

職場における喫煙対策の 取組み推進について

J R 札幌病院保健管理部長
佐藤広和

改正健康増進法

令和元年7月1日 一部施行
令和2年4月1日 全面施行

第29条 何人も、正当な理由がなく、特定施設等においては、
次の各号に掲げる特定施設等の区分に応じ、喫煙禁止場所
で喫煙をしてはならない。

- 1 第一種施設（特定屋外喫煙場所以外）
- 2 第二種施設（喫煙専用室以外）
- 3 喫煙目的施設（喫煙目的室以外）
- 4 航空機・鉄道・船舶など

→ 違反者には30万円以下の過料が課される
（都道府県知事の命令違反）

健康増進法（敷地内禁煙）

第一種施設



学校



病院・診療所



行政機関



薬局



介護老人
保健施設

健康増進法（原則屋内禁煙）

第二種施設



事務所



工場



ホテル・旅館

客室は禁煙・喫煙を選択可能



商業施設



飲食店

既存小規模飲食店は禁煙・喫煙を選択可能

健康増進法（第一種施設での例外措置）

敷地内に受動喫煙防止措置を講じた喫煙所を設置可能（特定屋外喫煙場所）

- ① 喫煙場所が区画されていること（非喫煙場所と明確に区別できるラインやパーティションなど）
- ② 喫煙場所であることがわかる掲示
- ③ 20歳未満の者は立入禁止
- ④ 施設を利用する人が通常立ち入らない場所に設置
（建物裏や屋上など喫煙目的以外には通常立ち入らない場所）



健康増進法（第二種施設での例外措置）

屋内に以下の基準を満たした喫煙専用室を設置可能

- ① 喫煙室の出入口で、室外から室内に流入する気流が0.2m毎秒以上あること
- ② タバコの煙が室内から室外に流出しないよう、壁・天井等によって区画されていること
- ③ タバコの煙が屋外に排気されていること
- ④ 階ごとに喫煙・禁煙を分ける場合、喫煙階から禁煙階にタバコの煙が流出しないよう区画されていること
- ⑤ 喫煙専用室の出入口および施設の出入口の見やすい場所に掲示が必要（20歳未満立入禁止を含む）
- ⑥ 喫煙専用室内では飲食禁止（加熱式タバコ専用喫煙室では飲食可能）



改正健康増進法

第30条 特定施設等の管理権原者等は、当該特定施設等の喫煙禁止場所に専ら喫煙の用に供させるための器具及び設備を喫煙の用に供することができる状態で設置してはならない。

→ 違反の場合、50万円以下の過料が課される
(都道府県知事の勧告・命令違反)

② 特定施設の管理権原者等は、当該特定施設の喫煙禁止場所において、喫煙をし、又は喫煙をしようとする者に対し、喫煙の中止又は当該喫煙禁止場所からの退出を求めるよう努めなければならない。

改正健康増進法 第27条

第1項 何人も（中略）、喫煙をする際、望まない受動喫煙を生じさせることがないよう周囲の状況に配慮しなければならない。

第2項 特定施設等の管理権原者は、喫煙をすることができる場所を定めようとするときは、望まない受動喫煙を生じさせることがない場所とするよう配慮しなければならない。

公園・道路・屋外喫煙所など



改正労働安全衛生法

平成27年6月1日施行

(受動喫煙の防止)

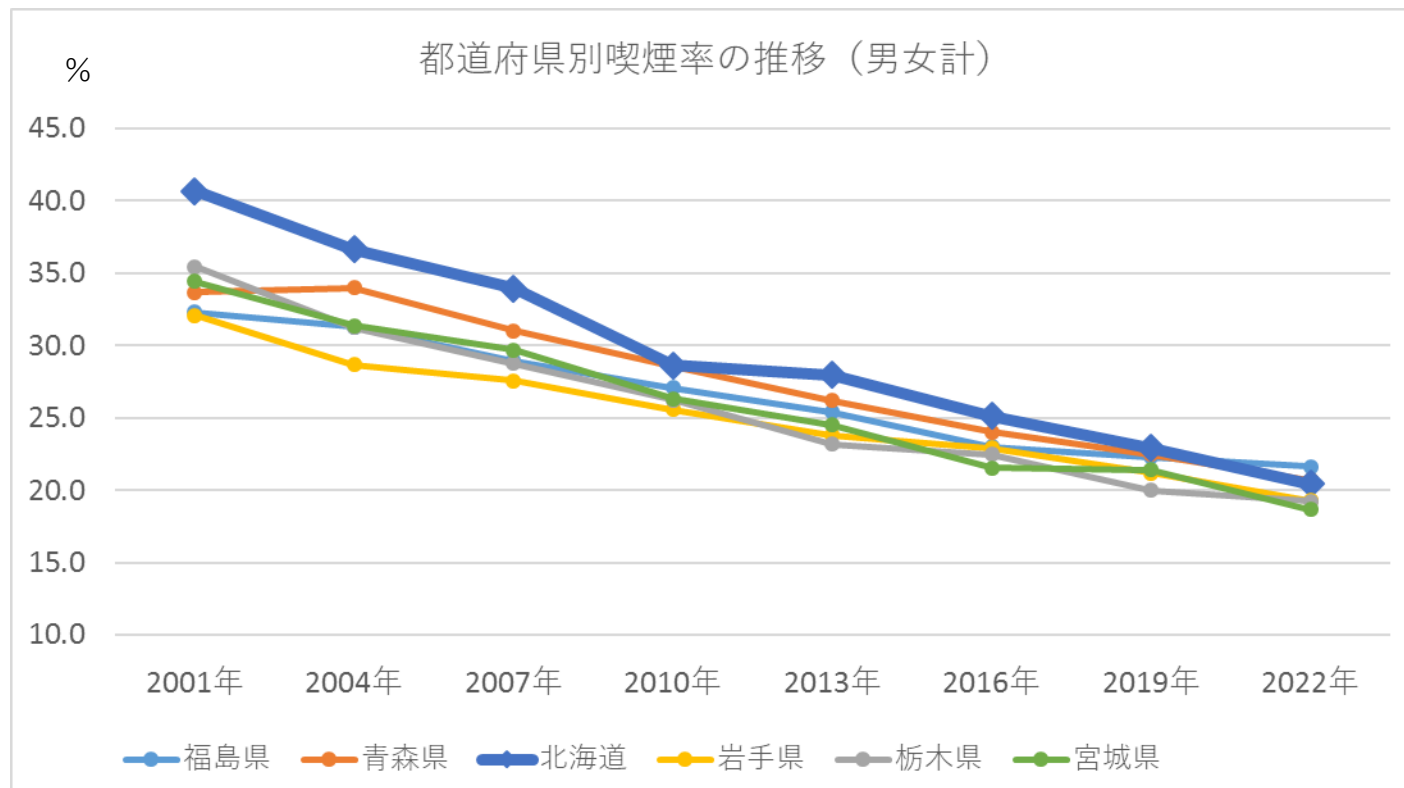
第68条の2 事業者は、労働者の受動喫煙を防止するため、当該事業者及び事業場の実情に応じ適切な措置を講ずるよう努めるものとする。

