

目のつけどころがシャープです。—事業所喫煙率における禁煙教室の効果—

シャープ株式会社 人事本部総務部 藤原 裕和、シャープ健康保険組合 田辺健康管理室 春井 佐知子・北脇 香織
545-0013 大阪市阿倍野区長池町 22-22、E-mail ; fujiwara.hirokazu@sharp.co.jp

シャープ株式会社 17 事業所の男性社員約 23500 名を対象に実施した、2000 年度から 2006 年度の生活習慣調査票をもとに、事業所レベルの喫煙率への禁煙教室実施による効果を検討した。さらに、2006 年度調査票をもとに、効果的に禁煙支援を進めるためのエビデンスについても検討したので報告する。

〔禁煙教室実施と男性喫煙率〕

2000 年以降、各事業所の男性喫煙率はほぼ一様に低下傾向にある(図 1)。一方、2000 年度からの 6 年間に社員 500 人以上の 14 事業所で実施された禁煙教室は計 23 回を数えるが、延べ参加者数は喫煙者の数%に過ぎず、その効果を確認する必要がある。そこで、禁煙教室実施と男性喫煙率との相関について解析した結果、禁煙教室を実施した年度の男性喫煙率の年間低下量平均値は、未実施年度に比較して有意に大きい結果となった(表 1)。これにより、禁煙教室実施は事業所の男性喫煙率の低下に対して効果があったと考えられ、企業での禁煙支援活動の方向性を再確認できた。

〔睡眠と喫煙率〕(図 2)

寝つきの悪い男性社員の喫煙率が高い結果となり、入眠障害を伴う喫煙者には、入眠障害の治療を進めることが、効果的な禁煙支援となると考えられる。

〔飲酒習慣と喫煙率〕(図 3)

週 5 日以上の飲酒習慣がある男性社員の喫煙率が高い結果となった。飲酒習慣への指導も併せて行うことが禁煙支援には効果的と考えられる。

〔自覚的ストレスと喫煙率〕(図 4)

自覚的ストレスが多い者より、少ない者の喫煙率が高い結果となったのは意外であった。非常に興味深い結果であり、今後さらに検討を進めたい。

図1. 14事業所の男性喫煙率年次変化

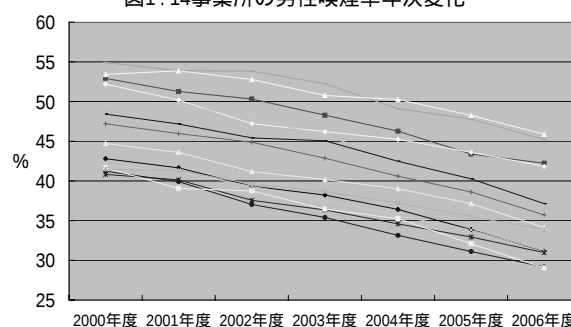


表 1. 男性喫煙率の年間低下量

禁煙教室実施年	2.22 ± 0.64	p = 0.0006
禁煙教室未実施年	1.54 ± 0.80	

図2. 睡眠と喫煙率 (対象; 男性社員19,969名)

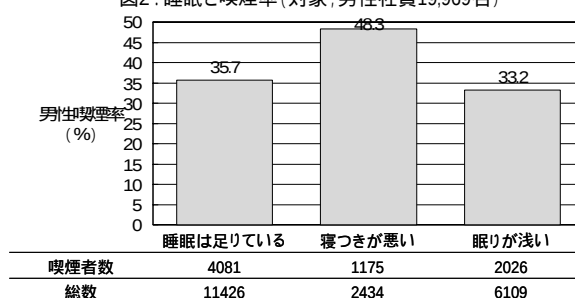


図3. 飲酒習慣と喫煙率 (対象; 男性社員22,962名)

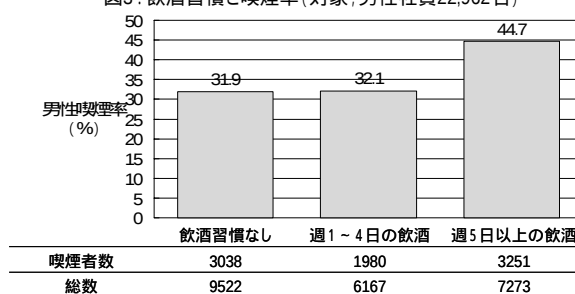


図4. 自覚的ストレスと喫煙率 (対象; 男性社員22,484名)

