

# 週刊 タバコの正体

## Vol.20

第20巻 (2011.8.31～2011.12.21)

第1話	アンケート結果
第2話	煙にまみれた人生
第3話	タバコを吸わなければいいだけです
第4話	警告
第5話	最初の一本人
第6話	「なんの言われもないのに」
第7話	タバコの粒子とサードハンドスモーク
第8話	タバコは部屋も汚す
第9話	黄金色の稲穂
第10話	トイレの神様
第11話	おにぎり3個分
第12話	ワーキングプア
第13話	ユニセフ
第14話	50年後の落とし穴
第15話	和工の未来は明るい
第16話	しっかりしな一よ、日本
第17話	バリアフリーとスモークフリー

**第1話 週刊 タバコの正体**

まだ8月で“暑い夏”は当分続きますが、みなさんの夏休みは終わりました。気持ちを切り替えて2学期の授業に取り組んで下さい。タバコの勉強も再開しますが、まずは1学期に答えてもらったアンケートの結果を紹介します。

君たちのうちの二人に一人は「タバコを吸うのは、かっこ悪い」と思っています。

そして、4人に3人が「一生、タバコは吸わないつもり」です。

さらに、「学校でタバコの煙を見ても平気」な人より、「学校でタバコを吸う人はなくなる」と感じている人のほうが多くなっています。

和工は新校舎とともに“クリーンな学校”に変わりつつあります。

	今回の 回答数		今回'11/5 (%)	前回'10/5 (%)
1	548	タバコを吸うのは、かっこ悪い	<b>50</b>	49
2	107	タバコを吸うのは、かっこいい	<b>10</b>	10
3	976	タバコを吸うのは、自分にもまわりの人にも有害だ	<b>88</b>	90
4	72	タバコを吸うのは、本人の勝手に誰にも迷惑かけない	<b>7</b>	6
5	850	一生、タバコは吸わないつもり	<b>77</b>	75
6	58	大人になったら、タバコを吸うつもり	<b>5</b>	7
7	551	友達がタバコを吸うのは、イヤだ	<b>47</b>	52
8	348	友達がタバコを吸っても、平気だ	<b>32</b>	31
9	515	先生がタバコを吸うのは、イヤだ	<b>47</b>	46
10	351	先生がタバコを吸っても、平気だ	<b>32</b>	34
11	667	家族がタバコを吸うのは、イヤだ	<b>60</b>	63
12	272	家族がタバコを吸っても、平気だ	<b>25</b>	24
13	878	タバコを吸うと、ガンになる	<b>80</b>	84
14	40	タバコを吸っても、ガンにならない	<b>4</b>	3
15	130	タバコの値段は、安い	<b>12</b>	13
16	851	タバコの値段は、高い	<b>77</b>	74
17	712	学校でタバコを吸ってほしくない	<b>65</b>	63
18	187	学校でタバコの煙を見ても、平気だ	<b>17</b>	18
19	208	そのうち、学校でタバコを吸う人はなくなる	<b>19</b>	16
20	635	永久に、学校からタバコを吸う人はなくなる	<b>58</b>	61

