HOKKAIDO UNIVERSITY

Title	パパ、ママ、タバコやめて！ : 小さな命のために
Author(s)	矢野, 公一
Relation	北海道大学環境健康科学研究教育センター設立記念 市民公開講演会「みんなで考えよう : 身近な環境と子どもの健康」. 平成22年10月24日(日). 北海道大学, 札幌市.
Issue Date	2010-10-24
Doc URL	https://hdl.handle.net/2115/44094
Type	conference presentation
File Information	4_3yano.pdf

Hokkaido University Collection of Scholarly and Academic Papers : HUSCAP

パパ、ママ、タバコやめて！
ー小さな命のためにー

矢野公一（札幌市保健所）

みんなで考えようー身近な環境と子どもの健康ー
北海道大学環境健康科学研究教育センター設立記念
市民公開講演会
２０１０年１０月２４日

赤ちゃんはお母さんの
お腹の中で守られています。

妊婦さんを
たばこの煙から守りましょう。

STOP! 受動喫煙

健康づくりはあなたから「健康さっぽろ21」 札 幌 市

並んで
いこう。

毎月3日は さっぽろmU煙デー

受動喫煙のない 空気のきれいな街へ。

さあ その一歩をはじめよう。

毎月3日は みんなで参加（3日）する日です。

職場で

分煙をしている場合でも
タバコの煙やにおいが
もれていないか確認を！

家庭で

妊婦や子どもの前での
喫煙はひかえましょう。
あなたのおうちは大丈夫？

飲食店などで

まわりの人のキモチになって
分煙または禁煙を
心がけていますか？

札幌市

今日のお話

札幌市における

①喫煙率

②妊娠中の喫煙・受動喫煙

③乳幼児の受動喫煙

④受動喫煙対策

今日のお話

札幌市における

①喫煙率

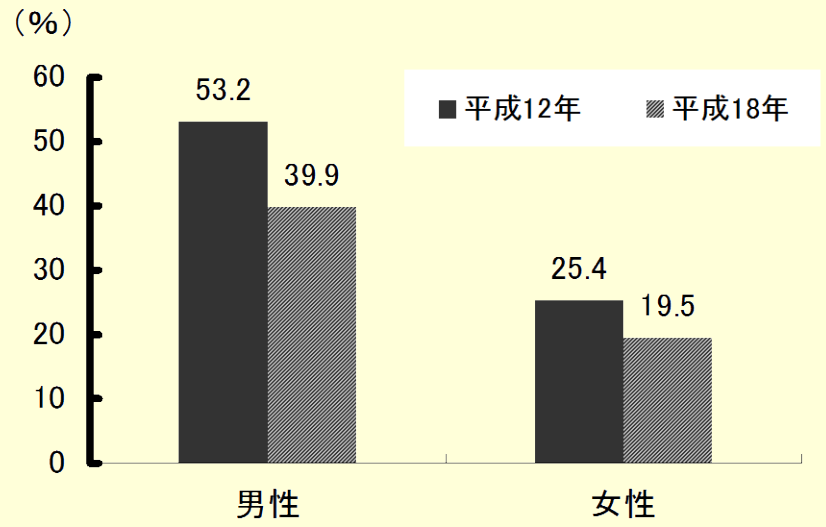
②妊娠中の喫煙・受動喫煙

③乳幼児の受動喫煙

④受動喫煙対策

成人の喫煙率

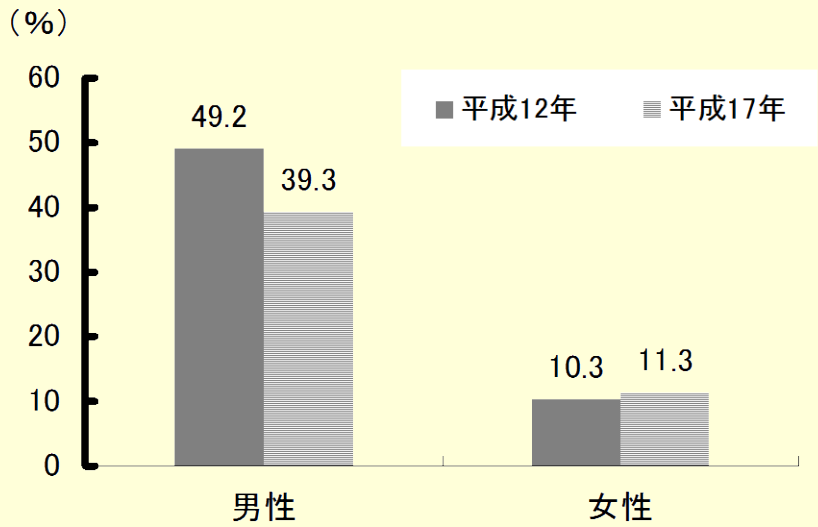
札幌市



「健康さっぽろ２１の推進に関する市民意識調査

(健康づくりに関する市民意識調査)

全国



国民健康・栄養調査結果の概要

●北海道の喫煙率

＊男性喫煙率：　３９．７％

＊女性喫煙率：　１７．５％

→全国１位(３８年連続)

●全国の喫煙率

＊男性喫煙率：３６．６％

＊女性喫煙率：１２．１％

（日本たばこ産業：２０１０年）

今日のお話

札幌市における

①喫煙率

②妊娠中の喫煙・受動喫煙

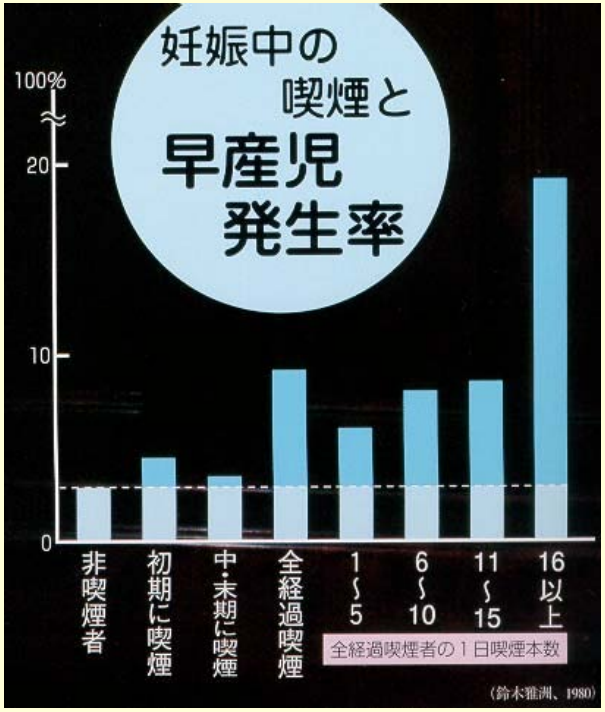
③乳幼児の受動喫煙

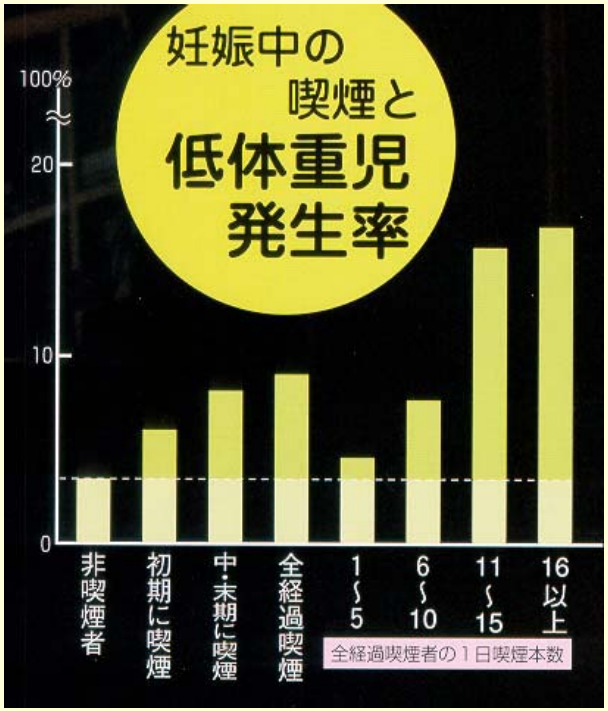
④受動喫煙対策

O Ministério da Saúde adverte:
EM GESTANTES, O CIGARRO
PROVOCA PARTOS PREMATUROS,
O NASCIMENTO DE CRIANÇAS
COM PESO ABAIXO DO NORMAL
E FACILIDADE DE CONTRAIR ASMA.
Disque Pare de Fumar
0800 703 7033

