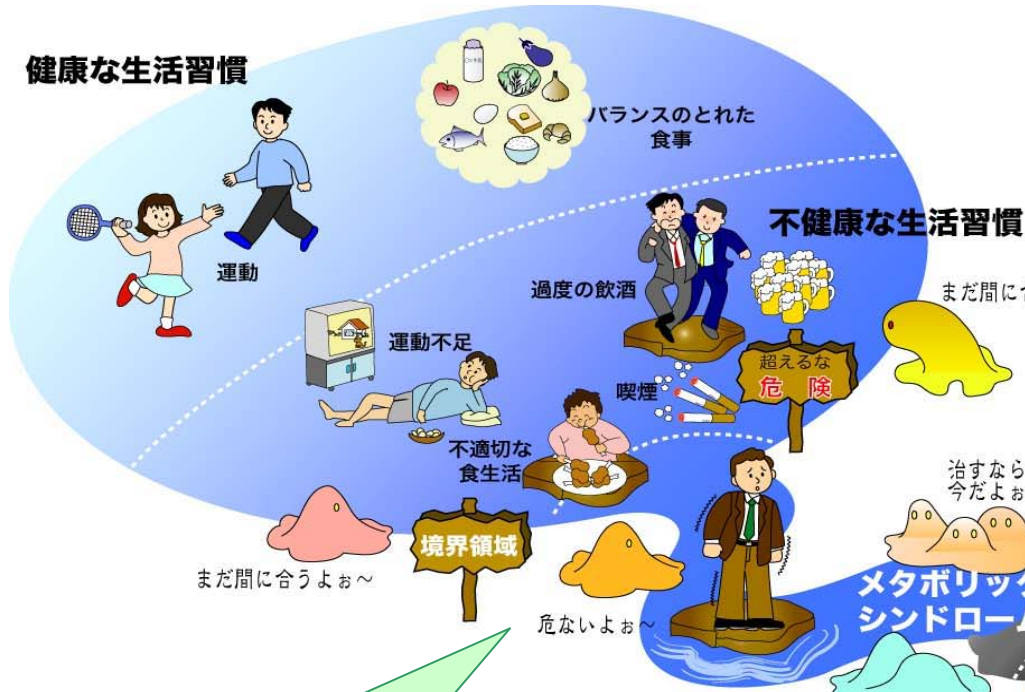


生活習慣病のイメージ

健康な生活習慣



レベル 1

- 不適切な食生活 (エネルギー・食塩・脂肪の過剰等)
- 身体活動・運動不足
- 喫煙
- 過度の飲酒
- 過度のストレス

レベル 3

- 肥満症 (特に内臓脂肪型肥満)
- 糖尿病
- 高血圧症
- 高脂血症

レベル 2

- 肥満
- 高血糖
- 高血圧
- 高脂血

レベル 4

- 虚血性心疾患 (心筋梗塞・狭心症等)
- 脳卒中 (脳出血・脳梗塞等)
- 糖尿病の合併症 (失明・人工透析等)

レベル 5

- 半身の麻痺
- 日常生活における支障
- 認知症

生活機能の低下
要介護状態



参考資料

厚生労働省 生活習慣病関連資料

- 健康づくりのための運動指針2006
 - エクササイズガイド2006
- 食事バランスガイド
- 禁煙支援マニュアル
- 標準的な健診・保健指導プログラム(暫定版)
 - 保健指導における学習教材集

