

受動喫煙を



自分はたばこを吸っていないくても、他人のたばこの煙を吸ってしまうことを受動喫煙と言い、健康に多くの悪影響を及ぼすことが明らかとなっています。たばこによる害は、たばこを吸う人だけの問題ではありません。受動喫煙の危険性を理解し、多くの人々が利用する場所では、喫煙を控えるなど、たばこを吸わない人への配慮が求められています。

たばこの煙にはさまざまな有害物質が

たばこの煙には、喫煙者が吸う「主流煙」、喫煙者が吐き出した「呼出煙」、火のついたたばこの先から出る「副流煙」があります。煙の中には、確認されているだけでも200種類以上の有害物質が含まれており、そのうち60種類以上は発がん性物質が含まれています。

問題なのは、副流煙が主流煙よりも多くの有害物質を含んでいることです。副流煙に含まれるタールの量は主流煙の3.4倍、ニコチンは2.8倍、アンモニアなどの刺激物質は46倍含まれています。

受動喫煙は、呼出煙と副流煙が混ざった煙を吸うことになります。そのため、たばこを吸わない人でも、健康に多くの悪影響があることが明らかになっています。

受動喫煙による健康への影響は

受動喫煙には、急性影響と慢性影響があります。また、妊婦や乳幼児などには、影響が強くなる場合があるので特に注意しましょう。



■急性影響

すぐに現れる症状としては、目のかゆみや痛みなどがあります。他にも、心拍数が増えたり、せき込んだり、手足の先が冷たくなったりするなどの影響が現れる人もいます。

■慢性影響

慢性的に受動喫煙の煙にさらされると、肺がんの原因となるだけでなく、狭心症や心筋梗塞などの虚血性心疾患の危険性を高めることが分

かってきました。国立がん研究センターでは、受動喫煙による肺がんと虚血性心疾患の死亡数が、年間約6,800人であるという推計結果を発表しています。

■妊婦や乳幼児、小児は特に注意を

受動喫煙は、妊婦やお腹の中の赤ちゃんにも影響を強く及ぼすと言われています。妊婦がたばこの煙にさらされると、出生児の体重が減少する原因となるだけでなく、生まれた後も乳幼児突然死症候群(SIDS)の原因となります。



また、小児への影響として肺炎・気管支炎・喘息などにかかりやすくなります。

妊婦や子どもの受動喫煙に注意を払うことが大切です。

吸う人も吸わない人も健康的な環境であるために

【たばこを吸う人へ】

喫煙者は、たばこを吸う場所を考えてみることで、吸わない人への思いやりとなります。

例えば、駅前や建物の出入り口付近など人通りの多いところ、子どもが多く集まる公園や通学路などでの喫煙はやめましょう。

市は、市民の体や持ち物をたばこの火から守るため、「八千代市路上喫煙の防止に関する条例」を平成22年に施行し、市内全域の道路などで、歩きタバコをしないよう定めています。

また、八千代台駅・八千代中央駅・八千代緑が丘駅・勝田台駅の駅前周辺など4か所を路上喫煙禁止区域に指定しています。禁止区域内に

たばこの煙もPM2.5だった！？

ここ数年、ニュースなどで耳にすることが増えた「PM2.5」という言葉。急速に工業化が進んだ、中国での大気汚染のイメージがありますが、たばこの煙も典型的なPM2.5です。

PM2.5は、大気中に浮遊する物質の粒の大きさが、2.5マイクロメートル以下(1マイクロメートルは1ミリメートルの1,000分の1)の非常に小さな粒子のこと。肺の奥まで入り込みやすく、肺を始め全身の炎症を引き起こすため、PM2.5の濃度が高い地域では、呼吸器・

循環器疾患による死亡率が上昇することが分かっています。日本禁煙学会によると、自由に喫煙できる飲食店などでのPM2.5の値は、北京でも汚染濃度が高い日と同様のレベルであることが分かっています(約600マイクログラム/立方メートル)



■八千代市青少年補導委員功労者表彰(8年以上従事)

土屋 照美(阿蘇地区)
弓削 千枝子(村上地区)
藤井 忠雄(村上地区)
大田 典子(村上地区)
伊藤 恵美(勝田台地区)
阿部 慶子(大和田地区)
石崎 千鶴子(八千代台東南地区)
稲垣 幸子(八千代台東南地区)
安田 美智恵(ゆりのき台地区)
中村 幸子(ゆりのき台地区)

■八千代市青少年補導委員永年従事者表彰(20年以上従事)

清宮 正枝(阿蘇地区)
鈴木 元子(米本地区)
鈴木 洋子(八千代台東南地区)
猪又 君子(八千代台西北地区)

補導活動功労者として14人を表彰しました

永年に渡り青少年の健全育成及び非行防止に功労が認められ、表彰を受けた皆さんを紹介します。(敬称略) (青少年センター)

募集

県民の日記念行事「人形劇まつり」の出演サークル

人形劇や影絵・腹話術などの出演サークルを募集します。人形劇まつりは6月28日(日)に八千代台文化センターで開催します。希望サークルは、3月27日(金)までに八千代市人形劇協会・小谷 画(48-8)80581へ。(文化・スポーツ課)

ウリなどのもぎ取り体験を実施する ②農家の畑で、エダメやサツマイモなどの区画刈収穫体験を実施する(オーナー制度) ③農家の指導のもとに作付け、収穫などを行う農業体験を実施する ④農家と一緒に田植え、稲刈りなどの一貫した作業を行う農業体験を実施する ⑤農地を区画割にして貸し出す市民農園を開設する ⑥日帰りまたは宿泊で中学生や高校生などを受け入れ、農作業などの農業生活体験を実施する ※詳細は、やちよ農業交流センター画(406)4778へ (農政課)