



禁煙ジャーナル

■発行人 一般社団法人 タバコ問題情報センター【代表理事・渡辺文学】

No. 342

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋 2-1-4 九段セントラルビル 203

TEL: 03-3222-6781 FAX: 03-3222-6780

《郵便振替》00120-0-159803 【印刷】遠藤印刷 1部500円

イエローグリーンリボン運動 福島と山形から全国へ発信 ～人気呼んだ“ゆるキャラ”～

2020年11月、第13回日本禁煙学会学術総会が福島・郡山市の「ビッグパレットふくしま」で開催されたのを契機に、福島県のタバコ規制の動きは急速に進んできました。その中心となって活躍されてきたのが齊藤道也氏でした。「イエローグリーンキャンペーン」もその一つで、スポーツイベント会場やタクシー会社もその取り組みに賛同、県内の多くの企業や各種団体の協力も得て、大きな動きとなっています。今年にはさらに、山形県喫煙問題研究会とタイアップして、二つの県にまたがって「世界禁煙デー」「禁煙週間」をアピールするなど、ユニークな取り組みを行いました。今回のイベントについて、齊藤道也氏からその概要を報告頂きました。(編集長・渡辺文学)

受動喫煙を拒否するカラー

～発祥は佐世保市民のアイデア～

福島県医師会常任理事 齊藤 道也

福島県では昨年からの受動喫煙防止対策の県民運動として福島県、福島県医師会、他自治体、多くの企業、賛同団体とともに県民全体に働きかけるイエローグリーン(YG)キャンペーン(リボン、ライトアップ活動)を展開しています。



イエローグリーンは、「受動喫煙をしたくない・させたくない」というあなたの気持ちをあらわす色です。

これは佐世保市民のアイデアで2003年から始まった「アウェアネスリボン運動」をスタートとして、京都、広島、福山など、全国各地でアイデアを駆使した地域独自の活発な活動が展開されてきました。特に京都では以前から受動喫煙防止のシンボルカラーとしての京都タワーで、国内初となるYGライトアップを行いました。

福島県では、2020年4月からの改正健康増進法の全面施行、さらに同年秋には日本禁煙学会第13回学術総会を郡山市のビッグパレットふくしまで開催、これらを追い風に、2021年4月から「ふくしま受動喫煙防止条例」制定施行、その後福島県立医科大学法医学講座に事務局を置く一般社団法人団『Tobacco-free ふくしま』を県内各地の活動有志たちで立ち上げ、様々な受動喫煙防止、禁煙に関する健康啓発活動が繰り広げられています。

2022年の世界禁煙デー、禁煙週間を中心としたYGキャンペーンの目玉は山形福島の合同イベントでした。(2頁ポスター参照)

山形市の会場と福島市のメイン会場二つを繋いで双方からWEB発信しました。

■興味深かった取り組みの実態

第一部は両県で繰り広げられている喫煙防止活動の実際5題と、法医学の立場からの切り口が新たな知見に繋がる大変興味のある発表を福島医大法医学講座・西形里絵准教授から頂きました。

第二部は『無煙社会実現への次の一手』とするパネルディスカッションでした。コーディネーターは福島医大法医学講座黒田直人教授、パネラーは山形市市議会議員の高橋公夫氏と福島県医師会事務局長八巻秀一氏の斬新なお二人で、なかなか普段聞けない苦労話や緻密な展開に聴衆は傾くことしきりでした。

2022年イエローグリーンキャンペーン

5月31日は世界禁煙デー

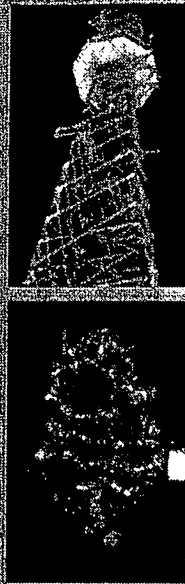
2022年
5/29日 福島全県
6/6日 ライトアップ

県内各地のランドマーク施設、公共施設
 病院、医療機関、職場、家庭

2022年
6/4日 市民公開講座
 13:30-14:30
in Koriyama

けんしん郡山文化センター

2022年
5/29日 令和4年度
 14:00-16:40
世界禁煙デー
山形福島合同イベント



伝えるのは アナタですっ!!

街をイエローグリーンに包んで意志を示そう！

福島県医師会館と山形市市民活動支援センターを結んでのウェビナー発信

第一部 講演	14:10-16:10
1 山形で行っている喫煙防止教室 <small>元産・山形山形地区医師会理事 及びのり院長 齋藤 淳</small>	
2 山形で行っている喫煙防止教室 <small>山形市市民活動支援センター 土屋 隆子</small>	
3 レディースクリニックでの禁煙のオズズメ <small>山形市レディースクリニック 伊藤真理子</small>	
4 イエローグリーンキャンペーンのおおきき <small>山形市市民活動支援センター 藤原 聖美</small>	
5 喫煙防止の視野を広げるがん教育ビデオ <small>山形市市民活動支援センター 菅原 達也</small>	
6 法医学からみた喫煙問題 <small>山形県立医科大学医学部法医学講座 西形 聖雄</small>	

第二部 パネルディスカッション
「無煙社会実現への次の一手」 16:10-16:40
コーディネーター 福島県立医科大学医学部法医学講座 黒田 龍人
パネラー 福島県医師会理事 八巻 昇一 山形市議会議員 高橋 公夫
MC 山形県医師会理事 菅原 勇樹 山形大学医学部法医学講座 今田 健夫

Tobacco-free ぷくしまは、福島県エッセイFCといわばFCを応援しています

主催 Tobacco-free ぷくしま NPO法人山形県禁煙問題研究会 共催 福島県 福島県医師会 後援 山形県医師会

☆2022年の世界禁煙デー、禁煙週間を中心とした「Y G キャンペーン」の目玉は、山形・福島の合同イベントでした。《この小さな「っ」がいいですね》

※(カラーでお見せ出来ないのが残念でした)

—* 1頁からの続き—

社会のシステムにすでに長年組み込まれているタバコ販売に絡む問題に楔を打ち込むためには、行政や医師会などのこれもすでに完成している大きな信頼できる組織で対抗するしかなく、それは大変有効なカンフル剤、エンジンになると実感しました。

■山形の取り組みに倣って

今回一緒にイベント開催して頂いたNPO法人山形県喫煙問題研究会は、日本国内でも有数の活動実績のある団体で、人材層の厚さ、活動内容は一朝一夕で出来るものではなく、我々はさらに活動の積み重ねをせねば！と強く各自が思いを刻みました。

今年のキャンペーン期間中はいわき市内3つの大きなショッピングモール。イオンモール小名浜、平ラトブ、エブリア小名浜での街頭啓発を行うことができました。

新型コロナ感染症拡大の中、どこまで街頭啓発を行なってよいのかギリギリまでゴーサインを出せずに準備不足は否めませんでした。

■「ゆるキャラ」の人気を実感

しかしヨークベニマルさん、マルトさんの二つのスーパーマーケットチェーンから協賛物品を多数いただき、いわき市からは公認「ゆるキャラ」のフラおじさんの出張を受けたことから、子供たちがたくさん笑顔で近寄って来てくれました。

