

Ⅲ. たばこ・アルコール対策

(1) 目標

実現したい 人物像	喫煙・飲酒の健康への影響を理解し、たばこを吸わない人、からだところに良いお酒の飲み方ができる人
大目標	① たばこ 禁煙したい人の喫煙率および望まない受動喫煙の機会を有する人の割合を減らします。 ② アルコール 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合を減らします。
小目標	① たばこ <ul style="list-style-type: none"> ・喫煙の健康への影響について普及啓発を行ないます。 ・受動喫煙による健康被害に対する理解を深め、受動喫煙防止対策を推進します。 ・20歳未満の人、妊婦や授乳中の女性の喫煙防止に取り組みます。 ・禁煙を希望する人への情報提供を行ないます。 ② アルコール <ul style="list-style-type: none"> ・飲酒の健康への影響や適切な量について普及啓発を行ないます。 ・20歳未満の人、妊婦や授乳中の女性の飲酒防止に取り組みます。

(2) 数値目標

指 標	現状値／出典		8年度 (中間目標値)	11年度 (計画最終年度)
喫煙率(*1)	(平均) 13.0%	令和4年 健康に関する意識調査	(平均) 12.0%	(平均) 11.0%
	(男性) 21.9%		(男性) 21.0%	(男性) 20.0%
	(女性) 6.6%		(女性) 6.0%	(女性) 5.0%
受動喫煙を受けている人の割合(*2)	(家庭) 5.3%	令和4年 健康に関する意識調査	(家庭) 5.0%	(家庭) 4.0%
	(職場) 4.2%		(職場) 4.0%	(職場) 3.5%
	(飲食店) 1.2%		(飲食店) 1.0%	(飲食店) 0.8%
適切な1日あたりの飲酒量を知っている人の割合	63.1%	令和4年 健康に関する意識調査	65.0%	68.0%

