

札幌市における受動喫煙対策

1 札幌市健康づくり基本計画「健康さっぽろ21」と受動喫煙対策

札幌市では、2014年(平成26年)3月に市民の健康づくりの目標及び取組を示した10年計画である「札幌市健康づくり基本計画『健康さっぽろ21(第二次)』」(以下「健康さっぽろ21(第二次)」という。)を策定し、「健康寿命の延伸」、「健康格差の縮小」、「すこやかに産み育てる」を全体目標としました。そして、それらの目標を達成するための8つの基本要素の一つとして「喫煙」を位置づけました。計画前半5年間の進捗状況を踏まえ、後半5年間の重点方針を明らかにするための中間評価を行った結果、「喫煙」の分野について「妊婦や子どもを受動喫煙の害から守るよう妊娠期から子育て世代に向けた普及啓発を強化し、市民の受動喫煙防止や禁煙の意識の醸成を図ります」、「企業や関係機関と連携した取組を進め、望まない受動喫煙をなくします」を計画後半の方向性とし、「受動喫煙の機会を有する人を減らします」、「妊婦や子どもの受動喫煙をなくします」を強化する取組方針としました。

2 「さっぽろ受動喫煙防止宣言」

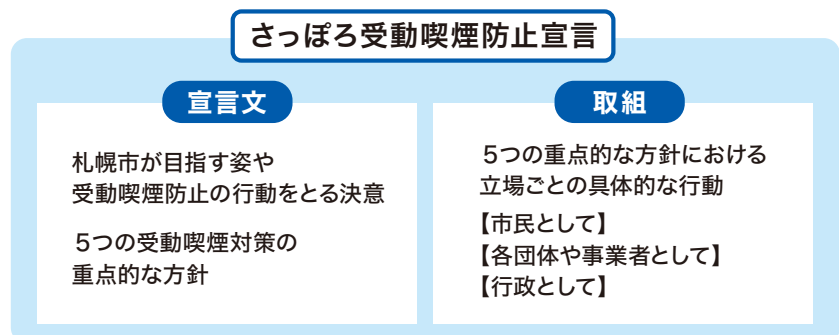
「健康さっぽろ21(第二次)」の中間評価等を踏まえ、受動喫煙を防止するために市民一人ひとりが受動喫煙防止に取り組みやすい環境をつくる必要があると考え、市民、各団体や事業者及び行政が一体となって受動喫煙防止のため行動する決意を表す「さっぽろ受動喫煙防止宣言」(以下「宣言」という。)を2020年(令和2年)2月に表明しました。

改正健康増進法は、屋内において受動喫煙にさらされることを望まない人がそのような状況に置かれることのないようにすることを基本としており、屋外やプライベートな居住場所などは、規制の対象外となっています。

札幌市の受動喫煙対策においては、規制の対象外の場所であっても、それぞれが受動喫煙防止のため配慮し行動すること、特に子どもを受動喫煙から守るために行動することが重要であると考えており、「さっぽろ受動喫煙防止宣言」により、「受動喫煙のないさわやかなまちさっぽろ」を目指します。

3 「さっぽろ受動喫煙防止宣言」の構成

宣言は、「宣言文」と「宣言に基づく私たちの取組」で構成されます。「宣言文」は、札幌市が目指す姿や受動喫煙防止のために行動し互いに協力することの決意を示し、以下の受動喫煙対策の5つの重点的方針を含みます。「宣言に基づく私たちの取組」は、それぞれが具体的にどのように行動することが望ましいかを示しており、受動喫煙対策が同じ方向性で一体となって推進されるためのものです。



受動喫煙対策の5つの重点的方針

- 受動喫煙の健康への影響について認識を共有します
- これから生まれる命や子どもたちの健康と未来を受動喫煙から守ります
- 職場での受動喫煙をなくすため互いに協力します
- 受動喫煙のないさわやかなまちさっぽろで世界の人々を歓迎します
- 禁煙したい人を応援します

市民にも国内外から札幌市を訪れる人々にも快適で健康的な環境となるよう、受動喫煙のないさわやかなまちさっぽろを目指し、市民、各団体や事業者及び行政が連携協力し、宣言に基づく受動喫煙防止の取組を推進していきます。

