

# 禁煙の経済効果

たばこはやめたいけど、やめられない。  
そんな悩みを抱えている人はいませんか。  
今はよい薬もあり、より確実にやめられる時代です。

## 禁煙にかかる費用と期間

現在、一番確実に禁煙が成功する方法は、禁煙外来などで禁煙治療を受ける方法。一定の条件\*はありますが、自力で禁煙するより3～4倍、禁煙に成功しやすいことがわかっています。

禁煙治療にかかる期間は12週間。その費用は使う薬によって異なりますが、3割負担の方の場合、およそ13,000円から20,000円程度です。この費用を12週間分のたばこ代と比較すると、禁煙期間中、喫煙していた場合のたばこ代の1/3～1/2程度の金額で、禁煙外来での治療が受けられることがわかります。

\*一定の条件

①ニコチン依存症を判定するテストで5点以上 ②「1日の平均喫煙本数×喫煙年数」が200以上(35歳未満の場合はこの要件なし) ③直ちに禁煙を始めたいと思っている ④禁煙治療を受けることに文書で同意している

## たばこの経済への影響の試算

厚生労働省の「喫煙の健康影響に関する検討会」の報告書『喫煙と健康』によると、たばこが経済に及ぼす影響は、①医療費など健康関係費用、②施設・環境面にかかる費用(火災・清掃など)、③喫煙に伴う生産性損失(勤務中の離席や喫煙関連疾患での入院・死亡、たばこ関連火災その他)のマイナス影響が4.3兆円、たばこの購入や他産業にもたらす間接的な影響を含めたプラスの影響が2.8兆円だとしています。(医療経済研究機構による試算)

## そのほかにもこんな「もったいない」が！

喫煙の健康への悪影響は、心臓病や脳卒中、糖尿病、がんなどの危険因子になることなどが広く知られています。非喫煙者と比べると、寿命は約3.7年も短いそうです。その影響は家族や周囲の人へもおよびます。

また、健康面以外にも下記のような影響があります。

### ●時間を奪われる

- ・1箱につき、5分×20本＝100分の喫煙時間。
- ・街中では喫煙スペースを探す時間もかかる。

### ●労働生産性が落ちる

- ・喫煙による労働生産性の低下は1人平均年間20万円にも。



### ●火事の原因になる

- ・たばこは火事の原因の第1位。



### ●たばこ代がかかる

- ・毎日1箱(440円)の場合、1年で160,600円。
- ・10年間のたばこ代は、値上がりししないと仮定しても約160万円！。

