

# 看護系大学生の喫煙状況と禁煙意識

— 学生生活実態調査 報告Ⅱ —

広島文化学園大学看護学部

小林 浩美, 林 君江, 成 順月, 香川 治子  
岡平美佐子, 八島美菜子, 原 ひろみ, 中井芙美子

キーワード：看護職，禁煙意識，禁煙教育，受動喫煙

## ■ はじめに

タバコの健康に及ぼす影響については1950年代の疫学研究により指摘されるようになり，WHOは1970年以来たばこの害に関する健康教育，非喫煙者の保護，葉タバコから他の作物への転換など，保健分野のみならず社会・経済・農業など幅広い分野を巻き込んだ総合的なタバコ対策の必要性をWHO総会において決議している。

わが国においても2000年に策定された第3次国民健康づくり運動である「健康日本21」の中で，タバコ対策を重点課題の1つとして取り上げ，喫煙が及ぼす健康影響について，国民へ知識の普及啓発が図られた。さらに，2003年に施行された健康増進法第25条には受動喫煙の防止に関する規定が盛り込まれ，学校や病院など多くの者が利用する施設での全面禁煙化に向けた取り組みが一層活発となった。

こうした状況の中，健康の指導を行わなければならない立場である看護師の喫煙率が一般成人に比べ高いことが問題となっていた<sup>1)</sup>。そこで，看護協会が2001年に看護職の喫煙について全国実態調査を実施したところ，看護職の喫煙率は25.7%と一般成人より高いこと，特に女性看護師では各年齢層において一般女性の喫煙率より高いことなどが明らかになった。当時の一般女性の喫煙率13.4%に比べると，女性看護職の喫煙率は24.5%と倍近い数値であったことから<sup>2)</sup>，日本看護協会では看護職の禁煙対策に積極的に取り組むことと

なった。

一方，広島県看護協会が2002年に行った喫煙に関する実態調査では，看護学生の喫煙率31.0%，看護職の喫煙率は15.1%という結果が報告された。看護学生の喫煙率が看護職の2倍であるという実態から『広島県看護協会におけるタバコ対策行動指針』の中で，看護教育機関の「完全禁煙」の推進が急務であると指摘している。また，2006年度に厚生労働省研究班が全国の保健医療系の学生を対象に行った調査においても，看護学生の喫煙率が32%と成人女性の喫煙率10.0%に比べ，依然高い率を示していた<sup>3)</sup>。そこで，将来健康支援を担う立場にある看護学生の喫煙状況，禁煙に対する考え方及び禁煙願望を把握し，より効果的な禁煙支援のあり方を検討するため，本学看護学部の全学生を対象に行った実態調査結果を報告する。

## ■ 研究方法

1. 研究デザイン：横断研究

2. 調査方法

1) 対象者：本学看護学部の1～4年生全員535人（全数調査）。そのうち回答が得られたのは436人で回収率は81.4%であった。

2) 調査期間：2011年2月

3) 調査方法：データ収集方法

無記名による自記式質問紙調査。各学年の授業終了後に本調査に関わる係員が調査票を配布し回収した。

- 4) 調査内容：①基本属性；学年，年齢，性別  
 ②喫煙状況；喫煙の有無，喫煙年数，喫煙量（本数），喫煙開始年齢，禁煙願望と理由，喫煙願望と理由，禁煙を試みたきっかけ  
 5) 分析方法：記述統計を用いて  
 (1) 現在喫煙している学生数とその割合を学年別，男女別に算出し，比較した。  
 (2) 喫煙している学生の喫煙歴（期間），喫煙を始めた年齢，毎日のタバコ本数を調べた。  
 (3) 禁煙願望，タバコをやめたい理由，やめたくない理由，禁煙を試みたきっかけなどについて各項目別の頻度を算出した。

