

A pastel painting of three young girls with their hands on a baby's head. The girls are smiling and looking down at the baby. The baby is lying down, and the girls are standing around it. The background is a soft, light blue. The overall mood is warm and caring.

輝ける未来のきみたちに伝えたい  
加熱式タバコの真実

子どもをタバコから守る会  
政令市浜松の健康政策を支援する会  
雄踏町医師会

厚生労働省の 2022 年国民生活基礎調査では

**タバコを吸う人の割合は男性で 25.4%、女性で 7.7% でした。**

背景には健康意識の高まりや、改正健康増進法を受けています。

いっぽうで 20～30 歳代の喫煙者の約 30～50%が加熱式タバコを使用しています。

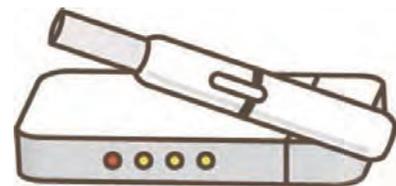
加熱式たばこの煙には**ニコチンや発がん性物質などの有害な物質が含まれています。**

加熱式たばこのパッケージの注意文言（健康警告）にも

「加熱式たばこの煙（蒸気）は、発がん性物質や依存性のあるニコチンが含まれるなど、あなたの健康への悪影響が否定できません」

「加熱式たばこの煙（蒸気）は、周りの人の健康への悪影響が否定できません。健康増進法で禁じられている場所では喫煙できません」と書かれています。

そもそも我が国では、未成年は法律（明治 33 年に制定）より喫煙はできません。





# 未成年者喫煙禁止法

(二十歳未満ノ者ノ喫煙ノ禁止ニ関スル法律)



未成年者喫煙禁止法は、20歳未満の者の喫煙を禁止する法律である。

未成年者は煙草を喫スルコトヲ得ス。違反者には罰則があり、没収や料料に処される。

保護者は未成年者の喫煙を制止する責任があり、制止しなかった場合は料料に処せられる。

2022年4月から成人年齢が18歳になっても、20歳未満の禁煙に変更はない。

罰金の最高額が50万円に引き上げられ、対象が販売行為者のみから、経営者・経営法人・役員・従業員などへと拡大され、さらに販売者は20歳未満の者の喫煙の防止に資するために年齢の確認その他必要な措置を講じるものとなった。

フリー百科事典『ウィキペディア (Wikipedia)』

# 未成年の親権者や監督者 (未成年者喫煙禁止法)



未成年の喫煙を知りつつ静止しなかった場合は  
静止義務違反となり、科料 1 万円未満の罰金



## 未成年にタバコを販売した者

未成年と知りながら販売した者には販売罪として科料 50 万円以下の罰金



**喫煙した未成年本人に罰則はない!?**

# 全国的に若者の喫煙率は増加している？！

加熱式タバコとは、紙巻きタバコのようにタバコ葉に直接火をつけるのではなくタバコ葉に熱を加えてニコチンを発生させる喫煙具。

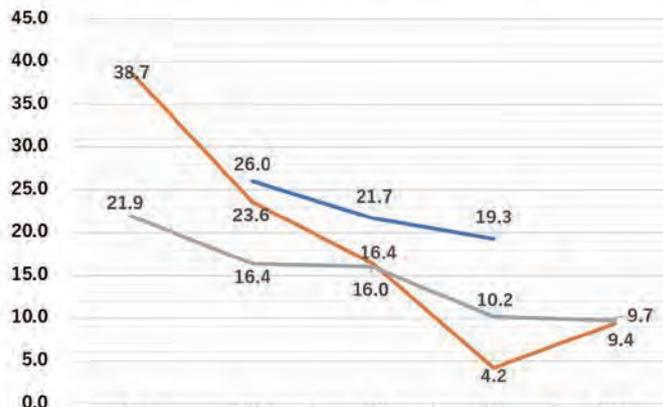
煙が出ない代わりに、タバコ葉に含ませたグリセリン類によって蒸気を発生させるのが基本だ。

