

# 禁煙科学 Vol. 18(11), 2024. 11



## 今月号の目次

### 【報告】

- 第19回 日本禁煙科学会 学術総会 in 福岡 1  
2024年11月23日-11月24日  
開催概要  
学術総会会長挨拶  
学会賞  
禁煙教育推進賞 (畑中孝之賞)

### 【連載】

- 禁煙科学 最近のエビデンス (2024年11月 KKE342)  
KKE342 「6週間のバレニクリンかNRT治療で禁煙できなかった後に、  
増量か薬剤変更する米国RCT」  
館野 博喜 5

### 【連載】

- 週刊タバコの正体 (2024年11月 No. 803-808)  
奥田 恭久 13

### 【報告】

- 全国禁煙アドバイザー育成講習会 開催報告 16  
第302回 群馬 (2024年11月3日)  
第303回 石川・ハイブリッド講習会 (2024年11月17日)

【報告】

第19回 日本禁煙科学会 学術総会 in 福岡

【開催概要】

◆テーマ

無煙世代を創り出そう

—今、私たちに出来ること—

◆開催日

開催日：2024年11月23日（土）～ 11月24日（日）

◆会場

九州大学 西新プラザ

福岡市早良区西新2-16-23)

◆会長

眞崎 義憲

九州大学

キャンパスライフ・健康支援センター

◆主催

日本禁煙科学会

◆事務局

第19回日本禁煙科学会学術総会委員会

九州大学 眞崎 義憲研究室

〒819-0395 福岡市西区元岡744 センター5号館 5626号室

TEL/FAX：092-802-5119

E-Mail：jascs19@chc.kyushu-u.ac.jp



【URL】

◆第19回 日本禁煙科学会 学術総会のページ

[https://www.jascs.jp/scientific\\_conference/conf\\_index.php#area\\_19](https://www.jascs.jp/scientific_conference/conf_index.php#area_19)

◆第19回 日本禁煙科学会 学術総会 プログラム・抄録集

「禁煙科学」Vol. 18(13), 2024. 11

※「禁煙科学2024」のページからダウンロードして下さい。

[https://www.jascs.jp/kinen\\_kagaku/kinen\\_kagaku\\_2024.html](https://www.jascs.jp/kinen_kagaku/kinen_kagaku_2024.html)

## 【学術総会会長挨拶】



第 19 回 日本禁煙科学会学術総会 in 福岡

会長 眞崎 義憲

(九州大学 キャンパスライフ・健康支援センター准教授)

第19回第19回日本禁煙科学会学術総会を、2024年11月23日（土）、11月24日（日）の2日間にわたって、九州大学 西新プラザで開催させて頂くことになりました。

第19回学術総会は、日本禁煙科学会学術総会としては、第14回学術総会以来5年ぶりの完全対面開催です。

さて、本学術総会のテーマは「無煙世代を創り出そう ―今、私たちに出来ること―」とさせていただきました。

福岡市は、東京都千代田区に続いて日本で2番目に「路上喫煙を禁止する条例」を定めており政令指定都市としては最初の都市になります。しかしながら、「路上喫煙の禁止」は福岡市内の一部の「路上禁煙地区」に限られ、この影響で子ども達が遊ぶ公園での喫煙が福岡市では問題となっています。

また、加熱式たばこは異なるいわゆる「電子タバコ」を用いた違法薬物の吸引も話題となっており、残念ながら福岡でも「大麻キッド」の摘発などが相次いでいる状況です。「電子タバコ」は器具とともに“ニコチンが含まれていない”ことを謳い、広く浸透しはじめています。この器具が違法薬物の入口になり得ることの警鐘も禁煙推進と共にお伝えし、全国の皆様方の今後の活動につながる学術総会になればと願っています。

福岡には、豚骨ラーメン、鶏の水炊き、もつ鍋、全国でも珍しいグルグル巻きの鶏皮焼き鳥など美味しい物が目白押しです。

気候も良いこの機会に、是非ご家族連れで福岡までお越しください。

## 【学 会 賞】

◇ 2024年度（第19回日本禁煙科学会学術総会 in 福岡） 学会賞受賞



大 和 浩

（産業医科大学 産業生態科学研究所 教授）

### 受賞理由：

受動喫煙防止に関する研究を通じて日本の禁煙推進に貢献した。

### 略 歴：

1986年 産業医科大学医学部卒業、2006年より現職

専門：職域の喫煙対策

社会貢献：在来線特急、新幹線、タクシーの全面禁煙化

約半数の飲食店の禁煙化

喫 煙 歴：浪人時代に吸い始め、7回の禁煙に失敗

8回目の禁煙を36歳から28年間継続中

心 の 師：アントニオ猪木

座右の銘：元気があれば、禁煙もできる！

迷わずゆけよ、ゆけばわかるさ!!

## 【日本禁煙科学会 禁煙教育推進賞（畑中孝之賞）】

◇ 2024年度（第19回日本禁煙科学会学術総会 in 福岡） 禁煙教育推進賞受賞

野田 隆（のだ小児科医院）

牟田 広実（いいつかこども診療所）

### 受賞理由：

小児科領域の医療者が禁煙教育に携わることの重要性について日本禁煙科学会・教育小児科分科会を基盤として普及に尽力し、禁煙教育の推進に大きく貢献した。

---

### 日本禁煙科学会 禁煙教育推進賞について：

日本禁煙科学会は、2006年の発足当初から子どもたちをタバコの害から守るための教育の普及につとめてきましたが、2021年より日本の禁煙の一層の推進と今後の活動における協働に資することを目的として、禁煙教育の禁煙教育の領域において多大な功績をあげた個人または団体を顕彰ことと致しました。なお、本賞は副称を「畑中孝之賞」とします。

日本禁煙科学会HP「畑中孝之氏について」 ---下記URLよりご覧下さい。

[https://www.jascsc.jp/topix/topix\\_202109/mr\\_hatanaka.html](https://www.jascsc.jp/topix/topix_202109/mr_hatanaka.html)

# 禁煙科学 最近のエビデンス 2024/11

さいたま市立病院館野博喜  
Email:Hrk06tateno@aol.com

本シリーズでは、最近の禁煙科学に関する医学情報を要約して紹介しています。医学論文や学会発表等から有用と思われたものを、あくまで私的ではありますが選別し、医療専門職以外の方々にも読みやすい形で提供することを目的としています。より詳細な内容につきましては、併記の原著等をご参照ください。

