

週刊 タバコの正体

Vol.4

第4巻 (2006.4.18 ~ 2006.7.19)

第1話	タバコの毒一覧
第2話	タバコの罖
第3話	富国強兵時代の産物
第4話	禁煙は愛
第5話	40年後のあなた
第6話	時は金なり
第7話	世界禁煙デイ スローガン
第8話	スポーツとタバコ
第9話	壊死性歯肉炎
第10話	内臓の汚染
第11話	トイレで吸うな、捨てるな、群れるな
第12話	タバコ税
第13話	アンケート結果
第14話	縁の下の力持ち

新入生諸君、和工の生活はいかなものでしょうか。初めてのことばかりでドキドキしっ放し、という人も多いのでは。2・3年生の諸君は、先輩ツラができてチョットいい気分、っていうとこかな。

さて、今年もタバコの勉強を続けます。上級生からは「もう、ええってよ」という声も聞こえてきそうですが、まだまだ“タバコは毒”であることを本当に分かっている人は少ないのです。頭で理解できていても、行動が伴わなければ“本当に分かっている”ことにはなりません。だから、今年も一から勉強します。

4000種類の化学物質、200種類以上の有害物質、60種類以上の発ガン物質が含まれているのがタバコの正体です。その一部を紹介しましょう。

物質名	生物活性	1本あたりの量	解説
ベンゾ(a)ピレン	腫瘍創始物質	8~50ng	発ガン実験に使われることで有名
5-メチルクリゼン	腫瘍創始物質	0.5~2ng	
ベンゾ(j)フッ化アンセン	腫瘍創始物質	5~40ng	
ベンツ(a)アントラセン	腫瘍創始物質	5~80ng	
その他多環式芳香族炭化水素	腫瘍創始物質	?	
ジベンツ(a,j)アクリジン	腫瘍創始物質	5~10ng	
ジベンツ(a,h)アクリジン	腫瘍創始物質	?	
ジベンツ(c,g)カルバゾール	腫瘍創始物質	0.7ng	
ピレン	発癌促進物質	50~200ng	
フッ化アンセン	発癌促進物質	50~250ng	
ベンゾ(g,h,i)ベリレン	発癌促進物質	10~60ng	
その他多環式芳香族炭化水素	発癌促進物質	?	
ナフタレン類	発癌促進物質	1~10μg	
1-メチルインドール類	発癌促進物質	0.3~0.9μg	
9-メチルカルバゾール類	発癌促進物質	0.005~0.2μg	
その他中性物質	発癌促進物質	?	
カテコール	発癌促進物質	40~460ng	
3 or 4 メチルカテコール類	発癌促進物質	30~40ng	
ダイオキシン	発癌促進物質	?	環境ホルモン、発ガン物質
未知のフェノール類及び酸類	発癌促進物質	?	
N'-ニトロソノルニコチン	発癌物質	100~250ng	
非揮発性ニトロサミン類	発癌物質	?	
ナフチルアミン	膀胱発癌物質	0~25ng	
その他の芳香族アミン	膀胱発癌物質	?	
未知のニトロ化合物	膀胱発癌物質	?	
ポロニウム 210	発癌物質	0.03~1.3pCi	放射能
ニッケル化合物	発癌物質	100~600ng	
カドミウム化合物	発癌物質	9~70ng	イタイイタイ病の原因重金属
ひ素	発癌物質	1~25μg	和歌山カレー事件で有名な猛毒
ニコチン	有害物質	0.1~2.0mg	
タバコアルカロイド	有害物質	0.01~0.2mg	
フェノール	線毛細胞傷害物質	100~200μg	
クレゾール類	線毛細胞傷害物質	10~150μg	消毒薬
水銀			水俣病の原因
青酸化合物			猛毒

(浜松医科大学 平成10年度衛生学・公衆衛生学実習「コンピュータを用いた喫煙に関する健康教育」)から引用

タバコには、4000種類の化学物質、200種類以上の有害物質、60種類以上の発ガン物質が含まれています。と先週勉強しましたね、ちゃんと読んでくれたでしょうか。喫煙者は、まるで毒の缶詰のようなものを体に吸い込んでいるのです。なのに、タバコは“うまい”とか“やめられない”という大人は大勢いますし、身体的に未成熟の中高生までもが、この毒に侵されている状況が眼にとまります。

なぜでしょう。どうしてタバコを吸う大人が一杯いて、隠れてまでタバコを吸う子どもがいるのでしょうか？君たちは答えられますか。和歌山弁で言えば「うまいからやっしょ」とか「吸わな、イライラしてくるからやっしょ」ぐらいは答えられるかな。では、はたしてタバコは“うまい”のでしょうか。

