

大学生の本音でとことん喫煙対策

青森県立保健大学健康科学部 ヘルスリテラシー向上部

	<u>代表</u>	山本	崇史	與儀満里奈	榎並	慶子	倉内	史歩	
成田	雪乃	赤石	清夏	大國	桃菜	後藤	大地	丸野	航気
山本	紘歌	浅利	太貴	大橋	理生	柴田	瑠奈	三上	桃奈
伊藤	香奈	阿部	桃香	岡本	佳華	神	綾子	向谷地	彩乃
田中	紗貴	石塚	夏海	小田桐	憧子	舘花	夏海	江良	咲穂
中村	耀	石橋	凧沙	亀田	栞那	田端	亜衣	監物	亜美
内山真友子	伊藤	勇太	川向	夏生	永桶	夢子	須藤	明日香	
	印南	紗来	川村	麻由子	野呂	一葉	下坂	明彦	
	原田	滯菜	傳法	愛佳	野坂	芽依	戸舘	亜都紗	

1 はじめに

(1) 研究の背景と目的

2016年の国民生活基礎調査において、喫煙率は男性、女性、県全体の全てでワースト2位という結果である(表1)。また、喫煙が肺がんをはじめとする様々ながんの原因になることが科学的に明らかにされている。都道府県別のがんの死亡率をみると、青森県は男女ともにワースト1位となっている(表2)。喫煙は青少年期に開始すると、成人後に開始した場合に比べ、がんや虚血性心疾患の危険性がより高くなっていること、肺がんでは、20歳未満で喫煙を開始した場合の死亡率は非喫煙者に比べて5.5倍となっていること、吸い始める年齢が若いほどニコチンへの依存度が高い人が多くなると報告されている。そのため、青森県の成人の喫煙率の高さや、肺がんをはじめとするがん死亡の多さを考慮し、青少年に喫煙を開始させないような取り組みが必要であると考え、喫煙対策について調査研究することとした。

文献検討を行うと、喫煙に関する先行研究は多数あるが、喫煙に関する意識や行動、喫煙防止教育の効果に関するものなどであり、その多くは、大学教員などによる主に無記名式のアンケート調査である。全国的な傾向として喫煙率は低下しており、喫煙に関する知識理解の定着も見受けられるとの報告もある一方で、習慣的喫煙の開始は20歳頃との報告もある。

2017年の青森県における吉岡らの「青年層の喫煙防止対策にかかわる自己点検健康度意識調査～青森県中南地域の大学生及び短大生を対象として～」によれば、喫煙者は3.8%に過ぎず、若者の喫煙率が著しく低下していること、受動喫煙には自身の健康を守るために積極的な対応を取っていること、すなわちタバコ離れが促進していると報告されている。しかしながら、成人における喫煙率の高さからすると、大学生の喫煙者はもっと多いことが予想され、アンケート調査等における限界であることも考えられる。中学生や高校生(未成年)の喫煙の動機は、「好奇心」や「何となく」が多い(青少年とタバコ等に関する調査研究報告書, 2011)ことが知られているが、大学生の喫煙行動に関しては、友人が大きく影響している(尾崎, 2005; 栗岡, 2007)ことが報告されている。友人のような同じ目線で、大学生として喫煙している学生やそうでない学生から、直接話を聞くことによって、真に取り組むべき内容が明らかになるのではないかと考えた。

本研究の特徴は、同年代の大学生が、同じ目線で大学生とのインタビューを通して、本音で喫煙に関する意識や効果的な禁煙対策について検討していくことに特徴を有する。これは、同じ背景をもつ人同士が対等な立場で話を聞き合うピア(PEER)カウンセリングでもある。これにより、喫煙について自分の力で考えさせ、選択させるようリードしていきながら課題を焦点化していくことができると考える。

【表 1】 都道府県別喫煙率

	男女合計		男性		女性	
1	北海道	24.7	佐賀	37.5	北海道	16.1
2	青森	23.8	青森	36.5	青森	12.2
3	岩手	22.6	岩手	36.2	群馬	10.9
4	福島	22.4	北海道	34.6	神奈川	10.9
5	群馬	22.0	福島	34.4	千葉	10.8
全国平均		19.8		31.1		9.5