## 目次

KKE342 「6週間のバレニクリンかNRT治療で禁煙できなかった後に、増量か薬剤変更する米国RCT」

### KKE342

## 「6週間のバレニクリンかNRT治療で禁煙できなかった後に、 増量か薬剤変更する米国RCT」

Paul M Cinciripini等、JAMA. 2024 May 28;331(20):1722-1731. PMID: 38696203

→米国の調査では、喫煙者の約70%が禁煙を希望し、55%が真剣に禁煙を試みるが、成功するのは7.5%で、エビデンスに基づく治療を受けるのは4.7%に過ぎない。

→長期に成功するまでには、ほとんどの人が何度も（約6回）の禁煙チャレンジを要している。

→初回の禁煙治療はバレニクリンと、併用NRTが第一選択だが、初回の禁煙治療に失敗した後の治療選択を検証した研究は少ない。

→今回、これら2つの6週間治療で禁煙できなかった後の治療法についてRCTで検証した。

→参加者はテキサス州ヒューストン地域で2015年6月から2019年10月にかけてメディア広告で募った。

→18-75歳、1日5本以上喫煙している者を対象とし、自殺傾向スコアが高かったり不安定な精神疾患のある者は除外した。

→第1相（1-6週目）では、バレニクリン治療群と、併用NRT治療群に振り分けた。

→第2相（7-12週目）では、第1相の治療で禁煙できている者（自己申告7日間禁煙、呼気CO<6ppm）はそのまま治療を継続した。

→禁煙できていない者は、両群とも再度下記の3群に無作為化し、

- (1) 同じ薬剤で治療継続
- (2) 薬剤をスイッチ（バレニクリンからNRTへ、NRTからバレニクリンへ）
- (3) 第1相の薬剤を増量

に振り分けた。

→いずれの治療も偽薬を使用し、見た目上は常に、全員がバレニクリン内服とNRT使用を同時に行っている形とした。

→バレニクリンは通常の漸増法で投与した。

→併用NRTはTTS30相当のパッチと、2mgのトローチを頓用で1日6個以上使用するよう指示した。

→(3)の薬剤増量は、バレニクリン群は1mg錠を夕に追加し（1日計3mg）、併用NRT群は、トローチの使い方はそのままに、パッチをもう1枚朝追加した。

→すべての参加者は行動療法のカウンセリングも受けた。

- 主要評価項目は、12週目の呼気CO<6ppmで確認した7日間禁煙率とした。
- 副次評価項目は、治療終了後の継続禁煙率とした。
- 治療間の成功率の比較はロジスティック回帰分析で評価し、再度の無作為化における効果量の評価には逆確率重み付けを用いた。
- 参加者490人（バレニクリン群245人、併用NRT群245人）、女性43%、平均年齢48.1歳、平均1日喫煙本数20本であった。
- 第1相での成功者は、バレニクリン群88人、併用NRT群54人で、同じ治療を継続した。
- 第1相での失敗者は、バレニクリン群157人、併用NRT群191人で、第2相に振り分けられた。
- また6週目の再度の無作為化時に出席しなかった者（バレニクリン群35人、併用NRT群40人）は、(1)の同じ治療薬継続とした。
- 第1相の禁煙率は、バレニクリン群36%（95%CI：30-42）、併用NRT群22%（17-27）であり、絶対リスク→差は-14%（-22, -6）で予想に反し有意に差があった。
- 第2相の禁煙率は下記であった。

	12w禁煙/総数（人）	12w成功率%（95%CI）
第1相で成功した者		
バレニクリン群	42/54	72（65-78）
併用NRT群	63/88	78（69-85）
第1相はバレニクリンで失敗した者		
(1)	2/77	3（1-4）
(2)	0/41	0（0-0）
(3)	8/39	20（16-26）
第1相は併用NRTで失敗した者		
(1)	7/90	8（6-10）
(2)	7/51	14（10-18）
(3)	7/50	14（10-18）

- 副次評価項目の継続禁煙率については、治療終了後30日では、第1相の併用NRT群の失敗者191人のうち、(3)が8%（50人）、(2)が10%（51人）で、(1)の3%（90人）より有意に高かった。
- 一方、第1相のバレニクリン群の失敗者157人のうち、(3)の8%（39人）だけが、(1)の0%（42人）より高かった。
- 6か月の継続禁煙率は、第1相の両群とも、パッチ増量（3%）とバレニクリン増量（2%）がそれぞれ、(1)の0%より高かった。
- 治療に関連した重篤な有害事象はなく、嘔気が第1相のバレニクリン群で多かった。
- 6週間の禁煙治療で成功しない場合、増量やNRTからバレニクリンへの変更が有効である。

#### <選者コメント>

米国から、禁煙薬物治療で禁煙に至らない場合の、二次治療についてのRCTの報告です（=KKE338a）。学会総会でもご紹介いたしますが、二次治療の効果を系統的に比較した貴重な報告です。

バレニクリンか、併用NRT（パッチ+トローチ）でまず6週間治療し、禁煙できていない人をさらに無作為化して、3つの二次治療に振り分けました。

- (1) 薬を変えずにそのまま継続、(2) バレニクリンから併用NRTに、あるいは併用NRTからバレニクリン

に薬剤をスイッチ、(3) バレニクリンなら2mgから3mgに増量、併用NRTならパッチを倍にする、という二次治療です。

結果は、バレニクリンで禁煙できていない人は、NRTに変更しても効果は上がり、バレニクリンを増量すると禁煙率が高まりました。一方、併用NRTで禁煙できていない人は、バレニクリンに変更するか、NRTを増量すると禁煙率が高まりました。ただし、禁煙率”は高まったものの、絶対数としては一桁の人数であり、インパクトはあまり大きくないようです。

