

週刊 タバコの正体

Vol. 14

第14巻 (2009.9.2~2009.12.22)

第1話	新校舎
第2話	大学の禁煙
第3話	喫煙率の減少
第4話	Third-hand smoke と宅配便
第5話	ニコチン依存と覚せい剤
第6話	イライラ増産
第7話	立ちくらみ
第8話	よ〜く考えて
第9話	美味しさ
第10話	一酸化炭素
第11話	COPDの肺
第12話	タバコの値段
第13話	汚したくない
第14話	安全第一
第15話	運転中の喫煙
第16話	地球の健康と私達の健康
第17話	それは火事です

Zero Tobacco Project
In WAKO Since 2005

週刊 タバコの正体 第1話

夏休み前には、シートで覆われていた新校舎が晴れやかにその姿を現しました。まるで都会のオフィスビルのような6階建の建物は、なかなか“すごい”です。一年前の今頃には、まだ地面が見えていたことを思うと、建物の立派さもさることながら、建設に関わった方々には相当な苦勞をしていただいたに違いありません。感謝の気持ちを忘れないようにしなければいけませんね。

新校舎は、地面は揺れても建物は揺れないような構造になっています。つまり大地震に備えて“免震構造”がとられているのです。新校舎の壁をよく見てください、1階と2階の間に隙間があることに気づくと思います。仮に地震が起きたら、この隙間の下は大きく揺れても上部の揺れは小さくなります。隙間の奥に設置されている積層ゴムやオイルダンパーが、揺れを吸収してくれるようになっているからです。授業中の騒音には、少し苦勞したこともありましたが、これだけ立派な校舎を建ててもらったのですから、大事に使わせてもらわなければ、と思いますよね。

ところで工事中、かなり大勢の作業員がおられました。タバコを吸いながら作業をしている人はいませんでした。喫煙者も多かったはずですが、建設現場でも“作業中禁煙”は常識になってきているようです。特に今回は、学校自体が“敷地内禁煙”ですから、なおさらだったと思います。

一昔前、建設現場などでは、タバコを口にくわえながら資材を運んでいたり、吸殻をポイ捨てる風景をよく目にしました。しかし現在、大きな建設現場になればなるほど、“禁煙”が徹底されているようです。それもそのはず、今どき「タバコを口にくわえながら資材を運んでいたり、吸殻をポイ捨てる」ような会社には、大きな仕事は入ってこないだろうと思います。

作業員の健康や、現場の安全管理を重視すれば、作業中に火を使う喫煙はなくした方がいいに決まっています。経済的不況が続く現在、その辺をおろそかにする会社が、社会的信用を得るのが難しくなっている状況だと思います。

話は変わりますが、3年生のみなさんは、いよいよ就職試験がスタートします。求人票を見ながら、悩んだ末にようやく決まった受験先には、君達が苦勞して書いた履歴書が届けられ、今月中には試験と面接を受けることになるでしょう。全員が合格して、無事採用してもらえることを願うばかりです。

そして、和工を卒業したら採用してもらった会社で、精一杯頑張ってください。

その際、タバコは必要ないことは言うまでもありません。

産業デザイン科 奥田 恭久

週刊 タバコの正体 第2話

びわこ成蹊スポーツ大学(滋賀県)、聖徳大学(千葉県)、秋田大学医学部(秋田県)、大阪府立看護大学(大阪府)、
名古屋女子大学(愛知県)、名古屋女子大学短期大学部(愛知県)、大垣女子短大(岐阜県)、
日本体育大学(東京都・神奈川県)、函館短期大学、旭川医科大学(北海道)、金沢大学医学部(石川県)、
岡崎女子短大(愛知県)、愛知みずほ大学短期大学部(愛知県)、聖隷クリストファー大学(静岡県)、
鹿児島純心女子大学(鹿児島県)、聖心女子大学(東京都)、青森県立保健大学、八戸大学(青森県)、
南山短期大学(愛知県)、名古屋聖霊短期大学(愛知県)、茨城県立医療大学(茨城県)、
山梨県立看護大学・山梨県立看護大学短期大学部(山梨県)、近畿大学豊岡短期大学(兵庫県)、
川崎市立看護短期大学(神奈川県)、甲南女子大学・神戸親和女子大学・関西国際大学(兵庫県)、
和歌山県立医科大学(和歌山県)、三育学院短期大学(千葉県)、京都光華女子大学、札幌国際大学、
金沢医科大学(石川県)、岐阜大学、埼玉県立大学、日本薬科大学(埼玉県)、名古屋市立大学、愛知医科大学、
順心会看護医療大学(兵庫県)、中部学院大学(岐阜県)、東京神学大学(東京都)、畿央大学、兵庫医療大学、岩手大学、
岩手県立大学、香川大学、香川県立保健医療大学、龍谷大学、鳥取大学……

上に並んだ大学や短大に、共通していることがあります。何だと思いませんか？

なんとなく医療・スポーツ系の学校が多いように思いますよね。・・・という事は、だいたい想像できますね。そう、“敷地内完全禁煙”の大学なのです。

みなさん、1学期に紹介した「健康増進法」(下記)のことを覚えてくれているでしょうか？

学校、体育館、病院、劇場、観覧場、集会場、展示場、百貨店、事務所、官公庁施設、飲食店その他の多数の者が利用する施設を管理する者は、これらを利用する者について、**受動喫煙(屋内又はこれに準ずる環境において、他人のたばこの煙を吸わされることをいう。)**を防止するために必要な措置を講ずるよう努めなければならない。

この法律の先頭に“学校”が挙げられていますよね。大学生の半分以上は成人なので、法律上タバコを吸ってもいいのですが、大学は学校の最高学府でもあるわけですから、率先して受動喫煙を防止すべき立場だと思いませんか。

