

7 喫煙

(1) はじめに

たばこによる健康被害は、がん、循環器疾患(脳卒中、虚血性心疾患等)、COPD(慢性閉塞性肺疾患)、糖尿病、周産期の異常(早産、低出生体重児、死産、乳児死亡等)の原因になり、受動喫煙も、虚血性心疾患、肺がんに加え、乳幼児の喘息や呼吸器感染症、乳幼児突然死症候群(SIDS)の原因になります。

(2) 基本的な考え方

たばこ対策は「喫煙率の低下」と「受動喫煙による曝露状況の改善」が重要です。喫煙と受動喫煙は、いずれも多くの子の疾患の確立した原因であり、その対策により、がん、循環器疾患、COPD、糖尿病等の予防において大きな効果が期待できるため、たばこと健康について正確な知識を普及する必要があります。

(3) 現状と目標

ア 成人・妊婦の喫煙率の減少

喫煙率の低下は、喫煙による健康被害を確実に減少させる最善の解決策であることから指標として重要です。

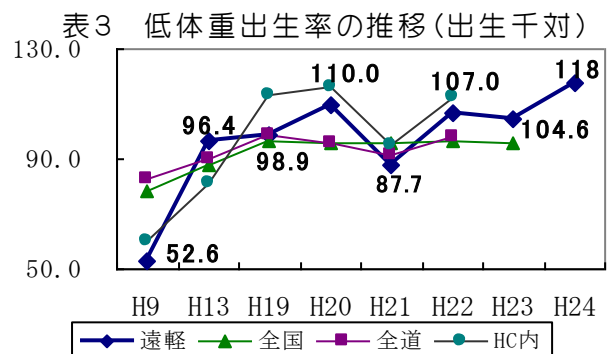
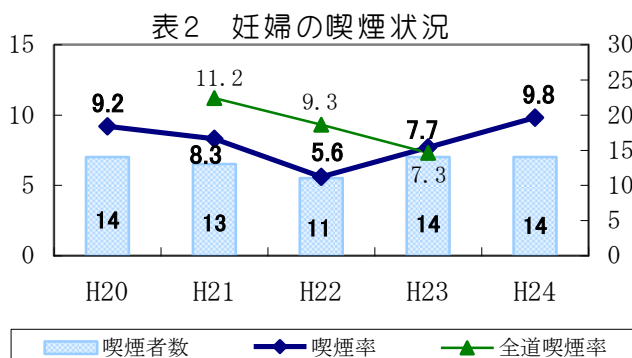
遠軽町では平成13～22年度に禁煙個別健康教育を実施し、延べ127人の相談を受けました。また平成20～22年度には健康プロジェクトの一環として禁煙コースを設けたり(延べ21人参加)、集団での健康教育や健診受診者の禁煙相談などを実施しています。

遠軽町国保特定健診等受診者の喫煙率推移をみると、男女ともに年々低下していますが、国の喫煙率に比べると40歳代、50歳代は高くなっています。(表1)

表1 習慣的に喫煙している者の割合の推移

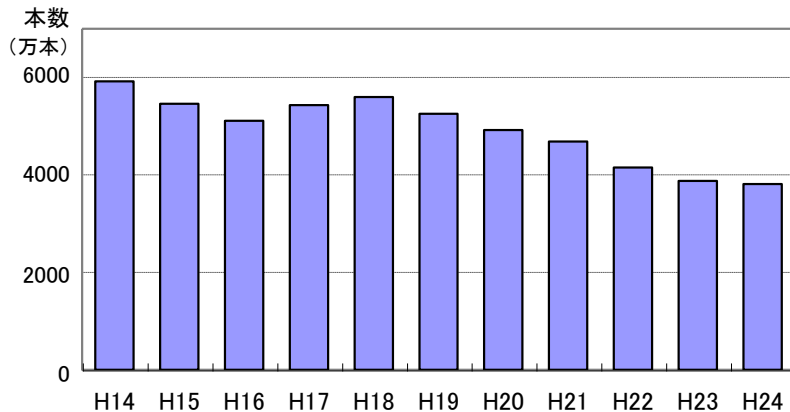
	40～49歳		50～59歳		60～69歳		70～74歳		合計	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
H14 遠軽町	73.9%	25.8%	54.0%	16.0%	28.3%	7.6%	19.1%	3.3%	39.9%	14.2%
H19 遠軽町	54.8%	21.3%	51.9%	12.9%	28.5%	6.3%	13.9%	2.8%	28.6%	9.2%
H24 遠軽町	44.9%	20.6%	43.3%	14.0%	24.7%	6.4%	14.4%	2.2%	25.5%	7.3%
H23 全国	40.2%	16.5%	37.3%	10.2%	29.3%	6.4%	16.6%	3.3%	32.4%	9.7%

