



Japan Society for Tobacco Control

日本禁煙学会

<http://www.jstc.or.jp/> E-mail desk@nosmoke55.jp
〒162-0063 東京都新宿区市谷薬王寺町 30-5-201
Tel 03-5360-8233 FAX 03-5360-6736

受動喫煙にお困りなら、こうしましょう

1-1. 写真を撮影する。日時・場所などを記録する。

一般のタバコの場合 PM2.5 を測定する。

UT338C など比較的安い(ネットで 18000 円程度)機械を購入して。

41-66 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以上が異常です。正常の室内では 20~30 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ です。

その他の機械

・UNI-T デジタルエアークレター AM25 9000 円

・Matobuy 空気品質モニターJSM136 ST 7000 円

1-2. 加熱式タバコの場合、TVOC を測定する。

Dienmern など比較的安い(ネットで 9000 円程度)機械を購入して。

400 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以上が異常です。(注:この機械では PM2.5 の数値はあてにできません。)

2. 受動喫煙症の診断書、化学物質過敏症の診断書をいただく。

http://www.jstc.or.jp/modules/diagnosis/index.php?content_id=4

3. 的確な部署・場所に訴え出る。

(1) 医療機関 (2) 国立大学 (3) 私立大学 (4) レストラン・喫茶店・バー

(5) 会社 (6) 公共の喫煙所 (7) 近隣住宅 (8) コンビニの灰皿 (9) (東京都・国の法令)

4. 裁判を起こす時は、かならず PM2.5 を測定する。タバコを吸っている様子をビデオ または写真で記録する。また重症時の様子をビデオで記録する。ノートにすべてを経時的に記録する。当方が健康を障害している、何度も禁煙をお願いしている、それにもかかわらず喫煙を続けている、徐々に少量の煙でも発症するようになっている(化学物質過敏症)、受忍限度外であり、このまま放置すれば大変な事になる事を証明する事が大切です。

アメリカ環境保護庁による屋外大気の質分類(全死亡増加率は松崎付加)

空気の質レベル	PM _{2.5} ($\mu\text{g}/\text{m}^3$)	説明	WHOガイドラインに基づく 全死亡増加率(%)	
			急性曝露	慢性曝露
緊急事態 Hazardous	251-	心臓や肺の悪い人、お年寄りの病状が著しく重くなり、死亡率も著しく高まる。一般の人々に重い呼吸器症状があらわれるおそれあり。	25-	150-
大いに危険 Very unhealthy	151-250	心臓や肺の悪い人、お年寄りの病状が一層重くなり、死亡率が一層高まる。一般の人々の呼吸器疾患も明らかに増加する。	15-25	90-150
危険 Unhealthy	66-150	心臓や肺の悪い人、お年寄りの病状が悪化し、一般の人々に呼吸器症状があらわれる。	6-15	36-90
弱者に危険 Unhealthy for sensitive groups	41-65	感受性の高い者に呼吸器症状があらわれる。心臓や肺の悪い人、お年寄りの病状が悪化し、死亡率が高まる。	4-6	24-36
許容範囲内 moderate	16-40	特別感受性の高い人に呼吸器症状があらわれる。心臓や肺の悪い人、お年寄りでは病状が悪化するおそれあり。	1-4	6-24
良好 good	0-15	空気の質は良好であり、健康危険はほとんどない	基準	基準

(1) 医療機関であれば、各地方厚生局に訴え出ましょう。

屋内であれば論外ですが、敷地内に喫煙所を設ける場合は、受動喫煙を避けるような場所でないければなりません。病・医院が違法に喫煙所を設け、それによって受動喫煙を浴びるような事があると、地方 厚生局の抜き打ち調査があります。施設基準に適合していないと認められた場合、診療報酬をさかのぼって自主的に返納する事が求められます。これにより、4000 万円から一億円 程度の返納が求められたケースがあったようです。

地方厚生(支)局所在地一覧

都道府県	地方厚生局名	電話番号	郵便番号	住所
北海道	北海道厚生局 医療課	011-796-5105	060-0807	札幌市北区北 7 条西 2-15-1 野村不動産札幌ビル 2 階
青森県	東北厚生局 青森事務所	017-724-9200	030-0862	青森市古川 2-20-3 朝日生命青森ビル 6 階
岩手県	東北厚生局 岩手事務所	019-907-9070	020-0024	盛岡市菜園 1-12-18 盛岡菜園センタービル 2 階
秋田県	東北厚生局 秋田事務所	018-800-7080	010-0921	秋田市大町 3-4-1 マニユライフプレイス秋田 2 階
宮城県	東北厚生局 指導監査課	022-206-5217	980-8426	仙台市青葉区花京院 1-1-20 花京院スクエア 21 階

