

## 平成 25 年第 2 回奈良県たばこ対策推進委員会 のご質問・ご要望について（主なもの）

1. 協会けんぽに加入されている事業所に対する研修会を平成 26 年度の事業としてあげられているが、受け入れ体制はどのようなものか。  
⇒企業から健康保険委員として選任されている方々を対象とした研修会を協会けんぽと共催で研修会を実施。（資料 1-1）
2. 平成 26 年度は、県民だよりの記事にたばこの内容を記載する予定はあるのか。  
⇒県民だより 5 月号にたばこに関する記事を掲載。（資料 1-2）
3. 奈良市保健所のたばこ対策に係る取組についても、ご報告いただける場をもうけていただきたい。  
⇒奈良市保健所より報告。他市町村の取組については（資料 1-3）を参照。
4. 受動喫煙防止条例について、すでに制定している兵庫県の状況について報告していただきたい。  
⇒兵庫県健康福祉部健康局受動喫煙対策室への聞きとり内容結果を参照。（資料 1-4）

「もはや私たち中小企業の負担は限界!」  
皆さまの切実な声を国や政府に届けます

資料1-1

# 全国健康保険協会 奈良県大会

平成26年

日時

8月8日(金)

13:30開会 (13時受付開始)

会場

なら100年会館 (中ホール)

奈良市三条宮前町7-1  
(JR奈良駅西口すぐ)

第1部 13:30～14:35

## 協会けんぽ 奈良県の声 (決起集会)

・来賓挨拶、基調報告、事業主・加入者の声、決議 等

第1部 主催：全国健康保険協会奈良支部

第2部 14:45～15:45

## 健康保険委員研修会

※健康保険委員以外の方もぜひご参加ください。

・特別講演

「めぞう! 健康寿命日本一 ～最新の禁煙事情～」

講師：奈良女子大学大学院教授

日本禁煙科学会理事長 高橋 裕子 氏

・健康保険事務に関するお知らせ

第2部 主催：全国健康保険協会奈良支部

共催：奈良県 健康づくり推進課

第1部では、協会けんぽの厳しい財政状況と事業主・加入者の皆さまの保険料負担が限界であることを、国や政府に訴えるための「協会けんぽ 奈良県の声 (決起集会)」を行います。

第2部では、職場における健康増進の一環として、喫煙とメタボリックシンドロームとの関係や最新の禁煙事情について、特別講演を行います。

参加費は無料です。皆さまお誘いあわせのうえ、ぜひご参加ください。(当日会場での申込受付可)

会場に専用の駐車場はございませんので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

お問合せ先



全国健康保険協会 奈良支部  
協会けんぽ

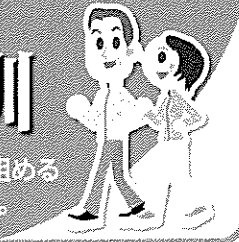
2

企画総務グループ

☎ 0742-30-3700 (代表)

# 奈良 Vol.48 養生訓

日常生活の中で、取り組める健康情報を発信します。

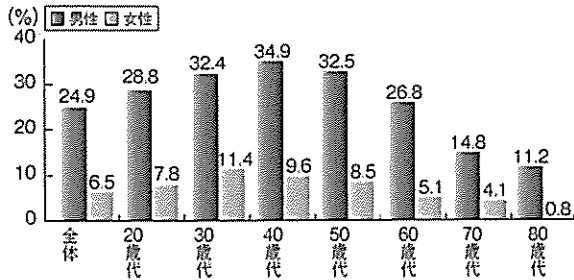


# あなたも禁煙に チャレンジ しませんか?



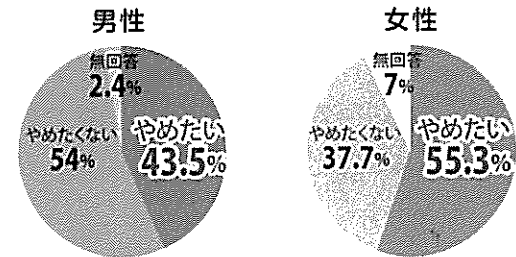
「禁煙はつらい」「家族にやめろと言われるけれど、なかなか禁煙にふみきれない」そんな方にオススメの最近の「禁煙事情」をご紹介します。

## たばこを吸っている人の割合



働き盛り世代に喫煙者が多い傾向にあります

## たばこをやめたいと思っている人の割合



(注)四捨五入しているため、割合を足しても100%にはなりません。

4~5割の人がやめたいと思っています

【出典】H25なら健康長寿基礎調査

## あなたにあった禁煙方法を見つけよう!

### まずは、医師や薬局に相談

- 禁煙治療も保険が適用できます。
- 医療機関では、カウンセリングとニコチン切れを軽減して禁煙しやすくする薬による治療をします。

#### 禁煙治療薬の例

- ニコチンパッチ  
1日1枚肩・腕・胸などに貼付し、標準で約8週間使用します。
- 飲み薬 (バレニクリン)  
1日1~2回、標準で約12週間内服します。内服開始から8日目に禁煙開始です。



