

神戸中部支部は、12拠点の活動と出前隊活動を行っておりますが、今年度は新型コロナウイルスの影響により、活動することができませんでした。コロナ禍で唯一活動した拠点を紹介します。

神戸大学医学部附属病院では、「まちの保健室」の拠点事業として、小・中学生を対象に防煙教室を開催し、タバコの害の知識の普及を行ってきました。今年度は新型コロナウイルス感染拡大の影響で、学校を訪問することができませんでした。そこで、希望のあった西代中学校の1年生140名に、防煙教室の内容を録画し視聴してもらう方法で防煙教室を開催しました。「タバコを知ろう」というテーマで、「タバコが吸いたくなるわけ」「タバコの影響」などの内容で実施しました。防煙教室受講の前後で、受講生に喫煙に対する意識調査を行いました。受講前は77.1%が「将来タバコは吸わないつもり」と回答していましたが、受講後には90.7%が「将来タバコは吸わないつもり」と回答しました。また、受講後の感想では、「改めてタバコの怖さを知った」「驚いたことがたくさんで、とても印象に残りました。父親に今日習ったことを伝えて、タバコをやめてほしいと思います」「今回の講義でタバコが危険なことがわかった。将来タバコは吸わないと思った」などの意見がありました。

録画の視聴という方法でしたが、受講後の学生の反応や感想は例年と同様で、防煙教室の成果はあったと考えます。今年度の活動を基に、コロナ禍の中で私たちにできる活動をさらに検討していきたいと思っております。

神戸大学病院 まちの保健室

## タバコを知ろう

本日のメニュー


- タバコってどんなもの？
- なんでタバコは売られているの？
- タバコはあなたやあなたの大切な人に必要だろうか？

2


### なぜ、人はタバコを吸うのでしょうか？

- ストレスがなくなる！
- リラックスできる！
- やる気が湧きおこる！

…それって本当？  
もちろん何かが起きたのです  
それは、どこに……



### ニコチンは脳の神経伝達物質 (幸せホルモン)の影武者？



脳の神経細胞

神経伝達物質(幸せホルモン)

ドーパミン

セロトニン

ニコチン

アルコール

### ご存知ですか、タバコの成分

タバコ煙の成分	身のまわりの例
✓ アンモニア	悪臭源、し尿
✓ ホルムアルデヒド	シックハウスの原因、塗料
✓ トルエン	シンナーの主成分
✓ フェノール	消毒殺虫剤の主成分
✓ ベンゼン	ガソリンの成分
✓ シアン化水素	殺菌剤
✓ カドミウム	電池、イタイタイ病
✓ 一酸化炭素	車の排気ガス
✓ ダイオキシン	ごみ焼却煙

- ✓ 4000種類以上の化学物質
- ✓ 60種類の発がん物質

