

節約のカギは「卒煙」！？

ファイナンシャルプランナー 加藤 梨里

「卒煙」って・・・？

先日5月31日、日本各地で「卒煙式」なる行事が行われました。「卒煙」とは、文字通り喫煙を卒業すること。つまり、再び喫煙をせずに完全に禁煙に成功することをいいます。「卒煙式」は、禁煙したい人をサポートする「卒煙塾」に参加して禁煙に成功した人をお祝いする行事で、数多くの自治体が主催しています。今年4月に受動喫煙防止条例を制定した神奈川県にある「かながわ卒煙塾」の塾長には、長年ヘビースモーカーだったにもかかわらず、今年禁煙に成功した俳優の館ひろしさんが就任しています。近年、こうしたイベントへ禁煙に成功した芸能人が出演するなど、禁煙を広める活動が各地で活発になっています。特に5月31日はWHOの定める「世界禁煙デー」であるため、世界中で禁煙への注目が高まります。

喫煙がもたらす健康被害、その経済的ダメージは？

喫煙は、様々な病気や障害の原因になることが明らかになっています。その影響力は他の様々な原因と比べて圧倒的に強く、喫煙者は非喫煙者に比べて数倍から10数倍も多く肺がんが発生します。また、心疾患によって死亡する確率を4.2倍から7.4倍高める⁽¹⁾という研究報告もあります。

このような喫煙による健康問題の結果、社会は甚大な経済的ダメージを受けています。その金額は、直接医療費が約1兆3,000億円、喫煙による労働力の損失が5兆8,000億円（死亡によって失われた労働力や、入院や休職によって低下した生産性の損失分⁽²⁾）など、合わせて最大7兆円に上ると試算されています。

喫煙による経済的ダメージは個人にとっても深刻です。もし万が一肺がんにかかると、初期の場合でもその治療費は約250万円から280万円⁽³⁾がかかります。治療費のうち、公的保険の対象部分は自己負担額3割で済みますが、保険適用外の先進医療を受けた場合などは全額自己負担になります。また、病気の治療には、入院にかかる差額ベッド代や食事代、通院にかかる交通費、自宅療養中の薬代などもかかります。さらに、治療のために休職して収入がダウンすることも考えると、家計に与えるダメージは極めて大きいといえます。

1：日本学術会議「脱タバコ社会の実現に向けて」2008年

2：(財)医療経済研究機構「たばこ税増税の効果・影響等に関する調査研究」2001年度調査報告書、厚生労働省科学研究費補助金循環器疾患等生活習慣病対策総合事業「喫煙と禁煙の経済的影響」2006年度報告書

3：NPO法人 東京地域チーム医療推進協議会：治療費総額 2,808,060円：肺切除手術、4ヶ月間の注射抗がん剤治療、脳放射線照射治療を行った場合。治療費総額 2,531,690円：放射線治療、3ヶ月間の注射抗がん剤治療、脳放射線照射治療を行った場合。

