



大阪+知的障害+地域+おもろい=創造

## 知の知の知の知

社会福祉法人大阪手をつなぐ育成会 社会政策研究所情報誌通算 4556 号 2018.8.20 発行

### 国立感染症研究所 初の薬剤耐性菌バンク設置へ

NHK ニュース 2018年8月19日

薬が効きにくい薬剤耐性菌による感染が問題となっていることから、病院で検出された薬剤耐性菌を集め菌の特性や全国的な分布の状況を解析する初めての拠点を国立感染症研究所が整備することになりました。

抗生物質などの抗菌薬がほとんど効かない多剤耐性菌に感染した人は、去年、報告されただけで1700人以上に上るなど、薬剤耐性菌による感染が全国で問題になっています。

このため国立感染症研究所は、病院で感染を引き起こした薬剤耐性菌を集めた「薬剤耐性菌バンク」を初めて設けることになりました。

バンクでは、およそ600の病院と提携して検出された薬剤耐性菌を集めて保管し、遺伝子を解析して菌の特性や全国的な分布状況を調べることにしています。また、バンクでは、それぞれの薬剤耐性菌について有効な対処法を探し出して情報を共有し、病院の支援も行います。さらに、アメリカのCDC＝疾病対策センターが保管するおよそ400種類の薬剤耐性菌を譲り受け、国内から集めた菌とともに新しい薬の開発に活用することになっています。

国立感染症研究所は、来年1月の運用開始を目指して3億円余りの費用をかけて、東京・東村山市の支所に専用の冷凍設備などを整備する方針です。

国立感染症研究所薬剤耐性研究センターの菅井基行センター長は「バンクができれば国内の薬剤耐性菌対策に大きく貢献できる」と話しています。

### 施設利用者の藍染 1000点 北島で展示即売

徳島新聞 2018年8月19日



施設職員（左）から作品について説明を受ける買い物客＝北島町鯛浜のフジグラン北島

県内の障害者就労支援施設の利用者が作った藍染作品を展示販売する「あいろいろ いろいろ」（NPO法人とくしま障害者授産支援協議会主催）が、北島町鯛浜のフジグラン北島で開かれている。20日まで（午前10時～午後6時、20日は午後5時まで）。

グッドジョブセンターかのかん（鳴門市）や徳島スローワークセンターあゆみ園（徳島市）など10施設の利用者が、藍染作家らの指導を受けて手作りしたエプロンやランチバッグ、タオルなど約1000点が並んでいる。名刺入れを購入した石原順さん（28）＝藍住町住吉＝は「いろんな作品があって楽しめた」と話した。

### 障害者の農業技術認証、第1期が終了 京都、農家との連携課題



京都新聞 2018年08月19日  
チャレンジ・アグリ認証制度で土作りから学んで育  
てたコマツナを収穫する第1期生たち（京田辺市・  
さんさん山城）

障害者の農業技術を認証する制度として  
京都府が全国で初めて設けた「チャレンジ・  
アグリ認証」の第1期講座がこのほど終了し  
た。障害者の自信や意欲の向上につなげると  
ともに、習得している農作業の知識や技術を  
「見える化」し、新たな就労の場づくりにも

結び付ける狙いだ。府は第1期生の受講状況などを踏まえプログラムを改善し、第2期生  
の講座に生かす。

第1期生は、昨年度実施した事前講座をモニターとして受講した8人。6～7月に計5  
回、府きょうと農福連携センター南サテライト拠点の指定を受けている就労支援事業所「さ  
んさん山城」（京田辺市）で土作りから収穫、販売までを学び、全員が修了した。

府は近く、修了生にそれぞれが習得した技術や得意な仕事内容、今後の就労意向などを  
記入した修了証を「キャリアパスポート」として交付する。

第1期生は当面、現在利用している事業所内で、学んだ技術を生かして別の利用者にア  
ドバイスするといった役割を担う。府は、認証を取得した障害者たちが将来的に農家から  
仕事を請け負ったり、農業法人に就職したりして、活躍の幅を広げるように支援すること  
も目指している。