国民生活基礎調査による 20歳以上の喫煙率

都道府県別
男女計

2022年
北海道は第3位

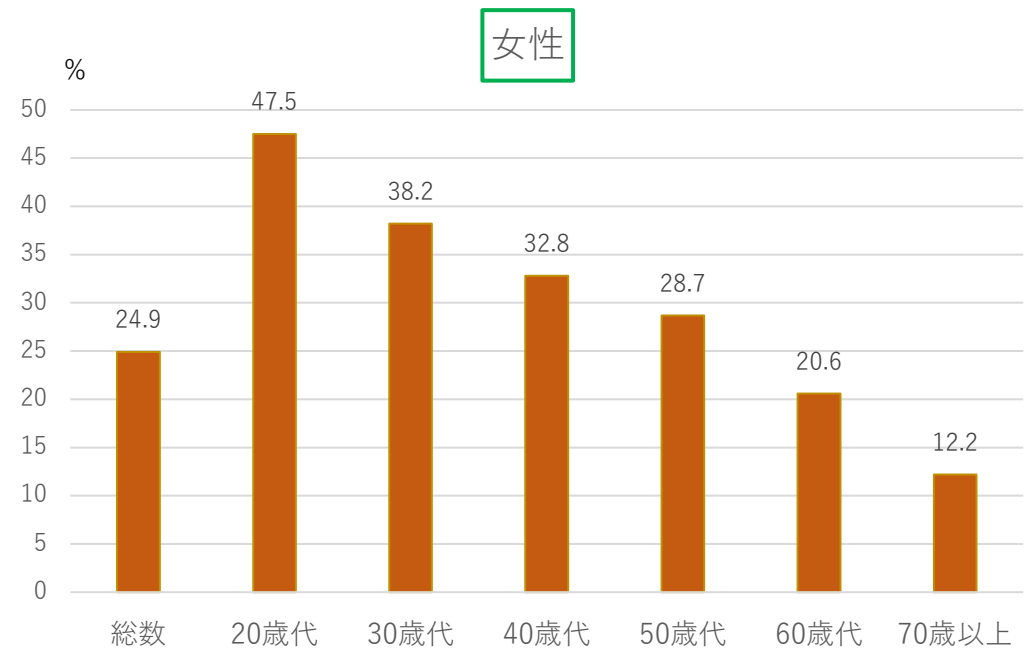
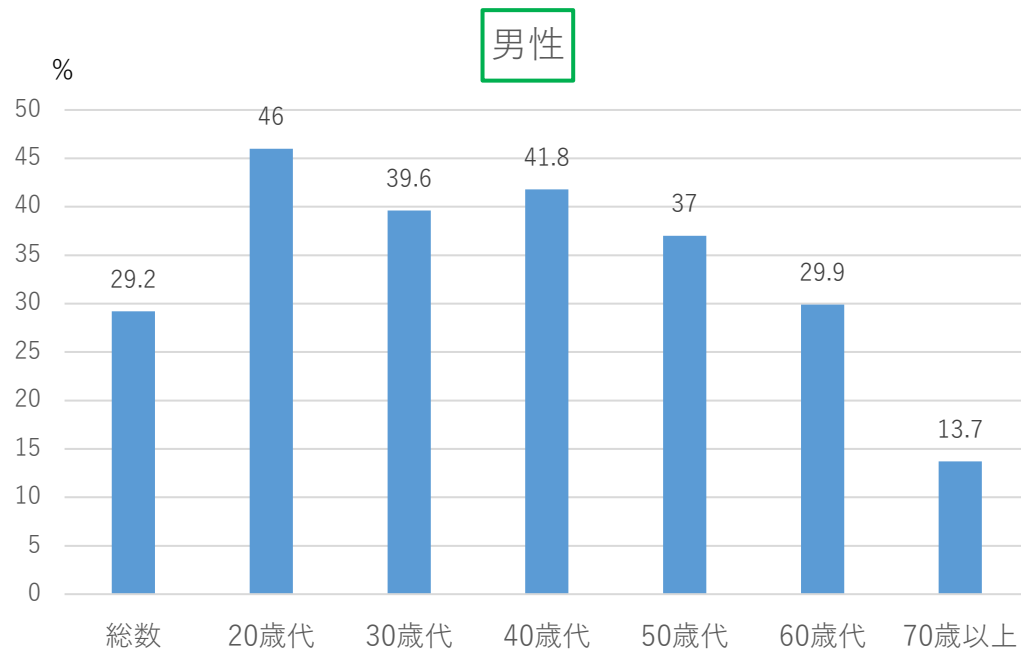
全国平均
16.3%



都道府県	2001年	2004年	2007年	2010年	2013年	2016年	2019年	2022年	2022年 順位
福島県	32.3	31.3	28.9	27.1	25.4	23.0	22.3	21.6	1
青森県	33.6	34.0	31.0	28.6	26.2	24.0	22.5	20.7	2
北海道	40.7	36.6	33.9	28.6	27.9	25.1	22.9	20.4	3
岩手県	32.1	28.7	27.6	25.6	23.8	22.9	21.2	19.3	4
栃木県	35.4	31.2	28.8	26.2	23.2	22.5	20.0	19.2	5
宮城県	34.4	31.4	29.7	26.3	24.5	21.5	21.4	18.7	6
秋田県	30.7	29.9	27.5	26.4	23.5	21.1	21.0	18.5	7
茨城県	34.6	31.3	28.1	25.0	23.8	22.1	19.7	18.2	8
宮崎県	30.0	28.0	25.0	24.3	21.7	20.6	19.2	18.1	9
熊本県	29.5	28.0	25.1	22.5	21.2	-	18.8	18.1	10

受動喫煙の現状（年齢別）

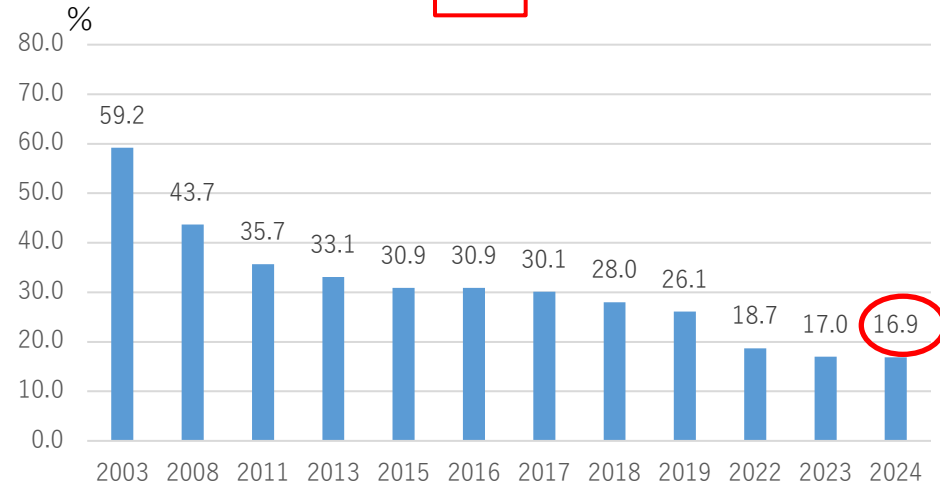
2024(令和6)年 国民健康・栄養調査 問：あなたはこの1か月間に、望まずに自分以外の方が吸っていたタバコの煙を吸う機会がありましたか？
(職場・飲食店・家庭のいずれか) 20歳以上、現在喫煙者を除く



