



令和 7 年度  
若年者の喫煙習慣化防止ワークショップ  
**報告書**

# INDEX

---

事業の概要.....	3
<b>【第1回 製菓製パン技術科】</b>	
当日プログラム.....	5
当日のワークショップ風景（スナップ写真）.....	6
新潟県のたばこ対策・受動喫煙対策についての解説スライド.....	7
意見交換の手順解説スライド.....	11
テーマ1（ラウンド1）で意見交換中に使用された模造紙.....	13
テーマ1での意見交換で出されたキーワードとそれをまとめた集類文.....	14
テーマ2（ラウンド2と3）で意見交換中に使用された模造紙.....	19
テーマ2での意見交換で出されたキーワードとそれをまとめた集類文.....	21
最終発表：各班が感じた重要項目.....	26
<b>【第2回 調理総合技術科】</b>	
当日プログラム.....	29
当日のワークショップ風景（スナップ写真）.....	30
新潟県のたばこ対策・受動喫煙対策についての解説スライド.....	31
意見交換の手順解説スライド.....	35
テーマ1（ラウンド1）で意見交換中に使用された模造紙.....	37
テーマ1での意見交換で出されたキーワードとそれをまとめた集類文.....	38
テーマ2（ラウンド2と3）で意見交換中に使用された模造紙.....	42
テーマ2での意見交換で出されたキーワードとそれをまとめた集類文.....	43
最終発表：各班が感じた重要項目.....	46
奥付.....	48

---

## 〈1〉 事業の名称

令和7年度 若年者の喫煙習慣化防止ワークショップ

## 〈2〉 事業の目的

新たにたばこを吸い始める若年者の減少を目指し、喫煙に関する知識の普及啓発を図るとともに、取組のアイデアについて学生と一緒に考える。

## 〈3〉 事業の概要

たばこに関する現状等について説明した後、ワークショップ（ワールドカフェ形式で3ラウンドを実施）を通じ、現状と対策についての意見交換を実施。

## 〈4〉 開催日程、開催時間、会場、対象者

### 【第1回 シェフパティシエ専門学校 製菓製パン技術科】

(1) 日 時：令和7年11月20日（木）10:30～12:20（110分）

(2) 会 場：シェフパティシエ専門学校 2F レストラン教室（新潟市中央区笹口2-9-1）

(3) 対象者：製菓製パン技術2年生 23名

### 【第2回 シェフパティシエ専門学校 調理総合技術科】

(1) 日 時：令和8年1月7日（水）13:20～15:10（110分）

(2) 会 場：シェフパティシエ専門学校 2F レストラン教室（新潟市中央区笹口2-9-1）

(3) 対象者：調理総合技術科2年生 31名

## 〈4〉 ワークショップの基本的なプログラム ※詳細については各回の当日プログラムを参照

- オープニング
- 新潟県のたばこ対策・受動喫煙対策についての解説
- ワールドカフェスタイルの意見交換会～各グループの発表
- 講評、まとめ
- クロージング

## 〈5〉 意見交換会のテーマ

### 【第1回 製菓製パン技術科】

○ラウンド1のテーマ：たばこに対するイメージや、身の周りの喫煙状況・環境についてどう思うか

○ラウンド2のテーマ：若者がたばこを吸い始めないようにするには何が必要か Part.1

○ラウンド3のテーマ：若者がたばこを吸い始めないようにするには何が必要か Part.2

### 【第2回 調理総合技術科】

○ラウンド1のテーマ：たばこに対するイメージや、身の周りの喫煙状況・環境についてどう思うか

○ラウンド2のテーマ：若者がたばこを吸い始めないようにするには何が必要か Part.1

○ラウンド3のテーマ：若者がたばこを吸い始めないようにするには何が必要か Part.2

2025.11.20

シェフパティシエ専門学校  
**製菓製パン技術科**  
ワークショップ






■新潟県のたばこ対策・受動喫煙対策についての解説スライド

**若年者の喫煙習慣化防止のための  
意見交換会**

令和7年11月20日

新潟県福祉保健部健康づくり支援課  
成人保健係 石黒 裕二



1

**本日も話すること**

- 1. たばこをめぐる現状**
  - たばこの基礎知識 (健康への影響、加熱式たばこ等)
  - データで見るたばこ
- 2. 県の実施について**
  - 健康立県プロモーション事業
  - 新潟県のたばこ対策

2

- 1. たばこをめぐる現状**
  - たばこの基礎知識 (健康への影響、加熱式たばこ等)
  - データで見るたばこ
- 2. 県の実施について**
  - 健康立県プロモーション事業
  - 新潟県のたばこ対策

3

**たばこの害について**

けむりの種類 (受動喫煙 = 副流煙 + 呼出煙)



①主流煙 (しゅりゆうえん) = たばこを吸う人が吸いこむけむり

②副流煙 (ふくりゆうえん) = たばこの先から出るけむり

③呼出煙 (こしゅつえん) = はいた煙

1本のたばこに約5,300種類の化学物質が含まれる  
→うち有害物質は**200~300種類**とも言われている。

4

**喫煙による健康影響**

【たばこの煙に含まれる血管を傷つける有害化学物質】  
ニコチン、一酸化炭素、一酸化窒素、シアン化水素など

血管が傷つくと・・・ **虚血性心疾患、脳卒中**

【たばこの煙に含まれる発がん性物質】 **約70種類**

遺伝子が傷つくと・・・ **がん**

日本の研究ではがんの死亡のうち **男性40%女性5%** 喫煙が原因だと考えられています。

5

**喫煙による健康影響**

**COPD(慢性閉塞性肺疾患)について**

- ・気管支の炎症や肺胞の破壊により、気流閉塞(肺から空気が吐き出される速度の低下)が引き起こされる
- ・様々な他の疾患を併存しやすい  
例: 肺機能の低下→身体活動の減少→フレイル・サルコペニア
- ・世界の死亡原因の第3位(約323万人,2019)であり、日本国内の推定有病者数は**530万人以上**とも言われている
- ・現時点では根本的な治療方法はない(元の肺には戻らない)  
※進行を遅らせることは可能
- ・COPDの**原因の9割はたばこ**(別名:たばこ病)

⇒ **禁煙が最も効果的な予防・治療方法!**

6

### 受動喫煙による健康被害

「受動喫煙」…他人のたばこの煙を吸わされること

日本では年間**1万5千人**が受動喫煙で亡くなっているといわれています。

**成人への影響**

- 肺がん、虚血性心疾患、脳卒中による死亡

**子どもへの影響**

- 気管支ぜんそく等呼吸器機能の低下
- 身体発育の低下

出典 厚生労働省研究班「平成28年「喫煙と健康」喫煙の健康影響に関する検討会報告書より」

→副流煙に含まれる主な有害物質（ニコチン、タール、一酸化炭素）は**主流煙の約3～5倍**とも言われている

7

### 知っていますか？屋内は全面禁煙です！

病院や学校・行政機関などは  
2019年7月より原則**館内禁煙**

飲食店やオフィスなどは  
2020年4月より原則**館内禁煙**

## 2020年4月、様々な施設でスタート！

→喫煙可能な施設は**標識の掲示**が必要に！

施設の出入口に掲示が必要

喫煙室の出入口に掲示が必要

8

### たばこの依存性

体の依存

習慣依存

心の依存

ニコチンの依存度の強さは**麻薬と同程度**

悪循環

#### ニコチン依存のメカニズム

- ①喫煙により肺からニコチンが取り込まれる
- ②脳に到達しドーパミンを放出 → **強い快楽**
- ③時間とともに血液中のニコチン濃度が低下するとイライラ、頭痛、倦怠感などの**離脱症状**が発生
- ④離脱症状を解消するため再び喫煙

9

### 加熱式たばこなら大丈夫？

【加熱式たばこ】たばこ葉を使用した「たばこ」

加熱式たばこ	加熱温度	発売開始
電子タバコ (E-cigarette)	加熱しない	2014年11月 (国内市場で発売)
加熱式タバコ (Heated tobacco products: HTPs)	200～350℃	2014年11月 (国内市場で発売)
低温加熱	35～40℃	2019年11月 (国内市場で発売)

国内ニコチン量10mg未満の加熱式たばこ、電子タバコは輸入品  
日本 医薬品医療機器等法(薬機法)により、ニコチン入りは不可

IQOS (アイコス) フィリッパ・モリス 製  
2014年11月 (国内市場で発売)  
2018年4月 (全国発売)  
2017年2月 IQOS 2.4 plus  
2018年11月 IQOS 3 IQOS 3 MAX 3

ぷるぷる (Purpur) フィリッパ・モリス 製  
2014年11月 (国内市場で発売)  
2018年12月 (国内市場で発売)  
2019年12月 (国内市場で発売)

RAZER (レイザー) インテリジェントシステムズ 製  
2018年7月 (国内市場で発売)

Phone 5 (フィフ) エス・エス・エス 製  
2018年8月 (全国発売)

Phone 5 (フィフ) プルム・テクノロジー 製  
2018年2月 (国内市場で発売)  
2018年7月 (全国発売)

Phone 5 (フィフ) プルム・テクノロジー (フランス) 製  
2018年1月 (オンラインと専門店、4月 全国発売)

glaxo (グロ) エス・エス・エス 製  
2019年4月 (国内市場で発売、11月より全国発売)

産業医科大学 大和先生講演スライド より

10

### 加熱式たばこの有害性成分

IQOSのたばこペーパーは発生する有害性成分の量を大幅にカット。

有害性成分の量の低減率(平均) **約90%低減**

9つの有害性成分 約90%低減

たばこの煙に含まれる有害性成分は、**200～300種類以上**。  
→それ以外は？

11

### 加熱式たばこのパンフレットには…

1. 有害性成分の低減率(平均) 約90%低減

2. スーパーキープス® 葉巻風

図表および「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。

\* (商品名) 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

呼気中のエアロゾルには、発がん物質などの有害物質があることがわかっている。  
**紙巻きたばこと同様に受動喫煙による影響がある。** (日本禁煙学会)

12

### 電子たばこのリスク

たばこ事業法による「たばこ製品」の定義  
 … **葉たばこを原料としたもの**

電子たばこ…リキッドを加熱して蒸気を吸い込む  
 ⇒ **葉たばこが使用されていない製品は日本の法律上「たばこ製品」ではない**  
 = **20歳未満でも購入できてしまう**

ニコチン入りのリキッドを使う製品は国内不許可  
 ・海外から輸入されたニコチン入りリキッドが流通している例もある  
 ・**ニコチンの有無に関わらず、健康被害を起こすおそれが否定できない**  
 ⇒ **電子たばこも「無害」ではない！**

13

### 1. たばこをめぐる現状

- たばこの基礎知識 (健康への影響、加熱式たばこ等)
- ➡ ○ データで見るたばこ

### 2. 県の取組について

- 健康立県プロモーション事業
- 新潟県のたばこ対策

14

### データで見るたばこ

#### 現在習慣的に喫煙している者の割合

出典 県「国民健康・栄養実態調査」、国「国民健康・栄養調査」  
 ※ 国民健康・栄養調査のR2、R3は新型コロナウイルス感染症の影響により調査中止

⇒ **男性の4人に1人が習慣的な喫煙者！**

15

### データで見るたばこ

#### 現在習慣的に喫煙している者の割合 (年代別)

性別	年度 (総数)	総数	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳-
男性	R2 (n=821)	26.9%	22.2%	30.3%	30.1%	41.2%	22.4%	14.7%
	R3 (n=743)	25.7%	26.5%	32.1%	30.4%	32.7%	30.8%	13.3%
	R4 (n=797)	27.7%	22.6%	37.2%	25.6%	35.7%	38.3%	14.7%
	R5 (n=460)	24.6%	24.0%	26.5%	33.3%	27.6%	34.0%	13.6%
	R6 (n=805)	23.4%	13.3%	17.4%	31.7%	37.0%	27.3%	13.2%
	R6 (n=805)	23.4%	13.3%	17.4%	31.7%	37.0%	27.3%	13.2%
女性	R2 (n=988)	8.0%	7.5%	10.7%	14.5%	8.3%	7.2%	2.3%
	R3 (n=883)	8.5%	2.8%	12.5%	12.6%	13.6%	8.0%	1.7%
	R4 (n=890)	5.7%	2.0%	13.1%	8.9%	8.1%	4.9%	1.8%
	R5 (n=508)	5.9%	2.9%	2.9%	10.3%	14.8%	5.6%	1.6%
	R6 (n=939)	7.1%	3.0%	7.9%	10.0%	13.5%	8.1%	1.1%
	R6 (n=939)	7.1%	3.0%	7.9%	10.0%	13.5%	8.1%	1.1%