(*1) 20歳以上の人の喫煙率

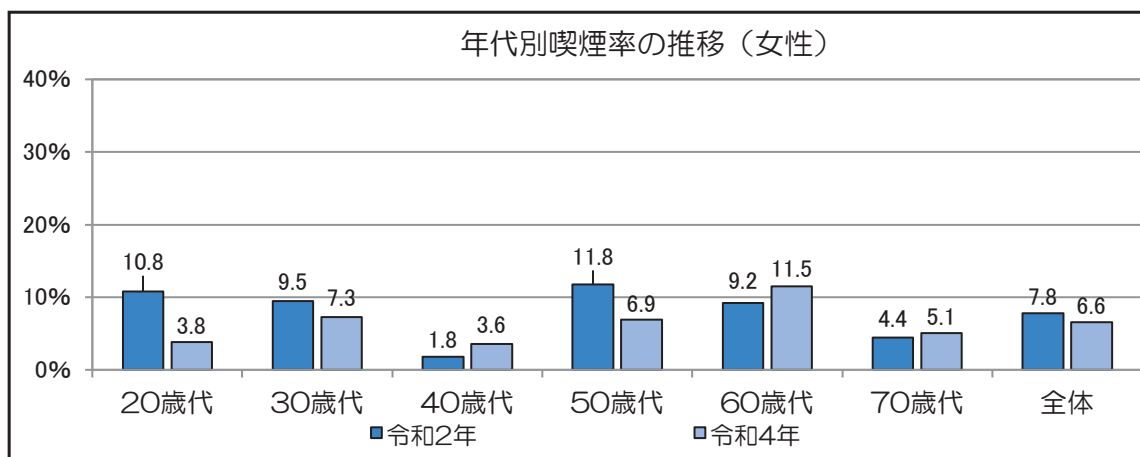
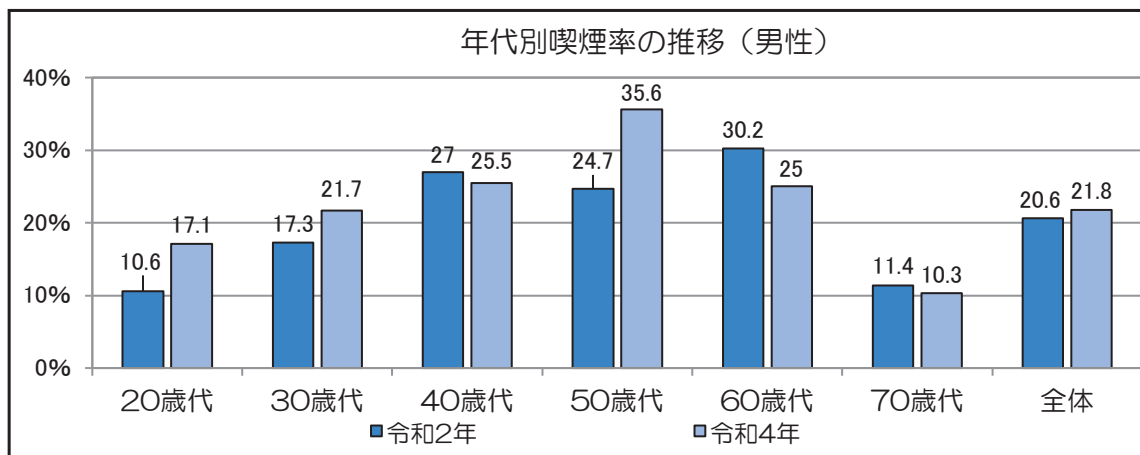
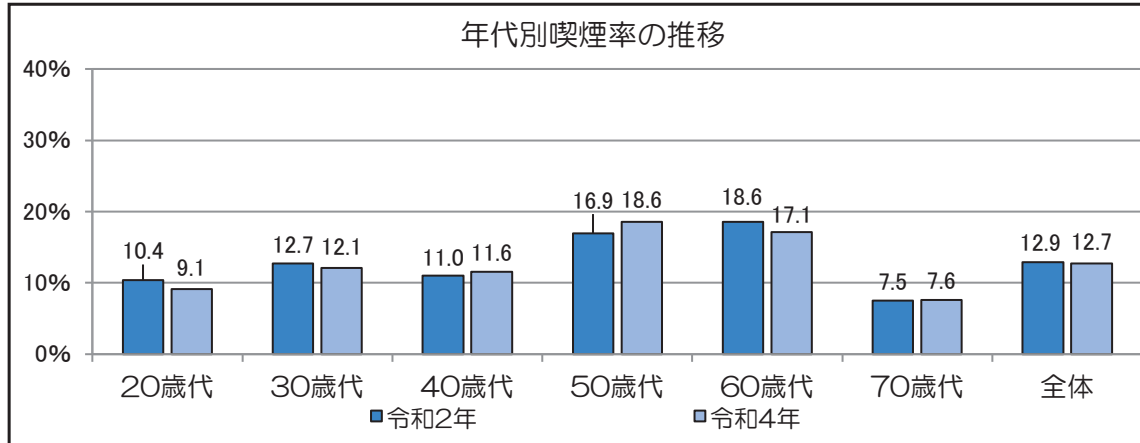
(*2) 受動喫煙をほぼ毎日受けている人

