



連載23 (最終回)

皆さんに正しく伝えたい禁煙の話題

加熱式タバコを誤飲する

乳幼児増加の現状

齋藤麗子

十文字学園女子大学 健康管理センター長、
日本禁煙推進医師歯科医師連盟 会長

2020年6月から始まった本誌の特集「静岡県2022年 正しく伝えたい禁煙の話題」が、今回の連載23が最終回となります。第1回目の原稿を寄せた身として、最終回に再度に書かせていただくことは光栄に思います。約2年にわたり多くの方々が、様々な立場や見方から、タバコに関する問題提起をされてきました。私は医師の立場からタバコの健康被害に目をつぶることが出来ずに、30歳台から40年にわたって取り組んで来ました喫煙対策について思い出を交えて、さらに今後の希望について述べていきます。

情報の正しさ

最近ロシアのウクライナへの侵略に伴い、正しい情報であるのに、それに対してフェイクとして罰する、という法律が出来てしまうような国が出現しました。そして、逆にフェイクニュースを正しい情報として国民に信じさせることも現実世界に起こっています。そのような中では、フェイクの基準が変化してしまいます。現実にある正しい情報というより、体制に良かれ、スポンサーに良かれ、という基準で、正しいか

フェイクかとなるわけです。

タバコに関しても、喫煙は認知症の予防になる、吸っていても長生きをする人もいるから害はない、受動喫煙の害はまだ明らかになっていない、タバコ税で国が潤っているなどの情報も、ある意味フェイクと言えます。財務省やタバコ会社に付度した言い方で、喫煙者には心地よい情報の方が耳にはいりやすいのです。

正しい情報を理解してもらうにも工夫が必要です。

2、3年前にタバコ販売側は「吸う人も吸わない人も心地よい世の中へ」とキャンペーンでは分煙社会を



学術総会告知に使用したポスター

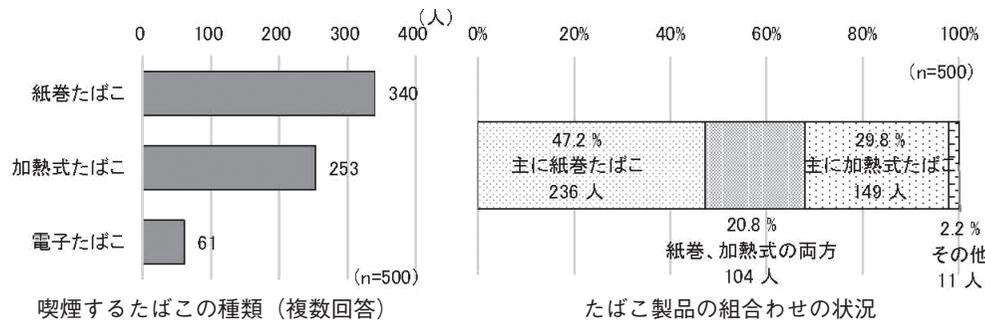
私が小児科医として病院で勤務していた時に、救急外来や当直の時にタバコの誤飲で来院する乳幼児を多く経験しました。当時は男性の喫煙率が6割以上の時代で、家庭で子どもの手の届くところに、普通にタバコが置いてある状況だったのです。家庭用品の中には、子どもの手の届かないところに置くようにという注意表示が掲載されているものがありますが、食べて命の危険があるタバコに、そのような表示がないのはおかしいと思ったことが、新聞や雑誌に投稿し、いろいろな調査をするきっかけとなりました。

その後、喫煙率が減少し、母子手帳や育児雑誌でも子どもへの受動喫煙の害が周知されていても相変わらず、乳幼児のタバコ誤飲が無くなりません。さらに最近の加熱式タバコの出現で、子どもの誤飲が増えてきました。販売側の宣伝で、加熱式タバコは周囲への害がないと誤解している喫煙者が、子どものいる部屋でも吸うようになったからでしょうか。また、加熱式タバコのタバコ葉

アピールしていました。同じ部屋でもテーブルごとに喫煙席や禁煙席が表示されていたり、植木を置いて分けたり、部屋の隅に空気清浄機と称する、有害な煙を部屋中に拡散させる結果となるテーブルを設置していたりしていました。しかし、空気は水と同じように自然に分けられるものではありません。

