

あなたの周りは大丈夫？

タバコの煙には危険がいっぱい

タバコは毒ガス？！

あなたの周りに、タバコの煙はありませんか？

タバコの煙の中には、ニコチンや一酸化炭素、発ガン物質を多く含むタールなど、二百種類以上の有害物質が含まれています。タバコを吸うと肺がんをはじめ多くのがん、心筋梗塞・狭心症などの心臓病、慢性気管支炎や肺気腫、胃・十二指腸潰瘍などの多くの病気にかかる危険性が増加することから、「タバコは毒ガス」といわれています。そして、タバコを吸わない人でも、周囲の喫煙によってタバコを吸っているのと同じ状況になり、大切な家族や周囲の人の健康を脅かしています。また妊婦では、早産や妊娠中毒症、低体重児を出産する危険性が高くなります。

肺がん死亡率について

全国一位▼山口県（男性一位・女性二位）

二位▼長崎県

三位▼徳島県

（平成十二年概数）

ちなみに油谷町は…

山口県内で十四位（男性十位・女性三十八位）

（平成十年）

**タバコをやめたいと思っ
ている方！…禁煙する
ことに手遅れはありません！**

タバコをやめるとこんなことが…

- ・肺がん死亡率は、禁煙一五年で五割、十年で七割程度減少
- ・心筋梗塞による死亡は、禁煙一年で五割減少



やめたいと思っても、なかなかやめられないのが「タバコ」です。それは、タバコが単に嗜好や習慣というだけでなく、『**ニコチン中毒**』に陥っているからです。喫煙者の中には約六十四%（一九九九年厚生労働省調べ）の人が「やめたい」「本数を減らしたい」と考えています。

- ・周囲の人は、その気持ちを理解してあげましょう。
- ・喫煙者は、やめられなくても**周囲の人を守るためにマナーは守りましょう。**（吸わない人の前では、一言断ってから。ポイ捨てはしない。子どもの前では吸わない等。）
- ・**未成年者等の喫煙防止**を家族や周囲から働きかけましょう。

やめようと思っても
ついつい手を
のほしてしまっただけ