妊娠してもなかなかタバコはやめられない

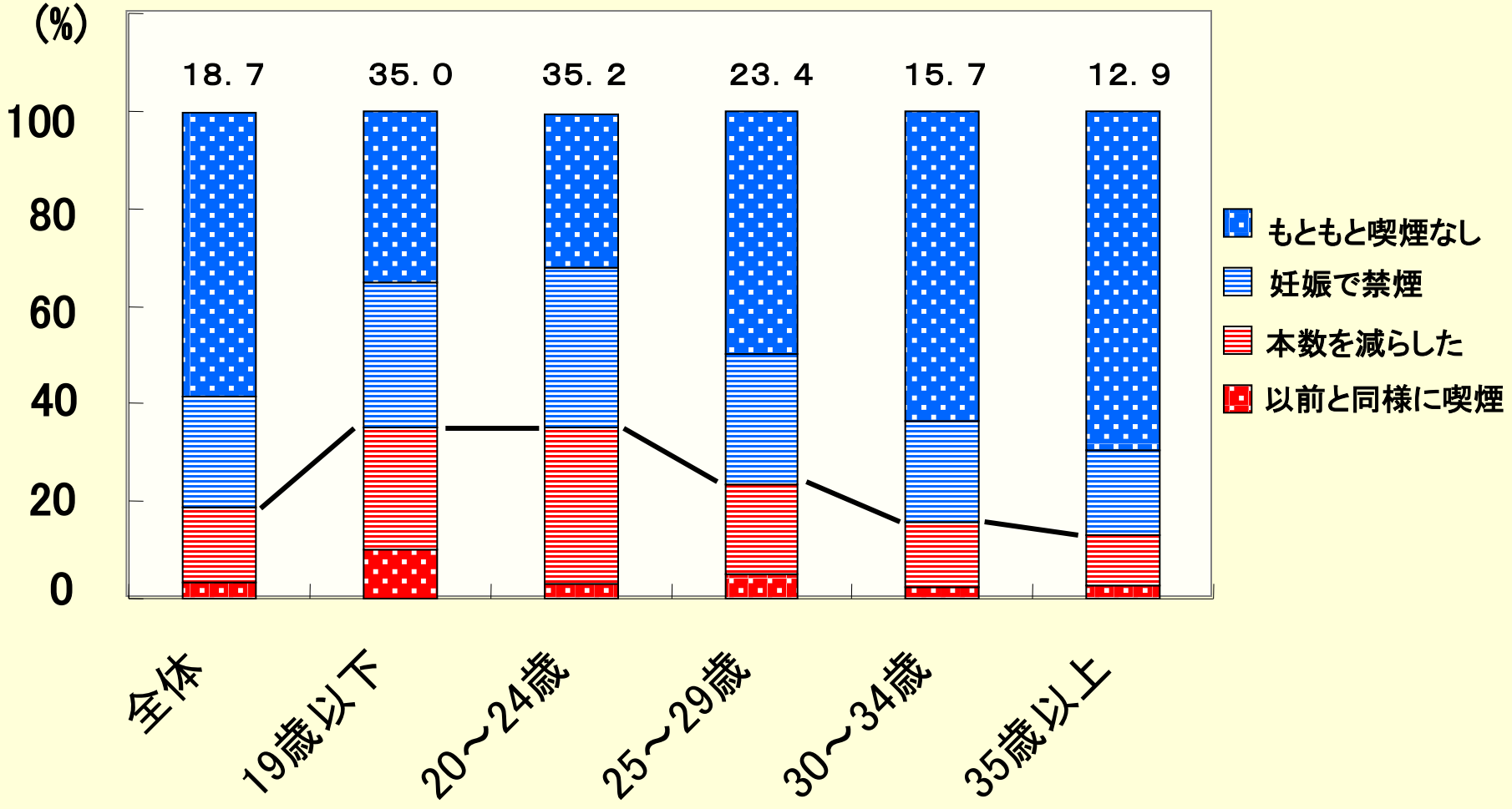
- 胎児・新生児・乳児の発育不全
- 乳幼児突然死症候群
- ・・・・





妊娠女性の喫煙状況

母子保健に関する市民意識調査
（札幌市、2001年）



妊婦のタバコ曝露の実態
ーバイオマーカーを用いた検討ー

【対象】札幌市内保健センターで実施している妊婦対象の母親教室受講者４４９人（2007年 9, 10月）

【方法】

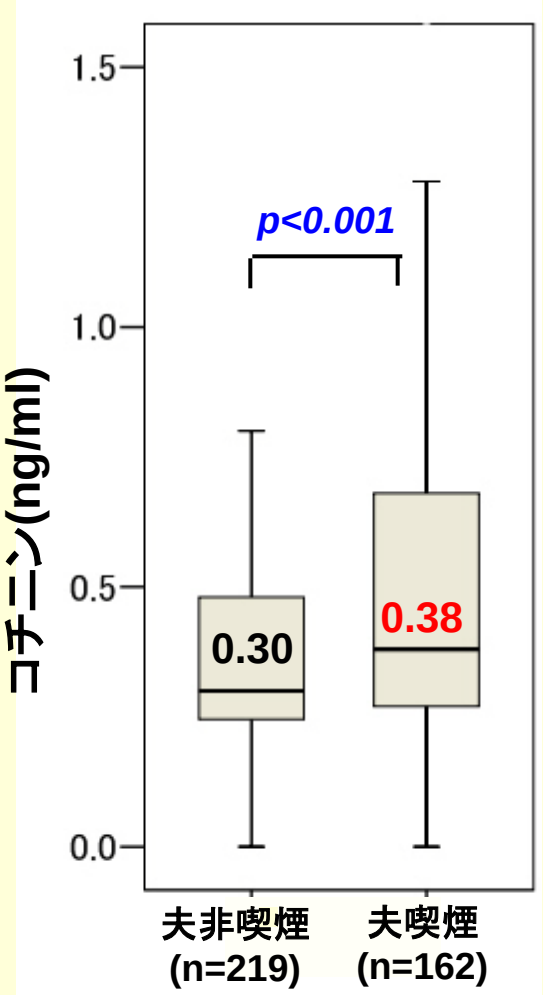
○喫煙に関するアンケート調査（無記名）

○唾液中ニコチン代謝物（コチニン）測定

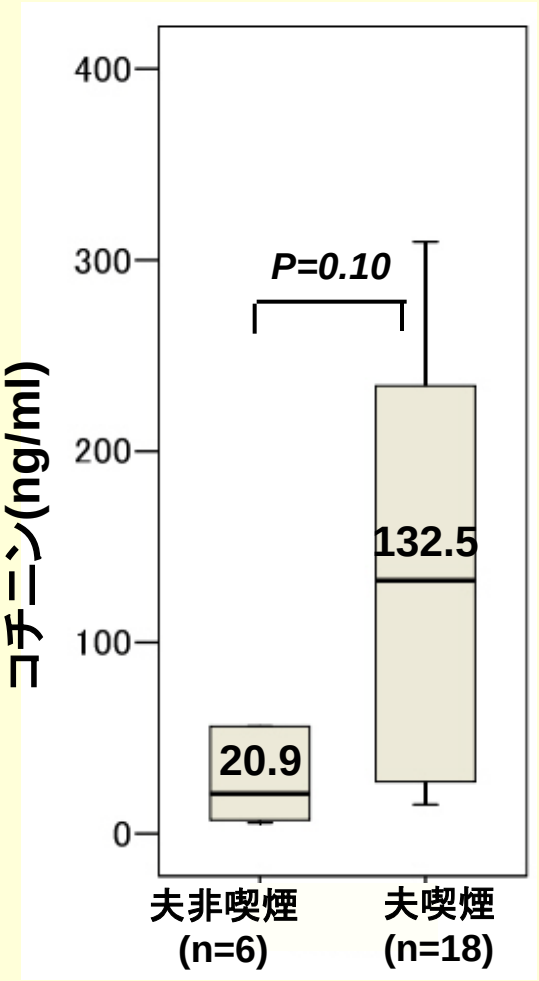
→回収４３１人（回収率96.0%)

＊測定法：ＥＬＩＳＡ

夫の喫煙の有無と妊婦の唾液中コチニン濃度

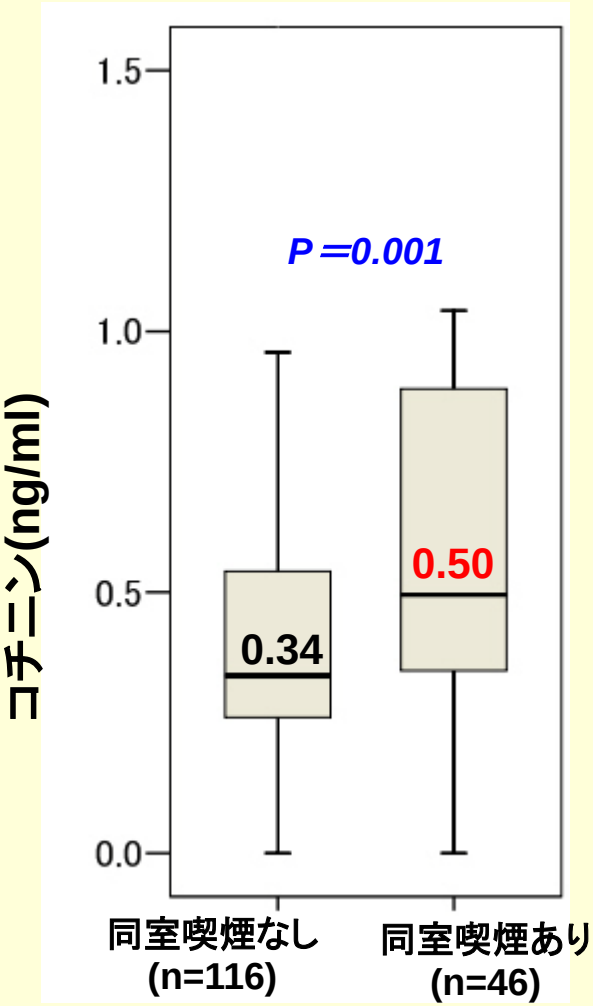


妊婦非喫煙群
(n=381)

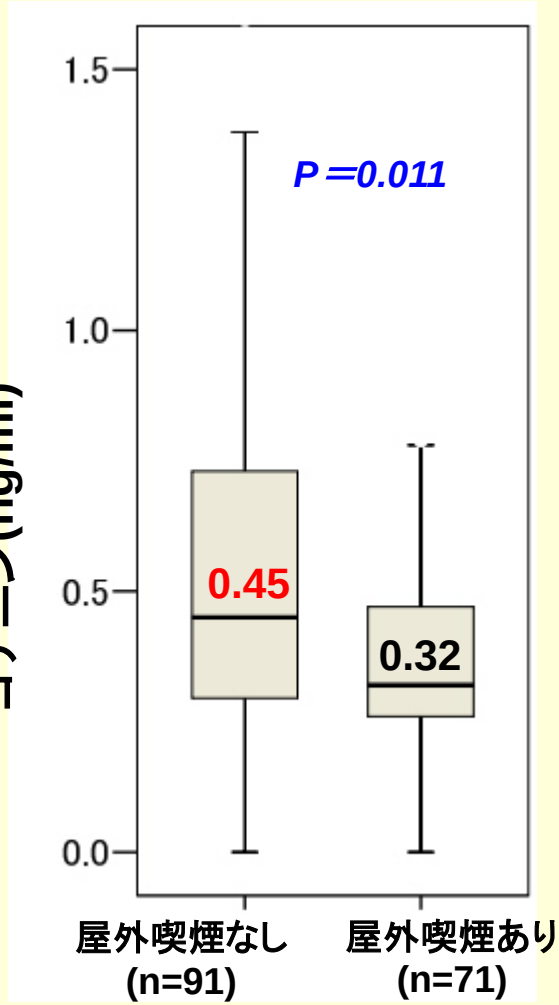


妊婦喫煙群
(n=24)

