



禁煙推進企業  
コンソーシアム

# 禁煙推進は 何故注目されているのか

経営者が知っておきたいポイント



TEXT No. 01

## ～はじめに～

禁煙推進企業コンソーシアムという団体は、東京都医師会や大企業が集まり2019年に「禁煙推進」をスタートしました。自社の禁煙推進だけでなく、「企業の禁煙推進をスタンダードに」をキーワードに今まで様々な活動をしてきました。そこで分かったことは下記です。

## 元気が良い会社は禁煙推進に力を入れている

今まで、タバコは個人の嗜好品であり、喫煙をする権利が従業員にあるとして企業が従業員に対して禁煙を勧めることは多くありませんでした。ただ昨今、社会情勢も変化してきて、徐々に従業員に対して禁煙を推進する企業が増えてきました。

禁煙推進は、有効に活用すると、組織風土を活性化し、社員の生産性を向上するものとなり経営に良い影響を与えます。

しかし、禁煙推進は非常に難しく、やり方を間違えると下記のケースがあります。

- ・喫煙者が孤立してしまう
- ・非喫煙者と喫煙者が対立構造になる
- ・組織内での心理的安全性が失われ風通しが悪くなる
- ・経営層の意見に反発し従業員のモチベーションが下がる

結果的に、禁煙推進は大きなプラスにも働きますし、マイナスにも働く取り組みです。経営に対しても大きなプラスの影響がある禁煙推進だからこそ、組織全体で取り組んでいただきたいと思います。



個人に対する禁煙マニュアルは世の中にたくさんありますが、「組織」や「経営」に注目をして作られた禁煙マニュアルは世の中にほとんど見られません。

我々禁煙推進企業コンソーシアムでは、企業の禁煙推進に特化し、事例をあつめ、禁煙推進ノウハウを蓄積してまいりました。その中で、経営層の方に知っていただき、理解が必要な部分をこの冊子ではお知らせします。

## INDEX

- |                                |    |
|--------------------------------|----|
| 1. 禁煙推進は何故必要なのか？               | 03 |
| 社会情勢として求められている企業の禁煙推進          |    |
| 2. 【喫煙者にとって】禁煙推進は何故必要なのか？      | 04 |
| 健康被害のある「タバコ」について考える            |    |
| 3. 【非喫煙者にとって】禁煙推進は何故必要なのか？     | 05 |
| タバコハラスメント／訴訟に繋がるケースも           |    |
| 4. 【組織にとって】禁煙推進は何故必要なのか？       | 06 |
| 敵対関係、組織風土の悪化。生産性の低下            |    |
| 5. 【企業にとって】禁煙推進は何故必要なのか？       | 08 |
| 健康経営市場の広がり。禁煙推進企業コンソーシアムの存在価値  |    |
| 6. 【社会にとって】禁煙推進は何故必要なのか？       | 10 |
| 日本としても喫煙率削減が重要。先進企業として企業価値向上を！ |    |
| 7. 他社の禁煙推進事例                   | 11 |
| 大企業の禁煙推進／中小企業の禁煙推進             |    |
| 8. 最後に（禁煙推進の経営者の役割とお願いごと）      | 12 |

禁煙推進は何故  
注目されているのか



禁煙で失敗する会社  
禁煙で成功する会社

# 1. 禁煙推進は何故必要なのか？

禁煙推進を導入している企業の理由はさまざま

- ・将来の社員の幸せのために、健康被害の大きいタバコを辞めることが良いと思うから
- ・将来の社員の幸せのために病気の原因になる喫煙者は減らしていこうと思うから
- ・禁煙の取り組みを社外にPRし、採用に有利にしたいと思うから
- ・親会社の意向でグループ会社全体で禁煙を進めることになったから
- ・社内の非喫煙者から喫煙者への不満が多く出ているから
- ・健康経営の認定を取得したいと思うから

喫煙率が年々減少傾向にあるなか

**企業の禁煙推進はスタンダードになりつつあります。**



※厚生労働省調査より抜粋

**禁煙推進のスタンダードに大きく影響したことが「法律」**

## ★健康増進法の改正

2020年4月受動喫煙防止対策が施行され、受動喫煙対策が義務化されました。

この法令改正により企業側は動き始めました。まだ法律が改正されて数年ですが、今禁煙を進めている企業は業界の中でも先進企業として様々なメディアでも取り上げられております。