総数 **1104**

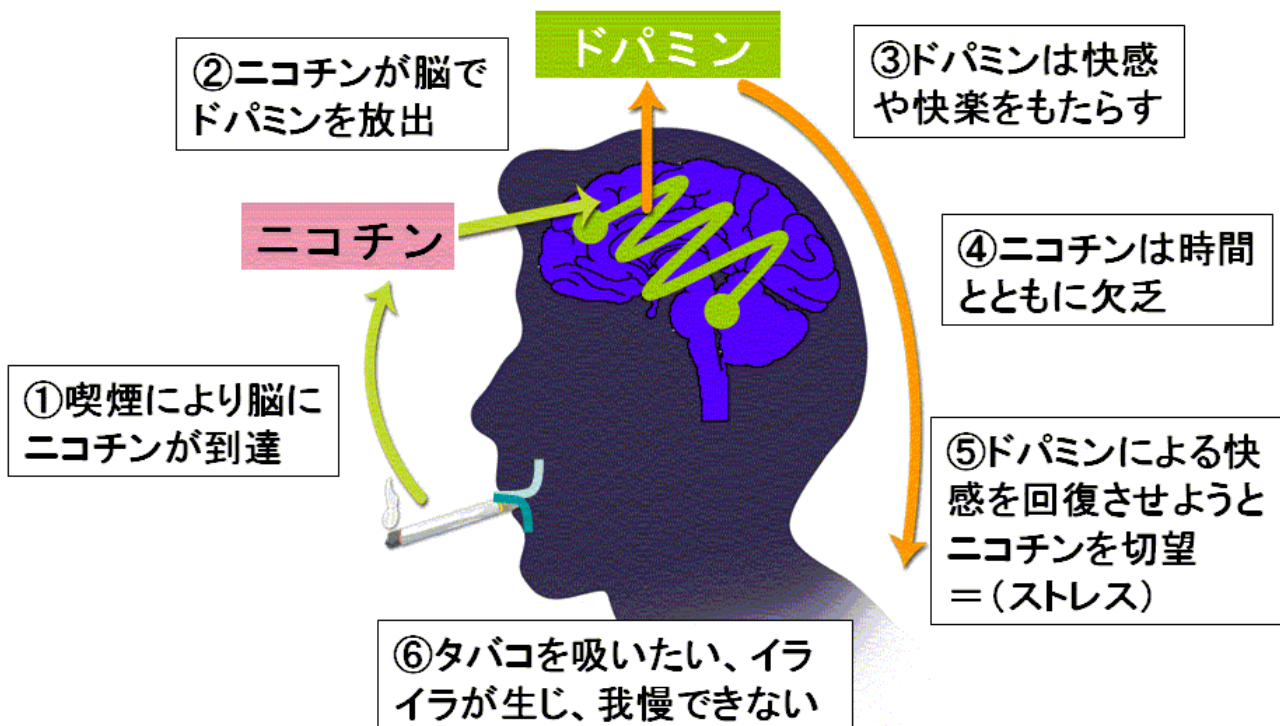
## 第2話

## 週刊

## タバコの正体

タバコを吸うと“ニコチン依存症”になってしまう事を知らない人は、いないだろうと思います。そして、ニコチン依存症になると、一生タバコを吸い続けなければ生活できなくなる、つまり一生タバコをやめられなくなる危険性が大きい事も知っているはずですが。

下の図のとおり、ニコチンは人間に快楽や快感をもたらす“ドパミン”という物質を脳に放出させる効果があります。タバコを吸ってニコチンが体内にある間はドパミンが放出され気分が良くなるのですが、ニコチンが切れたとたん気分が悪くなります。これが喫煙者の感じる“イライラ”の正体で、このイライラを解消するために、タバコを吸い続けなければならないになってしまうわけです。



1) Jarvis, M.J. : BMJ. 328 : 277 ,2004

2) Picciotto, M.R, et al.: Nicotine and Tob Res. : Suppl 2 : S121, 1999

一旦、このサイクルに陥ってしまうと、今日も明日も明後日も……来る日も来る日もタバコなしでは生きていけなくなり、心で「やめたい」と思っても、脳はどっぷりニコチンに頼り切ってしまうので、このサイクルから抜け出すのは、非常に大変です。

そんな煙にまみれた人生って、ものすごく悲しく、みじめですよ。

あなた自身はもちろん、大切な友達にもタバコを吸い始めさせてはいけません。

## 第3話

## 週刊

## タバコの正体

3月11日に発生した大地震と大津波が東北地方に未曾有の被害を与えてから、ちょうど半年がたちました。1年生の諸君は、和工を受験した入試の日だった事を覚えているでしょうか。ニュースでみた津波の凄まじさに、目が釘付けになった人も多かったはずですが、そろそろ、その衝撃も脳裏から消えているかもしれません。被災地から離れて、いつもと変わらぬ生活を続けている私たちにとっては無理もない事だと思います。

ところが2週間前、台風12号の接近に伴う警報発令で皆さんが帰宅した後、9月3日の深夜から翌日にかけて、紀南地方に長く強く降った大雨が、洪水と土砂くずれとなって甚大な被害をもたらし、和歌山県内の死者、行方不明者は合わせて70名を超えました。鉄橋が橋げたごと流されたり、町並みが泥水につかったニュース映像を目にしても、それが地元であることを一瞬信じられない気分でした。幸い和歌山市周辺には被害はなかったものの、みなさんの親類や知り合いで被害にあった方も多くいたことだと思います。亡くなられた方のご冥福と、被害に遭われた方々の生活が早く正常化される事をお祈りします。

ちなみに警察庁の発表では、東日本大震災の死者は1万5769人、行方不明者は4227人で、今なお身元確認ができていない遺体が1116体に上るそうです。改めて、その数の多さに悲惨さを感じずにはられません。

もし、宮城県沖で大地震が起きていなければ、2万人近い方々は今も、いつもと変わらぬ日常生活を送っていたことでしょう。そして、今回の台風12号も日本に上陸していなければ、多くの和歌山県民が辛い思いをしなくてよかったです。

でも、地震や津波それに台風は自然現象なので、人間の力が及ばない地球の営みです。だから、自然災害を無くすことはできないでしょうが、災害に備える事はできると思います。「災害は忘れた頃にやってくる」と言われるように、平穏な時こそ、余裕をもって「いざ」という時のために何か準備をしておくべきではないでしょうか。そうすれば、「あの災害さえ起こっていなければ……」という思いをしなくても済むかもしれません。

ところで、「もしタバコを吸っていなければ……」どのくらいの人々の命が助かるか知っていますか？

じつは、日本国内だけで毎年10万人、地球上では600万人もの人がタバコのせいで亡くなっています。自然災害の犠牲者を無くす方法は難しいですが、タバコの被害を無くす方法は簡単です。

そうです。タバコを吸わなければいいだけです。

## 第4話

## 週刊

## タバコの正体

皆さんの多くは、こんな警告文を初めて目にすると思います。でも、本館3階の男子トイレに掲示しているの、見たことがある生徒もいるはずですよ。

文面のとおり、この日2階から6階の全フロアにタバコのおいが漂いました。皆さんのほとんどは、「一生、タバコは吸わない」つもりですし、半分以上は「タバコを吸うのは、かつこ悪い」と思っているのに、トイレで隠れてでもタバコを吸わなければならない生徒がいる事は残念かつ悲しい現実です。

## 警告

昨日（6月29日）午後

ここでタバコを吸った者がいます。誰であるか特定できませんが、あたり一面にタバコのニオイが立ち込めました。ものすごく不快です。

君たち生徒の喫煙は、法律違反です。

そんな事はわかっていながらこっそり隠れて吸う君たちの行動は、大勢の生徒が生活する学校では、多大な迷惑行為として許せません。

タバコを我慢できないのなら、病院で治療してもらいなさい。

学校長 西脇 英雅

一旦ニコチン依存症になると、簡単に禁煙できないことは、繰り返し伝えてきました。だからこの生徒達もニコチン切れを我慢できずに、どこかでタバコを吸わなければ生活できなくなっているのでしょう。この警告は1学期に掲示したのですが、2学期に入っても喫煙はなくなるどころか頻度が増えているようです。

