

特定非営利活動法人

禁煙みやぎ

はじめに

今年は世界禁煙デー・宮城フォーラムが 25 回を迎えます。また、受動喫煙の法律が施行される年で、禁煙に対する関心は深まっています。この機会に会員の皆様と共に、さらに禁煙を推進しましょう。

**第 24 回世界禁煙デー・宮城フォーラム
「健康のためにすべてのタバコを止めよう！」**

第 24 回世界禁煙デー・宮城フォーラムは 2018 年 5 月 27 日(日)藤崎デパート一番町館 5 階イベントホールで開催されました。参加者は 180 名でした。

ロールプレイ 「禁煙するなら禁煙外来に行こう」

ロールプレイは医師役を山本氏が担当し、禁煙外来の実際の様子を分かり易く示しました。大変参考になったというご意見をいただきました。(写真 1)



写真 1 禁煙外来のロールプレイ 山本蒔子氏(右)
基調講演

基調講演の日本禁煙学会理事の松崎道幸氏は、現在多くの喫煙者が吸い始めている加熱式電子タバコは、メーカーが宣伝しているように安全なものではないことを強調しました。加熱式タバコに含まれるニコチンは、通常の紙巻タバコとほぼ同程度であり、タールも 7 割を含んでいる事、受動喫煙も起こる事や加熱式タバコに変えても禁煙は出来ない事を、データーを示して分かり易く解説されました。

(写真 2)

シンポジウムでは建築業などの職場における職場の喫煙対策を 3 つの企業からお話し頂きました。

建設職場では、事務職の喫煙率は低いですが、現場で

働く、多くの職種の作業員の喫煙率が 50%以上と高いとの報告でした。対策として、喫煙所は椅子なしにしてゆっくりできないようにする、非喫煙者を会社として表彰し禁煙教育や禁煙外来受診を奨励するなどを進めていくという事でした。

電気工場の職場では、2002 年の「健康日本 21」が始まった時から、会社としても目標をたて、さらにタバコのパッケージに警告文が書かれた時から、事務所を分煙にしたことを話されました。禁煙外来を受診して成功した社員が禁煙を呼び掛けたそうです。

防災電気工場の職場では、喫煙所を出来るだけ遠くに作る、喫煙所はガラス張り、すし詰めにして、見世物にしていると話されました。熱心な事務職の女性が、タバコの吸い殻が砂地に差し込まれた写真を撮り、「タバコすなー」と呼び掛けたこと等、各職場のユニークな喫煙対策が紹介されました。



写真 2 基調講演 松崎道幸氏

禁煙みやぎでは、タバコの煙を客観的に測定でき、スマートフォンに接続できる PM_{2.5} センサーを用いて、分煙と禁煙の仙台市内のコーヒー店で測定した結果を報告しました。分煙店では、喫煙室の中は 8 割位座席が埋まると 800 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ を超える非常に高い濃度であり、その際には禁煙区域も 130 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ と高い濃度になっていました。一方、禁煙の店はすべて 3~3.2 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ とたいへんきれいな空気環境を示しました。これによって、分煙では受動喫煙を防止できないことは明らかであると訴えました。

その後総合討論に移り、フロアからの質問や感想も多く、活発な意見交換がありました。特に、産業医をしている参加者から、これからは自信を持って、加熱式タバコは危険と言えると感謝の発言が

ありました。(写真3)

会場には、仙台市医師会作成のタペストリーや禁煙みやぎ作成の禁煙啓発ポスターの展示があり、講演開始前の時間を利用して、熱心に見られる参加者の姿が目立ちました。体験コーナーである、肺年齢測定、血管年齢測定や肌年齢測定も多くの方が体験されました。世界禁煙デー関連イベントとして実りある、フォーラムを開催することが出来ました。



写真3 総合討論 左から 松崎道幸氏 石川広志氏
横山 康氏 石丸智弘氏 山本蒔子氏

世界禁煙デー・禁煙ポスター展示

青葉通地下道展示ギャラリー 5月16日～5月30日
藤崎百貨店青葉通り玄関口 5月16日～5月26日
宮城県庁 5月31日～6月6日

第三回みやぎ禁煙指導研究会

医師、歯科医師、薬剤師および看護師による禁煙支援

11月21日(水) エルパーク仙台にて開催し参加者は52名でした。

NPO 法人禁煙みやぎ会員の大高要子氏は、PM_{2.5}センサーを用いて仙台市内のコーヒー店やゲームセンターの空気環境を測定し報告しました。前回の結果と同じく分煙コーヒー店では分煙は意味の無いことを指摘しました。ゲームセンターではパチスロ店のほとんどは喫煙店で非常に空気環境が悪い状態であったと報告しました。

仙台市薬剤師会会長の北村哲治氏は、地域密着型薬局を、「ハートヘルス・プラザ」と愛称を付けて、禁煙・受動喫煙防止の啓発活動をされており、その内容を話されました。今年からは学校に出向いて、子供たちのために「防煙教室」を実施していることも紹介されました。

宮城県結核予防会保健師の佐藤宗子氏は「卒煙の取り組み」(検診・外来・COPD健診及び精検・特定保健指導)について話されました。一般健診、結核・

肺がん健診、特定保健指導等を通して「卒煙したい」と考えている人がたくさんいることに気づいたので、禁煙支援チームを作り「卒煙を考えはじめたあなたへ」というパンフレットを作成し、「卒煙の方法」を情報提供している事を紹介されました。

最後は「健康の社会的決定要因から見るたばこ問題」を東北大学大学院歯学研究科准教授の相田潤氏が講演されました。保健行動には地域や社会集団によって大きな健康格差が存在していると指摘されました。タバコが有害であることは知っていても吸ってしまうことの背景には社会的決定要因も存在し、受動喫煙はその傾向はさらに強いことを強調されました。これらから、法律の制定が社会的影響を多くの人々に及ぼすと結ばれました。

実際のスライドもホームページに掲載出来ましたのでご覧いただきますようお願い致します。

その他の主な活動とお知らせ

《第15回タバコ対策ネットワーク・みやぎ・せんだい連絡会議》 3月5日

12団体の内8団体が参加し意見交換がありました

《第12回日本禁煙学会学術総会》

第12回日本禁煙学会学術総会が11月10～11日に高松で開催されました。当会の理事、安達哲也氏がシンポジウム「地方における禁煙活動」において「NPO禁煙みやぎ24年間の活動」について発表しました。

《藤崎デパート平成31年初売り 禁煙福袋》

禁煙みやぎが協力して売り出された藤崎デパート平成31年初売りの禁煙福袋は4名の方が購入されました。2月11日にキックオフイベントが行われました。禁煙みやぎの複数の理事が禁煙成功へとフォローしていく予定です。

《第25回世界禁煙デー・宮城フォーラム開催予定》

2019年5月26日(日) 藤崎事務館

テーマ：禁煙宣言はオール宮城で！

会費納入先：七十七銀行本店 普通 8033293

特定非営利活動法人 禁煙みやぎ 事務局

住 所：〒981-1505

宮城県角田市角田字田町123

医療法人金上仁友会 金上病院内

連絡先 T 0224-63-1032 F 0224-62-1036