喫煙する夫の喫煙行動と非喫煙妊婦の唾液中コチニン濃度

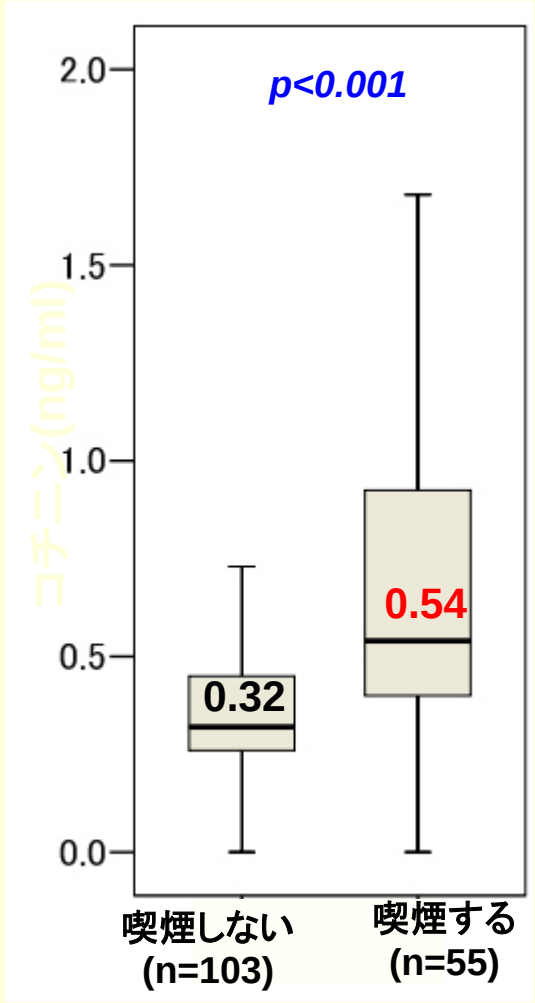


妊婦と同室での喫煙

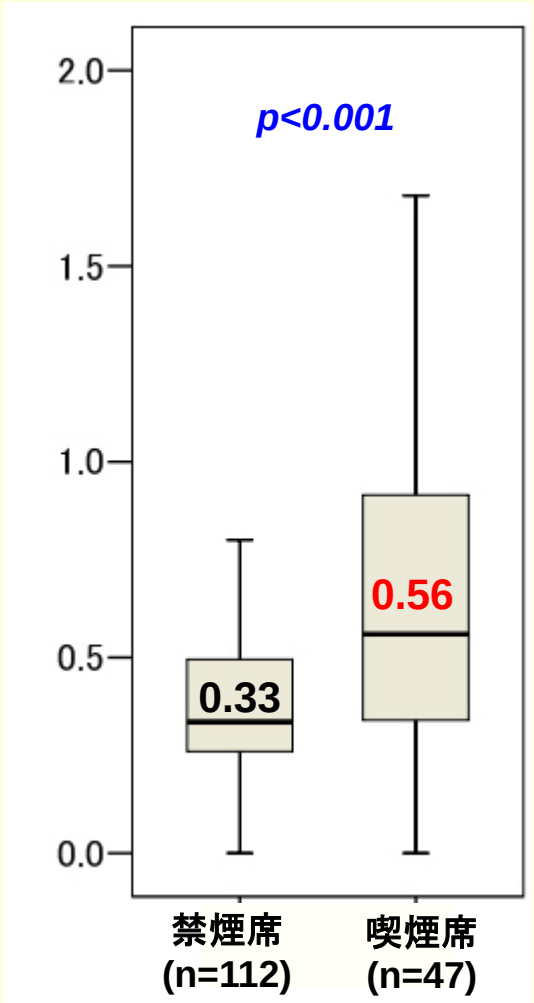


屋外での喫煙

喫煙する夫の喫煙行動と非喫煙妊婦の唾液中コチニン濃度



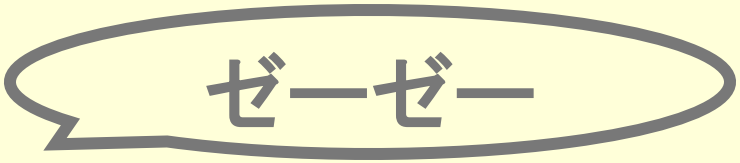
夫の車内での喫煙



外食時の席の選択

車の中でタバコを吸うと

走る毒ガス車に



今日のお話

札幌市における

①喫煙率

②妊娠中の喫煙・受動喫煙

③乳幼児の受動喫煙

④受動喫煙対策

1歳6か月児のタバコ曝露の実態
ーバイオマーカーを用いた検討ー

【対象】札幌市内保健センターで実施している1歳6か月健診受診児1257人とその保護者（2007年10月）

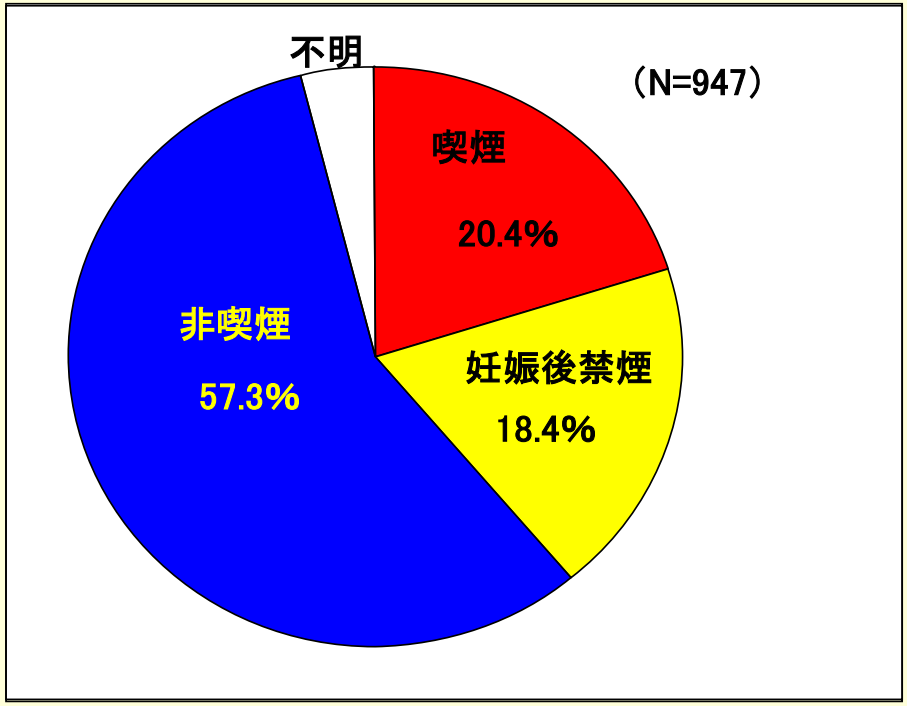
【方法】

○保護者に対する喫煙に関するアンケート調査　→回収949人（回収率75.3%)

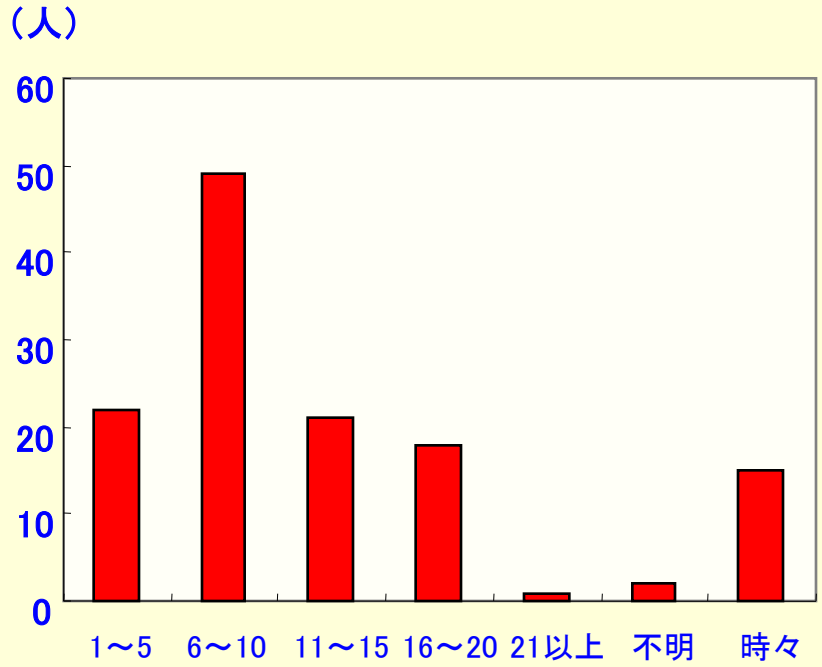
○児の乾燥濾紙尿中ニコチン代謝物（コチニン）測定。→回収669人（回収率53.2%)

＊測定法：ELISA

1歳6か月児：母の喫煙率と喫煙本数

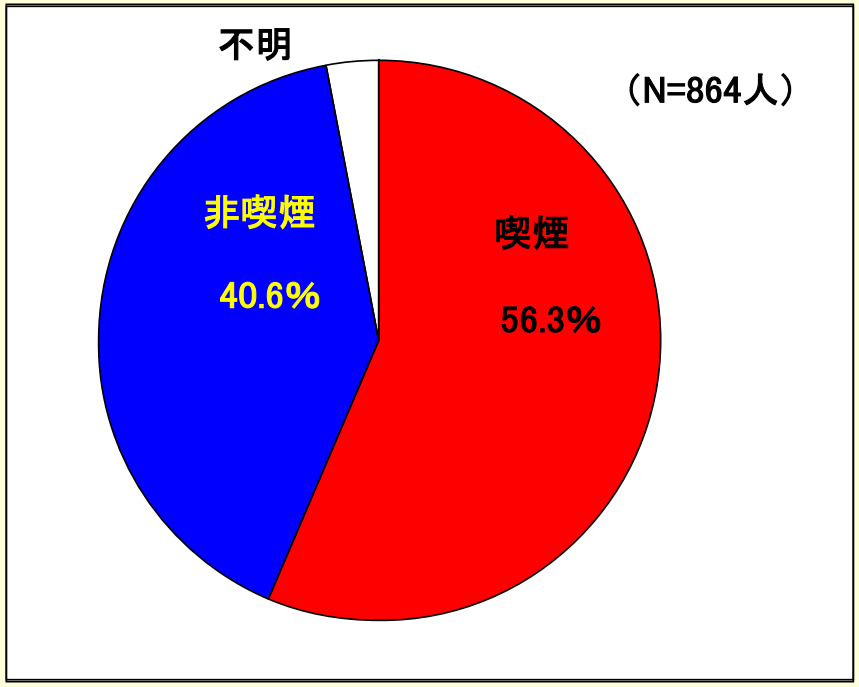


母の喫煙率（％）

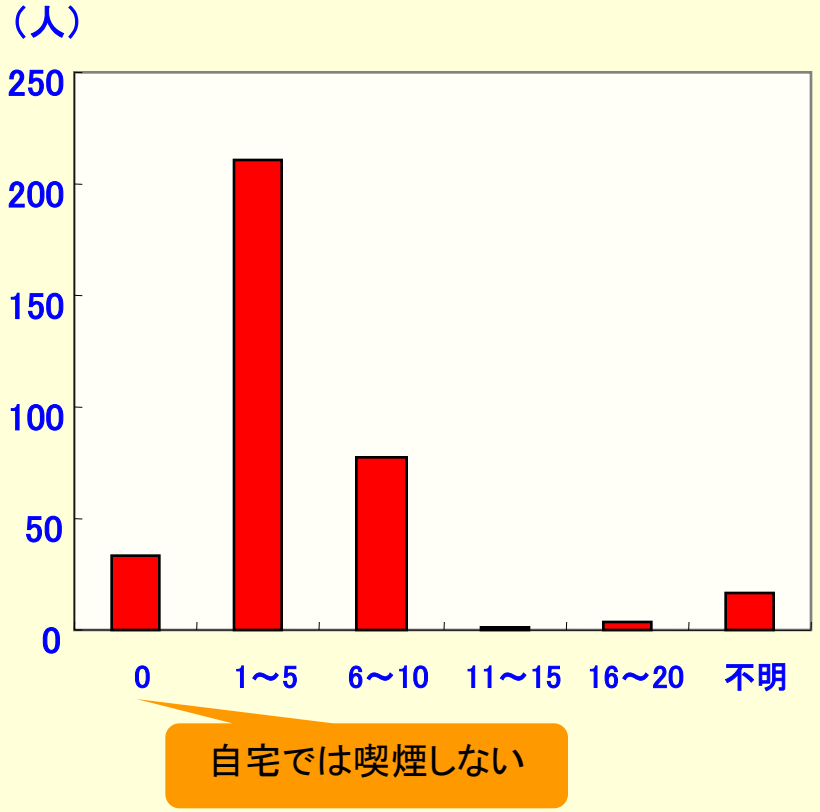


母の喫煙本数(本/日)

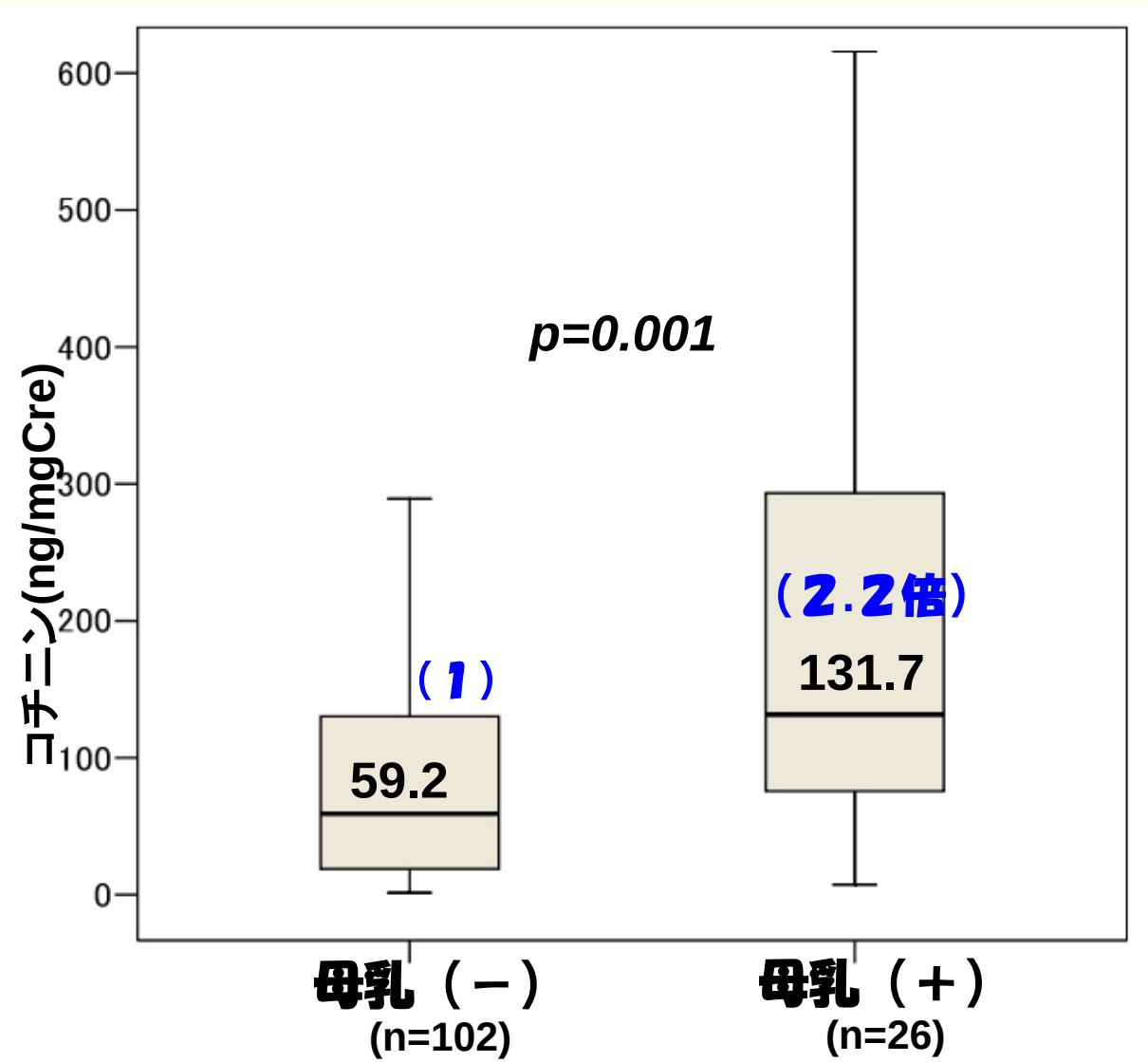
1歳6か月児：父の喫煙率と喫煙本数



父の喫煙率（％）



父の自宅での喫煙本数(本/日)



