

タイ 2004年～ 表面の50%



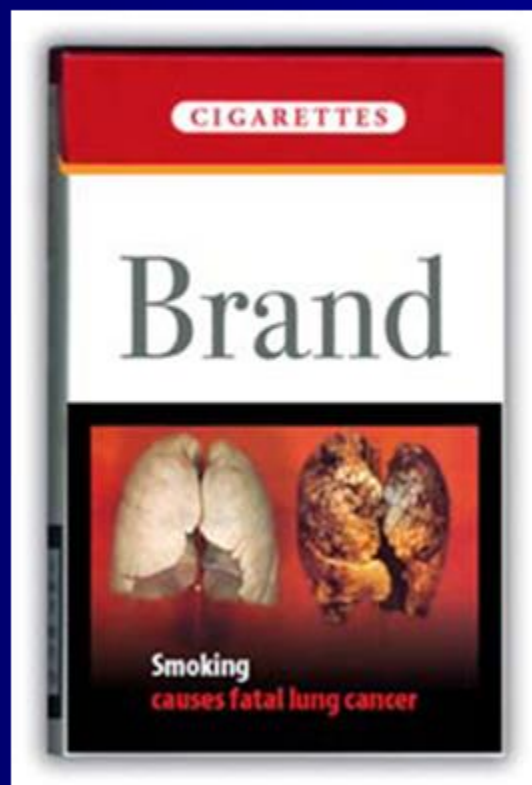
タイで売られているマイルドセブン

禁煙医師連盟HP

「タバコを吸えば肺がんの原因となる。」

画像による健康警告表示では、タバコを止めたい人々の動機付けが強まる。
まだタバコに依存していない人々にタバコが魅力的に映らなくなる。

ヨーロッパではEU主導で 2004年～



喫煙者は早死にする



喫煙は致命的な肺がんの原因となる



喫煙は動脈を詰まらせ、 心臓発作や脳卒中の原因となる



喫煙は依存性が強い 始めないに限る



Smoking is **highly addictive,**
don't start

喫煙は長い苦痛を伴う死の 原因となりやすい



喫煙は肌の老化の原因となる



タバコの煙はベンゼン、ニトロサミン、ホルムアルデヒド、青酸ガスを含む



妊娠中の喫煙は、
赤ちゃんに害を与える



