

## 1位 佐藤のり子 喫煙歴 21年

公共の場では喫煙室・喫煙所がすぐに分かる場所でなくて目立たなくなってきたように思います。外の喫煙場所では灰皿があるだけで喫煙する本人は発がんの恐れがあると意識して吸っていますが、その周辺の人々は知らず知らずのうちに流れてくる空気を吸っています。外での喫煙は避けるようにしていますが、道端に吸い殻が落ちているのを見かけると私でもガッカリします。

近年、オリンピック開催都市であったバルセロナ、アトランタ、シドニー、アテネ、北京、ロンドン、ソチでは罰則付きの条例や受動喫煙防止法が整備され、国レベルの法整備にまで発展している都市も多い。

全世界が注目しているオリンピックですから、日本もゴミ・タバコの吸い殻等ないクリーン環境が望ましいと思います。

私の吸い始めは、ストレス性のもので吸うと何だか落ち着くような気がするのです。何度か禁煙しようと試みましたが、落ち着かない自分に負けてしまい、ズルズルと今日に至ります。喫煙歴は一日15本低度で約20年。まとめ買いをすると本数が増えるのでしていませんが、約20年吸ってきて、ここにきて禁煙しても…という思いもありますが、受動喫煙に関するデータを拝見して禁煙する気持ちが湧き上がってきました。

分煙している飲食店もありますが、ドアを開ければ空気が流れるわけであり役にたっていないようです。分煙はしていても、その場で働く従業員は喫煙者でない人も煙により影響を受けている事実。すぐ影響はないにしろ、考えただけで恐ろしくなります。老化の原因に「活性酸素」があります。活性酸素が増加する主な原因は、喫煙も大きい割合を示す。肺の細胞組織が破壊、息切れや肺がんの発症リスクが高まります。これではいくら健康に良い食べ物、運動をしたところで体の内側が悪ければ意味がないのかもしれない。

吸い始めの頃のタバコの値段は200円くらいだったが現在ではほぼ2倍。ヨーロッパでは値段が高い、ノルウェーやアイルランドでは一箱千円以上、オーストラリアでも千円くらい。アジア圏内は比較的安い、中国では数十円から千円と幅がある。将来は日本も千円になるのかと思う。実際に私の周りも前々回の値上げで禁煙した人は多かったです。私も考えるべき時がきているようです。

平成32年開催の東京オリンピック・パラリンピックまでに「公共の場での受動喫煙を防止するための法整備をするべきと強く思います。