



盛岡市プレスリリース

～共に支えあい健やかで心豊かに暮らせる社会の実現を目指して～

令和6年5月20日
盛岡市保健所
健康増進課

市政記者クラブ加盟社 各位

「イエローグリーンライトアップ」による 禁煙及び受動喫煙防止の普及啓発を行います

世界禁煙デー（5月31日）と禁煙週間（5月31日～6月6日）に合わせて、開運橋と東北電力ネットワーク（株）岩手支社の無線鉄塔をイエローグリーンにライトアップします。

5月31日は世界保健機関（WHO）が定めた「世界禁煙デー」です。また、日本では「世界禁煙デー」から続く1週間（5/31～6/6）を「禁煙週間」としています。

盛岡市では、受動喫煙のない優しいまちを目指し、イエローグリーンキャンペーンを実施しています。イエローグリーンは“受動喫煙をしたくない、させたくない気持ち”を周囲へ伝える色です。この取組を市民へ広く周知し、たばこに関する正しい知識の普及や受動喫煙防止の意識啓発を図ることを目的に、次のとおりライトアップを行います。

記

【内 容】

世界禁煙デー（5月31日）と禁煙週間（5月31日～6月6日）に合わせて、開運橋と東北電力ネットワーク（株）岩手支社の無線鉄塔をイエローグリーンにライトアップします。

※国からの節電要請など、社会情勢に鑑みてライトアップを中止させていただく場合がありますので、あらかじめ御了承願います。

【場所・ライトアップ日時】

① 開運橋（盛岡市開運橋通）

令和6年5月31日 19時00分～21時00分

② 東北電力ネットワーク（株）岩手支社 無線鉄塔（盛岡市紺屋町1番25号）

令和6年5月31日から6月6日まで 各日とも 19時00分～21時00分

【参 考】

盛岡市 HP 広報 ID : 1046332 「イエローグリーンキャンペーン」



二次元バーコード
(広報ID: 1046332)

【添付資料】

広報もりおか 令和6年5月15日号

【問い合わせ先】

盛岡市保健所健康増進課

担当：近村 健太

TEL : 019-603-8305

5月31日は世界禁煙デー /

禁煙についてみんなで考えよう！

日本では世界禁煙デーが始まる5月31日から6月6日までの1週間を「禁煙週間」としています。これを機に、家族や友人など身近な人と一緒に禁煙について考えてみましょう。

☎ 健康増進課 ☎ 603-8305 ☎ 1040019

喫煙による健康への影響

喫煙は、さまざまな疾患などの原因となることが分かっています。以下は、因果関係を推定する科学的根拠が十分と判定されている疾患などの例です。

※出典：厚生労働省「喫煙と健康 喫煙の健康影響に関する検討会報告書2016」

がん：肺、口腔・咽頭、喉頭、鼻腔・副鼻腔、食道、胃、肝臓、膵臓、ぼうこう、子宮頸部

循環器疾患：虚血性心疾患、脳卒中、腹部大動脈瘤、末梢性の動脈硬化症

呼吸器疾患：慢性閉塞性肺疾患（COPD）、呼吸機能低下、結核による死亡

妊娠・出産：早産、低出生体重・胎児発育遅延

その他：2型糖尿病、歯周病、ニコチン依存症

受動喫煙の防止

喫煙は本人だけでなく、受動喫煙※によって周りの人の健康も害することがあります。歩きたばこや自転車に乗っての喫煙、人通りの多い場所で喫煙をしないなど、喫煙マナーを再確認しましょう。

※たばこを吸っていないなくても、他人の喫煙によってたばこの煙にさらされること

禁煙の効果

禁煙に遅すぎることはありません。禁煙直後から健康改善の効果が現れ、長く続けるとさまざまな病気のリスクが減少します。

※出典：厚生労働省eヘルスネット「禁煙の効果」

20分後



血圧と脈拍が正常値まで下がる。手足の温度が上がる

8時間後



血中の一酸化炭素濃度が下がり、酸素濃度が上がる

数日後



味覚や嗅覚が改善。歩行が楽になる

2週間～3ヶ月後



心臓や血管など、循環機能が改善

1ヶ月～9ヶ月後



せきやぜんそくが改善。スタミナや免疫機能が回復する

1年後



肺機能が改善する
※軽度・中等度のCOPDの患者

2～4年後

虚血性心疾患や脳梗塞のリスクが大幅に減少する

10～15年後

肺がんのリスクが明らかに減少する
さまざまな病気のリスクが非喫煙者のレベルまで近づく

イエローグリーンキャンペーン ライトアップ

イエローグリーンは、受動喫煙をしたくない・させたくない気持ちを周りの人に伝える色です。世界禁煙デーと禁煙週間に合わせて、①開運橋と②東北電力ネットワーク鶴岡支社の無線鉄塔をイエローグリーンにライトアップします。

☎ ①5月31日(金)②5月31日～6月6日(木)、いずれも19時～21時
☎ 1046332



地球環境に配慮したインキを使用しています。