

女性（40代）禁煙年齢・30代

大学生の時から吸い始めたタバコ。吸い始めたその日から、私はもう一日一箱以上吸っていました。そんなヘビースモーカーの素質十分だった私は、結婚しても止められるわけはなく、妊娠中も減らしはしても止めることができませんでした。子どもが生まれてからは、一応気を使って換気扇の下で吸ったりするようになりましたが、やっぱり止めることはできませんでした。

でも、換気扇の下で吸っている私に、子どもが何か用事を頼んできて「ちょっとこの一本吸い終わるまで待って」と、子どもよりタバコを優先しているのが嫌でした。タバコに人生をコントロールされているように感じて嫌でした。そして、そういうふうに感じているのに止められない自分のことが嫌でした。でも止められないから、「タバコ止めてほしいな」と言ってくる子どもに、「じゃあ君は指吸いを止められる？止められへんでしょ？それと一緒にねんから言わんとって！」と八つ当たりしていました。

「止めなあかなあ」と言いつつ、止めることのできない私に、夫は「君が止めるんやったら僕はいつでも止められるで」と言います。「だったら先に止めたらいいやん！」と心の中では反発しながらも、本当に先に止められたら、私一人が悪者というか意志薄弱者になってしまうと思って口にすることはできませんでした。

それが、今から6年前のこと、子どもが扁桃腺の手術のため入院することになったのです。その入院に私が付き添うことになったのですが、入院するのは当然小児病棟。面会室にも灰皿はありません。自分の入院だったら院外に出ても喫煙したでしょうが、子どもの付き添いであっては、入院中の子どもを置いてまで外にタバコを吸いに行くのはさすがに気が引けました。一日数本しか吸わないのだったらともかく、その頃の私は一日二箱近く吸っていましたから、30分に一回灰皿を捜して歩くことになるのですから。

子どもの入院数日前、いつもカートンで買い置きしてあるタバコが切れそうになりました。その最後の一箱を夫と一緒に吸いながら、「ねえ、これを機にタバコ止めようか」と話しました。いつものように、夫は「君が止めるんやっ

ら僕はいつでも止められるで」との返事。「よし、じゃあもう買わんところ」と言って、その日が喫煙最後の日となりました。

これが、子どもの入院がなく、ふだんの生活の中で思い立ったことならば、あっという間に挫折していたと思います。けれど、子どもと一緒に入院してしまうと、病院内にはもちろんタバコの自販機はなく、私を誘惑するものはありません。夢に見るほど吸いたい気持ちになりましたが、子どもをおいて買いに走ることはさすがにできませんでした。その間、家で一人暮らししていた夫も、約束とおり吸いませんでした。そして、子どもの手術が無事に済んで退院する頃には、夫婦共に、すっかりタバコの呪縛から逃れることができましたのです。

私たちの禁煙後、子どもは「おとうさんとおかあさんがタバコを止めてくれたのが一番嬉しかった」と何度も何度も言ってくれました。それまでどれほどけむい思いをさせたのかと本当に申し訳ない気持ちでいっぱいになりました。

自分が止めてみると、タバコがどれほど臭くて、どれほど喉を痛めるものかなどが身に沁みてわかるようになりました。レストランや長距離列車などではもちろん禁煙席に座るようになりましたが、喫煙されなくても、喫煙する人のそばに座るだけで、服などについた匂いで吐き気がしてきます。

最近タバコも依存症の一つと見なされて、治療の対象となっているようで、私がなかなかやめられなかったのも依存症状で意志の強い弱いの問題ではなかったのかとわかって、少しは気が楽になりました。6年前の子どもの入院は、結果的にですが、私の禁煙のための入院にもなっていたのだと思います。あの時、子どもが入院してくれて、タバコの買い置きが切れてくれて、そして夫も禁煙に賛同してくれて、本当に良かったと思っています。