ということで、“敷地内完全禁煙”の大学が増えてきています。とりあえず喫煙所を設けて分煙にしたり、学内からタバコの自販機を撤去する動きも含めると、かなりの大学が「タバコはダメ」に移行しつつあるようです。

今はまだ、ニコチン依存症の大学生や教授は多いようですが、君達のように“一生タバコを吸わないつもり”の若者が増えていけば、大学も“禁煙”が当たり前になるでしょう。

そう思うと君達は、時代の先頭に立っているのかもしれないね。

産業デザイン科 奥田 恭久

週刊 タバコの正体

第3話

年度(平成)		20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳以上	全年齢
元	男	67.5	68.5	64.5	57.3	49.5	61.1
	女	16.4	14.7	13.8	10.4	8.6	12.7
5	男	65.4	66.2	65.6	53.9	46.7	59.8
	女	20.8	17.6	13.0	10.8	8.2	13.3
10	男	63.7	61.4	60.2	54.7	40.9	55.2
	女	23.5	16.7	13.2	12.5	6.5	13.3
15	男	54.1	59.9	56.3	50.3	32.9	48.3
	女	20.3	20.9	15.5	12.7	6.9	13.6
20	男	41.0	46.0	47.8	46.4	27.0	39.5
	女	18.1	19.3	17.9	13.4	6.0	12.9

この表は、JT(日本たばこ産業株)が毎年調査している成人の喫煙率(%)を示しています。

今から20年前(平成元年)には、男性の過半数は喫煙者でした。ところが昨年(平成20年度)には、男性の過半数は“非”喫煙者となっています。

つまり、今やタバコを吸わないほうが“主流”なのです。さらに、表を良く見ると60歳以上でタバコを吸うのは30%を切っています。病気を治すために“禁煙”した人が多いのではないのでしょうか。

そして、20歳代の減少率が一番大きいことに注目してください。このペースで行くと20年後には、ほとんどの若者がタバコを吸わなくなっているかも知れません。

まだまだ“禁煙場所”は増えていくでしょうし、世界の潮流から考えると、今後タバコの値段は、さらに上がっていくことは明らかです。オーストラリアでは現在の一箱1000円前後を、なんと1600円にすべきだという動きさえあります。

だから、ますます“タバコを吸わない人”や“タバコを必要としない人”が増えていくことでしょう。もっと言えば“タバコに魅力を感じる人”は極端に少なくなるだろうと思われれます。

18歳未満の君達には、今から20年も前のことや、これから20年も先のことなど想像もできないでしょうし、日々の変化には気が付かないでしょう。でも、着実にタバコは少なくなっています。

産業デザイン科 奥田 恭久

週刊 タバコの正体 第4話

みなさん、Third-hand smokeという言葉を知覚してくれているでしょうか？

他人のタバコを吸わされることを“受動喫煙”と呼ぶ事は、よく知っていますよね。これを英語ではSecond-hand smokeと言います。これに対し、タバコの煙がなくても、ニオイがしみついた部屋にいると気分が悪くなりませんか？これが Third-hand smoke “残留受動喫煙”なのです。

現在は禁煙になっていても、何年も喫煙が行われてきたと思われる会議室や待合室には、入ったとたん嫌なニオイに悩まされます。壁やソファなどに、タバコの成分が残っているのでニオイがするのだと考えられます。このニオイは、なかなかとれません。消臭剤などを使って一時的にニオイを消すことができますが、部屋の隅々にある“残留成分”がなくなるには、かなり時間がかかるようです。

ところで部屋に限らず、煙はないのにニオイが気になることって、ないでしょうか？

例えば、すれ違っただけなのに、「あっ、タバコくさい」と感じた経験や、「こんにちは、おじゃまします」と入ってきたとたん、タバコのニオイを感じたことはありませんか？

これは、喫煙者の衣服や髪の毛に“残留”したタバコのニオイのせいです。屋外の喫煙では、そうでもないでしょうが、狭い部屋でタバコを吸ったあとには衣服や体にニオイがしみつく度合いが強くなるのは予想できますよね。

そこで、ちょっと想像してみてください。

届けものの商品を積んだ車内で、しょっちゅうタバコを吸っている運転手がいたとします。窓を閉め切ったエアコンの効いた車内は、タバコの煙が充満します。つまり本人はもちろん、商品にもニオイがしみついてしまいますよね。

その事に気がつかないまま、商品を玄関まで届けてしまうわけですが、受け取った側はどれだけ不快な印象をもつでしょうか？

じつは、この事に憂慮した、ある大手宅配便業者が全国すべての集配車両で“車内完全禁煙”を実施しています。「へー、そうなん？知らなかったわ」と思ったでしょ。

こんなところでも、タバコは着実に姿を消しつつあります。

産業デザイン科 奥田 恭久

週刊 タバコの正体 第5話

タバコを一旦吸い始めると、なかなか止められません。ひどい場合は、死ぬまで吸い続けることになってしまいます。

どうしてそんなことになるのか、皆さんの多くは、すでに知っていますよね。そう、ニコチン依存症にかかってしまうからなのです。ニコチン依存症とは、定期的に脳にニコチンを与えてやらなければ、平常心で生活できなくなってしまう症状のことを指します。

そのニコチンを脳に与えるための手段が、タバコを吸うことなのです。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ますが、その中にニコチンがあるわけです。

では、なぜ脳はニコチンを欲しがらうようになってしまうのでしょうか。

ニコチンには“覚せい作用”、つまり今、世の中を騒がせている“覚せい剤”と同じ効果があるのです。詳しい説明には医学的な専門用語が必要となりますが、簡単に言うと「体の感覚が鈍くなり、気持ち良くなる」ことが“覚せい作用”で、脳がこの効果を覚えてしまうと、人間の理性を超えた生理的な現象として、ずーっと“覚せい作用”を求め続けてしまうのです。