さっぽろ受動喫煙防止宣言：宣言文

さっぽろ受動喫煙防止宣言

私たちのまち さっぽろは

ライラックの花薫る さわやかな空気のまちです

私たちさっぽろ市民は このまちで

子どもたちが健やかに成長すること

誰もが快適に過ごせることを願っています

私たちは 受動喫煙防止のため

次のとおり自ら行動し

互いに協力する輪を広げていくことを宣言します

- ・ 受動喫煙の健康への影響について認識を共有します
- ・ これから生まれる命や子どもたちの健康と未来を受動喫煙から守ります
- ・ 職場での受動喫煙をなくすため互いに協力します
- ・ 受動喫煙のないさわやかなまちさっぽろで世界の人々を歓迎します
- ・ 禁煙したい人を応援します

2020年2月28日

札幌市

宣言に基づく私たちの取組

全ての市民は、家庭の一員として地域社会の一員として、それぞれの役割や立場において、受動喫煙から互いを守る取組を推進します。

市民が所属する各団体及び事業者は、その活動において、受動喫煙のない地域社会づくりに貢献する取組を推進します。

更に、市民、各団体や事業者及び行政は、各々が主体的に以下の取組を実施するとともに、互いに連携協力し一体となって、受動喫煙のないまちを目指します。

～受動喫煙について理解し、配慮しましょう～

受動喫煙の健康への影響について認識を共有します

【市民として】

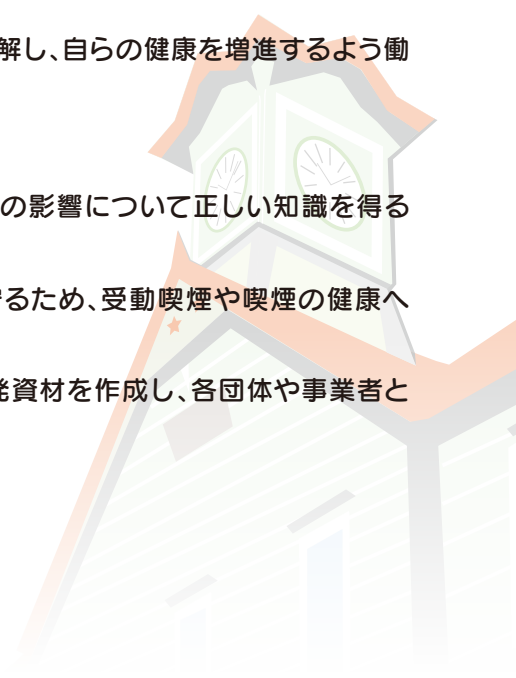
- 受動喫煙の健康への影響について正しく理解し、自らの健康を増進するよう努めるとともに、家庭や職場、公共の場所などで他の人が受動喫煙にさらされることのないように配慮します。
- 子どもたちや妊婦、患者などの受動喫煙の健康への影響が大きい人に特に配慮する必要があることを認識します。

【各団体や事業者として】

- 市民が受動喫煙の健康への影響について正しく理解し、自らの健康を増進するよう働きかけ、行政が行う周知啓発活動に協力します。

【行政として】

- あらゆる機会を活用し、市民が受動喫煙の健康への影響について正しい知識を得ることができるよう周知啓発します。
- 子どもたちが将来にわたって自らの健康を自ら守るため、受動喫煙や喫煙の健康への影響を学ぶ環境を作ります。
- 受動喫煙について簡潔でわかりやすい内容の啓発資材を作成し、各団体や事業者と連携し、市民に周知啓発を行います。



～子どもたちの健康と未来を受動喫煙から守りましょう～ これから生まれる命や子どもたちの健康と未来を 受動喫煙から守ります

【市民として】

- 子どもたちや妊婦の近くで喫煙しません。
- 公園や通学路など、子どもたちが多い場所では喫煙しません。
- 子どもたちや妊婦が受動喫煙にさらされることのないよう、喫煙できる場所に立ち入らせません。
- 保護者等は、子どもたちが受動喫煙にさらされることのないよう、子どもたちと同室の空間や子どもたちが同乗する車内では喫煙しません。