これまでのキャンペーンではチラシを持つ私共を遠巻きにすれ違ふ、見ていることが多く経験するのですが、『写真一緒にいいですか？』と親御さんと走って近寄ってくるのはさすが“ゆるキャラ効果”のスゴサを実感しました！

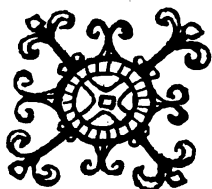
来年は福島県のキビタン、郡山市のガクトくん、オンブちゃん、福島市のももりん、スパリゾートハワイアンズのCoCoネエさんと借りられるパワーはなんでも借りて、理念に振り向いてもらえるチャンスをたくさん創りたいと考えています。

■全国どこでもイエローグリーンを

いずれは全国どこでも「YG」と言えば誰でも意味がわかる、そうなった時喫煙率はさらに下がり、国民健康指標にもよい変化が出るのでしょうか。

皆様よろしくお申し上げます。

【さいとう・みちや=日本禁煙学会理事/いわき市医師会副会長/Tobacco-freeふくしま代表】



長崎市議会の喫煙室問題

～日本禁煙学会も反対意見送付～

建設中の長崎市新庁舎5階の議会フロアに喫煙室を設置することを市議の検討会が非公開会合で決めた問題で、喫煙室設置は市議が「議員にも一定の喫煙者がいる」などの理由で提案していたことが、毎日新聞が公文書開示請求で入手した市議会の協議結果報告書で判明した。

議会側は「議会内部の協議」として議事録を作成しておらず、意思決定までの詳しい議論のプロセスを記録から知ることはできない。

議長の諮問機関「新市庁舎建設に係る議会機能整備検討会」が6月17日に開かれ、市議11人、市側からは日向淳一郎企画財政部長らが出席した。

報告書によると、座長の毎熊政直市議が「議員にも喫煙者がおり、また、議会にご用のある喫煙者もいることから、受動喫煙の防止を図るために喫煙室を設置してはどうか」と提案。「反対意見もあった」というが、法的に議会フロアに設置可能▽喫煙者にも喫煙する権利がある▽今回決定しないと今後の工期に影響を及ぼす——などの理由で、喫煙室2カ所を設置することを決めた。

議会事務局によると「内部協議で、議事録作成のルールがない」として議事録を作成しておらず、出席市議の意思表示や、その理由などの具体的な発言内容を記録で確かめることはできない。

喫煙室設置を巡っては、日本禁煙学会や長崎市医師会が撤回を要望。長崎県保険医協会も「市議会の施設は公費で運営され、公共性が極めて高い」として、田上富久市長と深堀義昭議長宛てに設置中止を要望した。

【毎日新聞 22.7.21/樋口岳大記者】

佐賀県「喫煙所設置しない」と回答

全面禁煙となっている県庁の敷地内について、県議会が採択した“喫煙所の再設置”を求める請願をめぐり、県は5日「健康を守るため設置しない」と議会側に報告した。

県は、健康増進法を受けて県庁敷地内を3年前から全面禁煙とし、喫煙所を全て撤去していた。

しかし、県議会は今年3月「近くのコンビニなどに喫煙者が集中し受動喫煙を誘発している」として、県庁敷地内に喫煙所の再設置を求める請願を全会一致で採択していた。

県は県医師会との意見交換などを経て検討を重ねてきたが「県民の健康を守るため県庁の敷地内に喫煙所は設置しない」と5日議会側に報告した。

【yahooニュース 2022.7.6】

世界禁煙デー秋田フォーラム 2022を終えて

秋田・たばこ問題を考える会代表
鈴木 裕之



「世界禁煙デー秋田フォーラム2022」を6月5日(日)、にぎわい交流館AU・多目的ホールで開催しました。

このフォーラムは、「秋田・たばこ問題を考える会」がWHOの世界禁煙デーに合わせて1988年から毎年開催しているもので、今年では34回目になります。(一

昨年では新型コロナウイルス感染症のため中止)。

現在では秋田県から秋田県医師会への委託事業となっており、県医師会タバコ対策委員会と秋田・たばこ問題を考える会で計画立案運営を行っています。主催は秋田県、秋田県医師会、秋田・たばこ問題を考える会、協会けんぽ秋田支部の四者で、秋田市医師会、秋田県歯科医師会、秋田県薬剤師会、秋田県看護協会、秋田県総合保健事業団、秋田県保険者協議会、秋田市、秋田県教育委員会の後援を得ています。

今年では事前の主催四者による話し合いで、春の世界禁煙デー秋田フォーラム2022と秋の受動喫煙防止秋田フォーラム2022のターゲットを明確にしようとの基本合意の上で、前者は一般市民向け、後者は医療関係者向けの方向性が決まりました。



今回、一般市民向けとなった世界禁煙デー秋田フォーラム2022のメインキャストは、秋田県で活躍中のタレント「マティログ氏」を招聘することとしました。

また、より多くの参加者に来場してもらうための広報活動を一から見直し、秋田魁新報、自治体の広報誌、さらにはSNS (Facebook、twitter、HP等) への働きかけを精力的に行いました。

さらに秋田県からイベントを映像化する予算を頂き、今まではイベントのスタッフで撮影・編集

を行ってきたものをすべて専門業者にアウトソーシングしました。

■改めて考えるタバコの害

今年のテーマを「改めて考えるタバコの害」に設定し、以下のプログラムを組みました。

司会：高橋香先生 (秋田・たばこ問題を考える会)

開会の挨拶：秋田県健康福祉部部長 伊藤香葉氏
基調講演：「禁煙、前向きに生きるためのちょっとした勇気～麻酔科医の視点から～」

講師：鶴沼篤氏 (秋田大医学部附属病院麻酔科)

座長：三浦進一氏 (秋田県医師会常任理事)

禁煙対談：「禁煙でつかもう！MYベストライフ！」

ゲスト：マティログさん (タレント・経営者)

ホスト：二田幸子氏、佐賀麻衣子氏 (秋田・たばこ問題を考える会)

閉会挨拶：協会けんぽ秋田支部支部長 加藤尊氏

秋田県健康福祉部伊藤香葉部長から開会の挨拶

をいただいた後に、秋田大学医学部附属病院麻酔科医師・鶴沼篤氏から「禁煙、前向きに生きるためのちょっとした勇気～麻酔科医の視点から～」というタイトルで基調講演をお願いしました。



鶴沼氏は、なぜ麻酔科医が禁煙に携わるのかという疑問からスタートし、自らの手術体験を踏まえ、手術前、手術中、手術後に喫煙がいかに悪影響を及ぼすかについて科学的データを示して頂きました。そして、禁煙治療と三次喫煙について説明し、禁煙は単なる目的ではなく、その先の人生をよりよくする術であると述べました。一般市民向けにわかりやすく説得力のある講演でした。

