

心と体の健康コラム

－ 全ての人が健康で元気に働くために －

2025
1
月号

たばこの「ハームリダクション」



私は喫煙しませんが、仕事柄情報収集のために新型タバコの広告を見かけたらチェックします。そのせいで私のスマートフォンには新型タバコの広告が絶えず表示されるようになりました。最近では、このような広告で新型タバコに切り替えることで「ハームリダクション（健康リスクの低減）」になると謳っています。本当でしょうか？本稿では新型タバコの有害性について紹介します。

新型タバコはここ十年で

急激に拡大しました。現在、有害性が明らかとなり、販売が低迷している紙巻きたばこに替わる商品として、タバコ産業は新型タバコの普及に非常に熱心です。

新型タバコの箱には、「有害である」という真実が書いてあります。現在、電子タバコ特有のリスクが複数報告されています。また、本当の有害性はまだ分かっていないため、現在大規模な人体実験中であるとも言えます。

小麦粉を思い浮かべてください。料理でこれを吸い込む程度では無害であることは分かっています。しかし、小麦粉を袋に入れて毎日積極的に吸い込んだら、



それが何十年も継続されたらどうでしょうか？これが無害かどうかは誰にもわかりません。

電子タバコの蒸気の主成分は比較的有害性が低いとされている有機溶媒です。これを長期にかつ積極的に吸い込み続けたらどうなるか、現在誰にもわかりません。以上のことから、「ハームリダクション」として紙巻きたばこから新型タバコに切り替えることは適切ではなく、タバコそのものを辞めるのが適切です。

協会報 第194号

(社) 大宮地区労働基準協会
(令和7年1月)

事務局 さいたま市大宮区東町1-154-2
TEL 048-641-0003 FAX 048-641-0004
E-mail info@omiyarokikyo.or.jp
URL <http://www.omiyarokikyo.or.jp/>



2025年 元旦 巳年

新年あけましておめでとうございます。本年も宜しくお願い申し上げます。

- 会長 福田 直貴 (株第一金属製作所)
- 副会長 岡野 秀行 ((一社)上尾中央医科グループ協議会)
- 副会長 石瀬 智樹 (株武蔵野銀行)
- 理事 大石 登 (大石運輸株)
- 理事 中村 哲男 (株プロテリアル桶川工場)
- 理事 土持 幹雄 (グリコマニュファクチャリングジャパン株北本工場)
- 理事 小笠原 正 (ミトテクノ株)
- 理事 仲由 一樹 (大日製罐株埼玉工場)
- 理事 石川 和男 (理研コランダム株)
- 理事 長安 博之 (DIC株埼玉工場)
- 監事 吉岡 浩司 (株埼玉りそな銀行大宮支店)
- 監事 栗原 嘉弘 (株武蔵野銀行七里支店)
- 監事 今野 浩史 (埼玉信用金庫大宮支店)
- 専務理事 河合 正 ((一社)大宮地区労働基準協会事務局)

目次

- 新年のご挨拶 2~3
- 大宮地区労働安全衛生表彰式 3
- 心と体の健康コラム 4

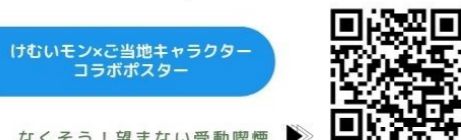
【令和7年1月~3月 行事・講習会】

行事項目	日時	会場
1 新年会(賀詞交歓会)	1月24日(金) 17:00~	清水園
2 保護具着用管理責任者講習	2月4日(火) 9:00~17:00	さいたま市産業振興会館
3 労務管理講習会	2月7日(金) 14:00~16:00	オンライン講習(HPより申込)
4 リスクアセスメント研修	2月21日(金) 9:00~17:00	さいたま市産業振興会館
5 優良事業場見学研修会	2月14日(金) 12:30~	造幣局さいたま支局
6 化学物質管理者講習	3月7日(金) 9:00~17:00	さいたま市産業振興会館
7 動力プレス金型等調整業務教育	3月14日(金) 9:00~18:20	さいたま市産業振興会館

1・2・3・4・5・6・7・・・大宮地区労働基準協会(主催)

なくそう!望まない受動喫煙。 マナーからルールへ

「健康増進法の一部を改正する法律」により、望まない受動喫煙をなくすための取組がマナーからルールへと変わりました。厚生労働省は、「なくそう!望まない受動喫煙」Webサイトを公開し、望まない受動喫煙をなくすための各種啓発ツールとして、チラシやハンドブックのデータを公開しています。



コラムニスト紹介

埼玉産業保健総合支援センター
相談員 中村 修 氏

中小企業2社、大学2校を経て現在は総合大学の安全衛生管理の企画運営を担当。受動喫煙対策は2015年から携わっており、出張などで出かける際に喫煙所を確認してしまう。現在のお気に入りには羽田空港の喫煙所。博士(工学)、労働安全衛生コンサルタント



各分野の専門家が、皆様からのご相談に対応します

当センターでは、産業医学、労働衛生工学、メンタルヘルス等に豊富な経験を有する専門スタッフが、産業保健関係者(産業医・産業看護職・衛生管理者・人事労務担当者等)からの産業保健に関する様々な問題について、窓口、電話、FAX、メール等でご相談に応じ、解決方法を助言しております。相談内容等の秘密は厳守し、無料でご利用いただけます。

健康に働ける環境づくりについて、さんぽセンターに相談してみませんか?



お問い合わせお申込みは 埼玉産業保健総合支援センター ☎048-829-2661 🌐www.saitamas.johas.go.jp