子どもを守りなさい :
あなたのタバコの煙を吸わせてはいけない



改正健康増進法（受動喫煙法）施行

2020年4月より、罰則付きで禁煙
場所での喫煙禁止

望まない受動喫煙をなくすことが目的

多くの人を使う施設で喫煙を規制

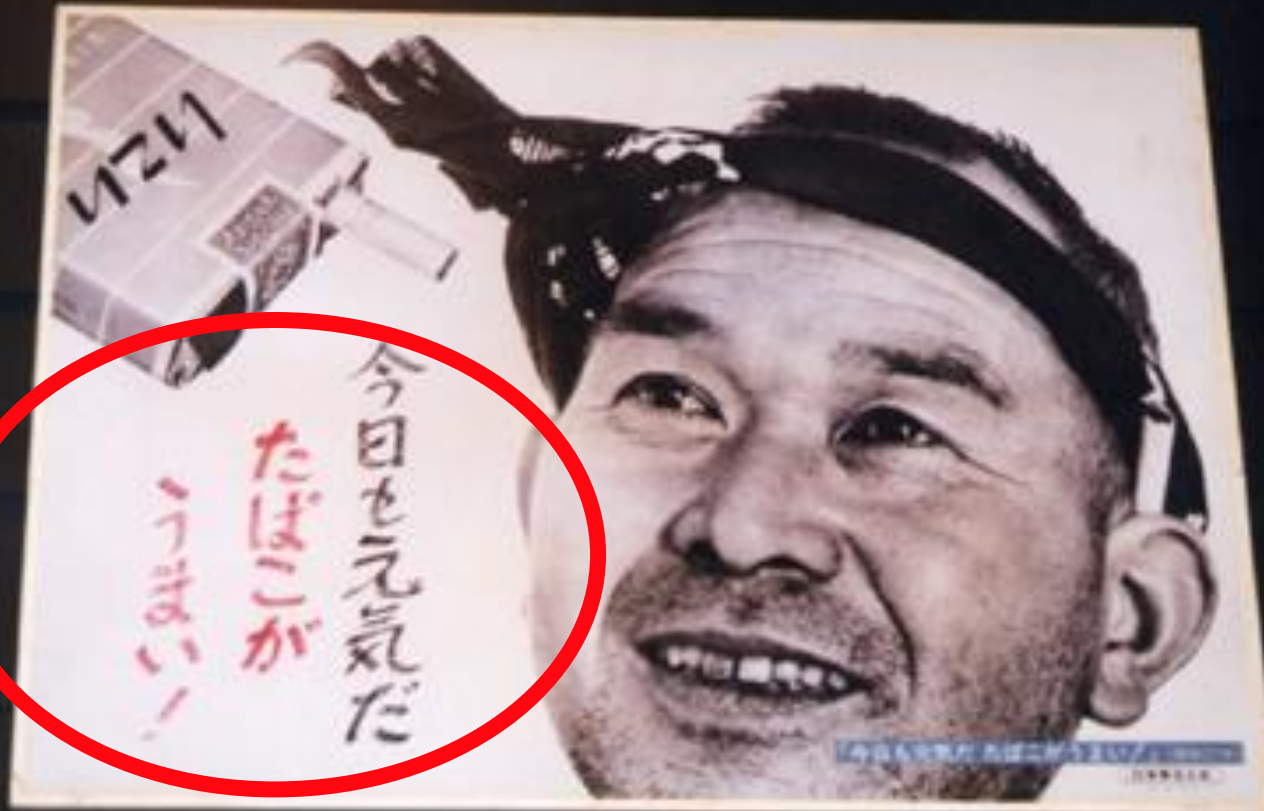
学校や病院、行政機関は
敷地全体を禁煙

アメリカのタバコ警告表示 (2012年より)



~~今日も元気だ、タバコがうまい！~~

今日も元気だ、タバコ買うまい！



たばこ塩
博物館

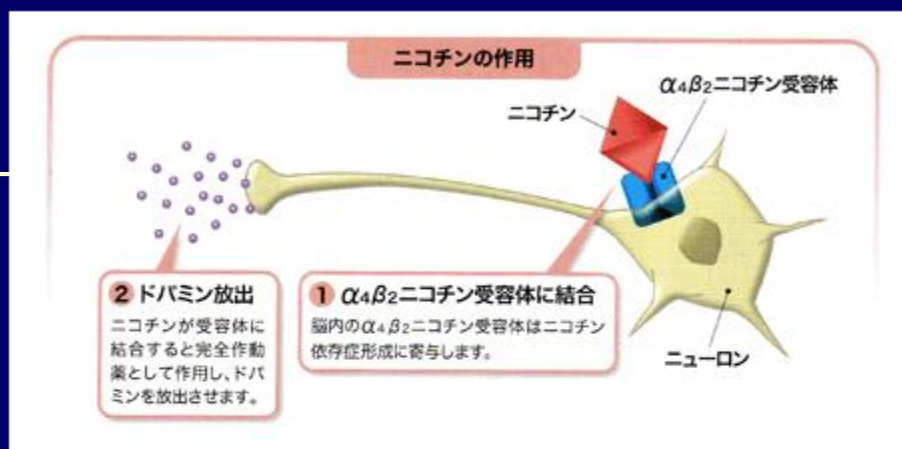
禁煙医師連盟HP

時代は、「タバコを吸って当たり前前の社会」から
「タバコを吸わないことが当たり前前の社会」へ

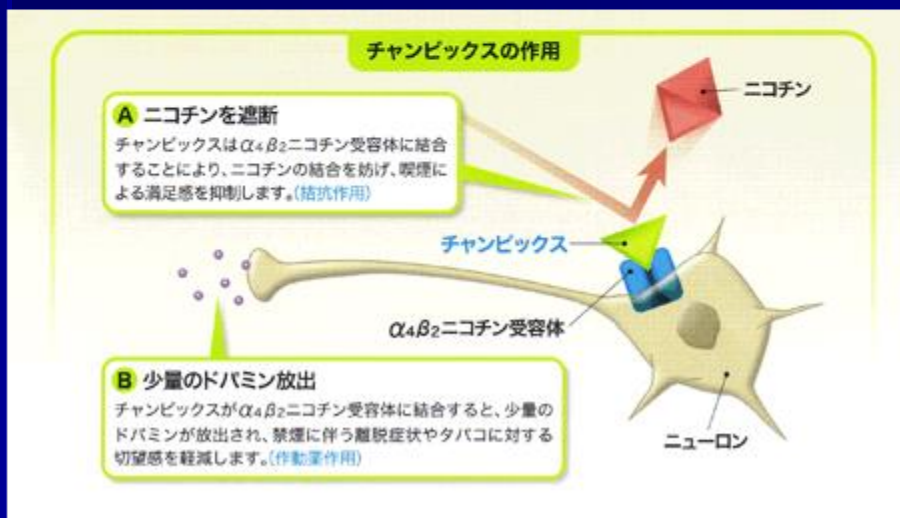
禁煙補助薬（ニコチンパッチ）



禁煙補助薬(経口剤)