【表 2】 都道府県別悪性新生物の死亡率

	男性		女性	
1	青森	201.6	青森	103.0
2	秋田	185.8	北海道	99.5
3	鳥取	185.8	秋田	97.7
4	北海道	184.6	福岡	93.7
5	大坂	181.3	大坂	93.0
全国平均		165.3		87.7

[表 1 : 厚生労働省 国民生活基礎調査 2016 年]

[表 2 : 厚生労働省 平成 27 年度都道府県別年齢調整死亡率の概要]

(2) 調査対象と調査方法

①基礎調査

大学生を対象とした調査の先行研究のレビューやインタビュー調査に関する技術的な事項について、フィールド調査前に実施した。調査メンバーの友人らを通じて、調査時期、対象者、場所等について確認を行った。

②フィールド調査

青森県内の 4 年制大学 8 校のオープンキャンパス、大学祭、先方の都合の良い日時において調査メンバーが各大学を訪問し実施した。1 回の実施において、1 名に対して 10～15 分程度のインタビューを行った。1 大学に 4 人前後の調査メンバーを配置し、2 人ペアとなりインタビューを実施した。インタビュー内容は記録をとりながら IC レコーダーに録音し、後日、テキストにした。

調査参加大学・日程

- ・青森大学 (7 月 21 日、10 月 7 日)
- ・弘前大学 (9 月 9 日、9 月 30 日)
- ・青森中央学院大学 (9 月 25 日)
- ・八戸学院大学 (9 月 29 日)
- ・弘前学院大学 (10 月 13 日)
- ・東北女子大学 (9 月 19 日)
- ・青森公立大学 (10 月 7 日)
- ・青森県立保健大学 (10 月 6 日、10 月 7 日)

2 インタビューから見た大学生の喫煙に対する意識・行動

(1) インタビューガイドの内容

共通項目 大学、学科、学年、性別、年齢、希望する職業、家族との同居

非喫煙者

- ・タバコを吸いたいと思うか
- ・勧められたことはあるか (どう断ったか)
- ・タバコへの興味の有無
- ・周囲の喫煙状況
- ・タバコの値段についてどう思うか
- ・タバコのイメージ

- ・吸っている人をどう思うか
- ・受動喫煙は気になるか
- ・吸わなくて良かったこと（どんな時に吸わなくて良かったと思ったか）
- ・好きな人が吸っていたらやめるよう説得できるか（どう説得するか）
- ・普段のストレス解消法
- ・若者がタバコを吸わない取り組みについての意見
- ・青森県の健康課題は何だと思うか
- ・課題解決のためにどうすればよいか

喫煙者

- ・喫煙のきっかけ
- ・いつから吸っているか
- ・1日に吸う量（本数）
- ・好きなタバコの銘柄
- ・購入場所
- ・タバコの値段についてどう思うか
- ・どこで吸っているか
- ・いつ（どんな時に）吸っているか
- ・吸っている時の気持ち
- ・周囲の喫煙状況
- ・周囲にタバコを勧めているか
- ・吸っている自分をどう思うか
- ・タバコを吸うことによる身体変化の有無
- ・タバコをやめたいと思うか
- ・やめられると思うか
- ・好きな人に言われたらやめるか
- ・がん宣告されたらやめるか
- ・若者がタバコを吸わない取り組みについての意見
- ・青森県の健康課題は何だと思うか
- ・課題解決のためにどうすればよいか

共通項目についての質問の後に、喫煙者もしくは非喫煙者であるか質問し、喫煙者には上記の喫煙者に対する内容を、非喫煙者には同様に上記の非喫煙者に対する内容をインタビューガイドに沿って質問した。

（2）調査結果・考察

①対象人数

非喫煙者 48 人、喫煙者 12 人に調査を実施することができた。（表 3）そのうち、最低限の質問項目の漏れがないもの、回答なしの項目が少ないものを分析対象とした。なお、週 1 回以上の飲酒があると回答したものを「たぶん飲酒あり」に分類している。

