



長濱産業医事務所

NOH Nagahama office for occupational health

新しいタイプのたばこ について

衛生講話 2026年5月

長濱さつ絵

加熱式たばこ、電子タバコ

加熱式たばこ

- たばこ葉を使用し、燃焼させず加熱により発生した蒸気を吸引するたばこ
- 燃焼させないためタールの発生を抑えることができるが、ニコチンを含む有害物質は発生
- アイコス、グロー、プルームなど



電子たばこ

- カートリッジ内の液体（リキッド）を電気加熱により発生する蒸気を吸引
- 日本国内で販売している電子たばこにニコチンは含まれていない
- 日本ではニコチン入りの電子たばこの譲渡・販売を法律で禁止



加熱式たばこ

- 2014年発売開始
- 日本では世界と比較して非常に早く加熱式たばこの市場が拡大

日本メディアが触れない「フィリップ・モリス」と 「東大・京大教授」の癒着告発



執筆者：上昌広 2024年9月2日

タグ：健康

エリア：アジア

シェアする 114

ポスト

B! 2

お気に入り登録

印刷



- 京大の教授がたばこ会社からの資金を、別会社経由で受け取っていた疑惑が告発



IQOS(アイコス)のパンフレットより

IQOSは、科学的に実証されています。

たばこ本来の味わいはそのままに、IQOSのたばこペーパーは発生する有害性成分の量を紙巻たばこの煙と比べて約90%カットすることが実証されています。

1. 国際公衆衛生機関が優先する8つの有害性成分の量の低減率(平均)



※平均90%低減という表現は、有害性成分の量を約90%カットした表現は、本製品の健康に及ぼす悪影響が他製品と比べて小さいことを意味するものではありません。

※IQOSは100%有害性を減らすことができません。有害性成分の量を約90%カットした表現は、本製品の健康に及ぼす悪影響が他製品と比べて小さいことを意味するものではありません。

2. エアクオリティーテスト実証済み

IQOSのたばこペーパーは、紙巻たばこの煙より素早く消え、屋内環境に影響を及ぼしません。
(国際規格に基づいたエアクオリティテストで実証済み: ISO16814:2008, EN15251:2007)

※IQOSにリスクがないというわけではありません。
※たばこ関連の健康リスクを軽減させる一番の方法は、紙巻たばこもIQOSも両方やめることです。

「有害性成分の量を約90%カット」の表現は、本製品の健康に及ぼす悪影響が他製品と比べて小さいことを意味するものではありません。

* IQOSにリスクがないというわけではありません
* タバコ関連の健康リスクを軽減させる一番の方法は紙巻タバコもIQOSも両方やめることです



Japan Society for Tobacco Control

日本禁煙学会

<http://www.jstc.or.jp/> E-mail desk@nosmoke55.jp
〒162-0063 東京都新宿区市谷薬王寺町 30-5-201
Tel 03-5360-8233 FAX 03-5360-6736

電子タバコ、加熱式タバコをお使いの方に重要なお知らせ

発熱・息切れなどが発生した場合、肺炎のおそれがあります！

すぐに医療機関を受診しましょう！

ただちに使用をやめましょう！

一般社団法人 日本禁煙学会 理事長 作田 学

2019年12月17日

用語注：●電子タバコ：JUUL など（カートリッジに入ったリキッドを加熱吸引）
●加熱式タバコ：アイコス・プルームテックなど（タバコスティックを加熱吸引）

www.jstc.or.jp/uploads/uploads/files/information/NSAT2019.pdf

© 2025 Nagahama office for Occupational Health



ゾンビたばこ

- 電子タバコ用リキッドに違法薬物を添加したもの
- そもそも日本では、電子タバコ用のニコチン・リキッドは流通していない
 - ニコチンが含まれるリキッドは違法販売



ノルディックスピリット



石田雅彦さんの記事より

- JTが2026年3月より発売
- 噛むたばこ
- 袋の中に葉タバコから抽出したニコチンをしみこませた植物繊維が入っている
- ドイツ…事実上の発売禁止
- フランス…2026年4月1日より製造・発売・使用禁止
- スペイン…今後禁止予定



加熱式タバコ使用は紙巻タバコ使用より禁煙治療で成功しにくい

- Makiko Kanai等、Thorax. 2021 Jun;76(6):615-617. PMID: 34161920
- 加熱式たばこ使用者の禁煙成功は、紙巻たばこ使用者より23%低い
- 加熱式たばこが煙治療の効果を妨げる可能性
- 加熱式たばこは禁煙の補助としては不十分
- 禁煙を目指す場合は禁煙外来や専門家のサポートを活用





🔍 Google 提供

- HOME
- 学会について
- 学術総会
イベント
- 認定制度
- 学会誌
出版物
- 教育・研究
助成
- 治療・診断
- 取り組み
- 資料集
リンク



**一緒にタバコ
をやめましょう**

私たちがお手伝いをします

日本禁煙学会



健康になります

病気のリスクが軽減されます



お金が残ります

タバコ代1,000万円が残ります



禁煙店は栄えます

喫煙する人はわずか15%
85%のお客さんを大事にしませんか？



みんなが喜びます

禁煙をして困る人はいません
周囲の人も皆が喜びます

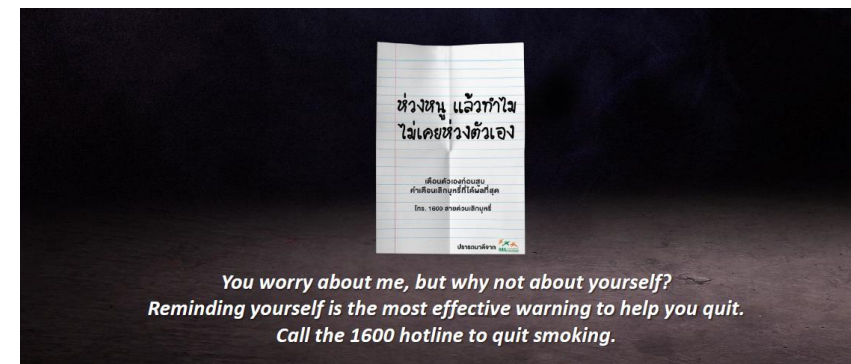




**2013年に作成された
タイ国健康促進財団の
キャンペーン動画では、
タバコを吸っている大人に
子どもたちが声を掛けます**

**「火を貸して」
タバコを吸うためです**

**動画の最後に、子どもたちは
大人に手紙を渡します**



タバコは百害あって一利なし

(実際には200害以上)



<双子の分かれ道>

タバコは老化促進剤

シミやそばかすが増え、乾燥したしわの多い皮膚になる。
歯にはヤニが付き、歯肉の色も悪い。
タバコは10年以上老化を促進させる。

- 誤飲 やけど 火事
- 乳幼児突然死 SIDS
- 流産 低出生体重
- 低知能指数 低身長
- 受動喫煙による害
 - がん 狭心症
 - 喘息 中耳炎
- 将来の喫煙 早死
- 不妊 インポテンツ

<http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/1566191.stm>



さあ禁煙を始めましょう！

禁煙外来の利用で医療機関でなら 比較的楽に、より確実に禁煙できます

POINT!

- 禁煙外来の利用で、成功率は
7～8割
- 禁煙補助薬を使うことで
離脱症状が抑えられ、比較的楽に
やめられる



ご清聴ありがとうございました