なお、TTS30パッチ2枚やバレニクリン3mg/日処方はいくまで臨床試験でのことであり、本邦では（米国でも）適応外使用になることにはご注意ください

### <その他の最近の報告>

KKE342a 「思春期初期にニコチン曝露があるとドーパミン回路に発達不均衡が生じ成人期にもニコチンへの反応性が高まる（ネズミの実験）」

Lauren M Reynolds等、*Nat Commun.* 2024 Oct 18;15(1):9017. PMID: 39424848

KKE342b 「喫煙行動を抑制するための集団レベルの介入効果についてのネットワーク・メタ解析」

Shamima Akter等、*Nat Hum Behav.* 2024 Oct 7. PMID: 39375543

KKE342c 「2020年の改正健康増進法の効果は限定的：禁煙エリアでの加熱式タバコ喫煙は増えている：2018-21年ITC日本研究」

Kayo Togawa等、*Tob Control.* 2024 Oct 17:tc-2024-058697. PMID: 39419609

KKE342d 「癌の診断後半年以内に禁煙治療を受けると予後延長効果が最も高い：米国4,526人15年コホート」

Paul M Cinciripini等、*JAMA Oncol.* 2024 Oct 31:e244890. PMID: 39480450

KKE342e 「喫煙者は抗加齢タンパク  $\alpha$  クロトーが減少している：米国4千人横断調査」

Wonjun Billy Kim等、*Nutr Metab Cardiovasc Dis.* 2024 Sep 5. PMID: 39366808

KKE342f 「禁煙期間が長くなるほど血清  $\alpha$  クロトーが上昇する：米国中高年の横断調査」

Rui Du等、*Heliyon.* 2024 Sep 24;10(19):e38298. PMID: 39398068

KKE342g 「2011-2023年における日本の紙巻タバコと加熱式タバコの売上推移」

K Michael Cummings等、*Tob Control.* 2024 Oct 29:tc-2024-058734. PMID: 39472049

KKE342h 「喫煙者の新型コロナウイルス罹患率が低いのは風邪コロナウイルスの罹患率が高く交差免疫を有していたため：メタ解析」

Jesús Gonzalez-Rubio等、*Sci Rep.* 2024 Oct 17;14(1):24344. PMID: 39420134

KKE342i 「小児のCovid-19後遺症は能動・受動喫煙がある子では12倍多い：イラン」

Mohsen Sarani等、*BMC Infect Dis.* 2024 Sep 30;24(1):1074. PMID: 39350082

KKE342j 「ニコチンが強いと信じて吸わせると視床等で用量依存性に反応が生じる」

Ofel Perl等、*Nat Ment Health.* 2024 Feb;2(2):177-188. PMID: 39463822

KKE342k 「40年以上の喫煙歴があっても禁煙期間が長いほど死亡率が低下する：中国高齢者1万人コホート」

Shimin Chen等、*BMC Public Health.* 2024 Oct 14;24(1):2821. PMID: 39402477

KKE342l 「環境タバコ煙曝露により食道癌リスクが1.5倍用量依存性が増える：中国の症例対照研究」

Zi-Yi Ji等、*Int J Cancer.* 2024 Nov 18. PMID: 39552259

KKE342m 「喫煙関連心肺疾患での退院後に電話禁煙支援を行うと禁煙率が高まる：NYの貧困層でのRCT」

Zain Khara等、*J Gen Intern Med.* 2024 Oct 2. PMID: 39358497



- KKE342n 「妊婦へのオンライン動機づけ面接は禁煙率を上げる：トルコの小規模RCT」  
Betul Esra Cevik等、Int J Nurs Pract. 2024 Oct 4:e13303. PMID: 39364683
- KKE342o 「タバコ使用への社会規範変革介入の効果についてのメタ解析」  
Shaon Lahiri等、Addiction. 2024 Oct 12. PMID: 39394921
- KKE342p 「重症精神疾患成人へのデジタル禁煙介入の効果についてのメタ解析」  
Lisa Huddleston等、Nicotine Tob Res. 2024 Oct 9:ntae237. PMID: 39382401
- KKE342q 「精神疾患喫煙者におけるGLP-1受容体作動薬の禁煙効果についての系統的レビュー」  
Serene Lee等、Ann Gen Psychiatry. 2024 Nov 11;23(1):45. PMID: 39529123
- KKE342r 「ニコチン代謝比の禁煙ツールとしての有効性に関するメタ解析」  
José Ignacio Granda-Orive等、Expert Rev Respir Med. 2024 Nov 18. PMID: 39552459
- KKE342s 「喫煙者は中心性漿液性脈絡網膜症のリスクが3倍高い：メタ解析」  
Zainab Fakhril-Din等、Acta Ophthalmol. 2024 Oct 18. PMID: 39422465
- KKE342t 「手紙による禁煙介入は有効：メタ解析」  
Amanual Getnet Mersha等、Prev Med. 2024 Nov 5:189:108162. PMID: 39510365
- KKE342u 「受動喫煙は膵臓癌のリスクを増やす：メタ解析」  
Xudong Wang等、PeerJ. 2024 Oct 8:12:e18017. PMID: 39399427
- KKE342v 「喫煙はインプラント治療の早期失敗と関連する：メタ解析」  
Ying-Ying Fan等、J Dent. 2024 Oct 9:151:105396. PMID: 39393606
- KKE342w 「職場・飲食店の禁煙化は脳卒中の入院減少と関連する：メタ解析」  
Zhuo Xun Chua等、Eur Stroke J. 2024 Oct 30. PMID: 39475361
- KKE342x 「受動喫煙は頭頸部癌の発症リスクを1.7倍高める：メタ解析」  
Fei Xu等、Eur J Cancer Prev. 2024 Oct 30. PMID: 39474872
- KKE342y 「喫煙がインプラント治療の失敗に与える影響についてのレビュー」  
Hanna L Stiller等、Dent J (Basel). 2024 Sep 29;12(10):311. PMID: 39452439
- KKE342z 「非侵襲的脳刺激の禁煙効果と安全性についてのRCTメタ解析」  
Fiammetta Iannuzzo等、AIMS Neurosci. 2024 Jul 1;11(3):212-225. PMID: 39431276
- KKE342aa 「鼻咽頭癌は喫煙量や禁煙期間と用量依存性に関連する：メタ解析」  
I Possenti等、Rhinology. 2024 Oct 23. PMID: 39440663
- KKE342ab 「肺癌の術後合併症は術前禁煙2週間では減らず1か月で減る：メタ解析」  
Zhan Zhang等、World J Surg Oncol. 2024 Nov 7;22(1):293. PMID: 39511568
- KKE342ac 「看護師の禁煙介入における役割についての文献レビュー」  
Yueying Jiang等、BMC Nurs. 2024 Nov 5;23(1):803. PMID: 39497075
- KKE342ad 「性的マイノリティー向け禁煙介入の方法と効果についての系統的レビュー」  
Justin J Fogarty等、J Health Psychol. 2024 Oct 4. PMID: 39364831
- KKE342ae 「禁煙実践ガイド：学術内科連合機関誌」  
Pamela M Ling等、Am J Med. 2024 Oct 4. PMID: 39370030
- KKE342af 「術前禁煙介入による術後合併症予防効果についての系統的レビューの質的評価」  
Rachel A Fiddes等、Anesth Analg. 2024 Oct 9. PMID: 39466689
- KKE342ag 「屋内外さまざまな場所における受動喫煙防止に関する推奨：欧州JATC-2」  
Irene Possenti等、Tob Prev Cessat. 2024 Oct 21:10. PMID: 39434811

KKE342ah 「禁煙の刑務所を出所した後の再喫煙についてのレビュー」

Ashley Brown等、Int J Prison Health (2024). 2024 Oct 17. PMID: 39410826

KKE342ai 「2型糖尿病患者とセマグルチドの禁煙効果についてのレビュー」

Djordje S Popovic等、Expert Rev Clin Pharmacol. 2024 Nov;17(11):1009-1012. PMID: 39429118

KKE342aj 「ニコチンパッチが歯肉や口腔の健康におよぼす影響についての叙事的レビュー」

Haya Alayadi、Cureus. 2024 Sep 30;16(9):e70571. PMID: 39483940

KKE342ak 「使い捨て電子タバコの成分と健康影響についての系統的レビュー」

Paulina Natalia Kopa-Stojak等、Toxicol Mech Methods. 2024 Nov 8:1-12. PMID: 39513380

KKE342al 「喫煙が全身性硬化症・特発性炎症性筋炎・全身性エリテマトーデスに与える影響についてのレビュー」

Georges El Hasbani等、Clin Med Insights Arthritis Musculoskelet Disord. 2024 Oct 15. PMID: 39430769

KKE342am 「ニコチンの免疫抑制効果と女性の健康・疾患リスクについてのレビュー」

Ashley M White等、J Neuroimmunol. 2024 Oct 20. PMID: 39461120

KKE342an 「疫学研究における喫煙を感知するウェアラブル機器についてのレビュー」

Giuliana Favara等、JMIR Mhealth Uhealth. 2024 Oct 30:12:e5238. PMID: 39476379

KKE342ao 「線条体コリン作動性介在ニューロンはムスカリン受容体シグナルを介してニコチン離脱症状を制御する：プロシクリンの治療薬としての可能性（ネズミの実験）」

