

禁煙推進委員会だより 「小学校での喫煙防止授業」

(医) 楽寿堂松岡小児科/
山口県医師会禁煙推進委員会委員 松岡 尚

私は小児科医なので、成人に禁煙指導をすることはありませんし、喫煙関連疾患を診ることもありませんが、数年前に前禁煙推進委員の藤原敬且先生に、沖縄で開催された「子どもの禁煙研究会」でたまたまご一緒したのがご縁で推薦され、この委員会に加えていただきました(写真1)。

2003年に開業して以来、小学5年生を対象に喫煙防止の授業を行っています(写真2)。最初は1校だけでしたが次第に増えて、現在4つの小学校の校医をしています。そのうち3校で行っています。授業の最初に家庭内で喫煙者がいるかどうか聞いています。始めた頃は半数以上いましたが、最近は喫煙率も減少し1/3ぐらいになってきています。また開業前は昼間に駅のホームで制服姿のまま平気でタバコを吸っている高校生を時々見かけて驚いたものですが、喫煙防止教育の効果か、タバコの購入が難しいためか、最近は見かけなくなりました。

授業ではタバコの歴史、能動喫煙の害、受動喫煙の害、依存性の問題、喫煙による経済的な問題などクイズを交えながら話しています。長年やっているため、次第にスライド枚数が増えて詰め込

み過ぎかなと思いますが、真面目に話を聞いてくれています。授業後の感想文では、癌以外にも様々な病気を起こす喫煙の怖さ、寿命が縮まること、一生のタバコ代で自動車や家などが買えることなどに驚き、タバコは絶対に吸いたくないという感想が多く寄せられるようになりました。

令和2年に県内某市で20歳代の人を対象に禁煙推進委員会で行ったアンケートでは、喫煙開始年齢は14歳～25歳で、若い時期から喫煙を始めた人は現在も続けている人が多く、20歳を過ぎてから始めた人は早期に禁煙している人が多いようです。また喫煙防止教育を受けた人の方が受けていない人より喫煙率は低くなっています。

喫煙開始は10歳代が最も多く、若年者ほど依存性が高いので、一旦吸ってしまったタバコを止めるのは大変難しいことですが、最初から吸わないことは誰にでもできる簡単なことなので、20歳までタバコに手を出さないでいて欲しいと願い、小学生を対象に喫煙防止の授業を行っています。

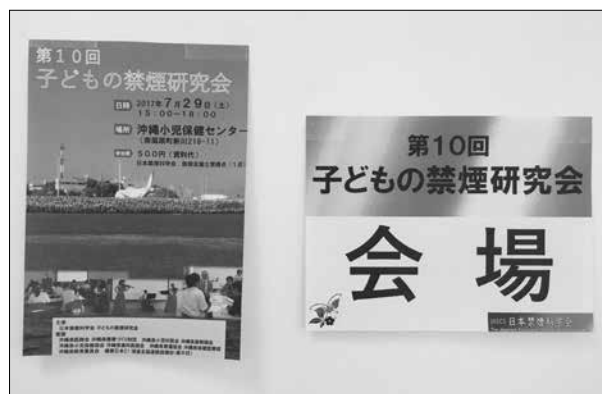


写真1



写真2