

5. たばこ・アルコール

〈目標〉

1. 喫煙者・多量飲酒者を減らします。

【市民・家庭の取り組み】

子ども若者世代	◆たばこ・お酒についての正しい知識を学びましょう。 ◆喫煙や過度の飲酒をせず、健康的な心身をつくりましょう。 ◆未成年者を受動喫煙^注・飲酒などの健康被害から守りましょう。
働き盛り世代	◆職場での健康教育や、広報などを通じて、喫煙や多量飲酒による健康への影響を正しく理解しましょう。 ◆喫煙者は禁煙に取り組みましょう。
高齢世代	◆たばこを吸わない人への受動喫煙を防止しましょう。 ◆お酒は飲み過ぎず、休肝日を設けて楽しく適量を心がけましょう。 ◆他の人に喫煙や過度の飲酒をすすめないようにしましょう。

注：受動喫煙とは他の人が喫煙することにより生じた副流煙（たばこの先から出る煙）や、喫煙者が吐き出した煙を吸いこむこと。

【地域の取り組み】

- ◆出前講座等を利用して、たばこ・アルコールについて学ぶ機会をつくりましょう。
- ◆地域全体で、禁煙・分煙・適正飲酒に取り組む意識・環境づくりをすすめましょう。

【行政の取り組み】

施策	取り組み内容	推進の主体
たばこ・アルコールに関する知識の普及啓発	◆未成年者や妊婦の喫煙・飲酒の害について、普及・啓発に努めます。 ◆喫煙や受動喫煙、多量飲酒による健康への影響について、知識・情報提供を推進します。	保健課
禁煙に向けての体制づくり	◆喫煙者への保健指導や、禁煙を希望する方の健康相談体制の充実を図ります。 ◆禁煙外来のある医療機関や相談窓口などの情報提供に努めます。 ◆保健所との連携により、禁煙や適切な分煙措置を行う「<u>おいしい空気の施設</u>」^注の普及・啓発に努めます。	保健課
アルコールに関する体制づくり	◆断酒会と連携して、お酒でお悩みの方相談を実施し、相談しやすい体制づくりに努めます。	保健課

注：おいしい空気の施設とは、禁煙・分煙が適正に実施されている施設。保健所に登録するとステッカーが交付され、北海道のホームページに紹介されます。

【目標値】

指 標	現状値 (平成 26 年度)		中間目標値 (平成 31 年度)		目標値 (平成 36 年度)	
喫煙率の減少	全体	26.0%	全体	21.0%	全体	16.0%
	男性	37.0%	男性	32.0%	男性	27.0%
	女性	16.3%	女性	11.0%	女性	6.0%
	※1					
妊婦の喫煙率の減少		12.8%		6.0%		0.0%
	※2					
COPD _注 認知割合の増加		27.0%		50.0%		80.0%
	※1					
ほぼ毎日飲酒する人の割合の減少	男性	33.4%	男性	31.0%	男性	29.0%
	女性	9.3%	女性	7.0%	女性	4.0%
	※1					
生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている人の割合の減少	男性	30.2%	男性	28.0%	男性	25.0%
	女性	12.8%	女性	10.0%	女性	8.0%
	※1					

※1 根室市健康づくりのためのアンケート

※2 平成 25 年度妊娠届

注：COPD（慢性閉塞性肺疾患）とは、主として長期の喫煙によってもたらされる肺の炎症性疾患で、咳・痰・息切れを主訴として緩徐に呼吸器障害が進行します。かつての、肺気腫・慢性気管支炎と称されていた疾患が含まれます。