山形県	東北厚生局 山形事務所	023-609-0140	990-0039	山形市香澄町 2-2-36 山形センタービル 6 階
福島県	東北厚生局 福島事務所	024-503-5030	960-8021	福島市霞町 1-46 福島合同庁舎 4 階
茨城県	関東信越厚生局 茨城事務所	029-277-1316	310-0061	水戸市北見町 1-11 水戸地方合同庁舎 4 階
栃木県	関東信越厚生局 栃木事務所	028-341-2009	320-0033	宇都宮市本町 3-9 栃木県本町合同ビル 2 階
群馬県	関東信越厚生局 群馬事務所	027-896-0488	371-0024	前橋市表町 2-2-6 前橋第一生命ビルディング 7 階
埼玉県	関東信越厚生局 指導監査課	048-612-7508	330-0063	さいたま市浦和区高砂 1-1-1 朝日生命浦和ビル 8 階
千葉県	関東信越厚生局 千葉事務所	043-379-2716	260-0013	千葉市中央区中央 3-3-8 オーク千葉中央ビル 7 階
東京都	関東信越厚生局 東京事務所	03-6692-5119	163-1111	新宿区西新宿 6-22-1 新宿スクエアタワー 11 階
神奈川県	関東信越厚生局 神奈川県事務所	045-270-2053	231-0015	横浜市中区尾上町 1-6 横浜関内ビル 6 階
新潟県	関東信越厚生局 新潟事務所	025-364-1847	950-0088	新潟市中央区万代 2-3-6 新潟東京海上日動ビルディング 1 階
山梨県	関東信越厚生局 山梨事務所	055-206-0569	400-0858	甲府市相生 1-4-23 日本興亜鮎川ビル 5 階
長野県	関東信越厚生局 長野事務所	026-474-1002	380-0836	長野市大字南長野南県町 1040-1 日本生命長野県庁前ビル 9 階
愛知県	東海北陸厚生局 指導監査課	052-979-7380	461-0011	名古屋市東区白壁 3-12-13 中産連ビル新館 4 階
富山県	東海北陸厚生局 富山事務所	076-439-6570	930-0004	富山市桜橋通り 6-11 富山フコク生命第 2 ビル 4 階
石川県	東海北陸厚生局 石川事務所	076-210-5140	920-0906	金沢市十間町 5 あいおいニッセイ同和損保金沢ビル 6 階
岐阜県	東海北陸厚生局 岐阜事務所	058-249-1822	500-8114	岐阜市金竜町 5-13 岐阜合同庁舎 4 階
静岡県	東海北陸厚生局 静岡事務所	054-355-2015	424-0825	静岡市清水区松原町 2-15 清水合同庁舎 3 階
三重県	東海北陸厚生局 三重事務所	059-213-3533	514-0004	津市栄町 1-840 大同生命瀧澤ビル 5 階
福井県	近畿厚生局 福井事務所	0776-25-5373	910-0019	福井市春山 1-1-54 福井春山合同庁舎 7 階
滋賀県	近畿厚生局 滋賀事務所	077-526-8114	520-0056	大津市末広町 1-1 日本生命大津ビル 4 階
大阪府	近畿厚生局 第二庁舎指導監査課	06-4791-7316	540-0011	大阪市中央区農人橋 1-1-22 大江ビル 8 階
京都府	近畿厚生局 京都事務所	075-256-8681	604-8153	京都市中京区烏丸通四条上ル笋町 691 りそな京都ビル 5 階
兵庫県	近畿厚生局 兵庫事務所	078-325-8925	650-0023	神戸市中央区栄町通 1-2-7 大同生命神戸ビル 8 階
奈良県	近畿厚生局 奈良事務所	0742-25-5520	630-8115	奈良市大宮町 1-1-15 ニッセイ奈良駅前ビル 2 階
和歌山県	近畿厚生局 和歌山事務所	073-421-8311	640-8153	和歌山市三木町台所町 7 三井住友海上和歌山ビル 4 階
広島県	中国四国厚生局 指導監査課	082-223-8209	730-0012	広島市中区上八丁堀 6-30 広島合同庁舎 4 号館 2 階