今では従業員の健康のために禁煙を推進するだけでなく、禁煙を企業の事業戦略として実施をするケースも増えています。

### 事例1 株式会社すかいらーく

すかいらーくグループ全店で敷地内禁煙を実施  
受動喫煙防止を徹底するため店舗外の灰皿も撤去

### 事例2 株式会社串カツ田中

店舗全店全席禁煙

その他、カフェチェーンを展開する企業の多くも完全分煙／禁煙限定店舗を展開し、クリーンなイメージと共に非喫煙者に来店してもらうような取り組みを実施しております。

これを受け、昭和時代のようにタバコが就業時間内に自席で吸えた時代は完全に終わりました。

今は、禁煙が当たり前の環境へ国も投資をして、整備をしています。

(受動喫煙対策に関する補助金などの整備)

## 2. 【喫煙者にとって】禁煙は何故必要なのか？

### タバコの与える影響

- ・血液中の悪玉コレステロールであるLDL-コレステロールが増える
- ・善玉コレステロールであるHDL-コレステロールを減らす
- ・血圧を上昇させる

### 喫煙者にとって何故 禁煙は必要なのか？



健康のため？  
誰のため？

これらの相互作用により

- ・動脈硬化の進行
- ・狭心症や心筋梗塞などの心疾患
- ・脳出血や脳梗塞などの脳血管疾患

などのリスクが高まるといわれています。

これは、喫煙者もリスクをわかった上で喫煙していることがほとんどです。健康に悪いと分かっているが吸ってしまう、これは「ニコチン中毒」でよく見られます。詳細は、冊子「喫煙者の心理BOOK」をご覧ください。

やはり、喫煙者にとって禁煙をするべき理由は、「健康のため」です。

上記のような病気により体調を崩す可能性があるだけでなく、入院や突然死に至るケースもあります。大切な従業員がそのような状態になることを防ぐことも、企業としては大切なのではないのでしょうか。

血液中にプラーク（脂肪等）が増える

血管縦断面



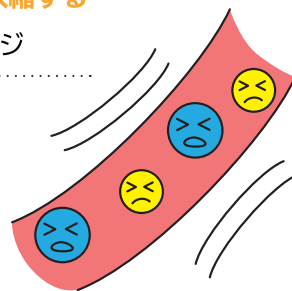
プラークがたまり血管の通りが狭くなる

血管横断面



血管壁が収縮する

血管イメージ



※イラストはイメージです



喫煙者

健康の被害？  
知ってますわ。

喫煙者もリスクが分かった上で喫煙をしていることがほとんどです。健康に悪いと分かっているが吸ってしまう。これは「ニコチン中毒」で見られる症状です。

### 3. 【非喫煙者にとって】禁煙推進は何故必要なのか？



非喫煙者はなかなか口に出せませんが、文字通りタバコまたは喫煙者のことを煙たがっている人も多いです。また匂いだけでなく、周辺環境でも声なき被害を訴えております。

- ・就業時間内での喫煙者の喫煙時間
- ・上司が喫煙者でタバコハラスメントを受けること
- ・喫煙所帰りでのミーティングでの呼出煙（喫煙者が吸って吐き出した煙）が気になること
- ・会社の飲み会が必ず喫煙OKの店になること
- ・取引先とのミーティングが喫煙所になること
- ・喫煙に関する規則があるが守られていないこと

### 数多くのタバコハラスメント／煙ハラスメント

非喫煙者はタバコ特有の匂いに変化敏感です。また服についた匂い自体に有害物質が含まれており、服のにおいを介して有害物質を吸ってしまうことを3次喫煙と言われています。

※他者の喫煙により生じた副流煙（タバコの先から出る煙）と呼出煙（喫煙者が吐き出した煙）によって周囲に拡散される気体に曝露され、それを吸入することを二次喫煙と呼びます。