母が喫煙する児の尿中コチニン値
－母乳摂取の有無での比較－

たばこと母乳

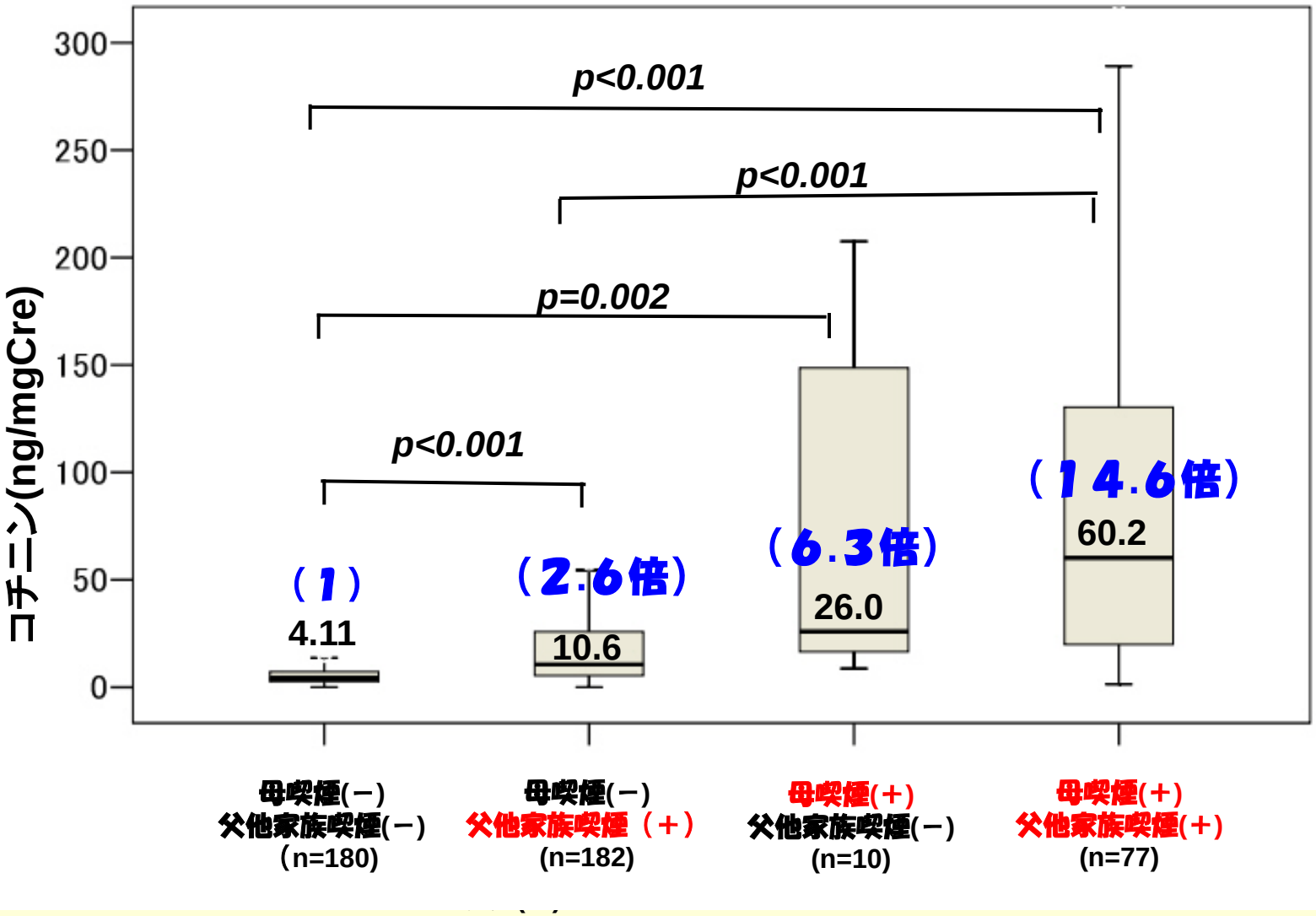
お母さんがたばこを吸うとニコチンが母乳に移行します。

母乳中のニコチン濃度は、お母さんの血液中の濃度に比べて3倍高い!

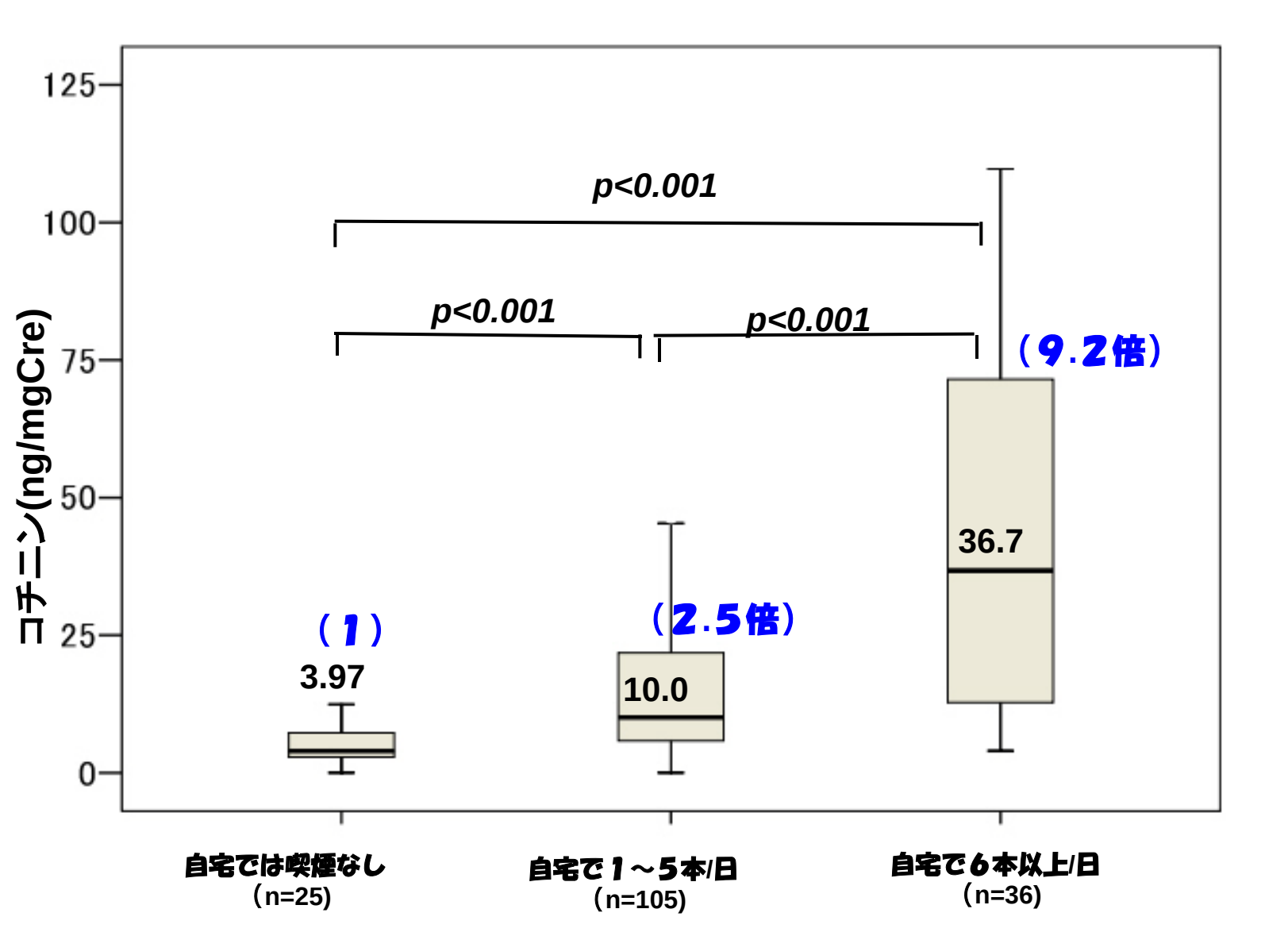
ニコチンを含んだ母乳を飲んだ赤ちゃんは、**機嫌が悪い**、**吐く**、**下痢**などの症状が見られることがあります。

