

# たばこ吸っても イイことないよ!

「ためしに吸ってみようかな〜」なんてカンタンに思ってない?  
ちょっと待って! たばこを吸ったらどうなるか、よく考えてみてネ!

## 恋のチャンス逃すよ!

男性の約6割、女性の約4割が、  
**恋人として付き合うなら「たばこを吸わない人」**を選ぶそうです。

(ファイザー㈱「男女の恋愛・結婚における喫煙意識調査」)

せっかくの出会いがたばこで  
台無しなんて、もったいない!

## キレイになれないよ!

肌の健康を保つのに必要なビタミンCが  
破壊され、**肌荒れ**や**シミ**、**ソバカス**、**シワ**の原因となります。  
もちろん、**歯や歯ぐきの汚れ**、**口臭**の原因にも。

いつまでもキレイでいたいなら  
まずは吸わないこと!

そして

## 病気になるよ!

- ほとんどの**臓器にDNAレベルで害**を及ぼします。
- がん**や**心疾患**などのリスクが高まるほか、低体重児出生や早産など**妊娠や出産にも影響**します。

リスクが高まる疾病の例 (非喫煙者を1とした場合・男性)



健康に悪いのは  
もう常識だよ!



さらに

## 受動喫煙も、こんなに危険!

受動喫煙(他人のたばこの煙を吸わされること)でも、こんな健康影響があります。

- おとな: 肺がん、心疾患、副鼻腔がん
- 子ども: 肺機能の低下や中耳炎、乳幼児突然死症候群
- 妊産婦: 早産、低体重児出生など

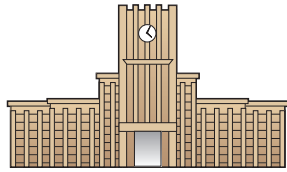
### 職場で広がる喫煙対策

厚生労働省の労働者健康状況調査によると、喫煙対策に取り組んでいる事業所の割合は、10年間で約1.5倍に増えています。  
(平成9年47.7%→平成19年75.5%)  
就職した後の自分も想像してみよう。



# スモークフリーかながわのおきて ～吸わない人には、吸わせない。～

神奈川県には、受動喫煙による健康への悪影響から県民を守るルールとして、「**神奈川県公共的施設における受動喫煙防止条例**」があります。  
県内で学生生活を送る皆さんも、よく知っておいてください。



➡ **禁煙**

学校、病院、物品販売店  
映画館、官公庁施設 など

\* 煙の漏れない喫煙所は設置できます



➡ **禁煙  
か  
分煙**

飲食店、宿泊施設、理・美容所  
ゲームセンター、カラオケボックス など

\* 小規模な飲食店や旅館・ホテルなどは条例の規制が  
努力義務となります

## ポイント

**喫煙できる区域(喫煙席など)や喫煙所への未成年者の立ち入りはできません。**  
(従業員などは除く)

## ポイント

施設の入口には「**禁煙**」や「**分煙**」の**表示**があります。



先輩や先生と一緒に、未成年者は喫煙席を利用できないってことだね。

## 世界で進む受動喫煙防止対策

日本も批准している「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約」では、締約国に受動喫煙防止措置を求めており、EU諸国やアメリカの各州、香港、台湾などでも屋内の公共の場所を禁煙にする動きが広がっています。

## 今からでも間に合うよ！ ～たばこをやめたいと思ったら～

既にたばこを吸っているあなた、「やめたい」と思ったら、さっそく卒煙(たばこをやめること)にチャレンジしてみましょう。

- **学内の保健管理センター(保健室)**で禁煙相談を行っている場合があります。問い合わせしてみましょう。
- ほかに、**県**や**市**の**保健所**、**医療機関**、**薬局**で相談や治療が受けられます。詳しい情報は**県ホームページ**の「卒煙(禁煙)サポート」でどうぞ。

たばこのこと  
もっと詳しく知りたいなら

県ホームページ「**かながわのたばこ対策**」

かながわのたばこ で 検索

