

今治市民の皆様のためのすてき健康講座

匂わないタバコの落とし穴

前回タバコについて教えてもらった加藤文陽先生に、更に詳しく加熱式・電子タバコについて聞いてきました。

マイタウン…前回のお話

煙は出ませんが、PM2.5を含むエアロゾルが周囲に拡散します。これは吸っている本人だけでなく、近くにいる人も吸い込んでしまう、いわゆる紙巻きよりは影響が少な

いんじゃないかとも思うんですが……。マイタウン…においがしない分、気づかないです

受動喫煙は本当に減ったのか？

加藤…そう感じる方はとても多いですね。実際、煙っぱい感じが全然ありません。P.M2.5は無臭なので、本人も周囲も「何も起きていない」と感じてしまう。でも実際には肺の奥まで微粒子が入り込み、炎症を起こす可能性があります。

マイタウン…子どもや家族への影響も心配ですね。加藤…まさにそこが重要です。最近の研究では、加熱式タバコの受動喫煙によって、咳や喘息様症状が増えることや、血管機能に影響が出る可能性

マイタウン…というところ。加藤…加熱式や電子タバコでは、紙巻きのよう

コでは、紙巻きのよう



加藤 文陽 先生

日本内科学会 総合内科専門医
脳神経内科学会 専門医指導医

逆にもっと気をつけないとありそうなんです。マイタウン…匂わない分、場所や医療機関では、より厳しく守る必要があります。これは医学的にもはつきりしています。

加藤…本当にそう思います。タバコは合法で、税金も多く払われていますから、一律に排除するのはなく、ルールを明確にすることが大切です。

マイタウン…吸う人の自由と、匂わない人の健康そのバランスは難しいですね。加藤…本当にそう思います。タバコは合法で、税金も多く払われていますから、一律に排除するのはなく、ルールを明確にすることが大切です。

加藤…そうですね。法律ができた当初は、受動喫煙の影響が十分に分かっていなかったため、経過措置として扱いが緩やかでした。でも研究が積み重なり、「やはり電子タバコも紙巻と同じように考えるべきではないか」という方向に変わってきています。

マイタウン…以前は「加熱式は大丈夫」という扱いでしたよね？加藤…そうですね。法律ができた当初は、受動喫煙の影響が十分に分かっていなかったため、経過措置として扱いが緩やかでした。でも研究が積み重なり、「やはり電子タバコも紙巻と同じように考えるべきではないか」という方向に変わってきています。

加藤…その通り、私もほとんど気づきません。ですから加熱式タバコは「気を遣っているつもり」でも、実際にはかえって周囲が無意識に曝露されていることがあります。だからこそ「怖い」「匂わない」「配慮できている」とは限らない、という認識が大切です。

第90話

かとう内科
加藤 文陽 先生



で、だいぶ見方が変わりました。加藤…正しい情報を知ること、初めて冷静な判断ができます。今回は、喫煙が私たちの体にどんな、時間的な影響を与えているのか、そしてやめることで何がどこまで取り戻せるのかをお話したいと思います。

パーキンソン病対応型
ショートデイケアを始めました。

詳細はホームページをご覧ください
QRコードはこちら▶



お問い合わせは
(医)かとう内科
☎(0898)23-2310



禁煙外来については
こちら▼
インフルエンザ
オンライン問診用
QRコードはこちら▼



不動産の
相続専門事務所
無料相談受付中

不動産の相続相談は私たちに任せください



頼れる街の法律家
重松宗孝行政書士事務所
【愛媛県行政書士会 今治支部 会員番号第461号】
今治市常盤町四丁目7番地6
☎090-1176-5831

令和8年
1/11(日)・18(日)・25(日)
歯科医日曜救急当直表

※当直医が変更されている場合がありますので、来院の前に一度
今治市歯科医師会館まで確認のため、電話してください。

☎0898-23-6961
(留守番電話が音声で案内します)

1/11(日)	大岡歯科医院 今治市別宮町6-1-4	☎(0898)22-2727
1/18(日)	鳥生歯科医院 今治市北高下町3-3-29	☎(0898)23-4030
1/25(日)	赤瀬歯科医院 今治市古国分2-1-13	☎(0898)48-3748

もう一度、歯科衛生士として働きませんか？

歯科衛生士復職支援

子育てや介護など、様々な事情で歯科衛生士の職を離れた“あなた”！ブランクがあっても大丈夫！もう一度、歯医者さんで働きませんか。

詳細は気軽に
お問い合わせ
ください



今治市歯科医師会 ☎0898-23-6961
今治市南鳥生町2丁目3-6 受付は月・木の午前9時～午後4時

新年度開講！
受講者募集！
介護福祉士実務者研修

♪ふりがなつきの
教材で
わかりやすい！

第1回 4/1(水)開講
第2回 6/1(日)開講
会場 今治地域地場産業振興センター
受講料 (初任者研修・2級修了者)
80,000円(税込)
(資格をお持ちでない方)
88,000円(税込) テキスト込



教育訓練指定講座 ※要件を満たす場合は最大80%の給付があります。

ビーイング 松山市山越 6-6-22-206
http://e-be-ing.net ☎(089)925-8815



今治市
IMABARI CITY

あなたのアイデアが
今治を変える！！

イマバリ
未来デザイン
アワード
Future Design
Award in Imabari

優秀な提案は事業化・予算化！
市役所が本気で取り組みます



グランプリには
5万円相当の
商品券

2026年
2月6日(金)
令和7年度
提案締切

これまで市役所・学校・企業・地域団体
とともに膨らませてきた
若い皆さんのアイデアや活動を、
一堂に集めて顕彰・共有する
「イマバリ未来デザインアワード」が始まります。
今治をより良くしようという提案なら 何でも OK！
アワードで選ばれたアイデアを、
今治市役所が皆さんと一緒に実現します。

スケジュール	
提案募集・個別相談受付	
2月6日 提案締切・一次審査	
2月下旬 審査結果通知	
1週間前 アワード用プレゼン資料提出	
3月下旬 アワード当日市長の前でプレゼン！ ※オンライン・録画参加可	

対象

1986
U-39

39歳以下の方。
グループの場合は、構成員
の過半数と代表者が39歳
以下であること。

区分

- ① ノミネット枠
学校の授業や地域活動などで考案された
アイデアを実施主体が推薦！
- ② フロンティア枠
ノミネット枠の対象にならない、
独自に考案したアイデアを自分で推薦！

詳細はこちらから▶
ご応募
お待ちしております！