(3) 現状と課題

① たばこ

i) たばこを吸っている人

喫煙している人の割合は、20歳代と30歳代、60歳代で減少していますが、40歳代と50歳代では増加しています。全体では僅かに減少しています。

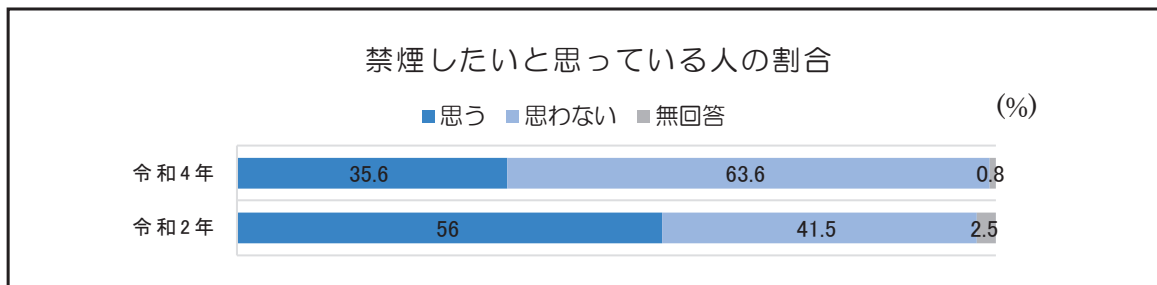


* 令和4年の調査において、10歳代で喫煙していると回答した人は0人でした。

「豊島区健康に関する意識調査」より

ii) 禁煙したいと思っている人

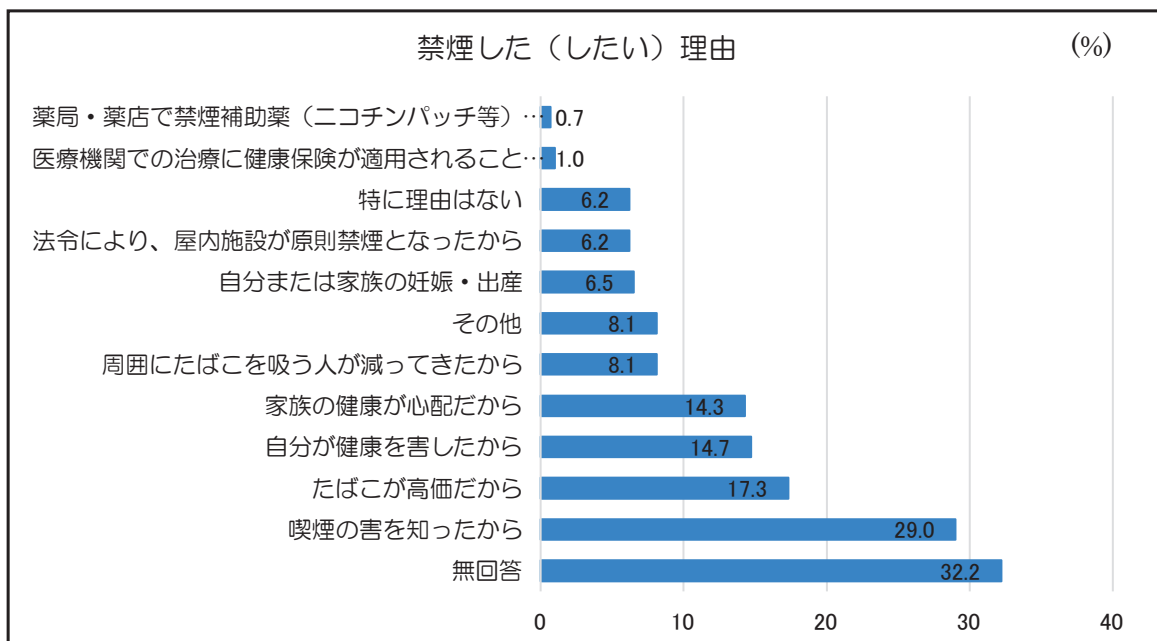
現在たばこを吸っている人のうち、禁煙したいと思っている人の割合は、20%ほど減少しています。禁煙したいと思っている人がすべて禁煙した場合の喫煙率は、8%（現状13%）まで減少する計算になります。