これにより、モノを燃やす時に発生するタールの量が9割以上減少し、人体への悪影響が紙巻きタバコに比べて低減されている。

従って、人体への害が少ないと錯覚する若者が激増している。



— JT(全国平均) — 浜松市20才～29才 — 浜松市30才以上



	2001	2007	2011	2016	2022
JT(全国平均)		26.0	21.7	19.3	
浜松市20才～29才	38.7	23.6	16.4	4.2	9.4
浜松市30才以上	21.9	16.4	16.0	10.2	9.7

## 主流煙中に含有される代表的な有害物質

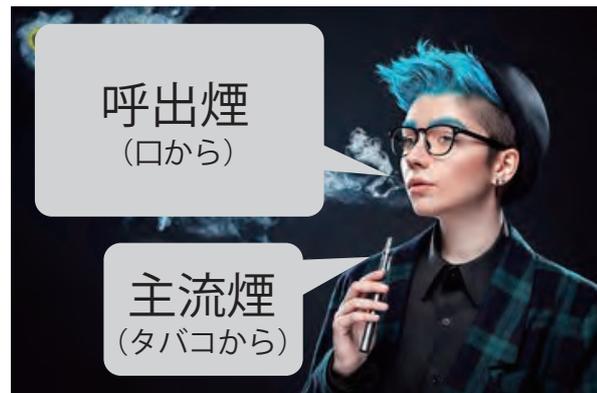
ニコチン：燃焼式タバコとほぼ同レベル

アクロレイン：燃焼式タバコとほぼ同レベル

ホルムアルデヒド：燃焼式タバコとほぼ同レベル

ポロニウム：燃焼式タバコとほぼ同レベル

アセナフテン：燃焼式タバコの**約3倍**



## 呼出煙中に含有される代表的な有害物質

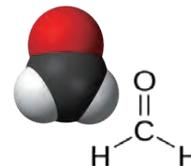
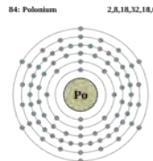
ニッケル、クロムなどの重金属濃度：燃焼式タバコ