【各団体や事業者として】

- 子どもたちが参加するイベント等では、子どもたちに受動喫煙を生じさせないよう、特に配慮します。また、喫煙行為に関するルールを明確にし、受動喫煙や歩きタバコによる火傷が生じないよう協力を呼びかけます。

【行政として】

- 保護者等に受動喫煙が胎児や子どもたちの健康に与える影響を伝えるなど、子どもたちの健康を守るための知識を得る機会や情報を提供します。
- 子どもたちや妊婦の近くでの喫煙及び歩きタバコをしないよう周知啓発します。

～互いに協力し、職場での受動喫煙をなくしましょう～ 職場での受動喫煙をなくすため互いに協力します

【市民として】

- 職場では、事業者等の施設管理者が決めた施設内での喫煙行為に関するルールを守り、互いに協力し受動喫煙が生じないようにします。

【各団体や事業者として】

- 事業者は、職場で受動喫煙が生じないよう健康増進法を順守し、「職場における受動喫煙防止のためのガイドライン」で定められた受動喫煙対策の措置をとるよう努力します。
- 各団体や事業者等の施設管理者は、受動喫煙を防止するため施設内の喫煙行為に関するルールを明確にし、周知徹底を図ります。
- 事業者は、労働者の健康を増進する取組や、20歳以上の労働者であっても受動喫煙が生じないような措置を行います。

【行政として】

- 「職場における受動喫煙防止のためのガイドライン」による職場での望ましい受動喫煙対策の周知や、労働者の受動喫煙防止に関する適切な相談先の情報提供を行います。

～さっぽろを訪れる人にも市民にも快適な環境を目指しましょう～ 受動喫煙のないさわやかなまちさっぽろで 世界の人々を歓迎します

【市民として】

- 人通りの多い場所や人が多く集まる場所では、喫煙行為に関するルールを守り、受動喫煙を生じさせないよう配慮します。

【各団体や事業者として】

- 施設管理者は、利用者が受動喫煙を避けることができるように、施設の出入口に施設の喫煙環境(禁煙か喫煙場所があるか)をわかりやすく表示します。
- 施設管理者は、利用者に受動喫煙を生じさせないよう施設の出入口に吸い殻入れを置かないなどの配慮をします。
- 飲食店は、宣伝や広告を行う際には、店内の喫煙環境(禁煙か喫煙場所があるか)を明記します。
- イベント等では、国内外からさっぽろを訪れる人にも喫煙行為に関するルールがわかるよう周知します。

【行政として】

- 人通りの多い場所や人が多く集まる場所では、喫煙行為に関するルールを守ることや受動喫煙を生じさせないよう配慮することを、市民や国内外からさっぽろを訪れる人に周知啓発します。
- 飲食店等の施設内の喫煙環境をわかりやすく表示するための、情報提供等を行います。

～禁煙に取り組む人に協力しましょう～ 禁煙したい人を応援します

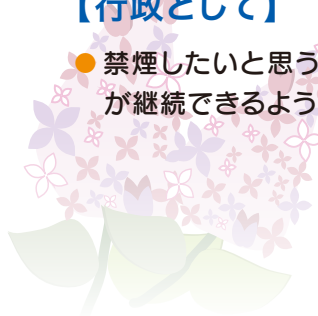
【市民として】

- 家庭でも職場でも、身近な人が禁煙をするときには、禁煙が継続できるよう協力します。

【各団体や事業者として】

【行政として】

- 禁煙したいと思う人が禁煙に取り組めるよう禁煙外来などの情報提供を行い、禁煙が継続できるよう支援します。



4 重点の方針の背景と方針ごとの取組について

方針1 受動喫煙の健康への影響について認識を共有します

受動喫煙防止の必要性

①受動喫煙とは

受動喫煙とは、他人の喫煙により発生したたばこの煙にさらされることをいいます。

喫煙により発生するたばこの煙には、喫煙者本人が吸い込む「主流煙」、たばこの先から発生する「副流煙」があり、主流煙が喫煙者の呼気に混じって排出されるものは「呼出煙」と呼ばれます。