農業は担い手不足が深刻なため、すでに一部の就労支援事業所では、除草などの作業を  
農家から請け負うケースも出ている。ただ、障害者と連携した経験がある農家や農業法人  
はまだ少ないため、修了生と農家をどのように結びつけていくかが課題だ。

府障害者支援課は「認証制度を通じて、一人一人の障害者ができる農作業を農家や農業  
法人に伝えることで、障害者が担える作業を仕事として切り出してもらえるような仕組み  
をつくっていきたい」としている。

## 知りたい！マインドフルネス（上 【企業の研修で】「今」を意識脳の休息に

中日新聞 2018年8月7日

「マインドフルネス」という言葉を見聞きしたことはないだろうか。瞑想（めいそう）  
などを通して「今この瞬間」を意識することで、集中力の向上やストレス軽減といった効  
果が期待できるという。米グーグルなど世界のトップ企業が社員研修に取り入れたこと  
で注目度が高まり、日本でも広がり始めている。（小中寿美）

目を閉じ、紅茶の香りを鼻から吸い込む若者たち。食品・日用品大手ユニリーバ・ジャ  
パン（東京）の会議室で行われた新入社員研修。五月末、配属先から集まった十五人がマ  
インドフルネスを教わった。

**呼吸や体の部位に意識を向ける瞑想をする新入社員  
たちは＝東京都目黒区のユニリーバ・ジャパンで**

現代社会では、本を読みながらの食事など、  
食事中に別のことをするのは珍しくない。そ  
んな食事に集中し、今を意識するのが「食事  
瞑想」。マインドフルネスの方法の一つだ。

研修で用意されたのが紅茶。五感をフルに  
働かせて飲む。「湯気はどう動く？ のどや胃  
を通る感覚は。どれだけ多くの人の手を渡り、  
ここに届いたかにも思いをはせて」。講師役のユニリーバ・ジャパン・ホールディングス人  
事総務本部長、島田由香さん（45）が語りかける。新入社員の一人は「紅茶をこんなふ



うに飲んだことはなかった。生活の中でも試してみたい」。

立った姿勢での瞑想も。呼吸に意識を向けた後、頭から爪先まで体の一つ一つに意識を向けていく。「動いていないのに汗をかいた」「頭と目がスッキリした」との声が上がった。

米国では、名だたる企業の創業者や病院、スポーツ選手らが瞑想を実践。医療保険大手のエトナでは社員のストレスが減り、医療費も大幅に減少したという。

精神科医の久賀谷亮さんは、マインドフルネスを「二十四時間どこでもできる。シンプルで科学的に正しい脳の休息法」と説明する。

「今は脳が疲れる時代」と久賀谷さん。スマートフォンなどから入る情報量は多く、素早い処理が求められる。「心はさまよい、頭の中はパンパン」。疲れているのは体ではなく脳。注意散漫や無気力、イライラがそのサインで、心の病にもつながる。そんな脳や心を休ませられるのがマインドフルネスだという。

今を意識することがなぜ休息になるのか。私たちは終わったことを気に病み、これから起きることに不安を感じている。「過去や未来（を考えること）が大半のストレスの原因」と久賀谷さん。今起きていることに意識を向ければ、過去や未来にとらわれずに済む。久賀谷さんは、その基本となる呼吸法＝図＝を勧めている。

米国ではマインドフルネスの研究が進み、効果が実証されてきている。久賀谷さんによると、脳が消費するエネルギーのうち七～八割は、ぼんやりとした安静状態に動く「デフォルト・モード・ネットワーク」（DMN）という回路で使われている。マインドフルネスはDMNの過剰な活動を鎮め、疲れづらい脳に変えていく可能性もあるという。

医療の現場での取り組みを十四日に紹介する。

マインドフルネス 「今、この瞬間の体験に意図的に意識を向け、評価をせずに、とらわれのない状態で、ただ観（み）ること」（日本マインドフルネス学会）などと定義される。そうした心の状態をつくる過程や生き方を指す場合もある。起源は仏教だが宗教性は排除されている。米マサチューセッツ大で慢性疾患を治療するプログラムが開発されたのを機に注目が集まり、国内でもうつ病などの治療への活用が始まっている。