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/seikatsu/index.html>

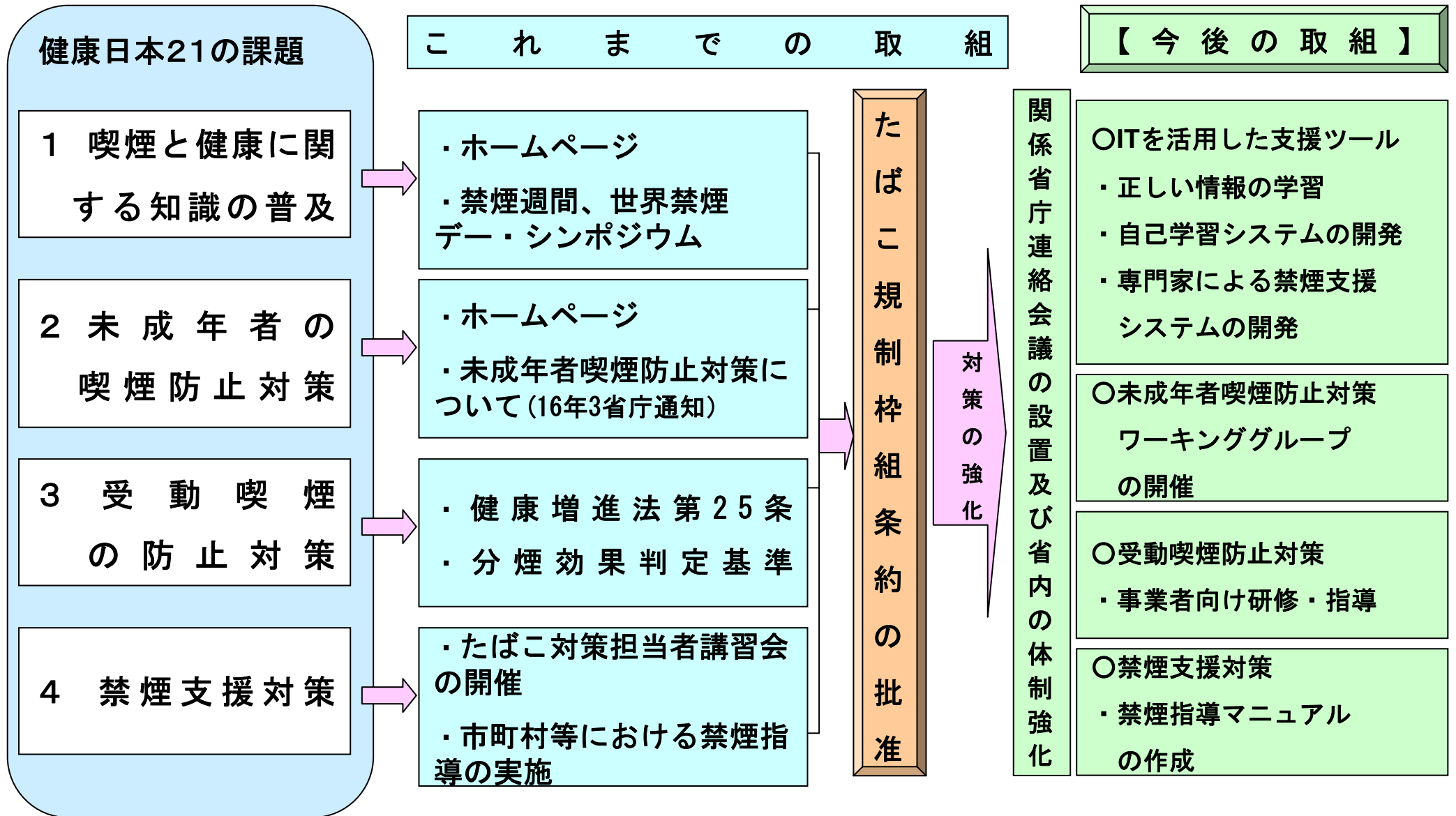
国立保健医療科学院

- 標準的な健診・保健指導プログラム(暫定版)
 - 保健指導における学習教材集

<http://www.niph.go.jp/soshiki/jinzai/koroshoshiryo/index.html>

たばこ対策について

厚生労働省におけるたばこ対策の推進



喫煙により、脳卒中や虚血性心疾患のリスクが上昇する

不健康な生活習慣

○不適切な食生活
(エネルギー・食塩・
脂肪の過剰等)