【表 3】 分析対象者数

	非喫煙者	喫煙者
飲酒あり	12	9
飲酒なし	28	2
合計	40	11

平均年齢 19.9

②特徴的な質問項目の集計結果

1. 周囲の喫煙状況

【表 4】 周囲の喫煙状況

		非喫煙者	喫煙者	合計
いる	両親	5	2	7
	父のみ	15	5	20
	母のみ	1	0	1
	兄	6	0	6
	姉	1	1	2
	祖父	6	1	7
	祖母	1	0	1
	親戚	3	0	3
	友達	6	0	6
	先輩	2	0	2
	部活の人	2	0	2
	バイトの人	2	0	2
	その他	3	0	3
	いない		4	3

周囲での喫煙あり

非喫煙者	90.0%
喫煙者	72.7%
全体	86.3%

2. 喫煙者の基本情報

【表 5】 喫煙者の現在の年齢

【表 6】 喫煙者の初回喫煙年齢

【表 7】 喫煙開始のきっかけ

◎喫煙者 年齢

①現在

年齢	人数
19歳	2
20歳	6
21歳	3

平均年齢 20.1

②初回喫煙

年齢	人数
未成年	8
20歳	2
不明	1

小学生1、中学生1、他大学生

◎喫煙開始のきっかけ

きっかけ	人数
友達の誘い	4
先輩の誘い	2
酒席の付き合い	2
家族が吸っていたから	2
興味	1

【表 8】 1日に吸う本数

◎1日に吸う量

本数	人数
5本未満	3
5~10本	4
10本以上	2
その他	2

酒席のみ1、電子タバコ1

【表 9】 タバコの購入場所

◎タバコの購入場所

※複数回答あり

場所	人数
コンビニ	8
近所の商店	2
その他	2

対象者（喫煙者）の現在の年齢や、初回喫煙年齢に未成年が目立つ（表5）。初回喫煙については過半数が未成年であった（表6）。若年者の喫煙は周囲の環境、特に家族や友人の喫煙行動に影響を受けやすい（尾崎，2005；遠藤，2007）と言われていたが、初回喫煙が小学生や中学生という人について、家族が吸っていたため幼いころからタバコに抵抗がないという意見があったように、家族の影響が大きいと考えられる。また、大学入学後は、友人や先輩の誘い、酒席への参加や付き合いで喫煙を開始している（表7）。非喫煙者の周囲で、友人、先輩、バイト先の人等、家族以外の人も喫煙しており（表4）、喫煙を開始するきっかけになることや家以外でも受動喫煙を避けられない環境にいる可能性がある。

1日に吸う量としては、酒席時のみの喫煙のため1本も吸わない日もあるという人から、10本以上吸うという人までおり（表8）、今回は喫煙者としてまとめているが、タバコへの依存度の違いによって、効果的な対策が変わってくることも考えられる。また、タバコの購入場所については、ほとんどの人がコンビニであった（表9）。喫煙者には未成年も含まれていたことや、店舗にてタバコを入手していることを含め、未成年がタバコを購入できない環境づくり対策に関連付ける必要がある。

3. タバコの値段について

【表10】タバコの値段に対する意見

	非喫煙者	喫煙者	合計
高い(やや高い、高すぎを含む)	21	8	29
妥当・適切	4	2	6
わからない・関係ない	5	0	5
もっと高くいい	2	0	2

非喫煙者で52.5%、喫煙者で72.7%の人が高いと感じている（表10）。非喫煙者は値段にも興味がなく、「妥当」や「もっと高く」という意見があった。そこから、喫煙を良くないと思う意が込められていると感じられた。

4. 非喫煙者の思い・考えについて

【表11】非喫煙者のタバコのイメージ

◎タバコのイメージ(非喫煙者)

意見		回答数
マイナス	身体に悪い	13
	害がある・毒(中毒性)	5
	臭い	4
	値段が高い	3
	その他	がんになる、お金の無駄、迷惑、早死 等
	興味がない	4
	懐けた	1
プラス	カッコいい	2
	その他	電子タバコはおしゃれ、電子タバコは害がない、大人の嗜好品、おちつく 等