## 知りたい！マインドフルネス（下）

中日新聞 2018年8月14日

医療現場で 瞑想続け抑うつ和らぐ

瞑想（めいそう）などを通し「今この瞬間」を意識することで、疲れた脳を休息させるマインドフルネス。集中力向上やストレス軽減といった効果があり、社員研修に活用する動きを七日付の前回に紹介した。うつ病などの治療に取り入れる医療機関もあり、一定の成果が出ているという。（小中寿美）

うつ病や不安障害の患者が通う和楽会ショートケアセンター（東京都港区）。マインドフルネスのプログラムを治療の一環で毎日行う全国でも珍しい施設だ。参加しているのは同じ建物のクリニックに通う患者たち。記者も体験した。

三時間のプログラムはヨガから始まった＝写真。最初はあおむけの姿勢で自分の呼吸や心の様子を眺める。「どんな状態でも良い悪いと評価をせず、そのままを見つめ続けて」と講師の樋口まりさん（35）。

### 「マインドフルネス呼吸法」

#### 1 基本姿勢をとる

いすに座る。背筋を軽く伸ばし、背もたれから離す。おなかはやったり、手は太ももの上、目は閉じる

#### 3 呼吸に注意を向ける

鼻を通る空気や、空気の出入りで胸やおなか動く感覚、呼吸と呼吸の切れ目、吸う息と吐く息の温度の違いなど

#### 2 体の感覚に意識を向ける

足の裏が床に着いている感覚、お尻がいすに触れている感覚、体が地球に引っ張られる重力の感覚など

#### 4 雑念が浮かんだら…

浮かんだ事実気づき、注意を呼吸に戻す

★5分でも10分でもいいので毎日続ける

★同じ時間、同じ場所でやる

※久賀谷さんの説明を基に作成



ポーズを取ることが目的ではないと聞き、気が楽になった。呼吸のリズムに合わせて手足を伸ばしたり、脱力したり。体が温まり、ほぐれていくのを感じる。

心も落ち着いたと思ったが、いざ瞑想を始めると雑念が湧く。精神科医で和楽会理事長の貝谷久宣さん（74）は「雑念に気付いてもとらわれない」と指南した。

二十五分の瞑想の終盤には「慈愛の瞑想」＝囟＝を行う。宗教の祈りのようだが、海外でも行われ、ストレス軽減などの効果が高いと実証されている。貝谷さんによると、続けると自責の念が減り、他人を思いやる心が持てるようになり、抑うつ気分は消失していくという。

マインドフルネスの今の流行は、米マサチューセッツ大名譽教授のジョン・カバットジン博士がグループ療法のプログラムを開発したのが発端。さまざまな病気で効果が示され、研究や実践が広まった。



二〇一二年にカバットジン博士が来日した際、貝谷さんは「マインドフルネスの根本は何か」と質問。博士は「道元の禅だ」と答えたという。還暦を迎えてから座禅を始め、仏教の思想が医療に応用できると感じていた貝谷さんは、回答が腹に落ちた。

一五年に和楽会ショートケアセンターを開設。保険適用のグループ療法の枠組みでプログラムを始めた。「重症の場合は服薬や認知行動療法から始めるが、症状が安定したらマインドフルネスを勧める」。参加者に心理検査を行うと、抑うつ気分と不安気分の数値がともに下がっていた。

「多くの患者が最初に気付くのは腹が立たなくなること。今の瞬間を優しい気持ちで受け入れることが、生活の中に無意識に浸透するからでは」と推測する。

休職中で二百回ほど通ったという男性公務員（35）は「頭がクリアになった。何より、人と自分を比較しなくなったことが大きい」と表情は穏やかだった。

瞑想の半ばでは、それまでの一点集中とは違う瞑想も行った。呼吸に集中し今を意識するのは同じだが、聞こえるもの、見えるものにもまんべんなく意識を注ぐ。体の内から外へと意識を広げる感覚だ。