○運動不足

○飲酒

○たばこ

○ストレス過剰

生活習慣病

メタボリック
シンドロームとしての
○肥満症
○糖尿病
○高血圧症
○高脂血症 など

重症化・合併症

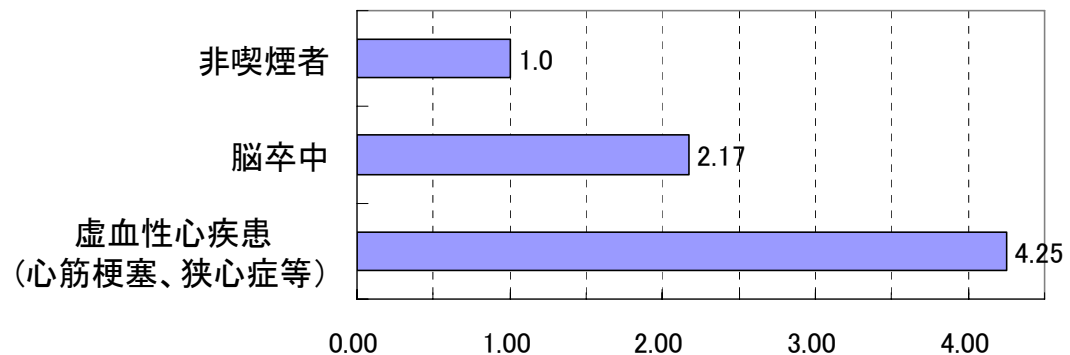
○心筋梗塞
○狭心症
○脳卒中
○糖尿病の合併症
(失明・人工透析等)

たばこ



循環器病による死亡

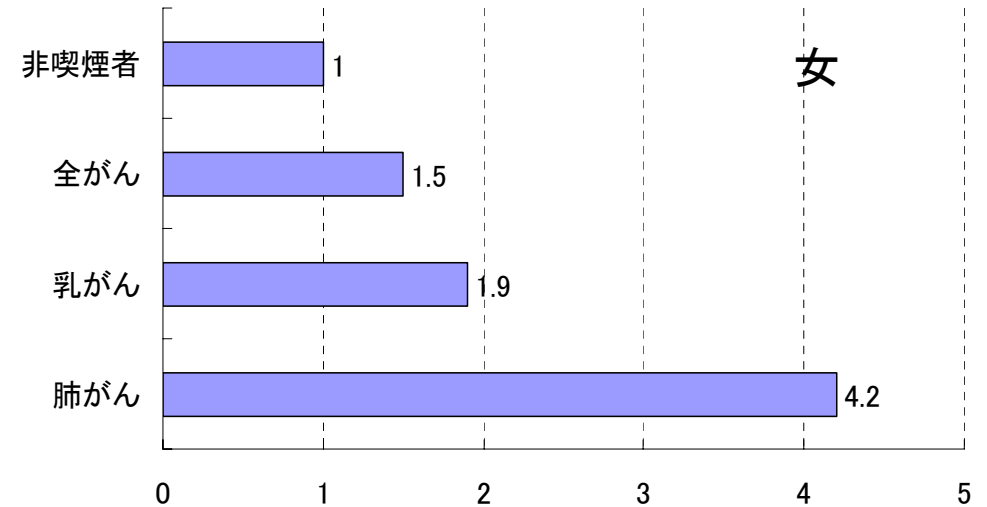
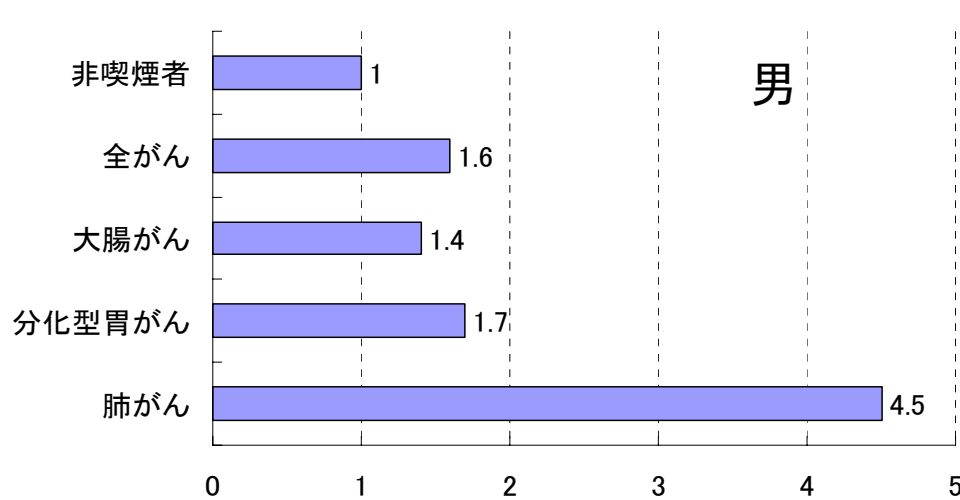
(非喫煙者を1とした場合の喫煙者の死亡リスク(男性:21本以上/日))