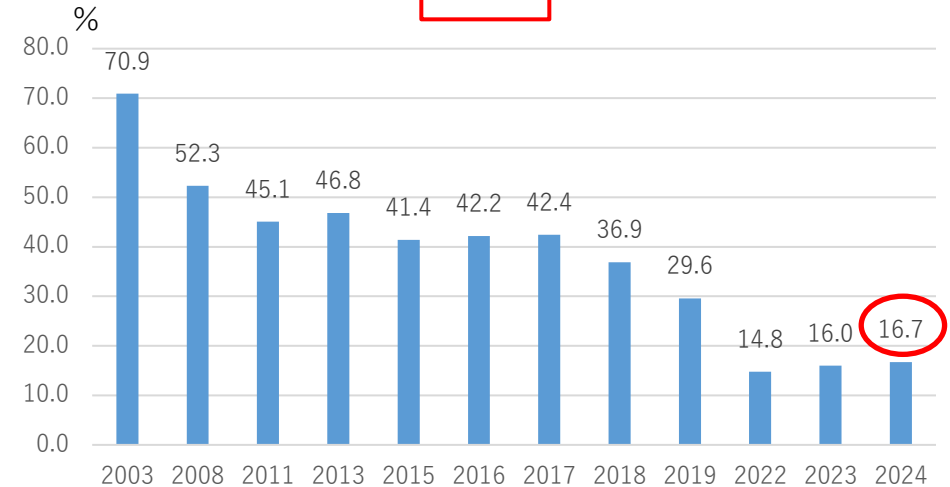
全体では、26.7%

受動喫煙の場所（国民健康・栄養調査）

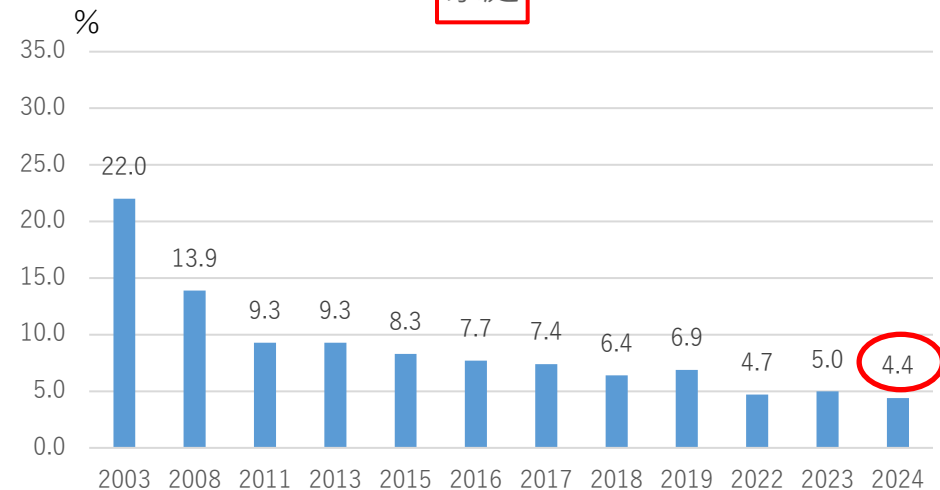
職場



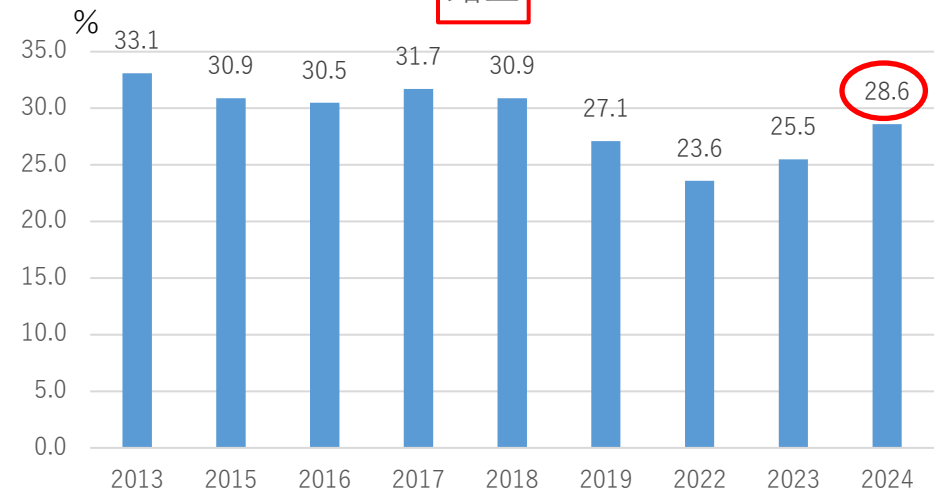
飲食店



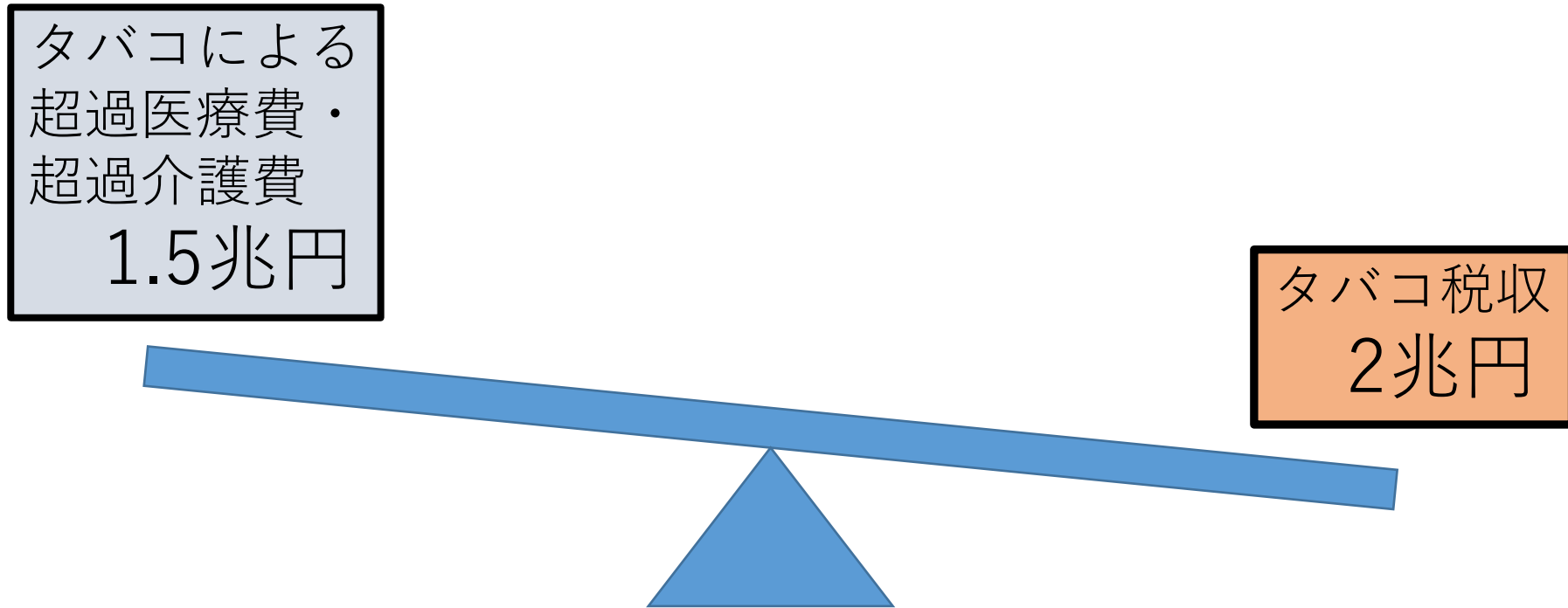
家庭



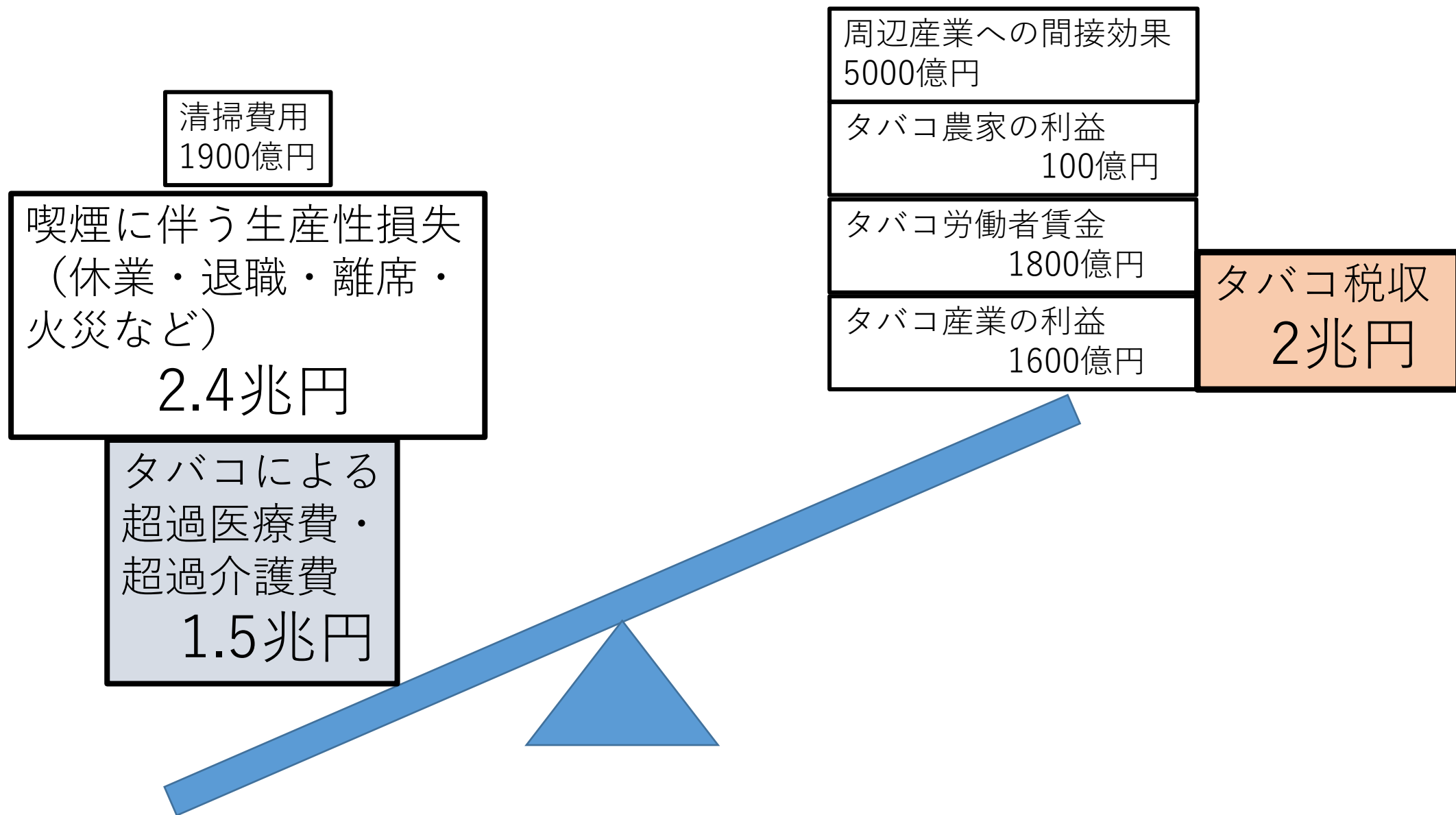
路上



タバコの経済分析



タバコの経済分析



健康経営 ～ 経済産業省が推進する経営指標

健康経営銘柄・健康経営優良法人（ブライト500）

全事業所が・・・

必須条件

敷地内禁煙

屋内全面禁煙

従業員の喫煙率低下に向けた取組

- ・ 禁煙セミナー開催
- ・ 禁煙治療の費用補助 など

~~不完全分煙~~

~~喫煙対策なし~~

タバコによる健康被害