タバコは食べ物ではありませんから、通常の味覚では判断できません。でも、タバコの中身(茶色の葉っぱ)を舌でなめてみたとします、とんでもなく苦く、ピリピリします。とても“うまい”などと思いません、むしろ反射的に“これは毒だ、飲み込むとヤバイ”と感じるはずです。本当かどうか試してみたくなくても**決して試さないでください**。這い這いを始めた赤ちゃんが、畳や床に置いていたタバコを口にしてけいれんを起こし呼吸困難などの中毒症状がでる事故が年間6000件起きているぐらい、実はタバコを直接口にする危険なのです。

この毒がタバコの主成分である“ニコチン”です。タバコ一本に15～30mgほど入っているそうですが、一度の摂取量が40mgを超えると大人でも致死量に達するそうです。そんな毒に火をつけて煙に変えてしまうと、これが魔法にでもかかったかのように“うまい”と言わしめてしまうのですから、不思議ですよネ。

煙にすると劇薬の効き目が桁違いに小さくなり、吸い込んでもすぐには命を脅かすことがなくなります。しかし、ここがタバコの恐ろしいところです。少量のニコチンは、血管を収縮させ神経を興奮させます。すると人間は、この快感を忘れられなくなり、決して“うまく”はないタバコを死ぬまで吸い続ける羽目になってしまいます。つまり、これがニコチン中毒、もしくはニコチン依存症というものです。「吸わんといてたら、イライラしてくらいしょ」と和歌山のおっちゃん達が口をそろえていうのは、ニコチン中毒になってしまっているからでしょうね。

ところで、タバコの中身は“ニコチン”だけではありません。最初に書いたとおり、200種類以上の有害物質も入っています。だからニコチンを吸うためには、ついでにダイオキシンやヒ素、ピレンなどの発ガン性物質も吸い込んでしまわなければならないのです。イライラを解消する快感を手にいれるためには、ガンになるかもしれない有害物質も一緒に吸いこまなければならないとは、喫煙者にとって悲劇としか言いようがありません。知らず知らずのうちに、快感と引き換えに自分の命を縮めてしまっているのですから。

「そんなことあるかい、うちのおじいちゃんはタバコを吸うてるけど、元気やで」「タバコを吸うてる人、全員ガンになってないやん」などと思うかも知れません。はたまた、君たちの目の前でタバコを吸う大人たちは、一見健康そのものです。

じつは、これがまた、タバコの最大の罠なのです。タバコを吸えば見る見る不健康になるようでは、いくら“あの快感”が欲しくても、誰もがタバコを吸おうとは思いません。しょっちゅう火がついたタバコを手をしている人でも、見た目は健康ですから、みんな安心して“あの快感”を求めタバコを吸うわけです。

“あの快感”を手にいれるか、“自分の命”を守るか……

今回は、さらにタバコの正体をあばきます。

ずいぶん前から「あなたの健康を損なうおそれがあります」とタバコのパッケージに書いているのを知っていますか。それが最近「喫煙により脳卒中や肺がんになる可能性が高くなります。……」などと、表現が具体的になり表示される面積も大きくなっていますよね。これは、「タバコには有害な“毒”が入っています」と言う警告なのですが、こんな事を書いてもタバコは売れるのですから不思議ですよね。もっと不思議なのは、そんなものを大きな看板で堂々とコマースシャルまでして販売しているのですから、まったく「どうなってんの?!」と言いたくなります。

しかし、日本では「どうなってんの」と思う方が少数派で、タバコが買える自動販売機や、コンビニがない生活なんて考えられないの方が多数派なのです。タバコを吸う姿が“カッコいい”と感じさせる広告が氾濫し、どこか「タバコもよう吸わんような奴は“弱虫”か“変わり者”だ」というような風潮が蔓延しています。

中学生、高校生にとって、“弱虫”“変わり者”呼ばわりされるのは、仲間はずれにされるか、されないかの重要なポイントです。本当はタバコなんか吸いたくなかったけど、吸わないと仲間はずれにされそうで、吸い始めてしまった。とか、友達がタバコを吸う姿が、大人のようにカッコ良く見えたことがキッカケで吸い始めた。さらには、口うるさい大人たちに“俺は強いんだ”と言わんばかりにタバコを吸い始めた。などということが多いのではないだろうか。

タバコを吸うことは、“毒”を吸っているのと同じです。程度の差はあれ、体を蝕む麻薬を使っているのと変わりはありません。そんな姿がカッコいいなんて思えるのでしょうか？、むしろ、バカげていると思うほうが自然です。また、自分を強く、もしくは大人に見せようとしてタバコを吸うことは、同時に成長著しい体を犠牲にしていることにもなります。すごくもったいないことですよ。

理由やキッカケはどうあれ、吸い始めてしまったらアリ地獄に足を踏み入れたかのごとく、タバコから逃げ出すのが難しくなってしまいます。成長過程の子どもは、大人に比べはるかに少ない量で、ニコチン中毒になってしまいます。極端な場合、たった1本吸っただけでやめられなくなるそうです。