### 煙ハラスメントが訴訟になるケースあり

この3次喫煙、実質タバコハラスメントに当たる行為として、社内で訴える社員もいます。

実際に受動喫煙対策が不足したため従業員に健康被害が出たとして訴訟になっているケースも複数あります。

喫煙者は、自身が匂っていることを自覚していますが、程度は自覚できていません。

ほとんどの喫煙者が、禁煙後に『喫煙者があんなに臭いと思わなかった』と述べます。

新型タバコは、匂いを少なくしたため、その問題を解決しつつあるように思えますが、非喫煙者は、加熱式タバコの匂いでさえも不快を感じることも多いです。

喫煙者のために、非喫煙者が我慢をしているという状況に対して、不快のない環境を整えるために企業は対処をする必要があるのです。

## 4. 【組織にとって】禁煙は何故必要なのか？ ①



嗜好品で自分のお金で吸っているので文句を言われたくない

自分の健康は自分の責任なので、他の人に言われる筋合いは無い

喫煙は自由で、会社が個人の喫煙権を奪うことは出来ない

ただ、周囲に匂いで多少の迷惑をかけていることは分かっている（分かっているつもり）

喫煙者は喫煙所に行く時間はズルいと思う

喫煙者の2次受動喫煙や匂いは気になるが人間関係のために我慢している（慣れてしまっている）

組織が嫌な雰囲気になることは避けたい

道端で吸っている人がいるとマナー違反だと思う

自己責任の範囲  
理解しているつもり

VS

我慢している  
言いたしづらい

組織内コミュニケーションの悪化  
「心理的安全性が無い組織」

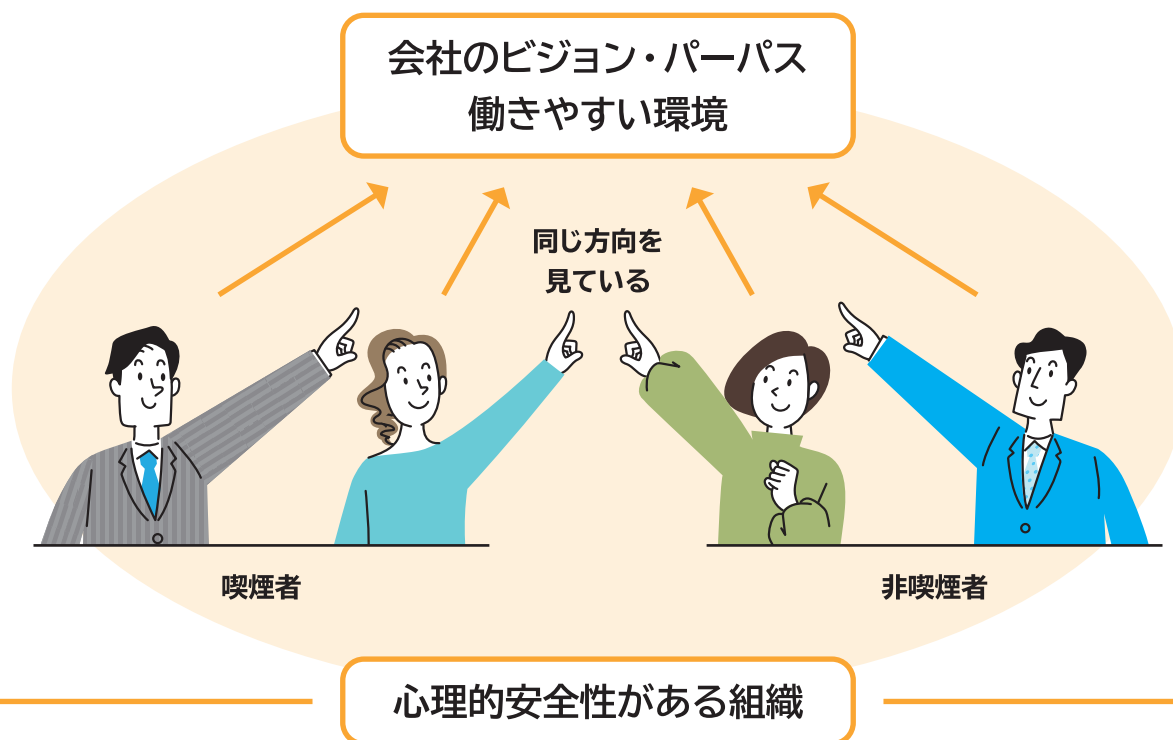
### POINT !

