



これからママ・パパになる皆様へ

たばこの煙から子どもを守るために！

— 本当に知っていますか？たばこのこと —

平成 20 年度、県内 4 カ所の市町村の 3 歳 6 ヶ月児健診時に尿中コチニン量を測定したところ次の実態が判明しました。

- 調査に協力した 3 歳 6 ヶ月児のうち、52%が受動喫煙していました。
- 上記のうち、約半数は日常的に受動喫煙していました。
- 母が喫煙者で、さらに車内で家族が喫煙している家庭の子どもは、顕著に受動喫煙していました。



受動喫煙

※体内に吸収されたニコチンは代謝され、コチニンという物質になって尿中に排出されます。コチニンはニコチン以外の物質からほとんど生成されません。



引用：神奈川県ホームページ

禁煙するメリット

PM2.5問題

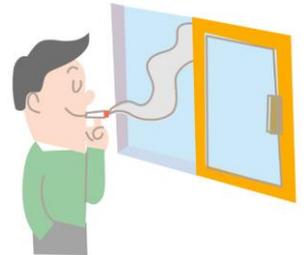
引用：神奈川県ホームページ



- ・お腹の赤ちゃんにきちんと酸素が届く
- ・乳幼児突然死が防げる
- ・無駄な出費が減る
- ・顔が若返る
- ・美肌になる

飲食店の喫煙区域のPM2.5の濃度は、北京で汚染のひどい日と同程度の 200~800 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ に達しています。

また、そこから漏れてくるたばこの煙によって禁煙区域も、外出を控えるよう勧告される値と同程度の 70 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ まで汚染されていることが報告されています。



★子どもたちを受動喫煙から守るポイント★

★室内での喫煙は避けましょう！



換気扇の下で吸っても、たばこの煙は部屋中に広がります。

★車内での喫煙は避けましょう！



たばこの煙の濃度が高くなり、長時間、たばこの煙の影響を受けます。

★受動喫煙の恐れのない場所を選びましょう！



お店の禁煙マークを参考に

※禁煙相談・禁煙外来の問い合わせは
国保健康課健康係へ・・・・・・・・

【問い合わせ先】 逗子市福祉部国保健康課健康係
電話：046-873-1111 FAX：046-873-4520
メール：kenkou@city.zushi.kanagawa.jp