■ユーモア交え禁煙成功談

次にタレントのマティログさんをゲストに迎え禁煙対談を行いました。ホストは秋田・たばこ問題を考える会の二田幸子・佐賀麻衣子氏が務めました。

マティログさんは、親に隠れてタバコを吸っていた苦い体験談のあと、協会けんぽ秋田支部主催の「ヘルシーチャレンジ 禁煙編」に出演することになり、ニコチネルTTSを使って禁煙治療を受け、禁煙に成功したことなどをユーモアたっぷりに語ってくれました。



後半では、禁煙してよかったことを数多く列挙され「タバコはかっこ悪い！」「愛煙家と呼ぶの

山形大学が敷地内禁煙の第一歩

山形県喫煙問題研究会 (YKK) 副会長
川合 厚子



2022年7月1日、山形大学が敷地内禁煙になりました。JTのSDGs問題を受けて、大分大学北野正剛学長、NPO法人山形県喫煙問題研究会 (YKK) 大竹修一会長と共に山形大学を訪れ、要望書を手渡したのが昨年11月19日でした。

7か月ちょっとで要望書の一つ目「山形大学全キャンパス禁煙化」が実現したことになります。

一部の学生や研修医、職員等に聞きましたが、大々的というより、静かに進んでいるようです。

受動喫煙防止を表す色のイエローグリーンに近いグリーンをイメージカラーとした大学ホームページには、山形大学の受動喫煙対策方針として、令和4年7月1日より敷地内禁煙とすること、新型タバコ (電子タバコ、無煙タバコ、スヌース、非燃焼・加熱式タバコ等) についても禁止すること、周辺道路等大学の敷地外においても、喫煙・ポイ捨て等の迷惑行為を行わないように、喫煙者への禁煙サポートやニコチンパッチの提供を行っていること、等しっかりと掲載されています。

一方、一度全面禁煙にしたが逆戻りした経緯や、せつかくのサポート体制が十分活用されていない実情もあり、禁煙推進が継続できるよう、今後、YKKを含め関係機関で支援していくことが望まれます。そのためには、まず大学内に禁煙推進のための組織作りが必要と考え、大竹会長を中心に動きつつあるところです。

また、要望書の二つ目である「禁煙推進活動のempowerment」も一歩踏み出しました。6月8日、医学部1年生にYKKの大竹修一会長、伊藤真理子理事、松浪容子理事が講演をしました。

退室時のアンケートが素晴らしかったので抜粋して報告します。85件の回答中喫煙者はゼロ、禁煙支援のボランティア活動の関心の有無を聞く設問は必須ではない設問だったのですが、58件の回答があり、93.1%が関心があると答えていました。

多くの医学生が禁煙支援の内なる動機を持っていることに驚きました。引き出してくださった講師の先生方に感謝するとともに、その気持ちを具体的な活動につなげられればと知恵を出し合っているところです。7月27日には、看護学部にて同様の講義が行われる予定です。

最後になりましたが、改めまして大分大学北野正剛学長、二つの要望を速やかに英断し実行して下さいました山形大学玉手英利学長に心より感謝申し上げます。

【かわい・あつこ=日本禁煙学会理事】

山形大学の禁煙推進を祝す

大分大学学長 北野 正剛

これまで禁煙推進に日々取り組まれている大竹会長ならびに川合副会長に敬意を表します。

その熱意にほだされて不肖、小生が少しでもお役に立てばということで、昨年11月に玉手英利山形大学長訪問に同行いたしました。



学長、副学長ならびに役員の皆様のご理解が得られ、敷地内全面禁煙と禁煙推進活動が順調に行われていることを心から嬉しく思っています。

言うまでもなく18歳でタバコに染まらなければ一生無縁 (無煙) でいる確率が高く、大分大学としても取り組みを進め、学生喫煙率が大幅に低下しました。

平成31年1月23日開催の国立大学協会総会において作田理事長からの「学生ファーストでタバコのない大学キャンパスを実現するために」というメッセージを配布しています。

日常の禁煙学会の活動には非力でお役に立てませんが、さらなる大学の無煙環境推進にお役に立てばと考えており、ご連絡頂ければ幸いです。

【きたの・せいごう=日本禁煙学会理事】

— * 4頁からの続き —

「はやめよう！」という強いメッセージを發してくれました。やはり、禁煙体験者の声には説得力を強く感じたものです。

■好評博した新しい試み

最後に協会けんぽ秋田支部長 加藤尊氏の閉会の挨拶でフォーラムは閉会しました。

今回参加者は72名と昨年の1.5倍に上り、終了後のオンライン・アンケートでは、全体の評価が4.5/5.0と高評価を頂いたことから、フォーラムのターゲットの明確化、タレント起用、SNSの活用などの新しい試みが成功したと考えています。

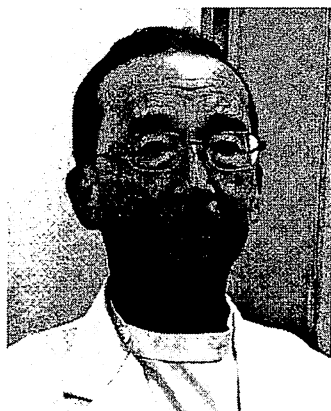
フォーラムのすべては、以下のYouTube <https://www.youtube.com/watch?v=mFpbs2X0I14> で配信中です。ぜひご覧ください。

【すずき・ひろゆき=すずきクリニック院長】

タバコとコロナの話

マスク生活で、紙巻きタバコ、加熱式タバコの害が一層増えます

日本禁煙学会理事 松崎 道幸



新型コロナパンデミックが始まってから、仕事中マスクを外さないことがルールとなっています。

普段タバコを吸う方は、タバコを吸うときだけマスクを外し、吸い終われば、マスクをつけることとなります。タバコ休憩で吸う

タバコの本数は、8時間の勤務時間中3～4本が多いようです。

タバコを吸うと一酸化炭素を沢山吸い込むため喫煙者の呼気中一酸化炭素濃度は、非喫煙者の10倍以上となります。

■有害物質増やすマスク生活

ところで、マスクをすると、吐いた息の若干の部分がマスク内にたまるため、次の呼吸で一酸化炭素の多い空気を再び肺の中に吸い込むことになります。もちろんニコチンも再呼吸で増えるでしょう。とすれば、タバコを吸う方は、マスク生活中に、体の中に一酸化炭素やニコチンが一層増えて、健康への影響がさらに大きくなるかもしれないのではないかという心配が出てきました。

それを確かめるために、8時間のマスクなし生活中とマスクあり生活中に紙巻きタバコ、加熱式タバコを使用する人々と非喫煙者の間で、呼気中一酸化炭素の量がどうなるかを調査しました。

