

NO MORE 受動喫煙！

非喫煙者の皆様・煙の臭いが気になる方々へ・・・
こんな経験はありませんか？

- 喫煙所の横を通るときに息を止めて思わず駆け足。
- 換気をしたくて窓を開けたらたばこ臭くてがっかり。
- 歩きタバコの人の前へ猛ダッシュ。
- お気に入りのお店で食事🍴がタバコ臭で台無し。

～受動喫煙とは～

●タバコの煙は2種類・・・

「**主流煙**」：タバコを吸う人が直接吸い込む煙

「**副流煙**」：火のついた先から立ち上る煙

副流煙には主流煙と同じく体に有害な成分が含まれていてニコチン、タール、一酸化炭素など有害物質の分量は主流煙よりも多いといわれています。

→この**副流煙**を自分の意思とは関係なく吸い込んでしまうことを「**受動喫煙**」といいます。



ひとりの喫煙者によるタバコ煙の到達範囲は
直径14メートルの円周内とされています。
複数の喫煙者が同時に喫煙する場合は、
この直径が2～3倍以上になります。

屋外における受動喫煙防止に関する日本禁煙学会の見解と提言

禁煙しなくっちゃな・・・
新型タバコってどうかな



それは
ち～が～う～



なんちゃって禁煙
に

なっちゃいます！



禁煙の場所でも 加熱式タバコ
なら大丈夫ってほんと？

NO!!

《新型タバコ》

- においが僅かで煙が少ない
- 副流煙がないから受動喫煙の心配はないと誤解されている
- 発生する有害物質が見えにくく、
周囲の人は受動喫煙を避けられない。

新型タバコでも
受動喫煙するんだ ★66



紙巻タバコ

VS
Fight

加熱式タバコ
(電子)

ROUND
1

タールは紙巻きタバコの **1/2!**

ROUND
2

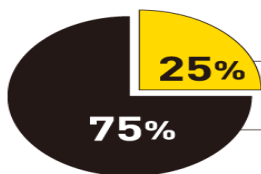
ニコチンは **同じ**か**それ以上!**

ROUND
3

ホルムアルデヒドなどの
有害物質も**たくさん**入っている。

ROUND
4

加熱式タバコ使用者の**7割以上**が
紙巻タバコも吸い続けており、
禁煙に役立つという**証拠がない!**



タバコ

タバコ+加熱式





加熱式タバコからは煙が出ていないわけではありません。
特殊なレーザー光を照射すると大量の
「人の目には見えにくいエアゾル」
を呼出していることがわかります。

禁煙外来に
行ってみるかな～

まずは相談から
始めませんか？