Baeksun Kim等、Adv Sci (Weinh). 2024 Nov 3:e2402274. PMID: 39491887

KKE342ap 「喫煙者では新型コロナウイルス感染後に精子の質低下が顕著：中国の前向き研究」

ChengLu Wang等、Reprod Toxicol. 2024 Oct 13:130:108734. PMID: 39406274

KKE342aq 「Covid-19流行中に禁煙外来受診者は1/3減り電話診療が増えたが成功率は4割弱で不変：チェコ2千人の解析」

Lenka Stepankova等、Medicina (Kaunas). 2024 Sep 6;60(9):1459. PMID: 39336500

KKE342ar 「現喫煙者はCovid-19罹患リスクが低い：北欧3国55万人の解析」

Ahmed Nabil Shaaban等、Eur J Public Health. 2024 Oct 17:ckae156. PMID: 39419634

KKE342as 「2050年までに世界の喫煙率がゼロになると損失生存年数や寿命はどうなるか：GBD研究2021より」

GBD 2021 Tobacco Forecasting Collaborators、Lancet Public Health. 2024 Oct;9(10):e729-e744. PMID: 39366729

KKE342at 「2006-10年に生まれた人がタバコを吸えなくなれば120万人の肺癌死亡を予防できる：185か国における推計」

Julia Rey Brandariz等、Lancet Public Health. 2024 Oct;9(10):e745-e754. PMID: 39366730

KKE342au 「喫煙は用量依存性に心血管疾患と関連し軽喫煙者は禁煙後10年で重喫煙者は25年以上して非喫煙者同等にリスクが減る：韓国540万人4年の追跡」

Jun Hwan Cho等、JAMA Netw Open. 2024 Nov 4;7(11):e2442639. PMID: 39485349

KKE342av 「経皮的冠動脈形成術後に禁煙か電子タバコに完全移行すると主要心血管イベントが減る：韓国9千人2年半の追跡」

Danbee Kang等、Eur Heart J. 2024 Oct 21:ehae705. PMID: 39429032

- KKE342aw 「慢性疼痛患者が禁煙するとオピオイドが減量でき疼痛は12年で非喫煙者と同等になる：米国2013-21年調査」  
William Encinosa等、J Pain. 2024 Oct 13;26:104707. PMID: 39406283
- KKE342ax 「禁煙期間が長いほどフレイルが減るが41年経っても非喫煙者にはおよばない：英国」  
Gotaro Kojima等、J Am Med Dir Assoc. 2024 Oct 30;26(1):105328. PMID: 39488332
- KKE342ay 「慢性腎臓病患者の動脈硬化性心血管疾患リスクは用量依存性に喫煙で増え禁煙で下がる：韓国7万人13年の解析」  
Young Su Joo等、Nephrol Dial Transplant. 2024 Nov 15;gfae268. PMID: 39547936
- KKE342az 「肺癌発症と禁煙しにくさの多遺伝子リスクスコアの構築」  
Tony Chen等、EBioMedicine. 2024 Nov 8;110:105441. PMID: 39520911
- KKE342ba 「喫煙は高血圧発症と関連し禁煙はリスクを下げる：日本人労働者5千人6年の解析」  
Ikumi Yamato等、Hypertens Res. 2024 Nov 8. PMID: 39516368
- KKE342bb 「若年喫煙者は白質機能ネットワークの組織構造と神経活動強度が変化している」  
Junxuan Wang等、Neuroimage. 2024 Nov 5;303:120917. PMID: 39510395
- KKE342bc 「三次喫煙によるニトロソアミン曝露だけでも生涯発癌リスクは $1.0 \times 10^{-6}$ を超え電子タバコも潜在的に発癌リスクがある：中国の実験」  
Si-Qi Wang等、J Hazard Mater. 2024 Nov 7;480:136446. PMID: 39536341
- KKE342bd 「受動喫煙は用量依存的に消化性潰瘍や胃食道逆流症を増やす：台湾9万人の横断調査」  
Pei-Chi Yen等、Front Public Health. 2024 Oct 7;12:1450481. PMID: 39435406
- KKE342be 「母方の祖父母の喫煙が孫の喫煙に影響する：ノルウェーの解析」  
Emre Sari等、Soc Sci Med. 2023 Oct 22;338:116339. PMID: 39491392
- KKE342bf 「肺癌発症者はアロスタティック負荷が高く喫煙が多く禁煙が遅いほど高い」  
Yufan Guan等、Cancers (Basel). 2024 Sep 23;16(18):3235. PMID: 39335207
- KKE342bg 「喫煙は非小細胞肺癌患者の脳転移発症と予後に関連する」  
Xiaofang Zhang等、Front Oncol. 2024 Sep 19;14:1403344. PMID: 39364322
- KKE342bh 「中喫煙者は非筋肉浸潤性膀胱癌の再発割合が高い：オランダ1,500人5年の追跡」  
Joann Kiebach等、Int J Cancer. 2024 Nov 5. PMID: 39499231
- KKE342bi 「炎症性腸疾患の症状の強さと不安感受性が禁煙のしにくさと関連している」  
Michael J Zvolensky等、Addict Behav. 2025 Jan;160:108187. PMID: 39368272
- KKE342bj 「韓国の喫煙女性は他の女性喫煙者を悪く見ており禁煙にも抵抗性がある」  
Seung-Hyuk Ha等、Front Psychol. 2024 Sep 17;15:1427201. PMID: 39355286
- KKE342bk 「食料不安は紙巻や電子タバコ喫煙と関連し重喫煙ほど強い：韓国の横断調査」  
Seong-Uk Baek等、Tob Control. 2024 Oct 24;tc-2024-058754. PMID: 39455070
- KKE342bl 「2022年世界の口腔癌の1/3は無煙タバコと檳榔子が原因である」  
Harriet Rungay等、Lancet Oncol. 2024 Nov;25(11):1413-1423. PMID: 39393386
- KKE342bm 「有酸素運動能力は非喫煙者=禁煙者>現喫煙者：イタリアの小規模比較実験」  
Grazia Caci等、Intern Emerg Med. 2024 Nov 2. PMID: 39487926
- KKE342bn 「30歳未満での若白髪のリスク因子のひとつが喫煙：サウジアラビアの横断調査」  
Almuntsrbellah M Almodimeegh等、J Cosmet Dermatol. 2024 Oct 9. PMID: 39382174