“タバコを吸う人” = “カッコよく、強い人”という風潮は、昔むかしの政府が、タバコを売って国の財政を潤すために作りあげたもので、人々の健康や命が犠牲にされた富国強兵時代の産物なのです。そんな遠い昔の価値観に縛られ、ミスミス自分の健康を若いころから犠牲にするのは、バカらしくありませんか。

とにかく吸い始めないことが肝心です。いまや経済大国となった日本で、自分の健康を犠牲にしてまで、タバコを吸うことはありません。

電子機械科 奥田恭久

「禁煙は愛」

日本は先進国です。それは第二次世界大戦後、富める国を目指して私達の先輩がいろんな事を犠牲にしてがんばってくれたおかげだと思います。でもそのペースが速すぎたので、水俣病や、アスベストによる健康被害に始まり、今や自動車の排気ガスや大量の産業廃棄物などによる環境汚染が私達の健康を脅かしています。前回ふれたとおり、タバコの販売もそのひとつだと言えます。実はそのタバコの被害がもっとも大きいことを知っていますか？以下に示したデータは信じられないでしょうが、学会などでよく発表されています。

- アスベスト使用住宅に住み続けてガンで死亡する人は、10万人に10人
- 東京都心に住みディーゼル排ガスによる肺ガンで死亡する人は、10万人に300人
- タバコを吸う人で、タバコによる病気で死亡する人は、10万人に5万人

タバコの害は桁違いに大きいのに、日本の社会はタバコに対して異常なほど寛容です。そんな現状に警鐘を鳴らしている大勢の中から、オーストラリア人のマークギブンスさんを紹介します。

ギブンスさんは、もともとオーストラリアの病院で働いていたのですが、愛媛県の公立学校でALTを勤められたのが縁で「禁煙は愛」というスローガンを掲げ、日本を歩いて縦断しておられます。本土最南端・鹿児島県の佐多岬(写真)を4月13日にスタートし北海道宗谷岬まで、3000キロにおよぶウォーキングの真っ最中です。彼から和工生にメッセージを頂きました。

詳しくは <http://www.walkabout-tobacco.org/home.html>



Dear Students

Smoking is not "cool" its stupid.

Please study well about the dangerous chemicals in tobacco, including cyanide, used to kill cockroaches and rats. These tobacco chemicals cause many cancers in your body and many other health problems. As an ICU nurse I have seen many people die slow and painful deaths from tobacco.

Smoking tobacco is a slow suicide! Think well before you start to smoke. Smoking is addictive. It is easier to never start than to try and stop. Goodluck with your studies and your futures.

Kindest regards Mark Gibbens.

ps. I have just completed my first 100km!

みんなへ

タバコを吸うことは、けっして カッコいい事じゃない。

タバコにどんな有害物質が入ってるか、勉強して欲しい。ねずみやゴキブリを殺す、殺虫剤と同じ青酸カリなんか、入ってるんだよ。これらのタバコに入ってる有害物質は、あなたの体を癌にしたり、他のたくさんの病気も引き起こす。僕はICU(集中治療室)で、働いていた時、たくさんのタバコによる病気で、長くただ苦しみながら死んでいく人を看ました。

喫煙は、ゆっくりとした自殺と同じだと知って欲しい。タバコを吸ってみようかなと思う前に考えて下さい。喫煙は中毒になります。始めるのは簡単でも、いざ止めようと思っても、止めれなくなる。

あなた達の、勉強 未来に幸運がありますように！

マーク ギブンス

電子機械科 奥田恭久

「喫煙は、ゆっくりとした自殺と同じだと知って欲しい。」とは、先週紹介したマークギブンスさんの言葉です。実際、喫煙開始から40年～50年前後で発病する人が多いようです。つまり20歳から吸い始めたとすると40年後の60歳に発病する、ということになりますね。皆さん、40年後の自分の姿を想像できますか？

発病する可能性がある代表的な病気を図1に示しましたが、“肺がん”だけではありません。全世界で年間500万人(和歌山県の人口の5倍)もの方がタバコの影響で死亡していると言われていたほどタバコによる病気は多いのです。死亡にまで至らずとも、治療により健康を取り戻した人も大勢いるでしょう。そういう人を含めると、とてつもない数の人が病院でお医者さんのお世話になっているのではないのでしょうか？

40年後、病院のベッドで回復を祈って横たわっている自分の姿など、誰も想像していないはず。ましてや、命を落とすことになるなどはまったく他人事でしょう。15歳から喫煙を始めると、図2に示すとおり、60歳までに肺がんを命を落とす確率は30倍にもなります。早ければ55歳前後で、そういう危険性が生じます。そのころには、あなたは立派な大人となり、あなたを頼りにする家族が増えているはず。

あなたの命は、あなただけのものではありません。あなたの健康も、あなただけのものではありません。あなたが健康でいるからこそ、あなたのまわりの人たちが安心して生活できるのです。