この意識を広げる瞑想こそ「マインドフルネスの本質」と早稲田大教授で心療内科医の熊野宏昭さん（58）は指摘する。一点集中に慣れた後に行う瞑想だ。「視野を広げることで、思考や感情に巻き込まれている状態から抜け出せるようになる」という。「いろんなものに同時に気を配る感じ。武道や芸道で大切にされてきた心の使い方」と熊野さん。日本古来の精神が息づいていることが、広がり背景にあるのかもしれない。

## ボランティアバス 防災・減災の思い語る 大震災と大阪北部地震経験高校生 大槌 岩手 毎日新聞 2018年8月19日

大阪府豊中市の高校生が3泊4日で東日本大震災の被災地の今を学ぶ「ボランティアバス」（通称ボラバス）が19日まで、県内の三陸沿岸で行われている。東日本大震災と今年6月の大阪北部地震を経験した若者同士が、まちづくりや防災・減災への思いを分かち合った。【中尾卓英】ボラバスは2012年から毎夏、豊中市などが継続して実施。今年は大商学園高、箕面自由学園高などの25人が参加した。大槌町では、震災のあった11年夏に「さくら協定」を結び野球部交流試合や相互訪問を続ける県立大槌高と同市の府立桜塚高の生徒が交流した。

<金口木舌>「私の体験を書いて」。15年ほど前、30代くらいの女性が来社・・・

琉球新報 2018年8月18日

「私の体験を書いて」。15年ほど前、30代くらいの女性が来社した。性風俗産業にいたという女性は「身も心もぼろぼろになった。同じような経験を人にしてほしくない」と訴えた▼新人の警察担当記者だった私は、事件性の有無が記事化の判断基準だった。監禁などで強いられるわけではなく、取り上げることができなかった▼「記事にするのは難しい」と伝えたときの女性の落胆した表情を忘れることができない。自分の人生の「負」の部分をさらけ出すのは勇気がいる。社会を良くしようと声を上げた女性の勇気に応えられなかったことがずっと心に引っ掛かっている▼幸せな生活を営む権利のある人が、望まない現実を強いられ、搾取されてぼろぼろになる構図がなぜ存在するのか。事件・事故や病気、失業…。何不自由ない生活が、あるきっかけで暗転する可能性は誰にでもある▼支援を求めて声を上げるのも勇気のいることだ。本紙が連載した「彷徨（さまよ）う少年少女のリアル」に登場する子どもたちは困難に直面している。幼少期からの生活困窮や親からの虐待、いじめ。「助けて」の声を上げられない子どもたちのSOSを、私たちは見逃していないだろうか▼「明日はわが身」。手を取り合うのか、「生産性」だけで人の価値を判断して切り捨てるのか。住みよい社会に向け、一人一人の意識が問われている。

## 社説：あすへのとびら 精神科の身体拘束 患者の尊厳守るには

信濃毎日新聞 2018年8月19日

柔道着を思わせる厚く丈夫な布でできた帯で腰と両手両足をベッドにくくりつける。動きはほとんどできない。「5点拘束」という、精神科病院で行われている身体拘束だ。

トイレにも行けないため、おむつをされることが多く、尿道に管を通される場合もある。いつ解放されるのかも分からず、患者が受ける苦痛、屈辱感は計り知れない。精神科医療のあり方を研究する杏林大教授の長谷川利夫さんは言う。

東京の20代の女性は、摂食障害で入院した中学生のとき、77日間にわたって拘束された。医療の範囲を超える不当な行為だと訴え、裁判を起こしている。

何日にも及ぶ拘束は患者の命にも関わる。神奈川で昨年、ニュージーランドの男性が拘束されて10日目に心肺停止に陥り、死亡した。血流が悪くなって血栓ができ、肺塞栓（そくせん）症（エコノミークラス症候群）を起こした疑いがある。

<10年間で2倍に>

ほかにも、都内の病院で2016年に死亡した女性の遺族が先月、損害賠償を求めて提訴している。入院してから8日間、食事などのわずかな時間以外は拘束が解かれなかったという。

