

# キャンパス内分煙と喫煙率の推移

久根木康子\* 田中由紀子\* 高山 昌子\*  
藤井 香\* 木村 奈々\* 齋藤 圭美\*  
松本 可愛\* 肥後 綾子\* 森 正明\*  
広瀬 寛\* 和井内由充子\* 辻岡三南子\*  
河邊 博史\* 齋藤 郁夫\*

わが国では2003年5月より健康増進法が施行され、学校をはじめとした公共施設において受動喫煙防止対策がなされている。

それに先駆けて当大学では同年4月よりキャンパス内の分煙化を開始した。キャンパス内禁煙を開始して3年が経過したが、現在行っている分煙は喫煙者にとって禁煙への効果があるのかを、分煙前後の学生・教職員の喫煙率の変化や学生の喫煙の意志などから把握し、今後の禁煙に向けての効果的な方法などを考察した。

## 対象と方法

1. 2000年から2005年度に健康診断を受診した学生・教職員の喫煙率の調査を行った。
2. 2004年・2005年の学生健診を受診した学生に対して無記名の「タバコに関するアンケート調査」(図1)を行い、ニコチン依存度テスト<sup>1)</sup>や喫煙の意志があるかなどを調査した。  
2004年：5912人(男性3581人, 女性2331人)  
2005年：7185人(男性4373人, 女性2812人)

## 成 績

### 1. 喫煙率の推移(図2・3)

学生の喫煙率は1年男子3.4~6.6%, 1年女子0.4~1.0%, 3年男子23.5%~17.7%, 3年女子3.7%~4.6%であり、2000年から2004年にかけては減少したが2004年から2005年にかけてはわずかながら上昇した。

教職員の喫煙率は男性16.9%~27.9%, 女性9.9%~13.6%であった。男女共に2002年が最も喫煙率が高く、2004年にかけて減少したが、学生と同様に2005年にはわずかながら上昇した。

### 2. 学生の喫煙行動について(表1)

一度禁煙した後、再度喫煙を開始した学生の喫煙のきっかけは周囲の環境(友人や家族が喫煙者)と心理的状況(ストレス)に影響されやすいことがわかった。

### 3. 学生のニコチン依存度について(表2)

喫煙者に対してFTNDの文言を一部変更したニコチン依存度テスト<sup>1)</sup>でニコチン依存度を調べたところ、約9割の学生のニコチン依存度

\* 慶應義塾大学保健管理センター

キャンパス内分煙と喫煙率の推移

は低く、重度の依存度である学生は1%未満であった。

4. 学生の喫煙の意志について (図4)

「すぐに禁煙するつもりはない」「禁煙するつもりはない」と回答した学生は約8割であった。一方「すぐ禁煙したい」と回答した学生は約2割であった。

5. 今後の学生の喫煙行動について (図5)

今後学内が禁煙になった場合に「禁煙する

予定」と回答した学生は7.1%、一方「変わらずに喫煙する」と回答した学生は約7割であった。その中の約8割が喫煙する場所は学外と回答した。

6. 教職員の喫煙行動について (図6)

職場(信濃町キャンパス)での喫煙場所が減少する前後では2割喫煙者が減少した。また、今後完全禁煙を行うことにより喫煙する予定の者は約3割であった。

タバコに関するアンケート

平成15年春の健康増進法制定により、現在、分煙・禁煙の措置がとられている施設が増えています。このたび保健管理センターでは学生の喫煙状況を把握し、分煙・禁煙支援に役立てるため、アンケートを実施することにいたしました。つきましては以下の質問を読み、あてはまる番号に○をつけ、( )内は記入してください。

身分/①学部生 ②大学院生 ③その他 学年/( )年生  
性別/①男 ②女 年齢/( )才

1. 学内は分煙とされていることを知っていますか?  
①知っている ②知らない

2. 学内の喫煙場所を知っていますか?  
①知っている ②知らない

3. あなたはタバコを吸っていますか?  
①はい → 裏面の質問9～に答えてください  
②いいえ → 質問4、5に答えてください (質問5で終了)  
③以前吸っていた → 質問4～8に答えてください (質問8で終了)

