなど多くの者が利用する施設の建物内(※)



公園や球技場・スポーツ施設などの敷地内(※)



※ 条件によっては、喫煙所を設置することができます。

### 3. 加熱式たばこ と 電子たばこ について

#### 加熱式たばことは

- 加熱式たばこは、たばこ葉などを電氣的に加熱し、発生する霧状のけむりを吸うタイプの製品です。
- そのけむりにはニコチンなどの有害化学物質がふくまれており健康へ害を及ぼす可能性があります。



※兵庫県では、加熱式たばこも紙巻きたばこと同様に規制されます。

#### 電子たばことは

- 電子たばこは、香料などをふくむ液体を電気加熱させ、発生する蒸気を吸う製品です。
- たばこ葉を使用していない製品のため、法律や条例の規制対象にはなっていませんが、健康への安全性まで保証されているわけではありません。



### 4. ご相談・お問い合わせは、下記までご連絡ください。



兵庫県保健医療部健康増進課  
TEL:078-362-9111 FAX:078-362-3913  
E-mail:kenkouzoushinka@pref.hyogo.lg.jp

兵庫県 受動喫煙

検索



06保P2-006A3

# たばこのこと知ってる？



兵庫県マスコット  
はばタン

## 大切にしよう、自分のからだ

「たばこを吸っちゃダメ!!」っていうけど、どうしてかな？  
みんなでたばこのこと考えてみよう！

#### Q. 1

たばこのけむりには何が入っている？

#### Q. 2

主流煙と副流煙って何？

#### Q. 3

子どもと大人のどちらが、たばこの害に影響されやすい？

#### 考えてみよう！

- たばこを吸ってみたいかとすすめられたら、どうする？
- 大切な人が、たばこを吸っていたらどうする？

兵庫県

このリーフレットをおうちの人と一緒に読んでね！

**Q.1**  
こたえ

たばこのけむりには約 5,300 種類の化学物質が、その中には約 70 種類の発がん性物質がふくまれています。



たばこのけむりを吸うことは毒を吸うことと同じです。タール・ニコチン・一酸化炭素のほか、毒性の強い青酸ガスやダイオキシンもふくまれています。

**タール**

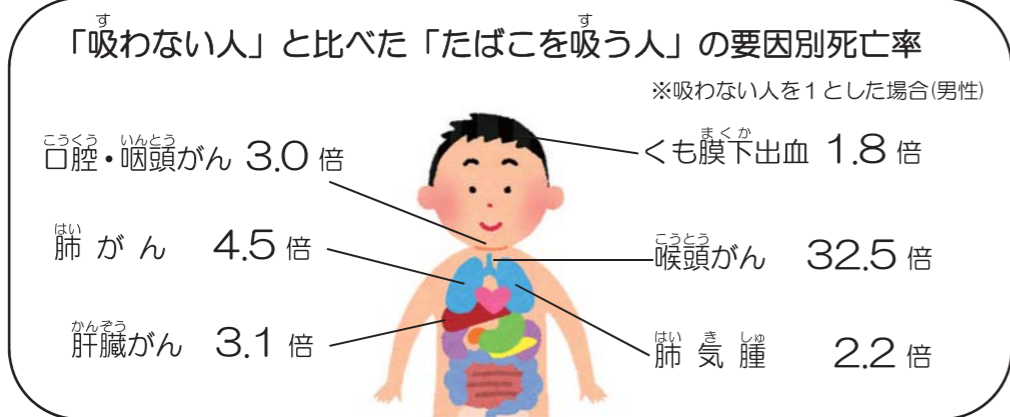
数十種類の発がん性物質がふくまれており、たばこを吸っている人の肺を真っ黒にしたり、多くのがんの原因になります。

