

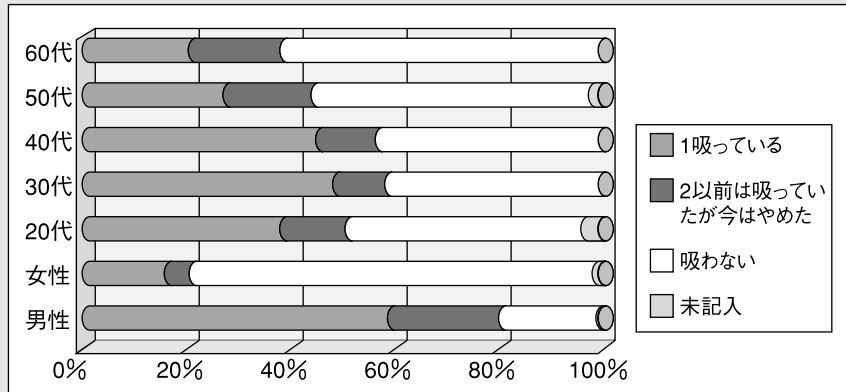
# 小野町健康調査の報告⑥

報告の最終回は「たばこ・喫煙」の状況です。

## ①喫煙状況

たばこの喫煙率は男性が55%、女性が14%、全体では32%です。全国の喫煙率と比べると男性は高く女性は低い状況です。一日に吸う本数は20～29本が約半数で、30本以上は20%を占め、特に男性は高い状況です。20本未満は30%です。

グラフ〈喫煙状況〉



## ②吸い始めた年齢

喫煙を始めた年齢をみると、全体の34%が10代です。中でも20歳代では60%が10代で吸い始めています。年代が若くなるにしたがって喫煙開始年齢が低くなり、全国と同じ傾向がみられます。

## ③家庭内の分煙

家族の中で喫煙者がいる世帯は約半数です。たばこを吸う人が家庭で分煙（時間や場所を工夫）し

ている状況は、40%であり、今後、家庭における分煙を進めていく必要があります。

## ④禁煙状況

「以前は吸っていたが禁煙した人」は12%で、50歳以上に多い状況です。現在吸っている人の禁煙に対する思いは、「やめたい」が33%、「吸う本数を減らしたい」が50%であり、50～60代に禁煙したいと考えている人が多くいました。

将来の健康が気になる年代と一致します。

## たばこの健康への害

「たばこ」はニコチンや発ガン物質（ベンゾピレン）・発ガン促進物質など多くの有害物質を含むため、がんや心臓病・気管支炎などいろいろな病気の危険因子になります。喫煙者は吸わない人に比べて、がん・循環器のいずれでも死亡率が高く、未成年でたばこを吸い始めた人は、その危険がさらに増すという報告があります。

また、妊婦が喫煙すると低体重児や早産の頻度が高くなります。

一方、たばこをやめた人と、吸ったことがない人の死亡率に差はあまりなく、途中から禁煙することも健康に重要です。

## 受動喫煙を防ぐ

たばこを吸わない人でも、他人が吸って吐いた煙や、たばこから立ち上がる煙により、吸っている人と同様にがんや心臓・呼吸器など体への影響を受けます。受動喫煙は、自分の意志とは関係なくたばこの煙にさらされ、吸わされています。

受動喫煙による害を考え、自分と周囲の健康を守るため、分煙と禁煙を考え実践していきましょう。

## ●非喫煙者と比較した喫煙者のがんによる死亡の危険性(男)