## ■ 結 果

### 1) 現在の喫煙状況

喫煙状況について回答が得られた430人のうち，「以前喫煙していたがやめた」と回答した学生が5.6%（24人）で，7.7%（33人）の学生が「現在喫煙している」と回答した。家族との同居の有無と喫煙については関連がみられなかったが，図1に示すように学年別の禁煙率は有意に異なった（ $p=0.049$ ）。1年生の喫煙率は4.5%と最も低く，次に3年生と4年生でそれぞれ5.8%と8.0%で，最も高かったのは2年生で11.7%であった。4年生になると「以前喫煙したがやめた」と回答した学生の割合が10.2%で，他の学年より高かった（図1）。

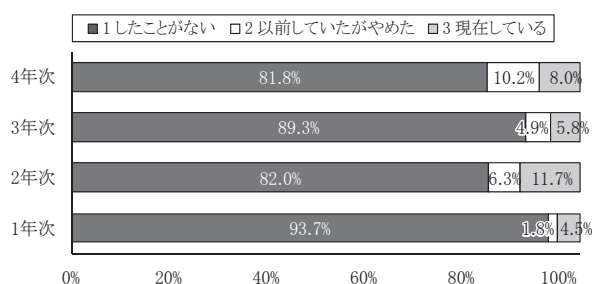


図1 学年別における喫煙状況 (n=430)

男女別に見てみると，現在喫煙している学生は，男子で8.8%（15人）で女子の5.1%（18人）より有意に高かった（ $p<0.0001$ ）。

### 2) 過去の喫煙年数，現在の喫煙量，喫煙を始めた年

「喫煙したことがある」と回答した33人のうち，喫煙歴や喫煙量についての回答が得られた学生32

表1 過去の喫煙年数，現在の喫煙量，喫煙し始めた年

	n	%
喫煙期間		
1年～2年	9	40.9
3年～4年	10	45.5
5年以上	3	14.5
1日に吸っているタバコの本数		
10本未満	10	31.3
10本以上	22	69.7
喫煙し始めた年(歳)		
20歳未満	21	77.8
20歳以降	6	22.2

人についての結果を表1で示した。喫煙期間が3年未満は9人で40.9%，3年～4年が10人で45.5%，5年以上は14.5%であった。1日に10本以上吸っている者は7割近くを占め，8割近くが20歳未満から喫煙し始めたと回答した。

### 3) 禁煙願望

図2で示したように現在喫煙している学生のうち，78%が「禁煙を試みたことがある」と回答した。また，「喫煙をやめたいと思う」学生は68.8%，「禁煙方法を知りたい」学生は35.5%いた。喫煙している学生の74.2%は「喫煙場所があるといい」と回答し，35.5%の学生が「禁煙方法を知りたい」，16.1%の学生が「禁煙相談や治療を受けてみたい」と回答していた。

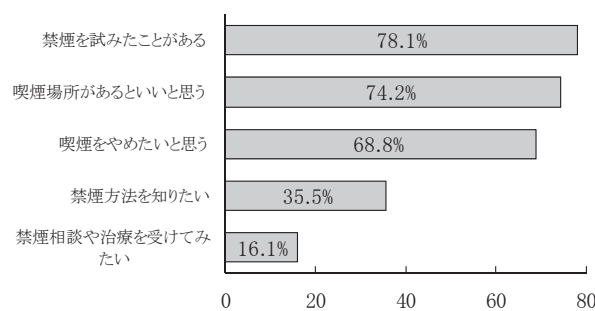


図2 禁煙願望 (n=32)

### 4) 喫煙をやめたいと思う理由

図3は，現在喫煙している学生において，喫煙をやめたいと思う理由の分布を示した。最も多い理由は，「お金がかかる」からで56.3%，次に「体に悪い」からが50%であった。「先生に言われる」からと「友達がやめた」からはそれぞれわずか3.1%であった。