鳥取県	中国四国厚生局 鳥取事務所	0857-30-0860	680-0842	鳥取市吉方 109 鳥取第 3 地方合同庁舎 2 階
島根県	中国四国厚生局 島根事務所	0852-61-0108	690-0841	松江市向島町 134-10 松江地方合同庁舎 6 階
岡山県	中国四国厚生局 岡山事務所	086-239-1275	700-0907	岡山市北区下石井 1-4-1 岡山第 2 合同庁舎 11 階
山口県	中国四国厚生局 山口事務所	083-902-3171	753-0814	山口市吉敷下東 1-3-1 山陽ビル 5 階
香川県	四国厚生局 指導監査課	087-851-9593	760-0019	高松市サンポート 3-33 高松サンポート合同庁舎 4 階
徳島県	四国厚生局 徳島事務所	088-602-1386	770-0831	徳島市寺島本町西 1-7-1 日通朝日徳島ビル 5 階
愛媛県	四国厚生局 愛媛事務所	089-986-3156	790-0005	松山市花園町 3-21 朝日生命松山南堀端ビル 7 階
高知県	四国厚生局 高知事務所	088-826-3116	780-0870	高知市本町 1-1-3 朝日生命高知本町ビル 9 階
福岡県	九州厚生局 指導監査課	092-707-1125	812-0011	福岡市博多区博多駅前 3-2-8 住友生命博多ビル 4 階
佐賀県	九州厚生局 佐賀事務所	0952-20-1610	840-0801	佐賀市駅前中央 3-3-20 佐賀第二合同庁舎 7 階
長崎県	九州厚生局 長崎事務所	095-801-4201	850-0033	長崎市万才町 7-1 住友生命長崎ビル 12 階
熊本県	九州厚生局 熊本事務所	096-284-8001	860-0806	熊本市中央区花畑町 4-7 朝日新聞第一生命ビル 4 階
大分県	九州厚生局 大分事務所	097-535-8061	870-0045	大分市城崎町 1-3-31 富士火災大分ビル 2 階
宮崎県	九州厚生局 宮崎事務所	0985-72-8880	880-0001	宮崎市橘通西 1-2-17 宮崎橘通ビル 6 階
鹿児島県	九州厚生局 鹿児島事務所	099-201-5801	890-0068	鹿児島市東郡元町 4-1 鹿児島第二地方合同庁舎 3 階
沖縄県	九州厚生局 沖縄事務所	098-951-3030	900-0015	那覇市久茂地 1-2-3 パレットパーキングビル 4 階

(2) 国立大学であれば総務省の管区行政評価局が効果的でしょう。

<https://www.soumu.go.jp/hyouka/i-chihou-form.html>

http://www.soumu.go.jp/main_content/000540243.pdf

(3) 私立大学は、順序を追って。

証拠を揃えて、連名で大学の理事長・学長に直訴をしましょう。大学敷地内で受動喫煙にあった場合は、管轄の保健所に訴えましょう。それでも埒があかない場合は、新聞・雑誌など色々なメディアに投書をしましょう。（敷地のすぐ外で吸われるのが困ると腰砕けになる大学がありますが、大学の敷地の外 1Km より内部での喫煙を禁じるとすれば良いだけの事です。）難しい場合には日本禁煙学会にご相談を。

(4) レストラン、喫茶店、バーなどで受動喫煙に会ったら管轄の保健所に訴えましょう。

未成年者がいる飲食店は禁煙でなければなりません。(法)
東京都、千葉市では労働者(職業の種類を問わず、事業 又は事務所に使用される者で、賃金を支払われる者)を使用している場合は、禁煙でなければなりません。(条例)
原則は全席全面禁煙です
未成年者がいる飲食店は全席禁煙でなければなりません(法)
賃金を支払う人がいる飲食店は全席禁煙でなければなりません(都条例)
2020年4月以降に開店する店は全席禁煙になります。(法)
喫煙所を設けても、法に適合するような物を作る事は不可能です。(PM_{2.5}測定)
喫煙者は人口の17%ですが、毎年5%ずつ減っています(厚労省)
加熱式タバコもタバコと同様に危険です(呼吸器学会)
屋内に喫煙場所を作っても、必ず煙は漏れてきます(WHO)
二次喫煙、三次喫煙で受動喫煙は必ず起こります。(呼気には30分間残ります)
喫煙者がその喫煙所を狙って入ってくる事もあるでしょう。
全席禁煙後に飲食店利用客は増えます(川俣幹雄教授の1万人調査)

小さい飲食店は小さいほど濃厚な受動喫煙を浴びます。これはもう人体実験のレベルでしょう。喫煙者はいつ発がんしているかしれません。それが分かって、亡くなるまでは30年間が必要ですが。

(5) 会社であれば、順序を追って

会社に喫煙所があったとしても、

a.喫煙所から漏れる。部屋に出入りすると漏れる。空気清浄機はタバコ煙の固形成分は ある程度取り除けるが、気体成分はただ周囲に拡散するだけである。気体成分にはホルムアルデヒド、ジメチルニトロサミン、ダイオキシンなどの発がん物質、ニコチン、シアン化水素などが含まれる。

b.吸ったばかりの人が隣に来ると、30分間は呼気からタバコ煙が証明できる。

c.服、髪などからタバコ煙が蒸発する。

1.困っている仲間を集める。写真撮影、時刻、場所、PM_{2.5}の測定。受動喫煙症の診断書。場合によっては化学物質過敏症の診断書。

2.仲間と一緒に、産業医に相談する。

3.直属の上司に訴える。理解のある重役・社長に相談する。

4.労働基準監督署に訴える。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/location.html

