

# ニュースぶらす

## Biz ワザ

「この人、たばこ吸ってき  
たな」。喫煙しない人にとっ  
てたばこを吸った人の「残り  
香」は気になるもの。受動喫  
煙についても国会で盛んに議  
論されるなど改めて注目され  
ている。会議の前や営業先で  
一服するビジネスパーソンも  
多いだろうが、においや周囲

### 「3次喫煙」深呼吸で防げ

への害を最小限に抑えるには  
どうするか。方策を探った。  
たばこには防腐剤や香料と  
いった添加物が入っている。  
これらが不完全燃焼すると、  
発がん性物質を含む混合物  
「タール」ができる。タール  
は微粒子で、肺や口の中の粘  
膜に付着し、吐く息に混ざる。  
これがおのにおいの原因だ。

タールを物理的に取り除け  
ばにおいも落ちる。最も有効  
なのは歯磨きだ。タール洗浄  
向きだと強調した歯磨き粉は  
少ないが、喫煙問題に詳しい  
産業医科大学の大和浩教授は  
「大事なのは口の中全体のタ  
ールを洗い流すこと」と指摘。  
歯磨き粉の有無にかかわら  
ず、歯、舌、ほおの内側も磨  
くことがポイントだ。

ただ、たばこの度に歯を磨  
くのは難しい。大和教授は「忙  
しい場合はうがいだけでもよ  
い」と話す。なるべく多くの

タールを除去するコツは「真  
上を向き喉の奥まで水を届か  
せること」。携帯用の口内洗  
浄液も便利だ。その際、特に  
たばこに触れた指をせっけん  
で洗えば効果的だ。

ガムをかみ唾液を多く出す  
のも対策になる。喫煙後はニ  
コチンの作用で口の内が乾  
き、タールが揮発しやすくな  
るためだ。硬く、味が長続き  
する方が唾液の分泌を促す。  
香りの強いミント味であれば  
においの緩和にも役立つ。消  
臭効果のある「銅葉緑素(ク

ロフィル)を含めばさらに  
有効だ。タブレットでも意味  
はあるが香りの継続時間は短  
い。口を動かさない商談中な  
どにはガムを唇と歯茎の間に  
潜ませてみてもよいだろう。

周囲を不快にするのはにお  
いだけではない。健康被害を  
引き起こす受動喫煙も同様  
だ。受動喫煙を巡っては対策  
を強化する健康増進法改正案  
が今国会で成立する見通し  
だ。

受動喫煙の原因はたばこを  
吸っている人から出る副流煙



たばこのにおいを中和するゲートを導入するも  
一つの手だ(トルネックスが製造したゲート)

### 吸った後も周囲に気遣い



### 45分間エレベーター禁止



奈良県生駒市役所 人事課課長補佐  
上野啓介氏

奈良県生駒市は4月、喫煙  
後45分間は市庁舎のエレベ  
ーターの使用を禁止する受動喫  
煙対策を導入した。全国的に  
も異例の厳しさで、導入後は  
賛否両論が巻き起こった。経  
緯や狙いについて、人事課の  
上野啓介課長補佐に聞いた。

——今回の対策を導入した  
経緯は。

「市役所の保健師が参加し  
た奈良県主催の講義で、『呼  
気に含まれる有害物質が元の  
水準に戻るまで最低でも45分  
間かかる』という研究データ  
が紹介された。市庁舎のエレ

ベーターは妊婦や赤ちゃんも  
多く使ったため、何らかの対策  
が必要ではないかと保健師が  
提案し、議論してきた」

——なぜこのタイミングで  
の導入になったのか。

「保健師が参加したのは4  
年前の講義で、実はそれから  
ずっと導入に向けた議論はし  
ていた。ただ前例がほとんど  
ないこともあり、タイミング  
をずっと決めかねていた」

「6月に近鉄生駒駅の周辺  
で路上喫煙をした人に最大で  
2万円の過料を科す条例を施  
行した。1000〜2000  
円にとどめる自治体が多いな  
か、抑止力を保つため高めに

設定した。市民に負担を求め  
る以上、職員も何らかの姿勢  
を見せる必要があると判断し  
導入を決めた」

——市民の反応は。

「賛否両論、さまざまだっ  
た。『たばこを吸った人のに  
おいは気になる。よくぞやっ  
た』という声の一方、『そこ  
まで排除しなくてもいいじゃ  
ないか』と不満を寄せる人も  
いた。職員だけでなく、来庁  
者にも協力を求めている」

「職員の抵抗は意外に少な  
かった。もともと就業時間中  
の喫煙を制限しており、『仕  
方ないかな』という雰囲気だ  
った。市庁舎は5階建てのた

め、エレベーターが使えなく  
ても我慢できないというレベ  
ルではない」

——罰則がない理由は。

「市役所に来るのが初めて  
でルールを知らなかったり、  
たぐさんの荷物を抱えていた  
り、という人もいるため、罰  
則を設けるのは行き過ぎだと  
判断した。市役所での用事が  
済んでから吸ってもらえれば  
と思う。モラルに頼る部分が  
大きい。有害かどうかはつき  
りしない加熱式も先手を打っ  
て対象にしている」

——現時点で禁煙効果は。

「全職員は約820人おり、  
喫煙率は22.7%。今回の対  
策をきっかけに禁煙した人も  
いるが、喫煙率が飛躍的に下  
がったわけではない」

企業は不快なおいや3次  
喫煙から従業員を守るために  
何ができるか。最も簡単な  
のは喫煙室に消臭スプレーを置  
くことだが、においを上乗せ  
する商品が多く効果は限定的  
だ。喫煙室の扉を二重にする  
ことも煙漏れを防ぐには有効  
だが、においを消すための根  
本的な解決にはならない。

そこでにおいを消すことに  
特化した喫煙ブースを提供す  
る企業もある。喫煙ブース製  
造で国内最大のトルネック  
ス(東京・中央)は植物性の  
油を揮発させた風でにおいを  
中和する簡易ゲートを販売す  
る。1台約150万円だが、  
主に百貨店などの接客業で従  
業員用の喫煙室に採用されて  
いる。導入先からは「におい  
についての顧客からのクレ  
ームが減った」との声が寄せら  
れているという。

喫煙者への風当たりは日々  
強まっている。ただ、におい  
を含め周りに気を配るといっ  
当然のことができていれば、  
吸わない人との共存はうまく  
いくはずだ。(河野真央)

### 就活の

最終面接に受か  
った女子学生のSさ  
をしに来てくれた。  
中で「人と話すの  
検査に出ています  
とはなきょうです  
れたという。  
Sさんは平均以  
い人で、笑顔でく  
がで、友達が多