質問3で「②いいえ」「③以前吸っていた」と答えた人への質問です  
4. 学内は分煙となっていますが、現在の状況についてどう感じますか?  
①このままでよい  
②喫煙場所を減らすべき (具体的に )  
③建物内は禁煙してほしい ④全面禁煙してほしい

5. あなたは喫煙に興味がありますか?  
①ある (今後吸うことがありそう) ②ない

質問3で「③以前吸っていた」と答えた人への質問です  
6. どのくらい吸っていましたか?  
( ) 歳 ~ ( ) 歳、1日( )本くらい

質問3で「③以前吸っていた」、または質問22で「①ある」と答えた人への質問です  
7. 禁煙しようと思った理由は? (複数回答可)  
①自分の体に悪いと思ったから  
②タバコの値段が上がったから  
③周りの人に迷惑をかけたと思ったから  
④周りの人に禁煙をすすめられたから (誰?)  
⑤病院・診療所などで禁煙するよう指示されたから  
⑥その他 ( )

8. どんな方法で禁煙しましたか? (複数回答可)  
①禁煙補助剤を使った (ニコチンガム・ニコチンパッチなど)  
②病院の禁煙外来に行った  
③Eメールによる禁煙支援のプログラムを利用した (禁煙ナビ、禁煙マラソン、卒業ネットなど)  
④禁煙のかわりの行動をとるようにした (吸いたくなくなったら水を飲む、ガムをかんだりするなど)  
⑤喫煙と結びつく生活行動をとらないようにした (コーヒーやお酒を飲まない、過労をさけるなど)  
⑥環境を改善した (タバコ・ライターを捨てた、喫煙者に近寄らないなど)  
⑦その他 ( )

質問3で「①はい」と答えた人への質問です  
9. 1日何本くらい吸っていますか?  
①10本以下 ②11~20本 ③21~30本 ④31本以上

10. 朝起きて何分くらいでタバコが吸いたくなりますか?  
①1時間以降 ②1時間以内 ③30分以内 ④5分以内

11. 午後より午前中にタバコを多く吸いますか?  
①いいえ ②はい

12. 風邪をひいて咳がでるときもタバコを吸いますか?  
①いいえ ②はい

13. 多く、この会議でタバコを吸えないことが辛いですか? 吸えるところに出たらすぐに吸いたいと思いませんか?  
①いいえ ②はい

14. 「禁煙したい」と思うのは朝二煙の煙草ですか?  
①いいえ ②はい

15. 学内でほとんどのときに吸うことが多いですか? (複数回答可)  
①授業前後 ②食事の後 ③決まっている  
④その他 ( )

16. 喫煙場所以外で吸ってしまうことはありますか?  
①ある一理由は? ( )  
②ない

17. もし学内禁煙となった場合、あなたはどのようにしますか?  
①今までどおり学内で吸う ②学外のみで吸う  
③禁煙する ④わからない

18. タバコを吸いはじめたのは何歳ですか? ( ) 歳

19. 禁煙開始のきっかけは? (複数回答可)  
①友人が吸っていた ②家族が吸っていた  
③ストレス ④恰好よく見えるから ⑤やせたいから  
⑥その他 ( )

20. 現在禁煙したいと思っていますか?  
①すぐにでも禁煙したい  
②関心はあるがすぐに禁煙するつもりはない  
③禁煙するつもりはまったくない

質問20で「①すぐに禁煙したい」、「②関心はあるがすぐに禁煙するつもりはない」と回答した人への質問です  
21. 今後どのような支援があったら、あなたはタバコをやめられるとおもいますか? (複数回答可)  
①禁煙に関する講演会 ②面接会って個別相談・支援  
③Eメールでの支援 ④その他 ( )

