

【第5回】 けんぽの保健師コラム～禁煙トリビア～

5回名は、保健師の黒沢が担当します。

タイトルの通り第5回はたばこに関する簡単なクイズを3問出します。全問正解を目指しましょう。

1問目) 加熱式タバコに関する記述で正しいものはどれ？

- A 受動喫煙は起こらない
- B 有害物質はカットされていて安全である
- C 吸った人の吐く息に有害物質が含まれている



【正解は】 C

【解説】加熱式タバコは、タバコの葉を燃やさず加熱した蒸気を吸い込むため、タバコの先端からは煙が出ないように見えます。

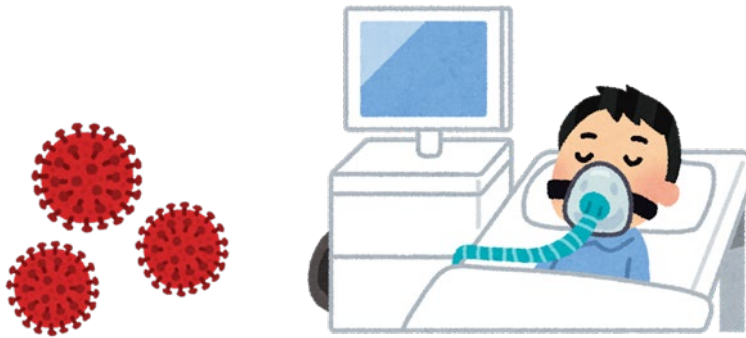
しかし、吸った人の吐く息には有害物質が含まれており受動喫煙が起きます。

加熱式タバコでカットできた有害物質はたった9種類！

それ以外の何千種類の有害物質は紙巻きタバコと変わりません。

2問目) たばこを吸う人と吸わない人と比べて新型コロナウイルスの重症化・死亡リスクが何倍になる？

- A 1.5倍
- B 2.0倍



**【正解は】 C**

**【解説】**日本禁煙学会では喫煙は新型コロナウイルスの重症化・死亡リスクが2倍になることが分かりました。

喫煙は新型コロナウイルス感染症の感染リスクを高め、死亡の大きな原因になります。禁煙も新型コロナウイルス重症化の予防になります！

**3問目) WHO が定める世界禁煙デーは何月何日でしょうか。**

- A 4月7日
- B 5月31日
- C 10月1日

**【正解は】 B**

**【解説】**WHO は5月31日を世界禁煙デーと定めており、世界中でたばこについての取り組みが行われています。

皆さまも5月31日は「たばこ」について考えてみましょう。

皆さまは何問分かりましたか？

これからもたばこについてたくさんの情報を発信していきます。

では次回もお楽しみに。