

【週刊タバコの正体】

Vol.52 第4話～第7話

2022年05月

和歌山工業高校 奥田恭久

■Vol. 52

(No. 704) 第4話 毎日の喫煙時間

一喫煙時間が毎日の生活にどんなふうに影響するか...

ニコチン依存症になってしまうと、毎日必ずタバコを吸わなければならなくなります。いったい一日にどのくらい喫煙する事になるか、想像できますか。じつは下のグラフは、ある機関が「毎日タバコを何本くらい吸っていますか」というアンケートをとった結果です。調査対象者は約5000人の喫煙者で、その半数以上が11本～20本を吸っていると答えたようです。ちなみにほとんどのタバコは1箱20本入りですから、喫煙者の約半数は毎日1箱分を吸っていることになります。

起床から就寝まで約16時間だとして15本を吸うとなると、ほぼ1時間に一本のペースです。という事は、勤務中も仕事を離れて喫煙するわけですが、喫煙しない人は働いているのに、毎日何回もこんな風に休憩すると、どう思われるでしょうか。

(No. 705) 第5話 近くで吸わないで

一副流煙は予想以上に有害で危険であること...

タバコに火をつけて消えるまでに喫煙者が吸い込むのは1, 2分おきに数秒間で、残りの多くの時間はゆらゆらとタバコの先から無駄に煙が立ちのぼっていますよね。タバコに火がついている間、この煙はずっとあたりに漂い続けるわけです。

(No. 706) 第6話 原則禁煙

一若者たちに「禁煙が当たり前」という意識が根付けばいいな...

タバコの有害な煙は喫煙者本人に100%吸い込まれるわけではなく、多くの煙はあたり一面に漂います。関係のない他人がその煙を吸われる事を受動喫煙と呼びますが、そんな事態が発生しないような社会でなければなりません。

ところが日本では長い間“望まない受動喫煙”は放置されていました。しかし、タバコの有害性が明らかになった昨今、下図にあるように様々な施設が“敷地内禁煙”や“屋内禁煙”となる「改正健康増進法」という法律が施行されるようになりました。

(No. 707) 第7話 吸わないのが当たり前

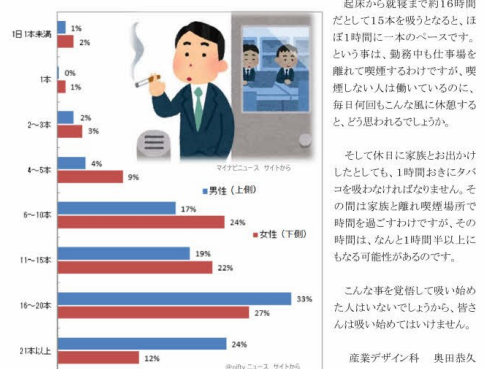
一「喫煙者は減り続けている」ことはしっかり認識...

かつて、ニコチン依存症や有害性の事がほとんど知られていなかった頃、タバコは「大人の嗜好品（しこうひん）」と呼ばれ、多くの成人男性が日常生活のさまざまな場面で吸っていました。下のグラフにあるように約60年前には男性の喫煙率は80%を超えていました。この頃、ほとんどの職場には灰皿がありタバコを吸いながら仕事をするのが普通だったという、今では考えられない時代でした。

しかし、タバコの有害性と健康被害が明らかになるにつれ、着実に喫煙率は低下し、現在の男性喫煙率は30%を下回っています。ほとんどの男性がタバコ吸っていた時代から、ほとんどの男性がタバコを吸わない時代になったわけです。

Volume 52 Serial number 704 第4話
2022 Apr - Jul 週刊 タバコの正体

ニコチン依存症になってしまうと、毎日必ずタバコを吸わなければならなくなります。いったい一日にどのくらい喫煙する事になるか、想像できますか。じつは下のグラフは、ある機関が「毎日タバコを何本くらい吸っていますか」というアンケートをとった結果です。調査対象者は約5000人の喫煙者で、その半数以上が11本～20本を吸っていると答えたようです。ちなみにほとんどのタバコは1箱20本入りですから、喫煙者の約半数は毎日1箱分を吸っていることになります。



$$\left(\begin{array}{|c|} \hline \text{休日1日当たりの} \\ \text{平均喫煙時間} \\ \hline 4.2 \text{ 分} \end{array} \right) + \left(\begin{array}{|c|} \hline \text{休日喫煙場所までの} \\ \text{平均移動時間} \\ \hline 4 \text{ 分} \end{array} \right) \times \left(\begin{array}{|c|} \hline \text{休日1日あたりの} \\ \text{平均喫煙本数} \\ \hline 12 \text{ 本} \end{array} \right) = \text{約 98 分}$$

Zero Tobacco Project
In WAKO Since 2005

Volume 52 Serial number 707 第7話
2022 Apr - Jul 週刊 タバコの正体

かつて、ニコチン依存症や有害性の事がほとんど知られていなかった頃、タバコは「大人の嗜好品」と呼ばれ、多くの成人男性が日常生活のさまざまな場面で吸っていました。下のグラフにあるように約60年前には男性の喫煙率は80%を超えていました。この頃、ほとんどの職場には灰皿がありタバコを吸いながら仕事をするのが普通だったという、今では考えられない時代でした。



そして、左図のグラフにあるように、年齢層別の喫煙率を見ると、一番若い20歳代は一段と低い事がわかります。つまり、若い人ほどタバコを吸わない傾向にあるのです。

いかがでしょうか、これからはタバコを吸わないのが当たり前の時代です。わかっておいて下さい。

産業デザイン科 奥田恭久

Zero Tobacco Project
In WAKO Since 2005

毎週火曜日発行



URL: https://www.jascs.jp/truth_of_tobacco/truth_of_tobacco_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。