高校生の今からタバコがなければ生活できない人生を歩み続けるのは、とてもかわいそうです。そして人目を避けてコソコソと隠れて吸い続ける姿も、とてもかわいそうです。

なんとか、今のうちに禁煙させてあげたいと強く感じています。禁煙できれば本人の人生には大きなプラスになるはず、それに全校生徒にとっても快適な学校生活が実現できるはずですよ。

## 第5話

## 週刊

## タバコの正体

一旦ニコチン依存症になってしまうと、毎日毎日タバコがなければ生活できなくなります。でも、当然のことながら寝ている間は、タバコを吸わなくても大丈夫なのです。だって、ニコチン切れによるストレスを感じるのは、意識のはっきりしている間だけですからね。

一日24時間のうち睡眠を8時間とすると、起きている時間は16時間です。ニコチン依存症になると、この間にどんなタイミングでタバコを吸っているのでしょうか。勝手に想像してみました。

	高程度依存	中程度依存	軽度依存
1本目	起床後、朝食まで	朝食後	出勤途中
2本目	出勤途中	出勤途中	朝礼（打ち合わせ）直後
3本目	出勤直後	朝礼（打ち合わせ）直後	昼食後
4本目	朝礼（打ち合わせ）直後	作業の合間	作業の合間
5本目	作業の合間	昼食後	帰宅途中
6本目	作業の合間	作業の合間	夕食後
7本目	昼食後	作業の合間	テレビを見ながら
8本目	昼休み	終業直後	風呂上り
9本目	昼休み終了前	帰宅途中	
10本目	作業の合間	夕食後	
11本目	作業の合間	テレビを見ながら	
12本目	作業の合間	風呂上り	
13本目	作業の合間	就寝前	
14本目	終業直後		
15本目	帰宅途中		
16本目	夕食前		
17本目	夕食後		
18本目	テレビを見ながら		
19本目	風呂上り		
20本目	就寝前		

働いている一般的な社会人をイメージしてみました。こんなにもニコチンを取り入れなければならぬなんて、すごくわずらわしく感じませんか。それに、現在は作業場や事務所は、ほとんど“禁煙”なので、こんなに頻りに喫煙所まで足を運ばなければなりません。

タバコを必要としない人から見れば、「そんな面倒な事を毎日繰り返すなんて、考えられへんわ」なんて、思ってしまうよね。

でも、ニコチン依存症になってしまうと、こんな面倒な毎日を送っていることに気がつかないのです。そして気がついた時には、「わかってるけど、やめられへん」とあきらめてしまう大人は沢山います。

だから・・・だから・・・、最初の一本に手をだしてはいけません。

## 第6話

## 週刊

## タバコの正体

タバコは喫煙者自身の体にダメージを与えるだけではなく、その煙は周りの人たちの健康にも悪影響を与えます。このことは繰り返し伝えてきましたので、「知ってるよ、それって“受動喫煙”って言うんやろ」と心のなかでつぶやいてくれている人もいると思います。

そこで、ちょっと復習してみましょう。喫煙者が直接吸いこむ煙を“主流煙”、タバコの先から立ち上る煙を“副流煙”と言います。両方の煙の成分を調べると、ニコチン、カドミウム、一酸化炭素、アンモニア、ホルムアルデヒドなどの有毒物質は、どれも副流煙の方が多く含まれているのです。この事も、以前紹介しましたので、覚えてくれている人がいればうれしいのですが。

だから、喫煙者が所かまわずタバコに火をつければ、その毒をあたり一面に撒き散らす事になり、多くの関係のない人が無理やり「毒を吸わされる」事態となるのです。こんな事がいたるところで起こっているとしたら、非常にまずいですよね。

でも、現実にはこんな事態が多くの飲食店で発生しています。店内のテーブルには灰皿が置いてある所が多く、「タバコを吸って、ゆっくり食事を楽しんで下さい。」というのが、ずーっと昔から飲食店経営の常識だったからです。

タバコの事を学んでいる君たちにとって、こんな常識はどうてい納得できないだろうと思います。だって、なんの言われもない健康な人たちが、喫煙者が吸い込む煙よりも有害な副流煙を無理やり吸わされながら、食事をしなければならないのですからね。