「えーっ、覚せい剤と同じなのに、そんなモノ売ってもええの？」と思いますよね。

さいわい、ニコチン依存では、麻薬のような“幻覚”や“妄想”が現れないので、ニコチン依存症の人が大勢いても、凶悪犯罪などの原因になることはなく、安心して暮らせます。しかし、タバコのパッケージには「喫煙は、あなたにとって肺がんの原因の一つとなり、心筋梗塞・脳卒中の危険性や肺気腫を悪化させる危険性を高めます。」とは書かれていても、「喫煙は“覚せい作用”をもたらす、喫煙をやめられなくなる“ニコチン依存症”となります。」とは書いていません。

興味本位でタバコに手を出してしまうと、その瞬間の“覚せい”に惑わされ、これからさき何十年もの人生をタバコとともに歩んでしまうことになりかねません。それは、ニコチンを補給するために、200種類以上の有害物質と60種類以上の発ガン物質を、何十年も吸い続けることを意味しています。

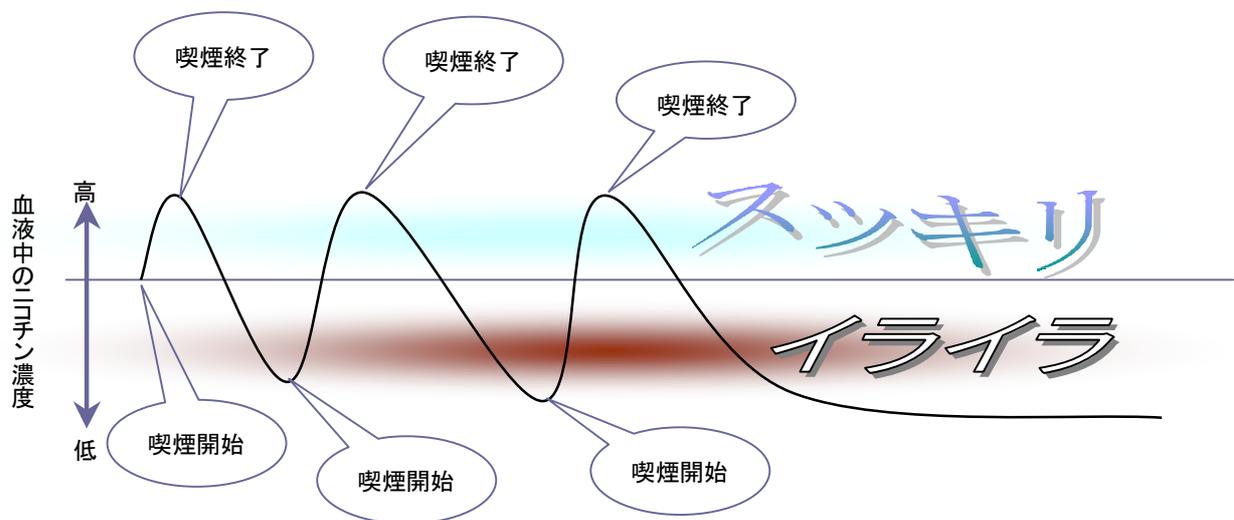
そんなことにならないように、公然と売られているタバコには、眼をくれてはいけません。

産業デザイン科 奥田 恭久

週刊 タバコの正体 第6話

タバコを一旦吸い始めると、なかなか止められません。それは、定期的にニコチンを補給してやらなければ平常心で生活できなくなる、“ニコチン依存症”になってしまうからです。

下の図は、体内(血液中)のニコチンが少なくなると“イライラ”がつつのり、タバコを吸ってニコチンが増えると心身ともに“スッキリ”する周期のイメージです。起きている時間を16時間として、毎日20本吸う人は、ほぼ50分間隔でニコチンを補給していることとなります。



じつは、この“スッキリ”感はニコチンがもたらす“覚せい作用”なのですが、多くの大人たちは、この“スッキリ”感を「ストレス解消」だと勘違いしています。

喫煙者にとって、タバコを吸うと気分的に“スッキリ”することは間違いないので、仕事のイライラ(つまりストレス)が解消されると感じてしまうのも無理はありません。しかし、これは仕事上のイライラとニコチン切れによるイライラが、偶然重なった時だけに感じる“スッキリ”なのです。その証拠に、喫煙者は気分のいい時もタバコを吸いたくなりますからね。

そもそも、タバコを吸い始めなければ、この“イライラ”は感じることはないのです。ニコチン依存症になってしまうと、来る日も来る日も、この“イライラ”を何回も感じながら生活しなければならなくなります。「ストレス解消」どころか、「イライラ増産」になってしまうタバコに、お金を使うなんて。

皆さんは、もうわかってきていますよね。

産業デザイン科 奥田 恭久

週刊 タバコの正体

第7話

タバコを吸うと一時的に気分が“スッキリ”する事は、すでに紹介しました。そして、それはニコチンがもたらす“覚せい作用”によるもので、一旦これを覚えると“ニコチン依存症”になってしまい、一生、ニコチン切れによる“イライラ”とともに、生活しなければならなくなる。こともわかってもらえましたね。

