

## 滋賀大学健康セミナー（第5回）を開催しました

滋賀大学保健管理センターでは、学生・教職員及び地域住民の皆さまを対象に健康的な生活を送るための正しい情報を提供する機会として滋賀大学健康セミナーを開催しております。

本年度、第5回は、12月17日（月）に彦根キャンパス第14講義室・大津キャンパス第35講義室（TV中継により聴講）において、喫煙と健康についての研修会「大学人に求められる健康増進法改正と新型タバコの最新知識」と題し、高橋裕子<sup>たかはしゆうこ</sup>氏（日本禁煙科学会 理事長／京都大学大学院医学系研究科・社会健康医学専攻 特任教授／京都大学医学部附属病院 呼吸器内科禁煙外来 担当医／国立病院機構 京都医療センター 臨床研究センター 客員室長）による講演が行われ、約20名の学生・教職員及び一般の方の参加がありました。

高橋先生の講演では、禁煙補助薬の効果、喫煙とメンタルヘルスや労災の関係性を事例のデータを見ながら詳しく解説していただきました。また、早い段階で禁煙することで生存率や精神健康度が改善されることを学びました。

喫煙量を減らしても病気はあまり減らないこと、屋外の喫煙でも受動喫煙を生じること、受動喫煙なしと比較すると受動喫煙はわずかな煙でも急激に心臓発作の危険性が増加することをお話していただきました。「煙が出ない」という加熱式タバコにももちろん受動喫煙はあるそうです。

この他にも、どんな添加物・薬物が入っているかわからないという電子タバコへの注意喚起がありました。

滋賀大学は、学生及び教職員の健康増進の観点から、2019年5月31日をもって大津、彦根両キャンパス内を全面禁煙にすることを決定しました。

今回のセミナーを機に、少しでも多くの方が喫煙・受動喫煙によるリスクを知ることで生活習慣を改めていただけますよう期待いたします。



高橋裕子先生による講演