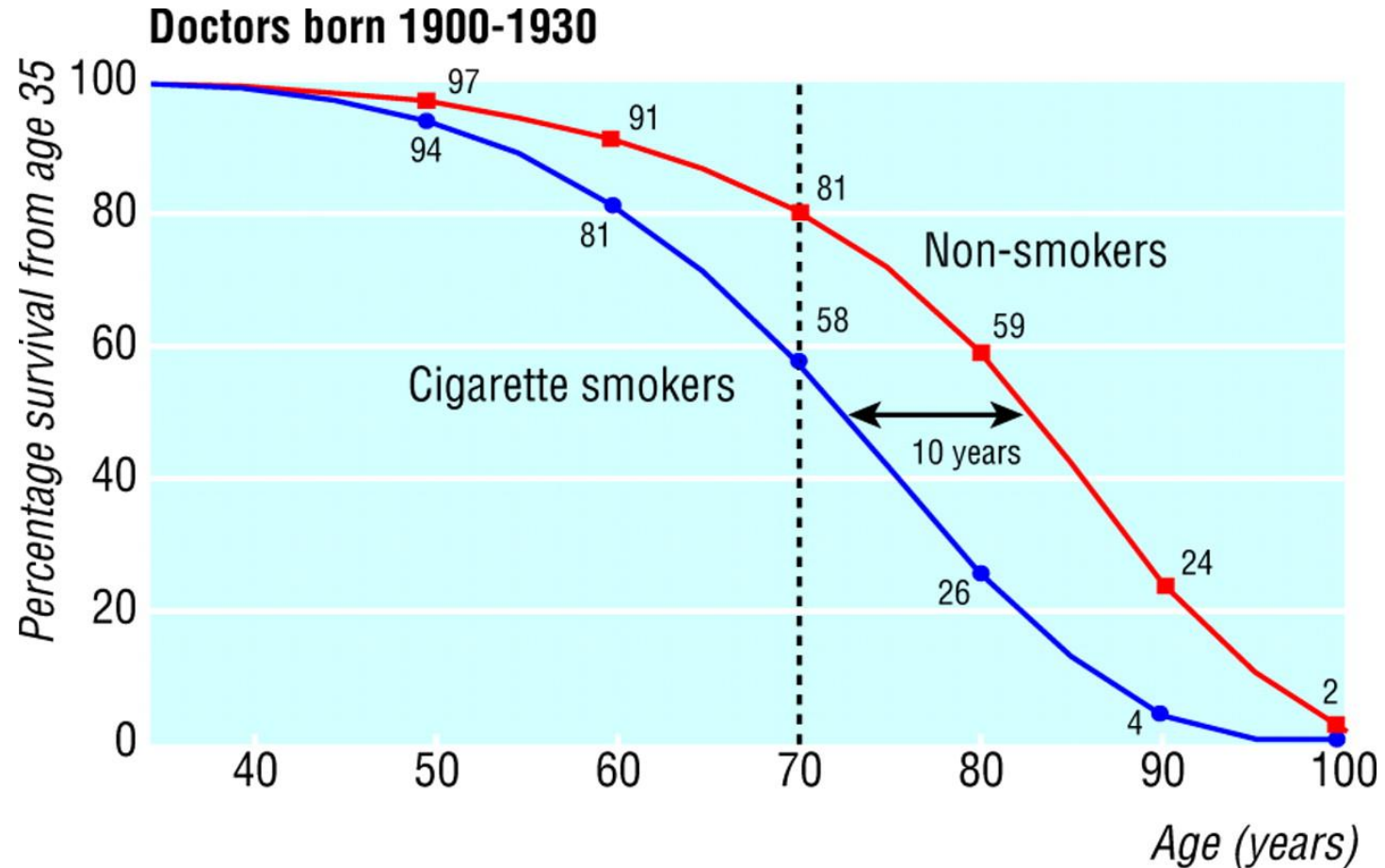
	能動喫煙による 年間死亡者数	受動喫煙による 年間死亡者数	出典
世界	700万人	89万人	WHO世界のたばこの流行 に関する報告書2018年版
日本	12万9000人	15,000人	Katanoda K, et al (2008) Murakami Y, et al (2011) Ikeda N, et al (2011) 方野田ら (2016)

↓

6割はがんによる死亡



喫煙者の寿命は平均 10 年短い



英国の医師を 50 年間追跡したデータ (2004)

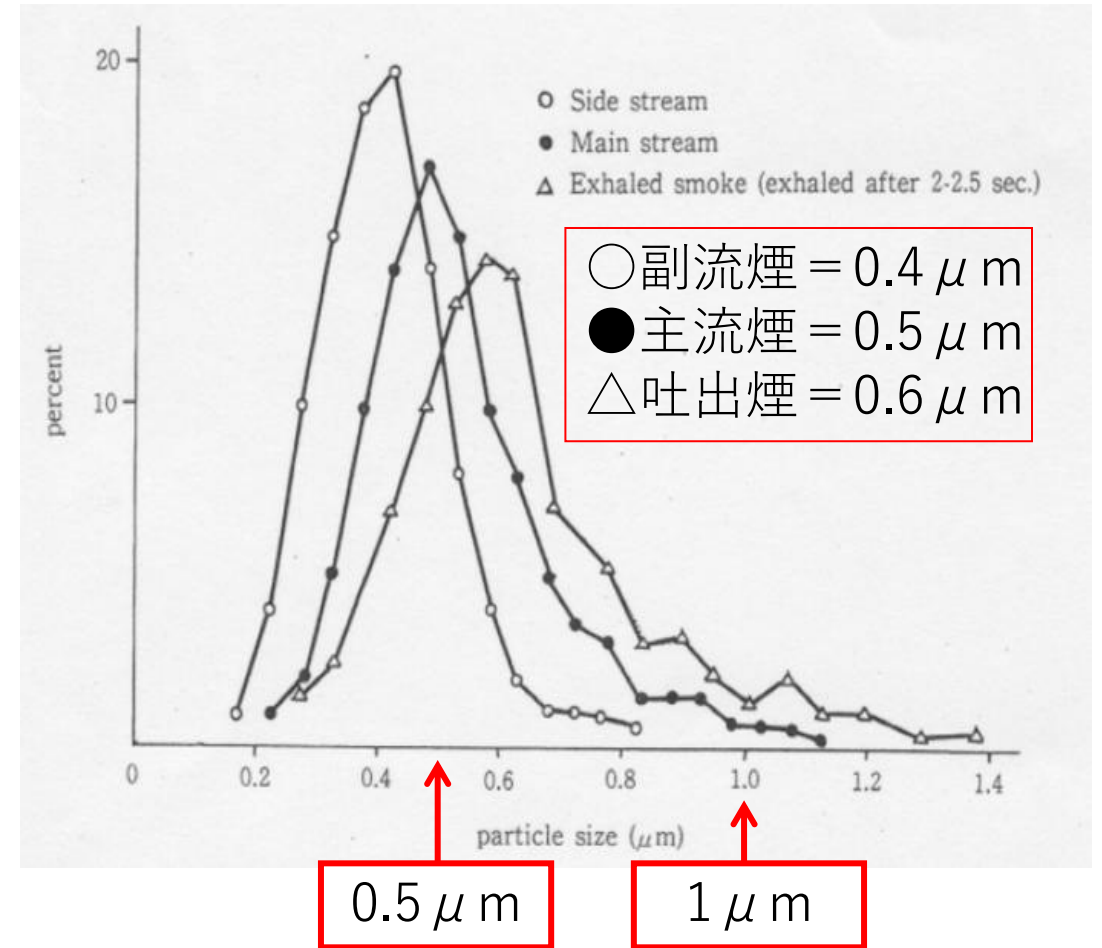
受動喫煙による健康被害

死亡原因	年間死者数	調査年
受動喫煙	約15,000人	2016
交通事故	2,678人	2023
アスベスト（中皮種）	1,554人	2022
労働災害	774人	2022
他殺	213人	2022
食中毒	4人	2022