今回は、このスッキリ感をもう少し詳しく紹介します。

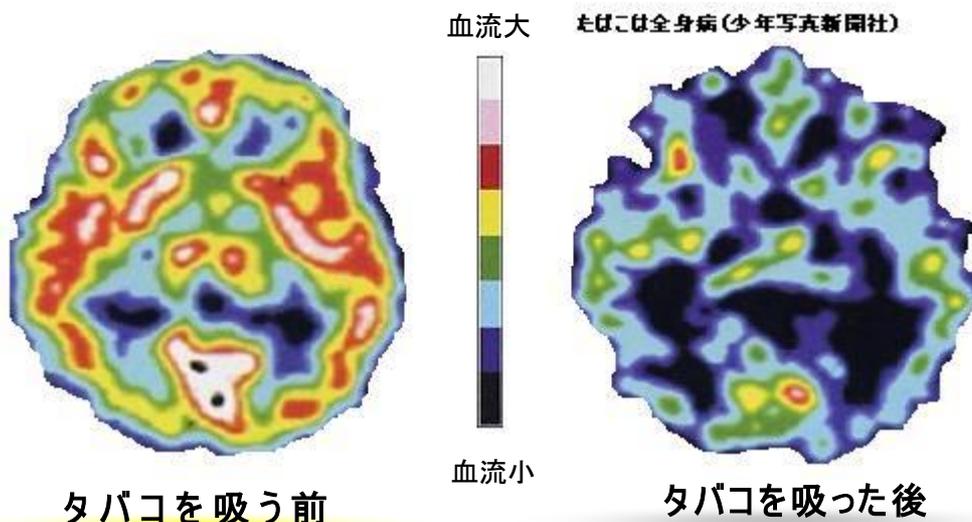
下の図を見てください。人間の頭部を上から見た図です。頭の構造ではなく、脳内の血液の流れを撮影したものです。色が明るくなっているところほど、多くの血液が流れています。反対に暗いところほど血液の流れが少ないことを示しています。

みなさん“立ちくらみ”という現象を知っていますよね。目の前がチカチカして頭がふらついて立っていられなくなる現象のことですが、頭の血流が一時的に少なくなることが主な原因です。

じつは、タバコを吸うと、体内の血管が縮みます。そうすると、当然その中を流れる血液の量が減りますよね。これが原因となって、下図のように、頭にも血液が少なくなってしまうのです。つまり、タバコを吸うたびに、“立ちくらみ”が起りかけているのです。この“フワーツ”とした感覚も“スッキリ”感を演出しているのかも知れません。

毎日、何回もこんなことになってしまうなんて、「あぶなー」って思いませんか。

産業デザイン科 奥田 恭久



週刊 タバコの正体 第8話

中間考査が終わりましたね。手ごたえはいかがでしたか？この一週間は、ず〜っと“テスト勉強”に励んだことだと思いますが、いっぺんに多くの事を覚えたり、問題の解き方を練習するのは、なかなかシンドイですよ。

勉強に限らず、集中力を要求される時間が長くなるほど、いわゆる“ストレス”を感じやすくなり、それが楽しくないことであれば、なおさら強くなります。そして、ニコチン依存症の人がそういう状況に置かれると、とたんに喫煙本数が増える傾向にあります。

これは、以前も紹介したとおり、ニコチン切れによる“イライラ”と、タバコとは関係のないストレスの区別がつかず、ついついタバコを吸って“スッキリ”したい衝動に駆られるからなのでしょう。

そこで、よ〜く考えてみてください。

例えば、ほぼ同じ作業能力の人が、ある集中力を要する作業を長時間したとします。一人はタバコが必要なニコチン依存症の人、もう一人はタバコが必要でない人だとします。休憩は自由に取っていることにすると……二人の作業能率の差は想像できますよね。

仮に、タバコを一日に20本吸う人であれば、通常の状態でも50分に一度、約5分間は喫煙のために、作業の手は止まるわけですから、強度のストレスがかかっている状況では、もっと喫煙時間が増えてしまうでしょう。

つまり、同じ能力であっても、ニコチン依存症にかかっているかどうかで、あきらかな能率の差が生まれてしまいます。

ということは、タバコを吸わない方が絶対に有利なのです。

それに、「あーもー、イライラする。一服吸って来よう」って頻繁に持ち場を離れる人と、ストレスを感じながらも、持ち場にとどまって作業に専念している人とは、どちらが信頼されるでしょう。タバコを吸うことで、その人が持っている本来の能力がフルに発揮できなくなり、十分な評価がもらえなくなるなんて、本当にかわいそうです。

君達には、これから長い人生が待っています。タバコが必要かどうか、よ〜く考えてみてください。

産業デザイン科 奥田 恭久

週刊 タバコの正体 第9話

季節は、すっかり秋となりました。日本では昔から「食欲の秋」と言われるように、この季節は食材の種類が豊富になることに加え、夏場に弱った体力が回復することも手伝って、食べ物が美味しくなるのでしょうか。

では、“美味しさ”はどこで感じるのでしょうか？……多くの人は、口や舌だと思い浮かべるでしょう。

確かに、味は口の中で感じるのですが、実際には、その料理の香りやにおい、さらに見た目なども、“美味しさ”を左右する要素となります。私達には、これらの要素を繊細に感じ取るセンサー機能が備わっているからこそ、“美味しさ”を感じるのですが、このセンサーとは五感と呼ばれる、視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚を指すわけです。

さて、タバコを吸うと、このうち“味覚”と“嗅覚”にダメージを与えることを知っていますか？

ちょっと、ニコチンやタールなどを舌でなめるところを想像してみてください。イメージするだけで気持ち悪くなりませんか？……なのに、なのに……タバコを吸うと、煙になっているとは言え、そんなものを口に入れているのです。一日に何回もそんな煙を口いっぱいに充満させているわけですから、味覚を支える“舌”のセンサー機能は、低下してしまいます。

さらに、タバコの煙は鼻も通過します。主流煙を吸い込むのは口からでも、タバコの先から発生する副流煙は、本人の鼻からも呼吸をするたびに入っていきますからね。ということは、嗅覚を支える“鼻”にもダメージを与えていることになります。

