

# たばこは害だ！！

我孫子市少年センター

我孫子市少年指導員

< ご存じでしたか？ >

たばこの箱の注意文が変わります・・・平成17年7月より

「健康を損なうおそれがある」 「死亡する危険性が高い」

- ・喫煙は肺がん、しんきんこうそく心筋梗塞の原因の一つとなります。
- ・妊娠中の喫煙は、胎児の発育障害や早産の原因の一つです。
- ・たばこの煙は周りの人の健康に悪影響を及ぼします。

世界の中の先進国では「たばこは吸わない」は当たり前です。

日本でも健康を考えて、禁煙者が増えています。

20歳になったら「たばこを止める」は手遅れです！！

(なぜ?)・身体の成長期に細胞が汚れ、がん細胞も若いとき  
ほど進行が早いのです。

ポイ捨てをする人がほとんど！！　そういう人を見ませんか？

(なぜ?)・たばこの吸い殻をごみとは思っていない人が多い。  
・火事の原因(年間8千件)にもなっていることを  
知らない。

だから大人は吸いません。

だから法律でも規制しているのです(未成年喫煙防止法)。

それでもあなたは吸いますか？

# 百害あって一利なしのタバコ

・・・**遅延型サリン**とされています・・・

たばこは一度吸うと、やめられない人が多いのは知っていますね。

たばこには依存性があり、吸い始めると禁煙は簡単ではありません。

子どもを喫煙者に育てたいと願う親はいないはずですが。全ての子どもが手にしなければ、タバコ問題は一気に解決します。

## <タバコの主な成分>

### ニコチン

たばこ煙の粒子相に含まれる精神作用物質、「毒物及び劇物取締法」の毒物です。中枢神経系の興奮と抑制が生じ、心臓・血管系への急性影響をもたらします。体内に吸収されたニコチンは代謝されて最強の発ガン物質を生成します。

### タール

たばこ煙の粒子相の総称。ニコチンや種々の発ガン物質、発ガン促進物質、その他の有害物質が含まれます。

低タールタバコに用いられるフィルターで、主流煙中の有害物質は少し減りますが、副流煙中ではかえって増加します。

たばこ1本の煙はドラム缶5百個分の空気を汚すのです。

この姿をカッコいいと思いますか？

