

喫煙習慣を考える —その3—

妊娠初期の喫煙は子どもの肥満や大人になってからの糖尿病の原因になる！！

平成19年のJTによる日本人の喫煙率調査では男性が40.2%、女性が12.7%と報告されています。男性の喫煙率はここ16年間減少傾向ですが、諸外国と比較すると、未だ高い状況にあります。これに対し女性の喫煙率はピーク時より減少しているものの、ほぼ横ばいといった状況です。ところが20歳代、30歳代の女性の喫煙率は逆に増加傾向にあり、30歳代が最も多く18.9%です。

北海道の女性の喫煙率は全国平均よりかなり高い状態が続いています。ポーラ化粧品による平成17年の札幌市での喫煙率調査によると、20歳代から40歳代の女性の喫煙率は30%を上回っています。

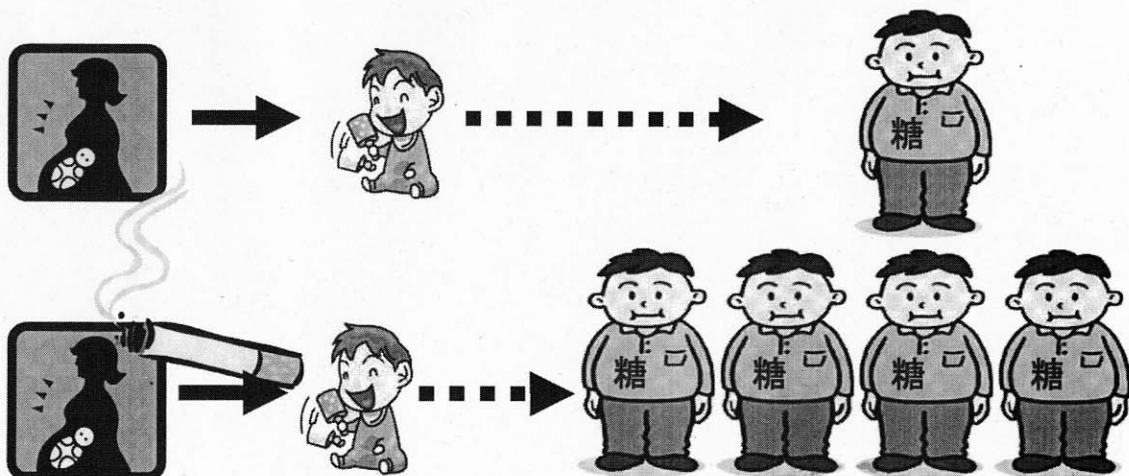
女性は妊娠する性です。妊娠中の喫煙は子どもに様々な悪影響を与えます。喫煙は不妊や流産、早産、胎児発育の遅れ、胎盤の異常を引き起こします。また、子どもの知能や情動にも悪影響を与えます。

更に最近、驚くべき事実が世界各国から報告されています。妊娠初期に喫煙していた母親の子どもは10歳になった時点で肥満になる確率が、非喫煙者の子どもに比べ約3倍高いと言われています。妊娠後も喫煙を継続するとその確率は4-5倍に上昇するとの報告もあります。更に恐ろしいことに、妊娠中の喫煙は、生まれてきた子どもが30年後に糖尿病になる確率を4倍に増加させるという研究結果があります。このデータと日本人女性の喫煙率の高さを考慮すると、現在および将来において、日本人糖尿病のかなりの割合が、母親の喫煙が原因で発症することが推察されます。なぜそうなるのかはまだ十分に解明されていませんが、儉約遺伝子仮説という学説があります。儉約遺伝子というのは「時々しか手に入らない食べ物をしっかり身にするためのしくみ」です。大昔には食べ物を手に入れることは大変な作業であり、時には飢えに苦しむこともありました。こうした時代には儉約遺伝子が働くことで、少ない食べ物でも生存していくことができたのです。ところが現代のように食べ物豊富にある時代に儉約遺伝子にスイッチが入ってしまうと、食べ物はぜい肉となり、糖尿病になりやすくなります。

