

5 月 3 1 日 ・ 世界禁煙デー
啓発報道のお願い



時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

5 月 3 1 日は世界禁煙デー（World No Tobacco Day）です。世界禁煙デーは、すべての人々の健康を願い、禁煙・タバコ対策への意識を高める日として、1988 年に制定されました。WHO（世界保健機関）では毎年この日に、世界各地で禁煙・タバコ対策に向けた啓発を行っています。

2019 年のテーマは、「タバコと肺の健康（Tobacco and lung health）」です。

世界では、能動または受動喫煙によって毎年約 800 万人が死亡し、うち約 100 万人は受動喫煙によるものと推定されています。平均して 4 秒に 1 人の命が奪われているとされています。

喫煙は、肺がんの主要な要因で、肺がんによる死亡の 3 分の 2 以上が喫煙によるものです。タバコをやめることにより、10 年後の肺がんのリスクは半分にまで下がるとされています。

また、喫煙は慢性閉塞性肺疾患（COPD）の主なリスク要因でもあります。

タバコの煙には 7 千種類以上の化学物質が含まれており、うち 69 種類は発がん物質としても知られています。

貴社の報道におかれましては、「5 月 31 日は世界禁煙デー（World No Tobacco Day）です。タバコは、肺の健康を大きく損ないます。喫煙、受動喫煙をなくすため、ご協力をお願いします。」との強い呼びかけとともに、健康を推進する取り組み等をご取材・ご紹介いただけますと幸いです。

ご多用の中、誠に恐縮ではございますが、ぜひご参加くださいますようお願い申し上げます。

注：世界禁煙デー（5 月 31 日）は、1987 年の決議により、1988 年 4 月 7 日が「第一回世界禁煙デー」とされましたが、同年に毎年 5 月 31 日とすることが制定され、1989 年以来、毎年この日が世界禁煙デーと定められています。

**2019年5月31日・世界禁煙デー
WHO 健康開発総合研究センター（WHO 神戸センター）
サラ・バーバー所長のコメント**

（TV・ラジオ原稿、新聞記事等に引用可能です。）



毎年5月31日に、世界保健機関とその協力機関は世界禁煙デーを記念して、喫煙と受動喫煙が有害で死に至る一方で、死亡や疾患を確実に防ぐことのできる要因でもあるという認識を高める活動を行っています。2019年は、喫煙者だけでなく、あらゆる人の肺の健康に対するたばこの脅威に焦点をあてています。

喫煙は肺がんの最大の原因であり、世界ではたばこが原因と考えられる肺がんが毎年約120万人が亡くなっています。喫煙者は非喫煙者より肺がんが22倍かかりやすく、結核が2倍かかりやすくなります。世界で新たに結核と診断された患者の20%以上は、たばこが原因の可能性があります。

たばこの煙は室内の空気を汚染します。吐き出される煙と同様に、たばこの燃焼部分から出る煙にさらされることは、受動喫煙であることが知られています。この煙を吸い込んだ非喫煙者は、肺がん、慢性閉塞性肺疾患、結核、ぜんそくにかかるリスクが高まります。喫煙者の子供においては肺の機能が低下し、成人後、慢性的な呼吸器疾患にかかる恐れがあります。

たった1本のたばこでも肺にダメージを与えます。吸い込んだ煙は、粘液や異物を取り除く働きをする気道内の構造を麻痺させるため、煙に含まれる有害物質が肺に入りやすくなります。日本では人口の約18%がたばこを吸っており、受動喫煙が原因で毎年約15,000人が亡くなっています。しかし、禁煙を始めるのに遅すぎるということは決してありません。肺の機能は、たばこを止めてから2週間のうちに改善します。

日本では最近、屋内での喫煙に関する法規制が強化されました。2019年7月から、学校、病院や診療所、行政機関の庁舎、児童福祉施設では屋内での喫煙が禁止されます。東京都、千葉市、静岡県、北海道などのいくつかの自治体は、県民や市民を守るため、より厳しい全面禁煙の条例を導入しています。ますます多くの事業者が職場での喫煙を禁止することでたばこではなく健康の促進を選び、従業員の禁煙を支援しています。

これらは、有害な受動喫煙から人々を守るための重要な一歩ではありますが、充分とは言えません。日本国内の小さな飲食店の約55%は、その広さを基に法規制から免除されます。つまり、その顧客や家族、従業員はたばこの煙にさらされる状況が続くということです。喫煙専用室は、人々を受動喫煙から守ることに非効果的であるにもかかわらず、事務所、ホテル、鉄道などの公共空間でその利用が今後も続くことになります。

日本は、電子たばこや加熱式たばこ（HTP）の最も成長著しい市場の一つです。加熱式たばこも他のたばこ製品と同様に規制するべきであり、加熱式たばこや電子たばこの受動喫煙から周囲の人々を保護する必要があるとWHOは勧告しています。

まもなく日本は、ラグビーワールドカップ 2019 日本大会で、その文化とおもてなしの心を披露することになっています。参加国の多くは屋内全面禁煙に関する法律を既に導入しており、健康にもビジネスにも好ましい影響を認めています。屋内禁煙の影響についての研究では、バーやレストランの経営に好ましい影響を与えるか、もしくは影響しないかのいずれかであるという結果が得られています。