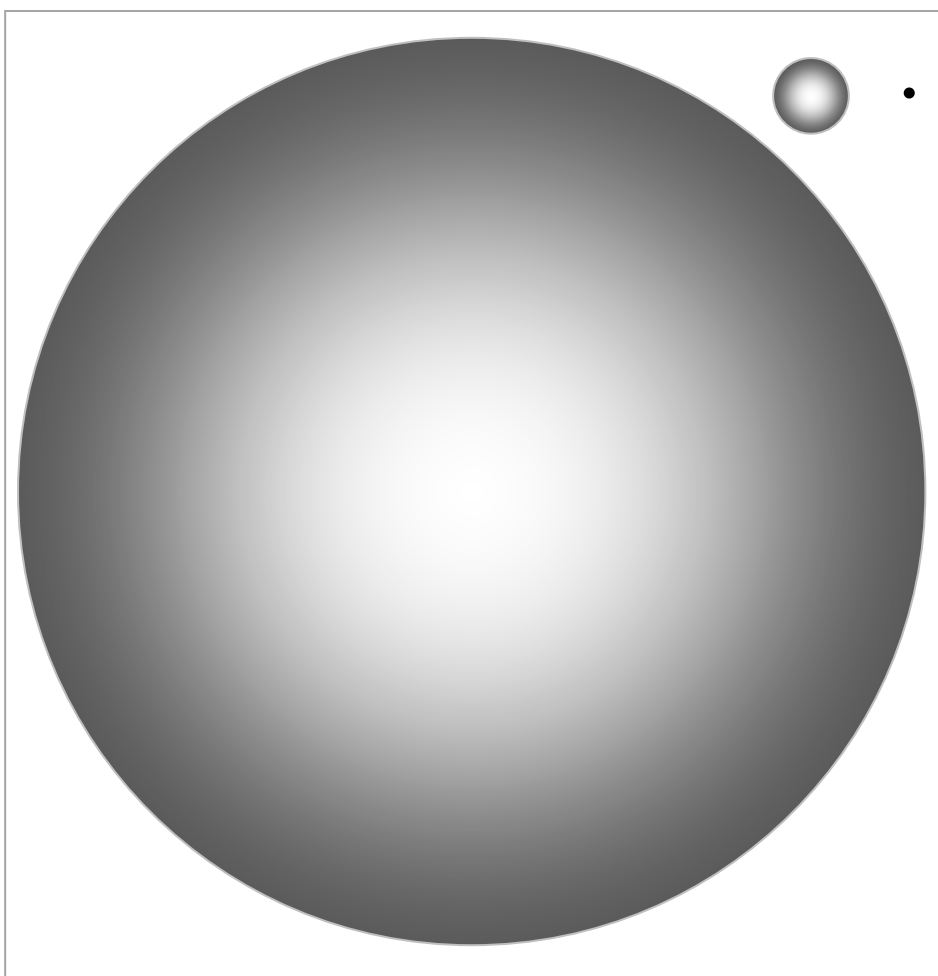
さいわい最近、そんな理不尽を改める動きが出始めているので、全面禁煙の飲食店も増えているのと同時に、タバコを吸う席と吸わない席を分ける“分煙”の所も目立つようになってきました。ところが、この“分煙”という対策は効果があるようで、実はタバコの害をなくせないのを知っていますか。

そもそも、タバコの煙は空気の流れとともに、どこへでも漏れていきます。濃度の差はあっても、20mや30mの距離ではニオイは必ず漂ってきます。ましてや屋内となると、部屋じゅうの空気にタバコの成分がいきわたってしまいます。つまり、密閉した間仕切りのない同じ空間を“喫煙場所”と“禁煙場所”に分けても、ほとんど効果はありません。それに、空調設備がある建物では、ビル内の配管を伝わってどの部屋にも煙やニオイが運ばれてしまう場合もあります。だから和工本館のトイレでタバコを吸うと他の階にまでニオイが漂うのです。姿を隠して煙を撒き散らすなんて、まったく迷惑な話です。

ともあれ禁煙や分煙の方法に関係なく、なんの言われもない人が、タバコの害に遭遇せずに暮らせる世の中にしなくてははいけませんよね。そのために、これから大人になる君たちがタバコを吸い始めない事が重要です。そうすれば、いつの日か、タバコの害のない世の中を実現できるはずですよ。

前回、タバコの煙は空気の流れとともに、あたり一面に漂う事を紹介しました。白い煙はどこにも見えないのに、ニオイはかなり遠くまで感じるすることができます。煙たなくてもニオイだけで、イヤな気分になる事も多いですよ。

ちなみに、よく考えると目に見えるニオイなんてありません。ニオイの粒子は小さくて目に見えないのが普通です。では、タバコの煙の粒子はどのくらいの大きさでしょうか？



タバコの粒子の直径は、0.01~0.001  $\mu\text{m}$  だそうです。と言われても実感がわかないでしょうね。そこで、ちょっと次の光景を思い起こしてください。

例えば、降っているのがわからないくらい細かい雨(霧雨)の粒子は100~50  $\mu\text{m}$ 。遠くの景色がかすむような霧の粒子は1.0~0.01  $\mu\text{m}$  だそうです。

それらの大小関係は、イメージ図のように大きい順に、霧雨の粒子、霧の粒子、そしてタバコの粒子ということになります。タバコの煙は、とんでもなく小さいことが分かります。

こんな小さい粒子だと、衣服や部屋中の物の奥深くまで行

き渡ってしまい、そのニオイを除去するのは困難です。だから、喫煙が日常的に行われている部屋はいつも臭います。そんな部屋に入るとタバコのニオイを強制的に嗅がされることになってしまいます。煙がないので“受動喫煙”とは言いにくいこの状況は“残留受動喫煙”または Third Hand Smoke (サードハンドスモーク)と呼ばれています。部屋だけではなく、喫煙者とすれ違っただけで臭う場合も、サードハンドスモークに近いと言えるでしょう。

さて、“臭う”ということは、この粒子が鼻まで届いている証拠です。こんな小さな粒子が身体の中に入ったら、隅々にまで入り込んでしまうように感じませんか。しかも、とても有害な毒が入っている粒子なのです。……ゾッとしますよね。

産業デザイン科 奥田 恭久



## 第8話

## 週刊

## タバコの正体

タバコの煙は空気の流れとともに周辺に漂い、白い煙は見えなくなってもニオイはかなり遠くまで届きます。そして、その粒子はとても小さいので部屋や衣服の奥深くまで入り込み、喫煙が日常的に行われているところは、いつもイヤなニオイがします。そんなイヤなニオイを強制的に嗅がされることを”サードハンドスモーク“(残留受動喫煙)と呼ぶことは、前回紹介したとおりです。