『禁煙学』改訂5版 日本禁煙学会編 より

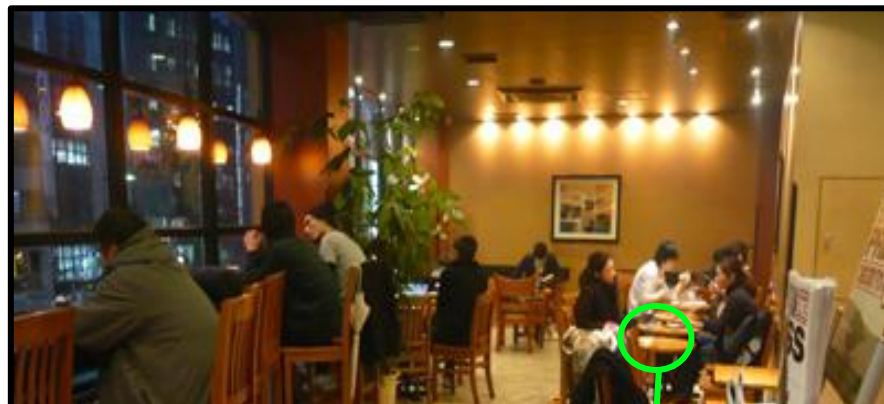
タバコ煙粒子は1 μ 以下 = 典型的なPM2.5

副流煙の電子顕微鏡写真



肺内（湿度100%）で8秒間貯める
水分を吸った煙は1.07 μ mに膨張

わが国のサービス産業のPM_{2.5}
 全席喫煙の喫茶店 = 371 $\mu\text{g}/\text{m}^3$
 環境基準 (24h平均35 $\mu\text{g}/\text{m}^3$)
 の10倍超



受動喫煙も深刻なPM_{2.5}問題です!!

■ 日本での環境基準

1年平均値
 15 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以下

かつ

1日平均値
 35 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以下

(環境省)

■ WHOの環境基準

1日平均値
 25 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以下

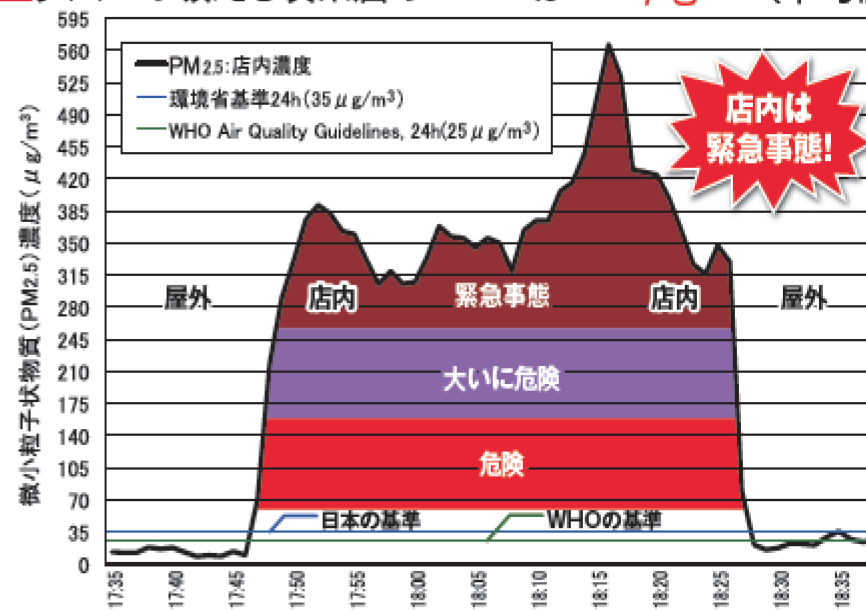
(WHO Air Quality Guide Lines)

■ アメリカ環境保護庁

EPAによる空気の質分類

空気の質レベル	PM _{2.5} ($\mu\text{g}/\text{m}^3$)
緊急事態 Hazardous	251-
大いに危険 Very Unhealthy	151-250
危険 Unhealthy	66-150
弱者に危険 Unhealthy for sensitives	41-65
許容範囲 Moderate	16-40
良好 Good	0-15

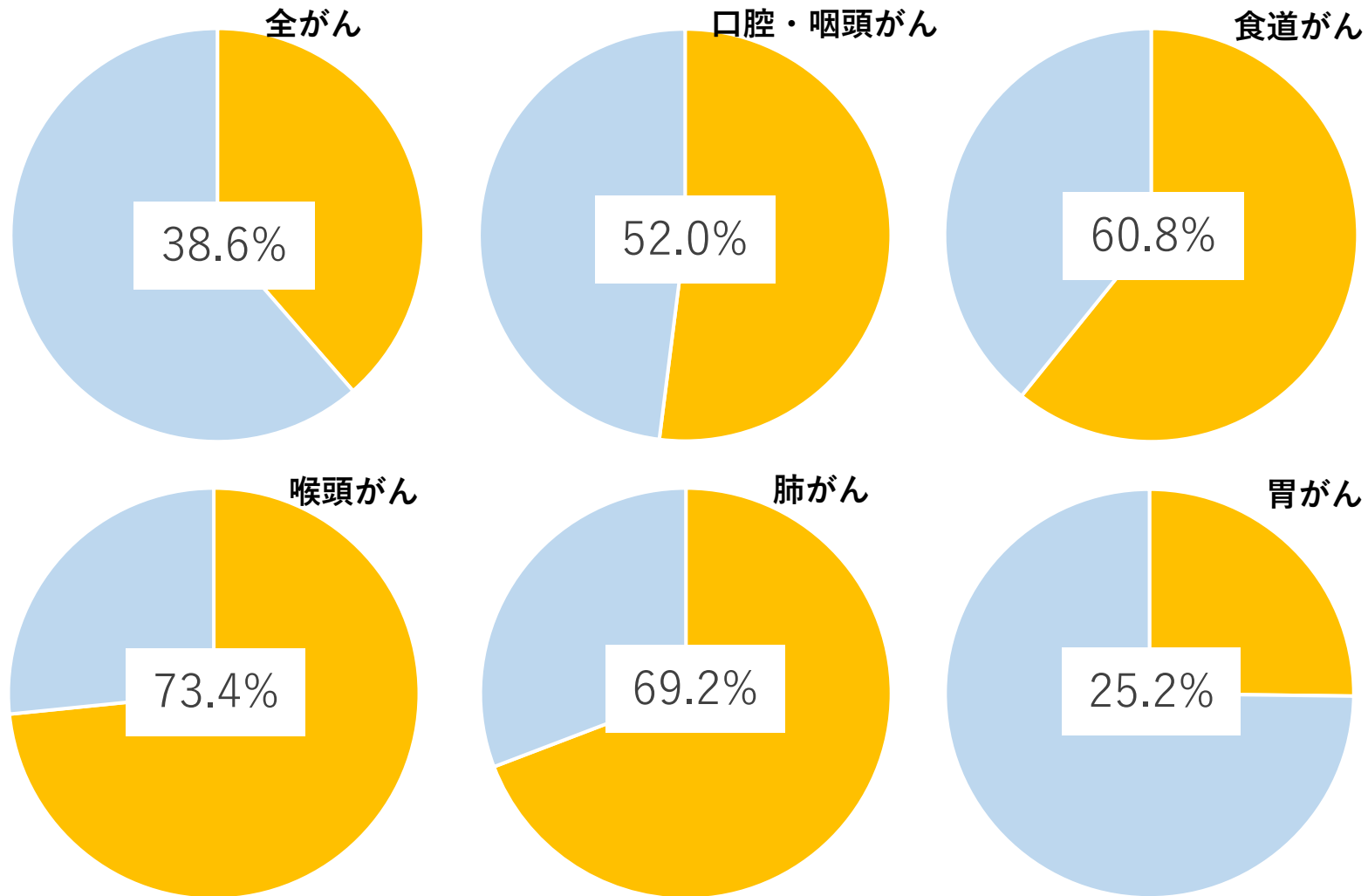
■ タバコの吸える喫茶店のPM_{2.5}は371 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ (平均値)



