

✿ 7月 Quiz の答え ✿

1 正解は①の「たばこの火をつけた部分から出る煙を **A 副流煙**、口をつけて吸う部分から出る煙を **B 主流煙**という。」

2 たばこに含まれる依存性のある化学物質「**③ニコチン**」

いかがでしたか？

たばこの煙には、ニコチンやタールなど多くの有害な化学物質が含まれています。その有害化学物質は喫煙者の吸い込む「主流煙」と、たばこの火をつけた部分から立ち上がる「副流煙」だけでなく、喫煙者の吐き出した呼気（呼出煙）からも排出されます。たばこの使用は自分の健康だけでなく、他者の健康にまで影響を及ぼしますので、ぜひこの機会に使用について今一度考えてみましょう。

上里町健康づくり推進総合計画でも、〈喫煙する習慣のある人を減らす〉〈喫煙する習慣のある人が 100%周りに配慮している〉を目指しています。これからも皆さんで健康づくりに取り組みましょう！