

協会けんぽ広島支部の『健幸コラム』
望まない受動喫煙をなくそう！！

全国健康保険協会広島支部
マスコットキャラクター
健康 いろは & かえで



望まない受動喫煙の防止を図るため、2020年4月に健康増進法が改正されました。あなたの職場では、受動喫煙対策が行われていますか？

■受動喫煙は健康を害する

たばこの煙には、200種類もの有害物質(うち約70種類は発がん性物質)が含まれています。

そして、喫煙者が吸い込む煙(主流煙)よりも、**たばこの先から立ちのぼり、周囲の人が吸い込む煙(副流煙)の方が、多くの有害物質を含んでいます。**例えば、ニコチンは2.8倍、タールは3.4倍、一酸化窒素は4.7倍も副流煙のほうが多くなっています。

受動喫煙とは、たばこを吸わない人が副流煙を吸い込むことにより、自分の意志とは関係なく、喫煙している状態になることです。こうした受動喫煙による健康への影響により、年間1万5千人が死亡しているという推計もあります。(平成28年国立がんセンター発表)

■健康増進法改正のポイント

法改正により、望まない受動喫煙を防ぐため、多くの方が利用する施設の区分に応じ、施設の一定の場所を除き喫煙を禁止するとともに、施設管理者の方が講ずべき措置等が定められました。

受動喫煙対策は「マナー」ではなく、みなさんの健康を守るために定められた「ルール」なのです。

■オフィス・事業所で行う受動喫煙対策

原則屋内禁煙にする

※喫煙専用室並びに加熱式たばこ専用喫煙室の設置も可能です。

ただし、事業者の分類により、設置できる喫煙室の基準が異なりますので、まずは基準を確認してみましょう。

詳しくは、厚生労働省ホームページ内、「なくそう望まない受動喫煙」をご確認ください。

<https://jyudokitsuen.mhlw.go.jp/>

■おわりに

たばこを吸う人も吸わない人も、安心して働くことができるようにするために、ぜひ「屋内禁煙」を実行しましょう。



このコラムはわたしが担当しました！

水戸文子 保健師

雨ニモマケズ、風ニモマケズ、原付バイクで訪問しています。広島市内担当の保健師です。



協会けんぽ広島支部の『健幸コラム』
バックナンバーはこちらから