妊婦(妊娠届出時)の喫煙率を見ると、全道平均は少しずつ低下している中、遠軽町は増加傾向です。また低体重出生率も増加傾向であり、妊婦の喫煙は重要な問題です。(表2、表3)



町内のタバコ販売本数は年々減少し、平成15年から平成23年度を比較すると約50%減少しています。（図1）

図1 タバコ販売本数の推移



国の対策	健康増進法	広告規制強化	たばこパッケージ 注意文言改正	禁煙治療基本 保険適用	TASPO 全国導入	タバコ 値段
	250 H10~	280		300		440

～禁煙の効果～

短期	20分後	血圧が、最後のタバコを吸う前に近いレベルに戻る。 手足の温度が正常に戻る
	8時間後	血中の一酸化炭素レベルが正常に戻る
	24時間後	心臓発作の確率が減る
中期	3か月以内	循環器系が改善し、肺機能が30%程度増加する
	1-9か月以内	咳、鼻閉、疲労、息切れが減少。絨毛が肺で正常機能を回復し、粘液を動かし、肺をきれいにし、感染を減らす能力が増加する
長期	1年後	冠状動脈(心臓)疾患の過剰リスクが喫煙者の半分になる
	5年後	脳卒中のリスクが、非喫煙者のレベルまで下がる
	10年後	肺がんの死亡率が吸い続ける方の約半分になる。 口腔、咽頭、食道、膀胱、腎臓、膵臓がんのリスクが減る
	15年後	冠状動脈疾患のリスクが非喫煙者のレベルまで下がる

たばこに含まれるニコチンには依存性があり、自分の意思だけでは、やめたくてもやめられないことが多いですが、今後は喫煙をやめたい人に対する禁煙支援と同時に、健診結果に基づき、より喫煙によるリスクが高い人への支援が重要になります。

イ 受動喫煙（家庭・職場・飲食店・行政機関・医療機関）の機会を有する者の割合の減少

妊婦の夫の喫煙状況（妊娠届出時確認）は、近隣町村と比べても高く、20歳代、30歳代の喫煙率（北海道、全国）よりも高い状況です。（表4、表5、表6）

表4 妊婦の夫の喫煙率推移（遠軽町）

H20	H21	H22	H23	H24
53.9%	62.2%	46.9%	54.1%	46.2%

表5 妊婦の夫の喫煙率（近隣市町村 H23）

紋別市	佐呂間町	湧別町	滝上町	西興部村
45.6%	35.3%	59.6%	35.3%	30.6%

表6 全国喫煙率(男性 年齢別 H24)

20～29歳	30～39歳	平均
37.6%	43.2%	34.1%

公共機関の分煙は進んでいますが、喫煙場所の多くが玄関や出入り口付近に設置されていたり、仕切りだけで区切られていたり、受動喫煙の影響を受けています。

平成22年作成した「遠軽町ヘルシープラン」の中で「分煙の推進」を掲げ、分煙や時間帯禁煙を実施している商店等に「空気のおいしいお店」のステッカーを配布していますが、1件にとどまっています。分煙への取り組みは、家庭だけでなく企業や商店の協力が不可欠です。

(4) 対策

ア たばこのリスクに関する教育・啓発の推進

- ・ 種々の保健事業の場での禁煙・分煙の助言や情報提供

イ 禁煙支援・分煙の推進

- ・ 健診の結果に基づいた、禁煙支援・禁煙治療への個別指導
- ・ 公共機関だけでなく、お店や企業・家庭でも分煙を推進し、「空気のおいしいお店」のステッカーの配布を行い、分煙を進めます。

ウ アイについて、健康増進事業実施者が各々取組みを推進