



## イケン先生の『恐縮ですが…一言コラム』

### 第 636 回 64 歳の「禁煙宣言」

2015.7.5

最近どうも、咳、痰が異常に多く、さすがにちょっと考え込んでいた。

「肺年齢」なるものを調べたら、94 歳だという。僕の肺は、実年齢より 30 歳も先輩だった。

「肺の生活習慣病」といわれる慢性閉塞性肺疾患(COPD)だと、主治医から宣告された。

その最大の原因はタバコだ。

タバコに含まれる有害物質は、タール、ニコチン、一酸化炭素だけではない。

約 60 種類の発がん物質、約 200 種類の有害物質、約 4,700 種類の既知の化学物質も含まれている。

タバコを吸う人は吸わない人に比べ、喉頭がん 32.5 倍、肺気腫など 2.2 倍等々…色々な人に言われ、理解はしていたつもりである。

私が小学生の頃、大人の方はほとんどタバコを吸っていた(1960 年喫煙率、男性 80%、女性 15%)。

タバコを吸うのが「**大人の証**」のように憧れたものだ(今は成人男性で 3 割強)。

18 歳のころからか、あえて定かにしていないが、かれこれ 46 年間、一時も欠かさずタバコを吸い続けてきた。お決まりだった「ショートホープ」から始まり、「ハイライト」、「ショートピース」、最後は「ロングピース」に落ち着いた。最近はずっと、2 箱ペースだが、仮に総じて 1 日 30 本だとして、50 万 3,700 本吸い上げた計算になる。仮に 1 本 8cm だとすれば、その距離は 40km 以上、ほぼフルマラソンに近い。価格は昔と随分違うが、仮に 1 本 20 円だとして、約 1,000 万円タバコに費やした。威張るほどの金額ではないが、でも今、休みなしで毎月 28,520 円、単純に月 3 万円、年間 36 万円かかると考えると、やはり大変な出費である。高性能パソコンや高品質一眼レフカメラ等、平気で買える金額である。タバコの価格、半分以上は税金である。タバコの税金は消費税を含め約 64.5%、1 箱あたりのタバコの原価は約 17.8%、ロングピース 1 箱 460 円で約 82 円となる。税金等を引いた残り 35.4 円が JT の利益である。とすれば飯島さん、今まで 645 万円の納税貢献をしたこととなる。

消費は金額だけでない。

タバコを吸う時間は 1 本当たり 4 分と言われている。

そうであれば、1 箱吸うと 1 時間 20 分、1 ヶ月で 40 時間、1 年間だと 20 日分、飯島さんの今までは 920 日も煙(ケム)に巻かれた時間を過ごした。

と言うことは、2 年半の長きにわたり、非生産的、不健康行動を繰り返してきたことになる。

実は金額より、この無駄な時間が悔しく、惜しい。

だから「年貢の納め時」、いよいよかつてできなかった「**禁煙**」をやろうと心に決めた。

根性なしで、意志の弱い飯島さんだから、なるべく多くの人に公言してしまおう！と思っている。

実は、私が所有する、大小すべてのカバンに、ライターが入っている。その数 30 個は下らない。

それとトイレ、バスルームにまで置いてある灰皿、これらすべて撤去、廃棄することから始めたい。

涙なくして語れない、飯島賢二初のチャレンジである。

屁理屈(へりくつ)屋が 64 歳を迎えるに当たり、やっとの思いで決意した**禁煙宣伝!**

気が緩んではいけないのだが、もし…の時の、厳しいまでの叱責をお願いする所存である。