

【週刊タバコの正体】

Vol.48 第7話～第10話

2021年03月

和歌山工業高校 奥田恭久

■Vol. 48

(No. 658) 第7話 肺の働き

－自覚症状なしでも肺にはダメージ…

タバコを吸うと肺に煙が入ります。肺は左図にあるように空気中の酸素を取り込み、二酸化炭素を排出する生命維持に必須な「呼吸」を担う臓器です。そんな重要な肺に有害成分が一杯含まれるタバコの煙を入れてしまえば、身体を大切にできません。

そこで、今回は肺の働きを少し紹介しましょう。口や鼻から入った空気は太い気管と気管支を通り、いくつにも枝分れた肺胞に届きます。肺胞は毛細血管に囲まれていて、ここで酸素が血液に取り込まれます。ところで、空気には目に見えない細菌やウイルスなどを含む微粒子がたくさん存在しますが、私たちの肺には、そんな異物を除去する機能が備わっています。

(No. 659) 第8話 黒い菌と歯茎

－健康な歯と歯茎をタバコで黒く不健康なものに…

タバコを吸い続けると、身体の様々なところがダメージを受けますが、煙が充満する口の中も被害を受けます。写真のように喫煙者の歯と歯茎は黒ずみ、舌の表面には汚れが付着しがちです。

これは、下図にあるようにタバコに含まれるニコチンの血管収縮作用のために血管が細くなり血流が悪くなるうえ、白血球の防御機能が低下して炎症が治りにくくなりからです。その結果、歯肉がやせていき、歯肉炎や歯周炎になる可能性が大きくなります。

(No. 660) 第9話 おいしい食事

－タバコは味覚に影響を与えおいしい食事が満喫できない…

「食事をした時、「おいしい」って感じる幸せな気分になりますよね。毎日の生活のなかでそんな瞬間を迎えることがすごく楽しみな人は多いはず。私たちはそんな味を舌で感じるのですが、そのしつみを少し紹介しましょう。図にあるように、舌の表面にある凹凸（乳頭）の内部にある味蕾（みらい）と呼ばれるところで味をキャッチし、その信号が神経を通じて脳に届き、「おいしい」と感じるわけです。

また、舌の皮膚は他の皮膚より敏感にできています。皮膚の2か所を同時に刺激して、それを認識できる最小距離を測定したのが下のグラフですが、舌先は唇や指先よりも短いので敏感だと言えます。

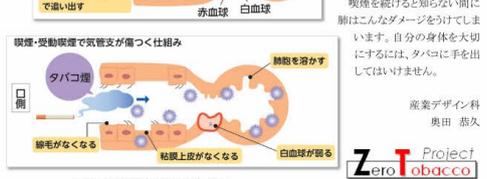
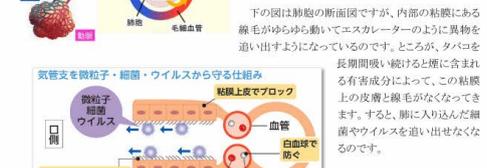
(No. 661) 第10話 保険料

－タバコを吸わない健康な人は生命保険料が安くなる…

タバコを吸い続けると健康被害を及ぼす事は明らかです。だから、病気になる確率はタバコを吸わない人に比べ、喫煙者の方が当然高くなりますよね。と言うわけで、生命保険に加入した際に支払う保険料は、下図のようにタバコを吸わない健康な人（非喫煙優良体）は安くなるようになっています。「へー、そうなんか、知らなかった」と思った人も多いと思います。

一旦タバコに手をだしてしまうと、何十年もタバコを買い続けるための費用がかかる上に、生命保険に加入すると毎月払い続ける保険料も割高になってしまいます。タバコに手をだすと健康を害する上に、出費が…

Serial number 658 第7話 週刊 タバコの正体



Serial number 661 第10話 週刊 タバコの正体

タバコを吸い続ける健康被害を及ぼす事は明らかです。だから、病気になる確率はタバコを吸わない人に比べ、喫煙者の方が当然高くなります。と言うわけで、生命保険に加入した際に支払う保険料は、下図のようにタバコを吸わない健康な人(非喫煙優良体)は安くなるようになっています。

「へー、そうなんか、知らなかった」と思った人も多いと思います。

一旦タバコに手をだしてしまうと、何十年もタバコを買い続けるための費用がかかる上に、生命保険に加入すると毎月払い続ける保険料も割高になってしまいます。

タバコに手をだすと健康を害する上に、出費が増えるばかりになってしまいます。気をつけましょう。

産業デザイン科 奥田 恭久

種類	会社	商品	条件	条件を満たした場合の保険料	喫煙者からの保険料	割引率
①	メディケア生命保険	メディフィット収入保障	過去1年以内に喫煙していない、肥満度(BMI値)18以上27未満、血圧値140/90未満	4690円	約34%	
			過去1年以内に喫煙していない、肥満度(BMI値)18より高く27より低い、血圧値140/90未満、健康診断結果などの適合	4780円	約30%	
②	ファミリー生命保険	家族のお守り	過去1年以内に喫煙していない、血圧値120/80未満、健康診断結果などの適合	4500円	約37%	
			過去1年常時非喫煙、BMI値18以上27以下、血圧値139/89以下、優良運転者(ゴールド免許など)	4780円	約28%	
③	ネオファースト生命保険	ネオdeいりゆう	過去1年間非喫煙	1510円	約17%	

※収入保障保険は2年間は55歳未満の男性、3年間は55歳未満の女性を基本モデルとして算出。20万円/60歳満期、50歳未満は50歳未満の年齢に設定。

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

※週刊タバコの正体は日本禁煙科学会の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。

