

受動喫煙を減らす方法

1. 家庭を全面禁煙にしましょう
2. お店も全面禁煙である必要があります
3. たばこを吸っている人から離れましょう

1. タバコを吸うご家族には吸ったら5分以上たってから室内に戻るようお願いしましょう。理由として、下の5つがあげられます。
 - 換気扇を回しながら吸っても、煙はなかなか外に出ていきません
 - 別の部屋で吸っても煙はもれ出てきてしまいます
 - タバコを吸った部屋には、タバコの有害成分が残ります
 - 空気清浄機では、タバコの有害成分の一部しかのぞけません
 - 吸って5分くらいたつと、吐く息に含まれる煙がかなり減ります
2. 室内で喫煙できるお店(飲食店など)では、受動喫煙を十分に減らすことができません
3. 風上に行く、同じ道を歩いて吸う人は追い越す、などがあります

