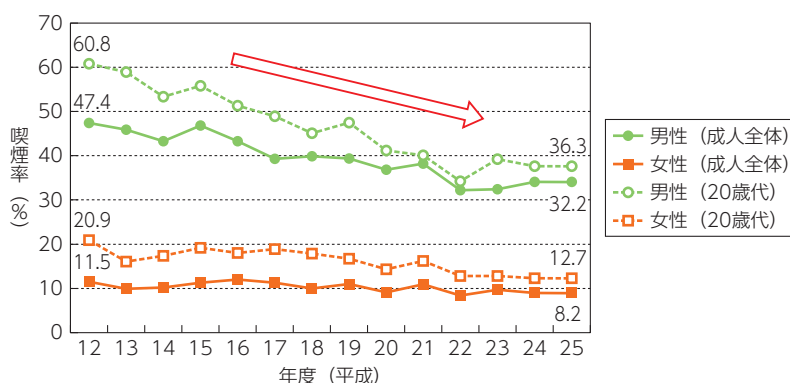


09

喫煙は過去の習慣？

成人喫煙率（厚生労働省 国民健康栄養調査）

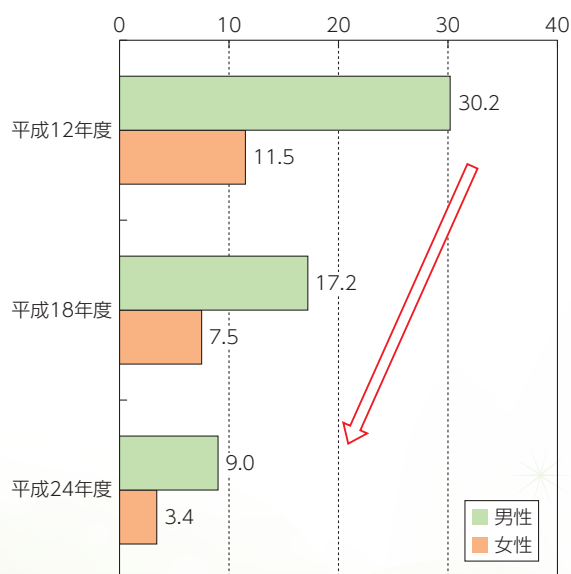


我が国では、男女による喫煙率に大きな差があり、女性に比べて男性の喫煙率が極めて高い状況にあります。近年、男性の喫煙率は低下傾向にありますが、20歳代も含め依然高い状態です。

皆さんが、大人になったときには、我が国の成人喫煙率はどうなっているでしょうか？



将来「たばこを吸うと思う」と回答した
高校3年生の割合 (%)



(文部科学省 薬物等に対する意識等調査)

将来「たばこを吸うと思う」と回答した高校生は、男女ともに年々減ってきています。上記の成人喫煙率の低下は、高校生の喫煙に対する意識の変化と連動しているように見えます。

皆さんが、大人になったときには、成人喫煙率は一段と低下していることでしょう！

高校生のたばこを吸う人に対する印象は、近年、男女とも「カッコいいと思う」が減り平成24年度では高校3年生男子で4.5%、女子でわずか2.4%です。

一方、「カッコわるいと思う」は増えており、平成24年度では男子で27.1%、女子で36.3%です。

たばこについての最新情報を以下のホームページで調べてみましょう。

最新たばこ情報

検索

<http://www.health-net.or.jp/tobacco/front.html/>

喫煙すると、体に様々な悪影響が出ますが、長い間吸い続けると、さらに影響は深刻になります。特に、未成年からの喫煙は害が大きいので、「未成年者喫煙禁止法」で**20歳未満は、喫煙が禁止**されています。

呼吸器疾患

慢性閉塞性肺疾患（肺気腫）や気管支拡張症などの慢性呼吸器疾患になりやすくなります。

また、喫煙開始年齢が早いほど、肺がんにもなりやすくなります。



非喫煙者のきれいな肺 喫煙者の汚れた肺

がん（怖いのは、肺がんだけではありません）

喉頭がん、食道がん、肝臓がんなどにもなりやすくなります。

心疾患（怖いのは、呼吸器系疾患ばかりではありません）

心臓への負担が増え、冠動脈硬化などから狭心症や心筋梗塞なども起きやすくなります。

喫煙すると、美容にも……

「たばこを吸う人＝カッコわるい」の要因かも？



髪や服へのおいの付着。
口臭が強くなったり、気付かないうちに
重い歯周病になりやすくなります。
肌の老化が進み、しわが増え年齢より老
けて見えることになります。

妊婦や乳幼児の母の喫煙は危険！



女性の喫煙は、月経不順や不妊症の原因になります。

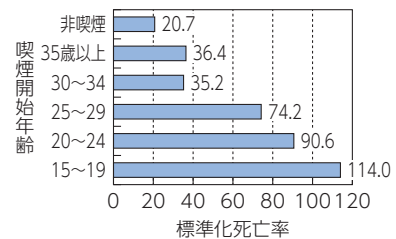
また、妊婦がたばこを吸うと低出生体重児（出生時体重2,500g未満）が生まれやすくなったり、流産や出生後間もなく死亡する乳幼児突然死症候群が起こりやすくなります。

乳幼児をもつ女性の喫煙は、たばこの煙と母乳の両方から乳幼児に悪影響を与えることになります。

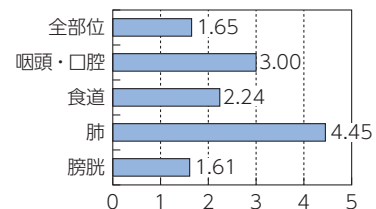
喫煙者の近くにいる人は、たばこの煙を吸い込むことになります。これを「**受動喫煙**」と言い、たばこを吸わない人にも大量の有害物質による影響を与えることになります。

受動喫煙による健康影響は、流涙、頭痛などの症状だけでなく、がんや心疾患による死亡率が上昇したり、非喫煙妊婦でも低出生体重児の出産の発生率が上昇するといった研究結果が近年多く報告されています。

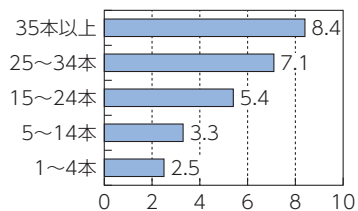
喫煙開始年齢別肺がん標準化死亡率(男性)
標準化死亡率（ここでいう標準化死亡率とは、年齢構成の違いを補正した死亡率で、人口10万人に対する死亡率を示したもの）



非喫煙者を1とした時のがんの部位別に見た死亡についての相対危険度（男性）



非喫煙者を1とした時の喫煙本数別に見た肺がん死亡についての相対危険度(男性)



資料：いずれも平山らによる調査（1966～82）

妊娠中の喫煙が胎児に及ぼす相対危険度

	相対危険度
低出生体重児	1.9～2.5
早産	1.5～3.3

非喫煙者を1とした時の喫煙者の危険度
田中ら（1964）、星ら（1977）、厚生省研究班（1979）、久富ら（1982）、黒倉ら（1984）、中村ら（1988）、濱田ら（1988）による調査

受動喫煙による相対危険度

疾患による死亡数	相対危険度
肺がん (US-EPA報告、1998)	1.19
虚血性心疾患 (Heらによる調査、1999)	1.25

非喫煙者を1とした時の喫煙者の危険度