



今だから、考えよう タバコのこと



～新型コロナ感染症拡大防止対策とともに～

産業医だよりでは、毎月私のクリニックで行っている 地域むけ医療講演会の内容を要約してお伝えしていますが、今月も新型コロナウイルス感染拡大抑制のため講演会を中止としました。ということで、今月は、4月から全面施行された改正健康増進法についてご紹介します。

5月31日は「世界禁煙デー」です。
世界禁煙デーに始まる一週間を「禁煙週間」として、毎年さまざまな取り組みが実施されてきました。
今年のテーマは「2020年、受動喫煙のない社会を目指して「～たばこの煙から子ども達をまもろう～」です。
今年は新型コロナウイルス感染症対策を優先しているため、イベントなどの実施は自粛されてます。

1. タバコを取り巻く環境、どう変わる？

東京オリンピック競技大会・東京パラリンピック競技大会の準備及び運営に関する施策の推進を図るための基本方針」において、受動喫煙防止対策の強化が明記され、望まない受動喫煙の防止を図るために、平成30年7月に健康増進法の一部を改正する法律が成立しました。そして、今年4月からこの「改正健康増進法」が全面施行され、多くの人が集まる施設は原則として屋内禁煙になり、違反した場合は罰則が設けられました。 取り組みについては既に行っている所も多く、オフィスやホテルのロビー、一定規模以上の飲食店なども、喫煙専用室を設ける以外は「屋内禁煙」となりました。

望まない受動喫煙を防止するための取り組みは、マナーからルールへと変わったのです。

なくそう! 🌸 望まない受動喫煙。マナーからルールへ



多くの施設において原則屋内禁煙に



20歳未満の方喫煙エリアへ立入禁止に

屋内での喫煙は喫煙室限定

屋内での喫煙は喫煙室の設置が必要に

標識掲示が義務付け

喫煙室には標識掲示が義務付けに

世界中の禁煙仲間と。
5月31日は、世界禁煙デー
禁煙週間 5月31日～6月6日

世界中で、この日に禁煙を始める人が多いらしいですよ。

なんでも仲間がいると思えると頑張れますよね。

禁煙推進のほしきプロジェクト SMART LIFE PROJECT

厚生労働省

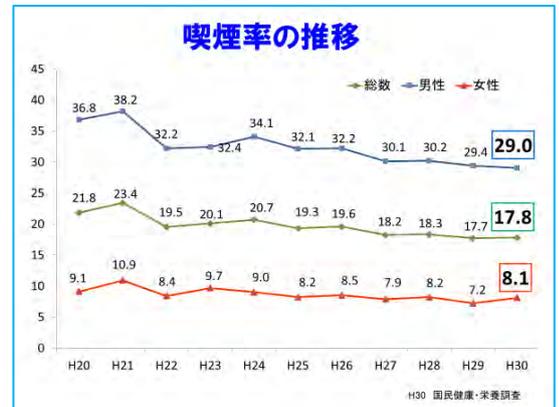
沖縄県でもはじまっています、受動喫煙対策。
ACTION!

標識掲示が義務付け
目んどう

2020年4月から飲食店やオフィスなど、様々な施設でスタート!

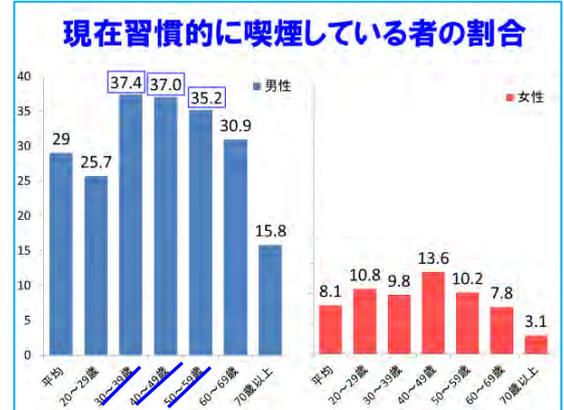
2. 喫煙の状況

令和2年1月の厚生労働省公表によると、「習慣的に喫煙している人」の割合は、17.8%で、10年間でみると減少しており、年齢階級別でみると30～60歳代の男性の割合が高く、約3割が習慣的に喫煙している状況です。まさに働き盛り世代に集中しています。使用しているタバコ製品については、従来の紙タバコの割合が約7割、加熱式タバコのみ又はその併用者も合わせると2～3割合を占めています。

