

# 【週刊タバコの正体】

Vol.57 第5話～第8話

2024年02月

和歌山工業高校 奥田恭久



Serial number **775**

週刊 **タバコの正体**

**第5話**

ある会社がインターネットで行った禁煙に関するアンケート調査(禁煙に失敗した人200名、禁煙に成功した人200名、医療機関での禁煙に成功した人100名 計500名)の結果を紹介します。

**禁煙に失敗した理由は何ですか?** (複数回答可)

1位	周りの喫煙者の影響 (55.5%)
2位	離脱症状に耐えられなかった (44.0%)
3位	本気ではなかった (20.5%)
4位	代わりになるものがなかった (18.0%)

理由のトップは「周りの喫煙者の影響」となっています。喫煙者が近くにいると、つい吸ってしまおうです。対して、成功した最大の理由は本人の自制心の強さとなっているのですが、3番目に「周りの協力があつた」が入っている事に注目して下さい。

「がんばって禁煙してね」と応援してくれる人に囲まれているのと、タバコの気配を感じさせる人に囲まれているのでは大違いです。この違いが結果的に禁煙に向けた「自制心」を維持するのに影響したと思いませんか。

禁煙に成功すると左下のようなメリットとそれを手に入れた達成感を得ることができ気持ちが明るくなるでしょう。そしてそれは周りの人にも伝わり、生活の場がハッピーな雰囲気にならないでしょうか。

是非、皆さんには禁煙者を応援する禁煙サポーターになって欲しいと思います。

産業デザイン科 奥田恭久

**禁煙に成功した理由は何だと思えますか?** (複数回答可)

1位	自制心が強かった (60.5%)
2位	薬やパッチ、ガムなどのサポート (30.5%)
3位	周りの協力があつた (21.0%)
4位	その他 (15.0%)

**禁煙成功後どういったメリットがありましたか?** (複数回答可)

1位	節約できた (79.5%)
2位	ごはんがおいしく感じる (43.5%)
3位	体の不調が改善した (41.5%)
4位	パートナーが喜んだ (21.5%)
5位	よく眠れる (14.0%)



©Press | 編集・イラスト・グラフィック: ストラスランド

## ■Vol. 57

### (No. 775) 第5話 禁煙サポーター

一煙に取り組んだ人たちのアンケート結果...

ある会社がインターネットで行った禁煙に関するアンケート調査(禁煙に失敗した人200名、禁煙に成功した人200名、医療機関での禁煙に成功した人100名 計500名)の結果を紹介します。

それによると禁煙に失敗した理由のトップは「周りの喫煙者の影響」となっています。喫煙者が近くにいると、つい吸ってしまおうです。対して、成功した最大の理由は本人の自制心の強さとなっているのですが、3番目に「周りの協力があつた」が入っている事に注目して下さい。

「がんばって禁煙してね」と応援してくれる人に囲まれているのと、タバコの気配を感じさせる人に囲まれているのでは大違いですよ。この違いが結果的に禁煙に向けた「自制心」を維持するのに影響したと思いませんか。

禁煙に成功すると左下のようなメリットとそれを手に入れた達成感を得ることができ気持ちが明るくなるでしょう。そしてそれは周りの人にも伝わり、生活の場がハッピーな雰囲気にならないでしょうか。

是非、皆さんには禁煙者を応援する禁煙サポーターになって欲しいと思います。

## ■Vol. 57

### (No. 776) 第6話 消し忘れ

一加熱式タバコが普及してもまだタバコの火事が多い...