出典 県民健康・栄養実態調査

- ・男女ともに40～50歳代の喫煙率が高く、特に**働く世代で喫煙率が高くなっている。**
- ・20代男性についても、およそ**5人に1人**が習慣的な喫煙者。

16

### データで見るたばこ

#### 受動喫煙の機会を有する者の割合の年次推移

出典 県民健康・栄養実態調査

- ・受動喫煙の機会を有する者は減少傾向の一方で、**職場では5人に1人が受動喫煙があったと回答**

17

### データで見るたばこ

#### 習慣的に喫煙しているたばこ製品の組合せ

出典 R6県民健康・栄養実態調査

- ・**20歳代の喫煙者の8割以上**が加熱式たばこを使用
- ・**30～50歳代でも約半数**が加熱式たばこを使用

18

**1. たばこをめぐる現状**

- たばこの基礎知識 (健康への影響、加熱式たばこ等)
- データで見るたばこ

**2. 県の取組について**

- 健康立県プロモーション事業
- 新潟県のたばこ対策

19

**健康立県プロモーション事業**

【基本理念】  
県民の健康寿命が延伸し、すべての世代が生き生きと暮らせる「健康立県」の実現

食生活 運動 デンタルケア たばこ 早期発見 早期受診

生きがい・幸福度

【スローガン】  
はじめよう、**けんこうtime**

【ロゴマーク】  
「にいがたけんこうtime」

- 健康について考えるきっかけとなるように考案
- 新潟県のカタチをモチーフに笑顔が県内に広がることを表現

20

健康立県にいがた5つのテーマ

たばこのない一服もある。

たばこの一服は、他のことにも替えられる一服かもしれません

21

**新たな視点から取り組む健康づくり施策の強化**

**女性の健康支援**

- ▶ 連携協定企業（生命保険会社）による女性特有のがんに対する知識の啓発・がん検診受診勧奨
- ▶ 女性の健康週間（3月1日～8日）における情報発信など
- ▶ にいがた健康経営推進企業における女性の健康支援の促進

**プレコンセプションケア**

- ▶ 保健所において、中学・高校に出席者、思春期と性の講演会の開催や、更年期の女性等を対象とした健康講座
- ▶ 新潟県助産師会による、プレコンセプションケアから妊娠・出産・子育ての電話相談の実施
- ▶ 大学生を対象とした、**新がたワークショップの開催**

「妊娠前の健康管理」を指し、若い男女が将来のライフプランを考えて日々の生活や健康と向き合うこと。

※プレ：～の前のコンセプション：受精・懐妊

22

**新潟県のたばこ対策(全体像)**

たばこ対策の4本柱	現状	R7年度の取組
<p><b>健康支援</b></p> <p>たばこをやめたい人の割合 (R6年)</p> <p>男女計 28.2%</p> <p>男性 25.9%</p> <p>女性 34.3%</p> <p><b>喫煙率 (R6年)</b></p> <p>男女計 14.6%</p> <p>男性 23.4%</p> <p>女性 7.1%</p> <p><b>20代の喫煙率 (R6年)</b></p> <p>男女計 7.3%</p> <p>男性 13.5%</p> <p>女性 3.0%</p> <p>(参考) 未成年喫煙率</p> <p>高校2年生 (男女の別なし)</p> <p>H25 4.8%</p> <p>H28 2.7%</p> <p>R1 0.9%</p> <p><b>行政機関の喫煙規制の状況</b></p> <p>R6年 2.2%</p> <p><b>職場の喫煙規制の状況</b></p> <p>R6年 17.7%</p> <p><b>飲食店の喫煙規制の状況</b></p> <p>R6年 12.3%</p>	<p><b>○県ホームページによる禁煙外来受診者の募集 (H18年～)</b> (継続)</p> <p><b>○地域機関による成人の喫煙防止対策の取組</b> (継続)</p> <p>・イベントでの出前講座やブースの設置、ラジオやチラシによる普及啓発活動</p> <p><b>○健康づくり推進運動 (ヘルスプロモーションプロジェクト) (R1～)</b> (継続)</p> <p>・「食生活」、「運動」、「デンタルケア」、「たばこ」、「早期発見・早期受診」の5つのテーマで展開する県民運動に、プレコンセプションケア等の新たな視点からの取組を追加</p> <p><b>【R5実績】</b></p> <p>・世界禁煙デー、禁煙週間における普及啓発の実施</p> <p>・地域機関による普及啓発の実施等 等</p> <p><b>○若年者の喫煙習慣化防止ワークショップ (R6～)</b></p> <p>・未成年者を含む喫煙防止についてのワークショップを複数開催</p> <p><b>【R6実績】</b></p> <p>・長岡師範大学、新潟青陵大学</p> <p><b>○喫煙規制防止普及啓発事業 (H30～)</b> (継続)</p> <p>・各種啓発資料の作成・配布等(受動喫煙対策取組事別巻ほか)</p> <p><b>○地域機関による禁煙啓蒙、啓発会等 (R1～)</b> (継続)</p> <p><b>○喫煙規制防止対策実施状況の調査 (R7)</b></p> <p>→飲食店の実態を調査(世界禁煙デーに合わせ保健所で実施)</p>	