【表12】非喫煙者の喫煙者に対する意見

◎タバコを吸っている人をどう思うか(非喫煙者)

意見		回答数
自由・人それぞれ		9
ルール・マナーを守ってほしい		4
何も思わない・気にならない		4
女性が吸うのは嫌		3
臭い		3
良くない		3
身体に悪い		2
悪くはない		2
その他	やめてほしい、やめてとはいえない、カッコいい、お金の無駄、早死、ストレスがある、良い 等	

【表 1 3】非喫煙者の受動喫煙に対する意見

◎受動喫煙が気になるか(非喫煙者)

意見		回答数
気にしない		12
主な意見	バイトで慣れた、においは苦手じゃない	
気になる		18
主な意見	禁煙席を希望する(7)、迷惑、意識はしているが防げない、自分が吸っていないのに害があるのは嫌、においが嫌い、同じ部屋にいたくない、出来るだけ避ける 等	

【表 1 4】非喫煙者が喫煙しないことに対する意見

◎吸わなくて良かったと思った時(非喫煙者)

意見		回答数
お金がかからない		11
特になし		11
健康面で		5
病気になるない、吸っている人より健康 等		
害を知った時		4
授業で黒い肺をみた、喫煙の害の話を聞いた 等		

非喫煙者のタバコのイメージについて、ただ単に身体に悪いだけでなく、「肺が悪くなる」「心臓に関わる問題がある」「呼吸器に影響がある」などの臓器の部位を示しての意見もあった(表 1 1)。興味がないと回答した人は、値段等の質問においても分からない、興味がないとの回答が多かった。(表 1 2)、(表 1 3)について、吸っている人について気にならないと答えた人の中にも、受動喫煙は気にするという人がおり、人が吸うのは自由だが、自分に害が及ぶのは嫌であるという印象がある。

女子学生のタバコに対する意識は家族よりも友人、恋人の喫煙により大きく影響を受けていることが示唆されている(栗岡, 2007)が、今回の結果でも、吸っている人や受動喫煙を気にしないと回答した人は周囲に喫煙者がおり、その喫煙者は彼氏や友人、バイトの人等で、大学入学後の人間関係や環境によって気にならなくなったことが考えられる。若年にして喫煙を開始したものは生涯を喫煙者(配偶者・パートナー、友人および同僚)の多い環境で生活する(尾崎, 2005)と言われていることから、非喫煙者が周囲の喫煙者の影響で喫煙を開始しないよう対策が必要である。

5. 喫煙者の思い・考え

【表 1 5】喫煙者のタバコのイメージ

意見		回答数
マイナス	身体に悪い	6
	害がある・毒(中毒性)	4
	がん	2
	臭い	1
プラス	大人	1
	リラックスできる	1
	悪いものだと思わない	1
	喫煙者同士仲良くなれる	1
	電子タバコは害がない	1

【表 1 6】喫煙者の禁煙に対する意見

意見		回答数	合計
思う	身体に悪いから	2	6
	値段が高いから	2	
	部活でダメと決まったから	2	
思わない	付き合いがあるから	1	4
	1か月しかやめられない	1	
	電子タバコだから	1	
	やめられない	1	
分からない		1	

【表 1 7】喫煙者の年齢確認時の行動

◎居酒屋で年齢確認をされたらどうするか(喫煙者)

意見	回答数
身分証を出す	4
別の店に行く(未成年の時)	4
帰る	1

【表 1 8】喫煙者のがん宣告時の行動

◎がんと言われたらタバコをやめるか(喫煙者)

意見	回答数
やめる	10
わからない	1

(表 1 5) から、喫煙者のタバコのイメージのマイナス面については、非喫煙者と同様の意見が挙げられている。電子タバコには害がないと思っている人がいる、喫煙者同士のメリットも挙げられている等、プラス面の意見も多い。禁煙を考える理由として、身体面、値段、規則があるが、やめようと思わない人もいる(表 1 6)。しかし、がんと宣告されたらほとんどがやめる意思を示している(表 1 8)。