5.受動喫煙症で健康被害が続く場合には、(退職しないで)休職し、裁判を起こす。

(6) 市区町村が管理する喫煙所に対しては少額訴訟が有効です。

個人で裁判を起こす手はず(少額訴訟)

http://www.courts.go.jp/tokyo-s/saiban/13/14/Vcms4_00000353.html

実質「勝訴」となった「大和市」喫煙所による「受動喫煙被害」訴訟

<https://news.yahoo.co.jp/byline/ishidamasahiko/20190513-00125776/>

(7) 近隣住宅(マンション・ベランダ)からの受動喫煙に対して

様々なケースがあり、まずはタバコ問題首都圏の定例会(首都圏)や近隣の禁煙推進研究会などでご相談するのが良いでしょう。<http://nosmoke-shutoken.org>

1. 写真を撮影する。日時・場所などを記録する。

できればPM2.5を測定する。(UT338Cなど比較的安い機械を購入して)

2. 受動喫煙症の診断書、化学物質過敏症の診断書をいただく。は同じです。

http://www.jstc.or.jp/modules/diagnosis/index.php?content_id=4

3. 相手の状況(仕事・喫煙時刻・どういう人物か)、あなたとの人間関係が重要であり、対処の前に戦略を練らないといけません。

隣室や隣家に対する受動喫煙発生防止の要望の**内容証明(添付の書式)**が有力なことがあります。弁護士から送る事も考えられます。これについては日本禁煙学会あるいはお知り合いの弁護士にご相談ください。

4. 最終的には裁判になるでしょう。その際大切な事は、当方が健康を障害している、何度も禁煙をお願いしている、それにもかかわらず喫煙を続けている、徐々に少量の煙でも発症するようになっている(化学物質過敏症)、受忍限度外であり、このまま放置すれば大変な事になる事を証明する事です。

名古屋地裁平成24年12月13日判決、マンションベランダからの受動喫煙被害で喫煙者に賠償を命じる(報道)

<https://medicallaw.exblog.jp/19810179/>

(8) コンビニの灰皿を撤去させる

コンビニの灰皿を撤去させるための最も有効な手段は、不買運動を起こす事です。

自分一人ではできませんが、多くの近くにお住まいの友人に呼びかけて不買運動をしましょう。近くにはいくらでもコンビニがあるので、一店を使わないようにすれば良いだけです。成功したら、日本禁煙学会にお知らせください。マスメディアにもご連絡します。不買運動をすると宣言するだけでも十分かもしれません。

内容証明は、岡本弁護士が作成された文書です。

1. まずは弁護士がこの内容証明を送る。あるいは個人が送るのも良い。タバコを吸っている写真を撮る。

- 2.被害者(複数が見たい)の受動喫煙症の診断書を貰う。
- 3.PM2.5 を経時的に測定する。
- 4.被害者を複数まとめ、裁判を起こす。
5. ついでに不買運動を始める。

PM2.5 は UT338C という比較的安い機械があり、ネットで 2 万円弱で買えます。尚、日本禁煙学会からも各コンビニエンスストアの社長あてに要請書を出しております。

東京都

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kensui/kitsuen/leaflet/shisetsukanrihandbook.files/shisetsukanrisyahandbook.pdf> 従業員がいる飲食店は禁煙でなければならない。

国（受動喫煙防止対策）

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000189195.html>

2019 年 7 月 1 日から禁煙となる施設

第一種施設: 学校、病院、診療所、行政機関の庁舎、警察署、消防署

2020 年 4 月 1 日から禁煙となる施設

第二種施設: 会社、事務所、工場、ホテル、旅館、飲食店、国会、裁判所

注: 屋内に喫煙室を設ける事は実際には不可能です。なぜなら、要件として上げられている「たばこの煙(加熱式たばこの蒸気を含む。)が喫煙室の中から施設の屋内に 流出しないよう、壁・天井等によって区画すること」という事は、実際に PM2.5 を測定すれば、屋内に流出している事が明らかになるからです。二次喫煙、三次喫煙で周囲の人に受動喫煙が生じます。(喫煙後、30 分間は呼気に出ます。)実験をして、確かめ、法の執行を待ちましょう。これが不可能である事は WHO も認めています。

参考: 喫煙所に対する日本禁煙学会の考え方

<http://www.jstc.or.jp/uploads/uploads/files/essay/20181222.pdf>