「豊島区健康に関する意識調査」より

iii) 禁煙した（したい）理由

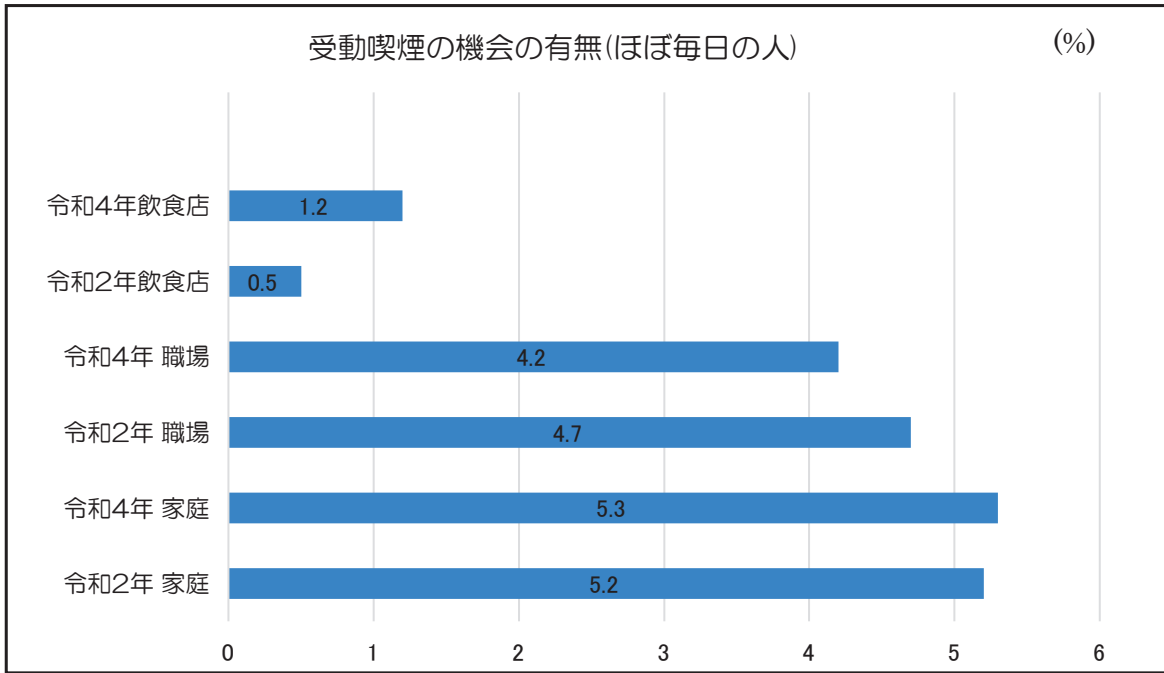
「たばこの害を知ったから」、「自分が健康を害したから」、「家族の健康が心配だから」といった健康に関することを理由に禁煙を考える割合が多くなっています。



「豊島区健康に関する意識調査（令和4年）」より

iv) 受動喫煙の機会

ほぼ毎日、受動喫煙の機会がある人は、飲食店では0.7%増加しました。職場では0.5%減少し、家庭では微増しています。



「豊島区健康に関する意識調査(令和4年)」より

② アルコール

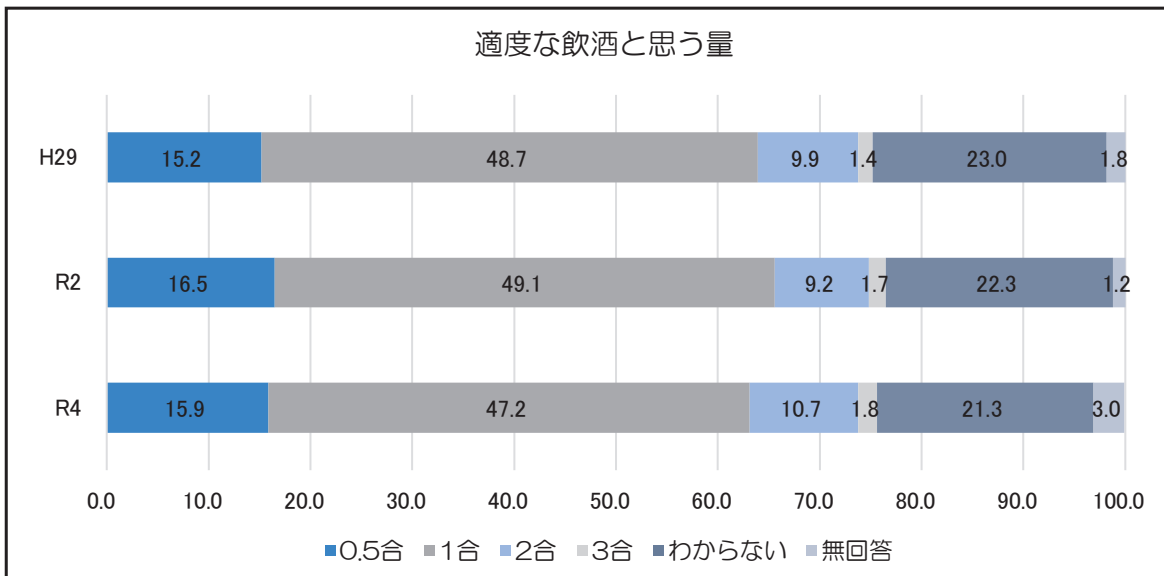
i) 適切な1日当たりの飲酒量^(*)に関する意識

63.1%の人が適切な1日当たりの飲酒の量を知っており、平成29年の調査以降、あまり変化がみられません。

(*) 適切な1回当たりの飲酒量：健康日本21では、日本酒に換算して1日1合くらいまでが適切なアルコール量であるとしている。飲酒量「1合」とは、日本酒1合(180ml)を指す。