また、居酒屋で年齢確認をされた場合の対応は成人しているか、未成年であるかで違いがあり(表 1 7)、これは、タバコを購入する際にも同様である可能性が高い。

6. 好きな人の影響

【表 1 9】非喫煙者の好きな人(喫煙者)への説得

◎好きな人がタバコを吸っていたらやめるよう説得できるか(非喫煙者)

意見		回答数
できる		23
主な意見	「やめないと別れる・嫌いになる」と言う(4)、「将来・妊娠時のことを考えて止めよう」と言う(4)、「体に良くない」と言う(2)、「寿命が縮む、長生きしよう」と言う(2)、「やめてほしい」と言う(2)、「やめた方がいいよ」と言う(2)、タバコを水没させる 等	
できない		13
主な意見	説得しようと思わない・説得しない(3)	
わからない		4

【表 2 0】喫煙者の好きな人に説得されたときの禁煙行動

意見	回答数
やめる	7
やめられない	3
わからない	1

非喫煙者のうち、好きな人がタバコを吸っていた場合、57.5%の人が説得できると回答している(表 1 9)。説得できないとの回答の中には説得しないという意見も含まれている。説得できる人の説得の仕方として、やめないとダメ、やめてほしいと主張する意見と、相手の身体や将来を気遣う意見が特徴的である。

喫煙者のうち、好きな人にタバコをやめてほしいといわれても、やめられないとの回答の中には、実際に言われたがやめていないというものも含まれていた。しかし、過半数が好きな人に言われたらやめると回答している(表 2 0)。

7. 飲酒について

【表 2 1】対象者の飲酒頻度

◎飲酒頻度

ふだん	頻度	非喫煙者	喫煙者
飲酒あり	週1.2回	8	8
	週3.4回	2	1
	ほぼ毎日	2	0
飲酒なし		28	2

非喫煙者は過半数がふだん飲酒なしであるのに対し、喫煙者はほとんどがふだん飲酒ありとなっている（表 2 1）。この結果から、飲酒と喫煙には関連があるということが予測できる。

8. 飲酒と喫煙の関係についてどう思うか

【表 2 2】非喫煙者の飲酒と喫煙に関する意見

【表 2 3】喫煙者の飲酒と喫煙に関する意見

◎飲酒と喫煙の関係について

非喫煙者

	飲酒あり	飲酒なし	合計
関係あり	5 12.5%	18 45.0%	23 57.5%
関係なし	7 17.5%	8 20.0%	15 37.5%

不明 2

喫煙者

	飲酒あり	飲酒なし	合計
関係あり	6 54.5%	1 9.1%	7 63.6%
関係なし	3 27.3%	1 9.1%	4 36.4%

非喫煙者、喫煙者ともに過半数が飲酒と喫煙は関係があると回答している（表 2 2、2 3）。非喫煙者ではふだん飲酒なしの人が関係ありと回答しているが、喫煙者では、「飲み会で吸う」「飲み会で吸う人がいる」等の理由で、ふだん飲酒ありの人が多く「飲酒と喫煙は関係がある」と回答していた。飲酒も喫煙も両方行っている人が、飲酒と喫煙には関連があると感じていることが分かった。

(3) 政策提案に向けて

【表 2 4】若者が喫煙をしないことに関する意見

◎若者がタバコを吸わない取り組みのアイデア

意見	非喫煙者	喫煙者
タバコを値上げする	10	5
教育的指導をする	8	0
健康教育を増やす、人に勧めない、動画で呼びかける、煙の実験などを行う、喫煙者の実際の悪影響を伝える 等		
環境整備をする	4	1
分煙をする、禁煙の場所を増やす、年齢確認を厳しくする 等		
タバコを他のものに置き換える	3	3
ストレス解消法を見つける、タバコ以外のものにお金を使う、他の趣味をつくる 等		
わからない・特になし	9	2

その他

吸わない人が得するポイントカードをつくる、タバコを吸うマイナス面をアピールする、パッケージに肺の写真を付けたり怖いインパクトにする、電子タバコを安くして紙タバコの利用者を減らす 等

