

【週刊タバコの正体】

Vol.52 第4話～第7話

2022年12月

和歌山工業高校 奥田恭久

■Vol. 53

(No. 729) 第150話 肩身が狭い

—肩身の狭い思いを覚悟でタバコを吸いますか...

ある企業が全国から1000人の喫煙者を抽出して実施した喫煙者の意識調査によると、左図のとおり約9割の喫煙者は「肩身が狭い」と感じています。その理由は「周囲の健康への影響」や「他人に与えてしまうニオイ」、「喫煙できる場所が少ない」などだったそうです。この結果をみると、ほとんどの喫煙者が引け目や窮屈さを感じながらタバコを吸っているようです。

一方、国立がんセンターが実施した「家族のたばこについて国民意識調査」によると、左図のように、子どもに「絶対、たばこを吸わせたくない」、「できれば吸わせたくない」と思っている親が合わせて80%以上を占めています。そして、下図を見て下さい。これから結婚する場合、相手の喫煙について、「絶対、吸わない人が良い」「できれば、吸わない人が良い」と思っている人が合わせて約70%を占めています。

いかがでしょうか。自分の子供には「タバコを吸わせたくない」、結婚するなら「タバコを吸わない人が良い」とする人が大多数です。そんな風潮を知ってか知らずか、すでに「肩身が狭い」と感じながらタバコを吸い続ける喫煙者には、ますますタバコを吸いにくい世の中になって行くことでしょう。

(No. 730) 第16話 肺の大敵

—タバコの有害な煙は肺の隅々まで届いてしまう...

タバコの煙の粒子はかなり小さい微小粒子だという事はすでに紹介しましたね。その直径は下図のように髪の毛の1/1000しかない0.1~0.5μmです。このような粒子径が2.5μm以下の粒子はPM2.5と呼ばれ人体の健康に悪影響を与えるとされています。

そんな粒子を吸い込んでしまうと、左図のように直径が10μm以上の粒子は上部気道で止まってしまうのですが、タバコの煙はPM2.5以下なので呼吸器の奥深くまで届きます。そして様々な有害物質を含んだタバコの粒子が肺の奥に沈着するのです。自分の肺がそんな状況になるなんて想像するだけで恐ろしくなりません。

肺に沈着したタバコの粒子は、肺機能に負担をかけない訳がありません。肺がんをはじめ様々な肺の病気の原因となります。じつは、肺がんはがん全体の中でも最も死亡率が高いのですが、左図のとおりいくつかの種類があります。タバコは肺の中まで入り込み悪影響を与える事がわかります。

(No. 731) 第17話 健康を優先しましょうよ

—自分の健康が気になり禁煙しようと思う...

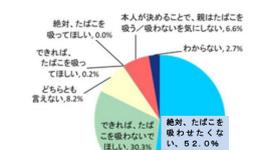
下図の円グラフは、ある企業がWEBで行った20代~60代男女500人へ「たばこを吸い始めたきっかけ」を開いたアンケートの結果です。その理由は「カッコいい」「気になった」「なんとなく」「勧められて」という項目に分散しています。一方、別の企業が行った禁煙した人と禁煙しようとしている人たち1471人に禁煙のきっかけを調査した結果によると「自分の健康のため」が過半数でした。

Volume 53 Serial number 729 第15話 週刊 タバコの正体

Q.たばこを吸っていることで、肩身が狭いと感じることはありますか



現在20歳未満の子どもが20歳以上になったときの喫煙について、あなたはどのように思いますか。



国立がんセンター フォロースタから「配偶者なしの方に伺います。結婚する場合、相手の喫煙についてどう思いますか。



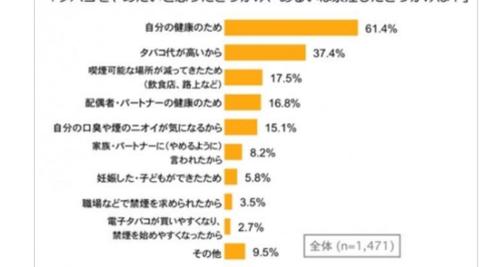
Zero Tobacco Project In WAKO Since 2005 産業デザイン科 奥田恭久

Volume 53 Serial number 731 第17話 週刊 タバコの正体

下図の円グラフは、ある企業がWEBで行った20代~60代男女500人へ「たばこを吸い始めたきっかけ」を開いたアンケートの結果です。その理由は「カッコいい」「気になった」「なんとなく」「勧められて」という項目に分散しています。一方、別の企業が行った禁煙した人と禁煙しようとしている人たち1471人に禁煙のきっかけを調査した結果によると「自分の健康のため」が過半数でした。



たばこを吸い始めたきっかけは何ですか？



Zero Tobacco Project In WAKO Since 2005 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。

