

大切な子どもを たばこの煙から守ろう



喫煙には
3種類
あります

一次喫煙 **自分が喫煙**すること

二次喫煙 **受動喫煙** たばこから出てくる煙や吐き出された煙を吸わされること

三次喫煙

サードハンドスモーク

たばこの煙が消えたあとの有害物質を吸うこと

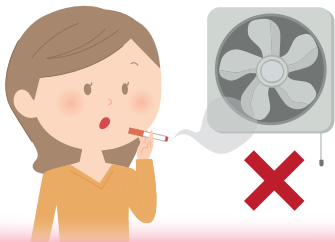
サードハンドスモークの例



喫煙後にも、あらゆるところに、たばこの**有害物質**が付着しています

“気を付けているから”と過信していませんか？

換気扇の下で吸っても、
たばこの**有害物質**を除去する
ことはできません。



ベランダで吸っても、
髪の毛や衣類に
有害物質が付着しています。



たばこを吸い終わっても、
30～45分間は、
息から**有害物質**が出続けます。



サードハンドスモークでの健康影響が懸念されています
妊婦や子どもは、たばこの煙やニオイのする所に近づかないことが大切です！

健康増進法に喫煙する際の配慮義務が示されています

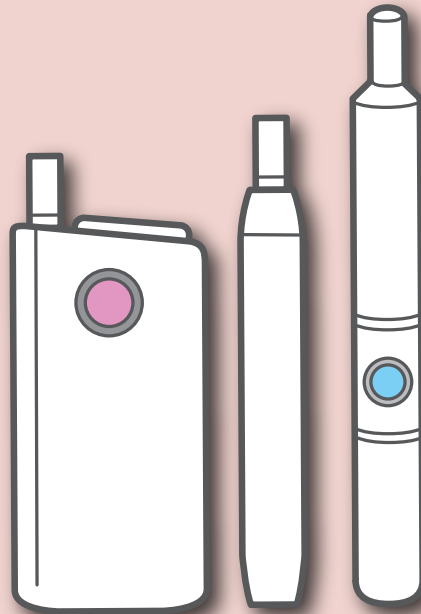
子どもは、自分の意思でたばこの煙を避けることができません 大人が守ってあげることが大切です

妊婦や子どもの前でたばこを吸わない
※胎児の発育不良や乳幼児突然死症候群の危険があります

たばこを吸ったら
子どものそばに近寄らない

全面禁煙のお店を選ぶ

加熱式たばこや電子たばこなら大丈夫???



加熱式たばこのスティックを乳幼児が誤飲する事故が起きています。

受動喫煙は生じます。

ニコチンにしばられた生活は続きます。

病気のリスクが減る保証はありません。

発がん性のある有害物質が含まれています。

子どもをたばこの煙から守るには 禁煙するのが一番です

喫煙習慣は、「ニコチン依存」と「習慣性依存」という脳の病気です。

禁煙治療が受けられる医療機関

日本禁煙学会 検索



禁煙について相談できる禁煙サポート薬局

浜松市薬剤師会 検索



“たばこをやめたい方へのお手伝い”をしています

区	窓口	電話番号
中央区	健康増進課	453-6125
	中央健康づくりセンター	457-2890
	中央健康づくりセンター(東)	424-0122
	中央健康づくりセンター(西)	597-1174
	中央健康づくりセンター(南)	425-1590
浜名区	浜名健康づくりセンター	585-1120
	細江健康センター	523-3121

区	窓口	電話番号
天竜区	天竜健康づくりセンター	922-0075
	龍山保健センター	※ご利用の際は天竜健康づくりセンターへお問い合わせください。
	春野支所庁舎内保健指導室	983-0006
	佐久間保健センター	966-0005
	水窪保健福祉センター	982-0004

【受付】
月～金（祝日、年末年始除く）
午前8時30分～午後5時15分

【発行】
浜松市健康増進課
浜松市中央区鴨江二丁目 11-2
電話：053-453-6125
E-mail：kenko@city.hamamatsu.shizuoka.jp