

保健師だより

「20歳未満の喫煙問題」について考えよう

令和4(2022)年4月1日から成人年齢は18歳になりましたが、喫煙・飲酒などの年齢制限は、これまで通り20歳のままです。これは、体や心がまだ成長途中にある若い世代を守るための大切な決まりです。

成長期の子どもがたばこを吸うと、心身ともに悪い影響を受けます。

体に与える影響

- ・がんや心臓病の危険性が高くなる
- ・運動するとすぐに疲れたり、息が切れたりする
- ・身長伸びを妨げる
- ・しみ・しわなどができやすくなる
- ・口が臭くなる、歯周病にかかりやすくなる



心や脳に与える影響

- ・脳の成長が妨げられる
- ・記憶力や集中力が低下する
- ・イライラしやすくなる



ニコチンの作用で、吸えば吸うほどイライラやストレスを感じやすくなります。

「たばこを吸うとストレス解消になる」と感じるのは、ニコチンが脳に働きかけ、少しの間、脳から快楽物質(ドーパミン)が出て、頭がスッキリするようになるためです。しかし、ニコチンは体内からすぐに消失するため、イライラやストレスを強く感じ、再びたばこが吸いたくなります。若いうちに吸い始めるほど、依存度の高い人が多くなるという結果が報告されており、禁煙がより困難になります。

20歳未満の喫煙には、家族や友人など周囲の人の喫煙状況や、たばこの入手のしやすさなど、社会的要因も関連しています。社会全体で、未成年が喫煙に触れにくい環境づくりを進めていくことが求められています。

家庭では、日頃から親子で体や心の変化について話し合う時間を持つことが大切です。



☎ 子ども未来課 町民健康係 ☎ 72-3127(内線228)

STOP!
20歳未満



たばこの3大有害物質

ニコチン

血管を収縮させ、血圧を上げたり、強い依存を引き起こしたりする。

一酸化炭素

体に酸素が行き渡りにくくなり、疲れやすくなる。

タール

発がん性物質を含み、肺の機能を弱める。

※喫煙開始年齢が20歳未満の場合、非喫煙者に比べ、肺がん死亡率が約5.5倍高いと言われています。

一人ひとりの
共同参画

個性や能力を活かせるまちへ

アンコンシャス・バイアスと男女共同参画

アンコンシャス・バイアスとは、自身では認識していない「無意識の偏見や思い込み」を指します。

「女性はケア労働に向いている」「男性はリーダーシップを発揮すべき」といったジェンダーステレオタイプを、意図せず内面化していることがあります。善意や悪意とは無関係に、こうした無意識の偏見が判断や行動に影響を及ぼしているのです。

男女共同参画とは、性別にかかわらず、すべての人が対等に社会参画し、その能力を十分に発揮できる社会の実現を目指す理念です。しかし、アンコンシャス・バイアスが、その達成を阻む構造的な障壁となっています。

具体的には、組織における管理職選考の場面で、同等の能力を持つ候補者であっても、無意識に男性を「リーダーに適している」と評価する傾向があります。また、家庭内でも「育児・家事は主に女性が担うもの」という固定観念により、家庭責任の不均衡が生じています。職業選択においても、看護師志望の男性やエンジニア志望の女性が、性別による職業イメージから、周囲の驚きや疑問に直面することがあります。

こうした無意識の偏見を認識し、是正していくことが、男女共同参画の推進に不可欠です。重要なのは、自己の判断基準に潜むバイアスを自覚し、性別ではなく個人の適性や能力に基づいた評価を行うことです。一人ひとりの意識変革の積み重ねが、真の意味でのジェンダー平等な社会の構築につながります。

☎ 住民課 生活窓口係 ☎ 72-3116(内線144)



福岡県ジェンダー平等フォーラム2026 視聴会場 in 豊前市

毎年、福岡県男女共同参画センター「あすばる」(春日市)で開催されるフォーラムのメインイベントを豊前市で視聴できます。ぜひ一緒に！

- 日 時 11月28日(土)13:00~15:00
- 場 所 豊前市総合福祉センター2階 視聴覚室(豊前市大字吉木955)
- 定 員 50名
- 参 加 費 無料(市外の方も大歓迎！)
- 申込方法 事前にお電話または申込みフォームよりお申込みください。



申込みフォーム

※フォーラム(春日市)では、そのほかのワークショップ、セミナーなども開催されます。詳細は「あすばる」ホームページをご覧ください。



HP

■視聴内容 ライブ配信

- ・開会式
- ・第25回福岡県男女共同参画表彰 表彰式
- ・スペシャルトーク 「生きづらさを書きつづけて」
- ・ゲスト 町田そのこさん(小説家)

〈町田そのこプロフィール〉

1980年生まれ。福岡県在住。
2016年「カメルーンの青い魚」で、女による女のためのR-18文学賞大賞を受賞。2017年に同作を含む「夜空に泳ぐチョコレートグラミー」でデビュー。2021年「52ヘルツのクジラたち」で未来屋小説大賞、本屋大賞を受賞。2025年「コンビニ兄弟 -テンダネス門司港こがね村店-」で、ほな西へいこか本大賞を受賞。

☎ 豊前市 人権男女共同参画室 男女共同参画係 ☎ 82-8003