

タバコ

今こそ禁煙が重要

—新型コロナウイルスの重症化リスク—

新型コロナウイルス感染症について、世界保健機関（WHO）は、「感染した際の重症化リスクを高める」として、禁煙を呼びかけています。また、日本でも、東京都医師会や日本呼吸器学会等が新型コロナウイルス感染症の予防策等として禁煙の呼び掛けを行っています。



喫煙所は3密（密閉、密集、密接）状態になるおそれがあります。また、自宅で家族と過ごす時間が増えていますが、ベランダや台所の換気扇の下で喫煙しても家族の受動喫煙はなりません。

タバコをやめることが何よりの解決策です。

この機会にぜひ禁煙にチャレンジしましょう。

●詳しくはぜひこちらをご覧ください「新型コロナ感染対策と禁煙」



共済組合ホームページに、「いま求められる受動喫煙対策～新型コロナ感染対策と禁煙～」をアップしました。東京都医師会タバコ対策委員会アドバイザーである中央内科クリニック院長村松先生の解説付き動画です。

専門家による最新知見に基づく貴重なお話です。ぜひご覧ください。

[都共済ホームページ](#)▷[組合員ページ](#)▷
[新型コロナ感染対策と禁煙](#)で検索



参考文献：東京都医師会「新型コロナウイルス感染症が再びまん延しないために」、日本呼吸器学会「新型コロナウイルス感染症とタバコについて」、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」

あなたの職場の健康づくりを **応援** します



共済組合では、様々な健康づくりについて、直接あなたの職場に専門の講師を無料派遣[※]いたします。

また、職場で実施する保健指導や健康教室等に役立つ保健指導教材の貸出し[※]も行っています。

さらに、ホームページには、職場や自宅でできる健康づくりの参考になるサイトを紹介した「健康お役立ちリンク集」や受動喫煙に係る解説動画などをアップしています。

ぜひご利用ください。

※については、部・課・事業所等の単位でお申込みください。



[都共済ホームページ](#)▷[組合員ページ](#)▷
[健康づくり](#)で検索



お問合せ先 事業部健康増進課健康づくり推進担当 ☎ 03-5320-7462又は都庁内線 57-412