②紙巻たばこの煙に含まれる有害物質

紙巻たばこの煙には、約5,300種類の化学物質が含まれており、そのうち発がん性があると報告される物質も約70種類存在しています。これらの化学物質は、喫煙により速やかに肺に到達し、血液を通じて全身の臓器に運ばれます。¹

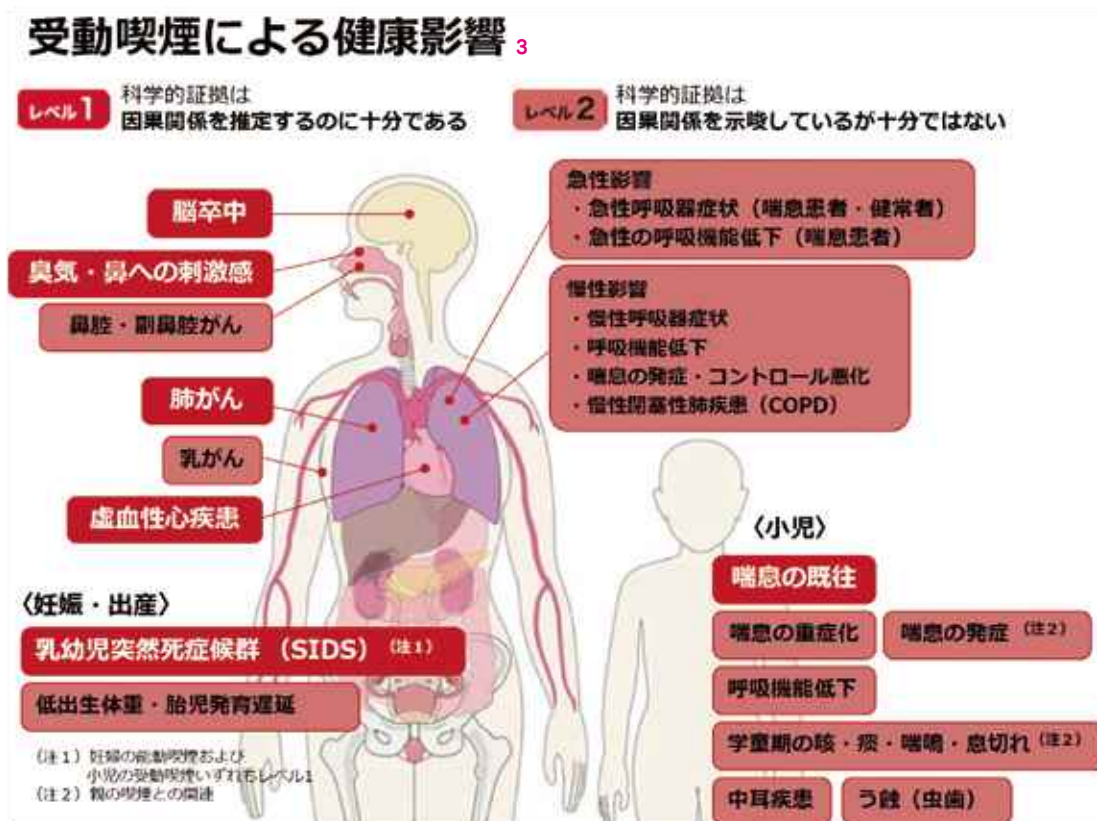
副流煙に含まれる有害物質の含有量は、主流煙に比べ多いことがわかっています。屋内での喫煙は、副流煙に含まれる有害物質が一気に室内に広がることとなり、喫煙者以外の周囲の人の健康にも影響を及ぼすため、受動喫煙を防止する必要があります。

【たばこの煙に含まれる主な有害物質】² ※主流煙と比較した副流煙の有害物質含有量



③受動喫煙が及ぼす健康への影響

2016年(平成28年)の厚生労働省の喫煙の健康影響に関する検討会報告書によると、受動喫煙との関連が「確実」と判定された病気や症状として、脳卒中、虚血性心疾患、肺がん、乳幼児突然死症候群(SIDS)、不快な臭気、鼻への刺激感、喘息の既往が報告されています。そのほか、受動喫煙との関連が「可能性あり」と判定された病気には、乳がん、低出生体重・胎児発育遅延、喘息の発症や重症化、慢性閉塞性肺疾患(COPD)などがあります。