だから、禁煙した人たちのほとんどは『タバコを止めたら、ご飯が美味しくなった』と証言していますし、『タバコを止めると、今まで気にならなかったニオイに敏感になって、遠くでタバコを吸っていても、すぐわかるようになった』という話をよく耳にします。

ちょっとしたキッカケで、何となくタバコを吸い始めてしまうと、知らず知らずのうちに、自分の体が汚れていくうえに、“美味しい”はずの食事すらも、それを感じるができなくなってしまうのです。

人間は、食事を取らなければ生きて行くことはできません。生涯で、一体どれくらい食事をするのか予測できませんが、タバコを吸うために、わざわざお金をだして、その結果“美味しさ”を犠牲にしてしまうなんて、むなしい限りです。

産業デザイン科 奥田 恭久

週刊 タバコの正体 第10話

前回は「食欲の秋」がテーマでしたが、今回はもう一つの「秋」・・・スポーツについて紹介します。

ほとんどの学校の運動会や体育祭は、暑すぎず寒すぎない秋に行われますし、色々な競技大会も秋に開催されることが多いですね。もっとも、みなさんの中には運動クラブで、毎日練習している人も大勢いますので、秋だからと言って、特別スポーツに親しむといった感覚はないかもしれません。

さて、身体に悪いタバコが、スポーツに影響しないわけがありません。では、どんな影響があるのでしょうか。タバコに含まれる有害物質は200種類以上もあります。喫煙すると、それらが全部体内に入るわけですから、あらゆる面で悪影響を及ぼすのですが、その中でもスポーツをする際に致命的なダメージを与える物質があります。

じつを言うと、その物質はタバコ本体に含まれていません。

「えっ、どうゆうこと？」って思うでしょう。その正体は“一酸化炭素”という物質で“二酸化炭素(CO₂)”の親戚です。モノが燃えると CO₂ が発生することは知っていますよね。タバコは燃やして初めて煙が出るわけですから、喫煙すると CO₂ が発生するはずですが、しかし、タバコは「ボーッ」という炎をだして燃えるわけではありません、燃えるというより”くすぶっている“感じです。いわば不完全燃焼なのですが、この時、発生するのが”一酸化炭素“なのです。

だから、タバコ本体には含まれていないのですが、一酸化炭素は、命を奪うほど危険な気体です。

私達が呼吸をして取り込んだ酸素は、肺で血液の中のヘモグロビンと結合し体内に運ばれます。ところが、一酸化炭素はヘモグロビンとの結合能力が酸素より200倍も強いので、吸い込んだ空気に一酸化炭素が多いと血液中のヘモグロビンが一酸化炭素に占拠されてしまい、酸素が体内に運び込まれなくなってしまいます。つまり、タバコを吸うたびに身体は酸欠状態となり、運動能力が著しく低下するわけです。そして、火事やストーブなどによる不完全燃焼で、この症状がひどくなると“一酸化炭素中毒”に陥り死亡する場合があります。

スポーツは身体を動かすことで、純粋な楽しみを味わえます。そして競い合うことで、自分を高めるための努力や工夫に熱中することができます。君達は今、そんな充実した時間を過ごせる一番いい時期にいますが、思いっきりスポーツをするためには、いっぱい酸素が必要です。なのに、タバコと一緒に一酸化炭素を吸い込み、身体を酸欠状態にするなんて危険なマネは、やめましょう。

