

禁煙推進委員会だより

「みんなで無煙！ 周南市健康づくり計画『たばこ』対策」

周南市健康医療部健康増進課 磯崎 恵理子

「みんな笑顔で心も体もキラキラ人生」の実現をめざして

周南市では、「周南市健康づくり計画 ～のび はつらつ いきいき周南 21 ～」に基づき、「こころの元気と休養」「健康管理」「食生活・栄養」「歯」「たばこ」「身体活動・運動」の 6 項目に取り組んでおります。



「たばこ」対策

健康づくり推進の中で、今回は「たばこ」対策についてご紹介いたします。「たばこ」に関する重点目標として、①たばこの害を知ろう、②未成年者はたばこを吸わない、③禁煙したい人がやめるための支援を受けられるようにしよう、④受動喫煙防止を推進しよう、を掲げています。

この目標を達成するために、ショッピングモールでの禁煙キャンペーン、広報、出前講座等、様々な機会や手段を活用して、たばこの害について正しい知識の普及啓発を行っております。

また、母子健康手帳交付時における妊婦やご家族への禁煙支援や教育現場での喫煙防止教育を実施し、禁煙希望者に対しては、禁煙相談や医療機関の禁煙外来の情報提供を行うなど禁煙に向けたサポートを行っております。

これらの取り組みにより、喫煙している妊婦の割合は 5.8%（平成 22 年度）から 4.8%（平成 24 年度）と減少傾向にあり、喫煙防止・防煙教育の出前講座の実施回数は増加しています。

しかしながら、子どもの食と元気づくり事業「生活習慣調査」（平成 24 年度）によると、喫煙

経験のある未成年者は、調査対象の小学 5 年生が 0.2%、中学 2 年生が 0.6%あり、未成年者の喫煙をなくすことは達成できておりません。また、この年齢の子供の家族の喫煙率は 4 割を超えており、横ばい傾向にあります。

周南市国民健康保険特定健康診査受診者の喫煙率は 10.3%（平成 22 年度）から 10.2%（平成 24 年度）に、やや減少しておりますが目標の 9%には達していません。

禁煙チャレンジ

国が健康寿命の延伸をめざし、企業と連携して幅広く推進する「スマートライフプロジェクト」の一環として、周南市では、今年度から地域・企業・関係団体と連携して「しゅうなんスマートライフチャレンジ」をスタートしました。

いつでも、どこでも、だれでも気軽に取組める健康づくりチャレンジとして、禁煙、ウォーキング、減量など 5 つのチャレンジを提案し、メールやファクス、個別又は集団指導で支援しました。禁煙チャレンジには、20 歳代から 60 歳代の 39 人の男性がエントリーされ、3 か月間の禁煙にチャレンジされました。結果を提出された方のうち、4 人がみごと禁煙に成功されました。



「酒煙草 断って再起の 万歩計」

平成 24 年度に募集した「周南けんこう川柳」優秀賞の作品です。

健康づくりにチャレンジしておられる、応募者の明るい笑顔が目につくような、すばらしい川柳だと思います。

今後も、医療機関、大学、企業、地域、関係機関と連携して、たばこ対策に継続的に取り組んでいきたいと考えております。