全席喫煙可能な喫茶店のPM_{2.5}濃度

大和 産業薬理学レビュー 2010;23(2):59-62(一部改定)

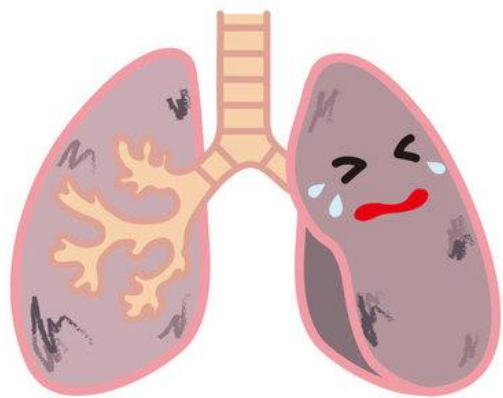
タバコが原因として占める割合



タバコに含まれる発がん物質の例（全70種類）

- アフラトキシンB1
- ジベンゾピレン
- ホルムアルデヒド
- アセトアルデヒド
- ヒ素
- クロム
- カドミウム
- 塩素化ダイオキシン
- ベンゼン
- エチルベンゼン
- *N*-ニトロソノルニコチン (NNN)
- 鉛
- ニッケル
- 水銀
- ウラン235・ウラン238
- ポロニウム210

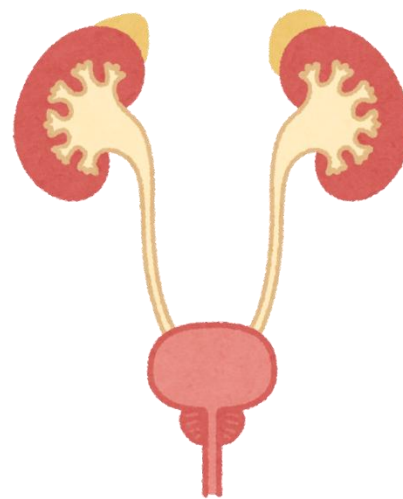
喫煙者本人への 健康影響



肺がん



胃がん



腎臓がん・
膀胱がん



乳がん

喫煙者本人への 健康影響



心筋梗塞・
狭心症



脳卒中



COPD



歯周病・
歯の喪失

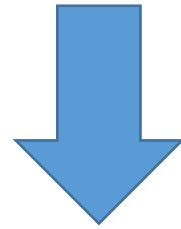
中間まとめ

- ① 事業所における喫煙対策は、健康増進法や労働安全衛生法の**遵守**の点からも必須です
- ② タバコはガン・心臓病・脳卒中をはじめとして様々な病気を引き起こし、年間約13万人が死亡しています。これらによる**休業**や**死亡**などが企業の生産性低下につながります
- ③ 受動喫煙は年間約1万5千人の**死亡**につながっており、他者危害の観点からあってはならないことです
- ④ 健康への戦略的な投資をおこなう**健康経営**の重要項目の一つとして、喫煙対策に取り組むことが求められています

喫煙対策推進における経営層の役割

経営トップの喫煙対策によせる

熱意



方針表明

経営資源投入

禁煙支援

受動喫煙防止対策

社内意識の高揚など

喫煙対策を組織的に進める

- ア **推進計画の策定**(安全衛生計画、衛生教育、目標設定と具体的措置、衛生委員会での十分な検討)
- イ **担当部署の指定**(相談対応、状況把握・分析・評価、改善指導、報告)
- ウ **従業員の健康管理**等(衛生委員会での調査審議、産業医の職場巡視)
- エ 標識の設置・維持管理
- オ **意識の高揚**および情報の収集・提供
- カ 労働者の募集時の受動喫煙防止対策の明示

