

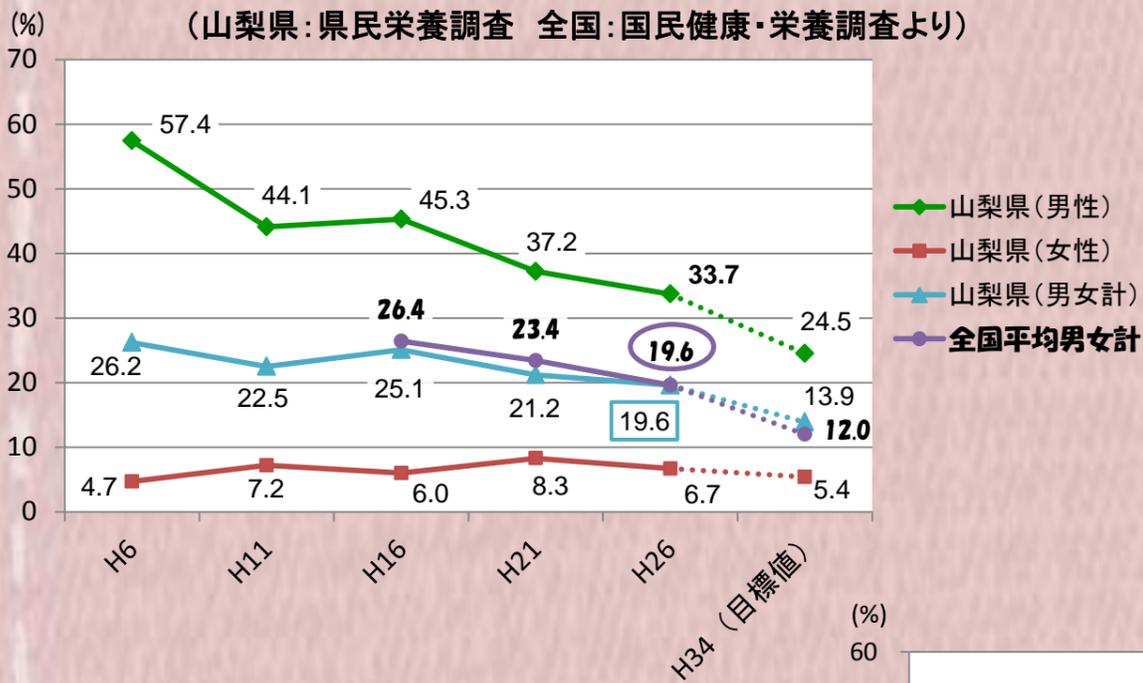
タバコに関する山梨県の現状



山梨県の喫煙率をご存じですか？

喫煙率の推移

(山梨県：県民栄養調査 全国：国民健康・栄養調査より)