表 2 4 から、若者がタバコを吸わない取り組みとして、タバコの値上げが非喫煙者、喫煙者ともに最も多い。非喫煙者では、次に教育に関することをあげているが、喫煙者ではこの項目にあてはまる回答をした者はいない。タバコの煙や受動喫煙を意識すると考える非喫煙者では、環境整備に関する意見もあった。また、年齢確認を厳しくするという意見は非喫煙者と喫煙者の両者に見られた。タバコに代わる何かを求める意見も両者に見られている。わからない・特になしという回答をする人が比較的多い。その他では、吸わない側が得をするという視点や、タバコのパッケージ自体を工夫する意見があった。電子タバコは有害でないという視点も見られた。

【表 2 5】対象者が考える青森県の健康課題

◎青森県の健康課題

意見		非喫煙者	喫煙者
寿命・疾患	短命	6	1
	高血圧	2	0
	心疾患	2	0
	がん	1	0
	肥満	1	0
食習慣	塩分のとりすぎ	21	1
	カップ麺の消費が多い	3	1
	栄養バランスが悪い	2	0
運動習慣	運動不足	0	3
関係ない・分からない		2	0

【表 2 6】健康課題解決に対する意見

◎健康課題の解決のために

意見		非喫煙者	喫煙者
食習慣	減塩	15	2
	野菜を食べる	2	0
	食事バランスを整える	2	0
店で塩分の規定をつくる、幼いころから薄味になれる、だし活をすすめる、だし活商品の価格を下げる 等			
運動をする		3	3
定期的に運動をする、幼いころから運動習慣をつける、スポーツ教室やスポーツイベントの開催 等			
禁煙をする		5	2
動画で禁煙を呼びかける、店や施設に灰皿をなくす、喫煙所をつくって分煙をする 等			
遊べる場をつくる		2	0
特になし・分からない		9	0

その他

個々の気持ちを変える、一人じゃないと伝える、世帯レベルで呼びかける、誰かではなく県全体で解決していく 等

健康課題については、「塩分のとりすぎ」という回答が多かった（表 2 5）ことに対応して、解決法として「減塩をする」という回答が多い（表 2 6）。食習慣や運動習慣については、「幼いころから取り組む」という意見が多かった。また、「特になし・分からない」という回答から、これらの質問項目と、若者がタバコを吸わないアイデアの項目でも多かったことから、健康意識の低さがうかがえる。

3 現状、集計結果を踏まえた喫煙対策

（1）対象者の意見（喫煙以外のものも含む）

- ・幼いころからの教育にて、タバコの健康被害やマナーを伝える
- ・分煙をする
- ・施設や店内等での灰皿の撤去
- ・年齢確認を厳しくする
- ・タバコの値上げをする
- ・好きな人を説得できる、好きな人に言われたらやめる
- ・運動イベントの実施
- ・遊ぶ場所、タバコ以外の趣味で置き換える

（2）対象者の意見や結果から

まず、質問の回答に「興味がない」「自分には関係ない」「わからない」等の回答が思いの外多くみられ、県民であるという当事者意識や、自身を含む青森県民や周囲の人に対しての健康意識が低いと考える。また、飲酒、喫煙は 20 歳からということが法律で定められていても、守られていないという現状が明らかになり、改善が必要不可欠な問題点である。

- ・電子タバコは無害という誤った知識
- ・喫煙開始のきっかけで先輩や友人等同世代からの誘いの多さ
- ・周囲の環境によるタバコへの慣れ
- ・実験や授業で黒い肺をみた時タバコを吸わなくて良かったと思った
- ・誰かがではなく県全体で解決していく
- ・喫煙者同士で仲良くなる

