

週刊 タバコの正体

もし、高校生の君たちがニコチン依存症になってしまったら、その後の人生にどんな影響がでるか考えてみましょう。

【未成年の喫煙は法律違反】

「未成年者禁止法」という法律で満20歳未満の者の喫煙は禁止されています。これを受けて、高校生の喫煙が発見されると、どこの学校でも“謹慎”処分が科せられます。一度ニコチン依存症になってしまった生徒は簡単にタバコをやめる事ができず何度も発見され指導される確率が高くなります。すると最悪の場合、退学しなければならないケースも発生します。

【毎年8万円】

現在、タバコは20本入りの一箱が430円もします。仮に毎日10本吸い続けると二日で430円が必要で、年間で約8万円もかかります。15歳から60歳まで吸い続けると360万円も煙にしてしまいます。はたして360万円もかけて得るものは……、ガンやその他の病気になる確率が高くなるだけです。

【毎年365時間、45日分】

高校生は、どこかに隠れてタバコを吸うことになるでしょう。数年後成人したとしても、タバコは喫煙場所では吸えません。つまり、タバコを吸うためには移動時間が必要なので、喫煙している時間と合わせると何分もかかります。仮に一回あたり10分で毎日6回喫煙したとすると、毎日1時間も使っています。

これを1年間続けると、年間365時間もタバコに費やすことになります。これを、一日の労働時間(8時間が標準)で割ると(365÷8)、約45日分に相当します。そんなに時間をかけて得るものは……、ガンやその他の病気になる確率が高くなるだけです。

【ストレス】

ニコチン依存症になると、1～2時間おきにニコチンを補給しなければ気持ちを穏やかに保つことができません。タバコはストレスを解消するどころか、毎日何回もニコチン切れによるストレスを感じなければならないのです。この先何十年もそんなストレスと付き合い続けなければならないなんて、大きな負担です。

『タバコは百害あって一利なし』と言われるとおり、被害をうけることはあっても利益を得ることはありません。不意にタバコに興味を湧くようなことがあっても、将来を見通して冷静に行動できる自信を持っておいて下さい。

産業デザイン科 奥田 恭久