電子機械科 奥田恭久

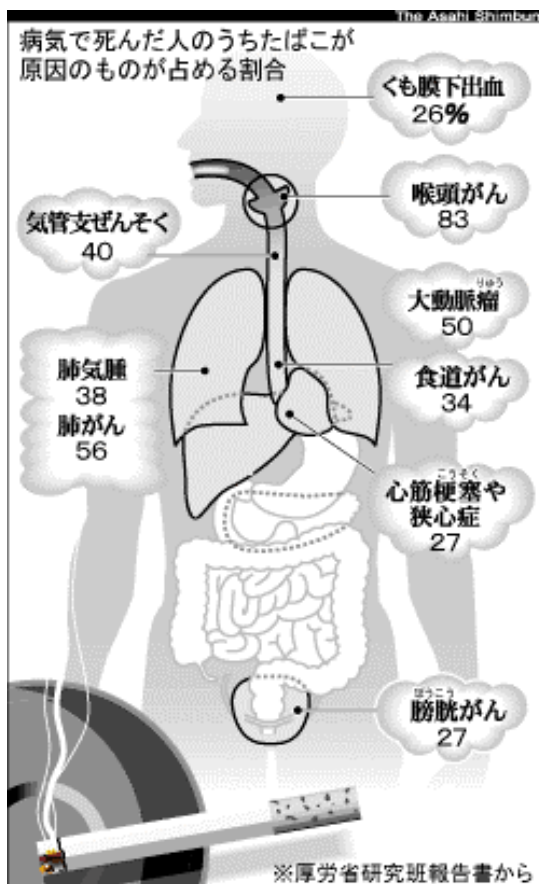


図1

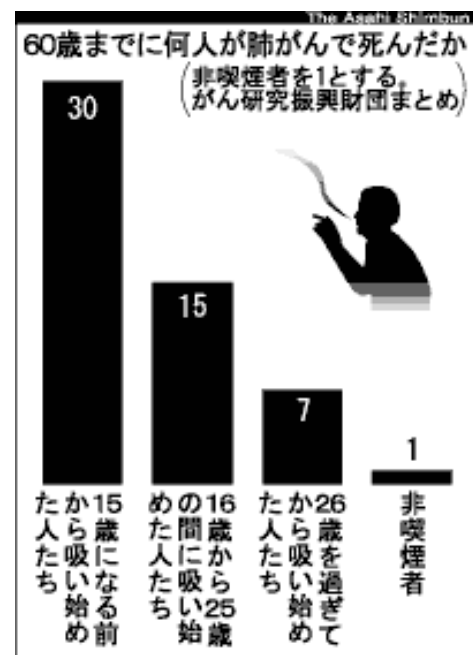


図2

タバコは身体に有害であることは、“百も承知”の事実です。でも一本や二本吸ったところで、たちまち病気になりません。だから、一旦ニコチン中毒になった喫煙者の身体は40年～50年かけ、屋根から落ちる雨のしずくの一粒一粒が何十年もかけて地面を覆うコンクリートに穴をあけていくように、ゆっくり蝕ばまれていきます。

分かっている、その一本は、痛くも痒くもない雨粒の如しなのですから、ニコチン中毒から脱出するには、気持ちを切り替えることが、一番重要だと思います。そこで今回、タバコは身体に悪いだけではない側面を紹介します。

数ヶ月前、某県の県知事が定期健診のため訪れた病院の待合室で、タバコを吸ったそうです。そこはもちろん“禁煙”でしたが、なぜか灰皿があったそうです。県民の投書でこれが大々的に新聞にでました。知事はヘビースモーカーだったらしく、誰かが気をきかして灰皿を置いたのでしょう。そのあとの記者会見で知事は

「灰皿があったので吸ってしまった。軽率でした。」と弁明したそうですが、ある記者に「この際、禁煙なさいませんか？」と質問され「私からタバコを取り上げることは、私に“死ね”とゆうのと同じことだ。」と答えたそうです。みなさん、どう思いますか。

知事は、“タバコは自分の命と同じだけ大切だ”と宣言しているわけです。知事のみならず「タバコをやめるくらいなら死んだほうがましや」という大人は少なくありません。この人たちは身体のみならず精神的にも完全に、ニコチンごときに支配されています。

集中が必要な仕事の最中や、授業や実習の最中に、ニコチンが「タバコを吸わせろ」といいはじめたら、もう仕事や授業は手につきません。「早く吸いたい」一心で吸う場所や、タイミングばかりに集中してしまい著しく効率が落ちます。

一日に何回も、こうゆう状況が発生しタバコを吸うための時間が必要になると、非喫煙者と比べ、かなり時間を損していることとなります。身体に有害で、しかも人生のかなりの時間をタバコに捧げなければならないハメに陥ってしまいます。

いかがですか。一旦自分の身体に“ニコチン”を飼いだすとそのえさとなるタバコを一生買い続け、与え続けることになり、拳句に自分の身体と時間までもが犠牲になってしまいます。