産業デザイン科 奥田 恭久

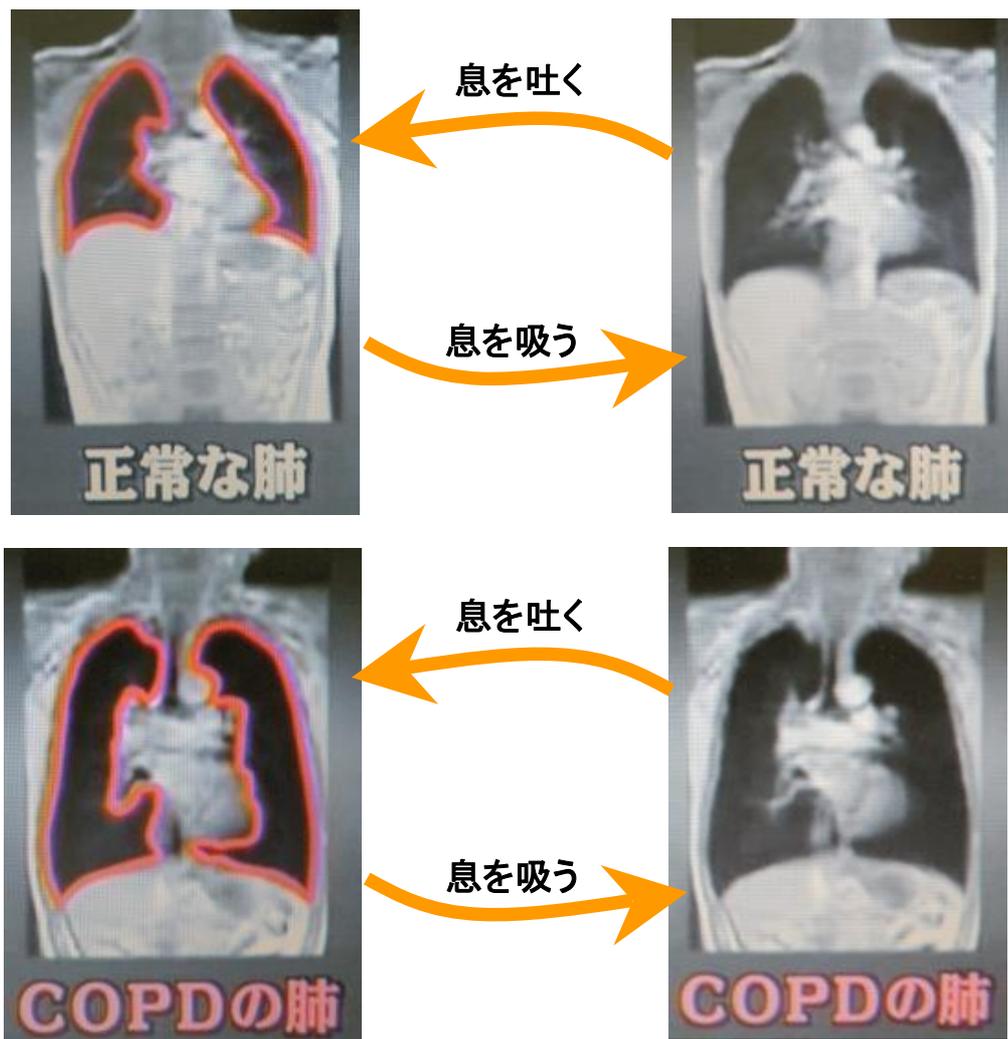
週刊 タバコの正体 第11話

みなさん、COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っていますか。あまり聞きなれない名前ですが、タバコを吸い続けるとかかってしまう病気です。

タバコを吸い続けると、タールで肺が真っ黒になることはよく知られていますが、それと同時に肺や気管支の組織が徐々に壊れていきます。正常な肺はスポンジのように弾力性があるのですが、COPDの肺は膨らんだまま、ほとんど伸縮しなくなってしまい、再びもとの肺には戻らないそうです。

下の写真を見比べてください。肺は息を吸うと大きく膨らみ、吐くと小さく縮まります。しかしCOPDの肺はどうでしょう。肺の大きさがほとんど変わりません。こうなると、自分の力で息を吸うことも吐くこともできなくなります。タバコを吸い始め、止められないまま放っておくと、知らない間にこんな肺になって、最悪、酸素ボンベが必要な生活が待っています。……本当に怖い！ですよね。

産業デザイン科 奥田 恭久



週刊 タバコの正体 第12話

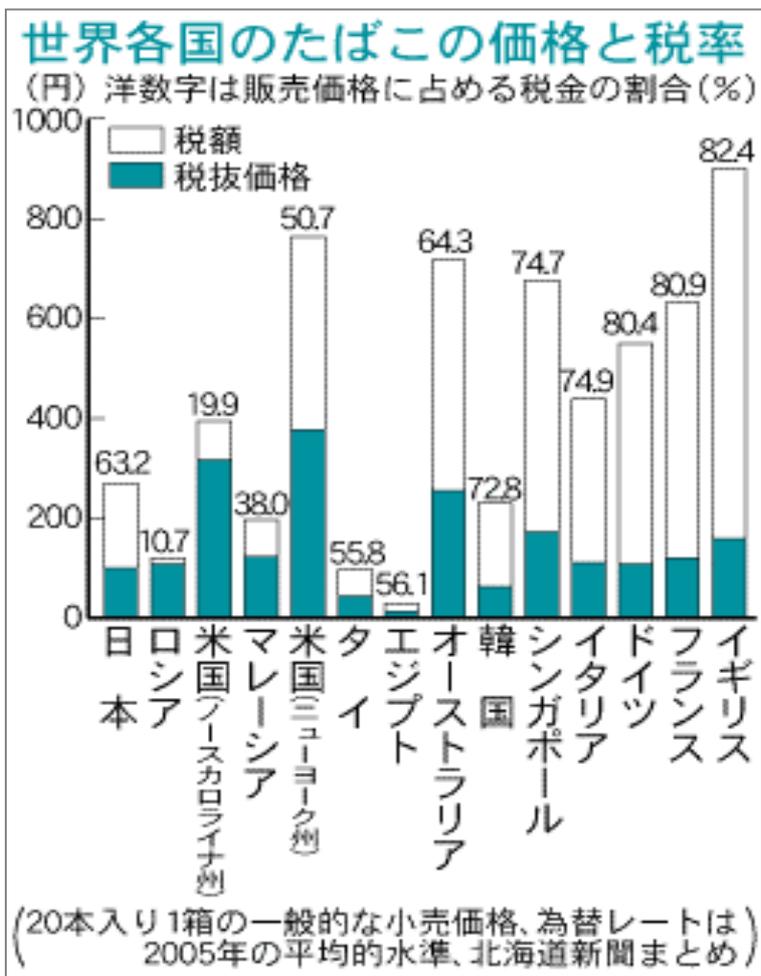
タバコ一箱の値段を知っていますか？みなさんは知らなくてもいいのですが、日本では300円前後がほとんどです。「20本で300円」という値段は、高いと感じますか、それとも安いと思いますか。今年の5月、みなさんに答えてもらったアンケートによると、「高い」と思う人が71%、「安い」と思う人は15%でした。

くさいし、煙たいし、身体によくないタバコに300円も出すのは、もったいないと思うとやっぱり高く感じます。ところが、コーヒー一杯分の値段と同じだと考えると、「安いもんや」と感じるかもしれません。

そこで、下のグラフを見てください。日本のタバコは高いですか？安いですか？

日本のタバコは、かなり安いのがわかりますよね。これは、タバコを買ってもらいやすくするために、ほとんどの成人男性が喫煙者だった昭和の時代から現在まで、生活必需品なみの価格を維持しています。「喫煙者が多い庶民のために、タバコの値段は上げられない。」という政府の判断なのです。