PM2.5：燃焼式タバコの呼出煙よりも低いが、通常の大気中濃度の **14 - 40 倍**

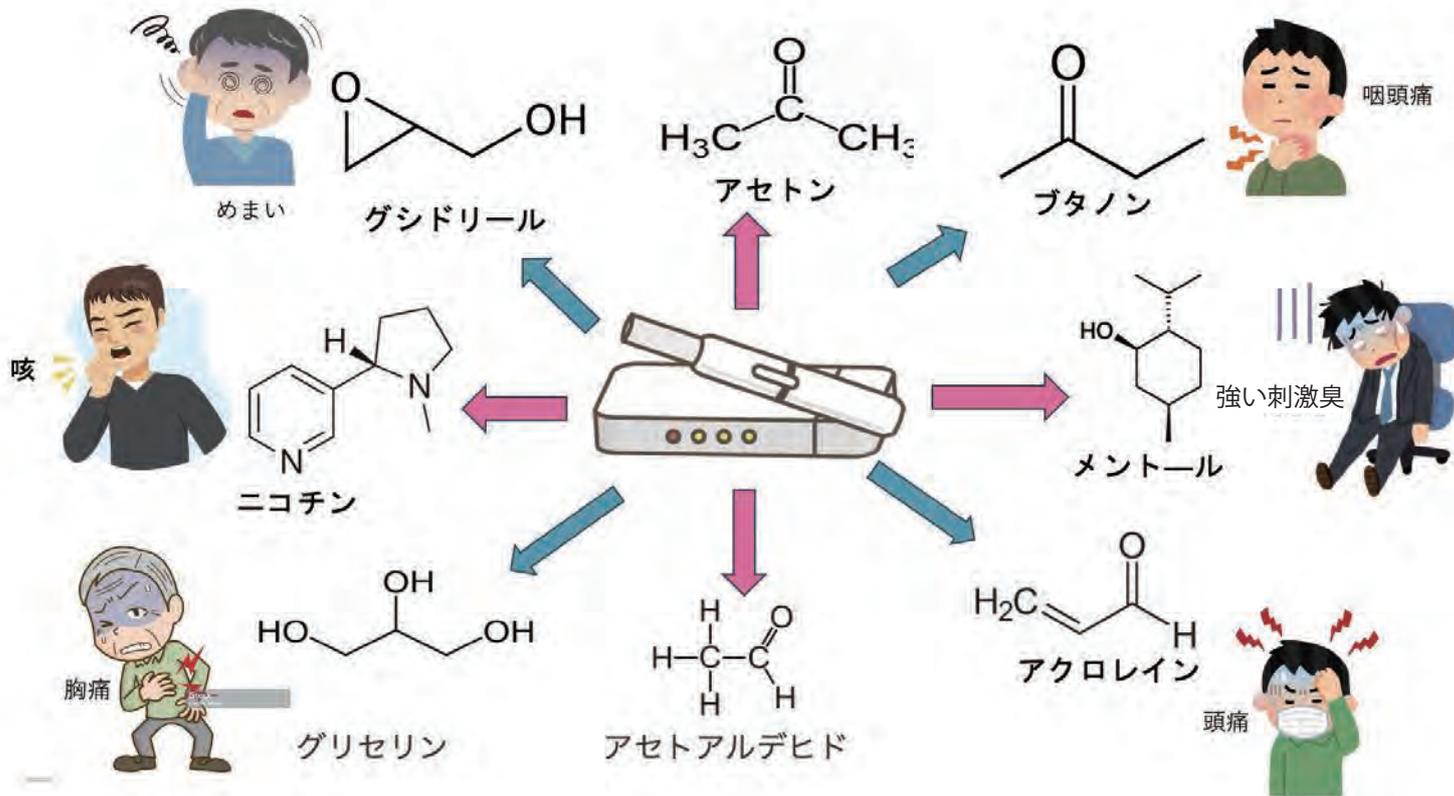
ニコチン：燃焼式タバコの呼出煙よりも低いが、通常の大気中濃度の **10 - 115 倍**

アセトアルデヒド：燃焼式タバコの呼出煙よりも低いが、通常の大気中濃度の **2 - 8 倍**

ホルムアルデヒド：燃焼式タバコの呼出煙よりも低いが、通常の大気中濃度の **20% 高い**



# 加熱式タバコによる受動喫煙被害



# 「加熱式タバコ」でも 「受動喫煙の害」ってあるの？ 日本の研究グループによる最新研究



これまでアイコスの副流煙（エアロゾル）からニコチン、メントール、グリセリン、アセトアルデヒド（発がん物質）、ジアセチル（呼吸器疾患を引き起こす物質）、アクロレイン（強い毒性を持つ物質）、グリシドール（発がん性物質）、アセトン（呼吸器に害を及ぼす物質）、2-ブタノン（劇物指定物質）など33種類の物質が特定されたという研究が出されている。

また、新型タバコの煙にさらされた人の尿を調べたところ、紙巻きタバコによる受動喫煙と同様にニコチンの代謝物であるコチニン、健康影響のバイオマーカー物質としてタバコ特異的ニトロソアミン代謝物（NNK代謝物）である4-(methylnitrosamino)-1-(3-pyridyl)-1-butanol（NNAL）などが検出されたという研究もある。

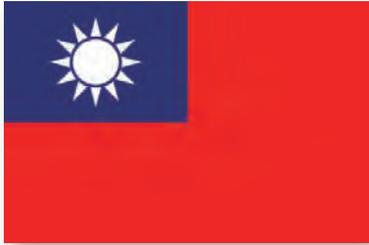
<https://news.yahoo.co.jp/expert/articles/e2f32d2870621ac94dce10314e5139e542185036>