23

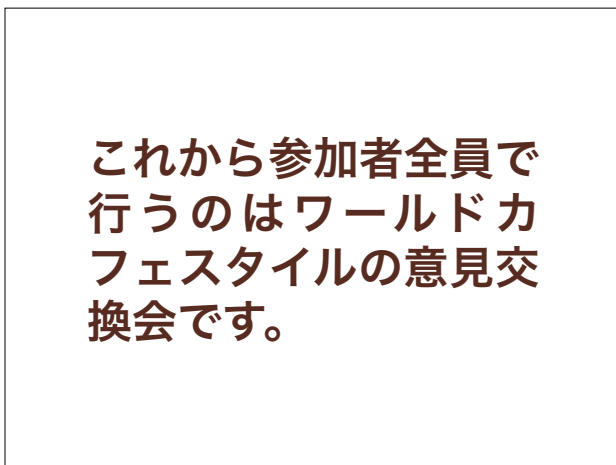
## ■意見交換会の進め方解説スライド



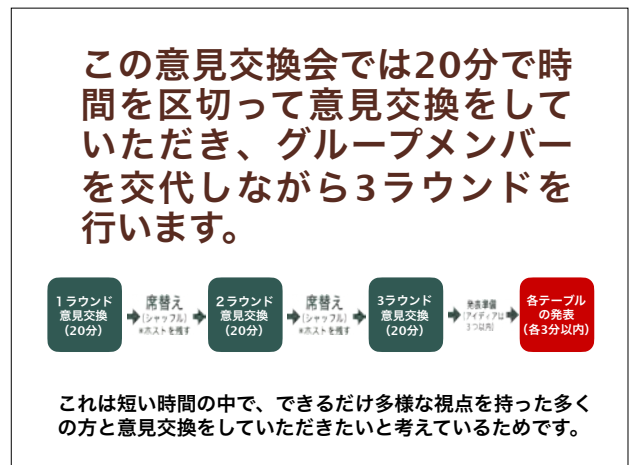
1



2



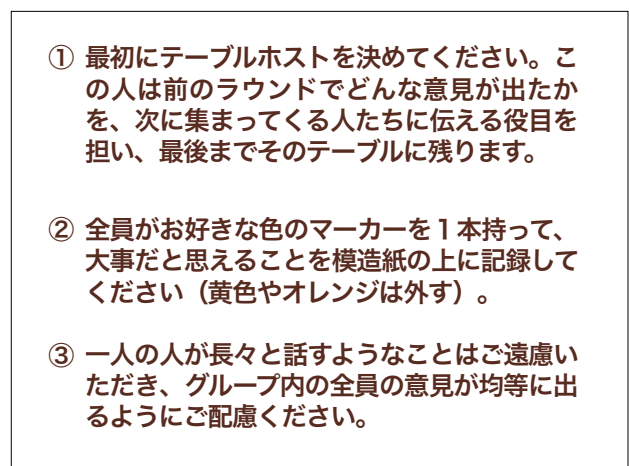
3



4



5



6



## 各ラウンドの 話し合いテーマ

7

### 1ラウンド（最初の20分）のテーマ

たばこに対するイメージや、  
身の周りの喫煙状況・環境  
についてどう思うか

8

### 2ラウンド（2回目の20分）のテーマ

若者がたばこを吸い始めない  
ようにするには何が必要か  
Part.1

9

### 3ラウンド（3回目の20分）のテーマ

若者がたばこを吸い始めない  
ようにするには何が必要か  
Part.2

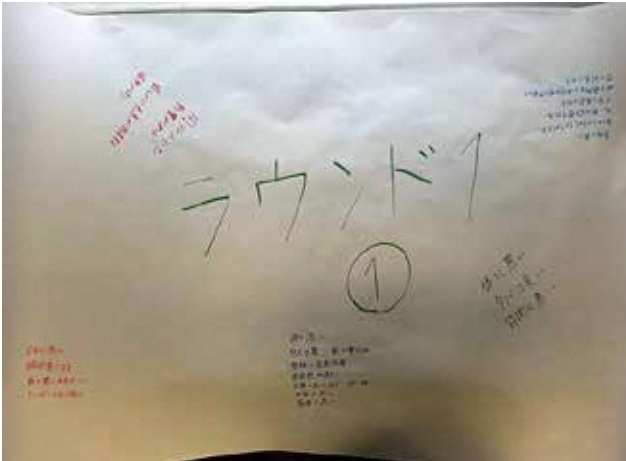
10

途中でわからないことがありま  
したら手を挙げて私をお呼びく  
ださい

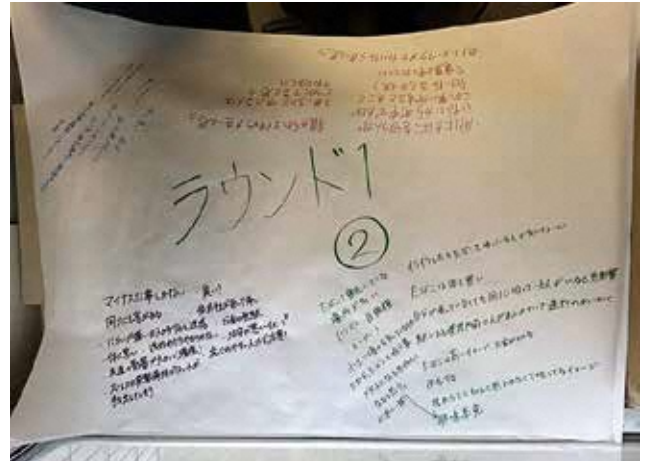
それでは意見交換を  
スタートさせてください

11

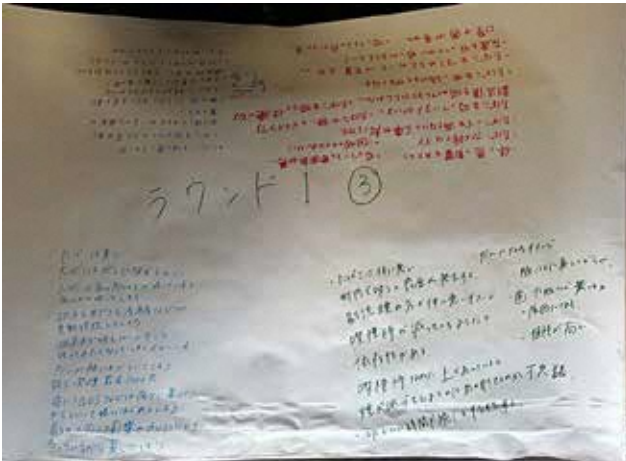
■テーマ1（ラウンド1）で意見交換中に使用された模造紙



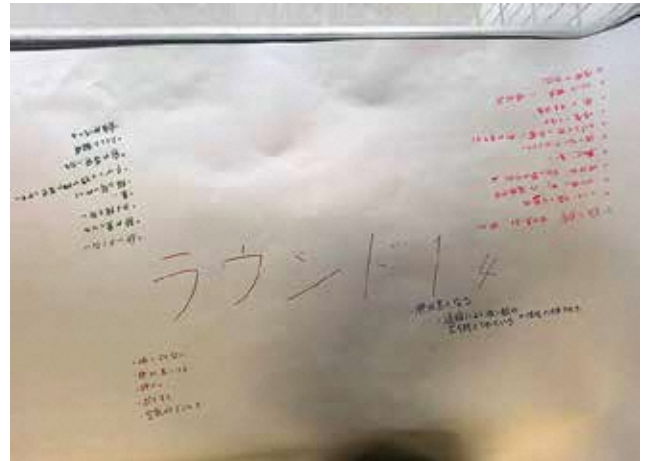
1 班の模造紙



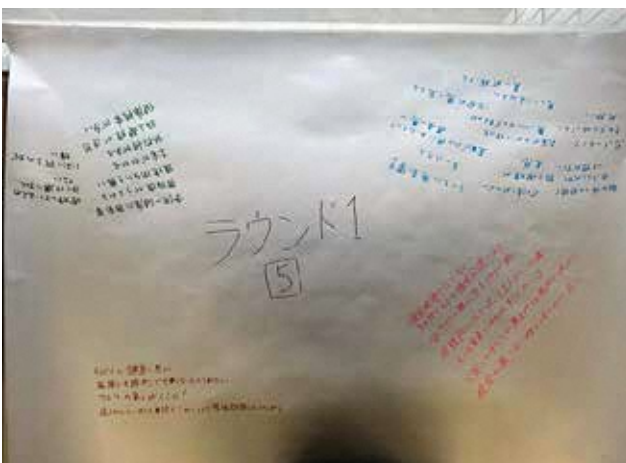
2 班の模造紙



3 班の模造紙



4 班の模造紙



5 班の模造紙

■テーマ1での意見交換で出されたキーワードとそれをまとめた集類文

テーマ1：たばこに対するイメージや、身の周りの喫煙状況・環境についてどう思うか

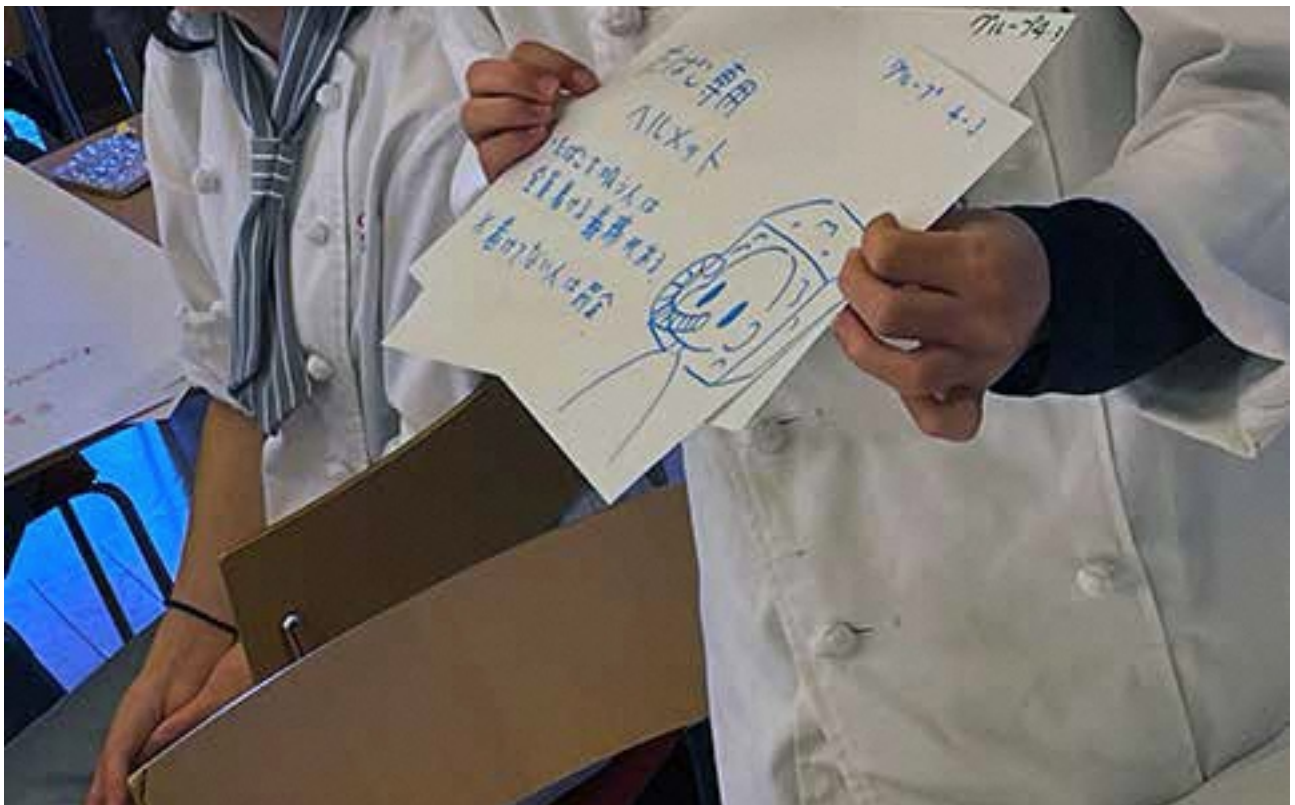
No.	意見交換の中で記録された意見やキーワード	集類文
1	タバコは健康に悪い	たばこは体に悪い
2	家族にも肺ガンで亡くなった人もいるし…	
3	子供の健康に悪影響	
4	健康被害が多い	
5	たばこは体に悪い	
6	身体に悪い	
7	体に悪い	
8	体に悪い	
9	肺が悪くなる	
10	体に悪い	
11	体に悪い	
12	身体に悪い	
13	体によくない	
14	肺が黒くなる	
15	肺ガン	
16	肺が黒くなる	
17	体に有害・肺が黒くなる・肺がん	
18	体によくない	
19	食欲がなくなる	
20	肺が黒くなる	
21	筋肉に悪い	
22	筋肉に悪い	
23	たばこはガンになるらしい	
24	たばこは体に悪い	
25	副流煙の方が体に悪いイメージ	
26	がんになるイメージ	
27	体に悪い影響をあたえる	
28	たばこを吸い続けるとがんになる	
29	たばこは体に悪いイメージ	
30	ケムリの臭いがくさい！	
31	臭いがする	
32	思っている以上に臭いが残ってる	
33	におい残るのが嫌い	

34	臭い!	<b>たばこは臭い、臭いがつく</b>
35	タバコ臭	
36	タバコ臭い	
37	匂いが気になる	
38	臭い	
39	体に匂いが付きやすい	
40	臭い	
41	服に匂いがつく	
42	空気が汚れる	
43	たばこは臭い	
44	においが嫌いな人からすると迷惑	
45	周りにたばこを吸う人がいないから町中でたばこの臭いがするとすごく気になる(不快) ←電車の中とかとくに	
46	匂いが服にまでついてしまう	
47	服などに臭いがつく	
48	吸っている人の周りいると臭い	
49	歯や壁に色素がつく	<b>様々なものに変色する</b>
50	歯の黄ばみ	
51	壁紙に色素沈着	
52	歯とかに色素が沈着する	
53	タバコの煙の影響で物に変色する	
54	歯の色素沈着	
55	たばこの煙で物に変色しやすい	
56	歯が茶色になる	
57	歯、衣服など、黄ばみの原因になる	
58	口臭や歯が黄ばむ	
59	たばこは黄ばむ(歯や家の壁)	
60	朝や帰りの時間で吸ってる人が多くいて煙がすごい	<b>煙が酷く、空気が汚れる</b>
61	副流煙が気になる	
62	空気がよごれる	
63	味覚の変化	<b>味覚が変化してしまう</b>
64	周りの人の方がリスクが大きい	
65	周りの人にも影響がある	
66	20才をすぎると居酒屋などで受動喫煙してしまう	
67	たばこを吸っている人がいると副流煙を吸ってしまうかもしれない	
68	吸っていると雰囲気が悪い	

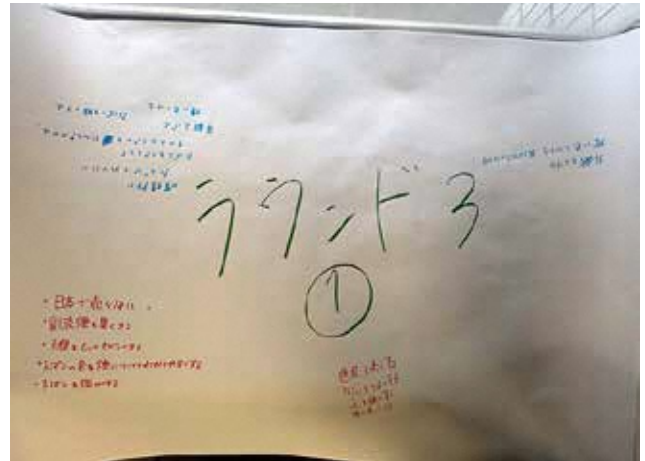
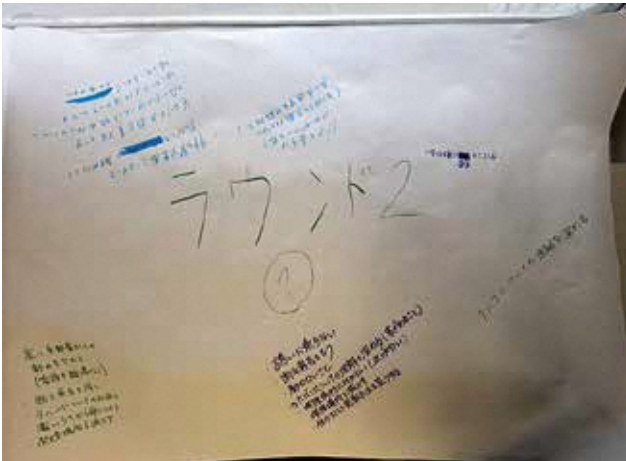
69	たばこを吸わない人にも害がある	周囲の人への悪影響が大きい
70	親が吸っているから自分にも害がある	
71	子どもに悪影響！	
72	思っているよりまわりに吸ってる人が多い	
73	喫煙している人の近くは通りたくない	
74	子供いるのに吸ってる人はどうかしてると思う やめてほしい	
75	周りにも害がある	
76	自分が吸ってなくても周りに吸っている人がいると悪影響	
77	道ばたにポイ捨てされていて環境問題にもつながる	ポイ捨てにより環境が破壊されている
78	健康被害だけでなくポイ捨てなどの環境問題がある	
79	ポイ捨てがひどい	
80	道ばたに捨ててあったりして環境に悪い	
81	環境衛生にも悪い	
82	たばこのポイ捨て	
83	ポイ捨て	
84	吸い殻のポイ捨てが多い	
85	ポイすて	
86	道端によく吸い殻がポイ捨てされている←環境が汚染される	
87	ポイ捨て→環境汚染	
88	たばこポイ捨てはダメ	
89	ポイ捨てをする人がいるから環境が悪くなる	
90	ポイ捨て多い	
91	路上喫煙 罰金1000円	路上喫煙は迷惑
92	路上喫煙が迷惑	
93	路上喫煙が迷惑	
94	すれちがい様に当たりそうで怖い	
95	喫煙所の外で吸ってる人がいて嫌	
96	バスとか電車で吸おうとする人がいる	公共の場所で喫煙しようとする人がいる
97	公園とか子どもが集まりそうな場所で吸ってる	
98	駅にある喫煙所前は人があふれていて通行のめいわく	喫煙所が整備されていない
99	吸いたくない人もいるのに人が多く通る場所に喫煙所がある	
100	吸う場所をしっかり仕切ってほしい	
101	喫煙所・灰皿の数が少ない	
102	喫煙所が減っているような？	
103	喫煙所なのに上があいてると煙が逃げってしまうのにあの形なのか不思議	

104	治安が悪く見える	治安が悪くなるイメージ
105	治安が悪いイメージ	
106	火事が気になる	火事になる危険性が高い
107	火災の原因となる	
108	たばこの火を消さないと火事が起こるかも	
109	税金の塊（タバコ税は6割しめてて、高い）	喫煙にはお金がかかる
110	お金がかかって体にも悪いのになんで吸うのか	
111	お金がかかる	
112	お金の無駄	
113	たばこは高いイメージ、お金がかかる	
114	高い！	
115	値段が高い	
116	値段が高い	
117	町内で吸うと罰金が発生する	
118	値段が高い	
119	依存性がある	依存性が高く、一度吸ったら止められない
120	依存性があるって怖い	
121	1度始めたらやめられない	
122	依存する	
123	依存性が高い	
124	ニコチン中毒の可能性	
125	依存性がある	
126	1回吸ったらとまらない	
127	依存性が高く、やめると言うのは口だけ	
128	1回吸ってしまうとくせになってしまう	
129	友達の影響が大きい（環境）	周囲の人の影響によって吸い始める人が多い
130	流されやすい人ほど注意！	
131	親からのエイキョウ大きいと思う	
132	たばこは身の周りの人が吸っていると流されて吸ってしまう	
133	最初は周りの影響やカッコつけから	
134	たばこをすすめる人がいる→先輩、上司など	
135	すすめられたら断れなくて吸ってるイメージ	
136	友達も吸ってるから吸ってしまう人もいる	
137	たばこをすすめてくる人たちがいる	
138	ストレスの発散場所が少ない人が手を出してしまう	
139	イライラしたらたばこを吸っている人が多いイメージ	