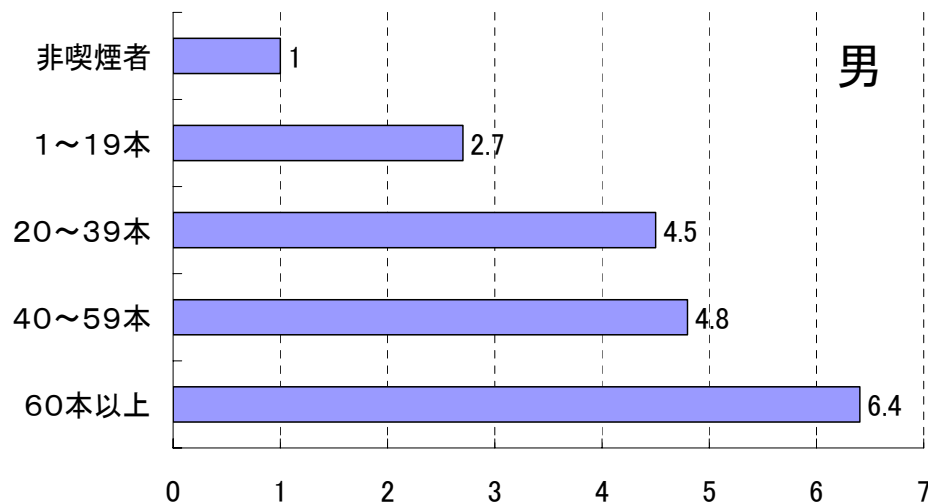
喫煙によりがん死亡のリスクが上昇する

がんによる死亡 (非喫煙者を1とした場合の喫煙者の死亡リスク)

◆ 喫煙とがん死亡についての相対危険度(日本)



◆ 喫煙本数別にみた肺がん死亡についての相対危険度(日本)



出典:厚生労働省がん研究助成金による指定研究班「多目的コホートに基づくがん予防など健康の維持・増進に役立つエビデンスの構築に関する研究」

(津金昌一郎 国立がんセンターがん予防・検診研究センター)
1990年61,595人登録、1993年78,825人登録、計140,320人

全がん Inoue M, Prev Med. 2004; 38(5):516-522
大腸がん Otani T, Cancer Epidemiol Biomark Prev 2003; 12:1492-1500
胃がん Sasazuki S, Int J Cancer 2002;101:560-566
肺がん Sobue T, Int J Cancer. 2002;99:245-251
乳がん Hanaoka T, Int J Cancer. 2005 Mar 20;114(2):317-22
喫煙本数 Sobue T, Int J Cancer. 2002;99:245-251

喫煙により医療費や労働力損失が増加する

- ◆ 超過医療費 1兆3,086億円 (国庫負担ベース 3,258億円)
- ◆ 超過死亡数 11万4千人 (2000年)
- ◆ 経済的損失額 様々な試算。喫煙による健康被害に伴う入院・死亡なども考慮すると以下のような推計値が報告

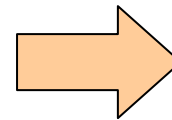
・ 7兆3,786億円 (平成13年 厚生労働科学研究)