タバコをおいしいと感じにくくする



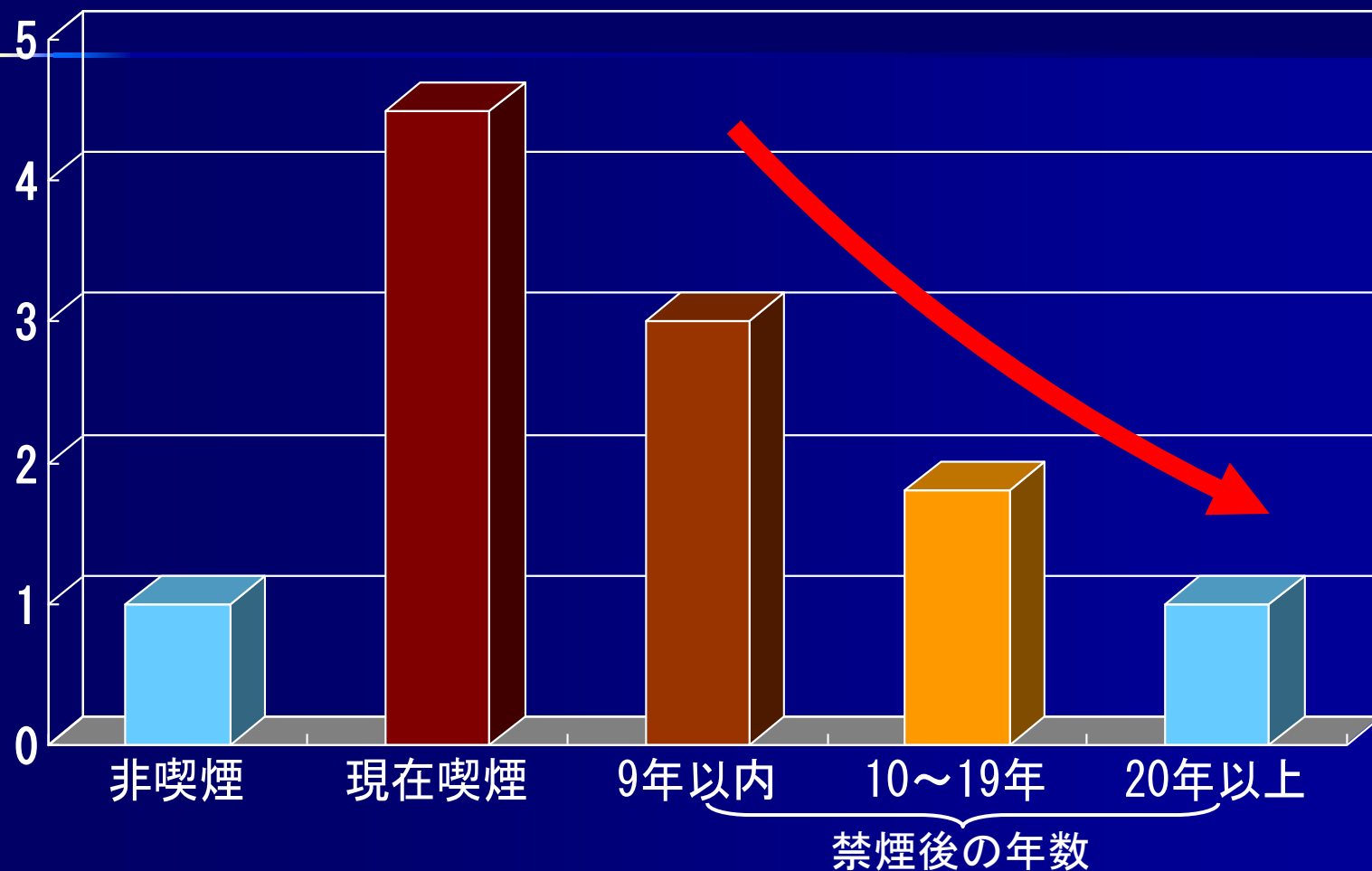
1週目

2週目~12週

内服していれば、吸いたいと思わない

タバコをやめると肺がんになりにくくなる

(倍)



Sobue T, et al; JPHC Study Group. Int J Cancer. 99:245, 2002.
<http://epi.ncc.go.jp/jphc/outcome/05/hai.html>

たばこ代いくらかかるのか 計算してみましよう！

- 1カ月で $600\text{円} \times 30\text{日} = 18,000\text{円}$
- 1年で $600\text{円} \times 365\text{日} = 219,000\text{円}$
- 10年で $600\text{円} \times 365 \times 10 = 2,190,000\text{円}$
- 50年で $540\text{円} \times 365 \times 50 = 10,950,000\text{円}$

1,000万円のお金に火を
つけて燃やせますか？

ともだちからさそわれたときにどうする？

あいてにわるいきもちをさせずに、ことわるには？
つぎのドラえもんのキャラクターだったら、どんな
ふうにとことわるか、みんなでかんがえてみよう！

- のび太くん：ぼく、ちょっといそぐしー。
- ジャイアン：うっせー。だまれ！
- スネ夫くん：あの～あの～ママー！



しずかちゃんのことわり方

1. 「ごめんなさい, わるいけど」・・・**思いやり**
2. 「タバコは体に悪いから」・・・**理由**
3. 「わたしはずっと吸わない」
・・・**きっぱりことわる**
4. 「きみも心配だからやめよう！」
・・・**友情を確認**

きっぱりいおう！なぜすいたくないのか
(なんでもいいよ！！きみのことばで！！)