でも、じつはタバコの煙の小さな粒子は、ニオイの元になるだけではありません。

左の写真を見てください。天井の色がくっきり濃くなっている部分がありますよね。さらに天井の白い部分と比べると、側面の壁の色もなんとなく汚れているように見えませんか。



北別館の喫煙室があった場所。仕切りがあった部分だけ、天井や壁がヤニで変色している

これは、和歌山県庁北別館に長年設置されていた喫煙室跡の写真です。

そうなんです。タバコの煙は、ニオイだけではなく、周りのものをこんなに汚してしまいます。しかもニオイと同様に、この汚れを除去するのは非常に困難です。

これに似たような部屋は、皆さんの身の回りにも存在していると思います。気の毒なことですが、家庭内で喫煙が繰り返されていると、家の中が茶色になっている可能性もあるでしょう。

「えー、こんなに汚くなるかなあ」って感じる人も居るかもしれませんがね。喫煙によって部屋中すべてが均等に汚れていると、もともとの色と比べられないので気が付かないものです。でも、タバコ臭い部屋や乗用車の窓ガラスをそっと拭いてみると、茶色のヤニが付いてきます。

「せっかく新築した念願のマイホームを、タバコで汚さないで」と家族に言われ、自分が建てた家なのに冬の寒さの中、玄関で喫煙を続けたその家の主人が、ある時「何でこんなみじめな思いをせなあかんねん、アホくさっ」と一念発起して禁煙した例があります。

タバコを吸うと、周りのものにイヤなニオイと汚れを付け、そして何よりも自分と周りの人の健康を害します。良いことは、何ひとつないのです。だから今、タバコに手を出していない君たちは、タバコを吸っていないことに自信を持って下さい。その自信が、きっとあなたの人生にプラスになるはずです。

## 第9話

## 週刊

## タバコの正体

朝夕は少し寒いくらいになりました。これからが紅葉のきれいな、秋本番というところです。日本には毎年必ず春夏秋冬が訪れますが、その中でも秋は、多くの農作物が実る収穫の時期で、なんとなく食欲が湧き、食事が楽しみになる季節でもあります。

秋に収穫される代表的な作物の一つに、お米があります。日本人の主食でもある米は、歴史的にも大変重宝されてきた作物で、江戸時代には、米の収穫高でその町の豊かさが表現されていました。例えば「紀州五十五万石(きしゅうごじゅうごまんごく)」という表現は、紀州藩の稲の作付面積が55万石あったという事です。ちなみに、徳川将軍家が400万石、加賀藩(石川)が100万石などに次いで紀州藩は当時、全国で5番目でしたから豊かな町だったのでしょね。

そのお米。皆さんも良く知っているとおり、5月～6月ごろ田植えが行われ、夏の間、緑の絨毯を敷き詰めたかのように青々と育った稲が、秋には黄金色に輝く稲穂となり稲刈りができるわけです。水と太陽のエネルギーを田んぼで吸収した稲の一生は、ほんの数カ月で終わります。

ところで唐突ですが、私たちの一生は何年でしょうか。厚生労働省によると昨年の平均寿命は、女性が86歳、男性は80歳だったそうです。人間の一生って相当長いですよ。15～18歳の君たちには、そんな長い一生をイメージすることは出来ないでしょう。

そこで、さきほどの稲の一生に例えてみましょう。80年を4カ月に短縮すると、君たちは田植えから3週目を迎えたあたりです。田んぼの水面に頼りなく細々と生えているその姿は、まるでうぶ毛のような状態のころです。でも、成長著しい時期でもあるので、自然のエネルギーを吸収して日に日に太く大きくなる重要な時期です。君たちの今と同じです。

この重要な成長過程で吸収する栄養分のちょっとした差が、稲穂となる頃には大きな差となります。人間の成長も同じで、人生のなかで“思春期”と特別な呼ばれ方をするこの時期に、学んだ事や経験した事が後の人生に大きく影響します。

だからこそ君たちは今、学校で学んでいるんですよ。

そして、この大切な時期に、明らかに成長の妨げとなるタバコを吸い始めるなんて、とんでもない事で、見事に輝く黄金色の実りをつけるどころか、実りをつけるまで生きる事が出来ないかもしれません。君たちの多くは、『そんな事、わかってるよ』とってくれるはずですよ。

産業デザイン科 奥田 恭久

「わー、メッチャきれい」「スゲー、光ってる」「床がピカピカやん」「病院みたい」「へー、大学の教室みたい」「これ、ヤバイない?」……何のことやら、さっぱりわからないでしょうね。

じつは、ちょうど2年前、新校舎に初めて足を踏み入れた君たちや君たちの先輩が、思わず口にした感想の数々です。

それまでの校舎は築後50年近く経過していたので、コンクリートの壁なのに、その継ぎ目あたりには隙間ができ、外から太陽の光が差し込んでくるような状態でした。そんな校舎で勉強していた君たちの先輩からみれば、6階建てでエレベーターがついて、全教室エアコン有り、なんていう新校舎は「そんなの、あり?」と、ちょっと信じられないだろうと思います。

先日、和工祭と同時に行われた新校舎の竣工式で仁坂知事から「この校舎には、和歌山県としても、うんと奮発しました。」との祝辞を頂いたくらいですから、相当な費用がかかっています。

私たちは、そんな校舎で勉強できる事を感謝しなければいけないはずですが、皆さんの気持ちの中に、その思いは存在しているのでしょうか。

いつしかピカピカだった廊下には、ジュースをこぼした跡やガムの吐き捨てが見られるようになり、「きれいな校舎を大切にしよう」としている人はいるのか、と思っていたところに、あろうことかタバコまで吸いだす生徒が現れてしまいました。3階や4階の大使用トイレに灰をちらかし、吸い殻を残したまま、という有様です。