妊娠中に喫煙することで胎盤の血流が低下し、胎児が低酸素状態になることで、胎児の遺伝子が大昔の飢餓状態を思い出し儉約遺伝子にスイッチが入るのです。

北海道では妊娠可能年齢女性の3人に1人が喫煙者です。このことは喫煙者本人だけではなく、次の世代に大きな健康障害を遺していくのです。妊娠がわかってから禁煙しても既に儉約遺伝子にスイッチが入っているかもしれません。最初から喫煙しないことが唯一の予防法です。

◇妊娠中タバコを吸うお母さんから生まれた子どもは
大人になると4倍糖尿病になりやすい（イギリスでの追跡調査）



滝上町国保病院 副院長 林 修也（日本禁煙学会専門医）

山火事注意

(ポスター・標語入選作品紹介)

ポスター

小学校の部

1年生

- 金賞 三島 健弥 (白鳥)
銀賞 関 唯真 (滝西)
藤村 和来 (滝西)
銅賞 今井 和歩 (滝西)

2年生

- 金賞 茂木 和希 (白鳥)
銀賞 奥田 覚 (濁川)
高澤 祐希 (濁川)
銅賞 山田 朋澄 (白鳥)
佐藤 莉麻 (滝西)

3年生

- 金賞 内野 颯 (滝上)
銀賞 柏尾 龍哉 (滝上)
伴 竜馬 (滝上)
銅賞 青木 優佳 (滝上)
大館 祐我 (滝上)
川上 翔輝 (滝上)

4年生

- 金賞 山田 志有 (白鳥)
銀賞 渡邊 悠斗 (濁川)
平本 泰樹 (濁川)
銅賞 有澤 良浩 (白鳥)
谷内 紳作 (濁川)
籠尾 善大 (濁川)

5年生

- 金賞 松本 日和 (滝上)
銀賞 三島 梓 (白鳥)
木戸 大翼 (滝上)
銅賞 奥田 菜菜美 (濁川)
青野 ひかり (滝上)
佐藤 あゆみ (滝上)

6年生

- 金賞 佐藤 朱音 (滝上)
銀賞 白幡 里菜 (濁川)
千葉 友美 (滝西)
銅賞 栗田 侑希 (滝上)
伊藤 玄一郎 (滝上)
籠尾 時栄 (濁川)

中学校の部

2年生

- 金賞 廣長 真菜
銀賞 白幡 悠里
瀧本 詩乃
尾崎 華帆
杉本 洋也
温水 すす
藤田 貴一

林野火災予消防対策協議会及び森林愛護組合連合会では、山火事予防の啓蒙普及と森林愛護意識の高揚と啓発のため、小・中学校の児童・生徒を対象にポスターと標語の募集を行いました。

ポスター93点・標語70点応募作品の中から審査の結果、次の作品が入選しましたのでご紹介します。なお、優秀作品の中から、ポスター3点と標語3点を網走支庁へ推薦します。

支庁推薦作品

◇標語の部

山火事は
山火事は
山火事は
平和な日々を
うばいとる

自然や動物
死んじゃうよ
きをつけようね

白鳥小4年
有澤 良浩

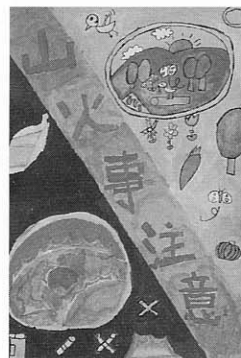
◇ポスターの部



滝上小3年 内野 颯



白鳥小4年 山田 志有



滝上小5年 松本 日和

標語

小学校の部

1年生

- 金賞 今井 和歩 (滝西)
銀賞 三島 健弥 (白鳥)
銅賞 関 唯真 (滝西)

2年生

- 金賞 山田 朋澄 (白鳥)
銀賞 奥田 覚 (濁川)
茂木 和希 (白鳥)

3年生

- 金賞 保科 千尋 (濁川)
銀賞 瀬川 竜次郎 (白鳥)
松本 敏明 (滝西)
銅賞 津野 了哉 (滝上)

4年生

- 金賞 有澤 良浩 (白鳥)
銀賞 籠尾 善大 (濁川)
瀬川 虎太郎 (白鳥)
氏川 知英 (滝上)

5年生

- 金賞 三島 梓 (白鳥)

6年生

- 銅賞 千葉 友美 (滝西)