厚生労働省は、精神保健福祉法に基づいて身体拘束の基準を定めている。代替方法が見つかるまでのやむを得ない処置と位置づけた上で、「自殺企図・自傷行為が著しく切迫」「多動・不穏が顕著」「放置すれば患者の生命に危険が及ぶ恐れ」のいずれかに該当することを要件とした。

ニュージーランドの男性はどうだったか。双極性障害（そううつ病）が悪化して大声を上げたりしたため家族が受診させたが、病院では既に落ち着いていた。開示された診療記録を見ると、拘束後も看護師らと穏やかに話し、拘束を解いてほしいと訴えている。

基準の要件に当てはまるとは考えにくい。にもかかわらず、拘束は続いた。提訴したほかの事例を含め、本来すべきでない拘束が精神科医療の現場で横行していることをうかがわせる。

身体拘束を受けている患者は、厚労省の調査で13年以降1万人を超え、10年前の2倍に増えた。長谷川さんの調査によると、拘束日数は平均で96日に及ぶ。欧州ではスイスが49時間、ドイツやフィンランドは10時間に満たない。日本は桁違いの長さである。

急性期の患者を受け入れる救急病棟を開設する病院が増え、まず拘束してから入院させる手順を“定型化”しているところもあるという。患者を縛ることに抵抗感がなくなっている

のではないかと長谷川さんは指摘する。

人を縛って身体を自由を奪うことは、個人の尊厳を侵す暴力である。一時的にやむを得ない場合はあっても、極めて限定的でなければならず、時間も最小限に留めなくてはならない。

<社会が向き合う>

命を落とす患者さえ出ている現状を改めていくために、何よりもまず実態を把握する必要がある。なぜ身体拘束がこれほど増えたのか。正当な理由を欠く拘束はどのくらいあるのか。厚生省や都道府県は調査を徹底すべきだ。

米カリフォルニア州では、州立の精神科病院がそれぞれ、月ごとに拘束の件数と時間を公表している。日本は精神科病院の大半を民間が占める。外からの目が届きにくいだけに、情報を開示する仕組みはより重要になる。

拘束された患者とは家族も面会できないことが多い。密室に閉ざされている現状を踏まえ、長谷川さんは「可視化」の必要を訴えている。拘束の状況を録画して検証できるようにすれば、不当な拘束を防ぐ歯止めになる。

遺族、弁護士らと設立した「精神科医療の身体拘束を考える会」には、拘束された患者本人からも相談があるという。当事者が自ら声を上げることは大きな一歩だ。医療関係者や社会がそれを支えることが状況を動かす力になる。

現場で働く看護師らの声ももっと表に出ていい。精神科とは別に、介護施設や障害者施設では身体拘束が法令で原則禁止されている。「拘束ゼロ」に取り組んできた施設と経験の共有も進めたい。

精神科の入院患者は29万人近くに上り、その6割余は1年以上である。日本の精神医療は「隔離収容」から脱していない。精神障害がある人を危険な存在のように見る差別意識も社会に根深く残る。それが精神医療の密室化や、不当な身体拘束をはびこらせることにもつながっている。

患者との信頼関係の上に医療は成り立つ。当たり前のことが精神医療の場に根づいているか。力で抑えつけて患者を支配することを治療とは呼べない。声を上げた当事者らの訴えを受けとめ、議論を社会に広げたい。

## 社説 障害者雇用水増し 国のずさんな運用看過できない 愛媛新聞 2018年8月19日

また、行政の信頼を揺るがす事態が起きた。

国土交通省や総務省などの中央省庁が、法律で義務付けられた障害者の雇用割合を、40年以上、水増ししていたことが明らかになった。10近い主要省庁で常態化していたとみられる。

国は、障害に関係なく誰もが平等に働ける「共生社会」の実現を目指し、旗振り役として障害者の雇用に取り組まなければならないはずだ。自ら国民の目を欺かずさんな制度運用をしていたことに憤りを禁じ得ない。実態や原因を徹底調査し、本来の目的に沿って雇用を進めるよう、制度などを抜本的に見直さなければならない。

