

誘われても  
断る勇氣

断る技術を身につけよう

自分が大切にしていること、感じていることを伝えて、勇氣を持って断りましょう。

きっぱりと断ろう  
何度も繰り返して伝えよう  
理由を言おう



断り方の例

- たばこは体に悪いから。
- のどが弱いんだよ。
- がんになりたくないから嫌だ!
- 歯が黄色くなったり臭いも嫌だから吸わない。
- 未成年の喫煙は法律で禁止されているから。
- 1本でもやめられなくなるからいらない。
- 息切れしてスポーツができなくなるよ。
- お金がかかるから。
- 家族は吸わないから。



未成年者の喫煙は禁止されています

未成年者がたばこを吸うことは「未成年者喫煙禁止法」という法律で禁止されています。

世界的な取り組み  
たばこの規制に関する  
世界保健機関枠組条約



たばこの消費及び受動喫煙が健康、社会、環境及び経済に及ぼす破壊的な影響から現在及び将来の世代を保護することを目的とした国際条約で日本では2005年2月27日に発効しました。

条約の内容には、公共の場所等におけるたばこの煙にさらされることからの保護や、未成年者に対するたばこの販売を禁止するための効果的な措置をとることなどが定められています。

また、5月31日を世界禁煙デーとし、世界的な禁煙の取り組みが行われています。

区でも、受動喫煙防止対策と  
路上喫煙対策を行っています。

- 区立施設における受動喫煙防止
- 区内全域での歩きたばこと吸い殻のポイ捨ては禁止
- 区内全域での路上喫煙は禁止 (区の指定喫煙場所は除く)



【発行】文京区役所 健康推進課

文京区春日1-16-21 TEL 03(5803)1231

(令和5年度版)

たばことけんこう

たばこ  
と  
健康

輝くあなたの未来のために



このリーフレットは、たばこを吸わない小学生・中学生の皆さん向けに作成しました。皆さんには、今もこれからもたばこを吸って欲しくありません。

大切な家族や友達と一緒に話し合いながら読んでください。