タバコには火をつけなければ喫煙できません。そして吸い終われば必ず消火を確かめないと火事の原因になることは誰でも知っています。ところが、下図のように出火原因の1位はタバコなのです。喫煙後に火を消さないで火事になる事がこんなに沢山あるなんて知っていましたか。消し忘れや確実に消していない事があるのでしょうか。

そこで、タバコの火の不始末が火災になる現象を実験した様子を見て下さい。ごみ箱に消していないタバコを捨てても、すぐに発火しません。もともとタバコの火には炎が出ていないので、捨てた後も気がつきません。しかし、ごみ箱の中では煙がでない「無煙燃焼」が静かに広がり9分後に炎が発生しました。タバコの火は見た目にはわかりづらいので、消えたかどうか慎重に確かめる必要があるのです。

全国に3000万人以上いると推計されている喫煙者が毎日何本ものタバコに火をつけているのですから、消し忘れや消し損ねをゼロにするのは困難だと思われます。

もし仮に皆さんが喫煙者だったとしたら、一生完璧にタバコの消し忘れをしない自信が持てるでしょうか。



Serial number **776**

週刊 **タバコの正体**

**第6話**

タバコには火をつけなければ喫煙できません。そして吸い終われば必ず消火を確かめないと火事の原因になることは誰でも知っています。ところが、下図のように出火原因の1位はタバコなのです。喫煙後に火を消さないで火事になる事がこんなに沢山あるなんて知っていましたか。消し忘れや確実に消していない事があるのでしょうか。

**主な出火原因の出火件数**

たばこ	3,042件	No.1
たき火	2,764件	No.2
こんろ	2,678件	No.3
放火	2,333件	
電気機器	1,816件	
火入	1,640件	
放火の疑い	1,555件	
電灯電話の配線	1,473件	

出典: 令和4年度 消防白書 消防7

そこで、タバコの火の不始末が火災になる現象を実験した様子を見て下さい。ごみ箱に消していないタバコを捨てても、すぐに発火しません。もともとタバコの火には炎が出ていないので、捨てた後も気がつきません。しかし、ごみ箱の中では煙がでない「無煙燃焼」が静かに広がり9分後に炎が発生しました。タバコの火は見た目にはわかりづらいので、消えたかどうか慎重に確かめる必要があるのです。

全国に3000万人以上いると推計されている喫煙者が毎日何本ものタバコに火をつけているのですから、消し忘れや消し損ねをゼロにするのは困難だと思われます。もし仮に皆さんが喫煙者だったとしたら、一生完璧にタバコの消し忘れをしない自信が持てるでしょうか。

自分や周りの人の健康を守るためにはもちろんですが、社会的な損害を出さないためにもタバコを吸い始めてはいけません。

産業デザイン科 奥田恭久

**ごみ箱からの火災**

00:00



00:00

00:07:14



07:14

00:09:05



09:05

開始から9分14秒

炎が発生

温度 244℃



09:15

和歌山県 消防庁 消防7



©Press | 編集・イラスト・グラフィック: ストラスランド

Volume 57 Serial number 777 第7話 週刊 タバコの正体

道路わきの溝蓋などに落ちていた吸い殻を見かける事はありませんか。目にするのはたった2, 3本でも、あちこちから側溝を流れて来るから吸い殻が下水溝などから川へ流れ、やがて海へとたどり着きます。

右のグラフはそうして流れ着いた吸い殻が海中で分解されるまでの年数を示しています。ペットボトルの400年やレジ袋の20年に比べれば短いものの吸い殻の分解にも10年近くかかります。そして、その量はというと、右下のグラフをご覧ください。

日本の海岸で回収されたゴミの分類

タバコの吸い殻	10,138個
キャンディー・スナック菓子等	6,617個
プラスチック製の蓋	2,566個
ペットボトル	7,574個
レジ袋	2,522個
ペットボトルのキャップ	5,403個
ティクアクト容器(プラスチック)	5,670個
プラスチックカップ	463個
ストロー	1,675個
ビニール袋	4,453個

これは、世界の海岸と海の清掃活動をしている国際的な非営利団体「Ocean Conservancy」が2020年に報告したもので、日本の海岸ではタバコの吸い殻が一番多く存在しているのです。

いかがでしょうか。もしタバコを捨てる人がいなければこれだけのゴミがなくなるのです。地球の環境汚染を減らすためにもタバコを吸い始めてはいけません。

産業デザイン科 奥田浩久  
Zero Tobacco In WAKO Since 2005

■Vol. 57

(No. 777) 第7話 環境汚染を減らす

—地球規模でみると多くの吸い殻が海や海岸を汚して...