- KKE342bo 「フィルター紙巻タバコからフィルターなしに替えてもニコチンやNNALの摂取量は変わらない  
(フィルターゴミへの懸念から) : 米国での実験」  
Giovanni Appolon等、Tob Control. 2024 Oct 21:tc-2024-058765. PMID: 39433390
- KKE342bp 「喫煙者の家ではナノサイズの磁性粒子が発生している」  
Marcos A E Chaparro等、Environ Pollut. 2024 Nov 7:125276. PMID: 39521169
- KKE342bq 「白血球数は喫煙で上がり禁煙で下がるがCRPは変わらない : 韓国コホート」  
Dong-Hee Koh等、Prev Med. 2024 Oct 15:189:108151. PMID: 39414154
- KKE342br 「電子タバコ喫煙は紙巻タバコより血清CRP上昇が少ない : 米国2万人調査」  
Zhiqi Yao等、Am Heart J. 2024 Oct 24:S0002-8703(24)00275-8. PMID: 39461654
- KKE342bs 「包装なしタバコの販売がトルコでは2008年に禁止されたが喫煙行動への影響は不明瞭」  
Nancy Satpathy等、Cureus. 2024 Sep 18;16(9):e69657. PMID: 39429326
- KKE342bt 「妊婦の能動・受動喫煙や禁煙と子の喘鳴タイプの関連 : 日本のエコチル調査」  
Takuya Wada等、BMC Pediatr. 2024 Oct 1;24(1):624. PMID: 39354379
- KKE342bu 「水タバコは大サイズの方が小サイズより呼気COが高く唾液中ニコチンが低く1回の吸入煙が多く満足度が高くなる」  
Danny Dabroy等、Nicotine Tob Res. 2024 Oct 11:ntae229. PMID: 39392920
- KKE342bv 「電子タバコ使用者は肩関節形成術後の合併症が多い : 米国7千人の後方視的解析」  
Jad Lawand等、J Am Acad Orthop Surg. 2024 Sep 26. PMID: 39348556
- KKE342bw 「電子タバコの違いによるニコチンのノドへの刺激の比較実験」  
Mario El Hourani等、Tob Control. 2024 Oct 7:tc-2024-058603. PMID: 39375033
- KKE342bx 「大麻使用合法化後に大麻使用は増えたがタバコ/ニコチン使用は影響を受けていない : 米国の縦断研究」  
Vira Pravosud等、Int J Drug Policy. 2024 Nov 4:134:104618. PMID: 39500225
- KKE342by 「大麻の使用頻度により癌関連症状の推移に違いはなく連用者は身体機能が悪化していく」  
Taylor Niznik等、Sci Rep. 2024 Nov 16;14(1):28319. PMID: 39550373
- KKE342bz 「ニコチン類似物質6-メチルニコチンの経口ポーチ商品が米国に出回っている」  
Sven E Jordt等、Res Sq[Preprint]. 2024 Sep 20:rs.3.rs-5110349. PMID: 39372943
- KKE342ca 「日本人喫煙者の半数が加熱式タバコに移行すれば1,200万人患者が減り4,540億円の医療費が節約できる : オーストリア」  
Joerg Mahlich等、Healthcare (Basel). 2024 Sep 27;12(19):1937. PMID: 39408118
- KKE342cb 「日本の複数タバコ製品併用者の割合 (6.8%) とその関連因子の解析」  
Takafumi Yamamoto等、J Epidemiol. 2024 Oct 26. PMID: 39462542
- KKE342cc 「TwitterではIQOSの害低減がFDAの意図に反して拡散されている」  
Minji Kim等、J Med Internet Res. 2024 Oct 24:26:e53938. PMID: 39446431
- KKE342cd 「米国とイスラエル成人へのIQOS宣伝に対する意識調査 : 多くが有害性について誤解している」  
Carla J Berg等、Nicotine Tob Res. 2024 Nov 16:ntae266. PMID: 39549286
- KKE342ce 「TikTokではフレーバーカプセルをタバコのフィルターに注入する器具が宣伝されている」  
Page D Dobbs等、Nicotine Tob Res. 2024 Oct 30:ntae258. PMID: 39475067
- KKE342cf 「バレニクリンのジェネリック医薬品が英国で展開へ」  
Elisabeth Mahase、BMJ. 2024 Nov 12:387:q2496. PMID: 39532504

KKE342cg 「タバコ葉抽出ニコチンと合成ニコチンの純度比較：合成ニコチンはコチニンなどの混在が少ない」

Ayesha Nisathar等、Front Chem. 2024 Oct 14;12:1483868. PMID: 39469415

KKE342ch 「 $\alpha 4 \beta 2$ \*伝達増強効果を持つ小分子SR9883はニコチン自己摂取を低減させる（ネズミの実験）」

Kevin M Braunscheidel等、Front Mol Neurosci. 2024 Sep 5;17:1459098. PMID: 39346680

KKE342ci 「曝露煙を紙巻タバコから加熱式に替えても肺感染症の改善は限定的（ネズミの実験）」

Tariq A Bhat等、Respir Res. 2024 Oct 19;25(1):381. PMID: 39427167

KKE342cj 「受動喫煙による皮質拡張性脱分極の感受性には性差がある（ネズミの実験）」

Tsubasa Takizawa等、J Headache Pain. 2024 Oct 2;25(1):162. PMID: 39354357

KKE342ck 「KKE311aへの修正：日本」

BMJ Open. 2024 Oct 18;14(10):e056891corr1. PMID: 39424397

KKE342cl 「glo・紙巻タバコ・ニコチンガムのニコチン動態の比較：送達はgloが最速（レイノルズ社）」

Milly N Kanobe等、Eur J Drug Metab Pharmacokinet. 2024 Nov;49(6):733-750. PMID: 39453550

KKE342cm 「加熱式タバコ喫煙者のCOPD割合は過去の紙巻喫煙歴を考慮すると有意でなくなる：JT社・東邦大学」

Joerg Mahlich等、Healthcare (Basel). 2024 Sep 27;12(19):1937. PMID: 39408118

# 【週刊タバコの正体】

## Vol.59 第9話～第14話

2024年11月

和歌山工業高校 奥田恭久

Volume 59 2024 Sep-Dec Serial number 803 第9話

### 週刊 タバコの正体

#### タバコを吸い始めたきっかけランキング

1 友人の影響 38票	7 20歳になったら吸おうと決めていた 7票
2 カッコいいと思ったから/ ストレス発散 各36票	8 味が気になった 5票
4 興味・好奇心があった/ なんとなく吸い始めた 各27票	9 家族の影響 4票
6 学生時代の先輩の影響 9票	10 上司の影響/ 恋人の影響 各3票

PHIMES サイト (※NEXERからタバコを吸い始めたきっかけに関する調査から)

友人に吸ってあるか誘われたから。(30代・男性)  
その時周りにいた友人が全員喫煙者だったので。(40代・女性)  
吸ってる自分がかっこいいと思った。(20代・男性)  
ワンドースのサンジみたいだと思ったから。(20代・男性)  
大人がかっこよく見えてきたから。(30代・男性)  
仕事の合間の休養が手持ちなタバコだから。(40代・男性)  
資格試験の勉強でメンタルが弱ったから。(50代・女性)  
どんな味なのか気になったから。(20代・女性)  
未成年の頃から興味があった。(20代・男性)  
みんな吸ってるから何となく。(40代・男性)  
よくしてくれる先輩が吸っていたから。(50代・男性)  
家族が食後に興味しそ引いづも吸っていた。(40代・女性)

これは、ある会社が今年9月11日～20日の期間、タバコを吸う200人にインターネットでアンケートを取った結果です。  
タバコを吸い始めたきっかけは、1位の「友人の影響」に続いて「かっこいいと思った」「ストレス発散」「興味、好奇心があった」「なんとなく吸い始めた」で大半を占めています。その具体的なコメントの中から抜粋したものを左表に紹介しました。  
この結果をみると、吸っている姿を見慣れている環境では興味も湧いたり、かっこよく見えたりするように思えます。たまたま、その人の周りに喫煙者が多いとタバコを吸うきっかけが増えてしまうのですね。