母乳の分泌が悪くなります。
（血液の循環が悪くなるため）

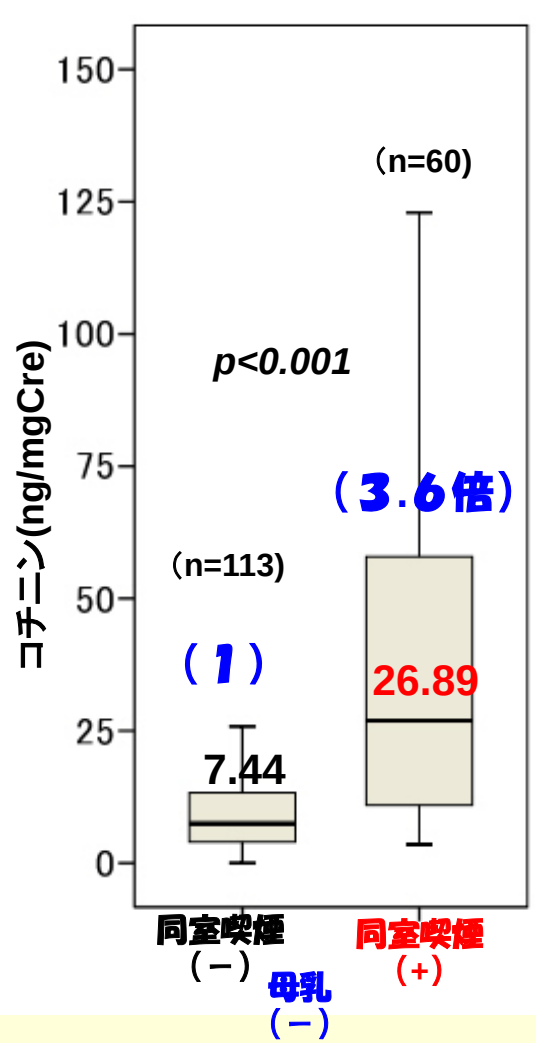
健康づくりはあなたから「健康さっぽろ21」　札幌市

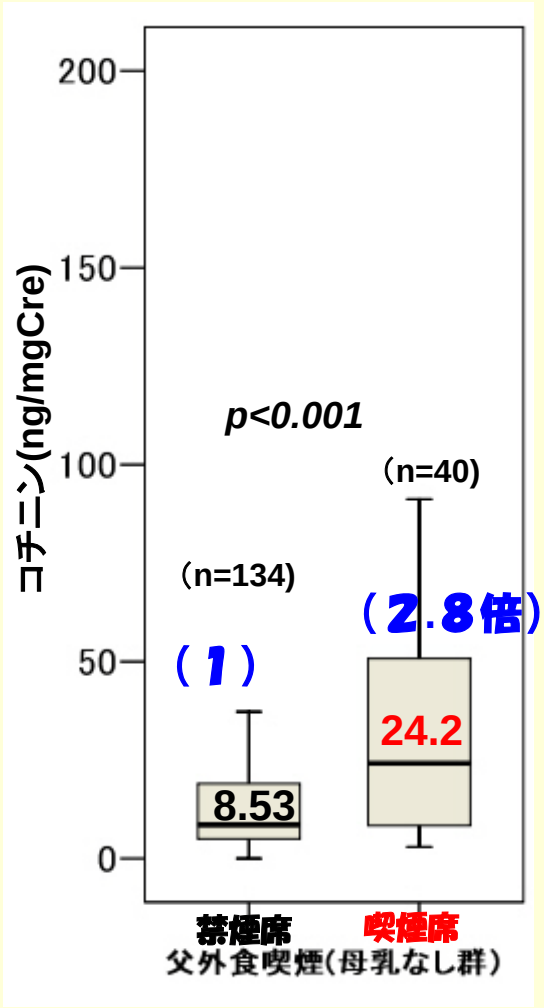


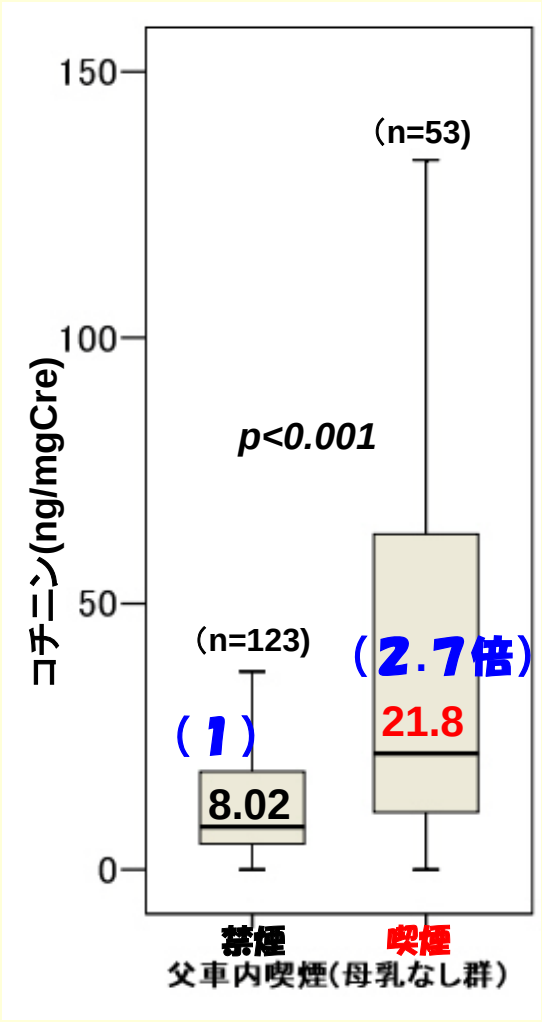
家族の喫煙と児の尿中コチニン値
（母乳なし群）



父の自宅での喫煙本数と児の尿中コチニン値
（父のみ喫煙+母乳なし群）







家庭・外食時・車内での喫煙と児の尿中コチニン値
－父のみ喫煙群での検討－

バイオマーカーを用いた幼児における受動喫煙の実態調査　ー保育園児での検討ー

【対象】

2008年10月に札幌市内15保育園において、3歳以上就学前の園児476児のうち、母乳を授乳していないことが明らかな471児を対象とした。

【方法】

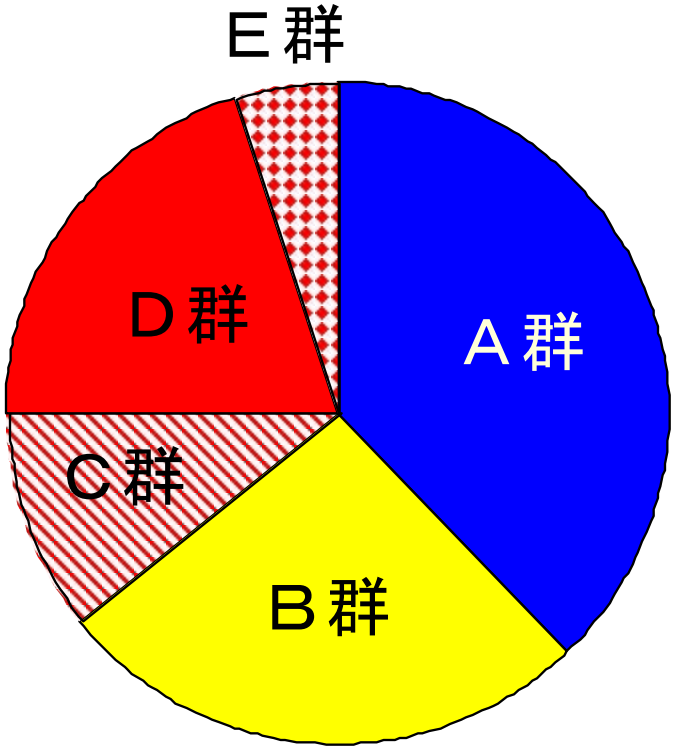
①保護者に対する喫煙に関する自記式アンケート調査。

②児の乾燥濾紙尿中ニコチン代謝物（コチニン）測定。

尿中コチニンは高感度ＥＬＩＳＡ法により測定し、クレアチニン補正表示（ng/mgCre）とした。

③統計学的検討は、Mann-Whitney検定を用いた。

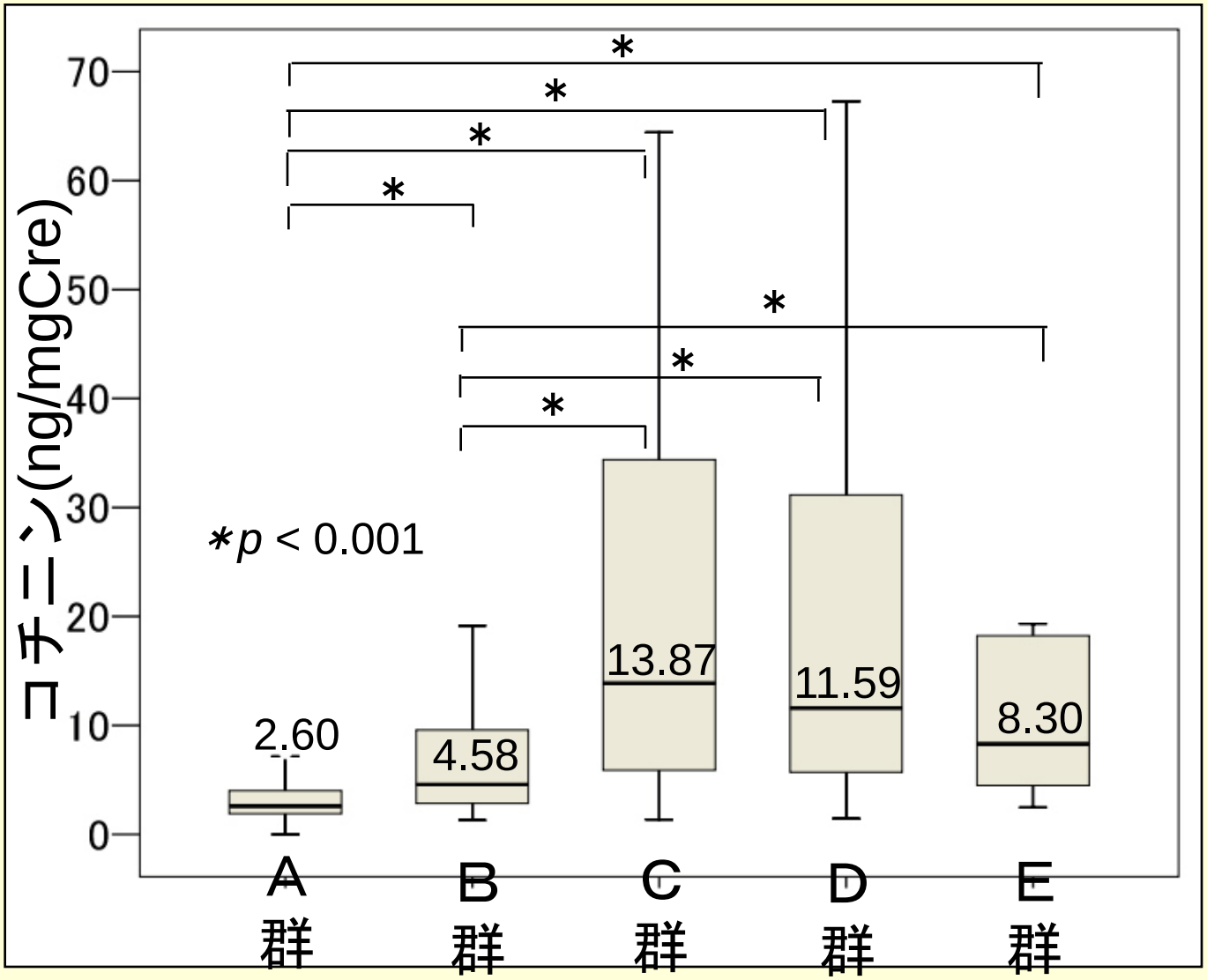
保育園児の同居家族の喫煙状況



A群（家族非喫煙）	178人	（37.8%）
B群（父のみ喫煙）	124人	（26.3%）
C群（母のみ喫煙）	51人	（10.8%）
D群（父母とも喫煙）	94人	（20.0%）
E群（その他家族喫煙）	24人	（ 5.1%）

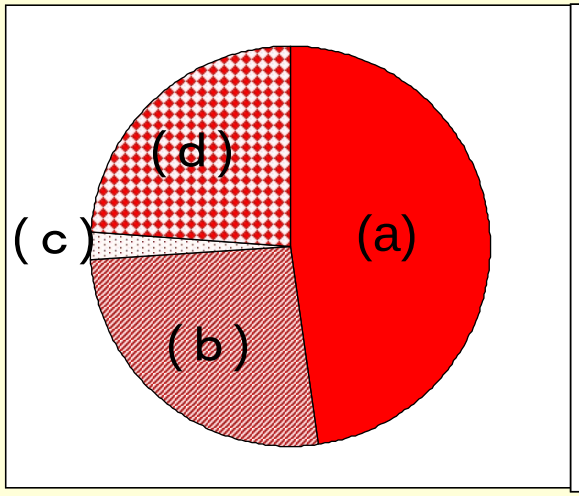
同居家族全員が非喫煙の家庭は37.8％で、62.2％の家庭では父、母あるいはその他の同居する家族が喫煙していた。

家族の喫煙と児の尿中コチニン濃度（中央値）



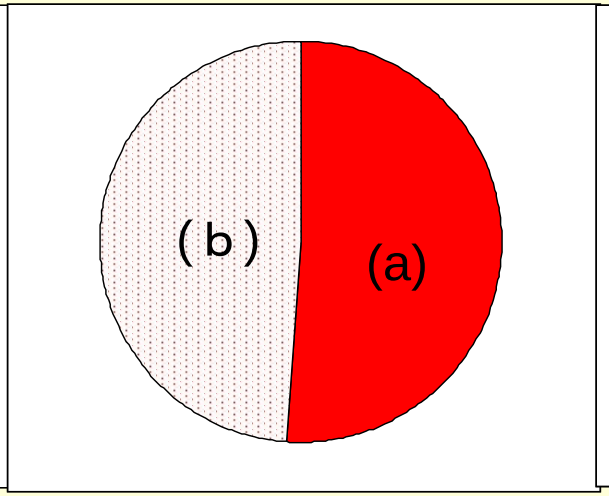
家族に喫煙者のいるB～Ｅ群の尿中コチニンは、非喫煙家族(A群)に比べ高値。母のみ（C群）と父母とも（Ｄ群）喫煙群は、父のみ（Ｂ群）に比べ、高値。