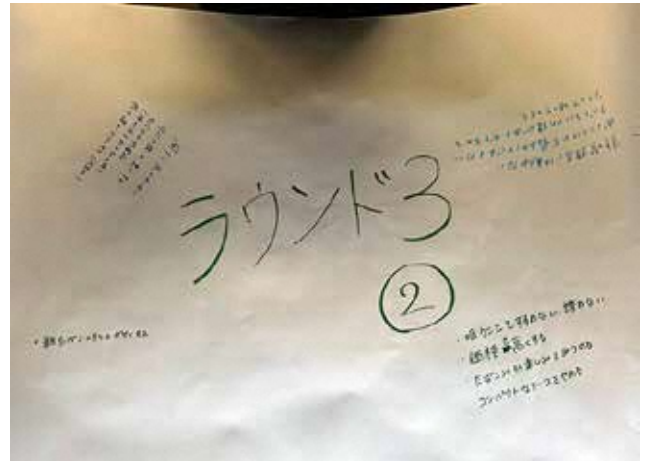
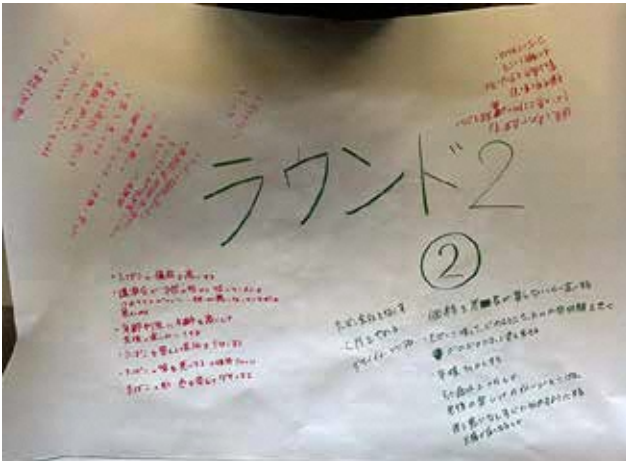
140	ストレス解消・・・嗜好品	ストレスを解消するための手段として吸っている
141	ストレス解消	
142	吸わない時間が続くとイライラする	
143	たばこが無いとイライラする	
144	たばこが切れるとイライラする	
145	興味本位	興味本位で吸い始める人がいる
146	ネットとか曲とかでタバコが出てきて興味が出てくる	
147	20才まで吸えないからこそ吸ってみたくなってしまう人がある	
148	小さい頃から知っているものだから、たばこを吸う事が大人になった気持ちになると思う（お酒と一緒に？）	
149	たばこを販売している場所が多い（コンビニ・自販機・スーパー）	誰でも手軽に買ってしまう
150	売っているから買ってしまう	
151	いろんなタバコが増えている	
152	あまり年齢確認していないイメージ	
153	他人にメークかけないなら良いと思う	周りに迷惑がかからなければいいと思っている
154	逆にIQOSなどは周りに害がないからといって吸いはじめてしまう	
155	マイナスな事しかない	悪いサイクルに入ってしまう
156	悪循環がうまれる	
157	たばこを吸うと快便になる	快便になる



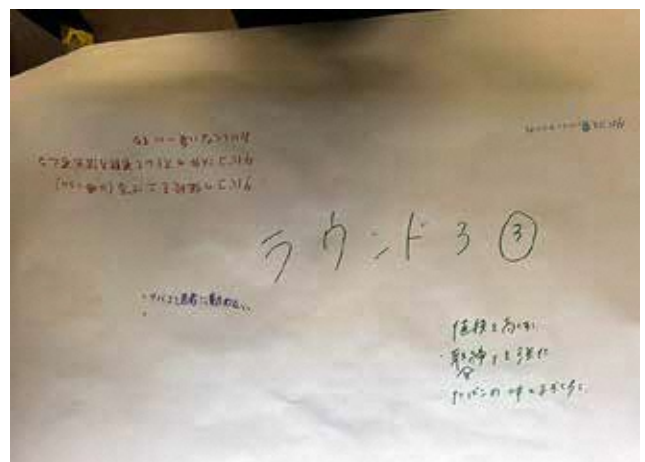
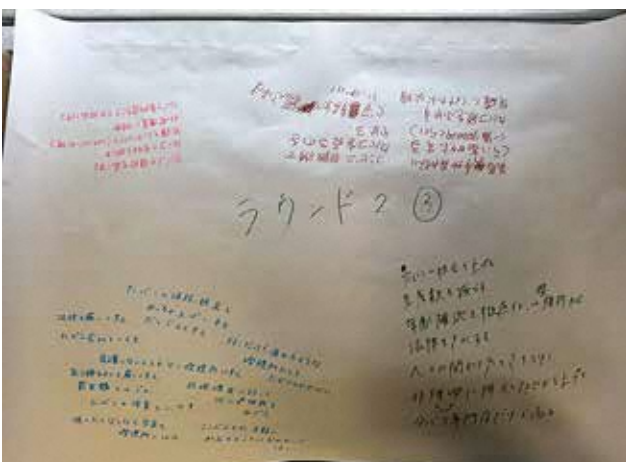
■テーマ2（ラウンド2と3）で意見交換中に使用された模造紙



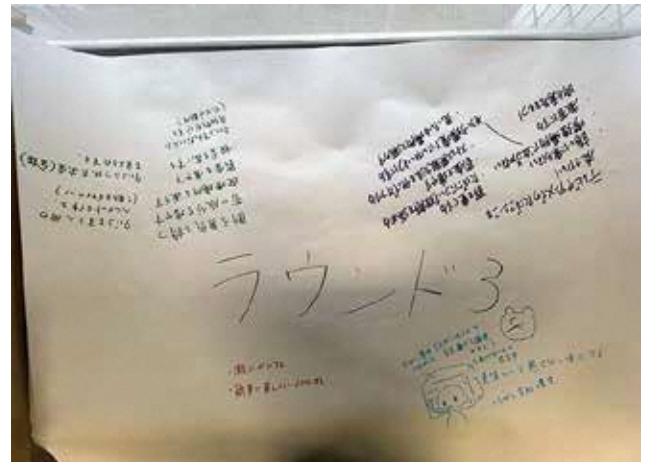
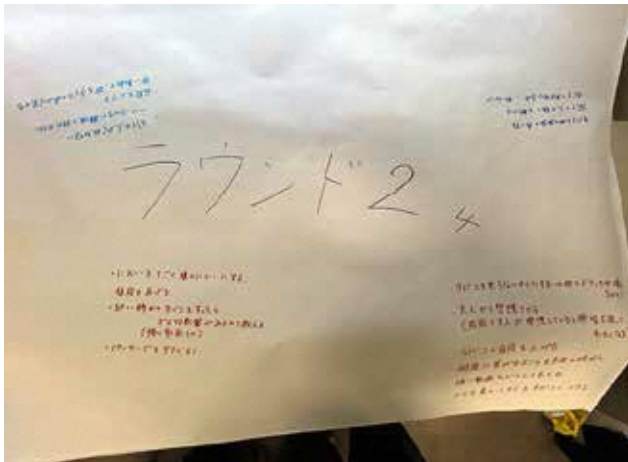
1 班の模造紙



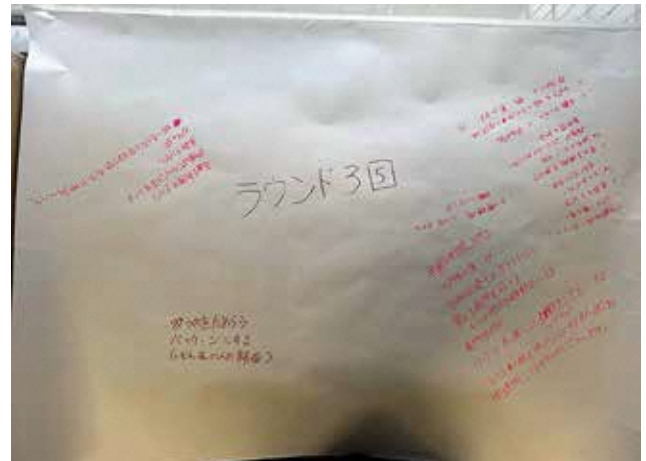
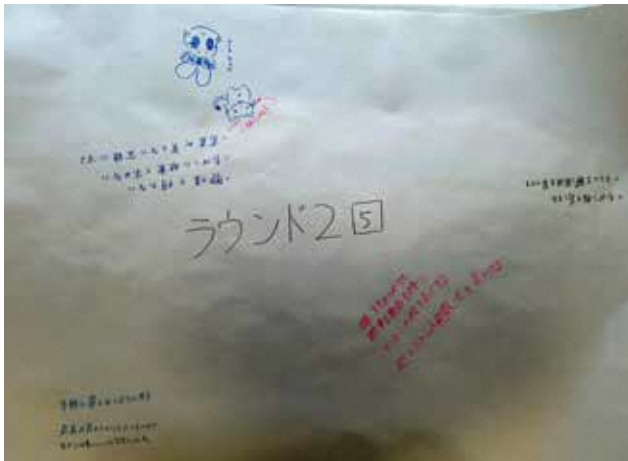
2 班の模造紙



3 班の模造紙



4 班の模造紙



5 班の模造紙

## ■テーマ2での意見交換で出されたキーワードとそれをまとめた集類文

テーマ2：若者がたばこを吸い始めないようにするには何が必要か

No.	意見交換の中で記録された意見やキーワード	集類文
1	たばこの税を高くする	タバコ税を上げる
2	たばこ税を高くする	
3	タバコ税を重くする	
4	税金を高くする	
5	タバコにかかる税金を高くする	
6	たばこの値段・税金をめっちゃ上げて、手をだしづらくする	
7	たばこの税金を上げる	
8	たばこ税をふやす	
9	若者が買えない金額にする	たばこの値段を上げる
10	本体価格を上げる（1万円）	
11	値段を上げる→人にあげない、すすめづらくなる	
12	価格を高くする	
13	たばこの値段を高くする	
14	価格を若者が買えないくらい高くする	
15	値段を高めに設定する	
16	たばこの値段を高くする	
17	値段を高くする	
18	値段をあげる	
19	タバコの値段を上げる	
20	タバコを身近ではない物に	
21	値段を上げる→人にあげない、すすめづらくなる	
22	若者の手が届かないくらい高ガクにする（一箱7000円くらい）	
23	タバコの値段を高くする	
24	値段を高くする	
25	タバコの値段を上げる（10倍くらい）	
26	年齢制限上げる→老後の楽しみ	年齢確認を厳格化する、 或いは上げる
27	年齢制限の引き上げ	
28	年齢制限を上げる	
29	年齢制限の年齢を高くして老後の楽しみにさせる	
30	年確ちゃんとする	
31	50歳以上からとか老後の楽しみのイメージをつける	
32	年確を厳しく	
33	年齢制限を上げる→老後の楽しみ	

34	年齢を上げる	
35	年齢上げる	
36	年確しないと入れない喫煙所にする	
37	年齢確認を徹底する→喫煙所など	
38	年確をしっかり行う（マイナンバー必須）	
39	年確にマイナカード必須	
40	年確や罪を重くする	
41	タバコの罪を重く	法律を厳しくして、罰金制度などを新たにつくる
42	罪を重くする	
43	罪を重くする	
44	法律をもっときびしくする	
45	法を強くする	
46	罰金を増やす	
47	罰金を増やす	
48	法律を厳しくする	
49	取り締まりを厳しくする	
50	罰金額を上げる	
51	法律をきつくする	
52	取締りを強化	
53	買える場所を減らす もしくは地方で移動式にする	たばこを買える場所を狭める（簡単に買えないようにする）
54	専門店作る	
55	買える場所を減らす→地方に1ヶ所 移動式・どこにいるか分からない 専門店を作る	
56	たばこを買える場所を少なくする	
57	買える場所を少なくする	
58	コンビニで売らない	
59	買える場所を減らす	
60	だったら売らなければいいと思う（そうなると大麻などが広く流通する可能性大）	
61	日本で売らない	
62	タバコを売らないようにする→他のドラッグが増えるかも？	
63	簡単に買えないようにする	
64	コンビニとか、手軽にかえるところにおかないでほしい	
65	コンビニ・自販機でタバコを売るのをやめる	
66	タバコ専門店だけの販売にする	
67	タバコを買いにくいようにする	
68	移動式タバコ店をつくる	

