



アストの健康たより

令和2年11月号

新しい受動喫煙防止のルール



喫煙者にとって一服は至福のひと時。ただその一方で、望まない受動喫煙で困っている人もいます。

「健康増進法の一部を改正する法律」(以下「改正法」という。)が令和2年4月1日に成立し、望まない受動喫煙をなくすための取組がマナーからルールへと変わりました。

半年経った今、生活はどう変化したのでしょうか？

(1) たばこが健康に及ぼす悪影響とは？

喫煙は、肺がんをはじめとする多くのがん、心臓病や脳卒中などの循環器疾患、喘息や慢性閉塞性肺疾患(COPD)などの呼吸器疾患などにかかるリスクを高めます。

また、そのリスクは、たばこを吸わない人へ及ぶこともあります。喫煙者が吸い込む煙(主流煙)だけでなく、たばこから立ち昇る煙(副流煙)や喫煙者が吐き出す煙(呼出煙)にも、ニコチンやタールはもちろん、多くの有害物質や発がん性物質が含まれています。本人は喫煙しなくても身の回りのたばこの煙を吸わされてしまうことを受動喫煙と言います。実は、たばこの有害物質は、主流煙よりも副流煙に多く含まれています。家族に喫煙者がいたり、喫煙可能なお店で働いたりするなど、受動喫煙にさらされる機会が多い人は、肺がん、虚血性心疾患、脳卒中、乳幼児突然死症候群等のリスクが高くなるなど、健康への悪影響を受けることが分かっています。

(2) 受動喫煙防止のための新ルールとは？

- ・「屋内」では原則禁煙になりました。
- ・多くの人がいる施設や鉄道、飲食店などの施設は、原則**屋内禁煙**です。
- ・学校・病院・児童福祉施設、行政機関、バス・航空機などは、**敷地内禁煙**で、喫煙室を設けることもできません。ただし、**屋外**には受動喫煙を防止するために必要な措置が取られた場所に限り、喫煙場所(特定屋外喫煙場所)を設置することができます。
- ・20歳未満の人は、喫煙を目的としない場合であっても、喫煙エリアへの立入りは一切禁止となります。そのため従業員であっても喫煙エリアに立ち入ることはできません。
- ・施設の種類、場所ごとに、敷地内禁煙・原則屋内禁煙にすることや喫煙室を設置する場所には標識を掲示することなどが義務づけられました。



(3) 加熱式たばことは？ iQOS・glo・Ploom Tech

加熱式たばこ専用喫煙室

たばこ葉を使用し、燃焼させず加熱により発生した蒸気を吸引するので、副流煙は基本的にありません。燃焼させないためタールの発生を抑えることができますが、たばこ葉を使用するため、ニコチンを含む有害物質は発生します。販売されて間もないこともあり、現時点までに得られた科学的知見では、加熱式たばこの受動喫煙による将来の健康影響を予測することは困難であるそうです。



(4) 電子タバコとは？ VAPE(ベイプ)

たばこ葉は使用せず、カートリッジ内の液体(リキッド)を電気加熱により発生する蒸気を吸引するので、副流煙は基本的にありません。日本では、ニコチンを含むリキッドは医薬品であり医薬品医療機器等法(薬機法)により販売をするためには許可が必要となり、今現在許可されたリキッドは存在しないため、日本国内で販売している電子たばこにニコチンは含まれていません。※日本ではニコチン入りの電子たばこの譲渡・販売を法律で禁止されています。

(5) そこで、お医者さんと一緒にたばこをやめよう！禁煙外来とは？

禁煙外来は、2006年4月からある一定の条件を満たせば、健康保険を使う事ができるようになりました。

治療期間は8~12週間です。この期間が終わっても禁煙できず、初回診療日の1年以内に再度、禁煙治療を望む場合は自由診療となります。

参考資料：職場における受動喫煙防止対策「厚生労働省」「政府広報オンライン」