22. 今までに禁煙を試みたことはありますか?  
①ある一表面7、8の質問にもお答えください  
②ない

\*ご協力ありがとうございました\*

図1

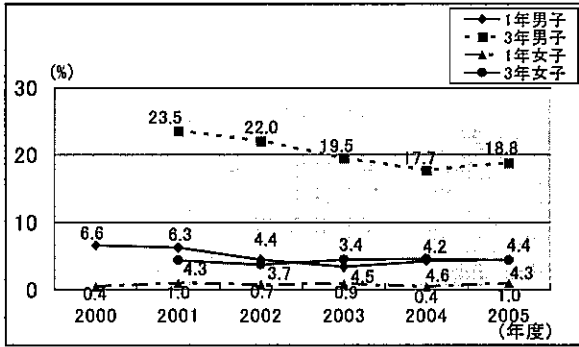


図 2 学生の喫煙率の推移

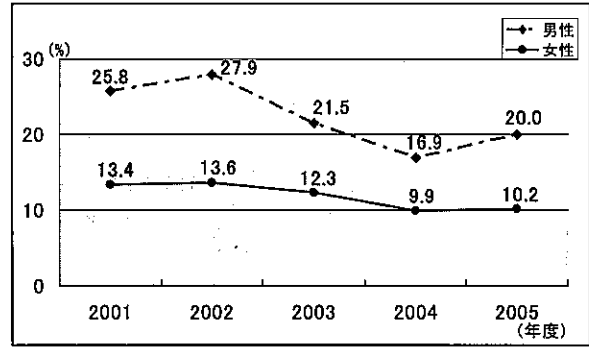


図 3 教職員の喫煙率の推移

表 1 禁煙後に再度喫煙を開始した学生の喫煙のきっかけ

「たばこに関するアンケート調査」結果より

		友人・家族が吸っている	ストレス	カッコよく見えるから	痩せたいから	その他
2004年	男性 (N=875)	63.0	18.7	7.8	0.9	9.6
	女性 (N=110)	42.1	28.0	24.4	1.2	4.3
2005年	男性 (N=1074)	64.7	12.3	11.2	1.0	10.7
	女性 (N=129)	47.7	39.6	4.0	2.7	6.0

(%)  
(複数回答可)

表 2 学生のニコチン依存度\*

「たばこに関するアンケート調査」結果より

		低い	普通	高い
2004年 (N=5985)	男性	53.6	5.4	0.8
	女性	39.6	0.5	0.1
2005年 (N=7250)	男性	53.9	6.3	0.7
	女性	38.6	0.4	0.1

(%)

\*ニコチン依存度は FTND の文言を一部変更したテストを使用した。  
(「2点以下 低い」「3～6点 普通」「7点以上 高い」)