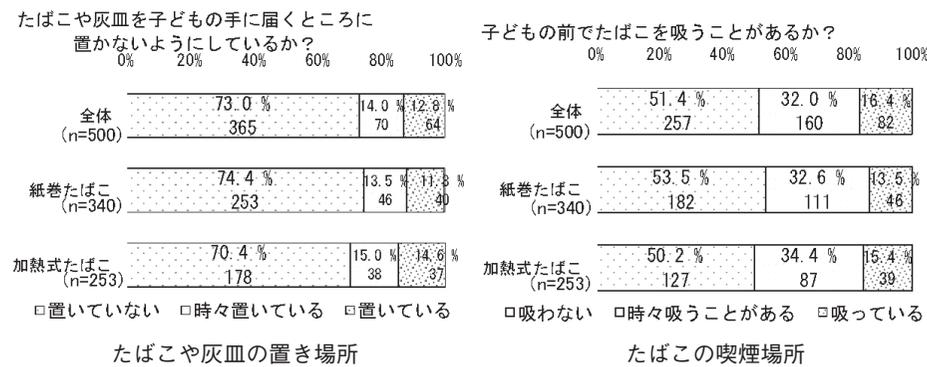
私は以前、各地の健康推進員、母子保健推進員などの集まりで、受動喫煙の害について講演を繰り返していました。煙の成分について、化学物質の成分の名称だけでなく、その成分を身近なもので怖さを示すようにしていました。殺鼠剤や排気ガスなどだと解説していました。さらに、分煙ではなく禁煙でなければ周囲の人の健康が守られないことを説明すると、参加者からは受動喫煙の危険性を理解して「煙を吐いている夫のそばにはもういられない」「禁煙になっていない飲食店には行きたくない」などの声が多く聞かれました。正しい情報を身近なものとして理解してもらわねば心に残らないことを

保護者のタバコの種類



子ども周囲での喫煙

消費者超調査 2021



受動喫煙で認知症リスクが3割増

Charlene Laino WebMD
Medical News Reviewed By Louise Chang, MD
<2007年米国神経学会(AAN)年次総会で発表>

- ・喫煙者と同居すると、認知症のリスクが上昇する可能性を示す研究が発表(65歳以上、n=985)。
- ・カリフォルニア大学統計学者 Tad Haight, MA は、**喫煙者と30年以上同居している人**(n=459)は、喫煙者と同居したことがない人(n=490)に比べ**認知症の発症率がおよそ30%高い**ことを示した。

もちろん喫煙者本人が、脳梗塞や認知症になり易いことは既に多くの研究で確認されています。

タバコ煙の成分

タバコ煙の成分	身のまわりの例
アンモニア	悪臭源、し尿
ホルムアルデヒド	シックハウスの原因、塗料
トルエン	シンナーの成分
フェノール	消毒さっしゅ主成分
ベンゼン	ガソリンの成分
シアン化す磯	殺そ剤
カドムウム	電池 イタイイタイ病
一酸化炭素	車の排気ガス
ダイオキシン	ゴミ焼却煙

4000種類以上の化学物質
60種類の発がん性物質



喫煙と健康問題に関する検討会編。タバコ煙の成分：新版喫煙と健康。37。2002。厚生労働省：健康ネット http://www.health-net.or.jp/tobacco/21c_tobacco/1st/23.html 日本内科学会旧認定内科専門医会タバコ対策推進委員会制作/喫煙と健康に関するスライド集より

感じています。

タバコ誤飲の新しい問題

2021年3月、消費者庁の News Release がありました。しかし、コロナ禍の中で注目が少なかったかもしれませんが、「乳幼児のタバコの誤飲に注意しましょう。加熱式タバコは紙巻きタバコより誤飲しそ

になった割合が高く、より注意が必要です。」と、3日間のインターネットによる調査報告を発表していました。

子どもがタバコを食べてしまう事故は、私が40年前に喫煙問題に関わる大きなきっかけとなったことですが、いまだにこのことの注意喚起が必要なことに忸怩たる思いがあります。

の部分小さくなり、乳幼児が飲み込みやすいサイズになったことも影響しています。

昔と今

日頃、大学生への講義で、30・40年前は新幹線や飛行機は全席喫煙席だったので、長い時間の旅はとても苦痛な時間だったと伝えたり、病院のベッドで喫煙が許されていて、院内喫煙所では医師と患者さんが一緒にタバコを吸っていた、子どもがタバコを買うことが出来たなどの話題では、学生の反応は毎年「嘘——!」「マジ?」「やばい」というものです。鉄道に禁煙席を作ってほしいと裁判で訴えても、裁判長の判断は「人のタバコの煙は受忍限度内である」との判断で退けられました。今では電車、タクシー、学校内など禁煙の場所が増えていきますので、家族に喫煙者がいなければ、受動喫煙の被害はバイト先位なものでしょうか。60年ほど前に私が小学生だった時は、教師が教室でタバコを吸い、学