<日本酒1合と同じアルコール摂取量>

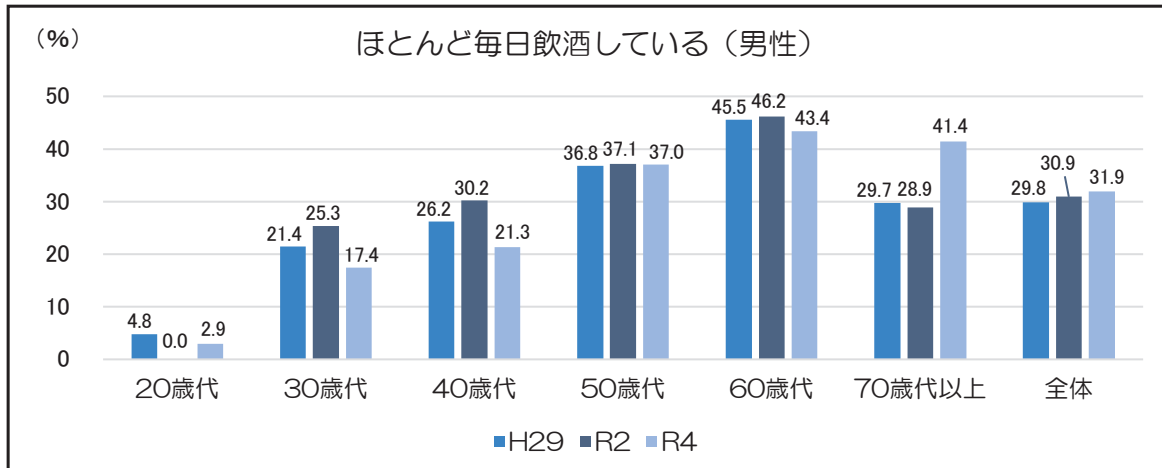
◆ビール中瓶(500ml)1本 ◆ウイスキーダブル1杯(60ml) ◆焼酎0.5合 ◆ワイン2杯(240ml)



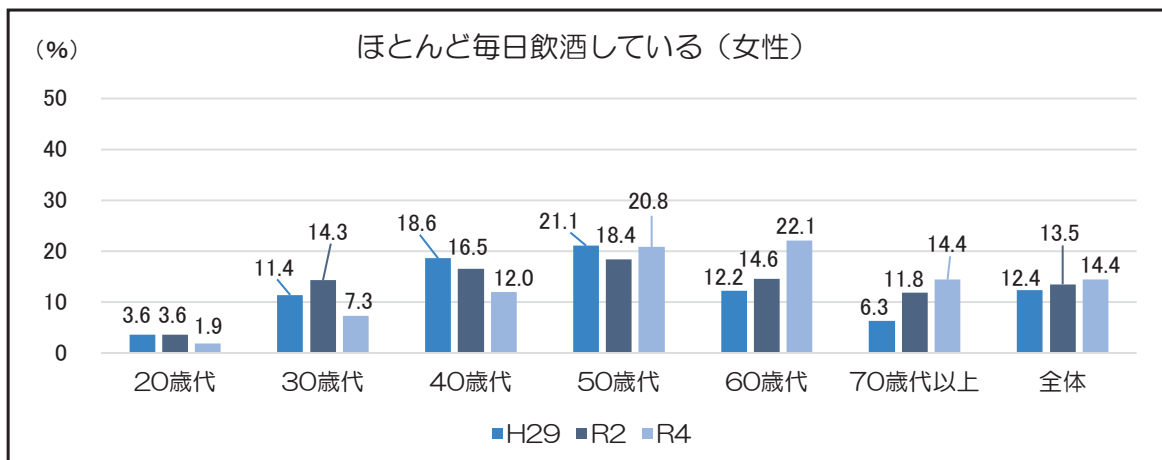
「豊島区健康に関する意識調査」より

ii) ほとんど毎日飲酒している人

男性の全体では、ほとんど毎日飲酒している人の割合が微増し、20歳代と30歳代、40歳代で減少しています。70歳代以上でほとんど毎日飲酒している人の割合が高くなっています。女性の全体では、その割合が微増し、20歳代と30歳代、40歳代で減少しています。60歳代と70歳代以上で毎日飲酒している人の割合が高くなっています。