それぞれの立場での取組例のまとめ

【市民として】

- 受動喫煙について正しく理解する。
- 家庭、職場、公共の場所などで受動喫煙を生じさせないように配慮する。
- 子どもや妊婦、患者などには特に配慮する。

【各団体や事業者として】

- 市民が受動喫煙について正しく理解するよう、行政が行う周知啓発に協力する。

【行政として】

- 啓発資料を作成し、受動喫煙に関する知識を周知啓発する。
- 子どもたちが受動喫煙等について学ぶ環境づくりをする。

方針2 これから生まれる命や子どもたちの健康と未来を受動喫煙から守ります

(1) 子どもたちを受動喫煙から守る必要性

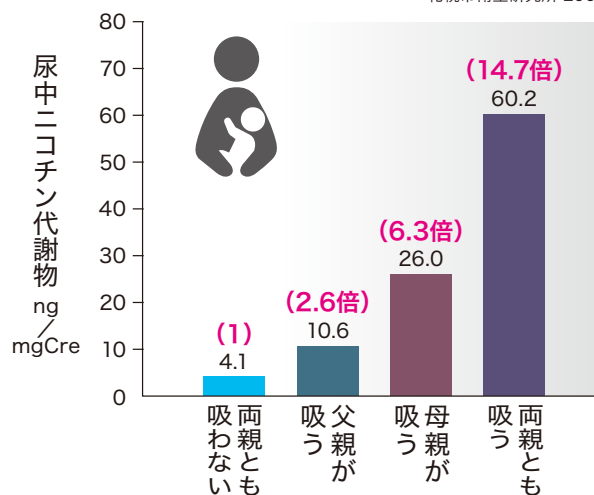
札幌市が行った調査では、乳幼児の尿を調べるとニコチンの代謝物が検出され、同居の親族が喫煙している場合の方が代謝物の量が多い結果となりました。これは、喫煙する家族と同じ空間で生活することで、受動喫煙により乳幼児の体内にニコチンが取り込まれていることを示しています。

ニコチンには、血管を収縮させる作用があり、全身に影響をもたらします。ニコチン自体の発がん性は認められていませんが、ニコチンが分解・代謝される際に生み出される物質には発がん性があることが知られています。⁴

また、小児の受動喫煙と乳幼児突然死症候群（SIDS）との関連は確実と判定されています。

【両親の喫煙と赤ちゃんの受動喫煙】

札幌市衛生研究所 2007



(2) 子どもたちを受動喫煙から守るためにすべきこと

副流煙の有害性は、発生直後から空気中で希釈されるため、発生する環境により周囲に与える影響は異なりますが、普段たばこを吸わない人は、たばこの煙に対する感受性が高く健康への影響を受けやすいという報告があることから、どんな場所でも子どもたちがたばこの煙にさらされないよう気をつける必要があります。

子どもが近くにいることが想定される通学路や公園、法令による規制対象外となる屋内の場所（例えば家庭や自家用車の中）などでも、周囲の大人が子供たちを受動喫煙から守る配慮をすることが必要です。

それぞれの立場での取組例のまとめ

【市民として】

- 子どもたちや妊婦の近くで喫煙しない。
- 公園や通学路など、子どもたちが多くいるところでは喫煙しない。
- 子どもたちや妊婦を喫煙できる場所に立ち入らせない。
- 保護者等は、子どもと同室の空間や同乗する車内で喫煙しない。