たばこが吸いたくなければ、それでも、

- ・あたたかい飲みものを飲んだり、刺激のある食べ物を食べる
- ・歯磨きをする
- ・口さみしさを紛らわせるものを食べる (カロリーの少ない野菜や氷など)
- ・灰皿を捨てる、周りに禁煙宣言するなど、禁煙に取り組む環境を整える

特にたばこ相性の悪いあたたかいミルクやしょうががオススメです。



### 仲間と禁煙

- 禁煙仲間をつくりましょう。
- 県では、インターネットをとおり「禁煙マラソン」を無料で利用できるよう提供しています。

#### 「禁煙マラソン」って?

携帯電話やパソコンからメールをすることで、医師等の専門家や禁煙に成功した先輩からアドバイスがもらえる禁煙サポートプログラムです。



インターネット禁煙マラソンにはマタニティ(妊産婦)コースもあります!



妊産婦は禁煙治療薬が使えないため工夫して乗り切りましょう!



### 専門家のアドバイス

奈良女子大学大学院 教授  
日本禁煙科学会 理事長  
奈良県たばこ対策推進委員会委員

たかはし ゆうこ  
高橋 裕子 さん

禁煙はこっそり1人でするものだと思いませんか?

禁煙は関わってくれる人が多いほど成功率が高くなるのがわかっています。禁煙は、我慢することでも、辛抱することでもありません。人生を良い方向に変えるチャンスととらえて、いろいろな禁煙方法を試して、ポジティブな気持ちで禁煙を始めましょう!

## 平成26年度 奈良市におけるたばこ対策の事業計画

県健康づくり推進課

たばこ対策委員会

平成26年6月17日（火）

- ア ・普及啓発について（5月末～6月8日）
  - 奈良市役所、奈良市保健所・教育総合センターへ禁煙・受動喫煙防止に関するポスター・パネルの展示をおこなっています
  - 5月にホームページをアップ。禁煙・受動喫煙防止の相談窓口、インターネット禁煙マラソン、パネル展示の啓発、禁煙について掲示しています
  - 1歳7ヶ月児・3歳6ヶ月児健診を受診した保護者に対して、問診票で家族の禁煙状況を確認し、受動喫煙の危険性や誤飲事故防止・禁煙相談を行っています
  - まちかどトーク、健康ナビ出前講座として、要望のあった地域に出向き、がん予防の観点から喫煙の害を説明し、要望があれば個別の禁煙支援につなげています
- イ ・未成年の喫煙防止対策について（通年）
  - 昨年度に実施した、未成年者喫煙増資担当者アンケート結果をうけて教材の貸出しや授業方法の相談などの担当者支援を実施します
  - 昨年度開始した、県事業「未成年者禁煙相談窓口」について、市費負担にて実施します
- ウ ・公共の場・職場等における受動喫煙防止の取り組みについて（通年）
  - 市内理容所・美容室・飲食店などで終日禁煙の店舗・施設を「禁煙おもてなし施設」として登録いただきホームページ等で周知しています
- エ ・禁煙支援（禁煙教室・禁煙相談等）の取組み（通年）
  - 妊婦と配偶者に対して、個別に相談を行います
  - 妊産婦・家族に対して禁煙相談と受動喫煙防止の教育を行います
  - 妊娠届け時に把握した禁煙妊婦に対して、個別に相談を行います
  - 子どもの受動喫煙や誤飲防止について啓発を行っています
  - 妊産婦・新生児・乳児訪問において保護者から禁煙について相談があれば対応しています
- オ ・禁煙支援（禁煙教室・禁煙相談等）の取組み
  - 窓口来所や電話で禁煙相談を随時実施しています（通年）
  - 市民・特に特定保健指導対象者に対して健康NARA講座を開催しています（教室3回・通信支援2回で6ヶ月支援）教室参加者のうち、禁煙者に対しては個別で禁煙指導をあわせて実施しています
  - 地域に出向き、禁煙を希望する人、または喫煙者の周囲の人で禁煙を勧めたいと思っている人に禁煙教育を実施。教室は単回。禁煙希望者に対しては、継続して個別支援を実施しています（6ヶ月間）
  - 肺がん検診の問診時に、喫煙者に対して禁煙に関するチラシを配布し、喫煙者の害に対する説明、禁煙治療登録医療機関の案内、禁煙治療の内容について説明を行っています

平成26年度 市町村たばこ対策事業実施状況一覧  
 (平成26年健康づくり推進課調べ)

