

(題名) 大学生における禁煙教育の効果と課題

- ポピュレーション・アプローチの結果から -

兵庫大学 健康科学部 看護学科 久井 志保

本研究は、H 大学で実践した禁煙教育を評価し、指導の効果と今後の大学における禁煙教育のあり方について言及するものである。

【はじめに-問題意識-】 法的に未成年者は、その身体的影響から喫煙は禁じられている。しかしながら、未成年の喫煙者は存在し、禁煙について模索している者も現実存在しているのである。H 大学の学生は、約 70%が未成年者で、喫煙率は男 17.6%、女 1.5%であったが、喫煙は個人の問題であり、マナーやモラルの問題として議論される傾向があった。

【H 大学における取り組み】 2004 年 4 月から 2 年間、健康管理センターによって、1)全学生を対象とした健康教育 2)新入生への禁煙リーフレットの配布 3)任意の学生に対する禁煙学習(1 回目:喫煙の健康影響、2 回目:受動喫煙と禁煙支援をテーマに実施) 4)禁煙希望者への個別相談・教育 の取り組みを実践した。

【取り組みの評価方法】 効果測定の比較群として、禁煙学習を実施したグループ(N群)161 人(男 43 人、女 118 人)と実施しなかったグループ(E群)212 人(男 193 人、女 19 人)に分けて 2 年間の推移を分析した。

【結果】 N 群と E 群の喫煙率の推移は、図 1 のとおりであり、有意水準 1%で有意差があると証明された。図 2 は男女別喫煙率の推移を示したものであり、全国的な調査と同様に高学年になるにつれ喫煙率が高くなっているⁱ。2004 年の喫煙率は、各群の間に有意な差は見られなかったが、2 年間の推移についてt検定した結果、危険率 5%水準で E 群と N 群には、有意な差が認められた。又、喫煙動機の調査から、「周囲の影響」26%、「好奇心」24%、「イライラやストレスから」18%、「その他」32%であり、環境に影響されることが

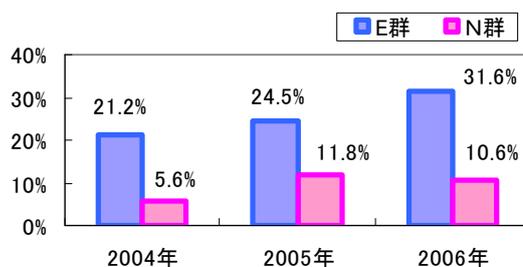


図1 喫煙率の推移 (E群とN群比較)

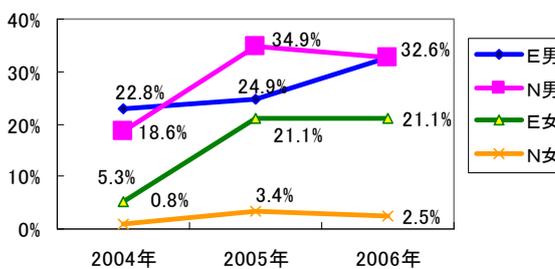


図2 喫煙率の推移

明らかになった。更に、禁煙学習後のアンケートで、「タバコを吸わない人だけが被害者だと思っていたが、吸っている人も被害者であるということを理解することができた。」「いざ親になるのでやめたいと思う。」「今は吸っている大切な人をやめさせたいと思った。」などの意見があり、喫煙問題について考える機会としての効果が見られた。

【まとめ】 今回の研究結果から、集団を対象とした禁煙学習によって、喫煙開始を抑制する効果があることや、生活の場である大学内において無煙環境を提供していく必要があることが明らかになった。

【今後の課題】 大学入学時、既に喫煙習慣が形成されている者が多いことから、大学内だけの取り組みではなく、地域と連携して無煙環境を作っていくことも今後の課題であると考える。

ⁱ 高橋裕子:禁煙外来の子どもたち,東京書籍,2002

ⁱⁱ 学生の健康白書 1995 基本編:国立大学等保健管理施設協議会,p158-159,1995