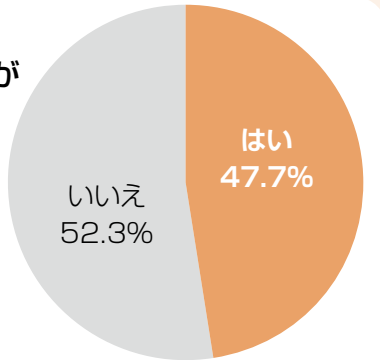


5月31日は 世界禁煙デーです!



Q 同居家族に喫煙する人がいますか



平成25年度衣浦東部保健所「管内乳幼児健康診査実施状況」より

市では、子育て中の家庭の約半数が喫煙環境にあることがわかりました。左のグラフは、乳幼児健診で家族の喫煙をきいた結果です。

生後4か月という産まれたばかりの子どもがいる家庭でも、同居家族の喫煙は**44%**です!!

タバコには約70種類以上の発がん物質や約4,900種類以上の有害物質が含まれています。

子どもたちが心身共に健やかに育つために、タバコの害から守りましょう。

「空気清浄機のそばで吸えばいいんでしょ?」



「換気扇の下で吸っているから大丈夫だよ」

タバコの煙の成分の96%は気体です。気体は空気洗浄機を素通りしてしまうので、有害な成分を取り除くことができません。

換気扇の下で喫煙しても、キッチンやリビングにタバコの有害物質が流れています。

タバコを吸い終わったあとでも、15~30分くらいの間は吐き出す息(呼気)のなかにタバコの煙の微粒子が含まれています。

～お母さんになるあなたへ～ 妊娠してから…ではなく、妊娠前に禁煙しましょう!

近年、女性の喫煙者が増加しています。喫煙習慣のある女性は不育症・流産・早産を招きやすく、低出生体重児の出産率が高くなるといわれています。

◆怖い!タバコの子どもへの影響

「身長が低くなる、落ち着きがなくなる、運動能力の低下、試験成績が下がる、集中できない、気管支炎・ぜんそく・中耳炎になりやすくなる、SIDS(乳幼児突然死症候群)の要因のひとつとなる、眠りが浅くなる、ミルクや母乳の飲みが悪くなる」などを引きおこす可能性があります。

◆危ない!タバコによる子どもの事故

タバコの誤飲…量によっては致死量になります。ジュースの空き缶を吸いながら入れにすると、飲み残しにニコチンが溶出し危険です。

やけど………たばこの火種は、小さいながらも温度は約700度~800度あり、喫煙時には約1,000度にもなります。



喫煙は、自分だけでなく、大切な周りの人の健康にも危険をおよぼしています。
さあ、禁煙しましょう!