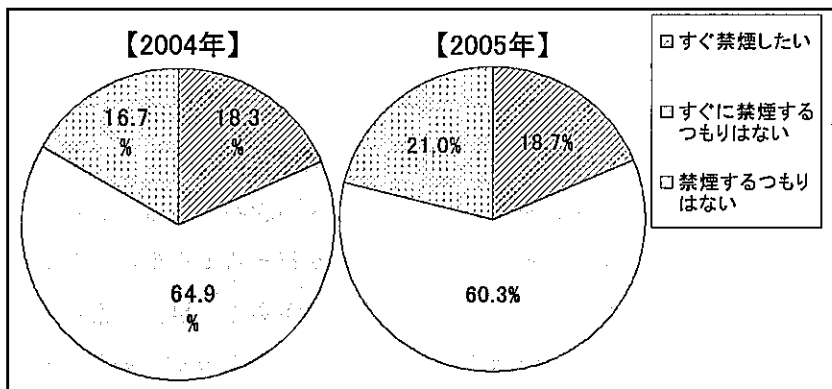


図 4 喫煙する学生の禁煙希望

「たばこに関するアンケート調査」結果より

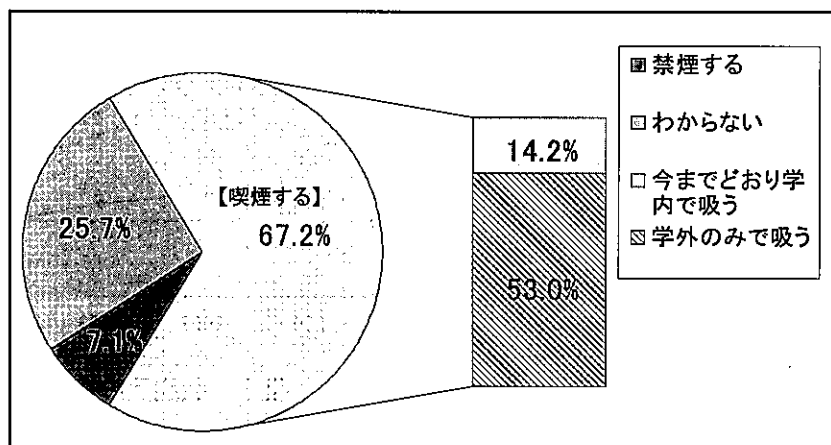
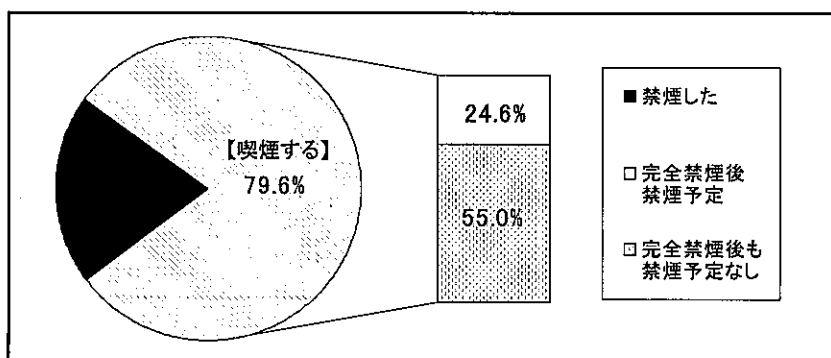


図5 今後の学生の喫煙行動について

「たばこに関するアンケート調査」結果より



2005年までの職場での喫煙場所は4ヶ所だったが、2006年6月より1ヶ所のみ制限された。2006年12月からはキャンパス内禁煙を開始。

図6 今後キャンパス内禁煙になった場合の教職員の喫煙行動について

## 考 察

学内で分煙を開始した2003年から2004年にかけては学生・教職員共に減少したが、2005年には喫煙率がわずかながらに上昇していたことと、喫煙者に対しての今後の喫煙行動の調査より、分煙は禁煙行動へのきっかけにはなるものの、喫煙がいつでも身近で出来るようなゆるい環境での分煙は喫煙者への行動変容へのきっかけとはなりにくいことが示唆された。

よって喫煙者を禁煙行動へ導くには、分煙ではなく完全禁煙の方がより効果が高い可能性もあるが、喫煙者の焼く7割は今後完全禁煙に

なったとしても喫煙すると回答していることが明らかとなった。2006年にはより禁煙となった信濃町キャンパスの喫煙率が注目される。

禁煙が社会に広がりつつある現代では、喫煙の健康被害については何度も耳にしたことがあるものの、実際には行動に移せていない。これらの喫煙者にどのように指導を行っていくのが今後の課題である。そして喫煙者に対しては禁煙を行えるようサポートシステムも整えていく必要がある。現在、希望者に対してニコチンを用いた禁煙個別指導を中心に行っている。喫煙者には職場内のみ禁煙をすると答えた者が多くいたが、喫煙の健康被害について改めて指

導が必要と考えられた。

また、喫煙期間が長期になればなるほど依存が高くなりやめにくくなるため、入学直後から喫煙の害についての指導を強化していくことが有効であると思われた。

### 総 括

1. キャンパス内分煙後は喫煙率には低下したが、その後わずかではあるが上昇していた。
2. アンケート調査によるとキャンパス内分煙は禁煙のきっかけにはなるものの、効果は弱く持続しないと考えられる。
3. キャンパス内禁煙により喫煙者の30.9%が禁煙すると回答しており、キャンパス内禁煙

となった信濃町キャンパスの今後の喫煙率を活用したい。

### 文 献

- 1) The Fagerstrom test fornicotine dependence : A revision of the Fagerstrom tolerance questionnaire. British Journal of Addiction, 86, 1119-1127.
- 2) 日本たばこ産業株式会社：2002年全国たばこ喫煙率調査, 2003
- 3) 藤井香, 広瀬寛 他. 理工系大学生・教員のライフスタイル. 慶應保健研究. 1998 ; 16 ; 35-40
- 4) 藤井香, 肥後綾子 他. 本大学における禁煙活動とキャンパス別でみた喫煙率の推移. 慶應保健研究. 2005 ; 23 ; 73-77
- 5) 厚生労働省健康局：国民栄養の現状 平成14年度国民栄養調査結果, 2004