

「第2次 健康りっとう21」

からだによい食事 (Wholesome food)
や運動 (Wholesome exercise) で
健康で自分らしい人生 (Wonderful
Life) を！



自分の健康は自分でつくろう！

市民の健康編 N0.22

タバコについて
考えよう！

にんぶ 妊婦・子どもへの影 響
えいきょう



ある妊婦の気持ち

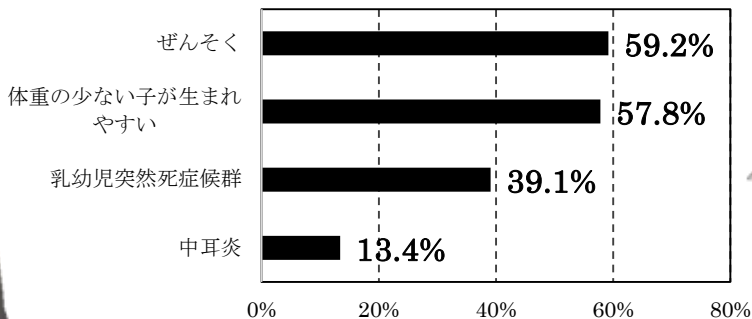
タバコの煙^{けむり}は、お腹^{なか}の赤
ちゃんに悪いみたい。
でも、なかなか^す吸っている
人には言えないわ・・・



わり
6割の人しか受動喫煙^{きつえん}※1により、体重
の少ない子どもが生まれやすいことを
知らないんだな。

子どもにも、突然死^{とつぜんし}や
ぜんそくなど命にかかわ
る影 響があるのね。

受動喫煙^{きつえん}による子どもの健康への影 響を知っている人の割合^{わりあい}



資料：栗東市 生活と健康に関するアンケート調査 (平成 24 年)

※1:他人の吸うタバコから立ち上がる煙、吐く息^{はく}に含まれる煙を吸うこと

市の健康増進計画「健康りっとう21」が新しくなりました！

みなさんの健康に役立てていただけるよう、引き続き情 報^{じょうほう}を発信していきます。

アズマくん

メロちゃん



受動喫煙の影響を知りましょう！

妊婦やお腹の赤ちゃんへの影響

- ・流産や早産の危険性が高くなる
- ・体重の少ない子どもが生まれやすい



子どもへの影響

- ・乳幼児突然死症候群
- ・中耳炎
- ・気管支喘息

周囲の人への影響

- ・心筋梗塞や狭心症の死亡リスクが 1.2～1.3 倍
- ・肺がんの死亡リスクが 1.25～1.3 倍

子どもはタバコの煙が有害であることがわからないため、自分の意思で避けることができないよな。

タバコを吸ってる人が妊婦や子どもの近くで吸わないことが大切なんだ。

周りにいる大人もタバコの煙が有害であることを知って、守ってあげることが大切なのね。

タバコの煙から大切な人を守ろう



このチラシは、市のホームページにも掲載しています。

健康づくり推進協議会事務局：栗東市健康増進課

TEL 554-6100 FAX 554-6101