

受動喫煙の害について

禁煙をすすめる法的根拠

今こそ病院、学校、公共施設での禁煙は当たり前となりましたが、これは2003年に施行された健康増進法において、「多数の者が利用する施設」での受動喫煙の防止が義務付けられたためです。2004年には、世界保健機関(WHO)の下で策定された国際条約「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約(FCTC)」に、日本も19番目の国として加盟しています。

恐ろしい受動喫煙

たばこの害は、喫煙者だけの問題ではありません。周囲の非喫煙者も、自分の意志とは関係なくたばこの煙を吸わされてしまう受動喫煙によって、健康を脅かされてしまいます。喫煙者が吸い込む主流煙よりも、たばこの先端から立ち上



喫煙は自分だけでなく、身近な人の健康も奪います

がる副流煙に含まれる有害物質の濃度のほうが高いこともわかっています。

受動喫煙の影響を最も受けやすいのは、同じ家で生活している家族でしょう。夫が1日20本以上喫煙する場合、非喫煙者の妻の肺がん死亡率は、夫が非喫煙者の家庭に比べ1.5〜2倍も高いことが分かっています。また親が喫煙者だと、その子どもは気管支炎や喘息、中耳炎やアトピー性皮膚炎などにかかりやすく、成



中耳炎

喘息

アトピー性皮膚炎

長や視力、知能の発達にも悪影響をおよぼすといわれています。さらに、たばこは乳幼児突然死症候群(SIDS)にも大きく関係しています。さらに厚生労働省の研究班によると、受動喫煙が原因で肺がんや心臓病で死亡する成人は、国内で年間6800人になると推計されています。受動喫煙による3大死因は心筋梗塞、脳卒中、肺がんです。

屋外なら喫煙OK?

それでは、ベランダや換気扇の下で喫煙すれば大丈夫なのでしょうか? 調べたところ、子どもと隔離されたベランダや戸外での喫煙であっても、「ニチンの分解成分である「コチニン」が子どもの尿から検出されました。これは室外で吸って肺に入った、衣服についたたばこの煙が室内に流れ、それを子どもが吸ってしまうことが原因だと考えられます。

外で喫煙しても、たばこの影響はなりません



たばこの煙から周囲の人を守るには、禁煙することが唯一の方法です。禁煙は喫煙者自身のためだけでなく、大切な家族や子どもの健康のためでもあるのです。



今月のテーマ
雨の日の
思い出



あなたの心に残る、
雨の日まつわる
エピソードを教えてください。

雨の日は憂鬱と思わずに大好きな習字を楽しんでいます。
(美濃市 てるさん)

なぜか上の子が入学式や卒業式、行事には雨が多くて...でも保護者出席の式には必ず着物を着ていきます。雨でも華やかに応援したいです。
(可児市 まゆみママさん)

昔々です。小学校のとき、雨が降り家に帰ると母がいました。その当時、野良仕事に天気の良い日は母は外に出ていて家には居ません。雨の日には母が家に居てもうれしかった記憶です。今から50年くらい前の話です。
(多治見市 トムさん)

雨の日のお昼寝は最高です。外に出かけるのは大変だけど、家の中にいられる喜びと、雨の音がとても落ち着いていつもよりぐっすり寝ています。
(中津川市 いもちゃんさん)

雨の降る音が好きでよくぼんやり聞いています。子どもが生まれて雨の日には外にも出れず、大変な日になりましたが、ふとしたときに聞くとほっとします。
(岐阜市 hopeさん)

子どものころ、雨降りて傘のなかにいるとまったく別の世界にいるように思えて一人楽しんでいました。
(揖斐川町 森本さん)

小学生だったころ、雨の日の帰り道、強風にあおられて私の傘が田んぼの中へ飛ばされてしまいました。すると一緒に帰っていた同じクラスの男の子が体中泥だらけになって拾ってくれました。ワンパクだけど優しくした彼。今でも思い出と胸がキュンとします。
(岐阜市 祐里さん)

雨の日、私は嫌いです。気持ち何だか沈みます。O.Lの頃はそんな気分を吹っ飛ばすように、何本か傘を持っていて服に合わせて変え、トータルコーディネートを楽しんでました。今は長靴もおしゃれなものがたくさんありますね。
(羽島市 さへらさん)

子どもが小さい頃、長靴を履いて歩き回るのが大好きだったので、よく雨の散歩に出かけたものでした。水たまりでバシャバシャ暴れたり、カタツムリを眺めたり...大人と違って雨も嫌なもの、困るものではなく、楽しんで受け入れていた様子が印象的で今も心に残っています。
(瑞穂市 山桜桃さん)

カッパを着て自転車通学の中学時代。ガソリンスタンドの前で金属のどぶのふたにのっけししまい、雨ですべり大転倒! あれは恥ずかしかったです...
(可児市 ゆちさん)

雨上がりの階段。初詣にお出かけ中、濡れていたため滑って前歯を強打しました。いまだに一部が欠けたままです。位置がビミョーすぎて治せないらしい...
(安八町 K.Fさん)

必ず行事は雨になってしまつて我が家の娘。卒園式・入学式は必ず雨(桜の木の下)の写真が一枚もない。運動会では昼食時にバケツをひっくり返した

ような雨が降り、午後の競技は翌週の平日に振り替え。雨の多い行事でしたがいい思い出です。
(瑞浪市 マロンママさん)

親友とお出かけを計画するいつも雨...お互い「あなた雨女やな!」と笑い合います。
(高山市 ゆづりママさん)

高校が自転車通学でした。梅雨時はカッパを着て通っていましたが学校に着くと雨とカッパでぬれた自分の汗でビッチャビチャになっていました。とつてもいやでした。たまたまカッパで雨の中の自転車の学生さんを見かけますが心の中でガンバレ!と応援しています。
(各務原市 ぱつりんさん)

結婚式は雨でした。雨は気分があがらず招待客にも申し訳なく思っていました。しかし、友達一言、「雨が降り込むのは幸せが降り込むってことだよ。」友達のおかげで幸せな一日がおくれました。
(神戸町 一さん)