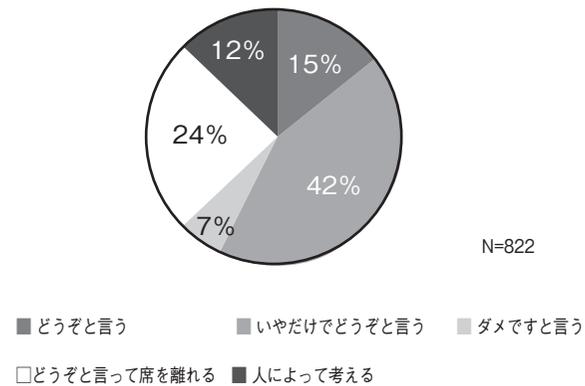
席を立つ「どうぞと言う」が続く「ダメです」と言うのは7%のみでした。しかし、「どうぞと言う」と「嫌だ」けど、どうぞと言う」は経年的には減少しています。「ダメです」は微増となっています。彼氏がタバコを吸う人だったらとの質問では、全体では「嫌だ」「そういう人とは付き合わない」「私の前で吸わなければよい」「禁煙させる」「悪いとは思わない」の順となりましたが、経年的には「そういう人とは付き合わない」が特に増加していました。次に「嫌だ」が微増となっています。

わが国ではいまだに非喫煙者が吸う人に合わせて喫煙できる店に入ることもあるのですが、禁煙の店が増えることが望ましいことです。また日本の社会では、嫌でも相手に合わせて「どうぞ」と言ってしまう風潮があります。

近年、タバコはかっこよいたのイメージもなくなってきました。副流煙により自分の健康への害を考える時、女性は吸わない男性を選ぶ傾向にあります。男女ともにタバコ

級委員だった私は休み時間にはタバコ屋さんまで買いに走らされていました。その後、風の便りにその先生は肺がんで亡くなったそうです。30年前に私の子ども達が小学生の時は、職員室内が禁煙ではないので煙くて職員室に先生に質問には行けないとこぼしていました。

「吸ってもいいですか」と聞かれたら



2種類の「禁煙席望みますカード」の表と裏

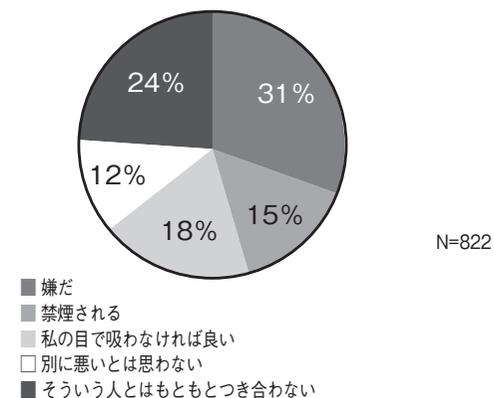
コに対する価値観が変化して、今後は吸う人とは付き合えないと考える人が増えてくれば、異性に好かれるために禁煙し、喫煙者が減る未来に向かうことが望まれます。

禁煙席望みます カード

30年以前、私の子ども達が小さい時に、スキー場の混んだレストランの隣の席で、女性グループがタバコを吸い始めて、子どもたちの顔に煙が降りかかる状況でした。他に移る席もないので、「恐れ入りますが、タバコの煙が来るのでやめてもらえませんか」と頼むと、「あーら やー

私は大学1、2年生の選択科目において、喫煙の害について授業前にアンケートを無記名で記入させ、その場で回収し、3年間分合計823人の結果を分析しました。質問で目の前の人に吸ってもよいですかと聞かれたら、「嫌だ」が最も多かった。次いで「どうぞと言う」

彼氏がタバコを吸う人だったら



だ! ここは禁煙席じゃないですよ」と言って吸い続けていました。単に他人や、特に子どもへの煙の害について無知な人々なのかもしれない。禁煙席以外はすべて喫煙席なのかと疑問に感じ、私は喫煙対策にさらに邁進していました。

日本は最近、成人の8割が非喫煙者となっているのに、いまだに2割の喫煙者に都合のよい社会となっている。飲食店に入り、「店内は禁煙ですか?」と聞くと、「大丈夫です、喫煙できますよ」、あるいは「申し訳ありませんが禁煙です」と返事された経験は、多くの人がもっているでしょう。