あなたに与えられた人生の時間は有限です。“時は金なり (Time is money)”ということわざがあるように、よ～く考えよう、時間は大切です。

皆さん、5月31日は何の日かご存知ですか？1988年以来、世界保健機関 WHO は世界禁煙デー World No Tobacco Day として定め、毎年1年間の取り組みスローガンを発表してきました。今年も Tobacco: Deadly in any form or disguise (タバコ:どんな形や装いでも命取り) です。disguise は変装のことです。つまり、紙巻きタバコだけでなく、嗅ぎタバコ、水タバコ、ガム・タバコ(ニコチン・ガムとは違います)など、また女性をターゲットにした、メンソールや香料を加えた吸い味がタバコらしくないタバコも、すべて健康に悪影響がある、という意味です。

次に、過去の世界記念デー・スローガンのうち、とくに印象深いものを並べますので、英語の勉強だと思って意味を考えてください。

- 2001年 Second-hand smoke kills - Let's clean the air
- 2000年 Tobacco kills - Don't be duped
- 1998年 Growing up without tobacco
- 1992年 Tobacco-free workplaces: safer and healthier
- 1988年 Tobacco or health: choose health

どうですか？2001年は受動喫煙の問題でした。2000年は分かりましたか？dupe はだますということです。「タバコは人殺し、だまされるな」という強いメッセージです。1998年は未成年者の防煙(タバコを吸い始めないこと)の大切さを伝えています。1992年は職場の禁煙です。学校敷地内も2002年から禁煙になっていますね。安全(safe)も健康(health)も比較級があるんです。もっと安全に、もっと健康に、という意味が込められています。記念すべき第1回のスローガンはどうですか？実は、これには経過があり、1980年の世界保健デー(WHOのできた記念日=4月7日)のスローガンと対になっています。

1980年 Health or smoking, the choice is yours. (健康かタバコか、選ぶのはあなた)

1980年当時はWHOは吸う人の自主性に任せたスローガンを出したわけですが、それではいけない、ということで1988年の「ぜひ健康を選ぼう」という意見にかわっています。

これら以外に、女性とタバコ、メディアの役割、スポーツ・芸術イベントとタバコ産業、映画の中のタバコ、貧困とタバコなどなど、さまざまな状況とタバコの悪影響を指摘してきました。

いま、WHOはたばこ規制枠組み条約という、世界同時に各国(168か国が署名)がタバコ対策を推進するプログラム Tobacco Free Initiative を始めました。主導しているのは日本人の望月友美子先生です。皆さんも学校で家庭で、取り組める禁煙を行ってください。

田辺保健所長 森岡 聖次

6月になりました。6月と言えば - 衣替え - June Bride-梅雨-そして・・・総体・・・。総体って何？なんて思う人はいないはずですが、高等学校総合体育大会の略称です。運動クラブでがんばっている全国の高校生が各都道府県の大会へ参加し、全国大会を目指す公式大会です。各競技の選手たちは、放課後は言うに及ばず、土日も含めほとんど毎日、練習に明け暮れる生活を送っていますよね。県下でも和工のクラブ活動は特に活発なので、毎年優秀な成績をあげています。

ということで、今回はスポーツとタバコの関係について触れてみます。

スポーツ選手がタバコを吸うと、身体に有害な毒もさることながら、不完全燃焼によっておこる一酸化炭素が体内に入ることが、たちまちヤバイことになります。この一酸化炭素が血液中のヘモグロビンと結合してしまい、本来結合するはずの酸素がヘモグロビンと結合できなくなります。一酸化炭素の結合の強さは酸素の200倍といわれ、血液中にヘモグロビンが十分酸素を運搬できず、全身が酸欠状態になってしまうのです。

また、タバコは風邪やケガの回復に欠かせないビタミンCを破壊してしまいます。体調回復のためにビタミンCの補給をしても、タバコを吸うとタバコによってビタミンCが消費されてしまい、肝心のケガの回復には役立たないということになってしまいます。

さらに、体力や筋力をつけるために栄養バランスがとれた食事をとることは、スポーツ選手にとって重要なのは常識です。しかしタバコを吸うと体内に入ってきた有害物質に対抗するために、せっかく摂取した、たんぱく質が消費されてしまいます。

どうですか、苦しい思いをして毎日毎日トレーニングしても、タバコを吸うと“なにをしてるこっちゃん、わからん”状態になってしまう訳です。

ちなみに、大リーグに行った野茂、イチロー、松井は非喫煙者です。大リーガーでは“タバコを吸ってるようではファーム行き”というのが常識のようです。サッカー選手においては喫煙などとてもないことです。かのデイヴィット・ベッカムがフジテレビの楽屋がタバコ臭いので、部屋を変えてくれと強く要求した、という話は有名です。

