

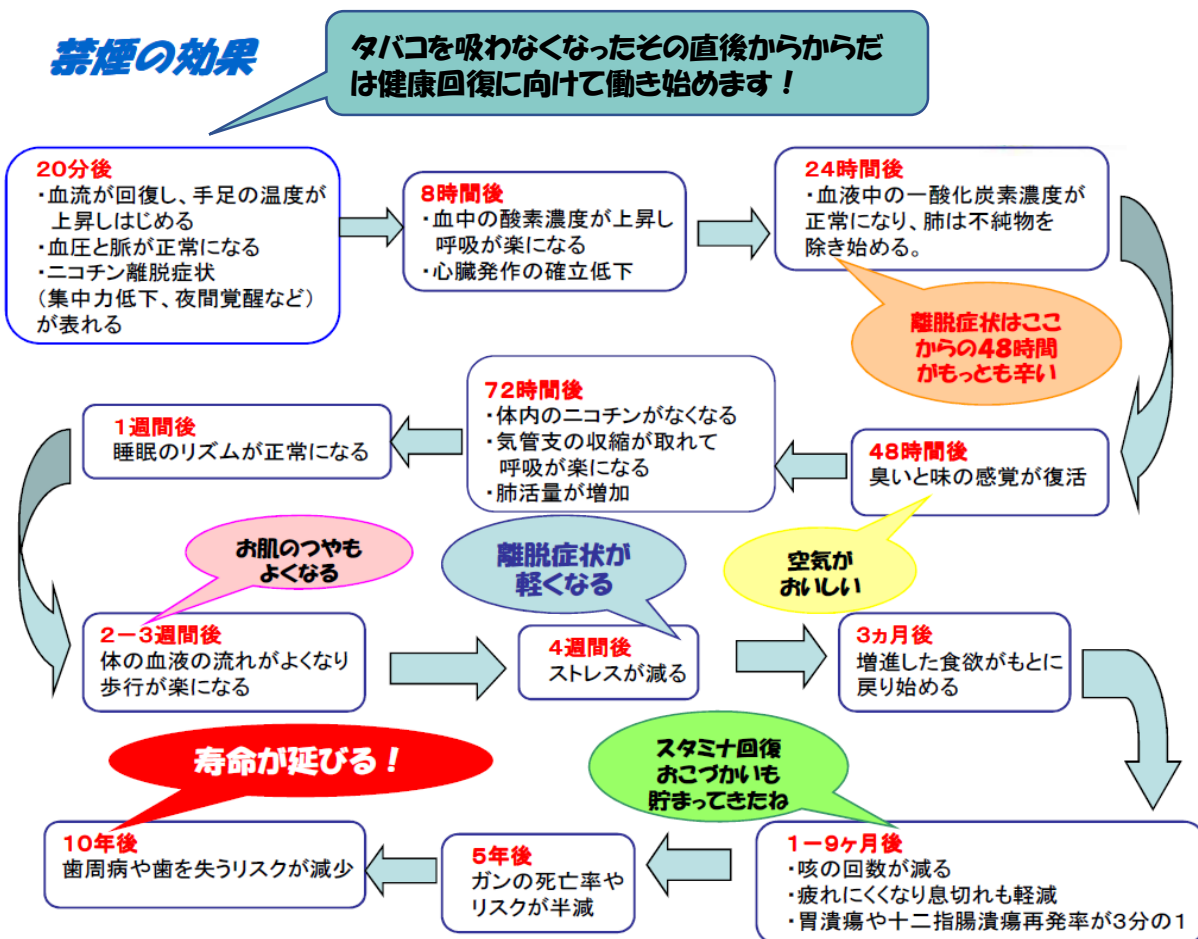
禁煙対策サポート

タバコと健康への影響

- ・タバコには、ニコチン・タール・一酸化炭素といった有害物質が約200種類以上も含まれます。
 - ・ニコチンは血管収縮作用があり高血圧症の原因になります。
 - ・一酸化炭素は、動脈硬化を進行させる作用があります。
 - ・がんだけでなく、虚血性心疾患や脳卒中の危険性が高くなります。
 - ・慢性閉塞性肺疾患（COPD）や気管支喘息などの呼吸器疾患、糖尿病などの生活習慣病などさまざまな病気の原因になります。
- ※加熱式タバコは紙巻タバコと含有量は異なるものの多数の有害物質が含まれており、病気のリスクが高まる可能性があります。

職場の禁煙対策

職場における受動喫煙防止のためのガイドラインや健康増進法における受動喫煙防止対策などで受動喫煙防止のための対策が求められています。**社員の健康維持増進のために禁煙について個別面談やセミナーが実施できます。対面やオンラインでも実施可能です。**



心も体も健康でいるために禁煙は重要な取り組みです。早く禁煙すればするほど健康回復に向かいます。ご自身の健康だけでなく、家族の健康、周りの人の健康のために禁煙に取り組みをサポートいたします。

<お問合せ先>

公益財団法人 福岡労働衛生研究所

〒815-0081 福岡県福岡市南区那の川1-11-27（担当：健康増進部 見城・河野・児玉）

電話：092-526-1059（直通） FAX：092-526-8473 メール：rek-soudan@rek.or.jp