一旦吸い始めてしまうと何十年も吸い続けてしまうケースも多く、その間に自身の健康が害され、多額のタバコ代を使うことになるのです。そう考えると周りの影響で吸い始めた人たちは、ちょっとかわいそうに思いませんか。吸い始めたのは、その人のせいではないようにも感じます。だとすれば社会全体の喫煙者が減れば、そんなきっかけも減るはず。かわいそうな人を増やさないためにも皆さんは、タバコを吸い始めないでください。

—喫煙者で、毎日タバコを吸う事で快適に過ごせていると感じているでしょう。しかし、それはニコチン依存症だからタバコのおかげで、そう感じているだけなのです。

—上表のようにタバコをやめると、こんなに沢山メリットがあるのですから、吸わない方が快適な生活が送れると思いませんか。

—そして健康面でも図のように禁煙すると、どんどん健康になり10年以上経過すると非喫煙者のレベルまで回復するのですから、吸い始めない事が一番ですが、少しでも早く禁煙する事も大切です。

Zero Tobacco Project in WAKO Since 2005 医薬デザイン科 奥田 恭久

### ■Vol. 59

#### (No. 803) 第9話 かわいそうな人

—喫煙者を減らす事が吸い始める人が減らす事につながる...

これは、ある会社が今年9月11日～20日の期間、タバコを吸う200人にインターネットでアンケートを取った結果です。

タバコを吸い始めたきっかけは、1位の「友人の影響」に続いて「かっこいいと思った」「ストレス発散」「興味、好奇心があった」「なんとなく吸い始めた」で大半を占めています。その具体的なコメントの中から抜粋したものを左表に紹介しました。

この結果をみると、吸っている姿を見慣れている環境では興味も湧いたり、かっこよく見えたりするように思えます。たまたま、その人の周りに喫煙者が多いとタバコを吸うきっかけが増えてしまうのですね。

一旦吸い始めてしまうと何十年も吸い続けてしまうケースも多く、その間に自身の健康が害され、多額のタバコ代を使うことになるのです。そう考えると周りの影響で吸い始めた人たちは、ちょっとかわいそうに思いませんか。吸い始めたのは、その人のせいではないようにも感じます。だとすれば社会全体の喫煙者が減れば、そんなきっかけも減るはず。かわいそうな人を増やさないためにも皆さんは、タバコを吸い始めないでください。

### ■Vol. 59

#### (No. 804) 第10話 早く禁煙

—禁煙できればタバコから開放され健康を取り戻せること...

喫煙者は、毎日タバコを吸う事で快適に過ごせていると感じているでしょう。しかし、それはニコチン依存症だからタバコのおかげで、そう感じているだけなのです。

上表のようにタバコをやめると、こんなに沢山メリットがあるのですから、吸わない方が快適な生活が送れると思いませんか。

そして健康面でも図のように禁煙すると、どんどん健康になり10年以上経過すると非喫煙者のレベルまで回復するのですから、吸い始めない事が一番ですが、少しでも早く禁煙する事も大切です。

Volume 59 2024 Sep-Dec Serial number 804 第10話

### 週刊 タバコの正体

#### タバコをやめると、このようなメリットが得られます

●いらいらしくなくなった	●肌や歯茎が若返ると言われる
●タバコのことを気にしないので 済むのが、とにかく楽	●頭痛や肩こりが減った
●人を待たせなくなった	●自覚めが爽やかになり、口の中もすっきり
●喫煙場所を探さなくて済む	●寝付きが良くなった
●外出時にタバコを吸えるが気にせずに済む	●将来への不安から解放された
●禁煙屋に座れる	●行動範囲が広がった
●満足感・自信・優越感	●結婚や付き合いの幅が広がる
●後ろめたさから解放された	●子どもの喫煙を防止できる
●車の運転が優しくなった	●家族の健康を守る
●周りがみならうれしそう	●臭いや口臭を気にせずに済み、 人前に自信を持って立てるようになった
●お金が減らなくなった	●火事の心配がなくなった
●使える時間が増えた	●地球の環境を守る

毎日 Gooday から

#### 禁煙の効果

直後 周囲の人をタバコで煙で汚れる心配がなくなる。

20分後 鼻と喉が正常に戻り、呼吸の楽になる。

8時間後 血中の一酸化炭素濃度が下がり、血中の酸素濃度が上がる。

5～9年後 肺がんのリスクが喫煙者より減る。

10～15年後 心臓病のリスクが喫煙者より減る。

24時間後 心臓発作のリスクが喫煙者より減る。

2～4年後 肺がんのリスクが喫煙者より減る。

1年後 肺がんのリスクが喫煙者より減る。

1～9か月後 せきや喉痛が改善する。

2週間～3か月後 心臓の血管が拡張し、循環機能が改善する。

喫煙者は、毎日タバコを吸う事で快適に過ごせていると感じているでしょう。しかし、それはニコチン依存症だからタバコのおかげで、そう感じているだけなのです。

上表のようにタバコをやめると、こんなに沢山メリットがあるのですから、吸わない方が快適な生活が送れると思いませんか。

そして健康面でも図のように禁煙すると、どんどん健康になり10年以上経過すると非喫煙者のレベルまで回復するのですから、吸い始めない事が一番ですが、少しでも早く禁煙する事も大切です。

Zero Tobacco Project in WAKO Since 2005 医薬デザイン科 奥田 恭久

■Vol. 59

(No. 805) 第11話 喫煙マナー

一週りへの迷惑を気にしながらタバコを吸い続ける生活...

Volume  
**59**  
2024 Sep-Dec

Serial number **805**

第11話

週刊 **タバコの正体**

ある調査会社が20代～60代の喫煙者・非喫煙者男女計1000人を対象に喫煙ルールについて行ったアンケート結果を紹介します。

以下の表は、喫煙者が喫煙する際に守っているマナーについての複数回答で得た結果です。家庭内では「指定場所以外では喫煙しない」、職場でも「指定喫煙所以外では喫煙しない」という回答が半数以上です。そして喫煙可能な飲食店でも「一緒にいる人の理解を得る」、「非喫煙者が一緒なら原則として喫煙しない」と言う回答が上位を占めています。

順位	家庭内のマナー	割合 (%)
1位	指定の場所（バラタバは）以外では喫煙しない	58.7
2位	喫煙する際は換気扇をつける	33.6
3位	指定の場所であっても、子どもが近くにいる場合は喫煙しない	14.4
4位	指定の場所であっても、配偶者が近くにいる場合は喫煙しない	11.1
5位	喫煙後は手洗いをする	11.1

周りの人に迷惑をかけないように気を使っている喫煙者が多いという事だと思います。思いやりがある喫煙者が大勢いる事はいい事だと感じますが、一方で、そんな気遣いをしながら毎日生活しているのだと思うと、少し気の毒な気がします。実際、グラフにあるように約8割の喫煙者が喫煙環境に不便を感じています。

今後ますます喫煙率の低下が予想されるなか、さらに喫煙環境は不便になるでしょう。だから、タバコを吸い始めてしまうと、将来こんな気遣いをしながら生活をする事になるだろうと思います。それを覚悟で吸い始める必要はないですね。