「ガムを吐き捨てたのは、俺じゃない。タバコを吸ったのも、俺じゃない。俺のせいじゃないから関係ないやん」という人ばかりです。確かに皆さんのせいではありませんが、誰かがタバコを吸い、きれいなトイレを汚しているのです。

汚したのは誰であろうと、ここは、あなたが勉強する場所です。そして私の仕事場です。だから、私はタバコで汚れたトイレがあれば、キレイに掃除しようと思います。

♪『おばあちゃんがこう言った トイレには それはそれはキレイな女神様がいるんやで だから毎日キレイにしたら 女神様みたいに ベっぴんさんになれるんやで』 唄<トイレの神様:植村花菜>

和工にも「トイレの神様」が居るはずですが、私は、ベっぴんさんにはなれませんが、男前になれるかもしれません。みんなも自分の家のつもりで、学校のトイレや廊下や教室をキレイにして卒業すれば、きっと…心が…“ベっぴんさん”や“男前”な大人になっていることでしょう。

産業デザイン科 奥田 恭久

今、タバコはいくらするか知っていますか。知っている人がどのくらい居るのか興味のあるところですが、というのも、タバコを必要としない人には、まったく関係がないので知らなくて当然だと思うからです。でも、なぜか「1箱410円」という値段はよく知られています。それだけ、世間の話題になったり、目に触れる事が多いからかもしれませんね。

では、410円は高いか安いのか、はたまた「そんなもん」なのか。下の表は、410円で少しお釣りがくるものばかりですが、これらと比べると、どう感じますか。

食べ物	その他
コンビニおにぎり3個	JR 和歌山～下津
カップ麺 3個	JR 和歌山～打田
マックバーガー 3個	アルバイト 0.6時間
吉野家 牛丼(並)	レンタル DVD
王将 餃子2皿	
ハーゲンダッツ アイスクリーム	

毒の缶詰のようなタバコに410円も出す気になれませんよね。現に、5月に実施したアンケートでも、皆さんのなかの851人が「タバコの値段は、高い」と答えています。

ですが、タバコがなければ生活できないニコチン依存症になってしまった人達にとって、410円という値段は手が出ないほど高いわけではありません。タバコを吸うのを我慢するくらいなら、おにぎり3個を我慢するのは、苦にならないでしょうからね。

そう見れば、410円は安いのかも知れません。

実は、皆さんの多くは、“高い”と感じている日本のタバコの値段は、安すぎるくらい安いのです。

ノルウェーやイギリスは1000円を超えていますし、カナダ、アイスランド、オーストラリア、シンガポール、ニュージーランド、フランスは800円前後です。ちょっとびっくりするくらい高いでしょう。そんなに高いとタバコを買う人なんていないだろう、と思うくらいですよ。

そうなんです。これだけ高い値段にしているのは、タバコを吸わせないためなのです。国民の健康を優先すれば、タバコを吸わせてはいけませんからね。

そんな心配りができていない日本ですが、タバコの事をちゃんと知っている君たちは、410円でも買う気はしないはずですよ。

産業デザイン科 奥田 恭久

“ワーキングプア (working poor)”という言葉聞いたことはありますか。働いているのに生活に必要な収入を得ていない状態を表しています。

3年生の諸君は、就職活動をする中で知った人もいますが、「働いているのに、何で収入が足りないのか」というと、給料が低かったり、年間を通して仕事がなかったりするからです。景気の低迷で就職先が見つからず、短期の契約社員だったり、アルバイトやパートのような仕事ばかりをこなしているうち、給料が低い生活が続いてしまう場合が多いようです。

では、“生活に必要な収入”って一体どのくらいなのか？

食費、衣服、日用品、交通費、電気代、ガス代、水道代、電話代、家賃、医療費などのほかに、君たちには想像できない費用が一杯あります。そして家族構成や住んでいる地域の物価なども影響するので、一律に表現できません。しかし、日本には最低限度の生活を保障する「生活保護法」という法律があり、病気などで働けない人達や、色んなケースに合わせた基準が細かく定められていて、それに当てはまる場合は生活保護費を支給してもらえます。つまりこの基準が“生活に必要な収入”とみることができます。

じつは、そんな生活保護を受けている人が5カ月も連続して、全国で200万人を超えているそうです。日本の人口において就業できる年代(15歳～64歳)の人は約6000万人なので、子どもを除く30人に一人が生活保護を受けている事になります。

ちなみに“ワーキングプア”と呼ばれる人たちの多くは、働いているので生活保護を受けていません。でもこの基準に近い収入で暮らしています。ということは、生活が苦しい人達は、かなり多いということです。

ちょっと大変な世の中になってきています。

さて、こんな厳しい社会になってきているなか、タバコにお金をかける価値はあるでしょうか。仮に、ほぼ毎日410円をタバコに使うと、その金額は毎月1万円以上、年間12万円を軽く超えてしまうので、すから、まったくもったいない限りです。

しかし、一旦ニコチン依存症になってしまうと、死ぬまで毎日タバコを買い続けなければならなくなってしまう可能性が大きいのです。

そう考えると、タバコなんかには手を出す人はいないはず、です。

産業デザイン科 奥田 恭久

「タバコにお金をかける価値はあるでしょうか」

前回、「ワーキングプア (working poor)”や生活保護を受けている人が増えている厳しい世の中にあつて、「百害あって一利なし」のタバコにお金をかけるなんて、どうなの?という問いかけをしました。