ところで、クラブ活動でがんばっている諸君、総体の結果はいかがでしたか？勝ち負けの結果はどうあれ、練習を積み重ねた事実は一生涯残ります。そのことは、がんばったあなたにしか分かりません。人知れず誇りに思ってください。

タバコを吸うとその煙が直接、しかも長時間とどまることになるのは口の中です。ヘビースモーカーになればなるほど、口のなかはヤニだらけ。そのうち写真のような状態になってしまいます。「歯磨きすれば大丈夫、こんなひどいことにはならないよ」と感じる人もいるでしょうが、タバコを吸うたびに歯磨きする人などいませんし、歯ぐきにしみ込んだ毒は歯磨きではとれないので歯肉炎になってしまいます。

タバコがカッコいいと勘違いして吸い続けると、その笑顔には写真のような“どす黒い歯ぐきと黄ばんだ歯”がのぞくのですよ。……………当然タバコは吸わないでしょう？

壊死性歯肉炎



禁煙後

YAHOO! フォトサムネールから

電子機械科 奥田恭久

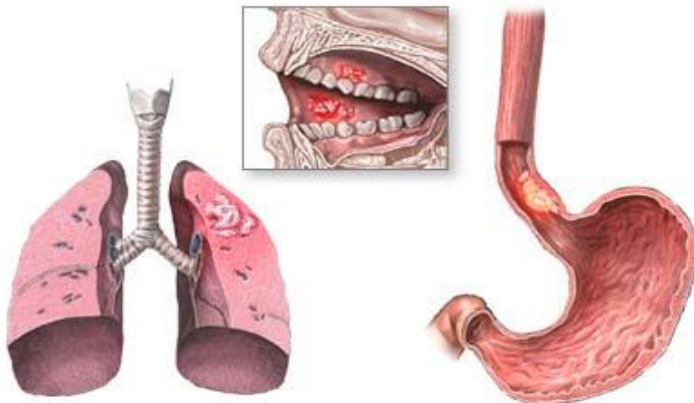
タバコを吸うと、その煙は口を經由して肺へと染み渡ります。その中には200種類以上の有害物質と60種類以上の発ガン物質が含まれていることは、ご存知のとおり。これらの毒がじわりじわりと体内に染み渡り、身体のいろんなところが汚染されていく訳です。

先週紹介した、ヤニで黒くなった歯と歯ぐきの写真はその例です。それをみて反射的に“ヤバァ〜”と感じた人や、思わず鏡をのぞいた人もいるでしょう。でも、黒くなった歯と歯ぐきは、氷山の一角なのです。つまり眼に見えない汚染箇所のほうがはるかに多いという意味です。

歯や歯ぐきと同じように、肺や血管の中が汚染されていく状況が眼に見えれば、誰もがタバコには手をださないでしょう。しかし残念ながら眼に見えませんが、だからタバコを吸うたびに汚染が進んでいても、痛みや異変が発生するまで“ほったらかし”にされるのです。

下の絵は、タバコによる病気がおこる部位の例で、左上が“肺”、“口”、“食道”、右下が“十二指腸”、“心臓冠動脈”を示しています。

Tobacco use is associated with increased risk of cancers of the lung, mouth and esophagus



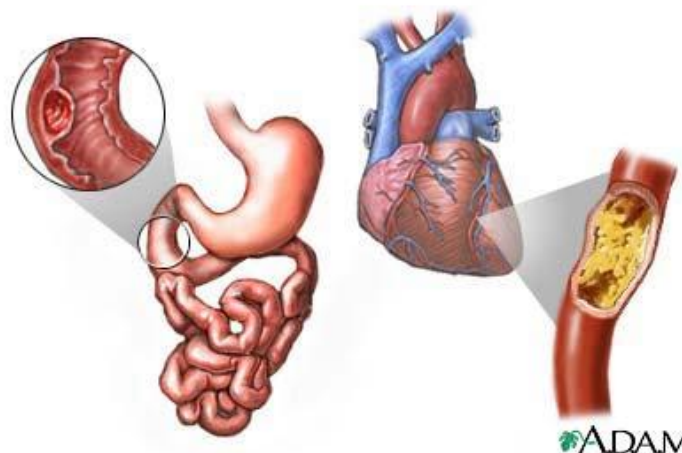
ムダに内臓を汚し続けると、後悔することになりかねません。人目につく外見だけ気を配ってカッコよく見せても身体が不健康では、まさしく見せかけでしかありません。

あなたの身体は、あなたが大切にしましょう。

電子機械科 奥田恭久

J. Gordon Lambert, MD, Associate Medical Director RxRemedy and A.D.A.M. Medical Illustration Team.

Tobacco use is associated with increased risk of peptic ulcers and coronary artery disease



Zero Tobacco Project
In WAKO Since 2005

ADAM.