順位	職場でのマナー	割合 (%)
1位	指定の場所以外では喫煙しない	66.2
2位	指定の場所であっても、非喫煙者が近くにいる場合は喫煙しない	23.5
3位	喫煙する際は換気扇や空気清浄機を使用する	18.5
4位	喫煙後は手洗いをする	12.1
5位	喫煙後は歯磨きをした口コンタクトを食べる	11.9

順位	喫煙可能な飲食店でのマナー	割合 (%)
1位	喫煙の際は一緒にいる人の理解を得る	45.9
2位	非喫煙者と一緒の際は原則として喫煙しない	31.5
3位	煙の流れる気をつけて、人に煙がつからないようにする	28.6
4位	無事中は原則として喫煙しない（後述に喫煙する）	24.0
5位	指定している席では原則として喫煙しない	23.8

現在喫煙環境に不便を感じるか

全くない 4.6%  
あまりない 16.3%  
時々ある 43.0%  
よくある 36.1%  
不便を感じる計 79.1%

商業デザイン科 奥田 悠久

Zero Tobacco Project  
In WHO Since 2002

ある調査会社が20代～60代の喫煙者・非喫煙者男女計1000人を対象に喫煙ルールについて行ったアンケート結果を紹介します。

以下の表は、喫煙者が喫煙する際に守っているマナーについて複数回答で得た結果です。家庭内では「指定場所以外では喫煙しない」、職場でも「指定喫煙所以外では喫煙しない」という回答が半数以上です。そして喫煙可能な飲食店でも「一緒にいる人の理解を得る」、「非喫煙者が一緒なら原則として喫煙しない」と言う回答が上位を占めています。

周りの人に迷惑をかけないように気を使っている喫煙者が多いという事だと思います。思いやりがある喫煙者が大勢いる事はいい事だと感じますが、一方で、そんな気遣いをしながら毎日生活しているのだと思うと、少し気の毒な気がします。実際、グラフにあるように約8割の喫煙者が喫煙環境に不便を感じています。

今後ますます喫煙率の低下が予想されるなか、さらに喫煙環境は不便になるでしょう。だから、タバコを吸い始めてしまうと、将来こんな気遣いをしながら生活をする事になるだろうと思います。それを覚悟で吸い始める必要はないですね。

■Vol. 59

(No. 806) 第12話 恋愛対象

一タバコを手にするると恋愛対象からはずれてしまうかも？...

下のグラフは、ある企業がサークル活動をしているタバコを吸わない大学生200人に喫煙に関する意識調査をした結果です。タバコを吸わない理由の大半が「健康リスクがあるから」と答えています。現在の若者たちはタバコの有害性と危険性を理解している人が多いという事だと思います。言い方を変えれば、タバコは有害で危険だと知っているからこそ、タバコを吸わないのでしょう。

そんなタバコを吸わない若者たちの37%は、「喫煙者を許せるか」という問いにNOと答えています。さらに、「喫煙者を恋愛対象にできるか」という問いには64%の人がNOと答えています。つまり、より身近となりうる人がタバコを吸うことはイヤだと言う事だと思います。

タバコを吸っていることだけで、恋愛対象から外れてしまうかも知れないと思うと、今さらタバコに手を出そうと思いませんよね。

Volume  
**59**  
2024 Sep-Dec

Serial number **806**

第12話

週刊 **タバコの正体**

下のグラフは、ある企業がサークル活動をしているタバコを吸わない大学生200人に喫煙に関する意識調査をした結果です。タバコを吸わない理由の大半が「健康リスクがあるから」と答えています。現在の若者たちはタバコの有害性と危険性を理解している人が多いという事だと思います。言い方を変えれば、タバコは有害で危険だと知っているからこそ、タバコを吸わないのでしょう。

**あなたがタバコを吸わない理由は何ですか。**

**あなたは喫煙者を許せますか。**

許せる + 10%  
まあ許せる 44%  
**62%**

許せない + 30%  
絶対に許せない 7%  
**37%**

そんなタバコを吸わない若者たちの37%は、「喫煙者を許せるか」という問いにNOと答えています。さらに、「喫煙者を恋愛対象にできるか」という問いには64%の人がNOと答えています。つまり、より身近となりうる人がタバコを吸うことはイヤだと言う事だと思います。

**あなたは喫煙者を恋愛対象にできますか。**

できる + 15%  
まあできる 20%  
**35%**

できない + 41%  
絶対にできない 23%  
**64%**

タバコを吸っていることだけで、恋愛対象から外れてしまうかも知れないと思うと、今さらタバコに手を出そうと思いませんよね。

商業デザイン科 奥田 悠久

Zero Tobacco Project  
In WHO Since 2002

■Vol. 59

(No. 807) 第13話 あの人タバコくさい

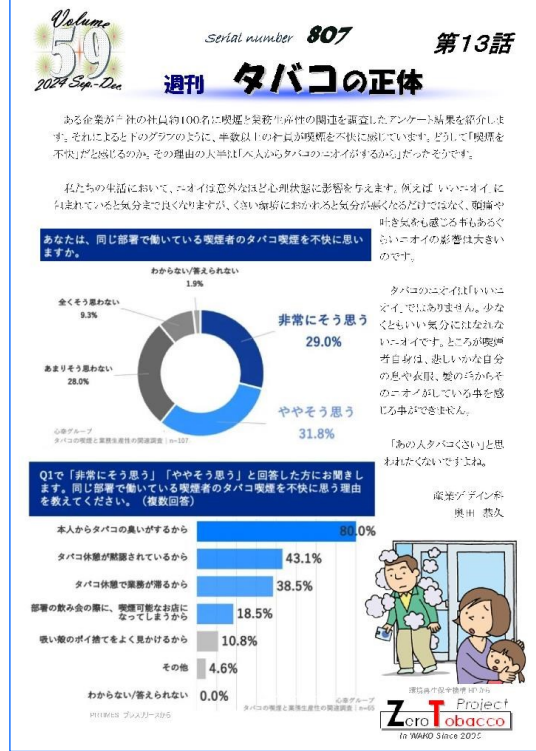
—「あの人タバコくさい」と思われるかも知れない事...

ある企業が自社の社員約100名に喫煙と業務生産性の関連を調査したアンケート結果を紹介し、それによると下のグラフのように、半数以上の社員が喫煙を不快に感じています。どうして「喫煙を不快」だと感じるのか。その理由の大半は「本人からタバコのニオイがするから」だったそうです。

私たちの生活において、ニオイは意外なほど心理状態に影響を与えます。例えば「いいニオイ」に包まれていると気分まで良くなりますが、くさい環境におかれると気分が悪くなるだけではなく、頭痛や吐き気を感じる事もあるぐらいニオイの影響は大きいのです。

タバコのニオイは「いいニオイ」ではありません。少なくともいい気分にはなれないニオイです。ところが喫煙者自身は、悲しいかな自分の息や衣服、髪の毛からそのニオイがしている事を感じる事ができません。

「あの人タバコくさい」と思われたくないですよね。



■Vol. 59

(No. 808) 第14話 加熱式タバコのイメージ

—煙やニオイが少なくても周囲からみれば「タバコはタバコ」...