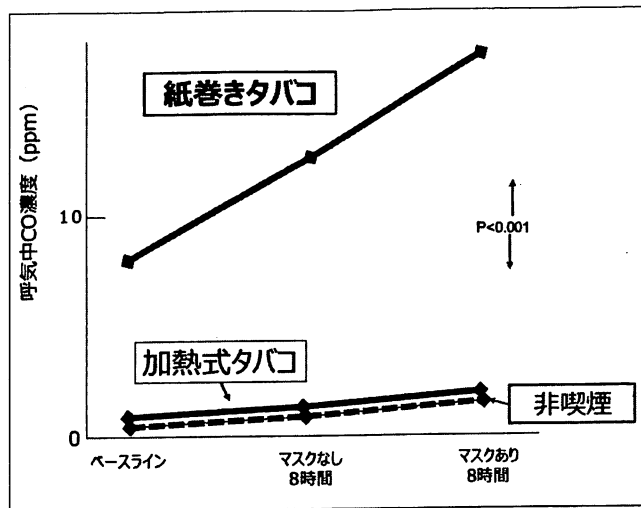
調査対象者は 紙巻きタバコ喫煙者40名、加熱式タバコ使用者40名、タバコ製品非使用者40名、平均年齢45才、男性28%、女性72%。喫煙者の平均喫煙箱数×年数 (packyear) は22でした。

さらに、収縮期血圧、動脈の弾力性の変化も調査しました。紙巻きタバコでは一酸化炭素とニコチン、加熱式タバコではニコチンが大量に体に入ります。どちらも血圧を高め、動脈を固くするからです。なおタバコ製品を使用する場合の影響をマスクなしとマスクありの状態で比べた調査は私の知る限り初めてです。

【紙巻きタバコ喫煙者では、マスク着用中さらに呼気中一酸化炭素が増えていた】

非喫煙者と加熱式タバコ使用者ではマスクの有り無しで呼気中一酸化炭素濃度はほとんど変わり

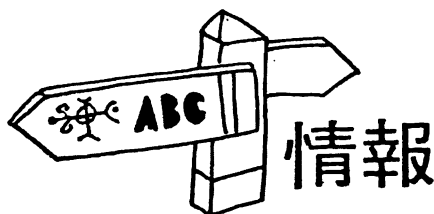
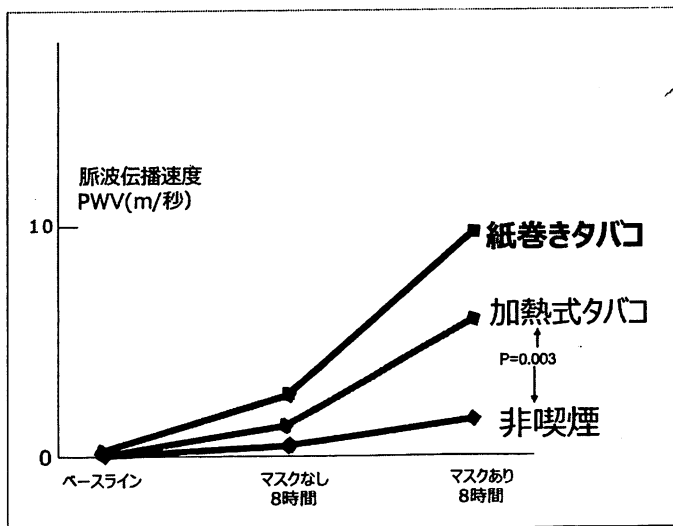
ませんでした。紙巻きタバコ喫煙者では、マスクなし時ですでに10倍、マスクあり時では10数倍に呼気中一酸化炭素が増えていました。つまり喫煙者のマスク生活では、動脈硬化に対しては、喫煙本数が5割近く増えたに匹敵する影響になると言えます。



【紙巻きタバコと加熱式タバコ使用者は、マスク着用中血圧が15mmHg高くなっていた】

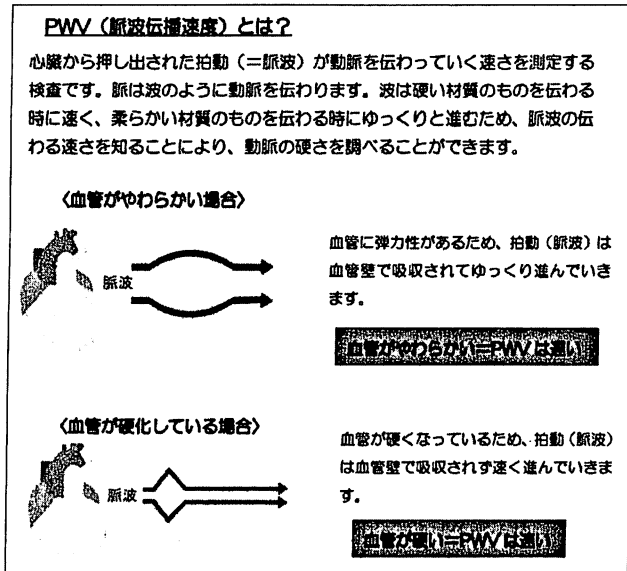
非喫煙者はマスク着用で血圧が上がることはありませんでしたが、紙巻きタバコ喫煙者と加熱式タバコ使用者では収縮期血圧が非喫煙者より15mmHg高くなっていました！

おそらくマスク内呼気の再吸入でニコチンレベルがより高くなったためと考えられます。



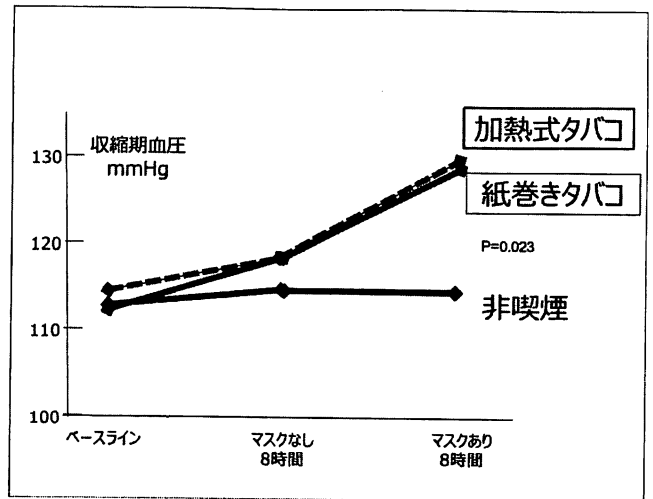
【紙巻きタバコも加熱式タバコも動脈の弾力性を減らしていた＝動脈が固くなっていた】

動脈が固くなると、心臓の収縮で高まった血圧の波が速く手足の動脈に届くようになります。血圧の波が届く速度を脈波伝播速度(PWV)と言います。これが増えることで、動脈硬化の度合いが推し量れます。



紙巻きタバコ喫煙者では、マスクありで非喫煙者の10倍近くPWVが増えていました。

加熱式タバコでも3倍増えていました。もちろんマスクなし時でも、タバコ製品使用により動脈の弾力性が低下していました。



【まとめ】

マスク生活中にタバコ製品(紙巻きタバコ、加熱式タバコ)を使用すると、血圧が高くなり、動脈が固くなり、一酸化炭素が余計に血液にたまり酸欠になりやすくなります。

マスク生活はもうしばらく続くでしょう。勤務時間中はタバコ製品を使用しないことが、健康を守るうえで重要です。

この機会に紙巻きタバコも加熱式タバコもやめるという選択をすることをお勧めします。

【まつざき・みちゆき】

【出典】Ikonomidis 他. The effect of smoking on exhaled carbon monoxide and arterial elasticity during prolonged surgical mask use in the COVID-19 era * *Eur J Prev Cardiol.* 2022年7月

人生、挑戦 嫌煙権弁護士の「逆転法廷」

伊佐山芳郎 著 定価:1,650円(税込)

弱者のために、社会のために
タバコをめぐる社会認識を塗りかえた嫌煙権運動
旗振り役となった弁護士、挑戦の45年

受動喫煙被害の深刻さと対策の遅れの原因に迫る、渾身の論稿!