日本は、ユニバーサル・ヘルス・カバレッジ実現に向けて、質の高い保健医療に国民全員が確実にアクセスできるように進めてきたことで、世界を主導する立場にあることを証明してきました。2019 年のラグビーワールドカップと 2020 年のオリンピックは、全面禁煙の法規制の範囲を拡大し、加速させるための絶好の機会です。最も効率的なたばこ規制の政策・法律を導入し実施することは、喫煙者だけでなく、あらゆる人の肺の健康にとって重要です。

サラ・ルイズ・バーバー WHO 神戸センター所長

ヘルス・エコノミスト。保健政策の専門家。WHO 南アフリカ事務所所長などを歴任。南アフリカ、中国、インドネシア、メキシコの技術支援のプロジェクトを立ち上げ、ユニバーサル・ヘルス・カバレッジ(UHC)の進展に寄与。

World No Tobacco Day 2019 （WHO ウェブサイト）

<https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day/world-no-tobacco-day-2019>

タバコは、世界中の人々の肺の健康をむしばんでいます。

（日本禁煙学会による翻訳を引用・参照）

＜肺がん＞ 喫煙は肺がんの最大の原因です。世界で肺がんの3分の2は喫煙が原因です。家庭や職場での受動喫煙も肺がんを増やします。禁煙すると肺がんのリスクが減少し、10年間禁煙した後の肺がんのリスクは半分にになります。

＜慢性閉塞性肺疾患＞ 喫煙は慢性閉塞性肺疾患の最大の原因です。この病気は、肺と気管支が傷つくために、咳、痰、息切れによって苦しむ病気です。子どもや若者がタバコを吸うと、肺の成長がおさえられ、この病気のリスクが高まります。タバコは気管支喘息をもたらし、歩行や運動が困難になります。慢性閉塞性肺疾患と喘息の悪化を防ぐためには、できるだけ早く禁煙することが必要です。

＜胎児期と小児期の受動喫煙＞ 妊娠中に母親がタバコを吸ったり、受動喫煙にさらされたりすると、胎児がタバコの煙の有害成分にさらされます。この結果、胎児の肺と気管支の成長がさまたげられ、呼吸機能が低下します。子どもの時に受動喫煙にさらされると、気管支喘息、肺炎、気管支炎を発病するリスクが増加します。

世界で5才未満の子どものうち16万5千人が、毎年、受動喫煙による肺炎で死亡しています。子どもの時の受動喫煙の影響は、大人になっても続きます。子どもの時に気管支炎や肺炎を繰り返した人は、慢性閉塞性肺疾患を発病するおそれが高まります。

＜肺結核＞ 結核は肺を破壊し呼吸機能を低下させる病気です。タバコを吸うと病状が重くなります。世界の人々の4分の1が結核菌に潜伏感染しています（★訳者注）が、タバコ煙の有害物質にさらされると潜伏感染リスクが増えます。

★世界保健機関「結核について ファクトシート」より <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/tuberculosis>

喫煙者が結核をわずらうと、喫煙と結核菌の相乗作用によって肺に重い障害が発生し、呼吸不全によって死亡するリスクが一層高まります。

＜室内空気汚染＞ 69種類の発がん物質をはじめ7千種類以上の化学物質を含むタバコ煙によって、室内の空気がひどく汚染されます。喫煙から5時間経って煙も臭いもなくなったとしても、有害物質が室内に残っているため、肺がん、慢性呼吸器疾患、肺機能障害などの危険があります。

◆ WHO 健康開発総合研究センター（WHO 神戸センター）について

WHO 健康開発総合研究センター（WHO 神戸センター）は、災害危機管理や健康問題に関する国際的な研究機関として、世界保健機関（WHO）により 1995 年に神戸市の HAT 神戸に設置されました。現在は特に、ユニバーサル・ヘルス・カバレッジ（UHC：世界中の誰もが、必要な時、必要な場所で経済的に困窮せずに必要な保健医療サービスを受けられること）を推進する活動拠点として、下記のテーマの研究を推進しています。

- ・高齢社会における生活課題の把握、支援の取り組みの評価、支援テクノロジーの開発
- ・高齢者の健康、健康格差
- ・災害/健康危機管理

所在地：〒651-0073

兵庫県神戸市中央区脇浜海岸通 1-5-1 I. H. D. センタービル 9 階

WHO 神戸センター ウェブサイト http://www.who.int/kobe_centre/

ツイッターアカウント @WHOKobe

貴社で世界禁煙デーに関する取材・報道をしていただけた場合、事例として共有させていただきたいため WHO 神戸センターにご一報いただけますと幸いに存じます。

写真・イメージ素材などをご希望の場合はご連絡ください。

また、今後 WHO 神戸センターからの記者資料をメールでの配信ご希望の場合は wkc_media@who.int までご連絡ください。

お問い合わせ：WHO 神戸センター 広報
電話：078-230-3131（直） 078-230-3100（代）
E メール：wkc_media@who.int