

# なくそう！受動喫煙

## 受動喫煙とは

たばこを吸わない人が、他人の喫煙によるたばこの煙にさらされることをいいます。  
たばこの煙には、喫煙者本人が吸う「主流煙」と、吐き出す「呼出煙」、  
たばこの先から立ち昇る「副流煙」の3種類があり、  
有害物質が多く含まれているのが副流煙です。  
副流煙と呼出煙を吸い込む受動喫煙は、吸わない人の健康にも大きな悪影響を与えます。

たばこの煙には約200種類の**有害物質**  
(うち約70種類が発がん性物質)が含まれています

## 三大有害物質 たばこの煙の

### ニコチン

血管を収縮させて血圧が上昇します。また、強い依存性があるため、なかなかたばこをやめられない原因になります。

### タール

発がん性物質が多く含まれています。

### 一酸化炭素

血液中のヘモグロビンと結合して全身の細胞を酸欠状態にし、疲れやすくなります。

\*加熱式たばこも、たばこ葉が使用されているため、ニコチンをはじめ多くの有害物質が含まれています。

## 受動喫煙の健康影響

(科学的証拠は、因果関係を推定するのに十分であるもの)

肺がん、脳卒中、虚血性心疾患、  
臭気・鼻への刺激感、小児の喘息、  
乳幼児突然死症候群(SIDS)など

出典:厚生労働省「喫煙と健康・喫煙の健康影響  
に関する検討会報告書」より(2016年)。

受動喫煙が原因で年間15,000人の  
日本人が死亡しています。  
(厚生労働省推計)

## これでは受動喫煙は防げません！

### 換気扇の下



換気扇を回しても、カレーの香りが部屋に残ると同じです。

### 空気清浄機



空気清浄機では、たばこの有害物質は除去できません。

### ベランダ



ベランダでの喫煙は、窓の隙間から室内に煙が流れ込みます。また、近隣住民にも影響があります。

### 車の窓を開ける



窓を開けても、車内に煙が流れ込みます。

## 子どもの近くでは吸わないで！

子どもは身体が小さく機能も未熟なため、たばこの煙の影響を受けやすく、様々な病気や障害を起こします。また、自分の意思で受動喫煙を避けることが困難です。

子どもの健やかな成長のためにも、たばこの煙のない環境を整えていく必要があります。

# 敷地内禁煙又は原則屋内禁煙



望まない受動喫煙を防ぐため、健康増進法が改正されました。  
施設等の種類に応じて、対策が決められています。

## ■施設の種類の種類と受動喫煙対策（加熱式たばこも規制の対象）

### ◆2019年7月1日から「敷地内禁煙」（第一種施設）

学校，病院，薬局，児童福祉施設，行政機関の庁舎 など

※屋外の敷地内で、通常、人が立ち寄らない場所で区画等の必要な措置を行った場所に、特定屋外喫煙場所を設置することは可能です。

### ◆2020年4月1日から「原則屋内禁煙」（第二種施設）

事務所，飲食店，ホテル，理容室，美容室，娯楽施設，  
鉄道などの施設（第一種施設と喫煙目的施設以外の施設）

※喫煙目的施設：一定の要件を満たした喫煙を主目的とする施設（喫煙を主目的とするバー，スナック等，店内で喫煙可能なたばこ販売店，公衆喫煙所）

※個人の自宅やホテル等の客室は除きます。

※屋内で喫煙を可能にするためには、基準を満たした喫煙専用室などの設置が必要です。

※要件を満たした、2020年4月1日時点で営業している既存の経営規模の小さな飲食店は、経過措置として、店内の全部又は一部の場所に喫煙しながら飲食等もできる喫煙可能室を設置できます。

## ◎喫煙できる場所には、20歳未満の人は立ち入ることができません。

### ■法律における義務

- 【全ての人】
- ・喫煙禁止場所で喫煙しない
  - ・紛らわしい標識の掲示，標識の汚損をしない
  - ・屋外で喫煙する際は、望まない受動喫煙を生じさせないよう周囲の状況に配慮する
- 【施設管理者】
- ・喫煙禁止場所に喫煙器具，設備等の設置をしない
  - ・喫煙可能な場所を設置する場合，その旨を示す標識を設置する
  - ・喫煙室内への20歳未満の人（従業員を含む）を立ち入らせない など

義務に違反した場合は、罰則（過料）が適用されることがあります。

※受動喫煙対策に関する規制等の詳細はこちら  
⇒厚生労働省ホームページ「なくそう！望まない受動喫煙」



【問い合わせ先・受動喫煙対策相談窓口】

高知市保健所健康増進課（喫煙対策担当） ☎088-803-8005

〒780-0850 高知市丸ノ内1丁目7-45 総合あんしんセンター1階