——渡辺文学氏(「禁煙ジャーナル」編集長)

現場主義に徹し法廷に挑む姿勢 若き法律家にお薦めの一冊

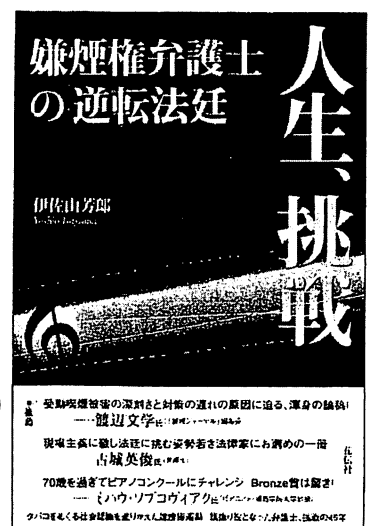
——古城英俊氏(弁護士)

70歳を過ぎてピアノコンクールにチャレンジ Bronze賞は驚き!

——ミハウ・ソブコヴィアク氏(ピアニスト・福島学院大学教授)

花伝社

発売・共栄書房 101-0065東京都千代田区西神田2-5-11 ☎03(3263)3813 FAX03(3239)8272 <http://www.kadensha.net>



私たちの活動

公益社団法人 受動喫煙撲滅機構
理事長 田中 潤

私たちの活動は、喫煙の是非をテーマにしていません。誰かが喫煙をすることによって、その場にいる人がその煙を吸わされてしまうことは絶対あってはならないという理念の下、そうした状況を撲滅することだけを目指しています。

喫煙者の健康を心配するとか、喫煙によって環境が損なわれるとか、そういうことにはあまり関心がありません。というより、とてもそんな余裕はありません。

タバコの煙というものは、人が喫煙しなければ99.9%発生しないと思います。つまり、受動喫煙というのは、タバコを喫煙している人の存在を起点にした概念なのです。

私たちの活動は、喫煙している人に「どうか周りの人たちにタバコの煙を吸わせないようにしてください」とお願いする活動です。ひたすら「今、この場では、吸わないでください」と懇願するしかないのです。それでも相手が吸ってしまえばその場から逃げていくか、「やめて欲しい」と重ねてお願いすることしかできません。「喫煙は俺の勝手だ」と言われたとしても手を挙げることはおろか、タバコを取り上げて消すことも許されないのです。

過去に弊法人の職員が、混雑しているバス停で喫煙をしている人に何度注意してもやめないためタバコを取り上げたところ、暴行を働いたとして相手が警察に通報したことがありました。警察で2時間の取り調べを受け、結果的に職員は警察官から過度な行動だと嚴重注意された上、漸く開放されるということがありました。これが現実です。理屈で何を言っても、この問題は簡単にはいかないのです。

私たちが出来ることは、タバコの煙が発生しないように可能な限り行動をするだけなのです。むしろ、それがいつかは受動喫煙を撲滅することにつながるという覚悟を持ち続けています。

元喫煙者で禁煙活動をされている方は多くいますが、その主張は喫煙者のマナーや健康被害の重大さなどタバコのもたらす害悪を前面に掲げているように感じます。私たちはそうした視点とは少し違う、弱者の立ち場から活動しているに過ぎません。今こうしている間にも、小さな子供たちが受動喫煙の環境に置かれています。自分では何も言えない、自分の置かれている状況がどれだけ不当なのかも分からない本当の弱者のことを、常に念頭において今後も活動して参る所存です。

【たなか・じゅん】

《禁煙運動アーカイブス》 たべもの煩惱記

作家／書誌学者 林 望

世界に冠たる食文化の国日本で、ただ一つ、いけないところがある。それは、飲食店で喫煙にきわめてルーズな点である。たとえば寿司屋。カウンターの隣の席でタバコなど吸われた日には、どんなに新鮮なネタで、どんなに素晴らしい仕事をしてくれたとしても、すべては台無しである。

カウンターは禁煙にしています、というようなことを言う寿司屋もあるけれど、すぐ後ろの座敷で蒙々とやられたのでは、なにもなりはしない。

飲食店を選ぶとき、私はまず禁煙ということを経済の条件にしている。欧米では常識中の常識で、公共のレストランなりバーなりで、喫煙可などというところは全くの例外である。

イギリスでは、レストラン禁煙は当然として、パブまでも完全禁煙ということが法制化された。あのタバコ呑みの金城湯池のように見られていたパブにおいてさえ、タバコは御法度となった。

最新の厚労省調査によると、日本の成人喫煙率は36.8%にまで低下している。女子のそれに至っては、わずかに9.1%に過ぎぬ。すなわち、日本国民成人男女の約8割は非喫煙者なのである。たった2割ほどの喫煙者のために、8割近くの非喫煙者が健康被害を蒙っているというのが、わが日本の状況で、著しい後進性がそこに認められる。

タバコの煙は、ただヤニ臭い煙が食味を著しく損なうばかりか、周囲に及ぼす健康被害は生易しいものではない。タバコを外で吸って家に入ってきた父親が子供を抱き上げると、それだけで子供の尿中に4.5倍ものニコチン分解物が検出されるという報告もある位その毒性は猛である。

最近、神奈川県が受動喫煙防止条例を制定したのに対応して、ロイヤルホストは全席禁煙化を推し進めている。まことに結構なことで、もとより子供や女性が多く利用するファミレスに、喫煙席などというものが設けられていること自体、経営者の不見識と言うべきことである。ロイヤルホストでは、全席禁煙にした店では集客が14%ほど向上したという報告があるそうである。8割が非喫煙者なのだから、それは理において当然である。

禁煙にすると客が離れるなどというのは胡亂の説で、禁煙にすれば、ああよかったと思って8割の非喫煙者が新しい客としてやってくるのである。

それゆえ、すべてのファミレス、ホテル、レストラン、呑み屋、寿司屋など全席完全禁煙になさるがよろしかろう。さすれば、ちゃんと客は増えるはずと思惟される。

【『味覚春秋』2010年3月号より要約】

タバコと野球と私の人生

禁煙ジャーナル会員 前山 邦雄

■平間先生の取り組みに感動

6月号に記載された、平間敬文先生の「38年間の禁煙講演を振り返る」を読んで、大変感動しました。出前禁煙教育を始められた1985年は、タバコ全盛時で、男がタバコを吸うのは当たり前の中でした。私の職場でも「タバコ族」が大手を振って歩いていました。