近年、人が集まる場所でタバコの煙を目にしたり、ニオイを感じる事はほとんどなくなりました。それだけ禁煙の場所が増えたのですが、それはつまり喫煙者がタバコを吸える場所が少なくなったわけです。そんな風潮のなかでは、白い煙がモクモクと立ちのぼる「紙巻きタバコ」をふかすのは気が引けるので、煙が少ない「加熱式タバコ」を使用する喫煙者が増えています。

じつは下のグラフに示すように、ある企業が調査した加熱式タバコに関するアンケート結果に、そんな傾向が現れていて、「煙が少ない」「周囲に迷惑をかけにくい」という項目が上位を占めています。

煙や匂いが少ない加熱式タバコは、禁煙が広がった現代社会の風潮を反映した商品だと言えますが、加熱式タバコなら喫煙を大目に見てもらえるとは限りません。

下段のグラフを見て下さい。上段の調査とは別の企業が調査した「タバコを吸わない人から見た加熱式タバコのイメージ」では、「紙巻きも加熱式もどちらもタバコであり、大きな違いはない」と思っている人が最も多くなっています。

加熱式だから普通のタバコとは違うわけではないのです。



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。





【報告】

全国禁煙アドバイザー育成講習会

(2024年11月)第302回(群馬)、第303回(石川・ハイブリッド講習会)

【第302回全国禁煙アドバイザー育成講習会 群馬】

- ◆開催日：2024年11月3日(日)
- ◆開催地：高崎健康福祉大学2号館213講義室
- ◆主催：高崎健康福祉大学・日本禁煙科学会、禁煙マラソン・群馬禁煙支援医歯薬ネット
- ◆後援：群馬県・高崎市・群馬県医師会・群馬県歯科医師会・群馬県薬剤師会・群馬県看護協会・高崎市医師会・高崎市歯科医師会・高崎市薬剤師会・群馬県栄養士会・群馬県臨床検査技師会・日本健康運動指導士会群馬県支部・日本健康文化協会・ぐんま受動喫煙防止協議会・健康日本21推進全国連絡協議会

【主たるプログラム】

禁煙支援の基礎知識と最新知識 -KKEに学ぶ-

大学生の喫煙状況推移と禁煙支援のヒント

禁煙支援に生かす認知行動療法

Q&A

さいたま市立病院 館野博喜

高崎健康福祉大学 東福寺幾夫

大阪商業大学 東山明子

【第303回全国禁煙アドバイザー育成講習会 石川・ハイブリッド講習会】

- ◆開催日：2024年11月17日(日)
- ◆開催場所：公益社団法人石川勤労者医療協会 金沢城北病院
- ◆主催：日本禁煙科学会、NPO法人禁煙ねっと石川、禁煙マラソン
- ◆後援：健康日本21推進全国連絡協議会

【主たるプログラム】

NPO法人禁煙ねっと石川について  
NPO法人禁煙ねっと石川 事務局長 吉田健治

KKEに学ぶ禁煙支援のエビデンス  
さいたま市立病院 館野博喜

明日から使える禁煙の知識  
職場の禁煙推進とタフスマーカー対策  
日本禁煙科学会 高橋裕子

禁煙ねっと石川の活動  
二十歳の集い(成人式)でのタバコアンケート調査を中心にして  
NPO法人禁煙ねっと石川 理事長  
金沢城北病院血管外科 遠藤将光

全体の振り返りとQ&Aタイム

※2024年12月7日(土) 録画放映実施

**第303回 全国禁煙アドバイザー育成講習会 in 石川のご案内**

■日時：令和6年11月17日(日)12:45-16:45  
■場所：公益社団法人石川勤労者医療協会 金沢城北病院  
https://ishikawa-hosp.com/ 石川県金沢市京町20-3

■開催形式：ハイブリッド形式  
日本禁煙科学会認定禁煙支援員として受講される場合は、別途形式で受講する必要があります。

■対象者：禁煙支援に関心のある職種(医療従事者・教職・行政職等)

■プログラム ※プログラムは変更することがあります。

- 12:45-12:50 オリエンテーション NPO法人禁煙ねっと石川 理事 公立小松大学保健医療学部看護学科 池田 美智子
- 12:50-12:55 NPO法人禁煙ねっと石川について NPO法人禁煙ねっと石川 事務局長 吉田 健治
- 13:00-14:00 【産業医研修1】 KKEに学ぶ禁煙支援のエビデンス 講師 さいたま市立病院 館野博喜
- 14:00-15:30 【産業医研修2】 明日から使える禁煙の知識-職場の禁煙推進とタフスマーカー対策 講師 日本禁煙科学会 理事長 NPO法人禁煙ねっと石川 理事 京都大学大学院医学部研究科 遠藤 将光
- 15:30-15:45 休憩
- 15:45-16:15 【理事長講演】 禁煙ねっと石川の活動 -二十歳の集い(成人式)でのタバコアンケート調査を中心にして- 講師 NPO法人禁煙ねっと石川 理事長 金沢城北病院血管外科 遠藤 将光
- 16:15-16:40 全体の振り返りとQ&Aタイム
- 16:40-16:45 閉会の辞 NPO法人禁煙ねっと石川 理事長 福田 太輔

■主催：日本禁煙科学会、NPO法人禁煙ねっと石川、禁煙マラソン  
■協賛：健康日本21推進全国連絡協議会  
■講習会参加費：5,000円 ※学生は、学生証提示で無料(申請用紙提出必須)  
■認定単位：禁煙科学会 認定禁煙支援員 認定講習会参加点2.5点 ※日本禁煙科学会認定禁煙支援員(禁煙)は別途受講料あり  
※日本禁煙科学会認定禁煙支援員(禁煙)は別途受講料あり

■申し込み方法：申し込みフォーム <https://forms.gle/3kHv87075w> に直接アクセスされるか、そのQRコードから申し込みフォームにアクセスし、必要事項をご記入ください。  
■申し込み確認：申し込みが正しく受付されると、しばらくして参加受付完了のメールが届きます。そのメールの返信を全てご返信ください。  
■お問い合わせ：確認メールが届かない、参加をキャンセルしたい等は、日本禁煙科学会事務局 office\_jims@jsscs.jp にお問い合わせください。

## 日本禁煙科学会HP

URL: <https://www.jascs.jp/>

※日本禁煙科学会ホームページのアドレスです。

※スマホ等でのアクセスは、右のQRコードをご利用下さい。



## ふえる笑顔 禁煙ロゴ

筋肉の疾患で体の不自由な浦上秀樹さん（埼玉県在住）が、口に筆を取って書いてくださった書画です。「けんこうなしゃかい ふえるえがお」という文字を使って『禁煙』をかたどっています。

※拡大画像は日本禁煙科学会ホームページでご覧頂けます。

※スマホ等でのアクセスは、右のQRコードをご利用下さい。

URL : [https://www.jascs.jp/gif/egao\\_logo\\_l.jpg](https://www.jascs.jp/gif/egao_logo_l.jpg)



### 編集委員会

編集委員長 中山健夫

編集委員 野田隆 東山明子 高橋裕子

### 日本禁煙科学会

学会誌 禁煙科学 第18巻 (11)

2024年(令和6年)11月発行

URL : <https://www.jascs.jp/>

事務局 : 〒630-8113 奈良県奈良市法蓮町 948-4

めぐみクリニック (未成年者禁煙支援センター) 内

E-mail : [info@jascs.jp](mailto:info@jascs.jp)