【各団体や事業者として】

- 子どもたちが参加するイベント等では、受動喫煙を生じさせないよう配慮をする。

【行政として】

- 保護者等を受動喫煙から子どもたちの健康を守るための情報を提供する。
- 子どもたちや妊婦の近くで喫煙しないよう周知啓発する。

【副流煙が周囲に与える影響】



受動喫煙の健康影響は、環境によって大きく変化しますが、より狭い空間の方がたばこの副流煙の曝露量は多くなることが予測されます。

コラム 若者や女性の喫煙⁵

低タール・低ニコチンたばこは、体内に取り込まれるタールやニコチン量が少なく、健康への影響が少ないという印象を持つかもしれませんが、しかし低タールや低ニコチンたばこの喫煙者は、たばこ煙をより多く吸引してニコチンを体内に取り込もうという喫煙行動を取りがちになるため、たばこのタールやニコチンの高低差に関係なく、同等のガス状成分に曝露しているとの報告があります。

また、メンソールたばこは、たばこの吸いやすさを向上させるために添加物としてメンソールを加えているものです。メンソールたばこは、喫煙のしやすさから若年者や女性の喫煙の導入に使用されることが多く、たばこへの依存を増大させます。

喫煙開始年齢が若いと、短期間でニコチン依存が形成され、ニコチン依存度がより重篤で、禁煙が成功しづらくなり、結果として死亡や疾病発生リスクが増大します。喫煙が不妊症の一要因となる可能性も指摘されており、若い男女の喫煙は、その後の人生に大きな影響を及ぼすことがわかります。

方針3 職場での受動喫煙をなくすため互いに協力します

(1) 職場での受動喫煙をなくす必要性

職場は長時間を過ごす場所であり、自分の意思でその場を離れることなどは難しい場合が多い場所です。そのため、職場で受動喫煙が生じている場合、そこで働く人の健康への影響は大きくなります。

(2) 事業者として求められる受動喫煙対策

事業者は、健康増進法で施設の類型ごとに定められている受動喫煙対策を確実に実施することが必要です。また、北海道受動喫煙防止条例や労働安全衛生法第68条の2に基づき示されている「職場における受動喫煙防止のためのガイドライン」等で事業者に課せられる義務等を果たすよう努めなければなりません。

それぞれの立場での取組例のまとめ

【市民として】

- 職場では、喫煙行為に関するルールを守り、受動喫煙を生じさせないよう協力する。

【各団体や事業者として】

- 健康増進法を順守し、「職場における受動喫煙防止のためのガイドライン」が示す措置を実施するよう努める。
- 受動喫煙を防止するため、喫煙行為に関するルールを明確にする。
- 20歳以上の労働者であっても、受動喫煙が生じないように措置する。

【行政として】

- 職場での受動喫煙対策の周知や適切な相談先の情報提供を行う。

コラム

PM2.5と受動喫煙について⁶

PM2.5とは、大気中に浮遊する粒の大きさが2.5 μm (マイクロメートル)以下の微小粒子状物質のことを指します。たばこの煙も典型的なPM2.5です。PM2.5は非常に小さな粒子であるため肺の奥深くまで入り込みやすく、肺をはじめ全身に炎症を引き起こし、呼吸器・循環器疾患による死亡率が上昇します。

2013年(平成25年)2月に環境省が設置した専門家会合では、都道府県などが外出を自粛するなどの注意喚起を行う大気中のPM2.5濃度の目安を「1日平均値が環境基準の2倍である70 $\mu\text{m}/\text{m}^3$ 」と設定しました。

日本禁煙学会のとりまとめによると、自由に喫煙できる店でのPM2.5の値は約600 $\mu\text{m}/\text{m}^3$ とされており、高濃度の大气汚染が起きている状態と同じと言えます。

このような実態は、店の利用客よりもそこで長時間働く労働者の健康にとって大きな問題となります。

方針4 受動喫煙のないさわやかなまちさっぽろで世界の人々を歓迎します

札幌を訪れる人が快適に過ごせる環境を目指す必要性

札幌市は、国内外から多くの人が集まる都市です。諸外国では、屋内での喫煙は禁止されている場合が多いため、飲食店など不特定多数の人が利用する施設の屋内で自由に喫煙できる状況について、札幌市の魅力が損なわれるとの声も寄せられていました。施設管理者等が改正健康増進法を順守することにより、屋内での受動喫煙を回避できるようにすることが重要です。