では、外国のタバコはなぜ高いのでしょうか？



『庶民のために、タバコを吸いやすく』している日本に対し、『庶民の健康を守るために、タバコを吸わせないよう値段を高く』しているのが海外の先進諸国なのです。

さて、どちらが『庶民のため』でしょう？

日本もようやく、そのことを考えはじめ一箱500円～600円にすべきだとの議論が高まっています。

果たして結果は、どうなるのでしょうか。

産業デザイン科 奥田 恭久

週刊 タバコの正体 第13話

まだ暑かった8月の終わりに始まった2学期ですが、気がつけば11月下旬、朝晩の冷え込みに思わず厚着をしてしまいます。そして、シートに覆われていた新校舎がその姿を現してから2ヶ月がたち、いよいよ“ピカピカ”の校舎で授業が始まります。

実習設備などの荷物を運び込む作業で、すでに内部を見学した生徒諸君も多いでしょう。ほとんどの諸君は入った瞬間「わー、ムッチャ綺麗」「スゲー」「床がピカピカやん」「病院みたい」……など歓声をあげたことでしょう。じつは、一足さきに見学した私達教員も、ほぼ同じ歓声をあげていましたからね。

古い実習棟と教室棟、そして事務室や会議室のある本館は、40年以上も使ってきた建物なので“ボロボロ”と表現したくなる状態ですから、新校舎の“ピカピカ”の床に足を踏み入れる寸前、上履きを履いていても思わず「入ってええの？」とまわりに聞いてしまいそうなくらい、もったいない思いがしませんでしたか？

そんな“ピカピカ”なモノは誰だって、「汚したくない」と思うはずです。新しく買ってもらったカバンや靴や服を、いきなり汚すようなマネはしませんからね。だから、新校舎で授業が始まっても、きっとみんなは、きれいに使ってくれるはずです。

さて、タバコの話ですが、タバコは身体を汚します。肺も、歯の裏も、歯ぐきも、まっ黒にしています。中学生や高校生の“ピカピカ”の肺や歯が、タバコを吸い始めると気がつかないうちに、ちよつとずつ汚れていきます。そして、何十年もたってしまうと、その汚れが致命傷となり、文字通り命をなくすことだってあるのです。

きれいな建物を「汚したくない」という思いで大切に扱うように、自分の体も大切にすることは、ごく自然なことです。少しオーバーですが、君達の人生はまだ始まったばかりで、身体的にも新校舎のように“ピカピカ”輝いているのです。それなのに、タバコなんかで汚してしまうなんて、あまりももったいなく、悲惨な事だと思います。

自分の身体とこれからの人生を大切にするために、タバコは一切必要ありません。必ず何十年かの中に「タバコを吸わなくて良かった」と思う時がくるはずです。そして、新しい校舎も、いつまでも大切に使えば、きっと何十年も、きれいなままでいることでしょう。

産業デザイン科 奥田 恭久

週刊 タバコの正体 第14話

みなさん「安全第一」という言葉を知っていますよね。工事現場や工場などでは、必ずどこかに書かれています。「私達は、作業する人や周囲の人の“安全”を最優先に考えて仕事をします」と宣言しているわけですが、ほとんどの人が「そんなこと、当たり前やん」って思うはずですよ。

ところが、作業現場で“安全”を確保するには、それ相応の労力が必要とされます。例えば、道路工事には、ちょっとした工事でも、作業員のほかに付近を通行する人や自動車を誘導する警備員がついていますよね。工事だけをみれば、作業自体に関係しない警備員を雇うのは費用が必要となるので、一昔前は、作業員だけの工事現場はめずらしくありませんでした。つまり“安全性”よりも“生産性”を優先していたのでした。

さて、“安全”とは人の身体をケガや病気から守ることですから、広い意味では、作業場でタバコを吸うことは“安全”な状態ではありません。ところが、「タバコを吸わなければ、イライラして生産性があがらない」と信じている人が多い職場に遭遇することもしばしばです。灰皿が作業場の近くにある事が多いですからね。

確かに喫煙者が多い職場、すなわちニコチン依存症の人が多くいる所は、タバコを吸わなければイライラがつのり、生産性は落ちるでしょう。だから自然とタバコを吸いやすい環境を作ってしまうがちですが、はたして、それは生産性をあげるにつながっているのでしょうか？

話を最初に戻しますが、目先の生産性を優先して警備員をつけずに道路工事を行うと、通行人や自動車を巻き込んだ大事故を起こす可能性が高くなります。万が一事故が起これしまうと、大きな損害をこうむります。つまり生産性があがるどころではないのです。

タバコも長い目でみれば、同じような事にならないでしょうか。目先の生産性を優先して、タバコを吸う事に無頓着でいると、何十年後かに病気になり療養が必要な従業員が多くなる確率が高くなります。そうなると、会社は代わりの人を雇ったり、治療費の負担が多くなるなど、損害が大きくなるでしょう。

目先の環境に流されて、タバコに無関心でいることは、**安全+第一** ではないと思います。タバコに関する正しい知識を持った君達には、そんな「安全第一」をめざすタバコを吸わない大人になってもらいたい、と願っています。

週刊 タバコの正体 第15話

今回は、海外のタバコ事情を紹介します。

イタリア、運転中の喫煙禁止へ 政府が法案提出

【ローマ共同】イタリア政府は27日までに、運転手が注意散漫となり、事故につながる恐れが強いとして、車を運転中の喫煙を禁止する法案を議会に提出した。多数の議員が賛成しており、可決は確実という。コリエレ・デラ・セラ紙が伝えた。

摘発された場合、罰金250ユーロ(約3万2千円)が科されるほか、違反点数も付けられる。子供が同乗していた場合、受動喫煙で子供の健康に危害を与えたとして、罰金は倍の500ユーロになる。