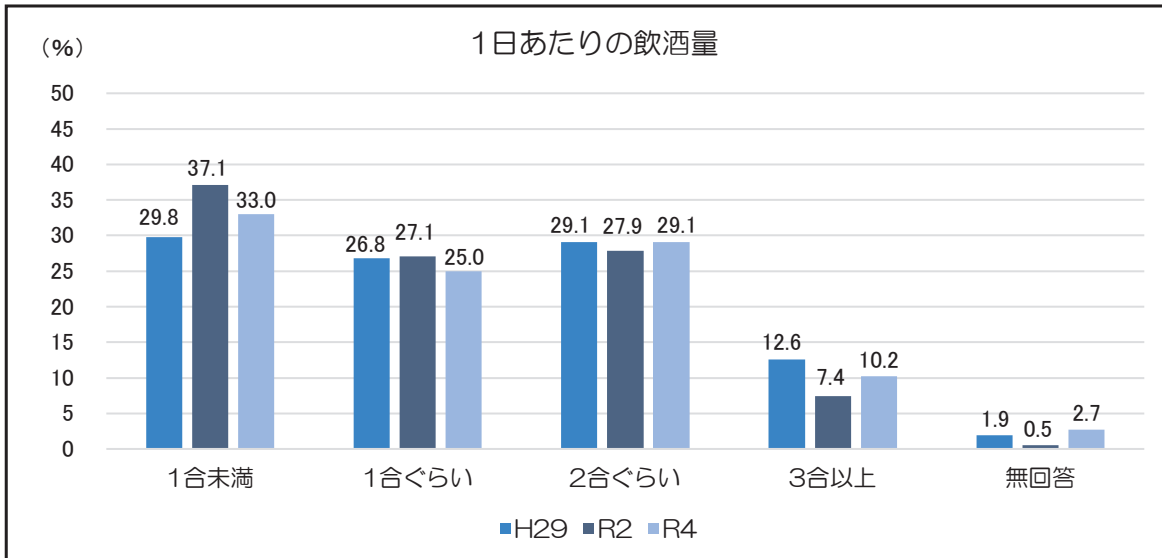
「豊島区健康に関する意識調査」より



「豊島区健康に関する意識調査」より

iii) 1日あたりの飲酒量

令和4年度の状況では、58.0%の人が1合ぐらいまでの適切な飲酒量であり、39.3%の人が2合以上の飲酒量であり、そのうち3合以上の飲酒をしている人の割合が高くなっています。



「豊島区健康に関する意識調査」より

(4) 目標達成に向けた取り組み

<たばこ対策>

① 知識の普及啓発（地域保健課／健康推進課／長崎健康相談所）

たばこの健康への影響について、世界禁煙デー・禁煙週間の機会に、広報紙・ホームページでの情報提供および中央図書館等においてパネル掲示、リーフレットの配布を行ないます。また、健診や健康チャレンジ！事業や健康関連のイベント時にはパネル掲示やリーフレット配布を行ない、普及啓発を図ります。

重点 ② 受動喫煙防止対策の推進

令和2年4月1日、受動喫煙による健康への影響を防ぐため、改正健康増進法・東京都受動喫煙防止条例が施行されました。改正健康増進法では、多数の者が利用する施設等の類型に応じて、その利用者に対し、一定の場所以外での喫煙を禁止するとともに、施設等の管理権限者が講ずべき措置等について定められました。東京都受動喫煙防止条例は、特に健康影響を受けやすい20歳未満の者や、受動喫煙を防ぎにくい立場である従業員を受動喫煙から守る観点から、都独自のルールを定めています。豊島区では、改正健康増進法や東京都受動喫煙防止条例と連動した受動喫煙防止対策を進めてまいります。

18歳未満の子どものいる家庭で、禁煙を希望する方には、禁煙外来治療費を助成する等、自分の意思では受動喫煙を避けることのできない子どものための受動喫煙防止対策を推進してまいります。

また、企業とも連携し、喫煙による健康への影響に関する知識の普及啓発、禁煙支援に関する適切な情報提供や禁煙希望者への支援を行ない、望まない受動喫煙の機会の減少につなげます。