表1. たばこ価格表

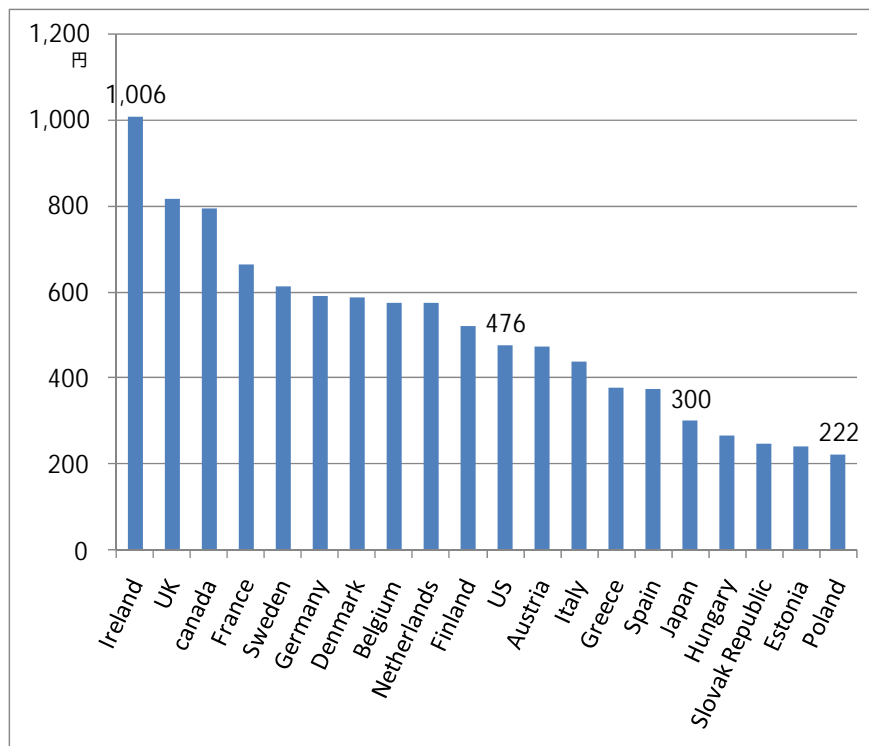
出所：日本たばこ産業ホームページより筆者試算、作成。

たばこが家計の圧迫要因に！たばこ増税とは？
また、これからは喫煙習慣そのものが家計を大きく圧迫すると予想されます。それが、たばこ価格の値上げです。これまで日本のたばこの価格は、「たばこ事業法」による小売定価制で決定されてきました。現在販売されているたばこ価格の水準はおよそ300円で、諸先進国と比べ非常に安価です。(図1参照)

代表銘柄	同価格銘柄数	現行価格	改定後価格	値上げ率
マイルドセブン	33	300	410	36.67%
ピアニッシモ	18	320	440	37.50%
セブンスター・ピース	14	300	440	46.67%
キャスター	10	290	410	41.38%
ホープ	5	150	220	46.67%

コラムの無断転写・転載などを禁じます。-

これが、禁煙を妨げる要因になっているとの指摘から、今年 10 月 1 日から 1 本当たり 3.5 円の増税が行われることになりました。この増税により、たばこ価格は約 37%から 47%値上げされます（表 1 参照）。



現在、喫煙者 1 人あたりが消費するたばこの本数は年間 2,341 本⁽⁴⁾と推計されています。これは、1 日当たり約 6.4 本吸っている計算になります。もし、この程度のスモーカーが 1 箱 300 円のたばこを購入しているとする、1 年間のたばこ購入費用は 2,341 本 / 20 本 (1 箱に入っている本数) × 300 円 (1 箱あたり価格) = 35,115 円になります。これが増税後は、最大で 2,341 本 / 20 本 (1 箱に入っている本数) × 440 円 (1 箱あたり価格) = 51,502 円になります。

4：厚生労働省の最新たばこ情報 2007 年

図 1．欧米諸国と日本のたばこ価格の比較（出所：Tobacco manufacturers association. EU は 2010 年 3 月現在の価格（1 ユーロ 130 円で円換算）、カナダは 2009 年 4 月の価格。週ごとのたばこ価格が異なり、全州の平均価格を採用。（1 カナダドル 90 円で円換算）米国は週ごとにたばこ価格が異なり、全州の平均価格を採用。（1 ドル 90 円で円換算）

年間 16,387 円の支出増は、現在のような景気状況下では家計にとって非常に痛いものです。日頃、ベランダや換気扇の下で肩身の狭い思いをしているスモーカーの方は、ご家族の視線がさらに冷たくなるかもしれません。増税をきっかけに、節約のために禁煙に取り組むのもよいかもしれませんね。

卒煙すれば保険もお得！

禁煙に成功すれば、他にもお得なことが待っています。生命保険などに加入するとき、「非喫煙者割引」が適用されるのです。たとえば、AIG スター生命のがん保険「がんケア “すわナイス割引”」では、たばこを吸わない加入者は、吸う場合に比べて最大 31.7%保険料が割安になります。非喫煙者割引の対象になるのは、たばこを吸ったことがない人や、2 年以上たばこを吸っていない人、すなわち「卒煙者」です。

非喫煙者料率の適用には、過去の喫煙歴や現在の喫煙状態を告知する必要があります。これに加えて、場合によって保険会社所定の検査が行われることがあります。注意しなければならないのは、もし保険期間中に喫煙をしてしまうと、喫煙者料率に変更されてしまうことです。万が一喫煙をしてしまったら、保険会社に通知しなければなりませんし、自ら通知をしなくても、会社から喫煙検査を要求されて喫煙が発覚することもあります。いずれの場合も、割引された保険料（そのほか会社所定の方法によって計算される金額）を払い戻すこととなります。（詳しくは AIG スター生命のホームページか商品パンフレットをご参照ください。）

過去に喫煙していた人は、禁煙した後もしばしば吸いたい欲求に駆られることがあります。この保険に加入して「吸ったら金銭的なペナルティを課せられる！」というプレッシャーをかけておけば、喫煙の誘惑に負けない

で禁煙を続けられそうです。

禁煙はダイエットと同じように、何度も失敗を繰り返してしまうことも多く非常に難しいものです。しかし、挫折を乗り越えて成功すれば、さまざまな経済的負担から解放される可能性があります。「卒煙」は、健康度アップと家計のダイエットを同時にできる、最強の節約術になるかもしれません。