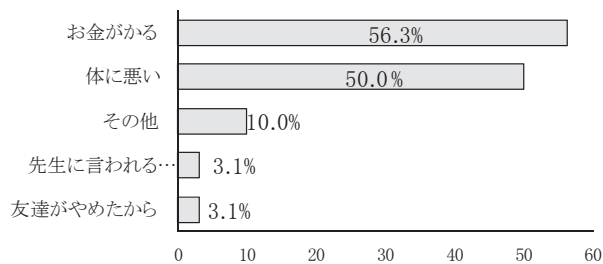


図3 喫煙をやめたいと思う理由 (n=32)

### 5) 喫煙をやめたくないと思う理由

現在喫煙している学生において、喫煙をやめたくないと思う理由として、「落ち着くから」が6.7%、「個人の自由だから」が6.5%であった。もっとも多い「その他」の理由については不明である。

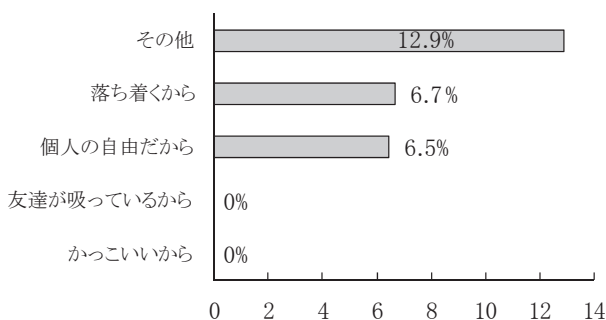


図4 喫煙をやめたくないと思う理由 (n=31)

### 6) 禁煙を試みたきっかけ

図5で示したように、禁煙を試みたきっかけとして、最も多かったのは「自己決断」で46.9%、次に「タバコの値段があがったから」(37.5%)、「勧められて」(12.5%)の順であった。

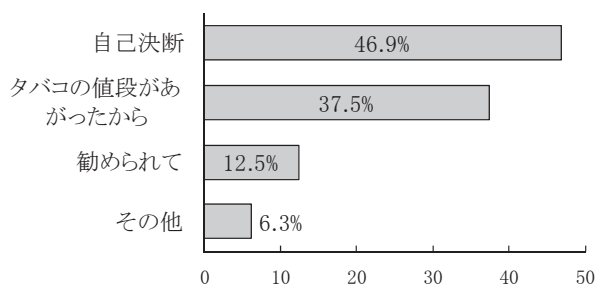


図5 禁煙を試みたきっかけ (n=32)

## ■ 考 察

今回の調査では本学看護学部の学生の喫煙率は約8%であり、これは成人女性や広島県の看護学生の喫煙率に比べ低い結果であった。しかし、喫煙学生の約8割近くが20歳未満から喫煙を始め、約7割が1日に10本以上喫煙していたことから、20歳の始まりであっても喫煙歴は4～5年にわたり、ニコチン依存度も高くなっていることが推測される。この結果は、「喫煙は11歳から13歳の間に始めることが多いため、高校年齢の喫煙者にはすでにニコチン依存症になっているものが多い」という結果を得た Johnston らの先行研究結果を裏付ける<sup>4)</sup>。また、4年生において、やめた学生が増えていたことは、実習参加で制限された結果であることが推測される。

喫煙者のうち、78%が「禁煙を試みた」ことがあり、74.2%が「喫煙をやめたい」と回答していた。青少年喫煙者の多くは禁煙意思を持っているが、実際の禁煙率は極めて低いことが先行研究でも報告されている<sup>5)</sup>。また、2003年にアメリカで行った青少年の危険行動に関するサーベイランス (Youth Risk Behavior Surveillance Survey) 結果によると、青少年喫煙者の54%が以前禁煙を試みたが失敗していたことが分かっている<sup>6)</sup>。

