

## < 5 > 喫煙

### 背景

たばこには5,300種類以上の化学物質と70種類以上の発がん物質が含まれており、そのため喫煙は、がん、循環器病、糖尿病などの生活習慣病や歯周病などに共通した主要な危険因子といわれています。特に、気管支に慢性的な炎症が起こり、呼吸が次第に苦しくなる病気であるCOPD（慢性閉塞性疾患）の主な原因の50%～80%程度は、たばこの煙が関与しているといわれています。このようなことから、喫煙率を下げることによって、がんをはじめとした喫煙関連疾患による死亡率と医療費を将来的に減少させることができます。

喫煙開始年齢が早いほど、健康への影響も大きく、ニコチン依存も強くなり、喫煙本数も増え、禁煙しにくくなることが分かっています。また、健康への影響が大きい子どもをたばこの煙から守るため、令和2年に施行された改正健康増進法では、喫煙できる場所への20歳未満の者の立ち入りが禁止されるなどの対策が講じられました。

妊婦の喫煙は、妊婦自身の合併症などのリスクを高めるだけではなく、胎児の発育遅延や低出生体重、出生後の乳幼児突然死症候群発症などのリスクも高めます。また、出産後、授乳中の喫煙も子どもに影響があることが分かっているので、授乳中の喫煙をなくすことも大切です。

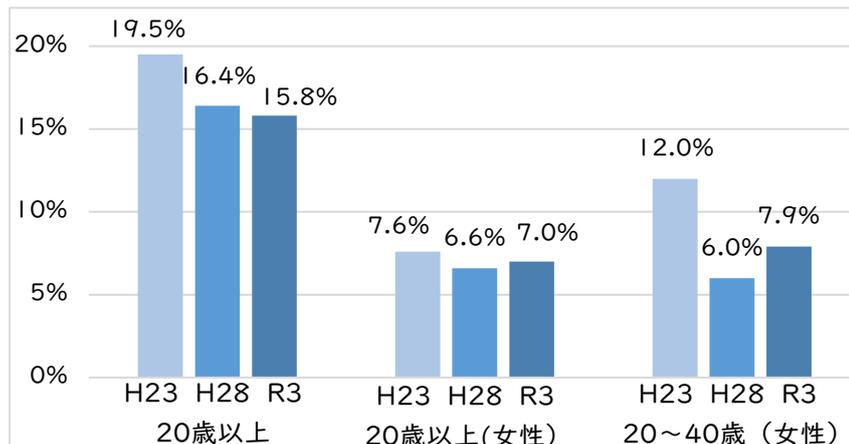
### 現状と課題

本県の20歳以上の喫煙率は、年々減少傾向にあり、禁煙希望者の割合も増加傾向にあります。ただし、女性の喫煙率は、直近の調査から比較すると、増加傾向にあります（グラフ1参照）。

特に、男性喫煙率は、平成28年国民健康・栄養調査では35.3%と約3人に1人が喫煙している状況であり、全国ワースト4位となっています。

また、喫煙が及ぼす健康影響について十分な知識の普及[知っている人の割合]についての認知度は、全国と比較し低い状況です。

グラフ1 喫煙率の推移



(出典：長崎県健康・栄養調査 (H23) 長崎県生活習慣状況調査 (H28、R3))

## 目標と指標

## ①喫煙率の減少（表内 i：国目標、ii、iii：県独自目標）

|         |   |
|---------|---|
| 指標      | i 20歳以上の喫煙率 ii 20歳以上（女性）喫煙率<br>iii 20歳～39歳（女性）喫煙率       |
| データソース  | 長崎県生活習慣状況調査   |
| 現状値     | i 15.8% ii 7.0% iii 7.9% (R3)<br>※ iii は、20歳～40歳（女性）の数値 |
| ベースライン値 | R6 長崎県生活習慣状況調査（予定）                                      |
| 目標値     | i 12% ii 4% iii 7% (R14)                                |

注) iiiについては、健康ながさき21（第3次）より39歳までに変更

## ②妊娠中の喫煙をなくす（国目標）

|         |              |
|---------|--------------|
| 指標      | 妊婦の喫煙率       |
| データソース  | 厚生労働省母子保健課調査 |
| 現状値     | 1.7% (R3)    |
| ベースライン値 | R6 までの最新値    |
| 目標値     | 0% (R13)     |

## 施策の方向性と取組

## ○たばこによる健康被害の啓発

喫煙が引き起こす生活習慣病や歯周病、妊娠・出産・授乳への影響などさまざまな健康被害を科学的知見に基づく正しい情報で県民の皆様に提供します。

また、加熱式たばこや電子たばこといった新型たばこによる健康影響についても併せて周知・啓発を行います。

（取組）

- ・各種健康イベントや広報媒体等を活用した周知・啓発

## ○禁煙希望者への支援体制の充実

禁煙のメリット、禁煙治療、禁煙方法等の周知・啓発を行うことで、禁煙希望者への支援体制を充実させ、禁煙にチャレンジすることへの周囲の方々の理解が深まるような周知・啓発を行います。

（取組）

- ・禁煙支援医療機関の実態把握調査、調査結果の公開
- ・特定健康診査・特定保健指導等の機会を活用した禁煙方法等の助言
- ・事業所等へ専門家を派遣し、喫煙をテーマとした健康教育の実施

○20歳未満の者に喫煙させない取組

20歳未満の者の喫煙はより身体への影響が大きく、かつその後も喫煙継続につながりやすいこと、また、喫煙が薬物乱用の始まりになり得ることを分かりやすく周知・啓発します。

(取組)

- ・県内の小中学校、高校及び特別支援学校における薬物乱用防止教室の開催

○妊娠・授乳中の喫煙をなくす取組

妊娠中の喫煙は、妊娠合併症のリスクを高めるだけでなく、胎児にも健康被害があること、また、授乳中の喫煙もこどもに影響があることなど周知・啓発し、妊娠中・授乳中の喫煙をなくす取組を行います。

(取組)

- ・各種機会を利用した妊婦、パートナーへの喫煙、受動喫煙の害の周知・啓発