

タバコ について法律が改正されました！！！！

法律が改正されたことで
喫煙はマナーからルールへと変わります。

主な内容として

★多くの施設において屋内が原則禁煙に！！

★屋内での喫煙には喫煙室の設置が必要に

★20歳未満の人は喫煙エリアへ立ち入り禁止に
(職場・バイトであっても喫煙エリアへは立ち入れないようになります)

★喫煙室には標識掲示が義務付けに

受動喫煙の危険性！！

受動喫煙により亡くなる人は
年間約1万5000人と推計されます。

◆禁煙区域が広がります！！

- 健康増進法の改正で、以前は喫煙可能だった場所が、禁煙になっている可能性があります。タバコを吸う場合は喫煙できる場所かどうかを確認してください。

2019年7月1日から学校・病院・児童福祉施設等・行政機関で敷地内禁煙



2020年4月1日～
★ 原則屋内禁煙 ★

どんなタバコも あなたの大切な体には有害です！

◆加熱式タバコについて◆

- 紙巻タバコと同等のニコチン摂取に至ります。
- 発がん性物質が蒸気中に紙巻タバコの場合と同様に含まれることが分かっています。
- 海外シェアの97%は日本で消費されていますが、海外では規制されています。
→加熱式タバコ喫煙者の呼吸器障害や重篤な肺疾患患者が相次ぐため、海外では注意喚起・警告が行われています。



喫煙可能な場では紙巻タバコ、禁煙の場では新型タバコと両方をTPOに応じて使い分けるユーザーが増えていますが、喫煙を減らすことにはなりません。



呼気中には有害物質が含まれるので、
受動喫煙の害は0ではありません！！！！
目に見える煙が無いから、健康被害がないではありません！

◆ タバコと美容 ◆

喫煙すると、ヒフの血流が低下し、肌が乾燥し、シワとシミが増え、肌が黒ずんできます。

喫煙すると見た目が10歳老けて見えるという研究もあるほどです。



※双子です。

◆ 歯が抜け落ちてしまう!? ◆

喫煙者は、歯周病にかかりやすく、重症化しやすいと言われています。

歯周病にかかる危険は

1日10本以上喫煙すると「**5.4倍**」に、
喫煙歴10年以上だと「**4.3倍**」以上に上昇し、
受動喫煙によってもリスクが高まると報告されています。

参考文献：「日本臨床歯周病学会」「厚生労働省」

