

WORLD NO TABACC DAY 2021



5月31日は世界禁煙デーです！

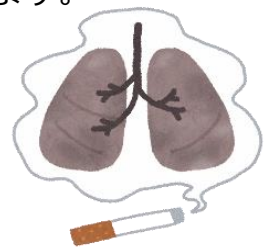
禁煙週間 5月31日～6月6日

2021年 禁煙週間のテーマ 「たばこの健康影響を知ろう！

～新型コロナウイルス感染症とたばこの関係～

新型コロナウイルス感染症とたばこの関係

たばこの煙には、有害物質を含む約5,300種類の化学物質が含まれています。これらの物質は、たばこのフィルターを通して、肺に取り込まれ、**肺の組織を破壊し、肺機能を低下させます。**



喫煙は新型コロナウイルス感染症重症化の最大のリスクです！

喫煙者は、新型コロナウイルスに感染すると、人工呼吸器が装着される（重症化する）、あるいは死亡する危険性が非喫煙者の**3倍以上**になることが明らかになりました。¹⁾

WHO(世界保健機関)は、新型コロナウイルス感染症対策として、**「禁煙」を強く勧めています。**

出典 1) 一般社団法人 日本呼吸器学会 「新型コロナウイルス感染症とタバコについて」

この機会に禁煙を！

新型コロナウイルスに負けないために、まず禁煙を！
ご家族や周りの方がたばこを吸っていたら、禁煙をすすめてください。

たばこ代より
安い？！

禁煙外来を利用しましょう！



Q 禁煙治療はいくらかかるの？

A 自己負担3割の場合、約3ヶ月の治療スケジュールで**約2万円**。

1日1箱喫煙する場合(500円換算)、約3か月分のたばこ代(約45,000円)より
保険診療で禁煙治療を受けたほうが安い!

～福島県禁煙外来情報～

禁煙治療を行っている県内の医療機関をホームページで紹介しています。

右のQRコードをお手持ちの携帯電話やスマートフォンで読み取ってください！



受動喫煙にも気をつけましょう！

受動喫煙とは、他人の吸ったタバコのたばこ（副流煙）を周囲の人が吸い込むことです。

副流煙には、本人が吸い込むタバコの煙（主流煙）より有害物質が多く含まれているため、受動喫煙による肺がん、虚血性心疾患、脳卒中、乳幼児突然死症候群が原因で死亡する人が年間 15,000 人と推計されています。



受動喫煙が引き起こす病気		
大人	妊婦と胎児	子ども
肺がん 虚血性心疾患 脳卒中 等 	低出生体重児 	乳幼児突然死症候群 ぜん息 中耳炎 等 

たばこを吸う人にも、吸わない人にも知ってほしい！
望まない受動喫煙のない社会！



改正された健康増進法が、2020年4月1日より全面施行となり、望まない受動喫煙を防止するための取り組みは、マナーからルールへと変わりました。

多くの人々が利用する様々な施設は、原則屋内禁煙に！

病院・学校・行政機関 	飲食店 	左記以外の全ての施設 (事業所等) 
原則敷地内禁煙 ただし、必要な措置が取られた場所に限り、敷地内に喫煙場所を設けている施設もあります。	原則屋内禁煙 ただし、国の基準を満たした各種喫煙室を設置している店舗もあります。また、条件を満たす小規模飲食店は経過措置期間中に限り、飲食しながら喫煙可能としている店舗もあります。	原則屋内禁煙 ただし、国の基準を満たした各種喫煙室を屋内に設置している施設もあります。

義務違反時には罰則等が適用に



違反した施設管理者には最大50万円



各種喫煙室が基準に適合しない場合は管理者に最大50万円



禁煙に違反して喫煙した人は最大30万円の過料

詳しい情報はこちらへ
<https://jyudokitsuen.mhlw.go.jp>

なくそう！望まない受動喫煙