でも、厳しい状況は日本だけではありません。下の写真は、日本ユニセフ協会の HP に掲載されている画像です。



2010年1月、22万人の命を奪ったハイチ地震。ユニセフは地震発生直後から、医薬品の提供や教育の再開支援、家族を失った子どもたちへの心のケアなどを行っています。しかし、震災後もハリケーンやコレラの流行など多くの困難に見舞われ、復興にはさらなる支援が必要です。



これまで何度も大規模な干ばつに見舞われているケニア、ソマリア、エチオピアなどの「アフリカの角」地域で今年、過去60年間で最悪の干ばつが発生。大規模な食糧難により、2人に1人が深刻な栄養不良に陥っている地域もあります。このままではさらに多くの子どもたち命と未来が奪われる恐れがあります。



2010年夏、国内史上最悪な洪水に見舞われたパキスタン。国土の1/5が浸水し、2000万人が被災しました。ユニセフは安全な飲み水の提供や感染症を防ぐための予防接種などを実施してきました。しかし被害の規模は甚大で、今も多くの子どもたちが下痢性の病気や栄養不良で命の危機にあります。



ダルフルは、世界で最も深刻な人道危機にさらされている地域の一つであるとされています。多くの人々が不安と恐怖の中で毎日過ごしています。女性と子どもたちは、長期にわたる武力紛争の影響を最も受けているのです。



アフガニスタンの多くの地域で頻発する武力衝突と政情不安。その影響を受けている最も弱い立場にあるこうした子どもたちです。

この子どもたちの命を守る方法として、ユニセフでは次のような支援を呼びかけています。

月々2000円の支援が、1年間で子どもの栄養不良を改善するペースト状の栄養補助食749袋に。  
月々5000円の支援が、1年間で、学校で使うえんぴつとノート 1348人分に。

これに対して、残念なことに日本では、タバコに手を出してしまう中高生が、少なくありません。せめて皆さんは「生きるために、タバコは必要ない」ことを分かって下さい。

産業デザイン科 奥田 恭久

「生きるために、タバコは必要ありません」、でも一旦タバコを吸い始め、ニコチン依存症になってしまうと、「タバコがなければ生きていけなくなります」。

タバコの事を正しく知っていて、ニコチン依存症ではない人にとっては、今さらタバコに手を出すはずがありません。しかし、タバコの事を正しく理解する前に、興味本位や間違った認識のために、タバコを吸い始めてしまった大人がたくさんいます。そして、大人に限らず和工生のなかにも、ニコチン依存症の生徒がいます。

君たちの眼には、そんな喫煙者の姿がどのように映っているでしょうか。

今年5月に実施したアンケートでは、

「タバコを吸うのはかっこ悪い」・・・548人(50%)、「タバコを吸うのはかっこいい」・・・107人(10%)

「友達がタバコを吸うのはイヤだ」551人(50%)、「友達がタバコを吸うのは平気だ」348人(32%)

「家族がタバコを吸うのはイヤだ」667人(60%)、「家族がタバコを吸うのは平気だ」272人(25%)

でした。

この結果からみると、「喫煙者はイヤがられている」わけですが、だからと言って、友達として付き合うのをやめるわけでもなく、家族として生活を共にしている事だと思います。

そこで、皆さんに知っておいて欲しい事があります。

タバコを吸い続けると、かなりの高確率で寿命が縮みます。ほとんどの場合40年から50年も吸い続けると、必ずタバコのせいで体のどこかに異常が現れます。君たちの年代、つまり中高生の頃に吸い始めたとすると、定年退職した65歳以降に肺ガンや胃ガンなどを発症して亡くなるケースや、命を落とさないまでも、長い闘病生活を送る場合も少なくありません。毎年10万人以上が、タバコが原因で亡くなっている事実が、これを裏付けています。

自分の命を自分で縮めている、この状況は「喫煙は、ゆっくりとした自殺行為だ」と表現される事があります。

例えば、自分の目の前で、断崖絶壁から今まさに飛び降りようとしている人いたとしたら、とっさに助けようとするはずですが。これに対して、自分の目の前でタバコを吸う人がいても、それが命に係るとは思わず助ける人はいません。

しかし、タバコを吸い続けるのは、50年先に落とし穴がある坂道を下っているのと同じなのです。そのことを分かっておいて欲しい。そして友達や家族が落とし穴に落ちる前に、この坂道から助けてあげて欲しいと思っています。

期末考査が終了し、2学期も残すところわずかとなりました。そして、色んな事があった2011年も終わりに近づいてきましたが、皆さんにとって、どんな1年だったでしょうか。とりわけ去年の今頃は、まだ中学生だった1年生の諸君には、多くの出来ごとがあったことだと思います。

その出来ごとの一つに、毎週行ってきた「タバコの正体」の学習も含まれるでしょう。そんな1年生に、先週のLHRで、タバコに関して抱いている感想を書いてもらいましたので、いくつかを紹介します。

まずは、シンプルで一番多かったパターンから

タバコ、くさいし高い。

タバコはくさいので嫌いだし、絶対にすいたくないと思った。

まわりにめいわく。

タバコは怖いと思った。

金の無駄。

体に悪い。

次は、キャッチフレーズ風の一言

興味なし、買う気なし、吸う気なし、以上！！

クサイ、かっこわるい、体にわるい。

ダメゼツタイ

ちょっと、ヤバイ感じのコメント

タバコは簡単に手に入る分、麻薬よりたちが悪い。

タバコは、麻薬と一緒に依存して早死にする。

そして、素直な一文

タバコは、吸っても何のメリットもないから絶対にすいたくない。タバコを吸っている人は、なんで吸いたいのかまったくわからない。

吸っている本人にも、吸っていない周りの人にも害が及ぶそんな物のどこがいいのか全くわかりません。家族でタバコを吸ってる人がいなくて良かったです。自分もこれからの人生でも吸わないようにしたいです。