69	タバコ専門店だけで売る	
70	売っている場所を減らす	
71	手軽に買えないようにする	
72	たばこ会社をなくす	<b>たばこ会社をなくす または減らす</b>
73	たばこ会社潰す	
74	たばこ会社をへらす	
75	タバコの会社を減らす	
76	生産数を減らす	
77	吸うのをためらうパッケージにする（依存症の人の顔面）	
78	パッケージ真っ黒にして本数ランダムにする（ガチャ式）	
79	タバコの柄を吸いたくなくなる見た目にする	
80	タバコを吸いたくなくなるようなフォルム・柄・色にする	
81	吸いたくなくなるようなパッケージやフレーバー	
82	たばこの形をダサくする	
83	コンパクトなケースをやめる	
84	持ち運びにくくする（大型化）	
85	本数ランダム ガチャ式	
86	本数ランダム→ガチャガチャ	
87	たばこの形・色を変えてダサくする	
88	ダサイイメージにする	
89	ダサイタバコをつくる	
90	たばこを短くする	
91	たばこを短くする	
92	パッケージをダサくする	
93	かっこつけから最初のはじまるのでタバコそっくりの煙が出るおもちゃをつくって吸ってもらう	<b>他のものでストレスを 発散できるものを見つける</b>
94	タバコの代替品（煙が出るおもちゃの棒）	
95	タバコ以外のストレス発散方法を考える	
96	他のストレス発散法を見つける	
97	ストレス解消法を見つける	
98	他のストレス発散方法を見つける	
99	たばこ以外楽しみをみつける	
100	たばこに快楽を求めない	
101	ストレス発散方法を他でみつける	
102	たばこの味を悪くする ※種類少なくする	
103	味や種類をへらす	

104	種類を減らす→おいしいフレーバーをやめる	味や臭いを変えて 吸いづらいものにする	
105	たばこの色を煙につけてわかりやすくする		
106	副流煙を臭くする		
107	匂いをつよくする		
108	煙に色をつける		
109	煙に色をつける 服とかにもつくような		
110	たばこをくさくしてその人にくさいとにんしきさせる		
111	煙に色つける		
112	激にがにする		
113	美味しいと感じない味にする		
114	身体に悪いなとすぐに分かるようにする お腹が痛くなるとか		
115	苦い成分を増やす		CMの取り止め
116	においをすごく嫌なにおいにする		
117	とても臭いニオイをタバコにつける		
118	たばこの味をまずくする		
119	激苦にする		
120	おいしくない臭いにする		
121	CMをやめる		
122	CMとりやめ		
123	若者が見れるようなスマホとかでタバコは悪いという広告を流す	子ども時からたばこに関する正しい知識を身につける教育を施す	
124	タバコのネガキャン広告・怖いイメージ		
125	吸いたくなくなる写真を喫煙所にはる		
126	怖い動画や、話を子どもの頃から見せる		
127	テレビやアニメでのたばこシーンを流さない！		
128	講演会で子供の時から吸っている人をつれてきてどのくらい体が悪くなっているかを見せしめる		
129	たばこを吸って、どのようになったのか実体験をきく ポロポロになった姿を見せる		
130	たばこの悪さを知らせる講演会をひらく		
131	講演会で若い頃から吸っていた人の体内（悪影響）のリアルを見せる→経験談		
132	タバコについての知識を若いうちから身につける		
133	たばこについての理解を深める（害があること）		
134	タバコについての理解を深める		
135	幼い時からタバコをすったらどんな影響があるかを教える（怖い動画とか）		
136	健康に害があることを子供の時から怖い動画などにして見せる		
137	たばこの授業をふやす		

138	たばこ専用ヘルメット（たばこ吸う人は全員着ける義務がある） ※着けてない人は罰金！	喫煙者と非喫煙者との差別化を図る
139	タバコ吸わない人に月1回プレゼントする（プレゼント 配付）	
140	タバコをすう人用のヘルメットを作る（見た目ダサイやつ！）	
141	非喫煙者に対して何か特典をあげる	
142	非喫煙に得するなにかを上げる	
143	非喫煙者に特典	
144	すすめられても断る勇気を持つ	強い意思を持つ （人に勧めない、興味を持たない、断る勇気を持つ）
145	吸うことをすすめない、誘わない	
146	非喫煙者には勧めない	
147	断る勇気を持つ	
148	誘いに乗らない	
149	断る勇気をもつ	
150	勧めないこと	
151	周りに流されない	
152	断る勇気をもつ！	
153	非喫煙者に対してたばこを勧めない	
154	タバコを若者に勧めない	
155	興味を持たない	
156	大人から禁煙させる（周囲の大人が喫煙していると興味を持ってすいたくなる）	
157	興味を持たない	
158	周りの人が吸わない→子どもに興味を持たせない	
159	人との関わり方をきをつける	
160	高い年齢層からの勧めをやめる（家族や職場など）	
161	誘いに乗らない	
162	断る勇気を持つ	
163	周りの人の誘いを断る	
164	喫煙場所に行かない（近づかない）	喫煙所に近づかない
165	喫煙場所に近づかない→そういう環境下にはいないようにする	
166	喫煙場所に行かない（近づかない）	
167	行くだけで疲れるような喫煙所にしてたどりつかせない	喫煙所のあり方を変える
168	喫煙場所を減らす	
169	喫煙所にたどりつかせない	
170	喫煙場所を減らす	
171	喫煙場所を減らす	
172	喫煙所LIVEカメラ 本数ランキング	

173	喫煙所LIVEカメラでさらし上げる	
174	火災報知器ふやす いっぱい!	火災警報器を増やす
175	タバコにつかったお金(金額)が見える化する	使ったお金の見える化
176	そんなの自己責任です 吸いたくない人は吸わなきゃいいし吸っている人は分かっているから仕方ない	自己責任

### 最終発表：各班が感じた重要項目

No.	班	各班が感じた重要項目
1	1	年齢制限を上げる
2	1	たばこを短く少なくする
3	1	値段を上げる

1	2	たばこの形をダサくする
2	2	タバコの値段を高くする
3	2	非喫煙者には勧めない・誘わない

1	3	コンビニ・自販機でタバコを売のをやめて専門店などで売る
2	3	行くだけで着かれるような喫煙所にしてたどりつかせない
3	3	タバコの値段(税金)を高くする

1	4	激苦(美味しくない)にする
2	4	たばこ専用ヘルメット ・たばこを吸う人は全員着ける義務がある ・着けてない人は罰金
3	4	1か月吸わなかった人にプレゼントする ・ポイント制 ・景品と交換できる←選べる景品!

1	5	タバコ関連の罪を重くする
2	5	たばこ税をめちゃくちゃ上げる
3	5	喫煙所LIVEカメラで配信する



2026.17

**シェフパティシエ専門学校  
調理総合技術科  
ワークショップ**

## ■調理総合技術科の当日プログラム

シェフパティシエ専門学校 調理総合技術科（2年生）

# 若年者の喫煙習慣化防止のための意見交換会

日時：2026年1月7日（水）13:20～15:10

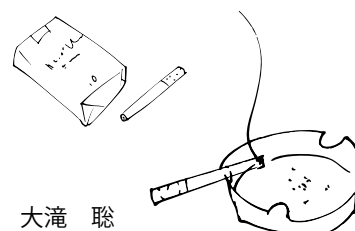
会場：シェフパティシエ専門学校 2F レストラン教室

■主催：新潟県

■主管：新潟県健康づくり支援課

■共催：シェフパティシエ専門学校

■ファシリテーター：NPO法人まちづくり学校 チーフコーディネーター 大滝 聡



### 喫煙に関する知識の習得と、喫煙習慣化防止のアイデアを考える

時間	内容	※時間や内容はあくまで目安です。
13:20	オープニング ・開会の挨拶（開催趣旨の説明） ・ファシリテーターの紹介	
13:25	新潟県のたばこ対策・受動喫煙対策についての解説	
13:40	ワールドカフェスタイルの意見交換会 ・意見交換会の手順説明（スライドで説明）※5分 ・ラウンド1：テーマ「たばこに対するイメージや、身の周りの喫煙状況・環境についてどう思うか」※20分 ・メンバーのシャッフル（メンバー交代） ・ラウンド2：テーマ「若者がたばこを吸い始めないようにするには何が必要か Part.1」※20分 ・メンバーのシャッフル（メンバー交代） ・ラウンド3：テーマ「若者がたばこを吸い始めないようにするには何が必要か Part.2」※20分 ・各テーブルでのふりかえり（重要だと思える意見を3つ以内に絞り、A4の紙に大きく書き出す） ・各テーブル順にそのA4の紙の内容を発表する	
15:00	総評	
15:05	クロージング ・閉会の挨拶、他	
15:10	終了	

MEMO

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---


■当日のワークショップ風景（スナップ写真）



■新潟県のたばこ対策・受動喫煙対策についての解説スライド

**若年者の喫煙習慣化防止のための意見交換会**

令和8年1月7日



新潟県福祉保健部健康づくり支援課  
成人保健係 石黒 裕二

1

**本日お話しすること**

- 1. たばこをめぐる現状**
  - たばこの基礎知識 (健康への影響、加熱式たばこ等)
  - データで見るたばこ
- 2. 県取組について**
  - 健康立県プロモーション事業
  - 新潟県のたばこ対策

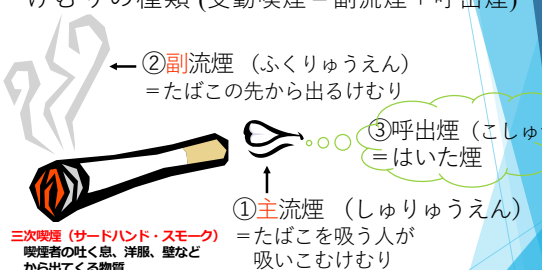
2

- 1. たばこをめぐる現状**
  - たばこの基礎知識 (健康への影響、加熱式たばこ等)
  - データで見るたばこ
- 2. 県取組について**
  - 健康立県プロモーション事業
  - 新潟県のたばこ対策

3

**たばこの害について**

けむりの種類 (受動喫煙 = 副流煙 + 呼出煙)



① **主流煙 (しゅりゅうえん)** = たばこを吸う人が吸いこむけむり

② **副流煙 (ふくりゅうえん)** = たばこの先から出るけむり

③ **呼出煙 (こしゅつえん)** = はいた煙

**三次喫煙 (サードハンド・スモーク)** = 喫煙者の吐息、洋服、壁などから出てくる物質

1本のたばこに約5,300種類の化学物質が含まれる  
→ うち有害物質は**200~300種類**とも言われている。

4

**喫煙による健康影響**

【たばこの煙に含まれる血管を傷つける有害化学物質】  
ニコチン、一酸化炭素、一酸化窒素、シアン化水素など

血管が傷つくと・・・ **虚血性心疾患、脳卒中**

【たばこの煙に含まれる発がん性物質】 **約70種類**

遺伝子が傷つくと・・・ **がん**

日本の研究ではがんの死亡のうち **男性40%女性5%** 喫煙が原因だと考えられています。

5

**喫煙による健康影響**

**COPD (慢性閉塞性肺疾患) について**

- ・気管支の炎症や肺胞の破壊により、気流閉塞(肺から空気が吐き出される速度の低下)が引き起こされる
- ・様々な他の疾患を併発しやすい  
例: 肺機能の低下→身体活動の減少→フレイル・サルコペニア
- ・世界の死亡原因の第3位(約323万人,2019)であり、日本国内の推定有病者数は**530万人以上**とも言われている
- ・現時点では根本的な治療方法はない(元の肺には戻らない)  
※進行を遅らせることは可能
- ・COPDの**原因の9割はたばこ**(別名: たばこ病)

⇒ **禁煙が最も効果的な予防・治療方法!**

6



### 電子たばこのリスク

たばこ事業法による「たばこ製品」の定義  
 … **葉たばこを原料としたもの**

電子たばこ…リキッドを加熱して蒸気を吸い込む  
 ⇒ **葉たばこが使用されていない製品は日本の法律上「たばこ製品」ではない**  
 = **20歳未満でも購入できてしまう**

ニコチン入りのリキッドを使う製品は国内不許可  
 ・海外から輸入されたニコチン入りリキッドが流通している例もある  
 ・**ニコチンの有無に関わらず、健康被害を起こすおそれが否定できない**  
 ⇒ **電子たばこも「無害」ではない！**