障害者雇用促進法に基づく障害者雇用率制度では、国や自治体、企業に一定割合以上の障害者を雇用するよう義務付けている。対象は、原則として身体障害者手帳などを持つ人だが、例外的に医師の診断書や意見書で確認する場合がある。

問題があった中央省庁では、手帳交付に至らない比較的障害の程度が軽い職員などを合算していた疑いがある。国は昨年、33行政機関で計約6900人の障害者を雇用し、平均雇用率は2.49%と、2.5%の目標をほぼ達成する数値を公表していた。だが、対象外の人を除くと実際は1%未満になる省庁が多いとみられる。不正と知りながら故意に水増しした可能性もあり、実態解明が急務だ。

水増しの背景には、政府内にチェック機能を設けなかったことがある。各省庁は毎年、障害者雇用者数を厚生労働省に報告する義務はあるが、報告の内容を確かめる仕組みはな

かった。明らかに不備であり、再発防止に向け、第三者による点検の体制を整えることが不可欠だ。

問題発覚を受け、省庁と同様に雇用を義務付けられた企業から批判が出ているのは当然だ。従業員100人超であれば、目標より1人不足すると原則月5万円の納付金が課せられ、企業名を公表されるケースもある。国が目標達成を偽り、企業にペナルティーをちらつかせて雇用を促すやり方は容認できない。

企業に雇用されている障害者は、去年は約49万6千人で、14年連続で過去最高を更新している。ただ、雇用率は1.97%で目標の2.2%に届く企業は半数にとどまっている。大企業では障害者が多く働く子会社の雇用数を親会社に合算できる特例を使い、目標を達成するケースがある一方、中小企業では思うように進まないのが実情だ。

だが、企業の間では、人事評価基準や待遇を健常者と統一する取り組みなどが広がる。多様な人材が活躍できる環境を整えることが企業の成長につながるという考えが徐々に浸透しつつある。中央省庁が長時間労働や突発事態の対応が多いことを理由に障害者雇用が難しいというのは言い訳にならない。工夫や努力で雇用を進め、国民の信頼を回復しなければ1億総活躍社会の旗を振ることはできない。

## 社説：虐待緊急対策 子ども守るために万策を 西日本新聞 2018年08月19日

虐待の果てに命を奪われる子どもが後を絶たない。

東京都の5歳女児が今年3月虐待死した事件を受け、政府は児童虐待防止の緊急対策を打ち出した。子どもの安全確認を徹底し、児童相談所と警察の連携を強化することなどが柱だ。

小さな命を救うため、確実に実施に移すべきだ。

東京の女児を救うことはできなかったのか。強い疑念を抱かざるを得ない経緯だった。

1月まで女児が暮らしていた香川県の児相は虐待を把握し、2度も一時保護していた。県警も父親を傷害容疑で書類送検するほど、危険な状況だった。

情報は香川県から転居先の都の児相に引き継がれた。職員が家庭訪問したが、母親に拒まれ、女児に会えないまま事件に至った。危険性に対する都の児相の認識に、甘さがあったと批判されても仕方あるまい。

緊急対策は、児相などに、虐待通告から48時間以内に安全確認するルール of 徹底を求めた。必要に応じて警察に援助を要請し、強制立ち入り調査を実施することも明記した。国がこれまで現場に求めてきた指針の周知徹底や原則化といえよう。

現状では、立ち入り調査に踏み込むケースは多くない。児相は虐待などの問題を抱える家族の相談に応じ支援する役割を担っている。家族との信頼関係が損なわれるのを恐れ、強制措置に躊躇（ちゅうちょ）しがちとされる。

だが、タイミングを誤れば、最悪の事態に至りかねないことは、今回の事件で明らかだ。児相は「子どもの安全」を最優先し、立ち入り調査もためらわずに検討すべきだ。必要か否かの判断を支援するため、弁護士の児相配置も急ぐ必要がある。