## こどもの誤嚥

「気付くとテーブルに置いてあった友人の加熱式たばこの箱を子どもが開けており、中のものが散乱していた。近くにかじった後のものがあり、1cm程度（たばこ葉のほぼ全量）を食べたと考えられた。ぐったりした様子が続く、嘔吐も続いたため救急要請。嘔吐が続くため経過観察目的で入院となった。」（1歳）

# 加熱式タバコ禁止国家



台湾



シンガポール



タイ

# 加熱式タバコ持ち込み禁止国家

(身柄拘束または高額の罰金！)



パラオ



ブラジル

# 加熱式タバコにも新型コロナのリスクが

加熱式タバコ利用者はコロナ感染しやすい

<https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.02.05.20020107v3>

加熱式タバコ利用者はコロナ感染は重症化しやすい

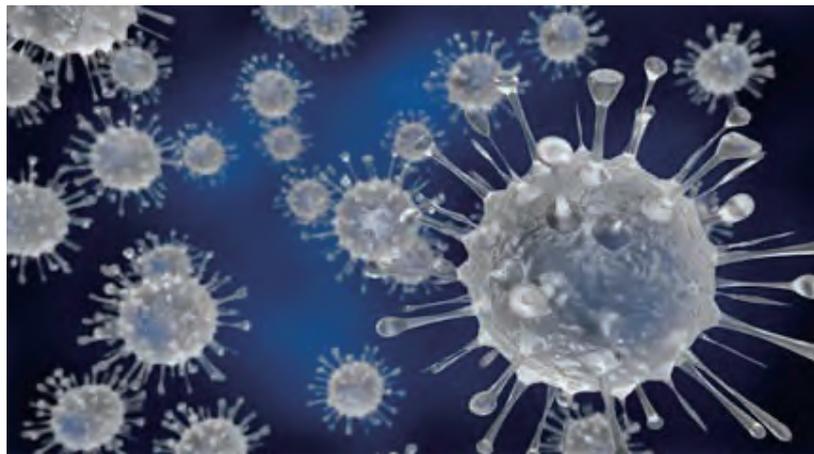
<https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.04.13.20063669v1>

日本では若い女性で加熱式タバコの喫煙者が増えている

<https://news.yahoo.co.jp/expert/articles/6dbeb219c60db894c3747e80ead0b9bfd1cc6183>

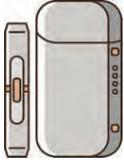
加熱式タバコは受動喫煙も危険

<https://news.yahoo.co.jp/expert/articles/fc373140d0ca1e6d0f29c60604c8e5a78ddcc52a>



# 新型タバコ、特に加熱式タバコに関する注意喚起

1. 加熱式タバコには多くの有害化学物質が含まれています。加熱式タバコは、タバコの葉を加熱して発生させたエアロゾルを吸引するタバコ製品です。加熱式タバコのエアロゾルには紙巻きタバコの煙と同様に、ニコチンや発がん性物質等の有害化学物質が含まれています。また、呼出されたエアロゾルにも発がん性物質が含まれています。
2. 紙巻きタバコと比較して加熱式タバコの健康影響が少ないかどうかは明らかではありません。加熱式タバコは市場に登場してからの歴史が浅いことから、長期的な健康影響については不明です。これは口腔への影響についても同様です。加熱式タバコの使用は、紙巻きタバコと比較して、ニコチン以外の主要な有害化学物質の曝露量は少なくなるかもしれませんが。しかし、有害化学物質の曝露に安全域というものはなく、現時点ではタバコ関連疾患のリスクが減る、すなわちハームリダクションに有効であるという科学的根拠はありません。タバコの葉を使用しない電子タバコは、加熱式タバコに先行して流行し、口腔をはじめとする健康被害の情報が蓄積されてきました。
3. 加熱式タバコの使用は禁煙を阻害する可能性があります。加熱式タバコには、紙巻きタバコとほぼ同量のニコチンが含まれています。したがって、紙巻きタバコから加熱式タバコに完全に切り替えたとしても、タバコへの依存が持続するため、禁煙することが困難になります。電子タバコでは禁煙の効果があるとする報告が一部にあります。加熱式タバコは、そもそもタバコ製品であるため、ニコチン依存の人の禁煙の意思を低下させて、喫煙の継続を長引かせることとなります。ニコチンの長期曝露や新型タバコ使用による健康影響の研究情報は今後もお知らせする予定です。