③ 次世代の喫煙防止（健康推進課／長崎健康相談所／指導課）

小・中学校の保健体育の授業等において、たばこによる健康への影響についての教育を進めます。さらに、出前講座等の機会を活用するほか、学校機関等と連携を図りながら普及啓発を行います。また、子どものいる家庭では、たばこを目に付くところに置かない、子どもの前では喫煙しないなど、家庭での防止策について情報提供します。

④ 妊産婦の喫煙防止（健康推進課／長崎健康相談所）

母子保健事業を通して、妊産婦の禁煙を支援していきます。妊婦に対しては、妊娠届出時の「ゆりかご面接」で個別に禁煙指導を行ないます。母親学級とパパママ準備教室では、家族も含めた集団指導を行ないます。産後の女性に対しては、赤ちゃん訪問の機会に家族を含めた禁煙や受動喫煙防止について個別指導します。さらに、乳幼児健診では保護者アンケートにて親の喫煙状況を把握し、喫煙している場合は個別に禁煙指導を行ないます。

事業名（担当課）	事業内容
子どものための禁煙外来治療費助成事業（地域保健課）	子どもを受動喫煙から守るため、禁煙の意思のある保護者や妊産婦を対象とした禁煙治療費助成事業を行う。
国・都と連携したたばこ対策の推進（健康推進課／長崎健康相談所／地域保健課）	改正健康増進法や東京都受動喫煙防止条例と連動した受動喫煙防止対策を進める。

⑤ 禁煙支援（健康推進課／長崎健康相談所／地域保健課）

特定健診・生活習慣病予防健診の受診者で、禁煙希望者に対しては、個別で禁煙指導を行ないます。また、定期の健康相談事業（予約制）及び電話相談（随時）で個別対応します。

子どもを受動喫煙から守るため、禁煙の意思のある保護者や妊産婦を対象とした禁煙治療費助成を行います。

<アルコール対策>

① 適切な1日当たりの飲酒量に関する普及啓発・個別指導（健康推進課／長崎健康相談所）

生活習慣病予防健診の受診者や女性の骨太健診受診者に対して、健康を害するお酒の量と適切な1日当たりの飲酒量について啓発するとともに、健康相談において個別指導を実施します。また、20歳未満の人、妊婦及び授乳中の女性の健康への影響について、ホームページでの情報提供をはじめ、パネルの掲示やリーフレットの配布を行ない、普及啓発を進めます。

② 妊婦及び授乳中の女性の飲酒防止（健康推進課／長崎健康相談所）

母子保健事業を通して、妊娠中及び授乳中の女性が飲酒しないように指導していきます。妊婦に対しては、妊娠届出時のゆりかご面接で個別に実施し、母親学級とパパママ準備教室では、パートナーも含めた集団指導を行ないます。産後の女性に対しては、赤ちゃん訪問の機会に個別に指導します。

コラム 加熱式たばこについて

国民の健康志向の高まりから、加熱式たばこが注目されています。

令和4年に実施した健康に関する意識調査において、「加熱式たばこを吸っている」と回答した方は4.1%であり、「紙たばこを吸っている」と回答した方は8.8%でした。

紙たばこは、たばこ葉に火をつけて燃やし、その煙を吸うのに対し、加熱式たばこは、たばこの葉を燃やさずに電気で高温加熱し、発生した水蒸気を吸います。

厚生労働省は「加熱式たばこにおける科学的知見」を示していますが、加熱式たばこを吸うことによるリスクや健康への影響については、データが不十分であり、明らかにはなっていないとされています。

厚生労働省「加熱式たばこにおける科学的知見」より

- 加熱式たばこの主流煙には、紙巻たばこと同程度のニコチンを含む製品もある。
- 加熱式たばこの主流煙に含まれる主要な発がん性物質^(*)の含有量は、紙巻たばこに比べれば少ない。
- 加熱式たばこ喫煙時の室内におけるニコチン濃度は、紙巻たばこに比べれば低い。

(*) 現時点で測定できていない化学物質もある

また、2020年4月に全面施行された改正健康増進法では、加熱式たばこは、喫煙専用室・喫煙可能室・喫煙目的室での使用が可能です。経過措置として、加熱式たばこ専用喫煙室では飲食等をしながらの使用が可能とされています。