

「空気もきれいなお店」に行ってみよう!!

Q 「空気もきれいなお店」ってどんなお店??

A 建物内が**終日全面禁煙**のお店です。

2019年1月現在で、43店舗が認証されています。認証店については裏面をごらんください。



禁煙店

このステッカーがあるお店が「空気もきれいなお店」です

「牛久市空気もきれいなお店」新聞

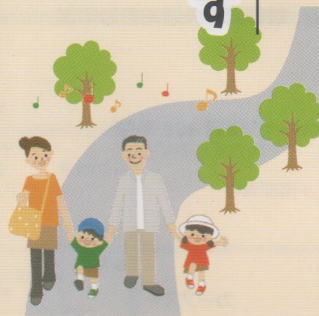
【発行元】牛久市保健福祉部 健康づくり推進課 【発行日】2019年4月

「空気もきれいなお店」利用者の声

- たばこの臭いがしないお店は快適ですね!!
- たばこの臭いがするところで、食事したくない!!



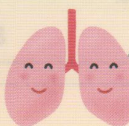
たばこの臭いだけでも、涙が出て目が痛くなってしまう私にとっては、禁煙店はとても助かります。



長年、たばこを吸っている方も、禁煙するのに遅すぎることはありません。

禁煙すると24時間後にはさまざまナリスクの低下がみられますが、比較的早期にみられる健康改善には、せき、たんなどの呼吸器症状、インフルエンザなどの呼

吸器感染症にかかる危険性が低下することがあげられます。さらに、1年経つと肺機能が改善し、2~4年後には、虚血性心疾患や脳梗塞のリスクが約3分の1減少します。



禁煙後、24時間後に早くも良い効果が!?

禁煙すると良いことだらけ!

喫煙者の衣服や喫煙した部屋の壁、床、カーテンなどに染み込んだタバコの煙にさらされることを「サードハンドスモーク（三次喫煙）」といいます。特に子どもは呼吸速度が早く、床やカーペットに接することが多いので、物に付着した残留有害物質と触れる機会が多いと考えられます。三次喫煙

の影響を受け続けると、アレルギーや気管支喘息、アトピー性皮膚炎等を引き起こす原因となります。ベランダや換気扇の下で吸ってもサードハンドスモークは防げません。周りにいる大人が子どもを守ってあげることが必要です。



新常識! サードハンドスモークのお話

子どもは特に影響を受けやすい

空気もきれいなお店 大募集!!

牛久市では多くの方が利用する施設の禁煙を促すため、受動喫煙防止対策の一環として、「牛久市空気もきれいなお店認証制度」を実施しています。

建物内が終日全面禁煙である店舗を、「空気もきれいなお店」に認証し、牛久市健康づくり情報・年間予定表「すこやか」やホームページ等でご紹介しています。認証を希望される経営者の方は、健康づくり推進課までお問い合わせください。

【問い合わせ】

牛久市保健福祉部健康づくり推進課(牛久市保健センター)
☎029-873-2111 (内線1744)
対応時間:平日8:30~17:15 (年末年始除く)

「禁煙したいあなたを応援するプロジェクトがあります!!」

牛久市子どもの未来を応援する禁煙チャレンジ助成金制度

医療機関で禁煙に成功した方に、治療費の半額(上限1万円)を助成します。

対象は、下記の①~④すべての条件を満たす方

- ①牛久市内に住所を有し禁煙を希望する方
- ②妊婦または妊婦や18歳以下の子どもと同居している喫煙者
- ③禁煙外来治療を受け、定められた治療過程が終了した方
- ④市税等をもれなくおさめている方

