

# 5月31日は 世界禁煙デーです



世界禁煙デーは「タバコのない環境」を目指して、WHO（世界保健機関）が定めた日です。日本では世界禁煙デーから1週間を禁煙週間とし、各地で禁煙に関する啓発活動が行われています。

## 【喫煙者への影響】

タバコはさまざまながんの発症率を高めます。中でも肺がんの発症率は、非喫煙者に対して4.7倍と、高い数値が報告されています。

その他、脳卒中、虚血性心疾患、糖尿病、歯周病、うつ病、COPD（慢性閉塞性肺疾患）などのリスクも高めます。風邪でもないのに咳や痰がつづく、呼吸するときにゼイゼイする、階段を上ると息切れする・・・これらはCOPDの症状かもしれません。

## 【非喫煙者への影響】

火のついたタバコの中から立ち上る「副流煙」は半径7mまで到達するという実験結果もあり、喫煙者と同じ健康被害を及ぼします。特に子どもや妊婦への影響は大きく、子どもはぜんそくになりやすく、肥満や糖尿病などのリスクを高めます。また、妊婦は胎児にまで影響を及ぼします。望まない受動喫煙の防止を図るため建物内はもちろん、子どもから大人まで利用する公園等の屋外でも受動喫煙防止の対策が求められます。

## ○まだ遅くない、禁煙のメリット

- 【20分後】血圧や脈拍が下がる。手足の温度が上がる。
- 【24時間後】心臓発作の可能性が減る。
- 【2日後】味覚や嗅覚がよくなる。食事がおいしく感じる。
- 【1〜9カ月後】

咳や息切れが改善する。スタミナが戻る。感染を起こしにくくなる。

【1年後】肺機能の改善がみられる。（軽、中等度のCOPDのある人）

【10〜15年後】さまざまな病気にかかるリスクが非喫煙者のレベルまで下がる。

## ◎問い合わせ

本庁 健康づくり課 健康推進係  
☎40-72803 FAX40-73800  
✉kenko@city.saga.lg.jp

## 市立小学校・中学校の 敷地内は禁煙です

受動喫煙から子どもたちの健康を守るため、学校や通学路、子どもたちがいる場所での喫煙をひかえるなど、一人ひとりの心配りを願います。

## ◎問い合わせ

佐賀市教育委員会 教育総務課  
教育政策係（大財別館3階）  
☎40-73552 FAX40-73994  
✉kyokusomu@city.saga.lg.jp

## あなたの人権 わたしの人権

### 「刑を終えて出所した人の人権」

#### 「クレプトマニア（病的窃盗）」という依存症

私は、先日初めて「クレプトマニア」という言葉とその意味を知りました。これは刑を終えて出所した人の人権にかかわること、皆さんに知っていただきたいと思いつけました。

「クレプトマニア」とは、万引きなどの窃盗行為が止められない心の病のことです。この病気の特徴は、治療せず悪化してしまふと、犯罪行為だとわかっていながら物を盗みたい衝動に抵抗できなくなり、窃盗行為が繰り返されます。その結果、刑を終えて出所しても、また罪を犯してしまふことがあります。

近年、万引き行為を繰り返すという事例が数多く報告されています。そのきっかけは、配偶者との死別や離婚などからくる孤独感とも言われています。

この病気は、窃盗による満足を目的にしているため、他人からの理解を得がたく、これまでは窃盗犯の単なる「言い訳」として対応されがちでしたが、今口では、医療機関や司法機関による特別な対応が必要だと言われています。

クレプトマニアにより刑を終えて出所した人の社会復帰のためには、本人の強い更生意欲と併せて、周りの人々の理解を得ることが欠かせません。そのために

（社会同和教育指導員・大島 信行）

※市ホームページにも掲載しています。  
毎月1日は「いじめ・いのちを考える日」です。  
毎月11日は「人権を考える日」です。



## ◎問い合わせ

人権・同和政策・男女参画課  
人権啓発係（ほほえみ館内）  
☎40-7367 FAX34-4549  
✉jinken@city.saga.lg.jp