13

### 1. たばこをめぐる現状

- たばこの基礎知識 (健康への影響、加熱式たばこ等)
- ⇒ ○ データで見るたばこ

### 2. 県の取組について

- 健康立県プロモーション事業
- 新潟県のたばこ対策

14

### データで見るたばこ

現在習慣的に喫煙している者の割合

⇒ 男性の**4人に1人**が習慣的な喫煙者！

15

### データで見るたばこ

現在習慣的に喫煙している者の割合 (年代別)

性別	年度 (総数)	総数	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳-
男性	R2 (n=821)	26.9%	22.2%	30.3%	30.1%	41.2%	22.4%	14.7%
	R3 (n=743)	25.7%	26.5%	32.1%	30.4%	32.7%	30.8%	13.3%
	R4 (n=797)	27.7%	22.6%	37.2%	25.6%	35.7%	38.3%	14.7%
	R5 (n=460)	24.6%	24.0%	26.5%	33.3%	27.6%	34.0%	13.6%
	R6 (n=805)	23.4%	13.3%	17.4%	31.7%	37.0%	27.3%	13.2%
	R2 (n=988)	8.0%	7.5%	10.7%	14.5%	8.3%	7.2%	2.3%
女性	R3 (n=883)	8.5%	2.8%	12.5%	12.6%	13.6%	8.0%	1.7%
	R4 (n=890)	5.7%	2.0%	13.1%	8.9%	8.1%	4.9%	1.8%
	R5 (n=508)	5.9%	2.9%	2.9%	10.3%	14.8%	5.6%	1.6%
	R6 (n=939)	7.1%	3.0%	7.9%	10.0%	13.5%	8.1%	1.1%

出典 県民健康・栄養実態調査

- ・男女ともに40~50歳代の喫煙率が高く、特に**動く世代**で喫煙率が高くなっている。
- ・20代男性についても、およそ**5人に1人**が習慣的な喫煙者。

16

### データで見るたばこ

受動喫煙の機会を有する者の割合の年次推移

⇒ 受動喫煙の機会を有する者は減少傾向の一方で、**職場では5人に1人が受動喫煙があったと回答**

17

### データで見るたばこ

習慣的に喫煙しているたばこ製品の組合せ

⇒ **20歳代の喫煙者の8割以上**が加熱式たばこを使用  
 ・**30~50歳代でも約半数**が加熱式たばこを使用

18

**1. たばこをめぐる現状**

- たばこの基礎知識 (健康への影響、加熱式たばこ等)
- データで見るたばこ

**2. 県の取組について**

- 健康立県プロモーション事業
- 新潟県のたばこ対策

19

**健康立県プロモーション事業**

【基本理念】  
県民の健康寿命が延伸し、すべての世代が生き生きと暮らせる「健康立県」の実現

食生活 運動 デンタルケア たばこ 早期発見 早期受診

生きがい・幸福度

【スローガン】  
はじめよう、**けんこう time**

【ロゴマーク】  
にいがたけんこう time

○健康について考えるきっかけとなるように考案

○新潟県のカタチをモチーフに笑顔が県内に広がることを表現

20

健康立県にいがた5つのテーマ

たばこのない一服もある。

たばこの一服は、他のことにも替えられる一服かもしれません

21

**新たな視点から取り組む健康づくり施策の強化**

**女性の健康支援**

- ・ 連携協定企業（生命保険会社）による女性特有のがんに対する知識の啓発・がん検診受診勧奨
- ・ 女性の健康週間（3月1日～8日）における情報発信など
- ・ にいがた健康経営推進企業における女性の健康支援の促進

**プレコンセプションケア**

- ・ 保健所において、中学・高校に出席者期と性の講演会の開催や、更年期の女性等に対する健康相談の実施
- ・ 新潟県助産師会による、プレコンセプションケアから妊娠、出産、子育ての電話相談の実施
- ・ **大学生を対象とした、新たなワークショップの開催**

「妊娠前の健康管理」を指し、若い男女が将来のライフプランを考えて日々の生活や健康と向き合うこと。

※プレ：～の前の  
コンセプション：受精・懐妊

22

**新潟県のたばこ対策(全体像)**

たばこ対策の4本柱	現状	R7年度の取組
禁煙支援	<p><b>たばこをやめたい人の割合 (R6年)</b></p> <p>男女計 28.2%</p> <p>男性 25.9%</p> <p>女性 34.3%</p>	<p>○県ホームページによる禁煙外来情報の提供 (H19年～) (継続)</p> <p>○地域圏による成人の禁煙防止対策の取組 (継続)</p> <p>→イベントでの出前講座やブースの設置、ラジオやチラシによる普及啓発活動</p>
喫煙者への啓発	<p><b>喫煙率 (R6年)</b></p> <p>男女計 14.6%</p> <p>男性 23.4%</p> <p>女性 7.1%</p>	<p>○健康づくり県民運動（ヘルスプロモーションプロジェクト）(R1～)</p> <p>【継続】</p> <p>・「食生活」、「運動」、「デンタルケア」、「たばこ」、「早期発見・早期受診」の5つのテーマで展開する県民運動に、プレコンセプションケア等の新たな視点からの取組を追加</p> <p>【R6実績】</p> <p>・世界禁煙デー、禁煙週間における普及啓発の実施</p> <p>・地域圏による普及啓発の実施等 等</p>
若年者の喫煙習慣化防止	<p><b>20代の喫煙率 (R6年)</b></p> <p>男女計 7.3%</p> <p>男性 13.3%</p> <p>女性 3.9%</p>	<p>○若年者の喫煙習慣化防止ワークショップ (R6～)</p> <p>・未成年者を含む戒め防止についてのワークショップを複数開催</p> <p>【R6実績】</p> <p>・長岡芸術大学、新潟看護大学</p>
喫煙防止	<p><b>(参考) 未成年喫煙率</b></p> <p>高校2年生（男女の別なし）</p> <p>H25 4.8%</p> <p>H28 2.7%</p> <p>R1 0.9%</p>	<p>○喫煙防止普及啓発事業 (H30～) (継続)</p> <p>・各種啓発資料の作成・配布等(受動喫煙対策取組事例集ほか)</p> <p>○地域圏による禁煙啓蒙、禁煙会等 (R1～) (継続)</p> <p>○喫煙防止対策実施状況の調査 (R7)</p> <p>→飲食店の実態を調査(世界禁煙デーに合わせ保健所で実施)</p>
喫煙防止	<p><b>行政機関の喫煙率の状況</b></p> <p>R6年 2.2%</p> <p><b>事業者の喫煙率の状況</b></p> <p>R6年 17.7%</p> <p><b>飲食店の喫煙率の状況</b></p> <p>R6年 12.3%</p>	