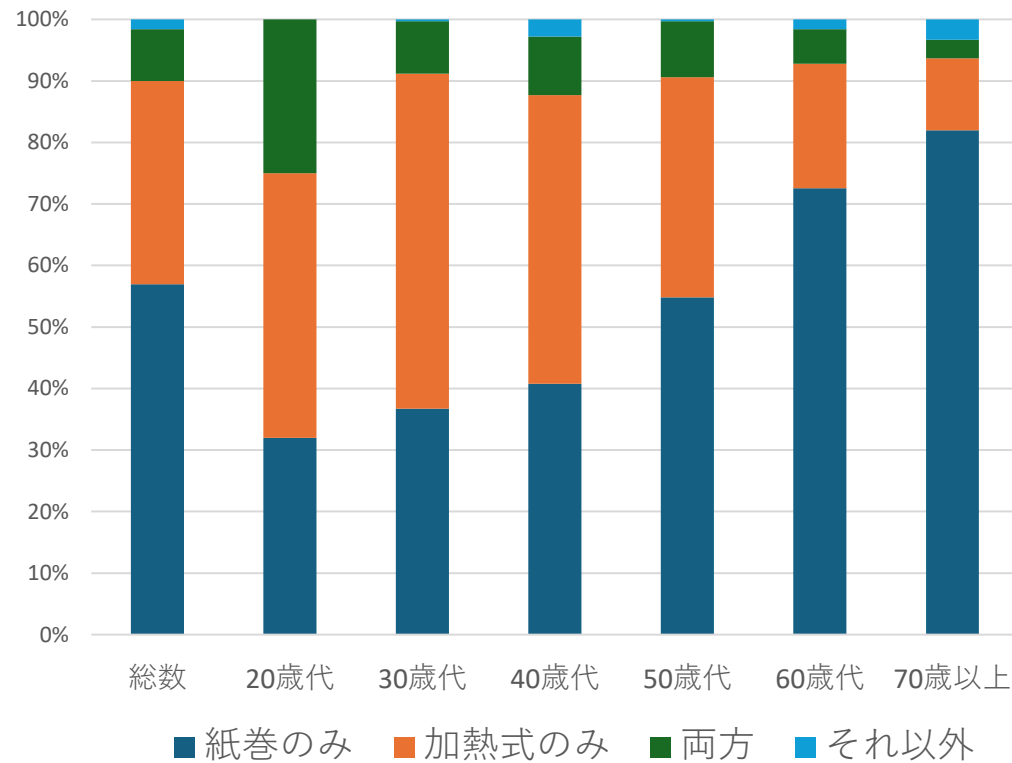
電子タバコ、加熱式タバコも
禁煙区域での使用は禁止



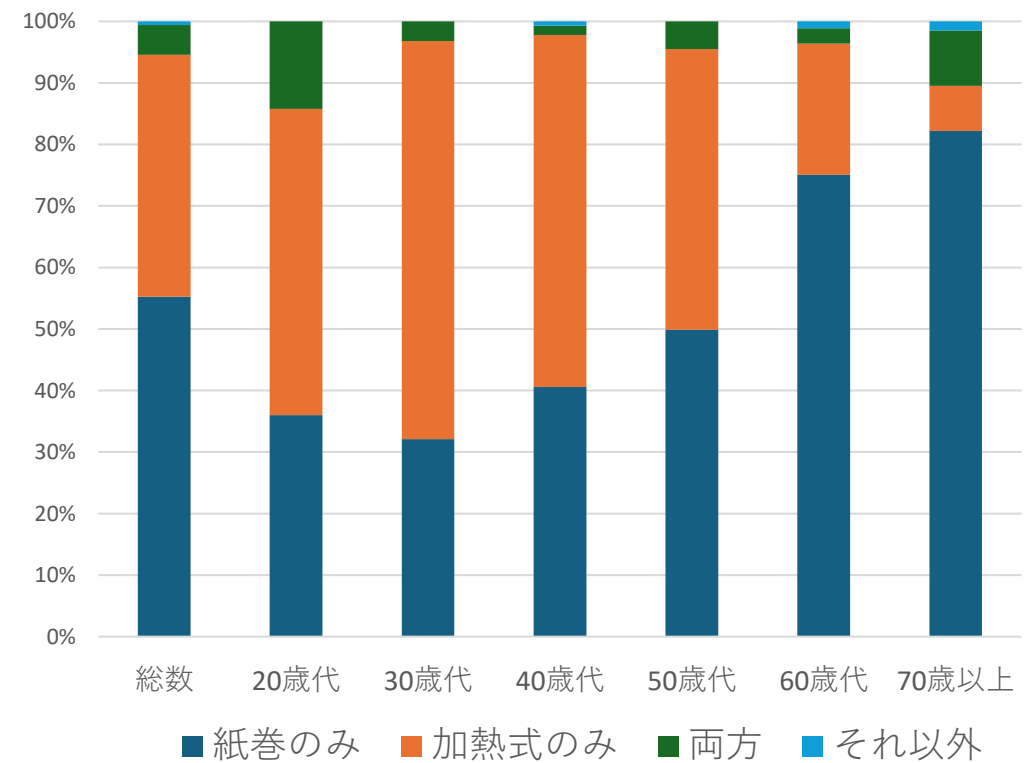
新型タバコ（加熱式タバコ）について

2024(令和6)年 国民健康・栄養調査

男性

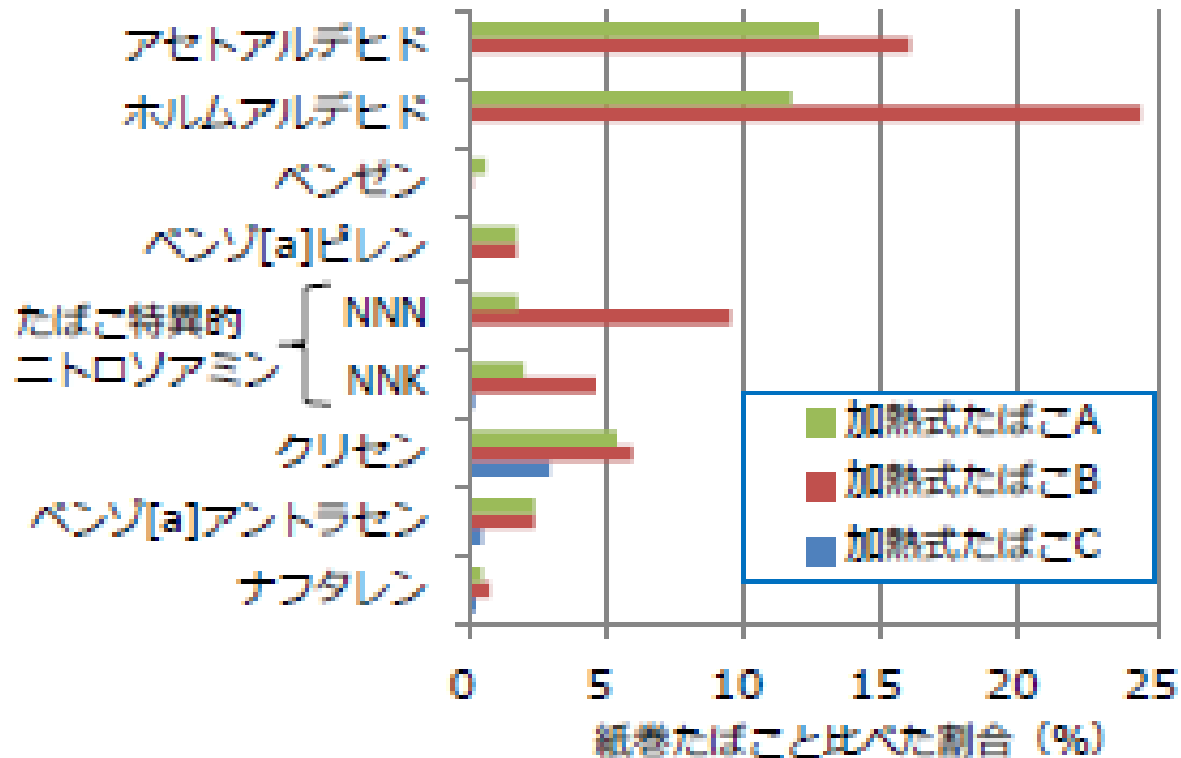


女性



新型タバコ（加熱式タバコ）について

加熱式タバコ主流煙中の発がん性物質の一例
(紙巻タバコ^{※3}の主流煙に含まれる各成分量を100%としたときの割合)



加熱式タバコ主流煙中には、紙巻タバコと同等レベルの**ニコチン**が含まれる。

喫煙中に吐き出した息（**呼出煙**）にはニコチンが含まれる。

室内で加熱式タバコを使用する家庭で、同居する**乳幼児の尿**からニコチン代謝物が排出されている。

スティックの誤飲も問題（アイコスでは内部に金属片あり）

多量の**プロピレングリコール**と**グリセロール**から加熱により**ホルムアルデヒド**が生成

喫煙室（JR北海道本社）

2階




5階



2019年10月1日
から全廃し、
敷地内禁煙とした

7階





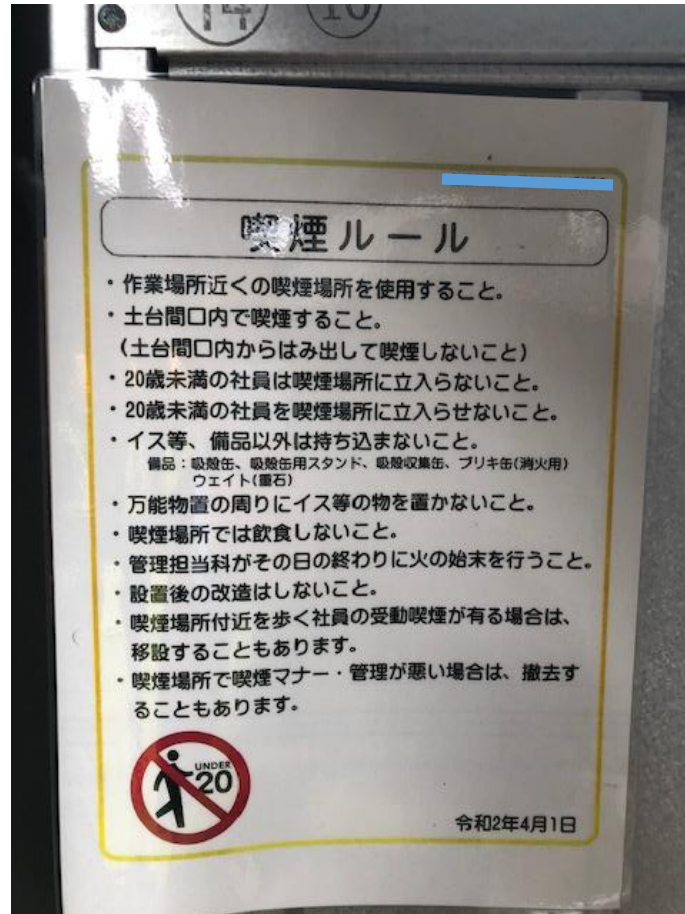
2020年4月1日以降、
原則としてすべての職場は
屋内を禁煙化した。
(社用車内を含む)

敷地内禁煙・建物内禁煙

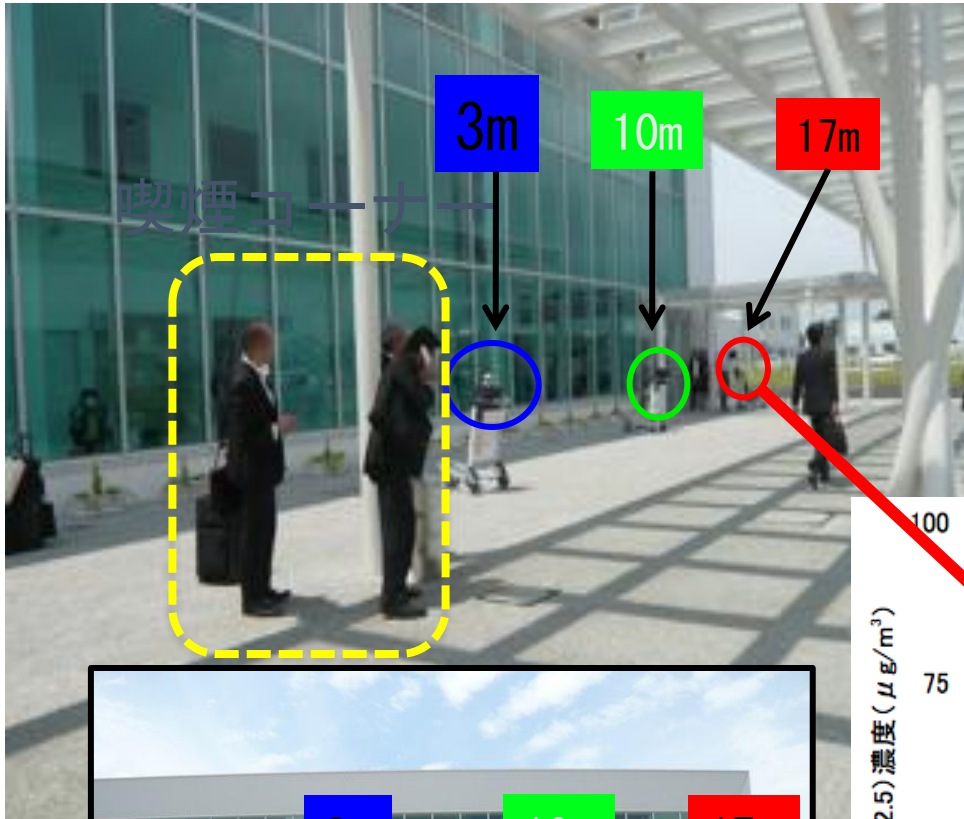
1. 社長の方針決定（本社は敷地内禁煙、各現場は原則屋内禁煙）
2. 箇所長に具体的対応を検討するよう指示
3. 安全衛生委員会で労使及び産業医から意見聴取
4. 検討結果の報告、とりまとめ
5. 期日を決めて実施