母のみ喫煙群の喫煙状況



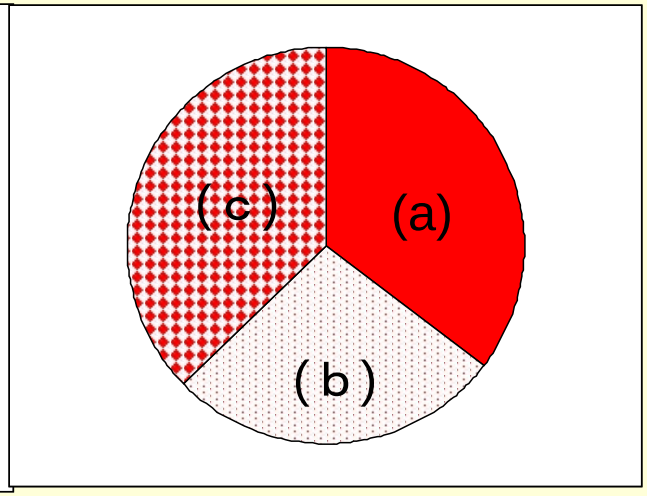
喫煙場所

(a)児と同室　（22人）
(b)児と別室　（12人）
(c)屋外　（ 1人）
(d)決めていない（11人）



車内の喫煙

(a)車内喫煙（26人）
(b)車内禁煙（25人）

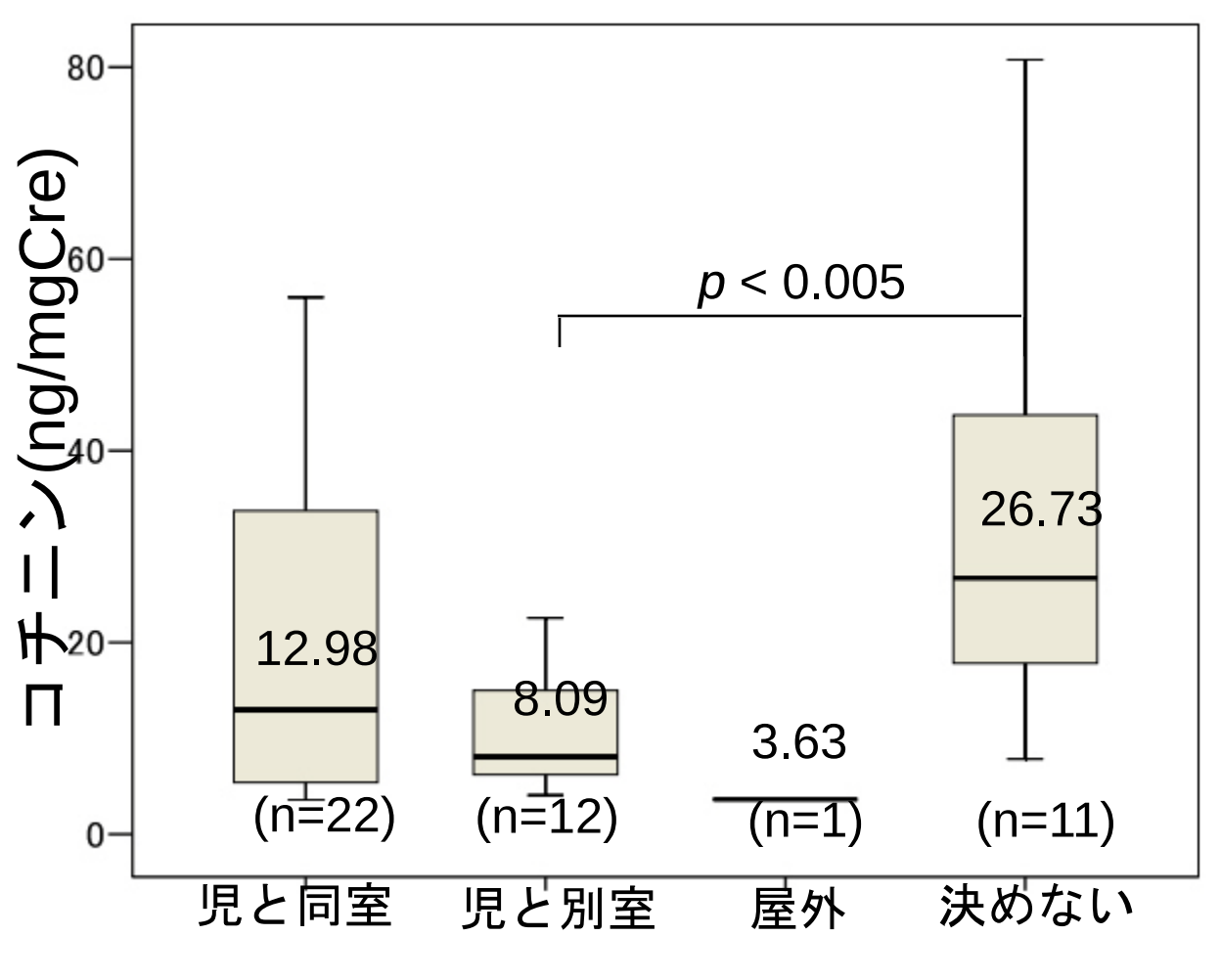


外食時の喫煙

(a)喫煙席　（18人）
(b)禁煙席　（14人）
(c)決めていない（19人）

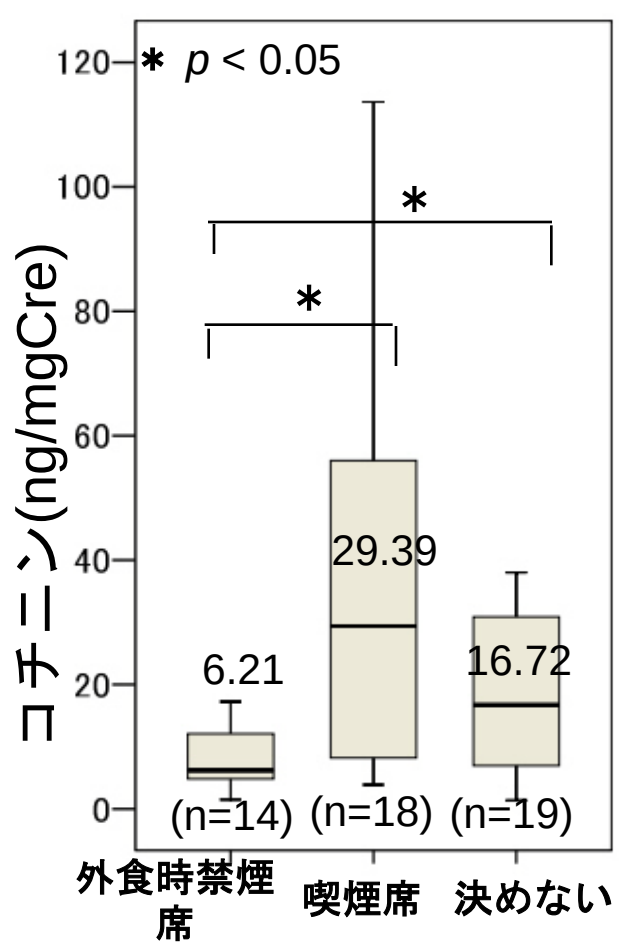
母のみ喫煙群では、母の48%が児と同室で喫煙、51%が車内で喫煙、35%が外食時に喫煙席を選んでいた。

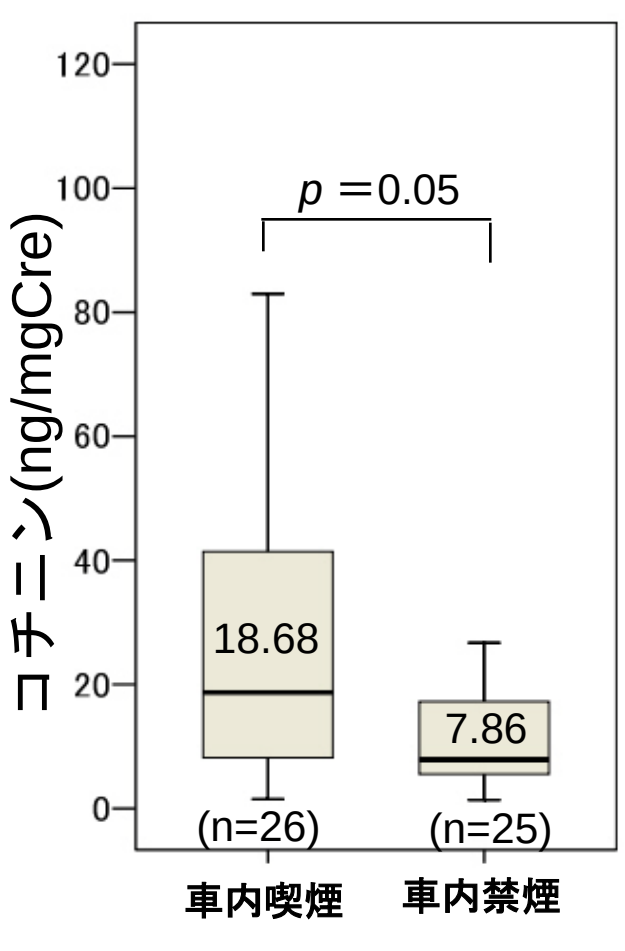
母の喫煙場所と児の尿中コチニン濃度（中央値）
(母のみ喫煙群)



母のみ喫煙群の中で、母が喫煙場所を決めていない群は別室で喫煙する群の3.3倍尿中コチニンが高値であった。

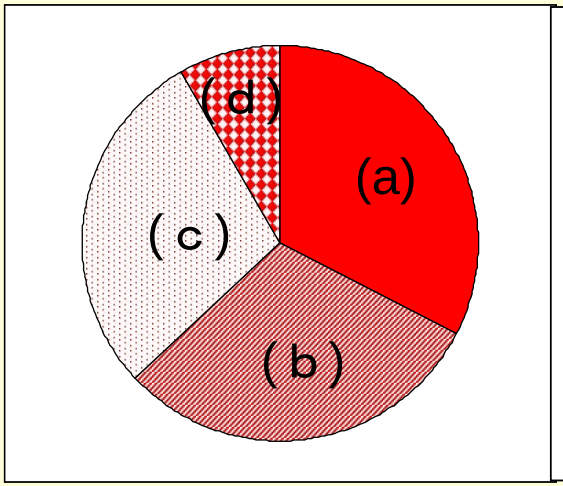
母の喫煙行動と児の尿中コチニン濃度（中央値）
(母のみ喫煙群)





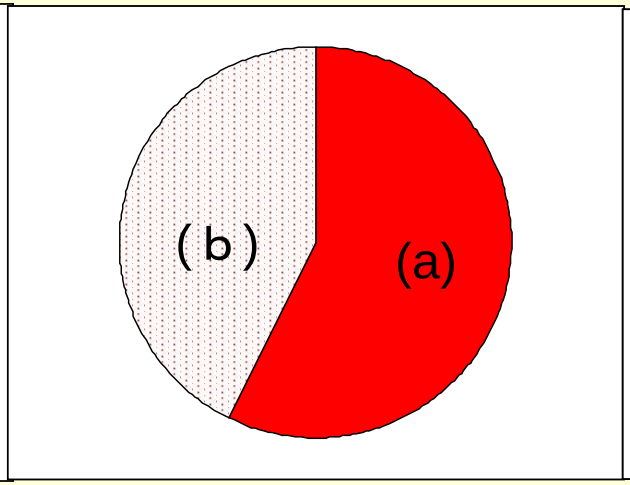
母のみ喫煙群の児の尿中コチニンは、外食時に喫煙席群は禁煙席群の4.7倍高値であり、車内喫煙群は車内禁煙群より高値となる傾向があった。

