

健康だより

＜stop・受動喫煙＞

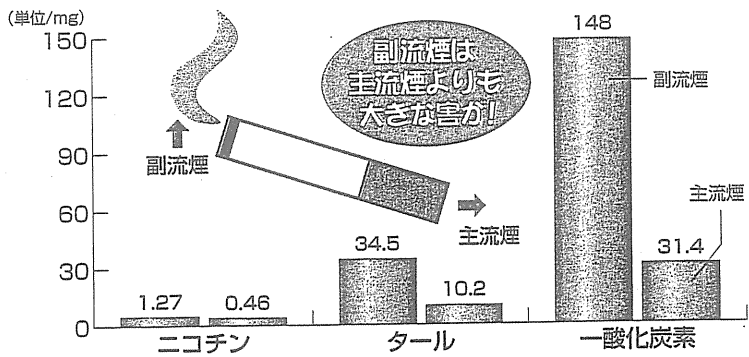
タバコを吸わない人が、知らないうちにたばこの煙を吸わされていることを「受動喫煙」といい、たばこの有害物質は漂う煙に多く含まれているため、喫煙する人の近くにいると、健康を害する危険度が高くなります。

健康増進法「職場における喫煙対策のためのガイドライン」で、公共の場や職場の受動喫煙対策が進められてきましたが、法的拘束力がなく、全面禁煙の道はまだ遠いようです。

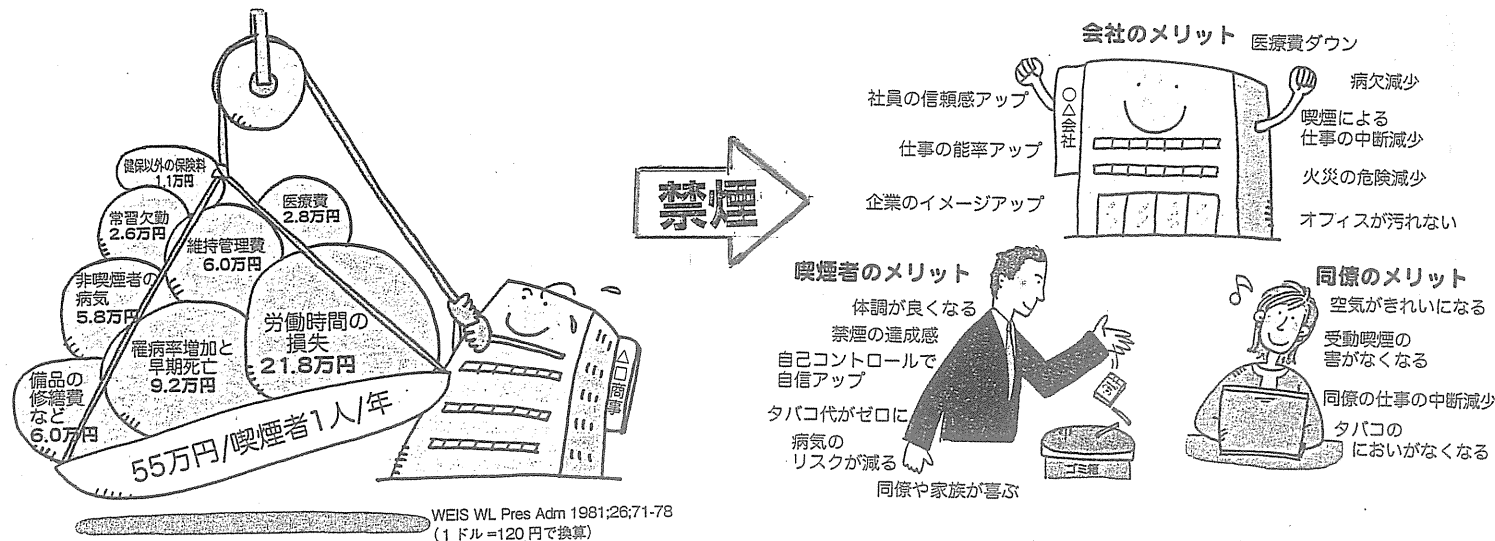
昨年、神奈川県が「受動喫煙防止条例」を成立させ、今後の日本における受動喫煙防止策のあり方に一石を投じたと評価されています。

