



# 5月31日は、とよあけ市禁煙デー

厚生労働省では毎年5月31日～6月6日を「禁煙週間」と定めています。  
近年、三次喫煙（サードHANDSモーク）が注目されていますがご存知ですか？

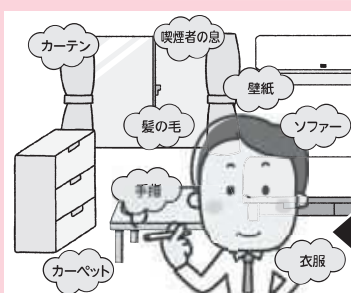


## 三次喫煙（サードHANDSモーク）って何？



三次喫煙（サードHANDSモーク）とは、たばこの火が消えた後に残る化学物質を吸い込むことをいいます。近くにたばこを吸っている人がいなくても、たばこの臭いが気になったことはありませんか？

たばこを吸った後の吐く息、髪や服に付く臭いにも健康に悪影響があります。「目の前で吸っていないから大丈夫」と思わず目に見えないたばこの煙から大切な人を守りましょう！！



考え方	名称	喫煙の種類
一次喫煙	能動喫煙	自ら喫煙すること
二次喫煙	受動喫煙	自ら喫煙はしないが、他人のたばこの煙（副流煙）を吸いこむこと
三次喫煙	サードHANDSモーク（残留受動喫煙）	たばこを吸った後の吐く息や、髪や服に付く臭いを吸い込むこと ※たばこを吸っていた部屋の壁や、ソファなどにも知らない間に付いている可能性があります。



**けむり（たばこ）の正しい知識の普及と  
思いやりで卒煙をサポートするまち**

第2次とよあけ健康21計画



「とよあけ市禁煙デー」が5月31日だと知っている  
とよあけ健康大金星マイレージ 5星（ポイント）獲得できます。  
問合せ 保健センター ☎0562-93-1611