#### 心理的安全性がある組織とは？

心理的安全性がある組織とは、組織の中で自分の考えや気持ちを誰に対してでも安心して発言できる状態の組織のこと。

つまり、組織で働くメンバーが互いに尊重し合い、チームの他のメンバーが自分の発言を拒絶したり罰したりしないと確信できる状態とも言えます。

## 4. 【組織にとって】禁煙は何故必要なのか？ ②



- ・新しい発想を考え付きやすい
- ・新しい発想を提案しても受け止めてもらえるために積極的な発言が見られる
- ・斬新的なアイデアが出てイノベーションが起きやすい
- ・ストレスの少ないコミュニケーションが出来る
- ・結果的に生産性が高まる

### 心理的安全性を高めることで

### 個人や組織の効果的な学習や革新に繋がる

非喫煙者が、何かを言い出せなくて我慢している組織はどうでしょうか。  
喫煙者が、肩身狭く隠れてコソコソしている組織はどうなのでしょう？  
知らないうちに、心理的安全性が守られず、組織の結束は崩壊していきます。

冒頭に『元気が良い会社が禁煙推進に力を入れている』と話した理由が、この「心理的安全性」に密接に関係していることがここにあります。

喫煙者と非喫煙者が対立構造になっている組織は、おそらく喫煙以外のことでも、誰かが我慢し尊重されないままに事業が進んでいる可能性があります。

### 組織の中では「生産性向上」の大きなカギが「禁煙推進」



## 5. 【企業にとって】禁煙推進は何故必要なのか？

### ★健康経営市場の広がり

健康経営という言葉が新聞や様々なメディアで聞くことが増えてきました。

現在経産省が推奨する考え「健康経営」は簡単に言うと「従業員の健康促進を経営戦略の1つとして実施していくこと」ですが、毎年この市場は広がっております。

経産省のホームページに健康経営認定企業が発表されておりますが、大企業だけでなく中小企業も今や1万2千社を超える企業が認定を取得しております。（今後も増加傾向予測）

当然、企業が禁煙に取り組むことも経産省が実施している健康経営度調査の調査項目に該当しており認定基準のひとつとなっております。

2022年 上場企業約**1000社**も健康経営認定取得

### 健康経営への投資とリターン

1  
企業価値  
向上

2  
採用力  
強化

3  
ロイヤリティ  
向上

4  
エンゲジメント  
向上

先進的な企業は単純なる運動や栄養・睡眠等の施策をやるだけでなく、「健康データや生産性データ」を一元管理して経営に役立てようとしております。中小企業も、健康経営は特に「採用」に影響すると言われ積極的に実施をしてPRをしている企業も増えております。

採用に関するデータでも「はたらく人の健康に配慮している企業」への入社を希望する方が多くいるため、より一層従業員への健康推進は注目をされることになります。

#### 豆知識

企業が従業員の健康に対しての運動や食生活改善の施策を実施するだけでなく、従業員自体に「ヘルスリテラシー向上」や「健康行動の習慣化」を考えて企画している中小企業が増えています。

ヘルスリテラシーは、「正しい健康情報を収集し、選択し、活用するスキル」と言われておりますが、今後の日本全体としても必要な考えだと言えます。

健康経営に取り組む中で、禁煙だけは、他の施策と違いがあります。

運動や食生活改善の施策  
(健康行動を促す、反対が出づらい)



禁煙に関する施策  
(喫煙行動を辞めさせる、反対が出やすい)

この反対が出やすい分、禁煙推進は企業の中で難しいとされており、ここ数年で禁煙推進に力を入れている企業の多くは苦勞をしております。しかし、禁煙推進が組織で進むと大きな効果があることも重要です。