私はタバコを吸ったことがなく、タバコの煙が大嫌いで、毎日「煙」から逃げていました。

平間先生は、幾多の困難を乗り越え、38年間に1300校もの学校を訪問し、禁煙教育をされたとのこと。本当に頭が下がります。平間先生のような献身的な方のお陰で、公共場所の禁煙が進み、その結果喫煙率も下がったと思います。

私もささやかながら、高校生に20年間禁煙教育をしました。感想文に「タバコの害が良く分かった。大人になってもタバコは絶対吸わない。家族にも禁煙を勧める」とあり、禁煙教育を続けて良かったと、つくづく思いました。

平間先生が「若い世代が、ニコチンごときに人生を左右されるのは、まさに御免こうむりたい」と書いておられますが、全く同感です。

■タバコに無縁（煙）の良い人生

ところで、渡辺文学さんから『禁煙ジャーナル』に寄稿のお勧めがありましたので、78年のこれまでの人生を振り返ってみたいと思います。

ささやかながら私の自慢は、これまで1本もタバコを吸ったことがないことです。

同級生や野球の先輩たちが、タバコのために亡くなったことを知ると、私は良い人生を歩んできたつくづく思っています。

私が住友軽金属に入社した1962年(昭和37年)はタバコ全盛時代で、ある有名女優が「タバコを吸わない男なんて」と言ったことをはっきり覚えています。職場も吸いたい放題で、文句など言えない雰囲気でした。

■市役所・役場の灰皿撤去に取り組む

1970年頃、刈谷市の坂田仲市さんと知り合い、他の仲間と一緒に5人で「タバコと健康を考える愛知の会」を作りました。

愛知県では、以前から「久野綾子さん」が禁煙運動をされていたので、久野さんの活動を引き継ぐ形になりました。

最初に取り組んだのが、市役所・役場の灰皿撤去です。5人で手分けして、県内の市役所・役場をすべて廻りました。

灰皿が「住民サービス」として当たり前のようになっています。各市役所・役場に灰皿撤去の依頼文書を出し、時間はかかりましたが、すべ

ての市役所・役場から灰皿が消えました。

忘れられないのは、地下鉄改札口の付近に置かれている灰皿の撤去です。歩きタバコの喫煙者のための灰皿ですが「喫煙コーナー」になっていました。地下鉄担当者と粘り強く交渉して、とうとう撤去させました。

今考えると当時は、電車の中も喫煙OKでした。今では考えられませんね。

■サマーセミナーで禁煙講座

20年程前から「サマーセミナー」で、高校生に禁煙教育を行うようになりました。

「サマーセミナー」というのは、私学高校生の親たちが主催する市民教室です。市民が自分の得意なことや伝えたいことを自由に講義することができます。今では2000以上の講座があり、高校生や中学生、市民が聞きたい講座を自由に選ぶことができます。

ノーベル賞の益川敏英氏、野球の川上憲伸氏、テニスの伊達公子氏などの有名人も講師として参加して頂きました。

私は、20年間毎回「禁煙講座」をやってきましたが、ここ3年間はコロナでお休みです。

■「野球」は我が人生

野球の話をし少しします。私は野球が大好きで、小・中・高と野球部、高校卒業後、住友軽金属というアルミの会社に入り、軟式野球を続けました。

各産業の優勝チームが集まって、後楽園球場で毎年「全日本実業団大会」が行われます。

当社は1963年、1967年、1974年の3回優勝することができました。引退後、地元の豊明で少年野球チームを作る話があり喜んで参加しました。

少年野球の指導で20年、次に中学生の指導を13年。私の人生は野球抜きでは考えられません。

プロ野球は勿論「ドラゴンズ」ですが、最近の低迷振りに歯がゆい思いをしています。

■「無煙社会」を目指して

最後に、私の願いは「無煙社会」です。無煙が当たり前の社会の実現です。

そのためには、未成年にタバコを吸わせないこと、具体的には、小学生・中学生・高校生の禁煙教育が絶対に必要だと思います。

「たかがタバコ」で死んだり、病気になったらこんなに「理不尽」なことはありません。

大人の男性喫煙率が現在3割程度と認識していますが、これが1割になれば、また社会も大きく変わると思います。

渡辺文学さんを見習って、死ぬまで「タバコ・ゼロ」を目指します。

【まえやま・くにお=愛知県豊明市在住】



＜メディア・ウォッチング＞

■5/18『東京』「運動習慣がコロナ禍重症化防ぐ」。普段から運動を心がけている人は、新型コロナウイルス感染症にかかっても、重症化、入院、死亡のリスクが大きく低下するという大規模調査を南ア、カナダの国際チームがまとめ「ブリティッシュ・ジャーナル・オブ・スポーツ・メディシン」に発表した、という内容■5/20『いわき民報』「齋藤代表 3次喫煙の危険性など提起」「世界禁煙デーを前に岸田さん(元初代LEON編集長)と対談」。「Tobacco-freeふくしま」の齋藤道也代表理事(みちや内科・胃腸科院長)と雑誌レオン初代編集長の対談内容を紹介■5/23『朝日』(島崎周記者)「吸いたくて長い列」「都内の喫煙室」。①都心のオフィスや商業施設で行列ができる喫煙室が目立つ、として、①喫煙所の利用状況②喫煙所が減った原因③喫煙所増設の声・動き④喫茶室「ルノアール」の方針転換⑤佐賀県議会が屋外敷地内喫煙所の復活の請願を全会一致で採択⑥奈良県香芝市が昨年12月、敷地内に屋外喫煙所の設置を求める決議を可決、といった内容。末尾は高崎健康福祉大学の東福寺幾夫教授のコメント「喫煙所ができた、なくなったということは一喜一憂せず、継続的な粘り強いアプローチが必要だ」■5/27『福島民友』[ひと]「『喫煙はトレンドじゃない』」。「LEON初代編集長岸田氏×医療関係者団体代表齋藤氏」。5月31日の「世界禁煙デー」を前に、「Tobacco-freeふくしま」の齋藤氏と岸田氏との対談内容を紹介。岸田氏の発言「文化として多様性は認められるべき」を紹介するなど、5/20の『いわき民報』の姿勢とは異なるようです(笑)■5/29『下野新聞』[はっしん! まちなか記者 近藤圭佑]。記者がごみ拾いをしたら吸い殻が120本以上もあったとして①「市路上喫煙等による被害の防止に関する条例」で「路上喫煙当禁止区域」に指定されている。違反者は2千円の過料②市生活安心課の担当者「路面標示や広報誌などで周知している。禁止区域以外の場所で、マナーを守って楽しんでほしい」③店の前を毎朝掃除している住民:「指定喫煙所が撤去されてから、明らかにポイ捨てが多くなった」「夜に飲酒してたばこを吸い、そのまま路上に捨てる。隠れて吸うから火災の心配もある。(ポイ捨て防止には)吸える場所を提供するのも一つの手ではないか」と記述。さりげなく「喫煙所」を復活させようとする背後の勢力が気になる記事でした(笑)■5/30『東京』「ごみ拾い ゲームで楽しく」「清走中」「ワクワクしながら環境学ぼう」。記事に「タバコ、吸い殻」などの語句はないものの「ごみ拾い」に参加して環境問題を学び、意識の高揚を図る取り組み事例を紹介。ポイ捨てされたごみを拾い、重さなどを競うゲーム感覚のイベント「清走中/せいそう