- 屋外での喫煙場所確保
- 新型コロナウイルス感染症の流行
- 喫煙本数の減少、禁煙意思の高揚

屋外喫煙所の例

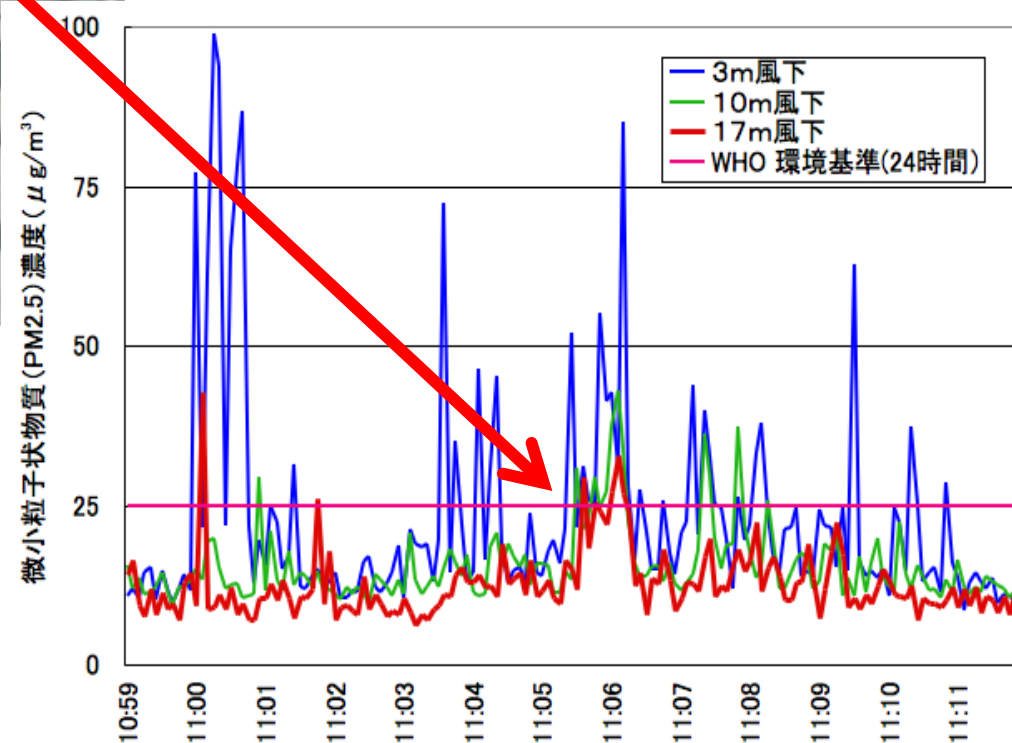
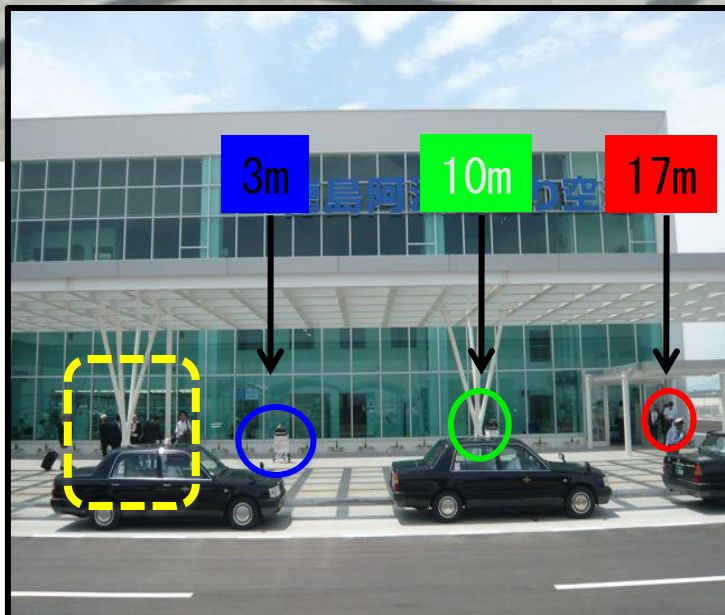


建物からどれぐらい離せば良い？



- ① 17m離れても
受動喫煙あり (不十分)
- ② 数十mは離さねば
- ③ ベストは敷地内禁煙

大和浩先生より





**あなたの禁煙 職場の禁煙
応援します！**



学べる！ もらえる！ 体験できる！ イベント



1 学べる！

今こそ知りたい！タバコの情報盛りだくさん！



2 もらえる！

クイズに答えてオリジナルグッズをゲット！



3 体験できる！

吸う人も吸わない人も レッツ・禁煙体験！

※喫煙者は30分以上タバコを吸わずに来るとより効果を感じられます



イベント限定 禁煙補助剤代金キャッシュバック！

実質負担無料で禁煙補助薬が1週間使えるキャンペーンをご紹介！
従来の禁煙サポートプログラムと併用すれば**実質5週間無料！**
詳しくはイベント会場でスタッフへお問い合わせください。



非喫煙者・喫煙者ともに対象とする

ポスターによる情報提供
(タバコの害・受動喫煙・禁煙の
メリット・効果的な禁煙方法)

医師・保健師による解説

タバコに関するクイズ

例：タバコ1本で寿命はどの
くらい短くなる？

ニコチンガム体験（喫煙者のみ）

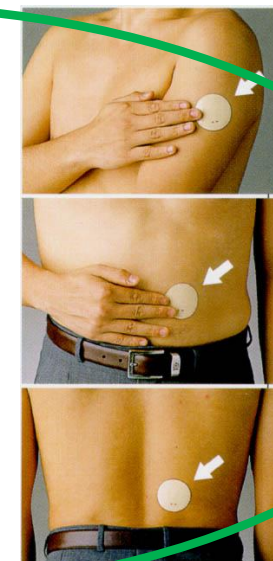
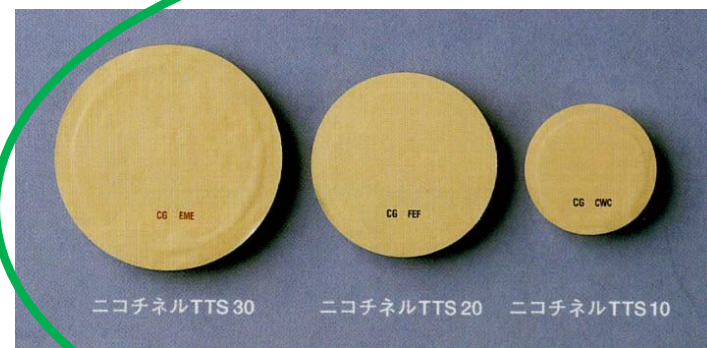
健康保険組合及び会社独自の禁煙
キャンペーン案内

禁煙補助薬

ニコチンガム・ニコチンパッチ・内服薬

薬局で購入

内服薬：バレニクリン
(チャンピックス)



貼り薬：ニコチネルTTS

結語

- ① 職場の喫煙対策推進には、経営トップの熱意と明確なメッセージ、それを支える組織力と工夫が必要です
- ② タバコは多くの人々の健康を奪い、死をもたらし、企業の生産性を低下させています
- ③ 環境対策の観点からも、タバコを吸わない社会を作ることが次世代への価値ある贈り物となります