父のみ喫煙群の喫煙状況



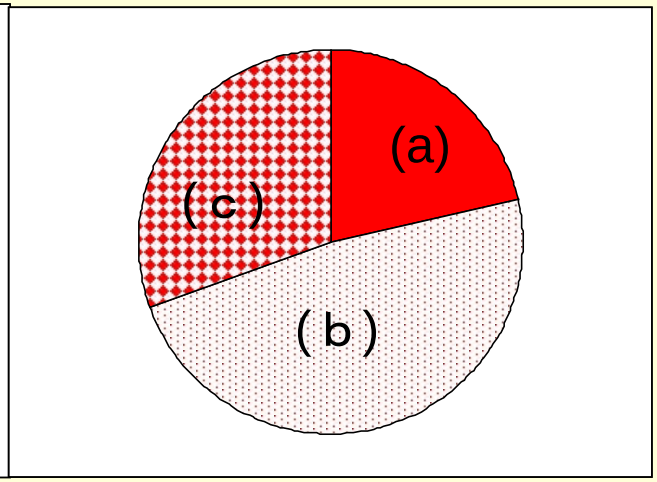
喫煙場所

(a)児と同室　（35人）
(b)児と別室　（33人）
(c)屋外　（31人）
(d)決めていない　（9人）



車内の喫煙

(a)車内喫煙（68人）
(b)車内禁煙（51人）

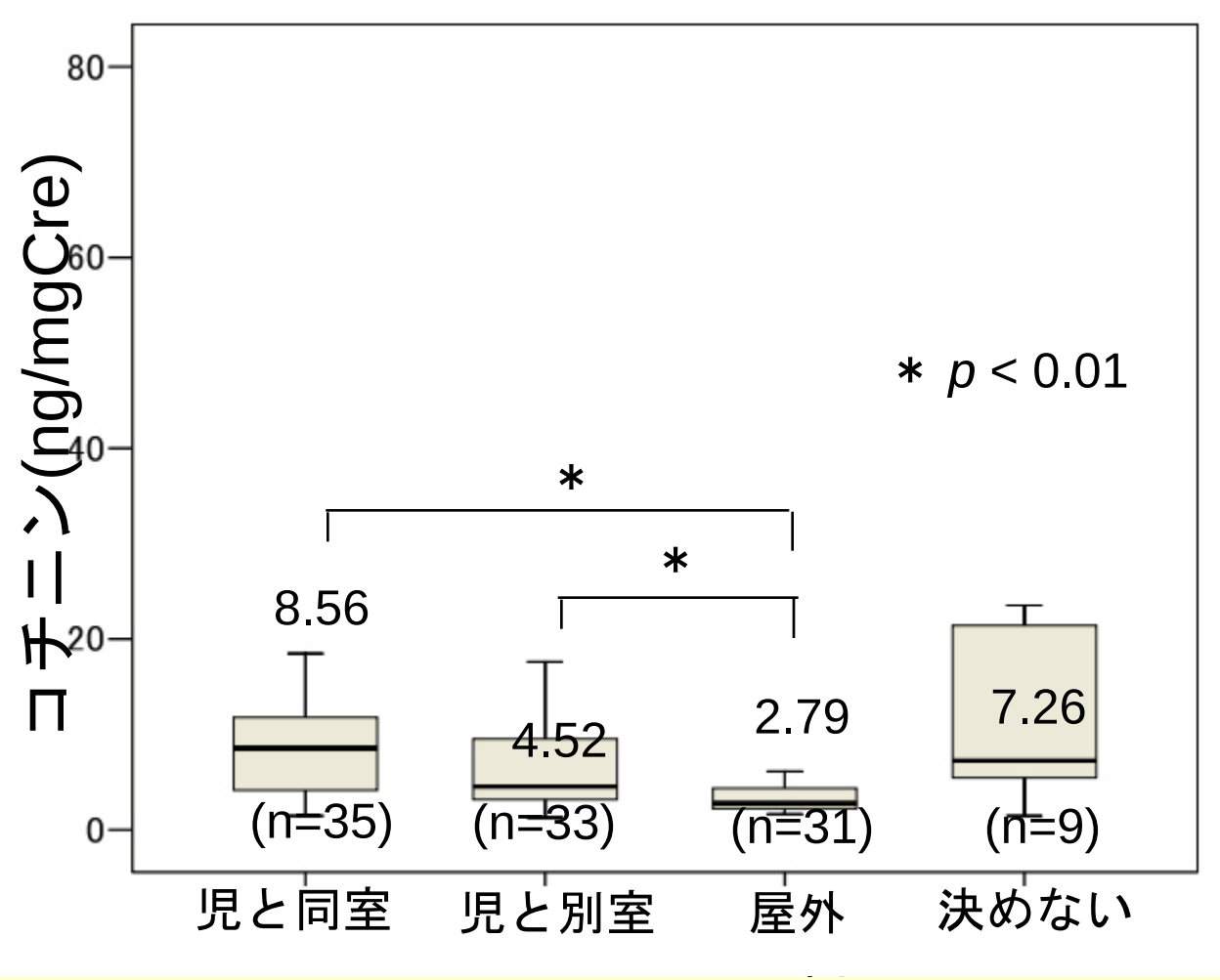


外食時の喫煙

(a)喫煙席　（26人）
(b)禁煙席　（58人）
(c)決めていない（37人）

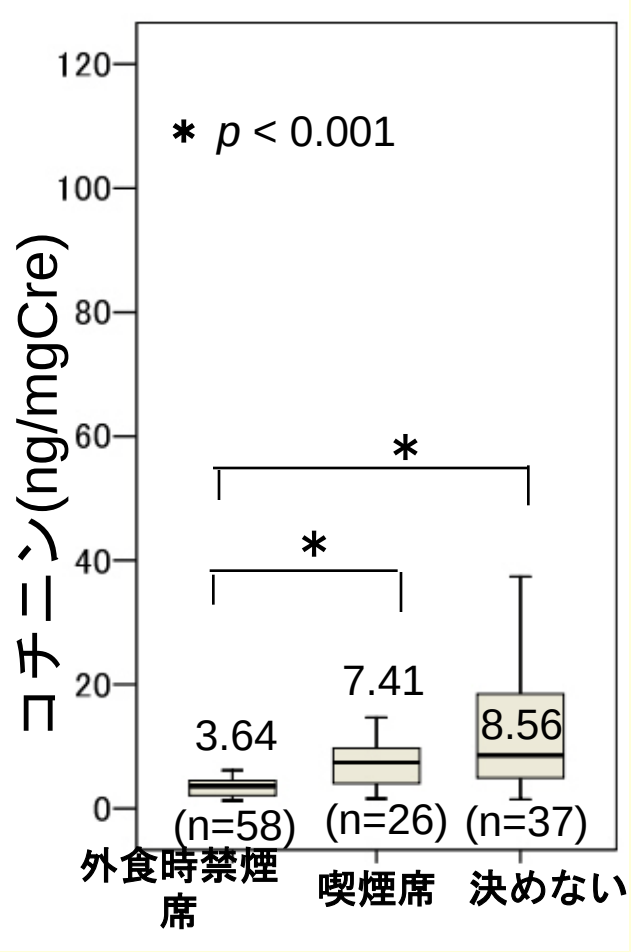
父のみ喫煙群では、父の32%が児と同室で喫煙、57%が車内で喫煙、21%が外食時に喫煙席を選んでいた。

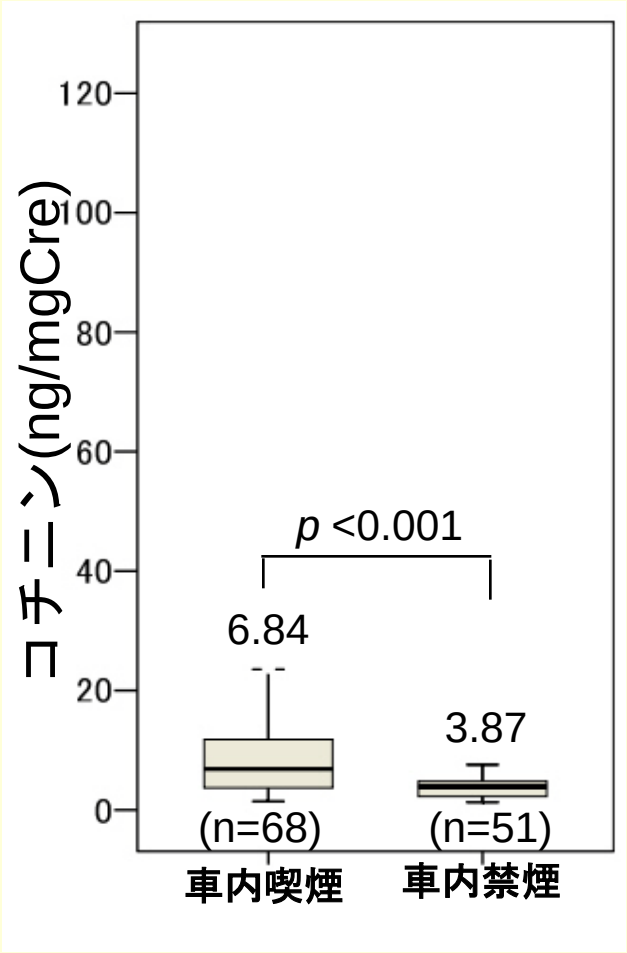
父の喫煙場所と児の尿中コチニン濃度（中央値）(父のみ喫煙群)



父のみ喫煙群の中で、屋外喫煙群の児の尿中コチニン値は、非喫煙家族の児と同等であった。父が児と同室で喫煙する群は屋外喫煙群の3.1倍高値だった。

父の喫煙行動と児の尿中コチニン濃度（中央値）（父のみ喫煙群）





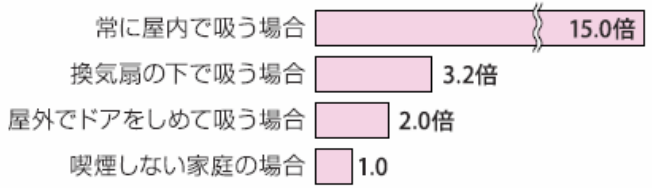
父のみ喫煙群の児の尿中コチニンは、外食時に喫煙席群は禁煙席群の2倍高値であり、車内喫煙群は車内禁煙群の1.8倍高値だった。

どこで吸っても子どもへの影響は防げません!

- 親がたばこを吸うと尿中のコチニンが増加します。
- 換気扇の下で吸っても、屋外で吸っても防げません。
- 禁煙して子どもを守るのが1番!