23

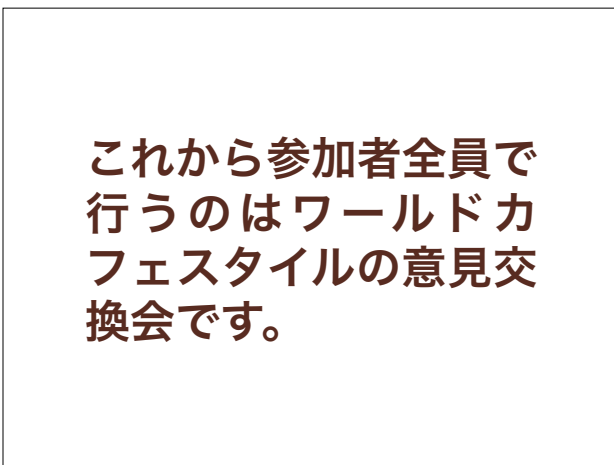
## ■意見交換会の進め方解説スライド



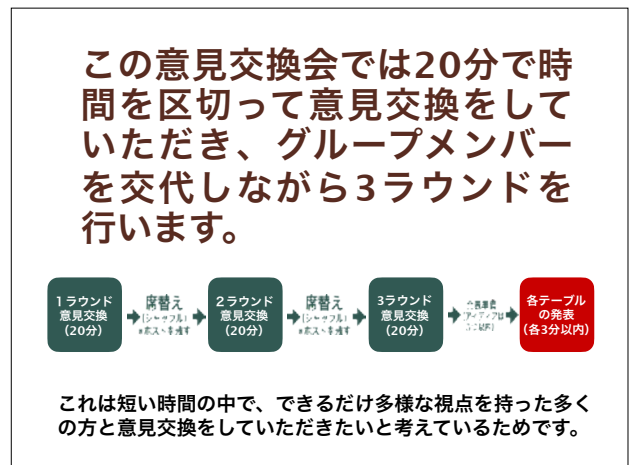
1



2



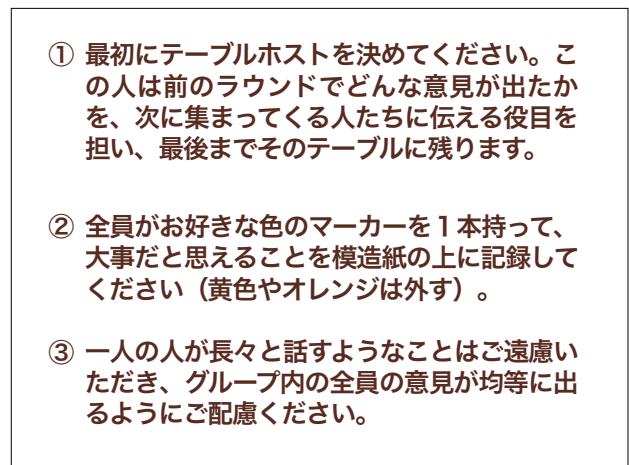
3



4



5



6



## 各ラウンドの 話し合いテーマ

7

### 1ラウンド（最初の20分）のテーマ

たばこに対するイメージや、  
身の周りの喫煙状況・環境  
についてどう思うか

8

### 2ラウンド（2回目の20分）のテーマ

若者がたばこを吸い始めない  
ようにするには何が必要か  
Part.1

9

### 3ラウンド（3回目の20分）のテーマ

若者がたばこを吸い始めない  
ようにするには何が必要か  
Part.2

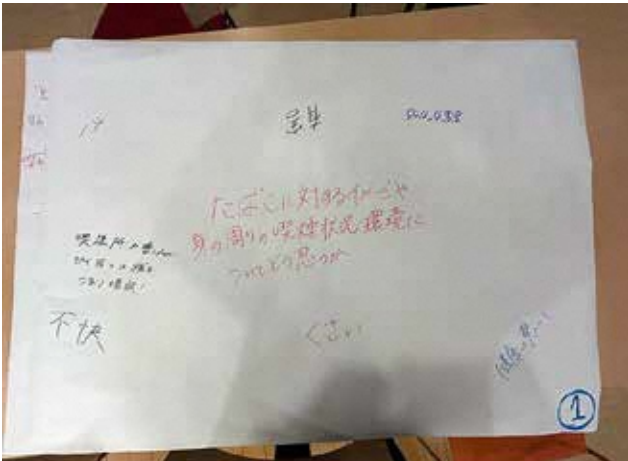
10

途中でわからないことがありま  
したら手を挙げて私をお呼びく  
ださい

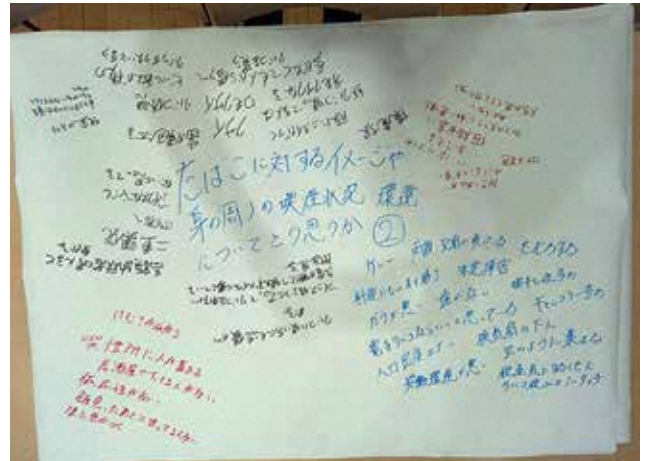
それでは意見交換を  
スタートさせてください

11

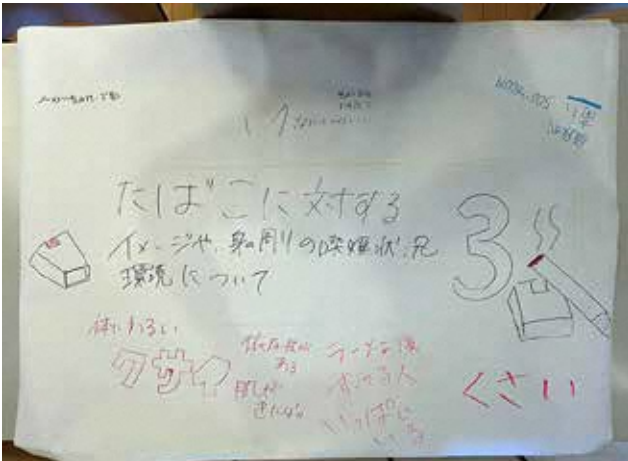
■テーマ1（ラウンド1）で意見交換中に使用された模造紙



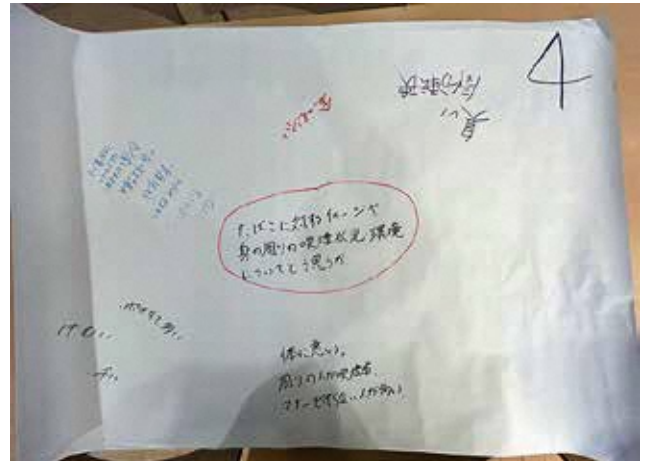
1 班の模造紙



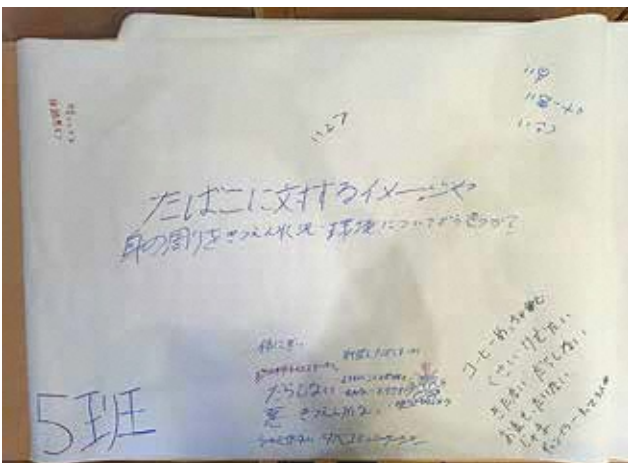
2 班の模造紙



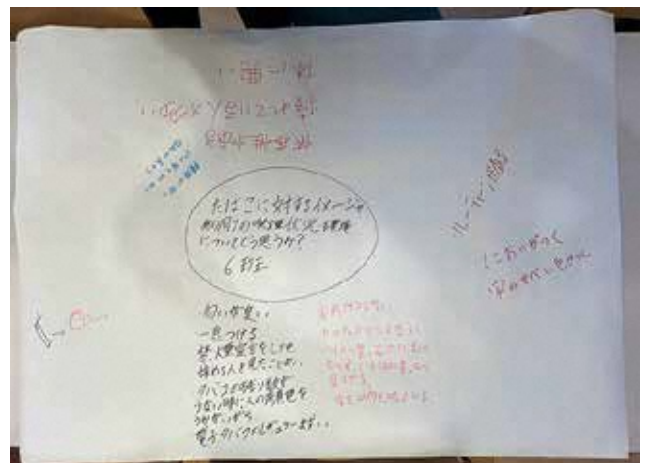
3 班の模造紙



4 班の模造紙



5 班の模造紙



6 班の模造紙

■テーマ1での意見交換で出されたキーワードとそれをまとめた集類文

テーマ1：たばこに対するイメージや、身の周りの喫煙状況・環境についてどう思うか

No.	意見交換の中で記録された意見やキーワード	集類文
1	くさい	匂いが臭い
2	クサイ	
3	口もクサイ	
4	クサイ	
5	くさい	
6	匂いが臭い	
7	くさい	
8	くさい	
9	くさい	
10	臭い	
11	においがつく	臭いがつく、移る
12	ニオイ残る	
13	服にニオイがつく	
14	料理にもニオイ移り	
15	紙タバコ吸ってる人は手もクサくなる	
16	チル	
17	ケムい	煙い
18	けむたい	
19	けむい	
20	けむりが広がる	
21	壁に色がつく	他のものに色がつく
22	歯が黄色になる	
23	家のかべに色がつく	
24	健康に悪い！	体に悪い
25	有害	
26	味覚障害	
27	歯がない	
28	はだが茶色	
29	体にわるい	
30	肌がきたない	
31	体に悪い	
32	吸うとひんによう	
33	コーヒーめっちゃ飲む	

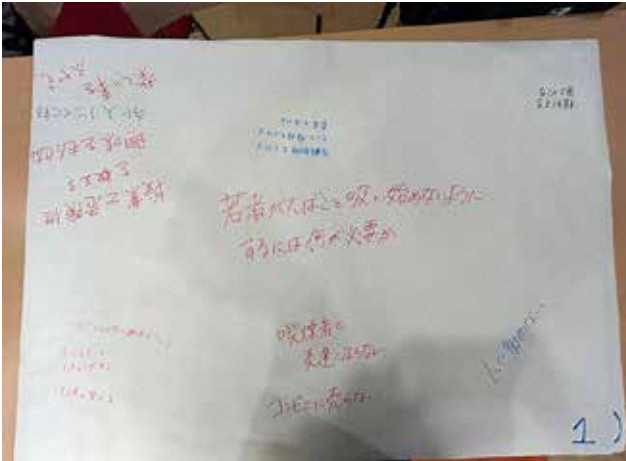
34	ガン	
35	食よりタバコの方を優先する人が多いからやせてる人が多い	
36	咳こんでる	
37	体調悪そう	
38	きたない	
39	環境汚染	身近な環境を汚している
40	いっぱいゴミがおちてる	
41	ポイ捨て	
42	ようするにゴミをポイ捨て	
43	ポイすて多い	
44	依存性が高い	依存性が高いため、なかなか止められない
45	依存性がある	
46	禁煙宣言をしても止める人を見たことない	
47	吸わないとイライラ	
48	たばこが命	
49	だらしがない	人間的にだらしがないイメージ
50	だらしがない	
51	不快	
52	いいイメージはない	
53	じゃま	
54	悪	
55	たむろする	
56	シュミがない	
57	ガラが悪い	
58	キレ性多め	
59	民度低そう	周囲に配慮しない喫煙者が多い
60	マナー悪い	
61	マナーを守らない人が多い	
62	非喫煙者に配慮してくれればなんでもいい (ただ臭い)	喫煙者はギャンブラーが多い
63	ギャンブラー多め	
64	ギャンブラー吸ってる人多い	お金の無駄遣い
65	お金がかかる	
66	金がなくても人から借りてタバコを買う	
67	値段が高い 500~600円	
68	価格が高い	
69	お金もったいない	

70	高い	
71	ライター買ったのにすぐなくす でも次のを買ったら見つかる	
72	金のむだ	
73	税金がある	税金に対する意識が低い
74	二重課税	
75	高額納税者と考えると助かる	
76	税金気にするくせにタバコ税にはノータッチ	
77	喫煙所に人が集まる	タバコを吸う人は一ヶ所に集まるケースが多い
78	居酒屋ですってる人が多い	
79	換気扇の下に虫のように集まる	
80	人口密度エグい	
81	飯食ったあとに吸ってる人多い	飲食後の喫煙が目立つ
82	ビール飲んだ後のタバコがうまいと言う	
83	ラーメン後すってる人いっぱいいる	
84	タバココミュニケーション	タバコで一服する時間を作っている
85	タバコ休憩	
86	一息つける	
87	気分転換	
88	両親・兄弟が吸っている	身近な人が吸っている
89	家では母と吸っている	
90	周りの人が喫煙者	
91	料理人たばこすいがち	
92	吸っている人が多いイメージ	
93	みせいねんが吸ってることが多い	
94	喫煙所が増えればポイ捨ては減る つまり増設！	喫煙所が少ない
95	きつえん所ない	
96	労働環境が悪い	
97	電子タバコならいいと思っている	電子タバコの利用者が多い
98	アイコス吸おうと思ってタバコを刺すが充電が無くて吸えずにイラッとしている所を見る	
99	アイコスならバレないと思ってる	
100	電子タバコのレギュラーまずい	
101	室内アイコス多い	
102	センチアセンスない	
103	アイコスすいがち	
104	天気が悪くても外で吸う	

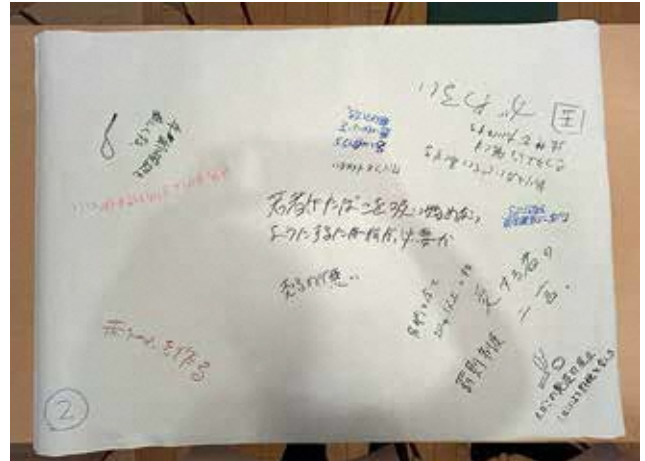
105	タバコの吸い方にも流儀がある	吸い方にもそれぞれの特徴がある
106	ルーティーンがある	
107	タバコの残り数が少ない時に人の顔をうかがいがち	いつも人の目が気になっていそう
108	かたみせまそう	
109	タバコの大きさと細い意味が分からない	喫煙に関して理解できない
110	なんですってるんだろー？	