一方で、喫煙をやめたいと思う理由として、「体に悪い」と回答した者が半数にとどまり、学生に喫煙と健康障害の関連や受動喫煙の悪影響についての知識が乏しいことが推測される。また、やめたいと思った理由のうち、「先生から勧められたから」はわずか3.1%であることから、教員が、ただ「タバコをやめなさい」と勧めるだけでは禁煙効果が低いことがわかった。喫煙をやめたくない理由として、約12%が「落ち着くから」「個人の自由だから」と回答したことから、単にニコチン依存だけではなく、将来人々の健康を守る専門職を目指す者の倫理観や自覚において認識の足りなさが垣間見えた。

今野ら<sup>7)</sup>は「禁煙知識は、教育的介入の貢献により経時的に上昇し、禁煙志向の高まりは3ヵ月後の短期効果として認められた」と述べている。これは、禁煙への行動変容を促すためには、教育的介入が必要であることを示している。また、小林ら<sup>8)</sup>の研究結果からは、禁煙教育の時期について入学時点での教育は、たばこに関する知識、意識とも効果的であるが、一年後には、たばこに関する

る知識はよく保たれていたが、意識は改善されていなかったことが分かっている。禁煙教育は毎年必要であり、また常に意識づけることが大切であると考え。禁煙を試みたきっかけとして、約半数の学生が「自己決断」であると回答した本調査の結果から、禁煙に対する強い意志につながるような教育方法を探ることが重要であると思われる。特に、喫煙を早い時期に始めた学生の場合はニコチン依存症状があるため、禁煙を勧めるだけでは、効果が期待できない。

非喫煙者に対して、山崎ら<sup>9)</sup>は受動喫煙に対する意識で「非喫煙群は受動喫煙による苦痛意識が禁煙群に比べ高い」ことを挙げ、「受動喫煙を防止する措置を講じるとともに、禁煙群に対しては自分自身が受動喫煙の被害者にもなるという意識づけが必要である」と述べており、なんらかの強制的な措置対応を検討すべきとも考えられる。

禁煙サポートの方法として西村ら<sup>10)</sup>は男子大学生7名を対象に「携帯電話のメール機能を活用し、1ヵ月間実施したところ57%が禁煙に成功し、ニコチン依存度も有意に低下した。」と述べており、従来の面接による健康教育だけでなく多くの方法の中から選ぶなど、より効果的な禁煙サポートを探ることが必要なのではないかと考える。また中島ら<sup>11)</sup>は医科大学において大学敷地内禁煙を実施して、実施前と比較し実施後は喫煙率が41.2%から22.1%へと低下し、「喫煙をやめたい」と答えた者は実施後有意に増加したと報告している。前述の小林ら<sup>8)</sup>はさらに、おしきせの知識を提供し、個人の努力のみに頼る禁煙ではなく、「健康日本21」の健康づくりの視点を取り入れ、学校、学生、保護者、教員、実習機関、地域などの関係者が連携しあい、学生個人の禁煙を総合的に支援する必要性を指摘している。具体的には周辺地域への健康教育の実施や、学内美化のための清掃作業の機会を通じてたばこのポイ捨てに関心をもたせるなど大学全体で一丸となった取り組みなどが挙げられる。

日本看護協会が2001年「看護職のたばこ対策宣言」を出して早10年が経過する。本学においても喫煙者に対し教員が個別に指導をしてきたが、期待するような効果はあがっていなかった。今後は将来、人々の健康を支援する看護職となる学生の「自己決断」を促し、導くような禁煙サポート方

策を考え、実施していく必要があると考え、学生の潜在的なニーズに答えられる対策を行なっていきたい。

## ■ 結 論

看護学部学生の喫煙率と禁煙願望の有無について調査した。その結果、1) 現在喫煙していると回答した学生は7.7%であった。2) 現在喫煙している学生のうち、78%が禁煙を試みたことがあり、禁煙願望のある学生は68.8%、禁煙方法を知りたい学生は35.5%であった。3) 喫煙をやめたいと思う理由として「体に悪い」と回答した学生が半数にとどまっていた。4) 喫煙学生が禁煙を試みたきっかけとして、最も多かったのは「自己決断」で46.9%であった。