「休憩時間、トイレで吸うな、捨てるな、群れるな」

誰の言葉が知っていますか？実は名前まではわかりませんが、これを読んでくれているみんなの中に、その人はいます。つまり和工の生徒である事は間違いありません。昨年10月に実施した「タバコの正体」の感想文のなかにあった一文で、第2巻16話でも紹介した名言です。

ルール上、学校の敷地内は全面禁煙エリアです。しかし現実にはそうではありません、ルールを守らない人がいるからです。休憩時間にトイレでタバコを吸う生徒は、次のルールを犯しています。

- (1) 未成年者の喫煙は、国の法律で禁止されています。
- (2) 学校敷地内での喫煙は、和歌山県教育委員会が禁止しています。

大勢の人が集まり、長く一緒にいる場所ほどルールは多くなります。それは、お互いが快適に活動するために必要になるからでしょう。“快適”であるということは、その集団の多くがそれを望んでいるということだと思います。

先週、皆さんにアンケートに答えてもらいました。1200人もいるのでまだ6割ぐらいしか集計ができていませんが、次の結果がでています。

- ・ 友達がタバコを吸うのはイヤだ-----51%
- ・ 友達がタバコを吸うのは平気だ-----25%
- ・ 学校でタバコを吸って欲しくない-----58%
- ・ 学校でタバコの煙を見ても、平気だ-----15%

どうですか、過半数の人が、タバコに対してははっきり「ノー」と言っています。タバコが平気な人はたった2割です。

トイレでタバコを吸っている生徒は、ニコチン中毒になってしまっている、ほんの少数の人たちでしょう。あなた達は自分が“快適”になりたいがために、大多数の人たちの“快適”を奪っています。休憩に、タバコの煙が蔓延しているトイレに行けず“快適”を奪われている大勢の生徒の事を気にしてあげたことはあるでしょうか。それだけではありません、便器や手洗い場に捨てられたタバコのあと始末をしている人の姿を見たことがあるでしょうか。

ほとんどの人がルール違反者を見ても、“見て見ぬ振り”をしてしまいます。直感的に“関わらないほうが身のためだ”と思うからでしょう。だからルール違反者をなくすのは、非常に困難です。これは残念ながら大人の社会でも同じですが、ここは学校です。タバコがイヤな仲間が大勢いることを知ってください。みんなで勇気を出して、みんなで「タバコはやめて」と言いましょう。もちろん私達教員も、そんなみんなの強力な味方です。

「休憩時間、トイレで吸うな、捨てるな、群れるな」

タバコが7月1日から値上げしました。新聞には「これを機会に禁煙するつもり」と考えている人がいる一方で、値上げ前に買いためをした人もかなりいるという記事がありました。いくら値上げしたかという、1箱あたり20円～30円です。材料費が上がったせいではなく、タバコ税があがったためです。

ところで「タバコ税」ってなに？...という事で、今回は皆さんには縁遠い話ですが、タバコに絡む国の台所事情を紹介しておきましょう。

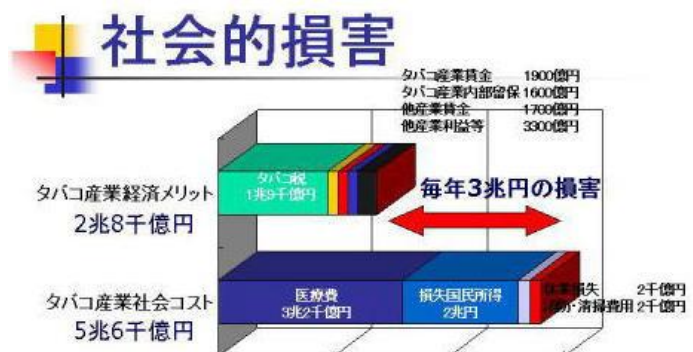
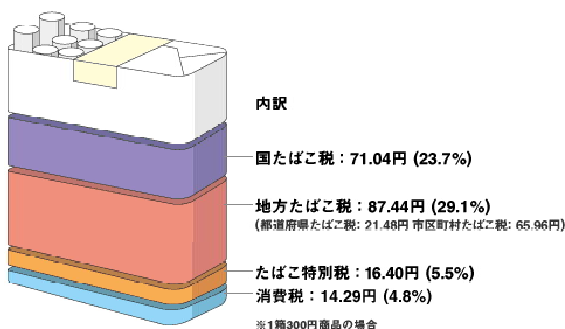
タバコの値段の約6割が税金です。(左下図)つまり300円のタバコを買うと180円は税金として国が地方へ入ります。6割もの税金をかけて売れる商品はタバコ以外にはありません。それは、“タバコがなくては生活できない”と思いついでいるニコチン中毒者が大勢いるからです。喫煙者は非喫煙者より多くの税金を納め、国や地方の財源に協力していることは確かです。その総額は2兆円前後になり、この財源がなければやってゆけない事情もあるようです。