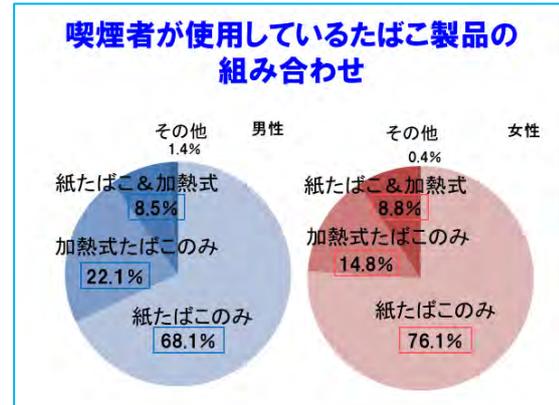


3. 「新型タバコ」って？

「加熱式タバコ」は、タバコの葉またはその加工品を加熱して発生するニコチン等を含むエアロゾルを吸引するタバコです。紙タバコに比べて有害成分は少ないことがPRされていますがニコチン依存は維持され、未知のリスクもあるため健康への影響については害が少ないとは言えません。現に、アメリカでは加熱式タバコは承認されていません。また「電子タバコ」は葉タバコではなく、ニコチン入りリキッドを使用しますが、薬事法により日本では販売が規制されています。



【日本で販売されている加熱式たばこ: IQOS/ glo /Ploom TECH】



4. 禁煙を応援します!!

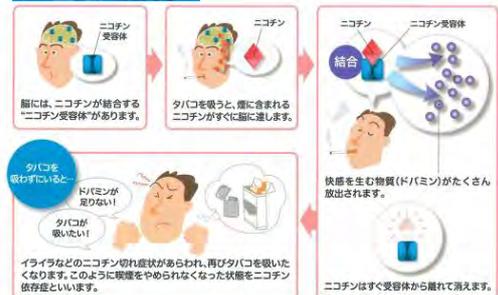
受動喫煙対策が進む中、社会はより吸えない環境になってきています。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止で3密(密閉・密集・密接)を避けて行動するよう注意喚起がなされていますが、喫煙室はまさに3密になりやすい場所であり、タバコを吸うためにマスクも出来ない状態です。

これまで、「禁煙はしたいけれど、なかなか続けられなかった」という方が、“禁煙”にチャレンジするのも、今できる新型コロナウイルス対策のひとつです。

「禁煙したい」と思ったら、今すぐにでも始めてみましょう。

ニコチンの作用



チャンピックスの2つの効果



喫煙(ニコチン依存症)は保険診療で治療できます

皆さまの職場でも禁煙外来の治療費助成等を健康経営の取り組みとして始めてみてはどうでしょうか



首里城下町クリニック地域むけ医療講演会

新型コロナウイルス 感染症拡大予防のため中止と致します

その他クリニックに関しては HP をご覧ください <http://www.shuri-jc.jp>

首里城下町クリニック『働く人健康支援室』は、



産業医・内科医
高血圧が専門です
田名 毅

あなたの **相談窓口** です！



保健師・産業カウンセラー
キャリアカウンセラー
認定産業看護師 田名彩子

相談窓口

産業医は、あなたの職場とそこで働く人々の心とからだの健康を支援します。

★訪問日を設けている事業所の職員は、お気軽に訪問日をご活用下さい。

★クリニック内の『働く人健康支援室』では健康相談を行っています。
事前にお電話の上、いらしてください。

★クリニック内で産業医との面談は診療の合間となりますが可能です。
事前にお電話くださり働く人健康支援室で“産業医との面談”とお声掛けください。診察や検査の必要がない限りは無料です。

★その他、電話やメール相談も随時行っています。



保健師・産業カウンセラー
キャリアカウンセラー
與儀雅代



看護師 衛生管理者
糖尿病療養指導士
新垣朋子



認定産業看護師
山城愛子



連絡先

首里城下町クリニック 働く人健康支援室
098-885-5000

携帯 080-4312-9200(田名彩子)
メール sien@sjc.dr-clinic.jp(働く人健康支

プライバシーは守ります。
お気軽にご利用下さい！