

「クイズはがき」の設問にお答えいただき、最寄りの郵便ポストにご投函ください。クイズ正解者の中から抽選で、20名の方に商品券をお送りします。**(2022年5月消印有効・6月に抽選を行い、発送をもって発表に代えさせていただきます)**
※今回ご記入いただきました個人情報は、「クイズはがき」の商品の発送に関してのみ使用致します。

料金受取人払郵便



差出有効期間
2023年3月31日
日まで

郵便はがき

5 1 4 - 8 7 9 0

4 6 6

三重県津市観音寺町429-13

三重県保険医協会

「受動喫煙をなくそう!!」についての「クイズはがき」係



お名前 (ふりがな) _____

〒() - ()

送付先 _____

連絡先 TEL: () - () - ()

◆以下の項目について、よろしければご記入ください。

性別 (男性 ・ 女性) 年齢 (_____ 歳)

クイズはがきをもらった医療機関・施設名

()

「クイズはがき」をご記入後は、ミシン目に沿ってはがき状に切り取っていただき、切手を貼らずに最寄りの郵便ポストにご投函ください。また、当協会事務所にご持参いただいても受け付けます。

Q. 受動喫煙防止条例の効果は？

- 条例のある市とない市では、心臓病の発症など有意な差があると報告されています。
- 屋内完全禁煙であれば OK ですが、分煙では不十分でその効果は低いです。
- 現在飲食店入店の際、60%以上の方が喫煙可能な店をさけ、分煙の店でも 25%の人が入店をさけるようになっています。
- 健康増進法により、受動喫煙防止の取り組みはマナーからルールへと変わりました。

Q. 受動喫煙による「小児への影響」は？

- 受動喫煙が小児ぜんそくの発症の重症化のリスクを高めると日本アレルギー学会が報告。又小児の呼吸機能の低下にかかわるとも報告。
- 乳幼児期の親などからの受動喫煙により、小児ぜんそくを 2 才半までに発症するリスクが 3 割高まると報告。
- 妊婦の喫煙がお腹の子に影響し、出生後の小児ぜんそくの発症を高めると報告。

保団連禁煙宣言

- 保団連は、医学的事実を踏まえ喫煙・受動喫煙により生じる病気の予防と治療のため、禁煙を推進する社会的環境を形成する必要性を認識し、「国民の健康を守るための保団連禁煙宣言」を決定しました。
- 喫煙しないこと、そして禁煙することで様々な病気を予防することができ、禁煙こそ健康への第一歩です。

受動喫煙防止策

【原則屋内禁煙と喫煙場所を設ける場合のルール】

学校・病院・児童福祉施設等、行政機関、バス・タクシー・航空機	禁煙 (敷地内禁煙※1))
上記以外の多数の者が利用する施設、船舶・鉄道	原則屋内禁煙 (喫煙専用室(喫煙のみ)内でのみ喫煙可)
飲食店	

※1 屋内で受動喫煙を防止するために必要な措置がとられた場所に、喫煙場所を設置することができる。

禁煙宣言は
こちらから →



開設します!

ヨイハ
418 デー企画

歯のこと何でも電話相談

4月17日(日)に県民を対象にした無料の電話相談を一日だけ開設します。入れ歯・インプラント・口臭・矯正歯科・小児歯科・歯周病・噛み合わせなど「歯に関する悩み」に歯科医師が直接回答します。

開催日時
4月17日(日)10時～15時 (一日のみの開催)

相談窓口
(電話のみ)
059-225-1071 もしくは 059-225-8747

受動喫煙をなくそう!!