ちゅう」を開催した大学生の北村優斗さんを取材■5/31『東京』「『たばこは20歳』」「認知7割止まり」「成人年齢引き下げで調査」。国立がん研究センターのアンケート①たばこは20歳からに限られ18~19歳の成人は禁止されていることを知っているか。同センター平野公康たばこ政策情報室長のコメント→「成人になっても吸ってはいけないという認知度はまだ低い。若いころから吸い始めないことが非常に大事だ」といった内容。『読売』『毎日』もほぼ同内容■6/1『読売』[チャレンジ! /執筆:内田辰彦校長]「国立市立国立第八小学校」「河川敷でごみ拾い 袋いっぱい」「どう減らすか 体験通し学ぶ」。総合学習の時間に、4年生が多摩川河川敷でごみ拾いを行った状況や市内を流れる矢川の生物調査などを通じて、環境を守ることに理解を深める、といった目的を紹介■6/1『毎日』(下桐実雅子記者)「ニコチン依存/がん死亡」「喫煙開始若いほど高リスク」。①喫煙・飲酒を現行の20歳以上に据え置いた背景②喫煙の害③2016年の「喫煙の健康影響に関する検討会報告書」の指摘内容④神奈川県がまとめたリーフレットの内容⑤喫煙開始年齢が若いほどニコチン依存度が高いとの国の調査結果、を紹介■6/2『読売』「吸う・吸わない人が『尊重し合える社会へ』」。一般記事のように見えるが、左上に小さく「広告」とあり、「企画・制作」を「読売新聞社広告局」が行った旨の表示がある。「株式会社コソド」の訴えたいことをまとめたもので、内容は「喫煙所の企画・運営」に関するもの。「広告文」(笑)には「大学の研究者やタバコメーカーにも協力を仰いで調査・研究行うなど」の記述もあるから、タバコ離れの阻止・喫煙人口の減少を食い止めようとするタバコ会社が背後にいるのが妥当■6/3『産経』[知っ得News]「『吸う人も吸わない人も配慮』」「自治体、試行錯誤」「健康増進法2年 屋外でのマナー、喫煙所整備に課題」。屋内が原則禁煙となり、「路上喫煙や吸い殻のポイ捨て」などの増加から「自治体などでは路上喫煙の規制やマナー啓発の一方、喫煙所整備を模索し、吸う人と吸わない人への配慮を組み合わせ環境づくりへの試行錯誤が続いている」として、①大阪市②佐賀県③京都市、の取り組み事例を紹介。「喫煙所整備」について、賛否両論を記事本文で紹介はしているものの、「吸う人も吸わない人も」「マナー」を強調しているから読者に「JT路線」を肯定させる構成。5/17『日刊ゲンダイ』の記事(本紙6月号参照)でも京都市と奈良市を比較し、京都市をベタ褒めしていたが、ここでも「共存社会目指す京都市」の小見出しを付け「吸う人も吸わない人も」を強調。公平を装った「ヨイショ記事」と言ったら言い過ぎか(笑)■6/6『神奈川新聞』「18歳までに知りたい法の言葉」

「喫煙・飲酒禁止『未成年』20歳未満と改正」。

①たばこの煙に含まれる有害成分②喫煙開始年齢が若いほど肺がんになる確率が高まる③アルコールも脳や肝臓に悪影響④10代では急性アルコール中毒になるケースも多い⑤未成年者喫煙禁止法と未成年者飲酒禁止法の内容⑥喫煙と飲酒は「禁止法」の「未成年者」が「二十歳未満」と改正され、これまで通り20歳になるまで禁じられている、といった内容■6/7『毎日』「痴漢行為の容疑者取り逃がす 板橋駅で巡查長」「たばこを一服のすきに」。被害者から突き出された痴漢行為の容疑者に対し、巡查長が「駅前の喫煙所」での喫煙を許したすきに逃げられた、というばかばかしいお話。公衆喫煙所はやはり要らない！（笑）■6/11『しんぶん赤旗』（徳永慎二記者）：「土曜ワイド「世界禁煙デー：「タバコ問題二つの報告」「『広告禁止』無視して今も」「SDGs理念に背く活動」。5月25日にタバコ問題首都圏協議会が記念イベントをオンラインで開催。その中の二つの講演内容（1）石田雅彦氏による「タバコ産業の活動実態とその問題点」（2）高岩寺住職・来馬明規氏による「タバコ産業の活動はSDGsの理念に反する」）を紹介。[石田雅彦氏]→①「F1とタバコ産業の深く強いつながり」①巨額の費用を必要とするF1のチーム運営と、そのためのスポンサー探しの必要性という背景②世界各国を転戦し新たにファンになる3分の1は25歳未満の若者をターゲットにした宣伝戦略③EUから広告禁止の勧告を受けながらもFCTC違反の広告が今も続いている。②「タバコ産業のマスメディアへの浸透」①「J Tの森」は「森林保全活動」として各地で展開②岡山県新見市のケース③J Tが富山市に補助金を出し、石川県加賀市と連携協定を結んだことを地元紙が報道。その後、同紙に「加熱式」の記事を2回掲載。これは「巧妙なJ Tのマスコミ浸透術の一つ」/[来馬明規氏]→①SDGsとFCTCはいずれも「現在と未来」の二つの視点がある②「持続可能」とは、時間的な公平性、すなわち現在の要求を満たしつつ、将来の各世代の要求を満足させること③FCTCも、第3条の「目的」で「現在と未来の世代をタバコの消費、タバコ煙へのばく露が健康、社会、環境、経済に及ぼす破壊的な影響から守る」としている④SDGsには「すべての国においてタバコ規制に関するFCTCの実施を適宜強化する」⑤「たばこ製品の製造・消費は、SDGsの17の目標をすべて妨害している」⑥「タバコの製造・販売・消費の抑制は、17の目標すべてに良い影響を与える、SDGsのすぐれた実践」■6/14『日刊ゲンダイ』「観光地の多様性と分煙環境」「世界遺産の玄関口・宮島口に喫煙所を設けた喫茶店主の思い」。①宮島駅前には喫煙所がない。やむなくフェリー乗り場に向かうと、喫茶店の前に灰皿があったので一