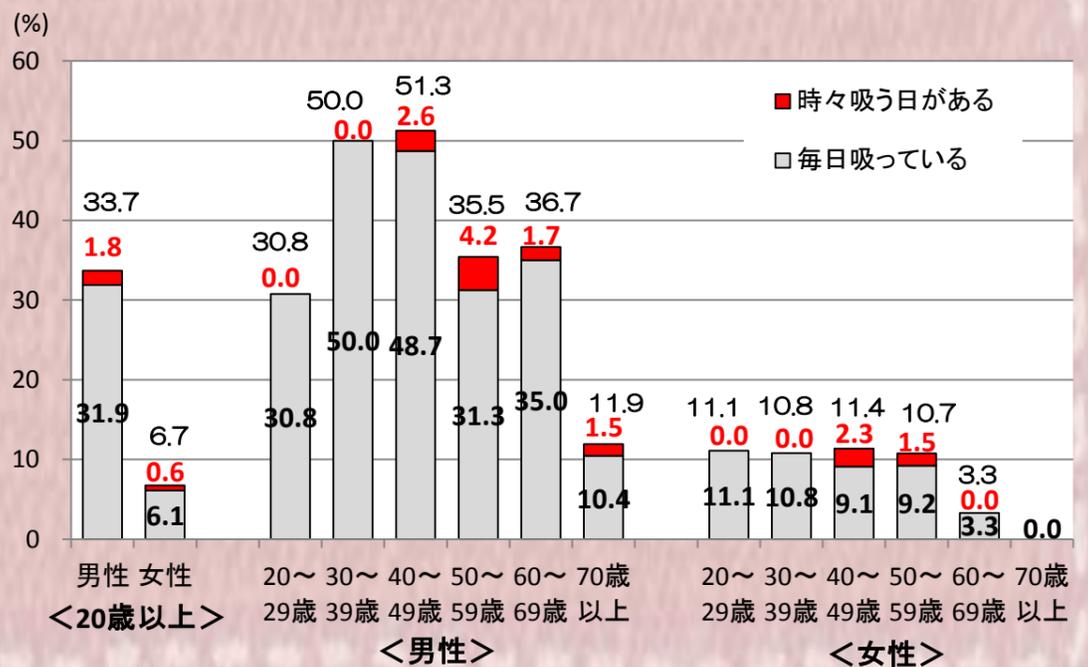
過去に実施した県民栄養調査によると、山梨県の喫煙率の推移は、左図のとおりです。

平成 26 年は山梨県、全国平均ともに 19.6%でした。

男性の約 3 人に 1 人が喫煙者であることや、女性の喫煙率が横ばい傾向であることが課題となっています。

右の図は、平成 26 年県民栄養調査の年代別の喫煙率を表したものです。

30～40 歳代の男性の喫煙率が 50%を超えています。また、女性は 60 歳以上を除く全ての年代で 10%を超えている状況です。



タバコの煙に含まれる有害物質は、約 200 種類とされています。その中で 3 大有害物質は…

- ニコチン** 血管を収縮させ、心臓や血管に負担をかけます。
- タール** 発ガン物質を含み、肺がんの主原因になります。
- 一酸化炭素** 酸素が全身に行きわたるのを阻害します。

ほかにも、たばこの煙には多くの物質が含まれています。例えば、ホルムアルデヒド。これはシックハウス症候群の原因物質の 1 つとされており、濃度によっては人体に悪影響を及ぼします。

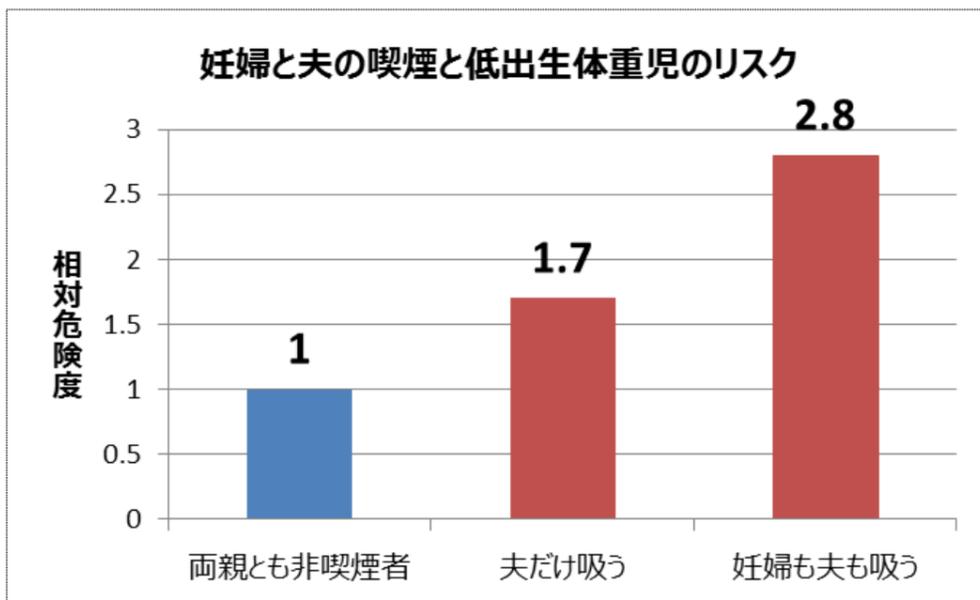
このような有害物質は、喫煙者自身が吸いこむ主流煙よりも、周りの人が吸わされる副流煙の方が多く含むことが分かっています。

喫煙者だけでなく、その周りの人にも悪影響を及ぼします。

タバコの害とは？



タバコによる健康被害は、呼吸器疾患（COPD 等）、がん、循環器疾患（脳卒中、心臓病等）、糖尿病、早産、低出生体重児などがあります。例えば…



妊娠中のお母さんがタバコを吸わなくても、受動喫煙によって胎児の発育不良は起こります。

また、妊娠中に喫煙していた母親から生まれた子どもは知能指数が低くなることが調査によって明らかになっています。タバコに煙に含まれるニコチンの神経毒性は子どもの脳に大きなダメージを与えてしまうのです。

COPD(慢性閉塞性肺疾患)

タバコの煙などの有害物質が気管支に炎症を起こしたり、気管支の先の肺胞が壊されて、息が通りにくくなり、呼吸機能が低下していく病気です。**その原因は、90%が喫煙**と言われており、喫煙者の20%はCOPDを発症すると言われています。

〈初期〉

咳・痰・息切れ



〈重症〉

呼吸不全・在宅酸素

予防・進行を遅らせるために、**禁煙・タバコの煙からの回避が重要です！**



山梨県の目標は？

山梨県の健康増進計画である「健やか山梨21（第2次）」では、県民の方々の健康寿命の延伸を大きな目標としています。その中でも、喫煙に関しては、成人の喫煙率の減少や妊娠中の喫煙率をなくす等、数値の目標を示しました。

タバコをやめたいと考えている人が、**禁煙できるための支援環境づくり**を行い、母子保健の観点からも**家庭内受動喫煙防止**等に重点的に取り組んでいきます。

健やか山梨21（第2次）の目標

成人の喫煙率の減少

・成人の喫煙率	13.9% （平成34年目標値）
（平成24年策定時参考値）	男性 24.5%
	女性 5.4%