コチニン たばこに含まれるニコチンが体内で代謝され尿中に排泄される代謝産物

家庭での子どもの受動喫煙（尿中コチニン検出レベル）



（Jonathan et al：PEDIATRICS Vol.113,No.4 April,2004）

健康づくりはあなたから「健康さっぽろ21」　札幌市

今日のお話

札幌市における

①喫煙率

②妊娠中の喫煙・受動喫煙

③乳幼児の受動喫煙

④受動喫煙対策

健康増進法第２５条

＊喫煙者の煙を他人に吸わせない法律
(平成１５年５月施行)

学校、体育館、病院、劇場、集会場、展示場、
百貨店、事務所、官公庁施設、飲食店、その他
多数の人が利用する施設で“受動喫煙防止策”

「健康さっぽろ２１」(札幌市健康づくり基本計画)

主要な健康課題の1つとして「たばこ」を取り上げています。

「たばこ」領域の目標

☆未成年者と妊婦の喫煙をなくす

☆禁煙したい人への支援をすすめる

☆喫煙が健康に及ぼす影響に関する知識を普及する

☆受動喫煙を減らす環境づくりをすすめる

指　標	平成18年	目　標
未成年の喫煙率（15～19歳）	**5.5%**	なくす
妊婦の喫煙率	**13.0%**	なくす
成人の喫煙率　男性	**39.9%**	減らす
女性	**19.5%**	
禁煙・分煙に取り組む施設	**198ヶ所**	増やす

（H14年12月策定）

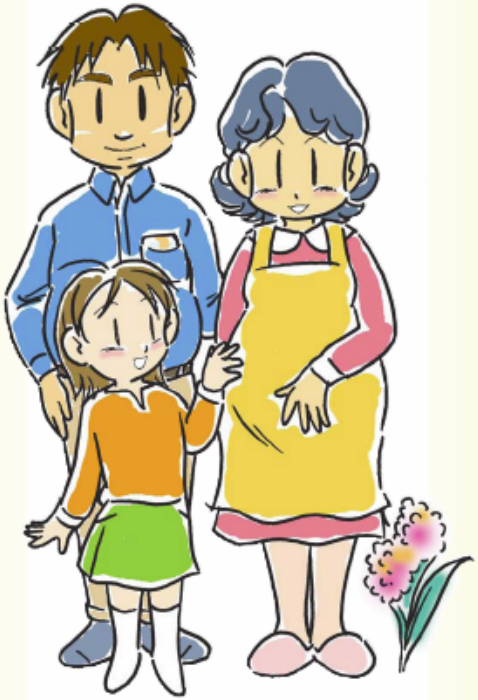
受動喫煙防止対策のあり方に関する検討会報告書（概要）

- 基本的な方向性として、多数の者が利用する公共的な空間については、原則として全面禁煙であるべき。
- 社会情勢の変化に応じて暫定的に喫煙可能区域を確保することも取りうる方策の一つ。
- 受動喫煙を含むたばこの健康への悪影響についてｴﾋﾞﾃﾞﾝｽに基づく正しい情報を発信し、受動喫煙防止対策が国民から求められる機運を高めていくことが重要。
- 喫煙者は自分のたばこの煙が周囲の者を曝露していることを認識することが必要。

（平成２２年２月２５日付け厚生労働省健康局長通知）

札幌市受動喫煙防止対策ガイドライン

～たばこの煙から市民を守る健康な街さっぽろ～



札　幌　市

喫煙率 | たばこの害 | 今から禁煙 | 禁煙治療医療機関一覧 | 禁煙宣言 | 札幌市の受動喫煙防止対策ガイドライン | 禁煙・完全分煙施設の紹介 | 札幌市の広報物

札幌市受動喫煙防止対策ガイドライン

▶ 札幌市の受動喫煙防止対策ガイドライン

札幌市の受動喫煙防止対策についてのガイドライン
(PDF 4.4MB)の、ダウンロードはこちらから↓

ダウンロード

←禁煙のすすめ TOPへ　↑ページトップへ

喫煙率 | たばこの害 | 今から禁煙 | 禁煙治療医療機関一覧 | 禁煙宣言 | 札幌市の受動喫煙防止対策ガイドライン | 禁煙・完全分煙施設の紹介 | 札幌市の広報物

喫煙率
たばこの害
今から禁煙
禁煙治療医療機関一覧
禁煙宣言
札幌市受動喫煙防止対策ガイドライン
禁煙・完全分煙施設の紹介
札幌市の広報物

健康さっぽろ21
Healthy Sapporo 21

携帯サイト QRコードはこちらから

contents

- 健康さっぽろ21とは？
- 禁煙のススメ（たばこの害）
- 性に関すること（母子保健）
- 食物と健康（栄養・食生活）
- 運動と健康（身体活動・冬季の健康づくり）
- 健康自己チェック
- 市民健康づくり宣言
- 心の健康
- 歯の健康
- 札幌市・各区の健康情報

- ここから健康づくり応援団
  - ここから健康づくり応援団とは

このホームページでは、
市民のみなさんの健康づくりに役立つような
さまざまな情報を発信します。

健康さっぽろ21-札幌市健康づくり基本計画-

中間評価と今後の推進

健康さっぽろ21 [30.5MB]　健康さっぽろ21 -概要版- [2.5MB]

禁煙のススメ

- 喫煙率
- たばこの害
- 今から禁煙
- 禁煙治療医療機関一覧
- 札幌市受動喫煙防止対策ガイドライン
- 禁煙・完全分煙施設の紹介
- 札幌市の広報物
- 札幌市未成年者喫煙防止対策指針(PDF:2,660KB)
- 札幌市公共施設の禁煙・完全分煙調査結果(H20年5月)(PDF:16KB)
- パパ、ママ、たばこをやめて！(動画) NEW

性に関すること

- 札幌市の10代がアブナイ！！
- 性感染症はうつさない うつされない
- 避妊について
- もし、心配になったら
- 家庭での性教育

喫煙率 | たばこの害 | 今から禁煙 | 禁煙治療医療機関一覧 | 禁煙宣言 | 札幌市の受動喫煙防止対策ガイドライン

| 喫煙率 | たばこの害 | 今から禁煙 | 禁煙治療医療機関一覧 | 禁煙宣言 |
| 札幌市の受動喫煙防止対策ガイドライン | 禁煙・完全分煙施設の紹介 |
| 札幌市の広報物 |

禁煙・完全分煙施設の紹介

禁煙・完全分煙施設

- 禁煙・完全分煙施設
- 登録方法について
  ※詳細は、札幌市保健福祉局 保健所 健康企画課（電話011-622-5151）までお問い合わせください。
- NEWS
  平成20年7月1日より札幌交通圏のタクシーが全車全面禁煙となります。
  ～受動喫煙防止の対策を進めるため、札幌市は札幌ハイヤー協会の禁煙を応援します～

（２）受動喫煙防止対策を実施する施設を認証する事業の推進

健康増進法に基づく禁煙または完全分煙施設を「ここから健康づくり応援団」として認証します。

「ここから健康づくり応援団」事業は、認証した施設に対し、ステッカーを交付するとともに、当該施設をホームページに掲載するなど、市民への情報提供も行っています。(http://www.kenko-sapporo21.jp/dai_3/guide.pdf)

（３）札幌市受動喫煙防止対策ガイドラインの普及

市民、事業者を対象としたイベントや講習会を開催し、市民や事業者へガイドラインを普及します。

健康は家族みんなの願いです

あなたの禁煙を助けます！

禁煙補助剤を上手に使いましょう。

たばこがやめられない最大の原因は**「ニコチン依存」**です。禁煙を始めたときに最もつらい「ニコチンの離脱症状」を和らげるために、ニコチンガム（薬局）やニコチンパッチ（医師の処方）などの**禁煙補助剤**を上手に使いましょう。

禁煙をサポートしてくれる医師等に相談しましょう。

禁煙指導をする医療機関

■北海道医師会の禁煙外来リスト
http://www.hokkaido.med.or.jp/ippan/kenko/kinen/kinen3.html

■札幌市医師会・医療機関情報マップ
http://www.spmed.jp/medi-map/index.asp

インターネットを活用

■笑顔禁煙クラブ
http://www.suwanai.com/

■禁煙チャレンジ90days
http://www.nifty.com/kinen90days/

■インターネット禁煙マラソン
http://kinen-marathon.jp/

■卒煙ネット
http://www.omronsoft.co.jp/SP/hms/sotsuen.htm

■@nifty禁煙クリニック
http://www.nifty.com/kinen/

たばこに関する情報

■健康さっぽろ21 HP
http://www.kenko-sapporo21.jp/dai_2/2-kinen.html

■携帯サイト
http:// www.kenko-sapporo21.jp/m/

●お問い合わせ：各区保健センター

中央保健センター／札幌市中央区南3条西11丁目	TEL.511-7221
北保健センター／札幌市北区北26条西6丁目	TEL.757-1181
東保健センター／札幌市東区北10条東7丁目	TEL.711-3211
白石保健センター／札幌市白石区本郷通3丁目北	TEL.862-1881
厚別保健センター／札幌市厚別区厚別中央1条5丁目	TEL.895-1881
豊平保健センター／札幌市豊平区平岸6条10丁目	TEL.822-2400
清田保健センター／札幌市清田区平岡1条1丁目	TEL.889-2400
南保健センター／札幌市南区真駒内幸1丁目	TEL.581-5211
西保健センター／札幌市西区琴似2条7丁目	TEL.621-4241
手稲保健センター／札幌市手稲区前田1条11丁目	TEL.681-1211

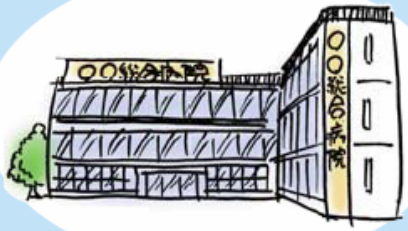
健康づくりはあなたから「健康さっぽろ21」　札幌市

1　禁　煙

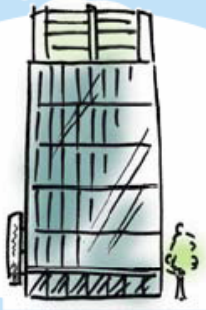
建物内または敷地内の喫煙を禁止します。

- ☆ 受動喫煙防止の最も適切な方法です。
- ☆ 設備を必要とせず、維持管理等にも経費を必要としません。
- ☆ 屋外に喫煙場所を設ける場合は、出入り口から建物内にたばこの煙が流れこまないようにする必要があります。

札幌市において禁煙とした主な施設

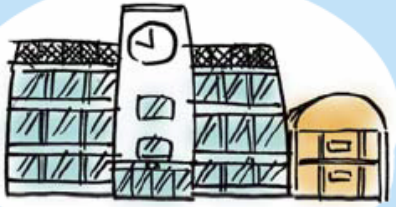


市立札幌病院
札幌市保健所



市民会館、図書館
教育文化会館
札幌コンサートホール キタラ

市営交通



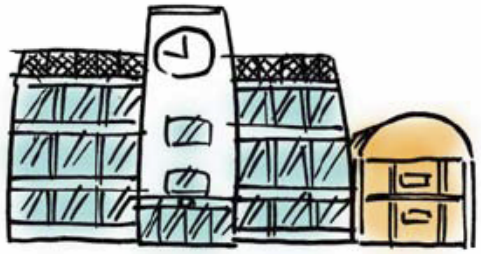
市立幼稚園、小・中・高等学校
養護学校、高等専門学校(敷地内全面禁煙)
保育園、児童会館

（１）　禁煙が望まれる場所

多くの人が利用する公共性の高い場所です。

特に病気の人や妊産婦、未成年者などが多く集まる場所であり、その社会的使命から「禁煙」とすることが望まれる場所です。

病　院



学　校

官公庁

社会福祉施設

（2） 禁煙または完全分煙が望まれる場所

多くの人が利用する場所です。
利用者の目的や社会的役割により、禁煙または完全分煙とすることが望まれる場所です。

公共交通機関
駅
ターミナル
バス
タクシー
鉄軌道車両　等

金融機関
銀行
郵便局　　等

文化施設
美術館
ギャラリー　等

運動施設
スポーツセンター
（屋内・屋外）
競技場　　等

宿泊施設
ホテル
旅館　　等

販売業
百貨店
スーパー
商店　　等

遊戯・娯楽施設
映画館
劇場
ゲームセンター
パチンコ店　等

飲食店
レストラン
食堂
喫茶店　　等

受動喫煙防止対策の推進方策

市民、事業者、行政が一体となって、受動喫煙防止対策に取り組みます。

市　民

●たばこの害を知り、健康的な生活習慣を身につけます。
●身近な所から、受動喫煙防止に取り組みます。
●喫煙マナーを守り、節度ある行動に努めます。

事業者

●受動喫煙防止の必要性を認識し、主体的・積極的に取り組みます。
●受動喫煙防止対策を推進することによって、市民の健康づくりに寄与します。

たばこの煙から市民を守る
健康な街さっぽろ

行　政

●たばこの害や受動喫煙防止に関する情報を提供します。
●受動喫煙防止対策に取り組みやすい環境を整えます。

ご清聴ありがとうございます