



どうしたら喫煙者が減る？



【はじめに】

近年、未成年者を取り巻く喫煙の問題は紙巻たばこをはじめ、電子タバコや加熱式たばこの普及によって複雑化している。

世界保健機関の調査では、15歳前後の若者の間で電子たばこをはじめとしたたばこの使用率が高まっているという報告があり、若年層のニコチン接触機会が以前にも増して広がっていることが示されている。

若者の喫煙問題を改善するため、どのような対策が国では行われているか、どのようなルールがあれば喫煙者が減るかをグループで考えさせ、発表させた。

【実施方法】

対象生徒	1学年3組(40名)
テーマ設定	あなたが議員になった場合、たばこを吸わない国にするためにどのような法律や条例をつくるか。まずは自分で考えて、その意見をもとに、グループで考える。
発表方法	プリントを使用し、1班3～5分で発表した。
授業計画	【準備】：2時間 【発表】：1時間

【振り返り】

テーマが喫煙ということで、生徒の身近なものなので、興味を持って取り組んでいた。考えさせる前に授業でたばこの有害物質や身体への影響、日本や各国の取り組みを学んでいたのも、それらを自分たちの考えと絡めて案を出していた。実際にはなかなか実現が難しい案もあるが、生徒ならではの考えや視点を知ることができて、とても面白い発表になった。1つの単元にあまり時間をとることができなかつたので、具体的な案を考えさせる時間をもっと取ることができれば、さらに考えを深めることができたと思う。黒板に案を書く人、発表する人、メモを取る人と自分たちで役割分担もしっかりと決めてテキパキと発表することができていた。

以下は、授業資料(資料①)と実際に生徒が作成した案(資料②)を掲載する。

09. 喫煙と健康

学習の目標: 喫煙者やその周囲の人に起こる害について知ろう!

喫煙対策について、個人と社会に分けてそれぞれ知ろう!



1. 喫煙の影響

有害物質	作用	健康への悪影響
(①☆)	○末梢神経を収縮させ、血圧を上昇させる。 ○それなしではいられなくする(②☆)	●動脈硬化 ●喫煙の習慣化
(③)	○健康な細胞を(④)細胞に変化させ(発がん作用)、増殖させる(がん促進作用)。	●各種のがん
(⑤)	○ヘモグロビンと強く結合し、血液が運ぶ酸素の量を減少させる。 ○血管壁を傷つける。	●細胞が酸素不足の状態になり、心臓に負担 ●動脈硬化
(⑥)	○組織呼吸を妨げたり、気道の線毛を破壊したりする。	●COPD

●喫煙は心身の健康にさまざまな悪影響を及ぼす。

- ・(⑦)しやすくなったり、(⑧)を早める。
→(⑨)影響
- ・さらに喫煙を続けると、(⑩)や(⑪)などの生活習慣病にかかりやすくなる。
→(⑫)影響



●大きく広がる喫煙の害

- ・夫が喫煙者である場合、非喫煙者の妻の肺がん死亡率は高くなる。
- ・妊婦の喫煙によって、(⑬)や(⑭)などの可能性が高まる。
このほかにも、(⑮)が生まれる可能性も高まる。

- (⑯☆) …… 自分の意思とは関係なくたばこの煙を吸わされること
- (⑰) …… 自分の意思でたばこを吸う通常の喫煙
- (⑱) …… 喫煙者が吸う煙
- (⑲) …… 喫煙者が吐き出す煙
- (⑳) …… たばこの点火部から立ち上る煙



2. 喫煙への対策

[1] 喫煙の開始・継続要因

好奇心や低い自尊心などの(20))。
家族、友人などの影響やすすめ、周囲の人々の行動、マスメディアによる宣伝・広告、
ドラマの喫煙場面の放映などの(21))。
ニコチンには(22))がある。
(22)・・・(23))。



[2] 個人への喫煙対策

ニコチン依存によってたばこをやめられない状態を病気とみなし、(24))で
治療を受けられるようにするなど、禁煙を支援し、喫煙者と喫煙の被害を減らそうとしている。

[3] 社会環境への喫煙対策

- (25)☆)・・・公共の場での喫煙や分煙が義務づけられている。
- (26))・・・若い人の喫煙による健康被害を防ぐ。
- (27)☆)・・・たばこのパッケージへの警告表示の強化や広告の規制、
自動販売機で未成年がたばこを買えない仕組みをつくる。

◎自分の意志で喫煙を始めるものの、習慣化すると自分の意志ではやめることが非常に難しくなる。

あなたが議員になった場合、たばこを吸わない国にするためにどのような法律や条例をつくりませんか？
その理由はなんですか？

まずは自分で考えて、その意見をもとに、グループで考えてみよう!!

自分・・・

グループ・・・

他の班の発表でよかったと思った案
疑問に思った案

☆今日のキーワード☆

- ・たばこを買える個数を制限する → 1日1箱まで
- ・たばこを吸える年齢をあげる → 25歳
- ・たばこの値段をあげる → 1箱3000円 税金70%
- ・1箱に入っている本数を少なくし、1本ごとのばら売りも可能にしたい → 1箱10本、1本50円
- ・たばこの危険性を広める活動をSNSでおこなう → インスタグラムやティックトックを使用する
- ・喫煙所以外での喫煙は罰金 → 5万円（監視カメラをさまざまなところに設置し、喫煙監視という仕事をつくる）
- ・喫煙をするたび給料が減る