職場の受動喫煙を防止し、健康な職場環境を目指していくうえで「タバコを吸わないライフスタイル」こそ時代のトレンドの意識を高めていきたいものです。

■フィルター付紙巻きたばこ1本あたりの発生量



＜職場の喫煙対策＞



職場では、分煙から全館禁煙の時代になってきていますが、もっと望ましいのは喫煙者が減ることです。

全国的には、年々喫煙率は減少していますが、カネボウ健康保険組合では依然高い喫煙率です。

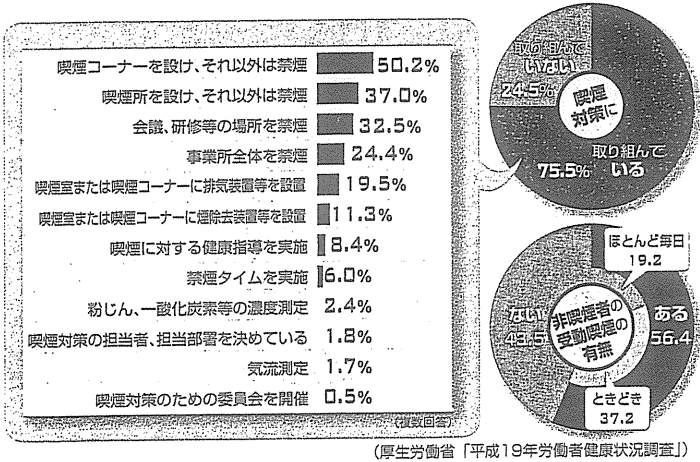
「サードHANDSモーク」といって、喫煙が行われる部屋の壁紙やエアコン、喫煙者の口腔粘膜や髪の毛、衣服からも有害なガス成分が揮発する「残留たばこ成分」も受動喫煙の被害として、近年問題視されるようになってきました。

どんなに優れた喫煙室を作っても、喫煙直後の人が事務所に戻ってくる限り、受動喫煙を完全に防止することは困難といわれています。職場ごとの禁煙支援対策を計画検討していくことが、健康管理対策として重要です。

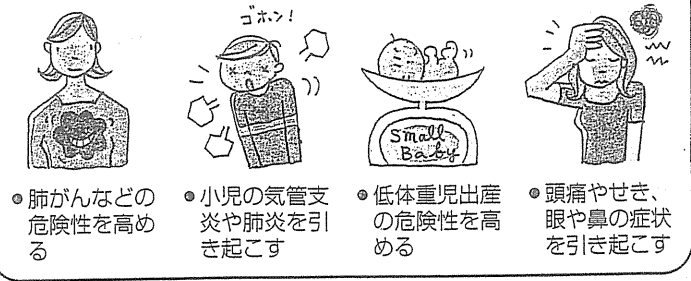
健康な社員は企業の財産といわれます。

カネボウ健康保険組合でも、禁煙支援対策を進めています。昨年から年2回の「禁煙チャレンジ」には多くの方が参加されています。禁煙者を一人でも多く増やし、健全な職場環境づくりを目指したいと考えています。

＜喫煙対策・受動喫煙の状況＞



●受動喫煙による健康被害

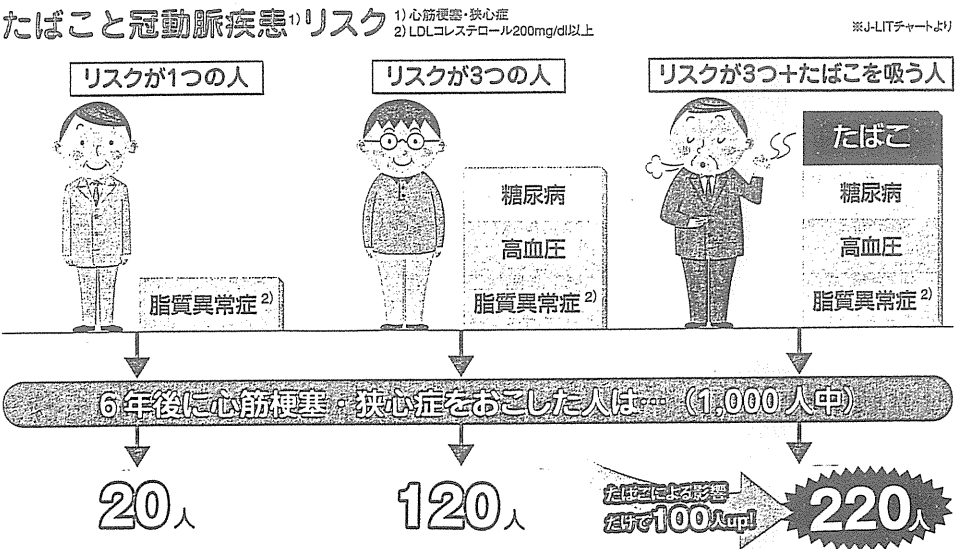


禁煙外来では健康保険で治療が受けられます

＜とても危険なメタボ+たばこ＞

20年度から始まった特定健診では、喫煙率の高さもあって、積極的支援者率が高くなっています。

たばこは血管をぼろぼろにし、メタボの状態ですらにタバコを吸う人は、脳卒中や心筋梗塞、狭心症などのかかる率が高くなります。



＜たばこによる損害＞

たばこで失うのは、健康だけではありません。

シアトル大学のワイズ博士が、タバコを吸う社員一人について、企業がどれだけの負担を強いられているか試算した有名なデータがあります。それによると、喫煙者一人にかかる企業コストは年間 55 万円！

☆みんなで禁煙に取り組みましょう！