直接費用

超過医療費 1兆3,086億円
その他(火災など) 2,246億円

間接費用

労働力損失 5兆8,454億円

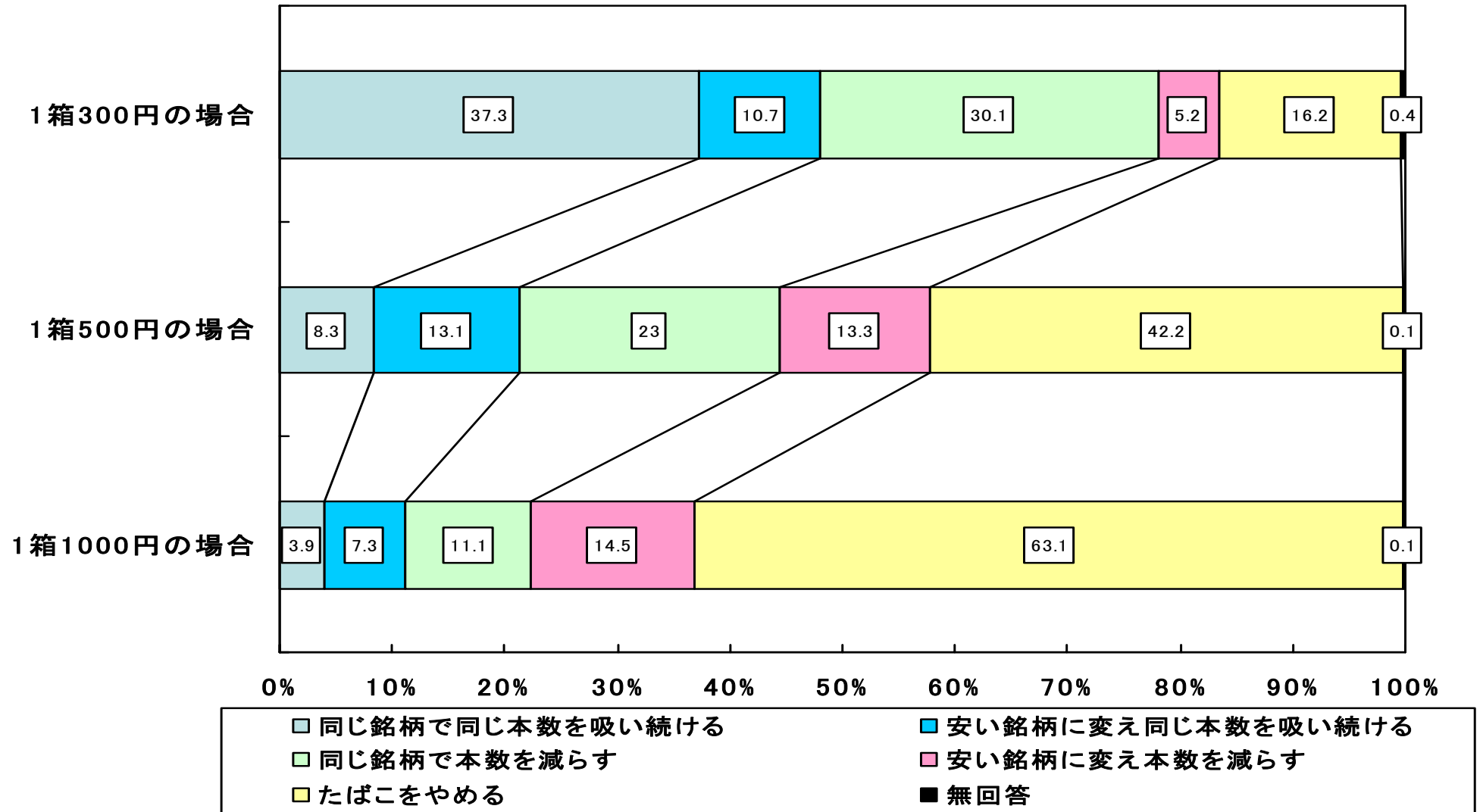


合計 7兆3,786億円

- (注) 1. 超過医療費は「平成13年度厚生労働科学研究費補助金 たばこ税増税の効果・影響等に関する調査研究報告書」による。医療費の国庫負担割合24.9%として推計。(平成11年度ベース)
2. 超過死亡数「Peto, Lopez, et. al. "Mortality from Smoking in Developed Countries: 1950-2000"による。
(※2000年の数値は2003年の第2版)