第31回日本禁煙推進医師歯科医師連盟学術総会 「次世代にタバコの害を引き継がせない」宣言

近年、喫煙・受動喫煙の有害性が明らかになり、タバコ対策は公衆衛生上の最重要課題の一つとして国際的に認識されています。タバコ対策として、それぞれの地域において「喫煙・受動喫煙の有害性に関する周知啓発」「受動喫煙の防止」「喫煙者への禁煙支援」「喫煙防止教育」など様々な対策が実施されていますが、中でも最も力を入れるべきは、子どもたちが将来、加熱式タバコを含むすべてのタバコ製品に手を染めないようにする取り組みだと私たちは考えます。

これは、子どもたちの健康を守るためであることはもちろんですが、今の子どもたちが将来にわたって一人も喫煙しない人生を歩めば、将来の喫煙率は確実に減少してタバコのない社会を達成できるからです。そうすれば、わが国のタバコ問題は自動的に消滅するのです。

現在の大人たちの喫煙という悪弊が子どもたちに連鎖しないよう、タバコの害を引き継がせないように取り組むことが私たち大人に課せられた使命だと考えます。

そのためには、学校等での喫煙防止教育を更に充実させるだけでなく、大人が子どもたちに受動喫煙させることがないように、更には大人が率先垂範して禁煙するなど、子どもたちが育つ環境からタバコを完全になくす意識が必要です。さらに、タバコを吸い始めない環境整備として、タバコ税・価格の値上げをはじめ、警告表示や広告等の規制の強化を図ることも重要です。

今、「子どもを守る」ことがわが国の大きな課題となっています。事故や犯罪、虐待などから子どもたちを守ることはもちろんですが、タバコから子どもたちを守ることも真剣に考える必要があります。子どもたちこそ未来を担う国の宝であり、子どもを大切にしない国に未来はありません。

子どもたちを真に大切に守り育てるために、「次世代にタバコの害を引き継がせない」取り組みに全力を尽くすことをここに宣言します。

2022年2月27日

第31回日本禁煙推進医師歯科医師連盟学術総会大会長
加治正行
日本禁煙推進医師歯科医師連盟会長
齋藤麗子
第31回日本禁煙推進医師歯科医師連盟学術総会
参加者一同

閉会式には、大会宣言を読み上げました。これを機に静岡県内の喫煙対策がすすみ、さらに喫煙率の減少が見られれば、とても喜ばしいことです。

静岡市で第31回禁煙医師連盟学術総会開催

加治正行大会長による講演「子どもとタバコ」、加藤一晴実行委員長による市民講座「タバコ問題の今日ま

でそして明日から」、その他シンポジウムは「受動喫煙対策推進のために」「次世代にタバコの害を引き継がせない

いたために」「身近な社会での受動喫煙対策」「精神科病院の禁煙化対策」など、多岐にわたる内容の充実した学術総会でした。

禁煙推進医師歯科医師連盟は、医師と歯科医師が中心となり1992年にスタートした

コロナ対策では3密を防ぐとともに、煙を吹き出す行為がウイルスを拡散する行為と結びつくため、禁煙店が増えています。最近、近所で感染防止徹底宣言新型コロナウイルス感染拡大防止中のポスターと共に、「紙たばこ吸えます」の掲示が並ん

でいる店を発見しました。矛盾しているのに、気が付かないのでしょうか。新型コロナウイルス感染爆発で見直された命の重み

2年前のコロナ感染の世界的広がり頃から、隔離中に死亡する例が増え、お見舞いにも行け、お世話も



禁煙の場所で加熱式は認められるのか

出来ず、別れも言えずに逝ってしまう方が話題になりました。少し前まで普通に会っていた人とお別れなどで、命のはかなさも感じました。事例が増えるにつけ、喫煙者のコロナリスクも明らかとなりました。感染しやすく、重症化しやすい、呼吸困難になりやすいなどです。また、室内の喫煙所が3密回避のために閉鎖されました。企業や公共の喫煙所は、コロナ後も閉鎖を続けることが公衆衛生上に重要なこととなります。



電子タバコ

コロナ後のタバコ問題の矛盾を際立たせる安全対策宣言の飲食店が「タバコ吸えます」の表示(写真上)。喫煙は禁止の場所で、加熱式タバコは吸ってよいとする無知すぎる表示(写真下)。