

# たばこの健康影響を知ろう！

## ～望まない受動喫煙のない社会を目指して～

2020年、健康増進法の一部を改正する法律が全面施行され、望まない受動喫煙の防止を図るため、特に健康影響が大きい子ども、患者さんに配慮し、多くの方が利用する施設の区分に応じ、施設の一定の場所を除き、喫煙が禁止となっています。

### ▶ なくそう！望まない受動喫煙～マナーからルールへ～ ◀



多くの施設において  
原則屋内禁煙に



20歳未満の方は  
喫煙エリアへ立入禁止に



屋内での喫煙は  
喫煙室の設置が必要に



喫煙室には標識  
掲示が義務付けに

### ▶ たばこを吸う、吸わないに関わらず考えてほしい受動喫煙 ◀

受動喫煙という言葉の意味を知っていますか？あなたが喫煙者でなくても、周囲で喫煙されることで、その煙を吸い込み身体等へ様々な影響を受けることをいいます。わが国では、年間15,000人が受動喫煙で亡くられており、健康影響は深刻です。(参考:厚生労働省 e-ヘルスネット)

### これでは、受動喫煙を防げません！

#### 換気扇の下で吸う

家庭用の換気扇では、  
十分な換気は**できません**。



#### 空気清浄機を使う

家庭用の空気清浄機では、  
十分な換気は**できません**。



#### ベランダで吸う

たばこの中の有害物質は、  
喫煙者が吐く息の中や服に  
付いて**室内に入ってきます**。



参考:山口県「JUST SAY NO! たばこ…」

### 加熱式・電子たばこは受動喫煙とは関係ない？

加熱式たばこの煙にも、従来のたばこと同等量含まれる有害成分が多く存在します。これらの一部は吸収されずに、呼気中(吐く息)にそのまま吐き出されます。加熱式たばこも、従来のたばこと同様、受動喫煙の影響が発生します。



### ▶ 三次喫煙を知っていますか？ ◀

たばこを消した後に残留する化学物質を吸入することを三次喫煙といいます。たばこ由来のニコチンや化学物質は喫煙者の髪、衣類、ソファ、カーペット、カーテンなどの表面に付着して残留することが知られています。たばこを吸った人の吐く息による喫煙の影響がなくなるまで、**45分間の時間が必要**といわれています。





## ▶ 禁煙外来医療機関 ◀

禁煙を希望されている方で、一定の要件を満たす場合には、禁煙治療に保険の適用があります。

医療機関名	所在地	電話番号
石川ファミリークリニック	下関市伊倉新町 4-2-21	083-249-5830
医療法人茜会 吉水内科	下関市上新地町 1 丁目 5 番 2 号	083-232-8600
医療法人池田会 いけだ内科	下関市一の宮町 3 丁目 11 番 2 号	083-263-3311
医療法人浩堂会 松田内科クリニック	下関市彦島本村町 4 丁目 1 番 5 号	083-266-4666
医療法人社団 じょうのクリニック	下関市豊浦町大字宇賀 7444 の 2	083-776-5151
医療法人社団 しんむら医院	下関市豊浦町大字小串 194 の 3	083-774-3535
医療法人社団 永山医院	下関市豊浦町大字川棚 6920 の 1	083-774-3567
医療法人社団 野口産婦人科医院	下関市梶栗町 3 丁目 7 番 8 号	083-258-2277
医療法人社団徳心会 おおむら循環器科クリニック	下関市大坪本町 36 番 20 号	083-233-2000
医療法人社団若草会 木本クリニック	下関市豊北町大字阿川 3796 番地 1	083-786-2626
医療法人松永会 まつなが医院	下関市長府中浜町 2 番 5 号	083-245-2103
医療法人 牛尾医院亀の甲クリニック	下関市長府亀の甲 1 丁目 2 番 1 号	083-245-2151
医療法人 しものせき脳神経外科クリニック	下関市熊野町 1-7-6	083-251-1010
医療法人 長府病院	下関市長府中之町 2 番 4 号	083-245-1131
勝山クリニック	下関市大字田倉 221 番地 11	083-256-8866
くいのぶ内科循環器内科	下関市新垢田南町 1 丁目 13 番 23 号	083-251-0092
小西循環器科・内科医院	下関市伊倉町 2 丁目 1 番 10 号	083-242-5241
下関市立市民病院	下関市向洋町 1 丁目 13 番 1 号	083-231-4111
下関市立豊田中央病院	下関市豊田町大字矢田 365 番地 1	083-766-1012
すみだ内科クリニック	下関市熊野町 2 丁目 2 番 31 号	083-255-3111
時任整形外科リウマチ科	下関市長府南之町 5 番 6 号	083-246-0575
独立行政法人国立病院機構 関門医療センター	下関市長府外浦 1 番 1 号	083-241-1199
独立行政法人地域医療機能推進機構 下関医療センター	下関市上新地町 3 丁目 3 番 8 号	083-231-5811
はしもと内科医院	下関市長府松小田本町 25-11	083-246-1313
ひつもと内科循環器科医院	下関市竹崎町 2 丁目 7 番 7 号	083-223-0657
山口県済生会下関総合病院	下関市安岡町 8 丁目 5 番 1 号	083-262-2300
吉村内科	下関市彦島江の浦町 1 丁目 7 番 6 号	083-267-2681
領家循環器内科	下関市細江町 2 丁目 1 番 9 号	083-250-7321

<山口県ホームページ 禁煙外来医療機関の一覧（令和4年3月1日現在、県ホームページへの情報掲載について同意された医療機関のみ）のうち、下関市のみを抜粋>