	普及啓発	未成年者の喫煙防止対策	妊産婦への禁煙対策	公共の場・職場等における受動喫煙防止の取組	禁煙支援(禁煙教室・禁煙相談等)の取組	その他
大和高田市	●		●		●	
大和郡山市	●					●
天理市	●		●			
橿原市	●		●	●	●	
桜井市	●		●		●	
五條市	●	●	●	●	●	
御所市			●	●	●	
生駒市	●	●	●		●	
香芝市	●		●	●		
葛城市	●	●	●	●		●
宇陀市	●				●	
山添村	●					
平群町	●			●		
三郷町			●	●		
斑鳩町	●	●	●	●	●	
安堵町	●				●	
川西町	●		●			
三宅町	●		●			
田原本町						
曾爾村						
御杖村	●		●		●	
高取町	●		●			
明日香村	●					
上牧町	●	●	●	●	●	
王寺町	●	●	●	●	●	
広陵町	●		●			
河合町	●		●			
吉野町	●					
大淀町	●					
下市町	●		●			
黒滝村	●					
天川村	●	●	●			
野迫川村						
十津川村			●			
下北山村	●	●			●	
上北山村	●					
川上村	●				●	
東吉野村	●		●	●		
合計	32	8	23	11	14	2

職域へ情報提供  
アンケートの実

喫煙対策推進部  
会の開催

## 兵庫県受動喫煙防止条例の制定について

兵庫県健康福祉部健康局受動喫煙対策室から聞き取り結果（平成 26 年 3 月 19 日）

### 【条例制定に至る過程】

○受動喫煙防止対策指針を策定。（平成 16 年 3 月）

○県民モニターアンケート（回答者：1,037 名）（平成 22 年 4 月）

条例を制定するにあたり、インターネット上での県民モニターアンケートを実施。条例化に賛成 79.8%という結果となったが、回答者の喫煙率が 10%と低く、回答者属性の偏りが指摘され、施設利用者アンケートを実施。

○受動喫煙防止対策検討委員会の設置（平成 22 年 6 月～平成 23 年 6 月）

学識者 3 名、公衆衛生関係団体代表 5 名、マスコミ 1 名、県民団体 2 名、事業所代表 3 名（飲食、旅館・ホテル、商工会議所）、市町代表 1 名を委員に選出。12ヶ月間に9回開催。

○施設利用者アンケート調査（平成 22 年 8～9 月）

（旅館 7 カ所、ホテル 3 カ所で 574 名、飲食店 22 カ所で 374 名）

県職員を総動員しての面接調査を実施。

回答者の属性は、飲食店での喫煙率 38%、宿泊施設での喫煙率 20%。

禁煙又は分煙を望む人の割合が飲食店 72.7%、旅館・ホテル（ロビー・食堂等の共用部分）93.7%という調査結果となり、条例制定の方針へ。

【条例制定】平成 24 年 3 月議会にて可決（全会派賛成）

### 【条例制定後の効果】

○各施設の目標達成状況

区分	目標	平成 17 年度	平成 20 年度	平成 24 年度	平成 25 年度
官公庁舎（市町）	敷地内または建物内禁煙 100%	39.5%	58.5%	100%	100%
教育機関（小中高校）	敷地内禁煙 100%	33.0%	79.9%	97.6%（市町立） 100%（県立）	100%（市町立） 100%（県立）
教育機関（大学、専門学校）		28.8%	36.1%		
医療機関	敷地内または建物内禁煙 100%	78.6%	79.4%		建物内 100% （精神科除く）

区分	目標	平成 17 年度	平成 20 年度	平成 24 年度	平成 25 年度
運動施設	敷地内または建物内禁煙 および完全分煙 100%	50.9%	84.8%		
文化施設		78.7%	83.6%		
交通機関			34.7%	タクシー90%以上	駅ホーム 100%
飲食店		13.1%	19.6%		100㎡超については85%
宿泊施設		7.1%	17.1%		100㎡超については96%
事業所		48.8%	49.0%		

### 【条例制定後の事業】

#### ○喫煙室設置等に関する助成制度

対象	宿泊施設又は飲食店を営む中小企業者 ・フロントロビーの面積が100㎡超の宿泊施設 ・客室（個室を除く）の面積が100㎡超の飲食店
対象工事	既存施設において行う、次のいずれかに該当する工事 （※同一事業者による申請は棟（建物）ごとに1回限りとする。） ・喫煙室の設置 ・壁などにより客席を禁煙席と喫煙席に分ける改修工事
補助率等	【補助率】1/2 【補助対象工事費の上限】5,000千円 【補助限度額】2,500千円

実績（H24年度）：62件、94,895千円

実績（H25年度）：45件、66,754千円（12月末時点）ほか96件の相談中

○表示ステッカー（禁煙、分煙、時間分煙、喫煙）の作成・配布 約20万枚

○ポスター（1万枚）、チラシ（40万枚）、のぼり（2500枚）等による県民及び施設管理者等への周知 など