また、屋外の喫煙については、改正健康増進法では周囲に受動喫煙を生じさせないよう配慮する義務がありますが、諸外国では自由に喫煙できる場合も多く、配慮義務を知らずに喫煙してしまう旅行者もいますので、国内外からの来札者にもわかりやすく周知する必要があります。

札幌を訪れる人が快適に過ごせる環境は、市民にとっても快適な環境となり、都市の魅力も増すことから、受動喫煙のないさわやかなまちを目指していきます。

それぞれの立場での取組例のまとめ

【市民として】

- 人が多く集まる場所では、受動喫煙を生じさせないよう配慮する。

【各団体や事業者として】

- 施設の出入口に喫煙環境（禁煙か喫煙場所があるか）をわかりやすく表示する。
- 飲食店は、宣伝広告の際に店内の喫煙環境について明記する。
- 国内外から札幌を訪れる人にも喫煙行為に関するルールがわかるよう周知する。

【行政として】

- 国内外から札幌を訪れる人にも喫煙行為に関するルールがわかるよう周知する。
- 事業者等に施設の喫煙環境をわかりやすく表示するための情報提供をする。

コラム

加熱式たばこについて

加熱式たばこは、専用の機器を使ってたばこの葉やたばこ葉の加工品を電気で加熱し、発生させたニコチンなどを含む蒸気を吸うものです。

加熱式たばこの主流煙には、紙巻たばこと同じくらいの量のニコチンを含む製品もあることがわかっています。加熱式たばこの主流煙に含まれる発がん性物質の量は、紙巻たばこに比べれば少ないと言われてはいますが、量が少ないから安全であるということはいけません。また、新しい製品であるため、長期間利用した場合の人の健康への影響や受動喫煙による健康への影響については十分にわかりません。

方針5 禁煙したい人を応援します

禁煙したい人を応援する重要性

札幌市が2017年度(平成29年度)に行った市民意識調査によると、喫煙している人の中で喫煙を「すぐにでもやめたい」「そのうちやめたい」と回答した人の合計が、男性で41.9%女性で52.1%に上り、禁煙意向を持つ人が相当数いることがわかりました。

禁煙により喫煙している本人の健康が改善されるだけでなく、周囲に受動喫煙を生じさせることもなくなることから、禁煙意向を持つ人たちが禁煙できるように応援することは、重要であると考えています。

札幌市が2017年度(平成29年度)～2019年度(令和元年度)に行った禁煙外来体験モニター事業におけるアンケートでは、禁煙の動機づけになったものとして、「自分の意志」「治療薬」に続いて「家族や友人の協力」が挙げられており、行政だけではなく周囲にいる人々が応援することは禁煙を続ける上で助けになると考えられます。

それぞれの立場での取組例のまとめ

【市民として】

- 身近な人が禁煙するときは、禁煙が継続できるよう協力する。

【各団体や事業者として】

【行政として】

- 禁煙したい人が禁煙に取り組めるよう、情報提供や支援をする。

コラム COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは

COPDとは、たばこの煙など毒素の吸入により免疫反応が続いた結果、破壊された組織と増えたたんなどによる気道閉鎖が ocorrênciaやすい状態をいいます。たんを伴うせき、息切れが何年にもわたって続き、息を吐く時間がのび、ぜいぜいするという症状があります。ひどい場合には、体重減少、気胸、心不全や呼吸不全を伴います。

長い経過を経て至る状態であり、気道や肺胞などの組織が破壊されてしまっていることや、たんなどによる気道の閉塞から、肺炎などへの進行へつながりやすく、階段や坂道をのぼるといった、ちょっとした日常生活での運動でも息切れが出てきます。重症の場合には、携帯用酸素ボンベなどを用いて、酸素を補充する必要があります。

出典

1, 2, 5 「喫煙と健康 喫煙の健康影響に関する検討報告書」(厚生労働省 2016年8月)

3 「喫煙と健康 喫煙の健康影響に関する検討報告書スライド集」(厚生労働省 2016年8月)

4 厚生労働省ホームページ

<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/dictionary/tobacco/yt-034.html>

6 厚生労働省ホームページ

<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/tobacco/t-05-005.html>

7 厚生労働省ホームページ

<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/dictionary/tobacco/yt-046.html>