出典: 平成13年度厚生労働科学研究費補助金
たばこ税の増税の効果・影響等に関する調査研究報告書

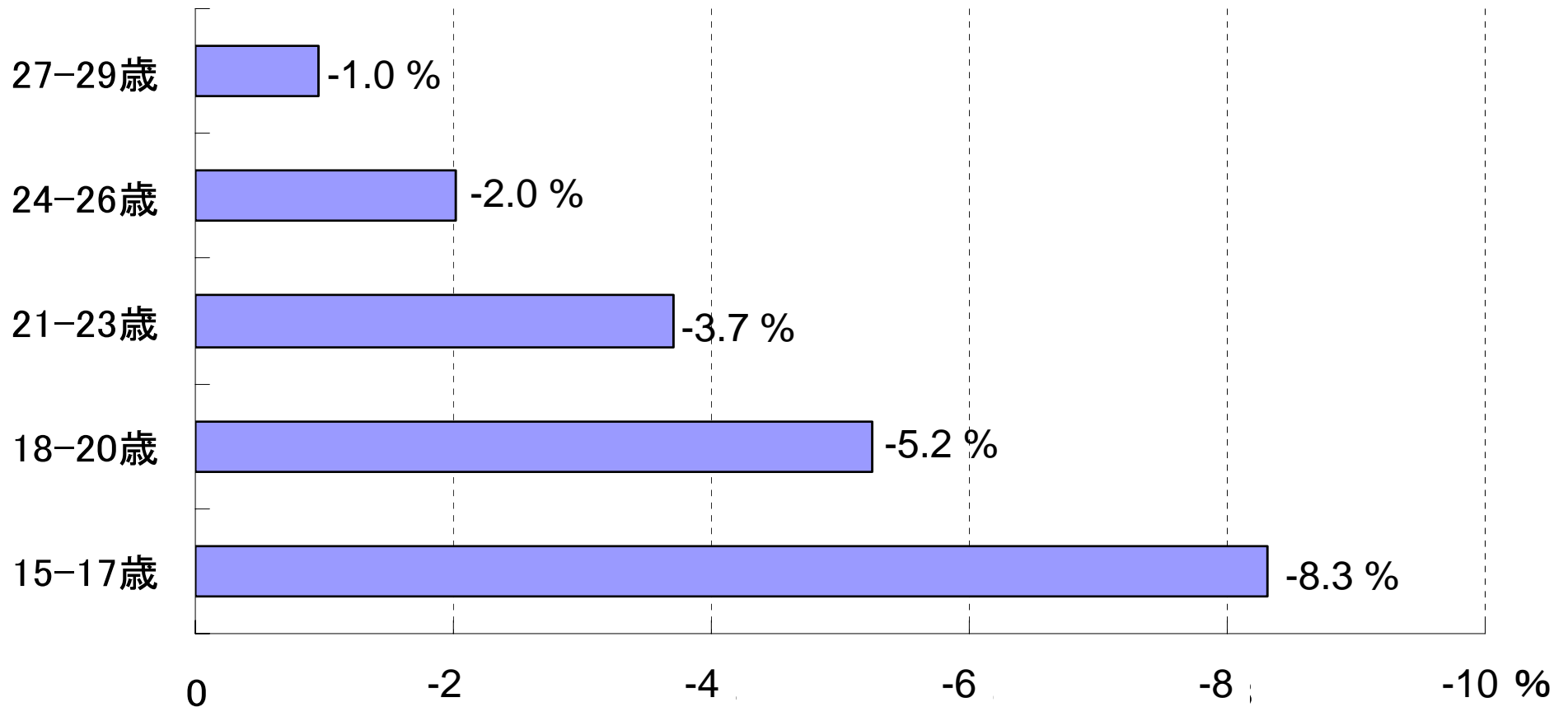
たばこ価格の上昇がたばこ消費量を減少させる



出典：平成13年度厚生労働科学研究費補助金
たばこ税の増税の効果・影響等に関する調査研究報告書

米国の研究によると、たばこ価格の上昇により、 若年者の喫煙ほど抑制される

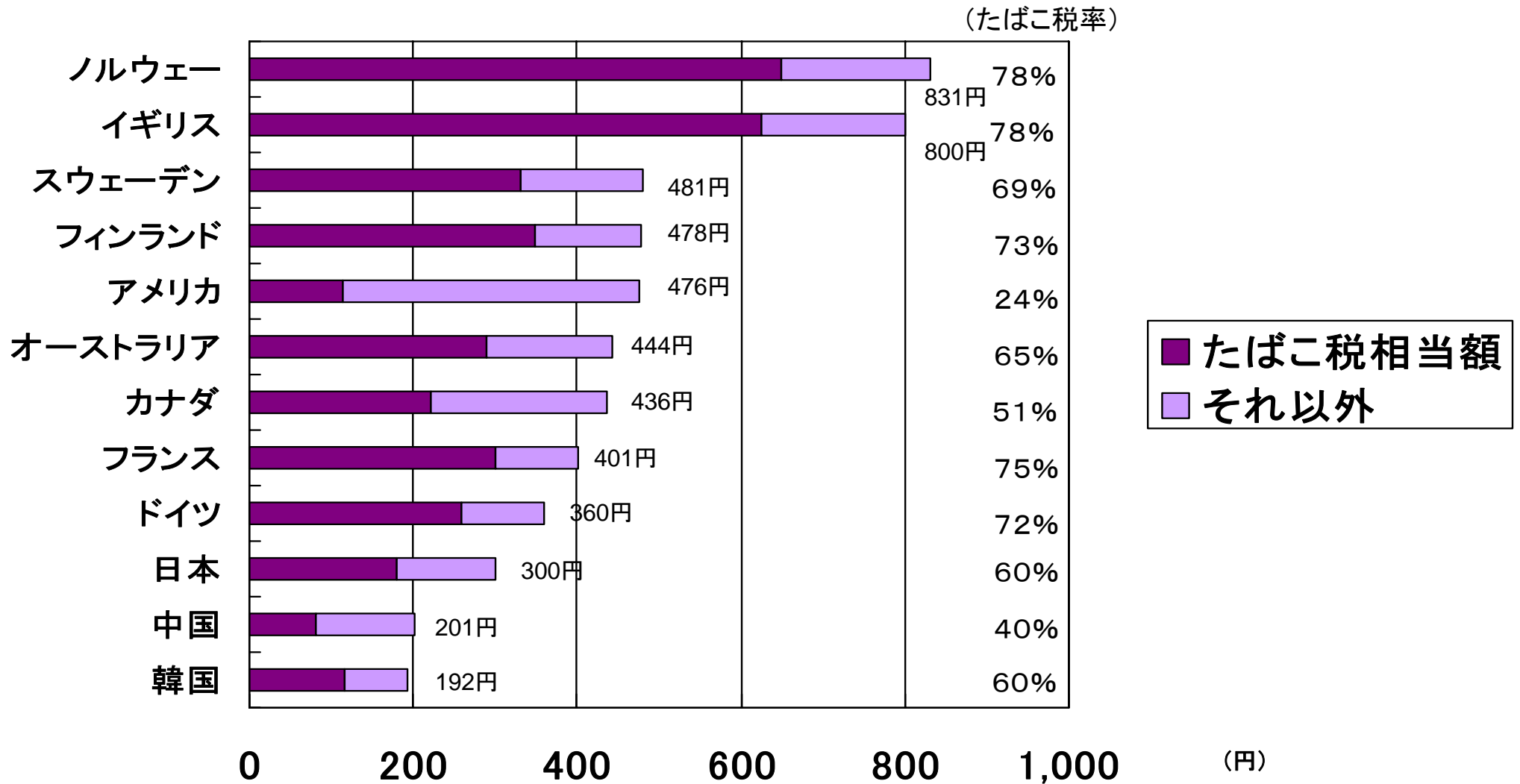
価格が10%上昇した場合のたばこ消費量の減少率(%)



[Harris JE, Chan SW.](#)

The continuum-of-addiction: cigarette smoking in relation to price among Americans aged 15-29. (34,145人)
Health Econ. 1999 Feb;8(1):81-6.

※
紙巻きたばこ1箱の価格に対するたばこ税の割合



データ: The Tobacco Atlas, World Health Organization (2002) より

※ マルボロあるいは同等の国際ブランド1箱あたりの価格(2.34 \$を300円に換算)

「禁煙支援マニュアル」について

(1) 背景

平成15年の調査によると、現在習慣的に喫煙している人の割合は、男性で46.8%、女性で11.3%。このうち「たばこをやめたい」又は「本数を減らしたい」と回答している人は、男女とも全体で約7割。

(2) マニュアル策定の目的

これまでの厚生労働科学研究の成果を基に、禁煙・節煙希望者に効果的な禁煙支援を推進するため、平成18年5月に策定。

(3) マニュアルの内容等

- ①保健医療の専門職だけでなく、職場の衛生管理者や地域の保健事業担当者も対象とし、「喫煙と健康」に関する健康教育を行うための必要な基礎知識や、実施方法、留意事項等を解説。
- ②附属のCD-ROM教材により、音声や動画を組み合わせ、具体的にわかりやすく学習できるよう工夫。