# タバコ会社が掲示する警告



20歳未満の喫煙は法律で禁じられています。たばこの煙は子供の健康にも悪影響を及ぼします。たばこの誤飲を防ぐため、乳幼児の手が届かない所に保管・破棄を。喫煙は、あなたが肺気腫など慢性閉塞性（COPD）になり、呼吸困難となる危険性を高めます。

20歳未満の者の喫煙は法律で禁じられています。加熱式たばこの煙（蒸気）は、周囲の人の健康への悪影響が否定できません。

健康増進法で禁じられている場所では喫煙できません。加熱式たばこの煙（蒸気）は、発がん性物質や、依存性のあるニコチンが含まれるなど、あなたの健康への悪影響が否定できません。

20歳未満の者の喫煙は法律で禁じられています。たばこの煙は、こどもの健康に悪影響を及ぼします。たばこの誤飲を防ぐため、乳幼児の手が届かない所に保管・破棄を。喫煙は、あなたが肺気腫など慢性閉塞性肺疾患（COPD）になり、呼吸困難となる危険性を高めます。

「まろやか」の表現は、健康への悪影響が他製品より小さいことを意味するものではありません。「フワッ」の表現は、健康への悪影響が他製品より小さいことを意味するものではありません。

# 加熱式タバコ発売にあたり、紙巻タバコの10%の害しかないと公表

SCIENCE

IQOSを選ぶ それは煙のない未来を選ぶこと

たばこ本来の味わいはその味に、IQOSのたばこペーパーは劣る有害成分の量を軽減したこの煙と比べて約90%低減することが実証されています。

1. 有害成分の少ない煙より約90%有害成分の量の低減率(平均)

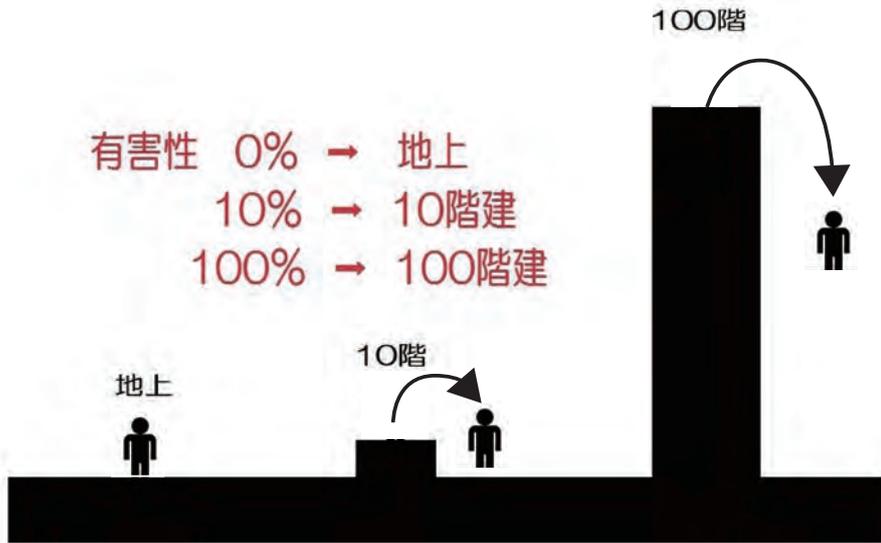
2. エアフローリサーチテスト実証済み

エアフローリサーチテスト実証済み

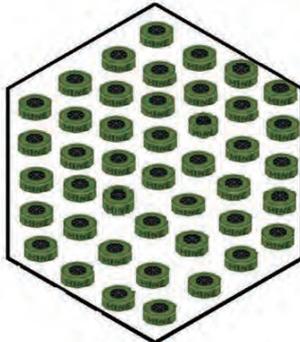
約90%低減



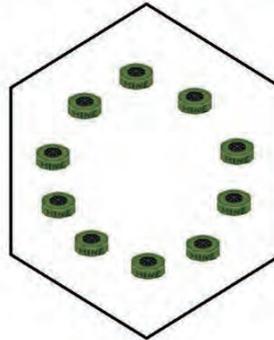
逆に言えば健康被害の90%を伝えていなかった!?



