

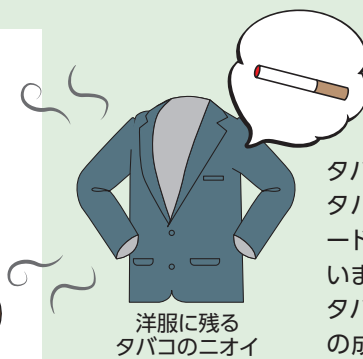


# サードHANDSモーク(三次喫煙)をご存じですか?

電車やエレベーターで隣の人の口臭や洋服からタバコのニオイがした、ということは  
ありませんか?実はタバコのニオイにも害があるって知っていますか?

## サードHANDSモークとは

タバコを吸ったあとも  
息から出ている見えない煙(ガス状成分)



タバコを吸った後の口臭や洋服に残るタバコのニオイを吸い込むことを「サードHANDSモーク」(三次喫煙)といいます。  
タバコを吸う人の気管支粘膜やタバコの成分が染みこんだ服や部屋からは、ベンゼンやホルムアルデヒドなどの有害な化学物質が発生し続けます。

## 吸ったら45分間エレベーター禁止!!

某市役所では職員に対して「喫煙後45分間、エレベーター使用禁止」というルールが始まりました。  
市役所を訪れた妊婦さんや気管支ぜん息の患者さんなどタバコのニオイに弱い人達が、タバコ臭い職員と乗り合わせると、気分不良や発作が起きてしまうからです。

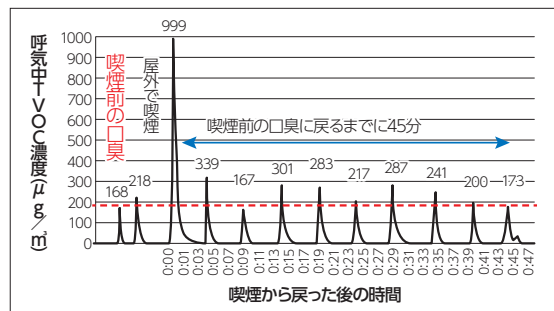


## 「45分間ルール」の根拠は??

産業医科大学で、タバコを吸ったあと吐く息に含まれる有害なガス状物質\*の濃度を測定したところ、吸う前の濃度に戻るまで「45分」かかった、という実験結果に基づいています。

\*総揮発性有機化合物(Total Volatile Organic Compounds:TVOC) シックハウスピルの調査で測定される汚染度の指標

最近では、お客様に対して喫煙後45分間、入室を断る企業もあります。



## 対策はどうすればよいでしょう?

洋服はクリーニングできても、肺の洗濯はできませんので、禁煙が最も確実な方法です。

吸う人も、吸わない人も、「サードHANDSモーク」のことを知って、ご自身や周りの人の健康を守りましょう!

「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

監修：産業医科大学 産業生態科学研究所 健康開発科学研究室 大和 浩教授

お問合せ先・担当者



アクサ生命保険株式会社

〒108-8020 東京都港区白金1-17-3

TEL 03-6737-7777 (代表)

www.axa.co.jp/