

5月31日は世界禁煙デーです!

禁煙週間 5月31日(水)～6月6日(火)



令和5年度 禁煙週間のテーマ

「たばこの健康影響を知ろう!
～望まない受動喫煙のない社会を目指して～」

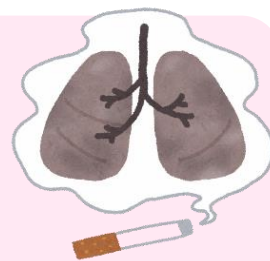


世界保健機関 (WHO) は、5月31日を「世界禁煙デー」と定めています。日本では、世界禁煙デーから始まる一週間を「禁煙週間」として定め、たばこと健康に関する普及啓発活動を実施しています。

健康増進法の改正 (令和2年4月) により、**たばこの煙と周囲への配慮は、マナーではなくルールへ**と変わっています。たばこは、吸う人本人だけでなく、その周囲の人の健康にも影響を及ぼします。たばこを吸う人も吸わない人も、この機会に、禁煙について考えてみましょう。

たばこの健康への影響 ～リスクは肺がんだけ?～

喫煙は、肺がんに限らず、喫煙は**ほとんどの部位のがんの原因**になると言われています。また、脳卒中や虚血性心疾患、慢性閉塞性肺疾患 (COPD) や結核、糖尿病、歯周病など多くの病気と関係しており、**予防できる最大の死亡原因**であることがわかっています。



長年タバコを吸っていても、禁煙するのに遅すぎることはありません。禁煙から10～15年後には、様々な病気にかかるリスクが非喫煙者レベルまで近づくとされています。あなたと、あなたの周りにいる大切な人達のために、今こそ禁煙をはじめませんか。

受動喫煙による影響

喫煙者が吸い込む煙と同じくらい、周囲の人が吸い込む煙は**有害**です。普段たばこを吸わない人は、たばこの煙に対する感受性が高く、少しの量でも大きな影響を受けます。



受動喫煙により日本人が肺がんになるリスクは、その影響のない人の約1.3倍になることや、乳幼児突然死症候群を引き起こすことが指摘されるなど、そのリスクは科学的にも明らかです。

知っていますか? ～イエローグリーンリボン～



イエローグリーンは、「受動喫煙をしたくない・させたくない」気持ちを表す色です。もしこのリボンを着用している人を見かけたら、たばこの煙の行方にご配慮いただき、受動喫煙防止にご協力をお願いいたします。

空気のきれいな施設

県では、「空気のきれいな施設」認証制度を実施し、たばこの煙にさらされることなく、安心して過ごせる場所を認証しています。皆様からの申請をお待ちしています。

