

07

喫煙を不快に思う人への 思いやりが大切、 お酒は適量を心得て楽しむアドバイスを。

大 学 生 の 喫 煙 ・ 飲 酒 事 情

2003年5月に施行された健康増進法25条により、学校など大勢の人が利用する場所では、管理者に受動喫煙を防止する措置を講ずる努力義務が課せられました。各大学でもキャンパス内の分煙または禁煙の措置を取るケースが増えています。校舎内、食堂、屋外でも指定の場所以外での禁煙や歩行喫煙禁止の措置を取る大学も少なくありません。

こうした大学の取り組みに対して、学生会などが積極的に協力してキャンペーンなどを展開している大学もあります。キャンパス内では比較的マナーは守られているようですが、歩行中の禁煙や吸殻のポイ捨て禁止などはまだ徹底されていないケースもあるようです。また、一旦学外に出るとマナーが守られないケースもあり、大学と学生が連携したマナー向上の努力が求められます。

一方、飲酒については、特にコンパや学園祭等での過剰な飲酒、急性アルコール中毒などが問題になることから、学園祭での飲酒を禁止する大学も増えているようです。また、健康管理室などを中心にパッチテストなどアルコールへの適性を確認する機会を設けたり、健康管理の一環として飲酒についてアドバイスしている大学もあります。

喫 煙 ・ 飲 酒 の 心 得

【喫煙】

自分にとってはストレスを癒す嗜好品でも、他人には迷惑な「煙」になってしまいがちな煙草。受動喫煙を減少させようと自治体などでも積極的に取り組む傾向にあり、喫煙は指定の場所だというのがいまや当たり前になっています。次のようなことは喫煙のマナーとして日常的にアドバイスしていくことが大切です。

- ①指定された場所や時間帯以外での喫煙はしない。
- ②携帯灰皿などを携帯し、たばこのポイ捨てはしない。
- ③学外でも、とくに妊婦や乳幼児の近くでは喫煙しない。

●分煙・禁煙が義務付けられている主な場所

学校／体育館／病院／劇場／集会場／展示場／百貨店／飲食店／官公庁施設／金融機関／鉄道駅／航空旅客ターミナル／バスターミナル／美術館／博物館／社会福祉施設／商店／ホテル・旅館など宿泊施設／屋外競技場／娯楽施設／電車・バス・タクシー・航空機・旅客船など

【飲酒】

個人差はありますが、一般に肝臓が一日に処理できるアルコール量は60g、400キロカロリー相当とされています。適量を超えるとからだにさまざまな障害を与えます。とくに短時間に大量のアルコールを摂取すると脳の働きが麻痺する危険性があり、心肺機能に異常をきたし、死に至ることもあります。それだけに適量をわきまえた飲酒の指導を学内の保健管理部門などと連携して指導していくことが大切です。また、飲酒運転については日ごろからのキャンペーンなどを通じて徹底指導を図りましょう。

- ①お酒の適量をわきまえよう。
- ②飲んだら絶対運転しない。
- ③飲めない人に無理強いしない。
- ④もちろん、20歳未満は飲酒禁止。

●お酒の種類と適量の目安

種 類	アルコール度数	適量の目安
ビール	5度前後	中ビン1～2本
ワイン	12度前後	グラス1～2杯
日本酒	15度前後	1～2合
ウイスキー	40度前後	ダブル2杯程度

◆ 絶対にやめよう飲酒運転

column

2006年は飲酒運転による悲惨な交通事故が数多く発生し、国民は改めてその怖さを思い知らされました。飲酒運転には「酒気帯び運転」と「酒酔い運転」の2種類があり、前者は運転免許証の減点(6～23点)および「1年以下の懲役または30万円以下の罰金」、後者は免許証取り消しおよび「3年以下の懲役または50万円以下の罰金」が科せられます。また、ほかの違反・事故がなくとも、多くは現場で逮捕され留置されます。

人身事故を起こした場合は「業務上過失致死傷罪」として最長5年の懲役刑が、とくに悪質な場合は「危険運転致死傷罪」として最長20年の懲役刑が科せられるなど、人生を失ってしまいかねない厳罰に処されます。また、自身が運転者でなくても、運転者と飲酒したり、飲酒運転と知りながら車に同乗した場合なども、飲酒運転の幫助(ほうじょ)犯として処罰されます。何があっても、お酒を飲んだら運転しない・させないことを肝に銘じさせましょう。