緊急対策には、児相間の引き継ぎの厳格化や、警察との情報共有の強化も盛り込まれた。

併せて、政府は現行の児相強化プランを見直し、2022年度までに児童福祉司を約2千人増員する方針も決めた。

いずれも着実に実施に移すことが肝要だ。

全国の児相が対応する虐待件数は急激に増え続け、16年度は12万件を超えた。家族の「支援」と立ち入り調査などの「介入」という、二つの機能を分化させることも含め、国が児相の在り方を抜本的に見直す時期に入ったと考えるべきだろう。

無論、虐待防止をすべて児相任せにはできない。警察や病院、民間団体や地域住民が広く協働し、社会全体で子どもを見守る態勢を構築したい。

安倍晋三首相は緊急対策の関係閣僚会議で「全てやるという強い決意で取り組んでほし

い」と指示した。国民全体でその覚悟を共有する必要がある。

### 社説：たばこの損失 「卒煙」促す施策の強化を 京都新聞 2018年08月19日

たばこの害による総損失額は年間2兆500億円に上ることが厚生労働省研究班の推計で明らかになった。喫煙に起因した経済損失が国家予算の約2%にも相当するとは驚きだ。

2020年東京五輪・パラリンピックに向けて先月、改正健康増進法が成立し、他人のたばこの煙を吸わされる受動喫煙をなくす対策は不十分ながらも強化される。だが社会全体に大きな損失をもたらす喫煙そのものに対する施策が不可欠ではないか。

たばこが原因で国内では年間100万人以上が肺がんや脳卒中、歯周病、認知症などを発症し、喫煙者本人の死亡は10万人を超す。受動喫煙でも推計約1万5千人が亡くなっている。

研究班が2015年度の統計資料を基に分析した結果、たばこによる喫煙者自身の医療費は1兆2600億円に上り、受動喫煙でも3300億円の医療費を要し、歯の治療費に1千億円かかった。喫煙による健康被害で必要になった介護費用は2600億円、たばこの不始末で起きた火災の消防費用が980億円だったことも判明した。

たとえば政府が進める幼児教育・保育の無償化などを柱とする「人づくり革命」と称する政策パッケージには約2兆円が投じられる。それに匹敵する巨額の損失を喫煙が招いているとすれば看過できない。

20年4月に全面施行される改正健康増進法は受動喫煙防止が主眼だが、自民党議員らの抵抗で規制に大きな穴があき、世界に誇れる対策とは言い難い。まして直接「卒煙」促す施策の強化を喫煙への対策は置き去りと言っても過言でない。

16年国民健康・栄養調査によると、習慣的に喫煙している人の割合は18.3%。喫煙率は男女ともに減少傾向とはいえ、欧米諸国と比べると日本の喫煙率は依然として高い。ただ、同じ調査で喫煙者の27.7%が禁煙を希望し、30.6%がたばこの本数を減らしたいと回答した。過半数が「卒煙」への意思を示しているとも読み取れる。

禁煙は自分一人では難しい。禁煙外来での治療は効果的とされ、保険診療も受けられる。補助薬や周りのサポートといった手を借りてもいい。灰皿を処分するなど環境づくりも大切だ。

日本の禁煙対策は世界で「最低レベル」と批判されている。

たばこの包装に健康被害を警告する表示は、たばこ規制枠組み条約で定められ、喫煙率を押し下げる効果がある。生々しい疾病画像などを印刷させる諸外国に比べ、日本の警告は生ぬるい。包装一つをとっても世界の潮流とかけ離れている。

欧米などより割安なたばこの値上げも禁煙施策として有効だろう。値上げにより年間2兆1200億円（16年度）に上るたばこ税の減収が懸念されるとはいえ、喫煙による経済損失がほぼ同額であることは無視できない。

五輪を機に動きだした「脱たばこ」の機運を受動喫煙対策にとどめず、国民の健康を増進する禁煙の強化につなげたい。喫煙者には酷かもしれないが、一人一人が健康被害や経済損失、家族の負担といったリスクを抱えていることを自覚することが「卒煙」への第一歩となる。

月刊情報誌「太陽の子」、隔月本人新聞「青空新聞」、社内誌「つなぐちゃんベクトル」、ネット情報「たまにブログ」も