同国の研究機関によると、たばこの火を付けるためにかかる時間は平均4・9秒で、携帯電話をかけるための2・1秒の倍以上。イタリアでは交通事故の15・6%、4万件以上が「注意散漫」に起因するという。

同国人口に占める喫煙者は25・4%で、2009年は前年に比べ喫煙人口が増加、経済危機によるストレス増加が原因と指摘されている。

2009/11/27 21:31 【共同通信】

日本では、運転中の携帯電話の使用が道路交通法で禁止されています。そしてこれに違反した場合は、罰金が科せられます。

しかし、片手にタバコを持ちながらの運転や、くわえタバコで目をしょぼつかせながらの運転には一切お咎めなしです。さらには、所構わず窓から手を出して灰をおとしながらの運転や、火のついた吸殻を放り投げるドライバーさえめずらしくありません。

そして、狭い車内でタバコを吹かす大人の横に、幼い子供が乗っている風景も、まためずらしくありません。

日本のこんな状況も、なんとかしなければいけないですね。

産業デザイン科 奥田 恭久

週刊 タバコの正体 第16話

3年生のみなさん、デンマーク大使のミカエル・スキョル・メルビンさんを覚えていますか？5月に和工の体育館で、EU(欧州連合)のことを紹介してくれましたよね。通訳つきにしても英語での講演は、あまり聞くことはないので、印象に残っている人も多いのではないのでしょうか？

そのデンマークの首都・コペンハーゲンで、国連気候変動枠組み条約第15回締約国会議(COP15)が開催されています。すごく長い名前ですが、要は「地球の温暖化を防ぐ事に賛同した国々が、その対策を考える」会議のことで、約190カ国から1万5千人が集まっているそうです。

メルビンさんは、そのCOP15に向け、この5月から6月にかけて和歌山を含む宮崎から札幌までの全国9都市で、環境に関心をもってもらうため、自転車に乗るキャンペーンを展開していました。和工に来てくれたのは、そのキャンペーン期間中だったのです。

ところで、地球の温暖化が進むと、海では、北極や南極の氷が溶け、海面が上昇し、海流が変わります。陸地では、湖が小さくなり、山脈の万年雪が溶け、干ばつが起り、砂漠化が進みます。人生せいぜい100年足らずの我々の生活速度から見ると、その変化は、ゆっくりに見えますが、200万年とも言われる人類の歴史を通してみると、かつてない急激なスピードで温暖化は進んでいるようです。ちょっと大げさでSF的ですが、「このままでは、地球は人間が生存できない星になってしまう」という危機感を抱く人もいるくらいです。

では、どうすれば温暖化をストップできるのでしょうか。そうです、大気中のCO2を減らせばいいのです。そのために、できるだけモノ、とりわけ石油を燃やさず生活すればいいのですが、自動車、発電所、工場……あらゆる生産現場で石油燃料がエネルギーに変換されているので、そう簡単にCO2の排出量を減らすことができないのが、現在の地球なのです。だから、世界中の国が知恵を絞って対策を練ってくれているわけです。

さて、タバコのことを考えてみましょう。

地球に寿命というものがあるのかどうかわかりませんが、人間にはせいぜい100年という寿命があります。しかし、ムダにタバコを吸い続ければ、その寿命をどんどん短くします。これは、石油を必要以上に燃やし続けた結果、地球の健康を損なっている現象と、非常に良く似ています。

タバコも温暖化も、気づいたのなら一日でも早く“ストップ”すべきだと思います。地球の健康は、地球で暮らす私たちが健康でなければ守れない、と思いませんか。

週刊 タバコの正体 第17話

いよいよ、冬休みに入りますが、新型インフルエンザによる学級閉鎖で、すでに冬休みに近い状態だった人も多かったと思います。

さて、タバコは身体に悪いだけではありません。……例えば、運転中の喫煙は事故につながる危険性があると、以前紹介しましたが、もっと、はっきり証拠があるものがあります。

それは、“火事”です。

総務省消防庁の発表によると、今年(平成21年)1月～6月の総出火件数は全国で28,575件だったそうです。その出火原因の1位は「放火」3,413件、2位が「タバコ」2,870件です。じつに火事の一割は「タバコ」のせいなのです。半年で2,870件と言うことは、毎月478件、一日あたり15件です。つまり、日本のどこかで、毎日15件もタバコが建物を燃やしてしまっているのです。

JT(日本たばこ産業)によると、現在日本の喫煙者は約2,600万人もいるそうです。この人たちが、毎日10本ずつタバコを吸っているとすると、日本中では2億6千万回もタバコに火が付けられる計算になります。毎日、日本じゅうで2億6千万箇所もの“火だね”が、存在しているのですから、そのうちのたった15件が、火事につながっても不思議ではありません。

しかし、タバコのせいで家を焼かれてしまった人たちにとっては、2億6千万のうちの“たった15件”などという問題は全く関係なく、誰だかわからない人に「タバコさえ、吸わないでいてくれたなら……」という憤りを感じずにはいられないでしょう。

火をつけた2億6千万回と同じ回数だけ、確実に火を消した上でタバコを捨てることができたなら、タバコによる火事はなくなるかもしれません。でも、“過ち”をおかさない人なんていません。だから、2,600万人ものひとが、何十年も毎日タバコに火をつけ続ければ、必ず“消し忘れ”や“消したつもり”に遭遇することになるでしょう。

消したつमोरのタバコの火が、家を燃やしてしまうようなことは、一生に一度もないのが普通ですが、一旦ニコチン中毒になってしまうと、毎日毎日、そんな事を起す可能性を持ち続けてしまうわけです。

自分の健康を犠牲にして、さらに火事をおこす危険性までも抱えながら、あえてタバコを吸い続ける必要なんて、どこにあるでしょう。

産業デザイン科 奥田 恭久