

ITを利用した禁煙支援プログラムの比較

三浦 秀史¹⁾、高橋 裕子²⁾

禁煙マラソン¹⁾、奈良女子大学²⁾

【はじめに】

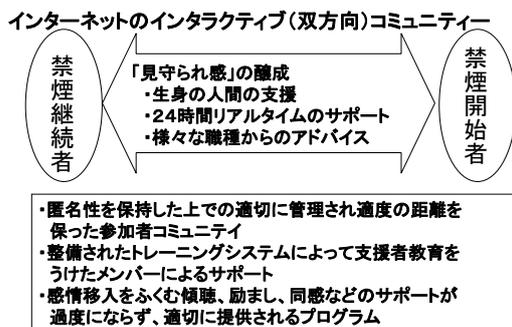
禁煙マラソンでは、インターネットを利用して、様々な禁煙支援プログラムを提供してきた。インターネットを利用することの優位性は、時間と空間を越えて、24時間 365日、全世界でサポートを提供できることでサポート密度が劇的に向上することであるが、総論として言うことができるが必ずしも万能なツールでない。

このツールを有効に活用すべく、禁煙マラソンで取り組んできたことに対して考察を加える。

【方法】

禁煙マラソンのポイントは、ピアサポートの提供と、長期に渡る禁煙の継続サポートである。そのコンセプトを図1に示す。

図1：禁煙マラソンのコンセプト



【実施】

基本コンセプトを展開する上で、対象コミュニティをセグメント化し、そのコミュニティに適したメディアでのサポートプログラムを提供していくことが重要である。禁煙マラソンでは、図2に示すように、コミュニティとメディアミックスの様々なコースを設計して提供をしている。

図2：禁煙マラソンが提供するプログラム群

メディア	世代					
	小中高生	大学生	大人			
PC	マラソン ジュニア	マラソン カレッジ	PC コース	マガ コース	職域 コース	禁煙マラソン
携帯		携帯 コース	携帯 コース	療応援 コース	保険治 療	自治体教職員 マラソン
						ナース禁煙 マラソン
						マタニティ コース

【結果】

職域コース、自治体コースでの評価の一例を図に示す。禁煙実績の評価に関しては、本図の使用にあるように、環境、参加人数、現場スタッフの関与度合い、ピアサポートの関与度合いなどさまざまな要素が密接に関連していることが読みとれる。A社では、禁煙マラソンあり群となし群で禁煙実績に差が出ていることは明確であるが有意差の判定は実施されていない。

図3：禁煙支援提供の評価の一例

提供先	提供形態	参加者	スタッフ 関与	ピア 関与	禁煙実績
A 新聞社	PC双方向	21人	大	中	1年後 57.1%
B 保健所	PC双方向	31名	小	大	1年後 74.2%
C 電気	PCマガ	263名	小	無	3ヵ月後 45.0%
D 百貨店	携帯双方向	16名	中	小	3ヵ月後 81.3%
E 建設 コンサル	携帯双方向	24名	中	小	3週間後 70.8%
その他	約60団体で、職域向け禁煙支援を提供				
A新聞社 スタッフ支援+禁煙マラソン					57.1%(12/21)
スタッフ支援のみ					38.5%(10/26)

【まとめ】

ITを使ったコミュニティベースのピアサポートのプログラムの有効性に関しては示唆された。今後は、評価指標と評価モデルを明確にして、今回示唆された有効性を実証すべく進めていく予定である。