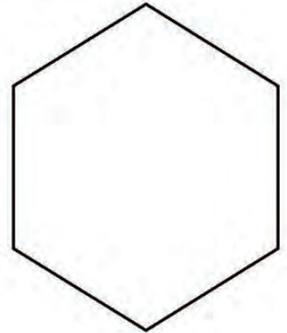
いちばん  
安全なのは？



地雷100個



地雷10個



地雷0個



## 浜松市やらまいか大使 林 望 さん

あきらかに「毒」であることがわかっているものを、「嗜好」の問題に矮小化して、あたかも無害であるかのように嘘の宣伝をする、それが「加熱式タバコ」の本質である。だまされてはいけない。喫煙や加熱式タバコの吸引は、麻薬に代表される習慣性の毒物を摂取するのと、本質はちつとも変わらないことを知るべきだ。タバコの吸引習慣は、将来の人生を左右する一大事であることを周知徹底して、大人たちが悪い手本を示さぬようにすること、そうして周囲の人たちに迷惑をかけないようにすること、それは人間としての義務にほかならない。

それゆえ、とくに青少年に対して、加熱式であれ、紙巻きであれ、タバコというものと、人生の最初からかかわらないようによくよく教えること、それは教育の責務であり、大人の果たすべき義務である。



## 参議院議員 松沢成文 さん

加熱式タバコでも紙巻きタバコと同じ種類の有害物質を発生させています。タバコの特徴は少量の有害物質の暴露でも健康へ与える影響が大きい点にあります。受動喫煙に関しても、有害物質の量が減ったからといって健康リスクが低減するものではありません。

タバコ会社は、加熱式タバコは、紙巻きタバコよりも格段に危険性が低く、喫煙者に「より安全な」代替品への完全な切り替えを促せると主張しています。騙されてはいけません。明るい未来へ歩みを進める若い人たちにこそ真実を伝え続けましょう！



## 参議院議員・医師 自見はなこ さん

タバコには複数の発がん性物質が含まれるほか、歯周病や COPD（慢性閉塞性肺疾患）の原因にもなることが広く知られています。電気加熱で発生するエアロゾルを吸引する加熱式タバコも例外ではありません。従来の紙巻きタバコよりも害が少ないという主張がある一方で、加熱式タバコはまだ歴史が浅く長期的な影響が不明であるとも言われており、いずれにしても有害物質を含有していることには変わりません。自分と、自分の周りの大切な人たちの健康をタバコから守りましょう。



## 衆議院議員 城内 実 さん

加熱式たばこは、紙巻きに比べて有害成分が少ないとうたわれていますが、加熱式たばこは販売されてから間がなく、研究が十分に行われていないため、健康への長期的な影響について予測することはまだ難しいともわれています。ニコチンや発がん性物質など有害物質は含まれておりますので、吸う方はもちろん、周りの人の健康への悪影響は否定できません。吸わない人の健康が受動喫煙で害されないことがない環境づくりが不可欠です。

# 結 語

- 喫煙行為は大人社会への登竜門ではなく、**生活必需品ではない**
- ニコチン依存症は、国際疾病分類第 10 版 (ICD-10) では  
**「F17.2 タバコ使用 < 喫煙 > による精神および行動の障害 依存症候群」**とされている
- 健康な人間は**ニコチン依存の道を歩いてはいけない**
- 何れ止めなくてはならないものを、**敢えて今始めるべきではない**
- 加熱式タバコの利用は、**コロナ感染リスクを上昇させる**
- 他人や自分の子供に勧められないものは、**身体から遠ざけるべきである**