この他にも、この紙面では紹介しきれない内容の濃いものや、詳細なものもたくさんありました。真剣に書いてくれたことに感謝します、ありがとう。

そして、この感想を読んだ私の感想を一言、「和工の未来は“明るい”」

産業デザイン科 奥田 恭久



学校が禁煙なのは当たり前で、教職員や来客者も例外なくタバコは吸えません。この事は私たちには常識なので、日本じゅうの学校が禁煙だと思いこんでしまいがちですが、案外そうでもないのです。建物内だけが禁煙であったり、学校ごとの判断に任されているような地域もあったりするので、都道府県によっては、和歌山県のように県内の学校はどこも禁煙であるとは限りません。

「へー、どうして」って感じませんか。喫煙者本人よりも、その副流煙のほうが有害な事を知っている私たちにとっては、大勢の人がいる場所での喫煙行為なんて信じられない気がします。しかし、そんな事を知らない喫煙者の立場にたってみると、今まで吸えた所で吸えなくなるのは、どうにも納得いかない状況があるようです。

平成21年度の日本の喫煙率は次のとおりで、男性に限れば、まだまだ人口の4割程度は喫煙者ということになります。

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳以上	全年齢
男性	40.3	46.9	44.9	44.5	27.8	38.9%
女性	15.9	16.8	14.9	14.8	6.2	11.9%

(JT全国喫煙者率調査)

つまり、男性が10人集まれば、そのうち4人はタバコを吸う状況ですから、まだまだ喫煙者の声は大きく、長年喫煙可能だった場所や施設を禁煙にするのは、なかなか大変なのです。

幸い、我が和歌山県は10年前から、全ての学校の敷地内禁煙が実施されていたので、君たちは小学校に入学以来、受動喫煙の害を受ける事なく、現在まで学校生活を送ってこられました。喫煙者が多い施設では、今なお受動喫煙にさらされている非喫煙者も多くいるはずですよ。

そこで、「大人になっても、一生タバコを吸わないつもり」の皆さんに期待することがあります。

「自分は吸うつもりはないけど、吸っている人に、とやかく言うつもりはない」という人がほとんどだと思います。しかも、これから社会に出て、タバコを吸っている目上の人に、偉そうな事を言えるはずもないでしょう。でも、「私はタバコを吸いません。自分のためにも周りの人のためにも」と、堂々と欲しいのです。

これからの日本を支えるのは、今の大人ではなく、これから大人になる君たちです。じつは、先週紹介した一年生の感想のなかに、和歌山弁で次のようなフレーズがありました。

…………『しっかりしな一よ、日本』…………

君たちの活躍を期待します。

いよいよ、明後日から冬休みです。2011年も大詰めに迎え、一年を振り返った話題がでる事が多いと思いますが、今年は、3月に起きた「東日本大震災の年」として、私たちの記憶に残る事は間違いなく、あわせて9月に紀伊半島大水害があった事も忘れられない年となるでしょう。

しかしながら、当時の凄まじい津波と、その津波に流された被災地域の映像を見た衝撃は、ずいぶん薄らいできていると思います。震災や水害があった事実は忘れことはなくても、自然の力の怖さや地球の営みのなかでは、人間は全く無力である事などが、時とともに忘れられていくのは人類の宿命なのかも知れません。

自然の猛威の前では全く無力な人間ですが、現代の日本人の多くは70年～80年も生きる事ができます。そんなに長く、しかも一度しかない人生ですから、健康で快適に過ごせる事に超したことはありません。そのためには、当然タバコに手を出してはいけません。この事は、ほとんどの皆さんはわかっています、一生タバコを吸わない、と思ってくれています。

でも、先週紹介したとおり、現実には、タバコを吸っている大人はいっぱい居ます。という事は、自分は吸わなくても、他人の副流煙を吸わされてしまう確率が高くなります。せつかく、健康で快適な人生を送ろうと自分では気をつけていても、そんな状況が多発するのは、悔しいし困りますよね。

ところで、日常生活するうえで、タバコ以外にも周りの人の行動や言動が「イヤだな」とか「困るな」などと、感じることもあるでしょう。そんな状況の多くは、その本人が、他人が「イヤだな」「困ってるな」と感じていると、気づいていない事が原因で起こっています。

話は変わりますが、車いすの方には、階段が「困ります」。耳の不自由な方には、字幕のないテレビドラマは「困ります」。目の不自由な方には、点字ブロックがなければ「困ります」。そんな方々が困っている事に気づいているからこそ、スロープや、字幕や、点字ブロックがあるわけです。そして、そんな社会を“バリアフリーな社会”と呼ぶのを知っていますか。生活する上での支障(バリア)を取り除いた(フリー)社会という意味です。

では、タバコを吸う事で周りの人が「困っている」状況に気づいたとしたら、どうしていきべきでしょうか。バリアフリーな社会ができたように、タバコの煙を取り除く社会を作っていかなければならないと思いませんか。今、それを気づき始めた日本のあちこちで“スモークフリーな社会”を目指す動きが出てきています。

君たちも、とりあえずタバコを吸い始めないことで、スモークフリーな社会に貢献できるはずですよ。