**ニコチン**

血管を収縮させ、血液の流れを悪くします。麻薬と同じく依存性があり、たばこをやめられなくなります。

**一酸化炭素**

酸素を運びにくくするため、体が酸素不足になります。血管をきずつけ、心臓や脳の血管がつまる病気の原因になります。

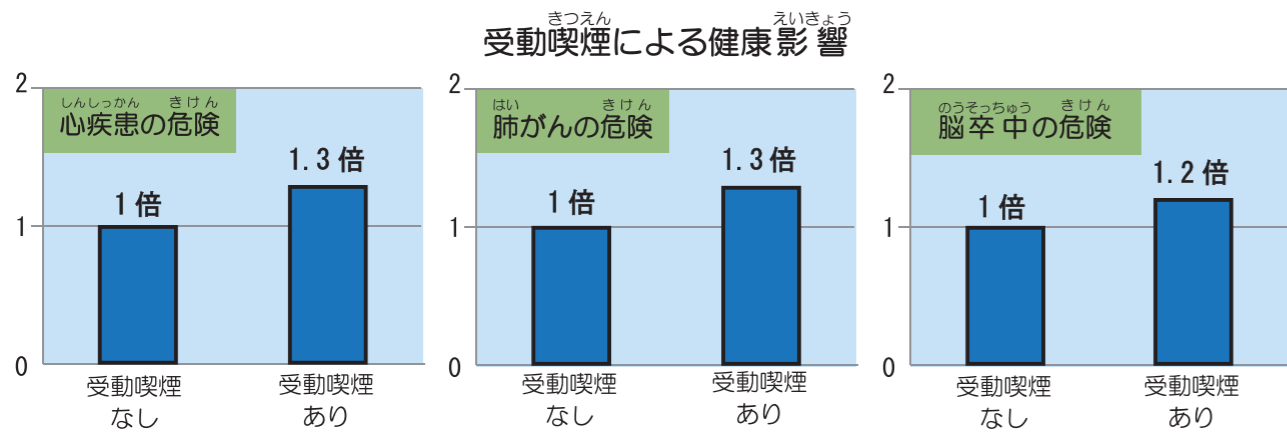


※(公財)循環器病研究振興財団「知っておきたい循環器病あれこれ 65号」

**Q.2**  
こたえ

**主流煙**とは：自分で吸うたばこのけむり  
**副流煙**とは：火のついたたばこの先から出るけむり

他の人のたばこのけむりを吸わされてしまうことを「**受動喫煙**」といいます。受動喫煙によって、たばこを吸わない人も、肺がんや脳卒中などの病気になることがわかっていて、日本では受動喫煙により年間約 15,000 人が死亡していると推計されています。たばこのけむりを吸い込まないようにしましょう。



※厚生労働省「喫煙の健康影響に関する検討会報告書」(2016年)

**Q.3**  
こたえ

子どもが、たばこのけむりを吸うと、大人よりもっと体に悪い影響がでます。

成長期にある子どもの体は、大人に比べて外からの有害物質の影響を受けやすいため、がんなどの病気にかかりやすいのです。

**体への影響**

- がんや心臓の病気になる危険性が高くなる。
- 運動するとすぐにつかれたり、息切れしやすくなる。
- 記憶力や学習能力が落ちる。
- 歯周病にかかり、歯がぬける危険性が高くなる。
- せきやたんが 出やすくなる。
- しわやしみが できやすくなる。



だから・・・吸わないほうがいい！

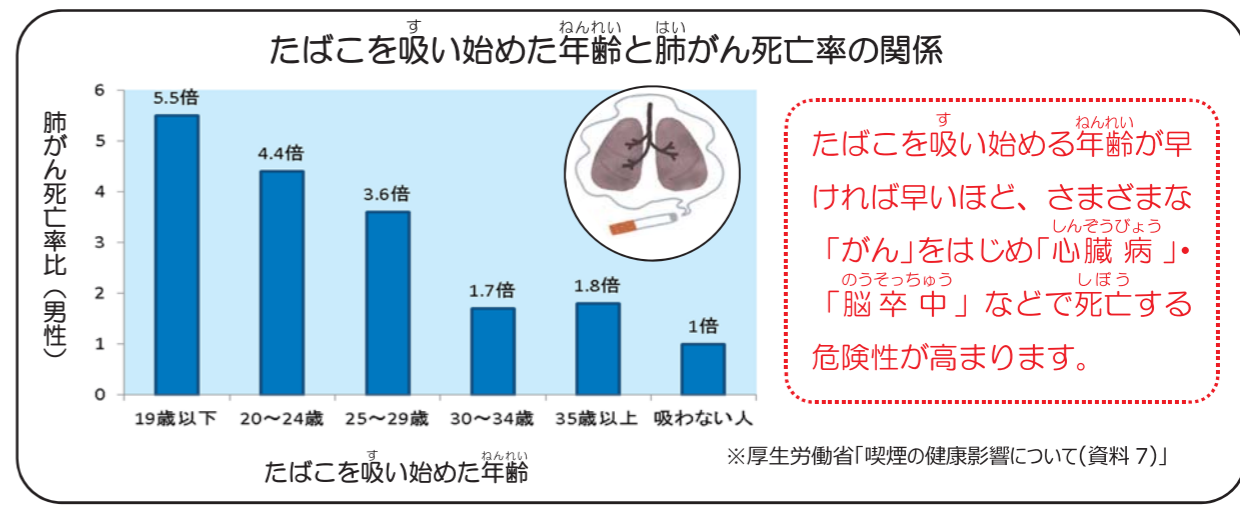
**比べてみよう！**

たばこを吸うと歯と歯ぐきに影響が出てきます。同じ年齢・性別(45歳男性)でもこんなに違います。

たばこを吸っている人

たばこを吸わない人

写真提供「兵庫県歯科医師会」



**一度でも吸わないことが大切です。**

- 好奇心で吸った1本から、たばこを吸い始めた人が少なくありません。
- 子どもは、大人よりずっとニコチン依存症になりやすいため、一度たばこを吸い始めると、やめたくてもやめられなくなってしまいます。



**子どもは、絶対にたばこを吸ってはダメ!!**

- まとめ**
- 好奇心や周りの人からの誘いがきっかけでたばこを吸い始めると、やめたくてもやめられなくなってしまいう可能性が高くなります。
  - もしたばこをすすめられたら、上手に断ることが重要です。
  - 大切な自分の家族や友人がたばこを吸っていたら、「大切な人をたばこの害から守りたい」という気持ちを伝えてみましょう。