



日向市民の喫煙率は、男女とも全国・県平均より高い

たばこの悪影響を知り、禁煙すべし！

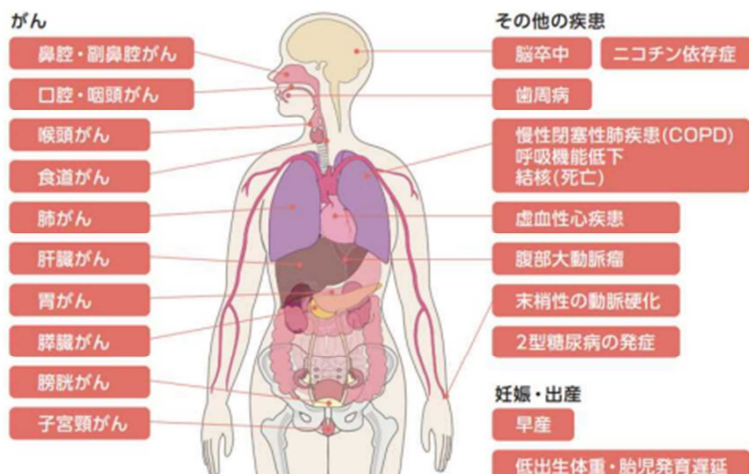
たばこの煙に含まれているもの

たばこの煙には 5,300 種類以上の化学物質が含まれており、そのうち 70 種類以上が発がん性物質です。有害物質のうち代表的なものとしては、酸素不足をもたらす**一酸化炭素**、発がん性物質である**タール**、目や鼻の粘膜を刺激する**アンモニア**、依存の原因となる**ニコチン**などがあります。

身体への影響

肺がん、咽頭がん、食道がん、肝臓がん、胃がん、膵臓がん、膀胱がんなど全身のがんに関係していることが明らかになっています。

また、血栓ができやすくなったり、気道や肺が傷ついたりします。たばこを吸う人は、吸わない人と比べ、心臓病・脳卒中で死亡するリスクや、COPD、糖尿病等のリスクも高くなります。



新型たばこ (加熱式・電子式たばこ) にも有害物質は含まれます！

新型たばこは、煙が出ないことから体への影響が少ないと考え使用する人が増えています。

加熱式たばこ: たばこ葉を使用しており、呼出煙からの受動喫煙を引き起こします。

電子式たばこ: たばこ葉を使用せず、香料などを含んだリキッドを使用します。

※どちらのタイプも発がん性物質や有害物質を含んでおり、健康への影響が懸念されます。

	加熱式たばこ	電子式たばこ
たばこ葉	使用する	使用しない
ニコチン	含む	含まれない
タール	含む	含まれない
有害物質	含む	含む
副流煙	発生しない	発生しない