

# 【週刊タバコの正体】

Vol.45 第3話～第7話

2020年2月

和歌山工業高校 奥田恭久

## ■Vol. 45

### (No. 617) 第3話 タバコ離れ

ー平成時代にサヨナラした第1位はタバコ...

「平成」から「令和」に変わって2年目になりましたが、皆さんにとって平成はどんな時代だったのでしょうか。と言われても平成生まれの君たちには特別な感慨はないでしょう。しかし、昭和生まれの大人たちにとっては平成の30年間をふり返ると、大きく変わったと感じる事はたくさんあります。

そんな事例を象徴するような調査結果があります。ーあなたの「平成の〇〇離れ」を教えてくださいーと題した下の表を見てください。10代から70代の男女700名を対象に調査した結果、平成でサヨナラしたものの第1位はダントツでタバコだったようです。そして、さらにその下の図も見てください。それを裏付けるデータが示されています。

### (No. 618) 第4話 吸わなければかからない

ータバコさえ吸わなければCOPDにはかからない...

タバコを吸い続けると喫煙者の身体は確実にダメージを受けます。例えば、吸い込んだ有害物質を大量に含んだ煙が行き渡る肺が病気になるのは誰でも予想できます。下図のように健康な肺(左側)の気管支や肺胞に比べ、病気の肺(右側)の気管支は炎症をおこし狭くなり空気の流れが悪くなる上、肺胞が壊れて、しっかり酸素を取り込めなくなってしまいます。このような肺の病気を総称して「COPD シーオーピーディー」(慢性まんせい 閉塞性 へいそくせい 肺はい 疾患 しっかん)と呼ばれています。

### (No. 619) 第5話 火事の1/10

ータバコに火をつけなければもっと火事をなくせる...

タバコの煙を吸うためには火をつけなければなりません。そのため、昔からタバコの火は火事の大きな原因で、消防庁の発表では平成29年度中の出火原因の9.4%を占め第1位となっています。

### (No. 620) 第6話 何らかの原因

ー喫煙を繰り返すと遺伝子が壊されるという研究結果...

国立がん研究センター研究所・がんゲノミクス研究分野グループをはじめとする日英米韓国際共同研究が行われ、喫煙によるDNA(遺伝子)異常に関する研究結果が、米科学雑誌「サイエンス」に2016年11月に発表されているそうです。この研究は、喫煙が17種類の様々ながんに対して及ぼす影響を5243例のがんゲノムデータから調査したものです。

### (No. 621) 第7話 喫煙と認知

ー喫煙と認知症の関係もより多くの人に知ってもらいま...

タバコが人体に与える悪影響は様々な症状となって現れます。肺がんやCOPD、脳梗塞、心筋梗塞などの病気の原因となることは広く知られていますが、認知症の原因にもなる事を知っている人は少ないでしょう。認知症とは、記憶障害などの認知機能の低下により、通常の社会生活や対人関係を営むことが困難になる病気です。



Serial number 617

第3話

## 週刊 タバコの正体

「平成」から「令和」に変わって2年目になりましたが、皆さんにとって平成はどんな時代だったのでしょうか。と言われても平成の30年間をふり返ると、大きく変わったと感じる事はたくさんあります。

そんな事例を象徴するような調査結果があります。ーあなたの「平成の〇〇離れ」を教えてくださいーと題した下の表を見てください。10代から70代の男女700名を対象に調査した結果、平成でサヨナラしたものの第1位はダントツでタバコだったようです。そして、さらにその下の図も見てください。それを裏付けるデータが示されています。

平成が始まった年には、世間の男性の半分以上が喫煙者でしたが、平成11年にその割合が逆転し、平成が終わる頃には、非喫煙者が多数派でタバコを吸う人は少数派になってしまいました。まさに平成でサヨナラしたのはタバコだったのです。

		エトリ	
平成でサヨナラしたもの		計	男性 女性
1位	タバコ	33.8%	39.5% 25.3%
2位	新聞	20.5%	18.8% 23.1%
3位	キャンブル	19.0%	27.3% 6.6%

では、始まったばかりの令和はどんな時代になるでしょうか。とりあえず今年の4月からは、ほとんどの公共施設は禁煙となり、違反すると罰金が科せられる事が決まっているので、ますますタバコ離れは進むでしょう。

### 男性の喫煙者・非喫煙者の割合



人々が健康で快適な生活を送るためにタバコは必要ありません。それが令和の時代に当たり前になって欲しいものですね。

産業デザイン科 奥田 恭久



Serial number 621

第7話

## 週刊 タバコの正体

タバコが人体に与える悪影響は様々な症状となって現れます。肺がんやCOPD、脳梗塞、心筋梗塞などの病気の原因となることは広く知られていますが、認知症の原因にもなる事を知っている人は少ないでしょう。認知症とは、記憶障害などの認知機能の低下により、通常の社会生活や対人関係を営むことが困難になる病気です。



認知症には種類があり、大きく脳の神経細胞が減少する「アルツハイマー病」と脳の血管障害による「血管性認知症」に分かれますが、いずれの場合も上図のように喫煙者の発症率が高くなっています。

喫煙者の脳は同年齢の非喫煙者より委縮しているそうで、5~10歳以上の非喫煙者と同等で、それだけ脳の萎縮が早まっていると言えます。また、タバコは血管にダメージを与えるので脳梗塞や脳出血がおこりやすく認知症につながるわけです。

日本では、65歳以上の約15%が認知症だと言われています。高齢者特有の病気なので、皆さんには他人事のように感じられるでしょう。でも、認知症という病気は本人よりも、その身近にいる人々に介護などの負担をかけることになり、その心労は小さくありません。だから、身近な高齢者が認知症となれば他人事ではすまされなくなります。そう考えれば、皆さん以外の身近な人達がタバコを吸い続け認知症になるのは、好ましくありませんよね。

タバコは喫煙者本人だけでなく、家族の生活にも影響を及ぼします。そんな意識も持っておいて下さい。



産業デザイン科 奥田 恭久

毎週火曜日発行



URL: [https://www.jascs.jp/truth\\_of\\_tabacco/truth\\_of\\_tabacco\\_index.html](https://www.jascs.jp/truth_of_tabacco/truth_of_tabacco_index.html)

※週刊タバコの正体は日本禁煙学会のHPでご覧下さい。  
 ※一話ごとにpdfファイルで閲覧・ダウンロードが可能です。  
 ※HPへのアクセスには右のQRコードが利用できます。