服②店主：市に何度も喫煙所設置をお願いしたが、話が進まないのでもやむなく設置③廿日市市は「公共施設における禁煙等推進条例」がある③受動喫煙の防止は重要だが、喫煙所を整備しないことによる弊害の対策はどうするのか④喫煙所が整備されなければ、路上喫煙やポイ捨てが横行し、受動喫煙の影響を受ける可能性がある、といった内容■6/14『神奈川新聞』[暮らしいきいき]「『有害性』もっと認識を」。①加熱式についてWHOは「紙巻と同様の規制が必要」、米FDAは「害が少ない」「健康上のリスクが低い」といった見方を認めていない②岩手医科大&慶応大などのチームの研究結果③「加熱式」の使用者が2015年は0.2%だったのが、2019年には11.3%に急増④「加熱式」による受動喫煙被害の調査結果など。末尾は、東北大大学院歯学研究科玉田雄大氏のコメント「加熱式たばこによる受動喫煙が起こらないよう、公共の場だけでなく、家庭内の禁煙ルールも検討してほしい」■7/7『読売』「喫煙率下げ止まり 対策急務」「若者の『きっかけ』摘む必要」「『今年度に12%』困難」「禁煙治療保険適用に制限」。『健康日本21』（第2次）で20歳以上の喫煙率を22年度までに12%に下げる目標を掲げていたが、それが困難と判明。対策は「値上げなどに加え、若者への対策がカギを握る」として①保険適用の制限緩和など、禁煙支援の強化②警告表示の改善③若者層が喫煙を開始しない社会環境づくり、といった視点で取材。専門家のコメント①地域医療振興協会・中村正和氏：「182か国が国際条約で推奨されている対策が行われておらず、改善すべき点が多い」②日本禁煙学会・村松弘康医師「禁煙を望む人がみな達成できるよう、保険診療の条件を緩和することも検討すべきだ」③国立がん研究センター・平野公康たばこ政策情報室長「大学進学や、就職のタイミングで、喫煙を開始する人が、依然として多いと考えられる」「喫煙開始年齢が若いほど、死亡や病気のリスクが高まるのが国際的な研究で分かっている。大人が若者に、たばこを吸う姿を見せないなど、喫煙のきっかけを作らないことが重要だ」■『しんぶん赤旗』「加熱式タバコ受動喫煙調べた」「20年は17年の1.7倍増」。加熱式タバコによる受動喫煙に一般住民がさらされる状況に東北大の研究グループが4年間にわたって調査した内容を紹介。①論文は「加熱式タバコによる受動喫煙への暴露割合の推移を明らかにした世界初の研究で、国際学術雑誌に掲載②大学院歯学研究科の竹内研時准教授のコメント①加熱式タバコ…受動喫煙への暴露がどう変化していくかを明らかにするのが研究の主な目的②10人に1人がほぼ毎日暴露されている③教育歴に応じて暴露リスクに差③論文では「加熱式タバコの受動喫煙は、新たな社会問題」と指摘【氷飽健一郎】

展望台

水輪と書いて「すいりん」と読む。仏様の教えでは、世界は地・水・火・風・空の五つから成り、輪はすべての徳を具備するそうだ。大地の下層で世界の基底を成す四輪の一つで金輪と風輪の間にある、という説もある◆2015年、国連でSDGs（2030年までに達成すべき17の目標）が採択された。17色のカラーホイールがオシャレなSDGsバッジは国連本部のオンラインショップ等でも売られていて、最近はこのバッジを着けることが流行りだ◆私が初めてこのバッジを見たのは、2020年の暮れだった。河北新報の紙面に載ったJT東北支社長の胸に、それはあった。「食品ロスを減らして誰もが住みやすいまちへ」をテーマに、JT東北支社長と仙台市長（郡和子）が一般市民（せんだい食エコリーダー）を巻き込んで鼎談していた。営業部の企画記事だった◆単純に、FCTC違反だと思ったが、営業部は「違反しても問題ない」としてJTの片棒を担ぎ続ける。今も宮城県や県警と共に主催する「みやぎ消費者被害ゼロキャンペーン」の事務局としてJTを協賛企業としており「『自分は大丈夫!』そんな人がだまされています。『家族の絆作戦』で振込詐欺を撃退！ 私たちも消費者被害ゼロ社会の実現に取り組めます。ひとのときを、想う。JT」の偽善PRを紙面に載せる。正に吸い込み詐欺だ◆SDGsの3aにはFCTCの実施強化が記されているが、JTは「SDGs貢献プロジェクト」を立ち上げ、格差是正・災害分野・環境保全に取り組む団体を募集し金を配る。昨年は山形大学等が受け取ってしまったし、最近ではk h b（東日本放送）が受け取り、交付式ではk h bの社長とJTの人間が並んで胸にSDGsのバッジを光らせていた。規制対象のタバコ産業が、タバコを規制す

るSDGsのバッジを付ける滑稽さよ。この様な実態が伴わない取り組みは「SDGsウォッシュ」と言われるが、騙される個人・団体が後を断たない◆国連本部はカラーホイールのデザインを押し潰したり歪めたり色彩を変える等してはいけなく、としている。ならばそのバッジを付ける企業は、都合の悪い目標は無視して他の目標だけに取り組みます、とは言えないだろう。そもそもタバコは17の全ての目標を妨げるものだ。背広をバッジで飾っても、心のバッジは歪んで真っ黒になっていないか。そんな企業から金を受け取るとどうなるか、団体も個人もよく考えてみて欲しい◆「いちめんの水輪の果ての置き扇（池に何か落ちたのだろうか。水の輪が広がっていくのを見ているとその先に、置き忘れられた扇があった。もう夏も終わったのだなあ）という俳句がある。反タバコの石（意思）を多くの人が水面に投げ続けられれば、水輪は世論となって広がり、いずれ「世界の果てに時代遅れとなって忘れられたタバコ産業が、うらぶれてありましたよ」という歌が詠まれる日が来るだろう。【斉藤由美】



【雑記帳】 6月19日、郷里の南会津に行く支度をしていたところ、ベランダのガラス戸を開けていた際に、我が家の猫ミー君（牡・16歳）が出てしまい、どこかに行ってしまいました。そのまま南会津に行くわけにはいかず、周囲を一所懸命探しましたが居りません◆その夜、隣のマンションの床下に黒い影が…。遠くから大型のライトで照らしてみると、やはりミー君のようです。しかし、隣のマンションは床下に行くことが出来ない構造になっています。そのマンションの住人の方や管理人の方にも猫の家出を説明して盛んに名前を呼んでみましたが、一向に出てきません◆この件をFacebookでつぶやいたところ、猫ファンの方々からいろいろなコメントを頂きました◆Kさんからは「猫が帰ってくるおまじないがあります。それは、友達の家出にも使って、みんな帰ってきました。やってみてください。

立ち別れいなばの山の峯に生ふる

まつとし聞かばいま帰り来む

中納言行平の百人一首の歌です。この句を紙に書

いて玄関や出入り口に貼る。そして同じ場所に猫の使用していた食器を伏せて置く」。というアドバイスでした。ワラをもすがる思いでしたからさっそくこの句を書いて、あちこちに貼りました◆翌日から毎晩、夜9時過から12時くらいまで、何回も往復しながら、そして蚊に刺されながら、マンションの床下を覗く日が続きました。長袖のシャツとズボンの上から刺されるのです。結局29日に連れ合いがマタタビの粉を撒いて誘い出し、いつもの餌入れを用意して、名前を呼んだところようやく餌箱に寄ってきたので抱き抱えました。10日間、何も食わず、水も飲まずによく生きていたと思いました◆翌日、行きつけの獣医さんに見てもらったところ、外傷などもなく、また血液検査もしてもらいましたが無事で、至って元気とのこと。安心しました◆今月は、我が家のミー君の「家出騒動記」で失礼します。(文)