

サードHANDSモーク（三次喫煙）を知っていますか？

◇サードHANDSモークって何？

残留たばこ成分による健康被害のことで、たばこ煙が消失した後も残るたばこ煙による汚染、さらに、たばこ煙の残存物質が室内などの科学物質と反応して揮発する発がん性物質による害を含みます。

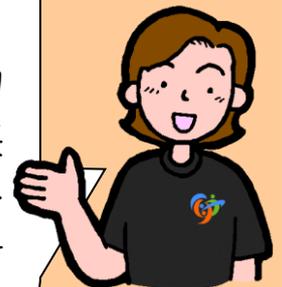
たばこ煙に含まれる物質が、喫煙者の髪の毛・衣類・部屋（車内）のカーテン・ソファなどに付着し揮発したものが汚染源となり、第三者がたばこの有害物質に暴露されます。

資料：「生活習慣病予防のための健康情報サイト」厚生労働省



特に幼い子どもがいる家庭では注意が必要です！

赤ちゃんや子どもは、床やカーペットで過ごす時間が長いので、サードHANDSモークの影響を受けやすいと言われています。



サードHANDSモーク対策

- 喫煙場所……………喫煙は、決められた場所で。
赤ちゃんや子どもが近づかない場所を選びましょう。
- 布製品の洗濯…カーペットやカーテンは、たばこ臭が残って染み込みやすいので、こまめに洗濯をしましょう。
- 衣類の洗濯………喫煙者の近くにいることで衣類に有害物質が付着することがあるため、こまめに洗濯をしましょう。また、洗濯物を干しているベランダでの喫煙はやめましょう。