

健康かわら版 NO.74

令和4年度
令和4年5月23日発行

～保健師だより～

北海道教育庁教職員局福利課



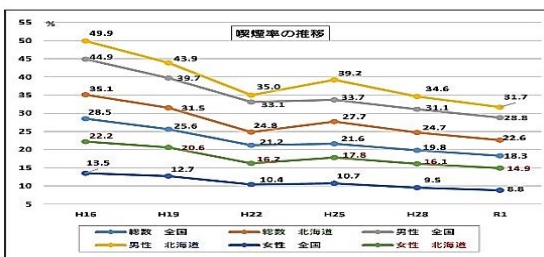
5月31日は世界禁煙デー 5月31日(火)～6月6日(月)は禁煙週間です!



～2022年テーマ:たばこの健康影響を知ろう!～若者への健康影響について～

「世界禁煙デー」は、喫煙しないことが一般的な社会習慣となることを目指しWHO(世界保健機関)で制定されました。日本でも世界禁煙デーに始まる1週間を「禁煙週間」と定め、喫煙率の減少や受動喫煙防止活動を推進してきました。今年度は、令和4年4月1日から成年年齢が引き下げられた一方で、喫煙の年齢制限は、これまで同様20歳以上とされていることや、喫煙開始年齢が早いほど全死因死亡との因果関係があることが報告されていることから、若年者への普及啓発が重要となっています。

●北海道の喫煙率の推移



〈喫煙率の全国順位の変移(北海道)〉

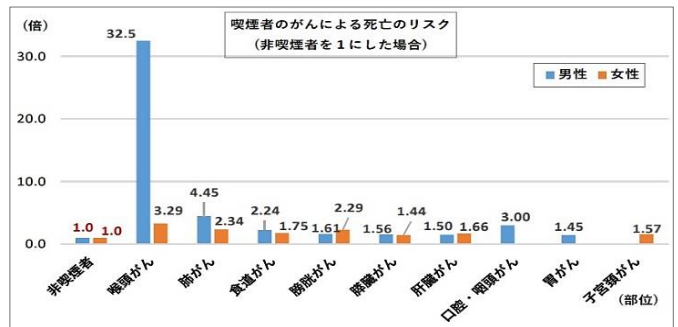
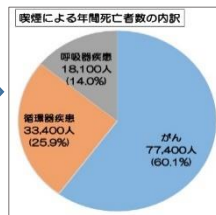
	H13年	H19年	H25年	R元年
男性	1位	2位	3位	8位
女性	1位	1位	1位	1位



北海道の喫煙率は、全国平均と同様に年々減少傾向ですが、北海道は男女ともに全国平均より高い状況です。男性の喫煙率の全国順位は次第に下がっていることから、全国の喫煙低下率よりも高い低下率と言えますが、女性の喫煙率は全国1位のままです。

●たばこの健康への影響

喫煙による年間死亡者数は約12～13万人と言われ、年間死亡者全体(約119万人)の約1割を占めています。



●新型たばこの最新情報

◎加熱式たばこによる健康被害は紙巻きたばこより低い?



加熱式たばこのエアロゾルや使用者の呼吸気には、ニコチンや発がん性物質等の有機物質が含まれています。

↓
日本でも、数か月の使用で肺障害が生じた報告あり

加熱式たばこの煙は見えにくいですが、使用者の呼吸気は、2メートル以上届くことが確認されています。

↓
加熱式たばこを近くで喫煙された場合、非喫煙者の37%に気分不良等の症状報告あり

知っていますか? 三次喫煙 (サードハンドスモーク)

部屋に入ったときやエレベーターに乗った時などにタバコの臭いが気になったことはありませんか?タバコに含まれるニコチンや化学物質は、喫煙者の呼吸や髪・衣類等に残留し、これらを吸うことを「三次喫煙(残留受動喫煙)」通称、「サードハンドスモーク」と言います。タバコの臭いがするという事は、すでにサードハンドスモークの受動喫煙を受けていることとなります。



*加熱式たばこによる健康被害のリスクが紙巻きたばこに比べて低いとする根拠はなく、長期的な健康被害を明らかにするには、今後の継続した調査が必要となります。

参考: 厚生労働省HP
日本呼吸器学会HP
日本禁煙学会HP

福利課健康支援係
電話: 011-231-4111(内線: 35-380)