

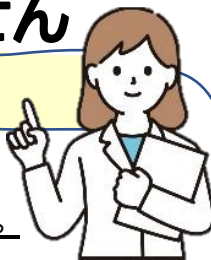
加熱式たばこは健康・安全！！ ではありません

正しい知識① 健康への影響があります

紙巻きたばこに比べて有害成分が少ないとうたわれていますが、
発がん性物質をはじめ、多くの種類の有害成分が含まれています。

加熱式たばこのパッケージの注意文言（健康警告）にも

「加熱式たばこの煙（蒸気）は、発がん性物質や、依存性のあるニコチンが含まれるなど、あなたの健康への悪影響が否定できません。」と書かれています。



正しい知識② 吐いた息により、受動喫煙があります

副流煙がでなくても、吐いた息（呼出煙）に有害物質が含まれます。（★）
現在も周囲の人への影響が研究（※）されています。

（※）紙巻きたばこ・加熱式たばこを使用している父親の家族と非喫煙者の父親の家族の尿中のニコチン代謝物の濃度を測定し、ニコチンが体内に吸収されているかどうかを調べた国内の研究があります。加熱式たばこでも、家族の尿中からニコチン代謝物が検出され、受動喫煙のリスクにさらされることが分かっています。

主流煙 喫煙者が吸っている煙のこと

副流煙 たばこの先から出る煙のこと

呼出煙 喫煙者が吐く煙のこと



（★）喫煙後45分間は、吐いた息に有害物質が含まれています。

正しい知識③ 禁煙にはなりません

発がん性物質もゼロではなく、ニコチン量も紙巻きたばこと変わりません。
加熱式たばこに切り替えても「ニコチン依存は継続する可能性」があります
紙巻きたばこでないから大丈夫ではなく、禁煙が大切です。



加熱式たばこは健康・安全！！ ではありません

正しい知識① 健康への影響があります

紙巻きたばこに比べて有害成分が少ないとうたわれていますが、
発がん性物質をはじめ、多くの種類の有害成分が含まれています。

加熱式たばこのパッケージの注意文言（健康警告）にも

「加熱式たばこの煙（蒸気）は、発がん性物質や、依存性のあるニコチンが含まれるなど、あなたの健康への悪影響が否定できません。」と書かれています。



正しい知識② 吐いた息により、受動喫煙があります

副流煙がでなくても、吐いた息（呼出煙）に有害物質が含まれます。（★）
現在も周囲の人への影響が研究（※）されています。

（※）紙巻きたばこ・加熱式たばこを使用している父親の家族と非喫煙者の父親の家族の尿中のニコチン代謝物の濃度を測定し、ニコチンが体内に吸収されているかどうかを調べた国内の研究があります。加熱式たばこでも、家族の尿中からニコチン代謝物が検出され、受動喫煙のリスクにさらされることが分かっています。

主流煙 喫煙者が吸っている煙のこと

副流煙 たばこの先から出る煙のこと

呼出煙 喫煙者が吐く煙のこと



（★）喫煙後45分間は、吐いた息に有害物質が含まれています。

正しい知識③ 禁煙にはなりません

発がん性物質もゼロではなく、ニコチン量も紙巻きたばこと変わりません。
加熱式たばこに切り替えても「ニコチン依存は継続する可能性」があります
紙巻きたばこでないから大丈夫ではなく、禁煙が大切です。



◆代表的な加熱式たばこ



- iQOS (アイコス)
…フィリップモリス (PMI/PMJ)
- Ploom TECH (プルームテック)
…日本たばこ産業 (JT)
- glo (グロー)
…プリティッシュ・アメリカン・タバコ (BAT)

知っていますか？ 加熱式たばこ と 電子たばこ

加熱式たばこ	電子たばこ
「たばこ葉」 を使用して加熱	「リキッド」を 使用して蒸気化
国内販売○	国内販売×

図 日本で販売されている加熱式たばこ (2022年7月現在) (参考: 国立研究開発法人国立がん研究センター たばことがん 加熱式たばこ)

❖注意 乳幼児の加熱式たばこの誤飲事故について

加熱式たばこの誤飲事故が複数報告されています。

最近では、誘熱体として金属片が内蔵された加熱式たばこのスティックも販売されています。

乳幼児のお子さまがいる環境に加熱式たばこを使用している人がいる場合は、日頃からどのような銘柄、タイプの加熱式たばこを吸っているか周囲の方も把握しておきましょう。

Vol. 649
加熱式たばこの誤飲に注意!
(消費者庁ホームページ)



なくならない乳幼児による
加熱式たばこの誤飲に注意
(独立行政法人国民生活センター
ホームページ)



❖禁煙を考えている方へ

〈佐倉市内で新規受付可能な禁煙外来〉 ※詳細につきましては、医療機関にお問い合わせください。

- ◆聖隷佐倉市民病院 (江原台) ☎043-486-1155
- ◆古谷内科 (井野) ☎043-487-1811
- ◆佐倉内科・呼吸器クリニック (寺崎北) ☎043-312-0827

禁煙について知りたい・迷っている方は
禁煙相談 (佐倉市ホームページ) をご覧ください→

【問合せ先】佐倉市健康推進課 成人保健班 ☎043-312-8228



◆代表的な加熱式たばこ



- iQOS (アイコス)
…フィリップモリス (PMI/PMJ)
- Ploom TECH (プルームテック)
…日本たばこ産業 (JT)
- glo (グロー)
…プリティッシュ・アメリカン・タバコ (BAT)

知っていますか？ 加熱式たばこ と 電子たばこ

加熱式たばこ	電子たばこ
「たばこ葉」 を使用して加熱	「リキッド」を 使用して蒸気化
国内販売○	国内販売×

図 日本で販売されている加熱式たばこ (2022年7月現在) (参考: 国立研究開発法人国立がん研究センター たばことがん 加熱式たばこ)

❖注意 乳幼児の加熱式たばこの誤飲事故について

加熱式たばこの誤飲事故が複数報告されています。

最近では、誘熱体として金属片が内蔵された加熱式たばこのスティックも販売されています。

乳幼児のお子さまがいる環境に加熱式たばこを使用している人がいる場合は、日頃からどのような銘柄、タイプの加熱式たばこを吸っているか周囲の方も把握しておきましょう。

Vol. 649
加熱式たばこの誤飲に注意!
(消費者庁ホームページ)



なくならない乳幼児による
加熱式たばこの誤飲に注意
(独立行政法人国民生活センター
ホームページ)



❖禁煙を考えている方へ

〈佐倉市内で新規受付可能な禁煙外来〉 ※詳細につきましては、医療機関にお問い合わせください。

- ◆聖隷佐倉市民病院 (江原台) ☎043-486-1155
- ◆古谷内科 (井野) ☎043-487-1811
- ◆佐倉内科・呼吸器クリニック (寺崎北) ☎043-312-0827

禁煙について知りたい・迷っている方は
禁煙相談 (佐倉市ホームページ) をご覧ください→

【問合せ先】佐倉市健康推進課 成人保健班 ☎043-312-8228