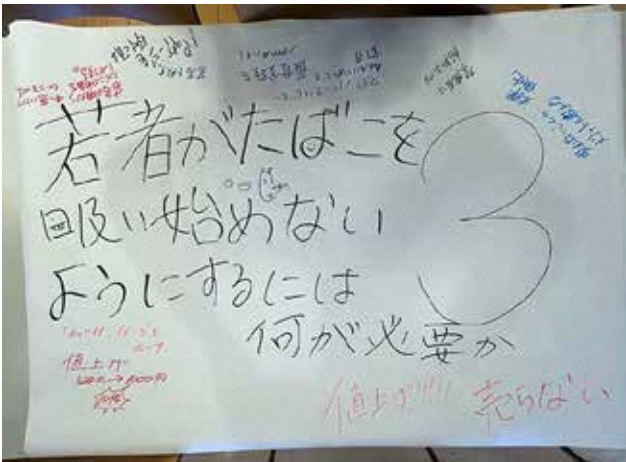
■テーマ2（ラウンド2～3）で意見交換中に使用された模造紙



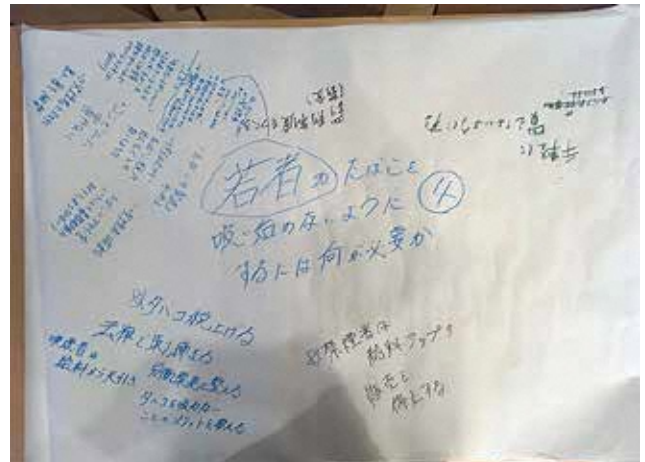
1 班の模造紙



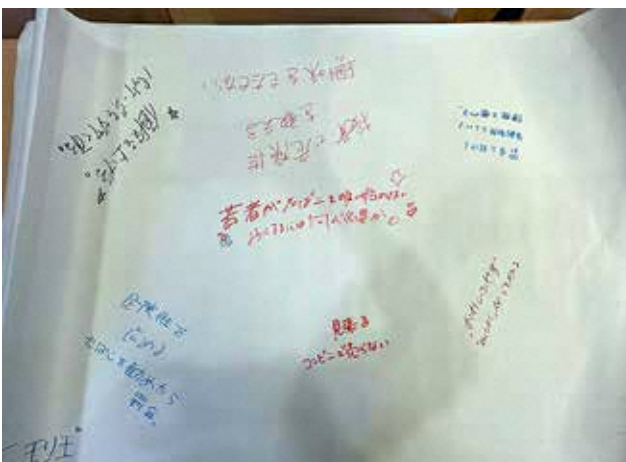
2 班の模造紙



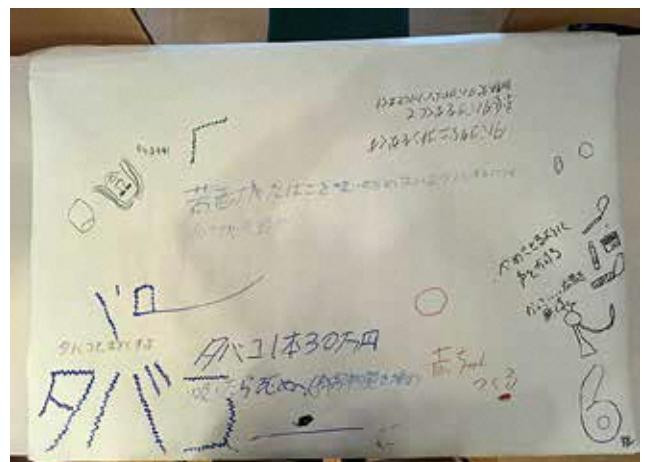
3 班の模造紙



4 班の模造紙



5 班の模造紙



6 班の模造紙

## ■テーマ2での意見交換で出されたキーワードとそれをまとめた集類文

テーマ2：若者がたばこを吸い始めないようにするには何が必要か

No.	意見交換の中で記録された意見やキーワード	集類文
1	授業で危険性を教える	小さい頃からの教育を徹底する
2	若者の頃からたばこの教育をしっかりする	
3	授業で危険性を教える	
4	たばこ＝ダサイ・害ということを義務教育に取り入れる（小学～）	
5	若い頃から悪いイメージを植え付ける	
6	吸わないことのメリットを教える	
7	体に悪いというイメージをつける	
8	タバコを吸わないことのメリットを教える	
9	年齢制限を上げる	年齢確認や身分確認を徹底する
10	年齢制限を厳しくする	
11	年齢制限を上げる	
12	たばこの年齢制限を引き上げる	
13	法律を変える	法律を変え、喫煙に関する規制を強化する
14	規制する	
15	法律強化	
16	法律で取り締まる	
17	これだけ"吸わない方がいいよ～"と言われているのにも関わらず、吸うやつは全員頭おかしいのでブタバコにブチこむ（かくり）	
18	法律で逮捕する	
19	国が変わるい	
20	罰金を設ける	罰金制度を創設する
21	罰則制度	
22	たばこを勧めたら罰金	
23	罰金を設ける	
24	罰則制度をつくる（罰金）	
25	課税を増やす	タバコ税の増額
26	タバコ税上げる	
27	たばこによる財税を変える	
28	タバコもっと値上げする	タバコの値上げ
29	値上げする	
30	ありえないくらい高くする	
31	値上げ 500円→5000円 10倍	
32	値上げ！！！！	

33	最低金額を1000円にする	
34	タバコ1本30万円	
35	値段を上げる	
36	もっと値段を上げる	
37	吸ったら死ぬ（有害物質を増す）	タバコの成分などを替える
38	銘柄を全て20mg以上にする	
39	タバコをまずくする	
40	タバコからニコチンをなくす	
41	紙タバコをなくして加熱式タバコのメンソールをなくす	
42	油を変える	
43	手に入りにくくする	手軽に買えなくする
44	手軽に買えないようにする	
45	禁煙者は給料上げる	喫煙者と禁煙者の待遇を変える
46	マイナンバー提示で年齢に応じて割引	
47	喫煙者は給料から天引き	
48	禁煙者は給料アップ	
49	喫煙者減給	
50	たばこの製造の廃止	タバコの製造・販売中止
51	売らない	
52	販売を停止する	
53	見た目が若いやつには売らない（20才以上でも）	
54	明らかに老けててモテなさそうな見た目のやつには可	
55	たばこの製造をやめる→行政がたばこ税に甘えなくとも良いように	
56	コンビニに売らない	コンビニをはじめとした販売中止
57	コンビニで売らない	
58	コンビニに置かない	
59	売るのが悪い	
60	パッケージをダサくする	タバコの変える情報発信を行う
61	カッコいい広告を無くす	
62	「カッコイイ」イメージをかえる	
63	「カッコイイ」イメージをなくす	
64	パッケージをダサくする	
65	興味をもたせない	
66	危険性を広める	
67	若者を殺す	

68	Q.なんで吸うの？（喫煙者） A.かっこいいから、コミュニケーションのため、出会い	
69	イキりたいやつが多い	
70	興味をもたせない	
71	やめさせるように声をかける	口コミで喫煙を抑止する
72	タバコをすすめない	
73	人に勧めない	
74	喫煙者と友達にならない	
75	愛する者の二言	
76	喫煙者に対する暴力・暴言解禁	
77	労働環境を整える	喫煙環境を厳格化する
78	喫煙所無くす	
79	見張る	
80	タバコ以外の趣味をつくる	タバコの代わりとなるものを見つける
81	おかしふやす	
82	タバコの代わりをよういする	
83	赤ちゃんつくる	
84	赤ちゃんを作る	
85	楽しい事をふやす	
86	世界中の人を吸わせればいい	その他



■各班が全体を通じて重要だと思った項目とそれをまとめた集類文

最終発表：各班が感じた重要項目

No.	班	各班が感じた重要項目
1	1	授業で危険性を教える
2	1	タバコ以外の趣味をつくる
3	1	年齢制限を上げる

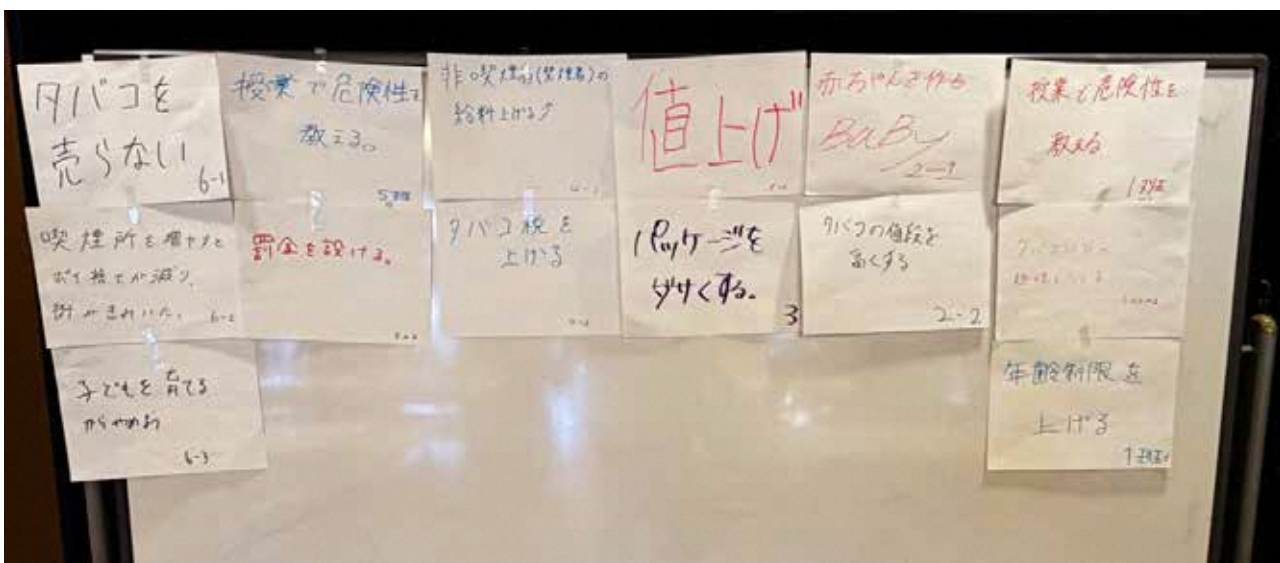
1	2	赤ちゃんを作る
2	2	タバコの値段を高くする

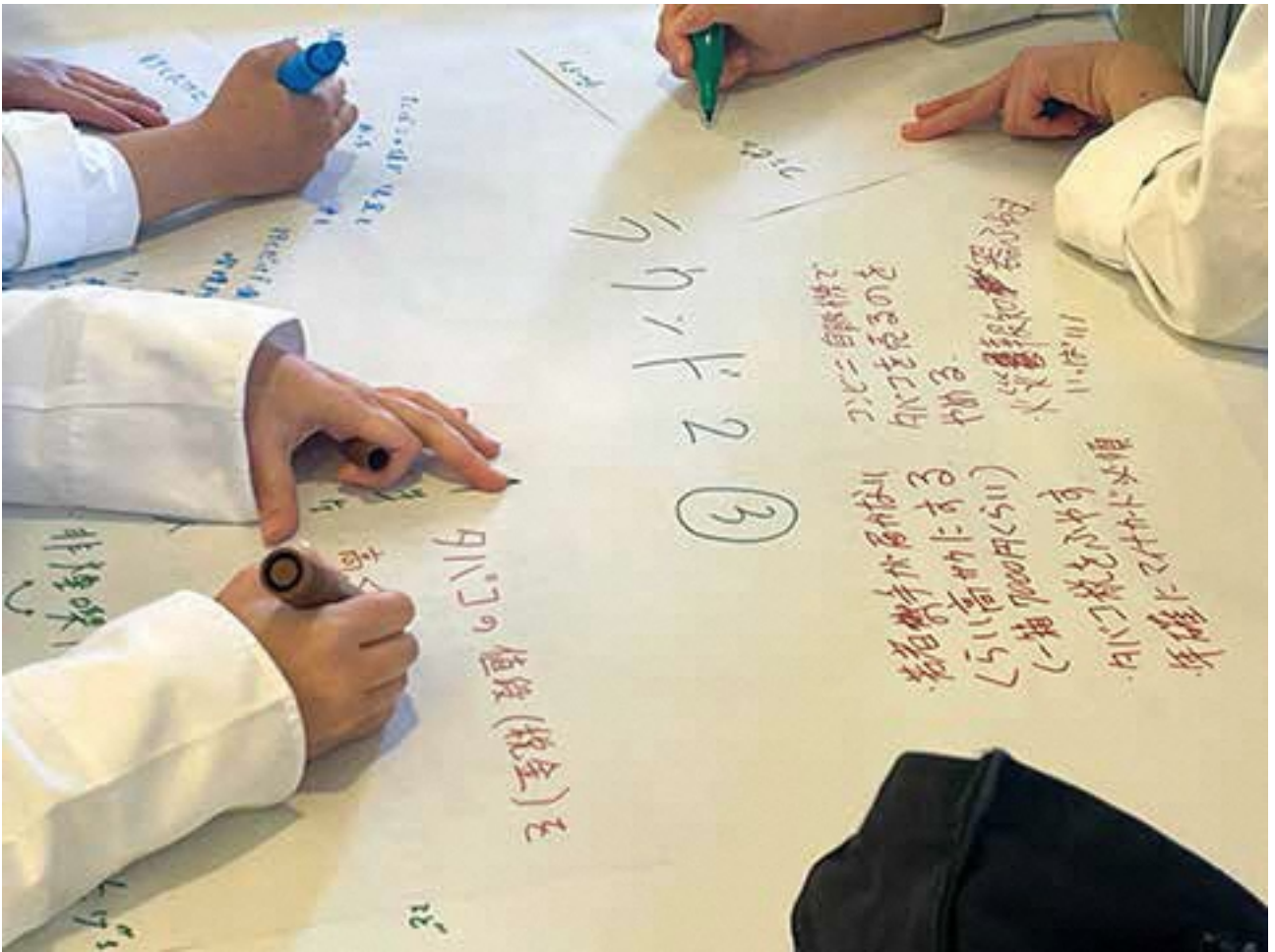
1	3	値上げ
2	3	パッケージをダサくする

1	4	非喫煙者(禁煙者)の給料上げる
2	4	タバコ税を上げる

1	5	授業で危険性を教える
2	5	罰金を設ける

1	6	タバコを売らない
2	6	喫煙所を増やすとポイ捨てが減り、街がきれいに
3	6	子どもを育てるからやめよう





令和7年度  
若年者の喫煙習慣化防止ワークショップ報告書

---

作成日：令和8年1月

作成者：特定非営利活動法人 まちづくり学校

〒950-2002 新潟市西区青山5-8-22

TEL (025) 201-9320 FAX (025) 201-9321

E-mail info@machikou.com

---