以上の結果から、喫煙している学生の多くが禁煙願望を持っていること、禁煙するには自己決断が重要であると認識していることが分かった。一方で、喫煙をやめたい理由として「体に悪い」と回答した学生が半数しかいない結果から、喫煙と受動喫煙の健康に対する悪影響についての知識が不足していることが浮き彫りとなった。将来、看護師として禁煙推進に対して果たすべき役割が大きいことを考えれば、大学において学生が禁煙を自己決断できるサポートと環境作りの早急の対策が必要であることが示唆された。

## ■ 今後の課題

- 1) 本調査は、自己回答のため、喫煙率が実際より低く出た可能性がある。
- 2) 喫煙の身体症状に対する影響については調査していない。
- 3) 喫煙者に対して主な喫煙場所を質問しておらず、また非喫煙者には受動喫煙による苦痛意識を質問していないため受動喫煙に対する意識が把握できていない。
- 4) 提供をうけたいと思う禁煙サポートについて把握できていない。

効果的な禁煙サポート体制を築いていく上で、学生支援の責務がある大学として以上のような関連情報を充分把握する必要があり今後の課題でもある。



## 引用文献

- 1) 大井田隆, 尾崎米厚, 岡田加奈子, 望月友美子, 小椋正之, 簗輪真澄, 川口毅: 看護専門学校と看護大学の学生における喫煙行動の比較. 日本衛生学雑誌 54巻, pp539-543, 1999.
- 2) 日本看護協会: 看護職とたばこ・実態調査, 2001.
- 3) 国民衛生の動向・厚生指標 増刊 第57巻 第9号 通巻第896号, 2010.
- 4) Johnston LD, O'Malley PM, Bachman JG, Schulenberg JE. National Survey Results from the Monitoring the Future 2003, Volume I: Secondary Students. Bethesda, Md: National Institute on Drug Abuse; 2004.
- 5) Sussman S, Dent CW, Severson H, Burton D, Flay BR. Self-initiated quitting among adolescent smokers. Prev Med. 27: pp19-28, 1998.
- 6) National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion. Youth Online: comprehensive results. Available at: <http://apps.nccd.cdc.gov/yrbss>. Accessed February 7, 2005.
- 7) 今野美紀他: 非喫煙看護師育成をめざした看護大学生への喫煙防止教育の試みー母子看護学領域からの教育介入後3か月と1年の評価ー, 札幌医科大学保健医療学部紀要, 第7号, p95, 2004.
- 8) 小林亜由美他: 医療系大学生に対する入学時防煙・禁煙教育の効果, 講義前, 直後, 一年後の喫煙状況, 知識, 意識の比較ー, 群馬パース大学紀要, No.4, pp443-453, 2007.
- 9) 山崎由美子他: 看護系大学における女子学生の喫煙と健康に関する実態調査ー喫煙防止対策の模索に向けてー, 母性衛生, 第45巻 第4号, pp405-413, 2005.
- 10) 西村千尋他: 男子学生におけるEメールを活用した禁煙サポートの試み, 長崎県立大学論集, 第41巻 第2号, pp81-87, 2007.
- 11) 中島素子他: 大学敷地内禁煙実施による医学生の喫煙率と喫煙に対する意識への影響, 日本公衆衛生雑誌, 第55巻 第9号, pp647-654, 2008.
- 12) 稲垣幸司他: 歯科医療系学部と薬学部生の喫煙状況と社会的ニコチン依存症, 日本禁煙学会雑誌, 第4巻 第3号, pp78-90, 2009.
- 13) 中田芳子: 看護学生の禁煙に関する研究の動向, 日本禁煙学会雑誌, 第3巻 第4号, pp59-62, 2008.