道路わきの溝蓋などに落ちていた吸い殻を見かける事はありませんか。目にするのはたった2, 3本でも、あちこちから側溝を流れて来るから吸い殻が下水溝などから川へ流れ、やがて海へとたどり着きます。

右のグラフはそうして流れ着いたゴミが海中で分解されるまでの年数を示しています。ペットボトルの400年やレジ袋の20年に比べれば短いものの吸い殻の分解にも10年近くかかります。そして、その量はというと、右下のグラフをご覧ください。

これは、世界の海岸と海の清掃活動をしている国際的な非営利団体「Ocean Conservancy」が2020年に報告したもので、日本の海岸ではタバコの吸い殻が一番多く存在しているのです。

いかがでしょうか。もしタバコを捨てる人がいなければこれだけのゴミがなくなるのです。地球の環境汚染を減らすためにもタバコを吸い始めてはいけません。

■Vol. 57

(No. 778) 第8話 車内の喫煙

—運転中の喫煙は少なからず事故の危険性をはらみ...

東北大学大学院歯学研究科の調査によると喫煙者は交通事故での死亡リスクが高い事がわかったそうです。左図のとおり茨城県の40歳以上の男性約3万人3000人を追跡調査した結果だと公表されています。

確かに喫煙中は片手運転になりがちで、紙巻タバコの場合は火のついたものを持っているのですから、とっさのハンドル操作に支障がでるとだろうと想像できます。

現代社会は多くの場所が禁煙となってきたので、喫煙者にとってはクルマの中は落ち着く喫煙空間なのかもしれませんが、交通事故の危険性が増す事をぜひ認識しておいて欲しいと思います。

そして、日常的に喫煙が繰り返されている狭い閉ざされた車内は、当然ながらタバコのヤニやニオイがしみついてしまいます。タバコを吸わない人にとっては、そんな車内のニオイを想像するだけで不愉快な気分になり乗車したくないでしょう。ましてや、そんなニオイがしみついた車を購入しようとは思わないはずで。という事で、下図にあるように喫煙車は中古車としての査定額が低くなります。

皆さんが自分のクルマを持ち日常的に運転するようになるのはまだ...

Volume 57 Serial number 778 第8話 週刊 タバコの正体

相田 康典 先生ら  
茨城県の40歳以上の健康調査データを用いて  
男性約3万3,000人の喫煙習慣と交通事故死亡リスクの関連調べる

「喫煙者は事故の死亡リスク高い」  
東北大が研究結果発表

「吸わない」を1とすると

吸わない	1
やめた	1.13
20本未満/日	1.32
20本以上/日	1.54

「喫煙者は事故の死亡リスク高い」  
東北大が研究結果発表

現代社会は多くの場所が禁煙となってきたので、喫煙者にとってはクルマの中は落ち着く喫煙空間なのかもしれませんが、交通事故の危険性が増す事をぜひ認識しておいて欲しいと思います。

そして、日常的に喫煙が繰り返されている狭い閉ざされた車内は、当然ながらタバコのヤニやニオイがしみついてしまいます。タバコを吸わない人にとっては、そんな車内のニオイを想像するだけで不愉快な気分になり乗車したくないでしょう。ましてや、そんなニオイがしみついた車を購入しようとは思わないはずで。という事で、下図にあるように喫煙車は中古車としての査定額が低くなります。

皆さんが自分のクルマを持ち日常的に運転するようになるのはまだ...

禁煙車と喫煙車の見分け方

車内にヤニの臭みや臭いがなければエアコンをかける  
喫煙車は査定額が低くなる

産業デザイン科 奥田浩久  
Zero Tobacco In WAKO Since 2005

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。