## 5. 【企業にとって】禁煙推進は何故必要なのか？ ②

### 禁煙推進企業コンソーシアムご紹介

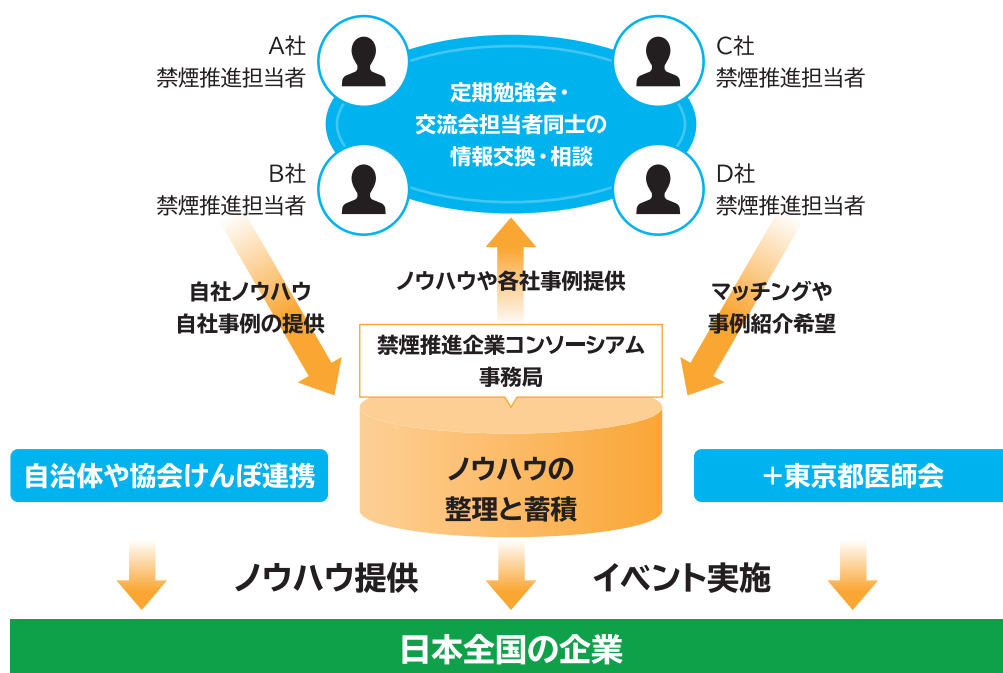


# 禁煙推進企業コンソーシアム

## 禁煙推進を企業のスタンダードに

自社の禁煙の取り組み、成功・失敗体験をを会員企業で共有し議論をしているだけではなく、そこで得られたノウハウをまとめ、集め世の中に発信をしております。

※現在36社(2022年6月時点)の企業・団体が加盟しております。



### 【禁煙推進企業コンソーシアムの活動】

- ・会員ノウハウ共有会の開催
- ・先進企業同士の1on1ミーティング
- ・東京都医師会とのプレスリリース発信（新型コロナと喫煙の関係）
- ・禁煙白書2021発行
- ・禁煙推進ノウハウ集発行
- ・企業の産業保健スタッフ向けイベント実施

今回の「卒煙のミカタ」は、禁煙推進の先進企業が実施してきた内容を集約し、なるべく効果的にかつトラブルが少ない方法をまとめた冊子です。経営層の方には、『禁煙の施策＝組織の風通しを良くする』という意識を持って積極的に取り組んでいただきたいと思います。

## 6. 【社会にとって】禁煙推進は何故必要なのか？

グローバルで見たときに日本の禁煙施策は遅れていると言われております。

### タバコの煙のない環境—最高レベルの国と地域（2020年時点）

最高レベルに達した国、地域：

アフガニスタン、アルゼンチン、オーストラリア、ブラジル、カンボジア、カナダ、チリ、コロンビア、コスタリカ、エクアドル、エジプト、ギリシャ、イラン、アイルランド、ジャマイカ、ラオス、レバノン、ナミビア、ネパール、ニュージーランド、パキスタン、パラグアイ、ペルー、ルーマニア、スペイン、タイ、トルコ、ウガンダ、イギリス、ベネズエラなど

これらの国・州では、法律で公共空間での喫煙を規制しており、違反者への罰金はもちろん違反を容認した施設にも罰金と営業停止処分などの罰則が定められています。

こうした流れの背景のひとつには、国際条約「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約（たばこ規制枠組条約）」の存在があります。

#### たばこ規制枠組条約第8条2項

「締約国は、屋内の職場、公共の輸送機関、屋内の公共の場所及び適当な場合には他の公共の場所におけるたばこの煙にさらされることからの保護を定める効果的な立法上、執行上、行政上又は他の措置を国内法によって決定された既存の国の権限の範囲内で採択し及び実施し、並びに権限のある他の当局による当該措置の採択及び実施を積極的に促進する。」

日本としても喫煙率削減は「医療費の削減」を考えた際には避けて通れない道です。

2020年4月に改正健康増進法が全面施行され、公共施設や公共交通機関は原則屋内禁煙となりましたが、残念ながら日本はまだまだ100%の実施とは言い難いです。

法改正以前から営業を続けている小規模飲食店に対する経過措置もあり、他国の「最高レベルの国と地域」のような全面禁煙・完全禁煙の屋内環境は、日本は実現できていません。

**日本の禁煙推進は世界に遅れをとっています。**

**日本企業の禁煙推進をグローバル水準に**

**社会全体で協力していきましょう**

まさに、今「企業の禁煙推進」はスタンダードになる時代に突入しております。

日本では、国内民間企業にタバコメーカーがあるがゆえに、法規制が難しい国と言われております。各企業が禁煙推進に取り組むことは、日本全体をグローバル水準に近づけることになり、これからの企業成長や経済発展において必要だと感じております。



