

2010年4月より教職員は キャンパス内禁煙になります

立命館保健センター
医師

八田 文裕子 先生



このコーナーでは、「心も体もリフレッシュ」というテーマで、「心」と「体」に関するお話を紹介していきます。今回は、「体」。2010年4月からのキャンパス内禁煙について紹介していきます。

皆様すでにご存知だとは思いますが、2010年4月より、教職員はキャンパス内で喫煙できなくなりま
す。キャンパス内禁煙開始に向けて、すでに多くの方が禁煙に取り組み、成功されています。現在まだ喫煙中の方は、この機会に禁煙をスタートしましょう。喫煙を続けている限り、タバコの禁断症状は繰り返しておこります。禁煙に成功するまでは大変ですが、一度止めてしまえば、吸えないイライラから生涯解放されるのです。そして、何よりも、タバコを吸う事で背負わされている様々な病気のリスクから開放されるのです。保健センターでは、禁煙外来を通じて、禁煙に取り組む皆様のお手伝いをさせていただきます。お気軽にご相談ください。

本学における学生の喫煙率は、2009年度の定

期健康診断によると、新入生では男子1.7%、女子0.3%ですが、4回生になると男子21.4%、女子3.3%になり



ます。つまり、男子の約20%、女子の約3%が、本学における大学生活で喫煙習慣を身につけていること

になります。吸い始めるきっかけは、「人から勧められたから」や「周りが吸っているから」が多いことが



ら、立命館大学を卒業していく学生たちの健康を守るためには、学生がタバコを吸わない環境を作ることが

一番効果的です。現在、新入生の喫煙率も年々減少しています。2010年度に入学してくる学生が喫煙しないまま4回生になれば、2013年4月からの学生を含めたキャンパス内禁煙にスムーズに移行できます。更に、入学時すでに喫煙している学生も、本学在籍中に卒業して卒業できるよう、教職員の皆様にも防煙・禁煙教育にご協力いただけましたら幸いです。

2013年3月まで、学生用に喫煙シエルターは残りますが、教職員は使用できません。また、キャンパス周囲の路上での喫煙は、ご近所の方や本学関係者の迷惑や受動喫煙の原因になりますので、絶対におやめください。