ですから、「わしらは、タバコを吸うて国の財政を助けてるんや」との主張はごもっともなのです。が、もっと広い視野に立てばそうでもないのです。

タバコの影響は40～50年後に現れます。つまり肺がん、胃がん、脳卒中...をわずらい入院治療を受ける人が大勢あらわれます。この傾向は統計からみても明らかです。すると当然、医療費がかかります。人より多く税金を払ったうえに、手術をすれば痛い思いまでして高い医療費も自分で払わなければならない。当事者からすればバカらしいかぎりですよ。

じつはこの医療費、当事者だけのものでもないのです。日本は先進国で、国民のほとんどが国民健康保険や社会保険に加入し、保険料を毎月支払っています。病院に支払う治療費の7～8割は、この保険から支払われる仕組みになっていて、当事者が実際窓口で支払うのは2～3割なのです。ですから、病人が増えるとその医療費は国民全体の負担となってくるわけです。右下図に示すとおり、国からみるとタバコ税で儲けても、医療費で損をして、結局毎年3兆円の損害がでているのです。

電子機械科 奥田恭久



年間約3兆円の損失を年間売上タバコ本数3000億本で割って、タバコ1本あたり10円の国家負担、タバコ1箱の適正価格は600円
(国立がんセンター後藤公彦氏の試算:「環境経済学概論」5 経済-不経済の判定事例 p28-41 朝倉書店1996)

昨年4月から毎週「タバコの正体」を読んでもらっています。合計で50話を超えましたが、タバコに関して“賢く”なってもらえたでしょうか？賢くなったかどうか、つい最近（6月21日実施）行ったアンケートの結果で検証してみましょう。

回答数		2005/5 %	2006/2 %	今回 %
1	532	32	44	48
2	95	9	10	9
3	952	81	87	86
4	92	9	8	8
5	775	61	67	70
6	72	7	7	7
7	559	40	47	50
8	295	34	31	27
9	511	35	40	46
10	300	32	30	27
11	652	50	55	59
12	242	29	25	22
13	858	75	78	77
14	37	2	3	3
15	221	13	22	20
16	670	59	58	60
17	636	53	56	57
18	179	19	16	12
19	137	11	11	12
20	685	56	66	62

総数 1110

まったく同じアンケートを3回行いました。いかがでしょうか、1年前（2005年5月）にくらべると、「タバコを吸うのは、カッコ悪い」「友達、先生、家族がタバコを吸うのはイヤだ」、「一生タバコは吸わないつもり」と思う人が軒並み10パーセントも増えています。

逆に「家や学校でタバコの煙を見ても平気だ」という人は、10パーセント程度減っています。ということはタバコに対して「NO」という人の割合が大きくなってきていると言えます。

なのに「永久に、学校からタバコを吸う人はなくなる」と思う人が、62パーセントもいます。

“そんな弱気にならないで、学校からタバコをなくそうぜ！”

今年も“夏”がやってきました、夏休みはすぐ目の前です。皆さんの1学期はいかがでしたか。眼を閉じて心を澄ませて振り返って見てください。自分の足跡に満足できていますか。それとも「あっとゆう間で何にも思い出せやん...」というほうかな？

では、世間はどうだったでしょう。“自分のことですら思い出せやんのに、世の中のことなど覚えてない”のが実情でしょうね。実のところ私もサッカーのW杯しか思い出せません。荒川静香さんの金メダルから、半年もたっていないのに、かなり過去のよう気がします。時の流れは、早いということですかね。

さて、時が流れ時代が変わると、知らず知らずのうちに身の回りの景色が変わってしまいます。10年前、学校には“ケータイ”はありませんでした。20年前“インターネット”はありませんでした。30年前“パソコン”なんて言葉もありませんでした。

逆に、30年前“光化学スモッグ”という大気汚染がありました。10年前、学校には“焼却炉”がありました。5年前、職員室には“灰皿”がありました。

時代とともに便利なものが出現し、健康を害するものは姿を消しています。便利で新しいものを創り出す努力は、世の中から脚光をあび、いつも“表舞台”です。しかし、人々の健康を守るため、すでにあるものをなくす努力は、ややもすると世間の人からは忘れ去られがちな“縁の下の力持ち”です。

そのときは“便利”で“快適”であっても、永遠にそうであるとはかぎりません。むしろ何十年か後に、そのことが人間や、地球に良くないことが分かることも少なくありません。そのとき、「やめとこ」とか「見直そか」という行動がとれる社会であってほしいと願っています。

幸い、現在はそんな“縁の下の力持ち”がいる世の中です。だから、光化学スモッグがなくなり、焼却炉からでるダイオキシンがなくなり、学校からはタバコの副流煙がなくなりました。

10年後、いや20年後、ひょっとすると50年後かもしれませんが、人々の健康を蝕む“タバコ”はきつとなくなっていることでしょう。

そして、そのころには「禁煙」なんて言葉も消えていることでしょう。

電子機械科 奥田恭久