タバコは多くの病気の原因となることが今ではよく知られています。タバコを吸う本人はもちろんですが、それ以上にその周囲の人達の『受動喫煙』が多くの病気の原因になることがわかっています。

日本の成人喫煙率は低下していますが、いまだ喫煙者のニコチン依存は解決されていません。

Q. 『受動喫煙』とは？

- ①タバコを吸うことを『能動喫煙』
 - ②その煙を二次的に喫煙してしまうことを『受動喫煙』
 - ③又、その煙の染み付いた衣服や壁紙など、煙が見えないのにタバコ臭がする状態で二次的に喫煙してしまうことを『残留受動喫煙』
- これらにより健康障害が起きます。

- 喫煙関連疾患として、高血圧疾患・歯周病・糖尿病・高脂血症・う蝕・悪性新生物・脳血管疾患などがあります。
- 一人の禁煙の成功は、周りの人を含めて、計り知れない好影響があります。

Q. 加熱式タバコならいいの？

- 紙巻きタバコの代替品として、加熱式タバコ（商品名：アイコス、グロー、プルーム・テックなど）が急速に普及し、ニコチン以外の主要な有害物質の曝露量を減らせると宣伝されていますが、加熱式タバコの煙には、従来のタバコと同レベルのニコチンや数倍の化学物質が含まれ、タールも入っています。

- 加熱式タバコは、ニコチンの曝露や吸収動態が紙巻きタバコと類似しておりニコチン依存症からの回復を阻害し、使用中止がより困難になる危険性が生じてしまいます。

Q. 受動喫煙による深刻な被害『受動喫煙症』とは？

- タバコの煙に含まれる化学物質（ニコチンやタール、アンモニアなどの有害物質など）に反応し、目やのどの痛み、発疹などの症状が出る『受動喫煙症』。

受動喫煙症の診断基準 ※参考：日本禁煙学会資料

	診断	主な症状・疾患
レベル0(正常)	非喫煙者で受動喫煙の機会がない。	なし
レベル1、2 (無症候性急性受動喫煙症)	タバコ煙に急性曝露の病歴があるが症状はない。	なし
レベル3 (急性(再発性)受動喫煙症)	①症状の出現(増悪)が受動喫煙曝露開始(増大)後にはじまった。②疾患の症状が受動喫煙の停止(軽減)とともに消失(改善)し、受動喫煙がなければいつまでも無症状(安定)。	めまい、吐き気、倦怠感、結膜炎、鼻炎、咳、気管支炎、発疹、頭痛、狭心症、心房細動、うつ症状など
レベル4 (慢性(再発性)受動喫煙症)	急性受動喫煙症を繰り返しているうちに、受動喫煙曝露期間を超えて症状または疾患が持続するようになったもの。	タバコアレルギー、化学物質過敏症、アトピー性皮膚炎、気管支喘息、心筋梗塞、脳梗塞、肺炎など
レベル5 (重症受動喫煙症)	急性・慢性受動喫煙症の経過中に、致死的な病態または重篤な後遺障害の合併に至ったもの。	悪性腫瘍(とくに肺がん、喉頭がんなど)、乳幼児突然死症候群、くも膜下出血、心臓突然死など

- 重症になると、服に付いたわずかなタバコの臭いでも激しい症状を引き起こし、日常生活に支障が出るケースもあります。
- 頭痛や吐き気がひどく息苦しくなり、救急搬送されることもあります。
- タバコぐらいと軽く考えず、苦しむ人がいることを知ってください。
- 根本的には治療法はなく、原因となる煙から離れることと、症状を和らげる対症療法が療養の中心となります。

「保険でより良い歯科医療実現に向けた取り組み

いつでも、どこでも、だれもお金の心配をせず、保険でより良い歯科医療が受けられるよう請願活動に取り組んでいます。

今回は「クイズはがき」を通して普段感じている歯の治療に関するご意見をお聞かせください。

お寄せいただきましたご意見は市町に届け、「保険でより良い歯科医療」実現に向けた一助として使用させていただきます。ぜひご協力をお願いします。

受動喫煙をなくそう!! ～クイズはがき～

◆問題

タバコの煙に含まれる化学物質に反応し、目やのどの痛み、発疹などの症状が出る疾患はなんというでしょう。
下記の○に入る文字をお答えください。

答：○ ○ ○ ○ 症

◆自由意見欄

普段気になっている歯の治療に関するご意見をお聞かせください。どんな些細な事でも結構です。ご協力よろしくお願いします。

今後の「健康医療情報クイズはがき」の希望テーマがあればご記入ください。