## 7. 他社の禁煙推進事例

禁煙推進は、特段ユニークなものはありません。

1年で解決するものではないので、**一歩ずつ着実に実施をする企業が着実に喫煙率を下げております。**

### 大企業の禁煙推進

経営層の巻き込みを前提として

#### STEP:1

- ✓ 経営者巻き込み
- ✓ 体制作り
- ✓ 制度設計
- ✓ 受動喫煙対策
- ✓ キャンペーン（例：禁煙外来補助／各種インセンティブ）

を実施して、まずは10%前後の喫煙率まで下げていき、その後に

#### STEP:2（喫煙率10%前後になってから）

- ✓ 個別中長期アプローチ

を実践していることが多いです。

#### 参考

- ・製薬会社F社：各事業部ごとに「禁煙推進」の担当者をつけて、制度や進捗の確認を毎月実施
- ・保険会社S社：新規採用の条件に「非喫煙者であること」と明記
- ・大手製造業：段階的に制度を強化（禁煙ディ設定→就業時間内禁煙→職場内禁煙）
- ・サービス業：経営者が全喫煙者の自宅宛てに直筆の手紙を送付

大企業は、全社に禁煙推進に関する情報発信をして、会社の本気度を見せております。

禁煙に関する制度（就業時間内禁煙など）を作ったとしても、『守られない制度（ルール）は意味が無い』として、制度遵守の徹底をしております。

### 中小企業の禁煙推進

- ✓ 体制づくり
- ✓ 個別中長期アプローチ

をメインで実施していることが多いです。

いずれにしても、禁煙推進は短期的に考えずに中長期で一歩ずつ着実に実施をしていくことが重要となります。



## 8. 最後に（禁煙推進の経営者の役割とお願いごと）

ここまで読んでいただき、ありがとうございます。

ご自身が喫煙者の場合、自社で禁煙推進は決断しづらいと思います。会社のためにも、ご自身のためにも、より良い職場環境を作るためにも、禁煙推進に力を入れていただきたいと思います。

### 禁煙推進は、何ととっても「経営者の役割」が大きい

会社が本気で禁煙に力を入れているのと入れていないのでは、「禁煙チャレンジをしよう」と手を挙げる人の数が変わります。是非、経営層の方には下記をお願いをしてこの冊子を締めたいと思います。

#### ①経営層自らが禁煙推進に力を入れてください

自らの言葉で禁煙の重要性を発信してください。人事部からの「言わされている感」は従業員に伝わってしまいます。禁煙推進への本気度は皆様の言葉にかかっています。

#### ②どんな状況でも禁煙推進の担当者を守ってください

喫煙者への伝え方を誤ると従業員から批判が出てしまいます。喫煙者の反発の矢面に立つ可能性が高い禁煙推進担当者には、労いの言葉と感謝を伝えて守ってあげてください。

#### ③喫煙者からの一時的な反発が仮に起きても禁煙推進を貫いてください

もしも、従業員から一時的に反発が生まれたとしても、「自社は喫煙を許す」というスタンスに戻らないでください。禁煙施策を中途半端な形で中止をした場合、逆に非喫煙者から反発を生んでしまいます。

#### ④取締役が喫煙者がいる場合は、代表取締役の出番だと考えてください

現場から上司もしくは取締役に禁煙を進めることはハードルが非常に高いです。代表取締役自らが禁煙を推進し、取締役全員が禁煙にチャレンジするようにお願いします。取締役が職場内で普通にタバコを吸っている企業で、従業員が禁煙を積極的にするでしょうか。

#### ⑤禁煙推進は長い取り組みと考え、禁煙風土を作っていくこと

禁煙推進企業コンソーシアムの会員でも15年以上かけて喫煙率1%台にした大企業もございます。1年2年の施策ではなく中長期として捉える。もし経営者が交代する場合は禁煙推進の意思を引き継いでください。

（参照）【経営層向け冊子】禁煙推進に必要な職場風土（組織論）も是非ご一読ください。

第1稿 2022年8月18日

#### 【制作責任者】

禁煙推進企業コンソーシアム 事務局

<https://kinen-support.com/>

事務局長 米田哲郎

[info@kinen-support.com](mailto:info@kinen-support.com)



日本全国  
禁煙風土醸成のために講演中

禁煙先生