(1) の他に、上記の意見、結果を踏まえ、喫煙対策を考えたい。

(3) 喫煙対策

大学で喫煙開始をいかにして防ぐかが課題の一つであり、敷地内禁煙など吸いにくい環境を作ると共に、タバコについての正確な情報を計画的、継続的に学生に提供する必要がある(栗岡, 2007)と言われていることから、若年での喫煙が及ぼす悪影響の予防や、研究意義にもある、より県内の大学生に受け入れられる施策を実現するため、今回は若年層を喫煙対策の中心ターゲットとしていく。現在の若年層に働きかけることで、将来の喫煙率低下や、現在の若年層が親世代になった時の子ども達の喫煙対策にもつながることが考えられる。

1. 教育「喫煙を始めさせない取り組み」

この数年で未成年の喫煙率は減少傾向にあり、近年の禁煙化の潮流や、小中高校での防煙教育の成果かも知れない(栗岡, 2007)ということから、教育することの効果はあるといえる。義務教育から高等学校で飲酒・喫煙についての健康教室の授業はあるが、タバコを始めるきっかけとなる大学入学時にも実施することを考えた。

内容として、実際に喫煙者の肺と健常者の肺の写真や映像を見せることで身体への影響を視覚的に伝える、基本的な喫煙に関する知識に加え、時代の流れに沿って電子タバコについても正しい知識を教育する。また、知識教育の中には分煙、誘わない等のマナーやルールも含める。

この健康教室を新生に対して、学内の上級生が実施出来ればよいと考える。教育する側になることで、知識の再認識や、教える側が教える内容に従うという意識付けにもつながる。

2. 環境整備「煙に巻き込まない・巻き込まれない」

県内の施設や飲食店等に対し、禁煙・分煙、灰皿を置かない等、呼びかけを強化する。協力施設や店舗に喫煙対策に関するステッカーやポスターを配布し、提示をお願いするとともに、協力施設一覧のような冊子に施設紹介や宣伝をすることで協力側にもメリットをつくる。

未成年者が飲酒・喫煙することの対策として、アルコール提供店やタバコ販売店での年齢確認強化を呼びかける。飲食店においても、未成年にはアルコールだけでなく、灰

皿も出さないなど関連付けた対策をしていく。

3. 他の楽しみ「楽しいはみんなが創る」

娯楽施設がないとの意見があったが、施設新設は費用、時間等様々な問題がある。そのため、県内各市町村の既存の施設や公園、駅前等の場所を利用し、健康や運動のイベントを開催する。若者が参加したいと思えるように、主催やスタッフに学生を募り、若者の視点をイベントに活かしていく。だし活商品を利用した料理を提供したり、県産食品を利用した料理を提供したりする出店や、県内のゆるキャラの参加、SNS 映え企画、学生が教えるこども体操教室等も盛り込むことで地域活性にもつながっていくと考えられる。

会社で喫煙者同士、喫煙所でのコミュニケーションが付き合いとしてあることに対して、喫煙所スペースに、簡単な運動器具やダイエット器具を設置することによって、「タバコ仲間」から「ちょいトレ仲間」に変え、運動習慣を促していく。禁煙と運動不足対策の効果があると考えられる。

4. 愛「みんなで取り組む喫煙対策」

自分の健康のために吸わない愛情、教育にも関連するが、周囲をタバコに誘わない愛情、周囲にタバコで迷惑をかけない愛情、大切な人の将来や健康のために「たばこをやめて」と伝える愛情など、県民全体が当事者意識をもって喫煙対策に関わっていく。そのために、教育や環境整備、楽しみを通して仲間をつくることが大切になる。

4 参考文献

- 1) 遠藤明, 加濃正人, 吉井千春, ほか: 小学校高学年生の喫煙に対する認識と禁煙教育の効果, 禁煙会誌 2007, 2, 10-12.
- 2) 栗岡成人, 稲垣幸司, 吉井千春, 加濃正人: 加濃式社会的ニコチン依存度調査票による女子学生のタバコに対する意識調査 (2006 年度), 日本禁煙学会誌 2007, 2, 5, 62-69.
- 3) 尾崎米厚: 環境と子どもの喫煙習慣, 治療 2005, 87, 1965-1973.
- 4) 尾崎米厚, 簗輪眞澄: 若年における喫煙開始がもたらす悪影響, 2005, J. Natl. Inst. Public Health, 54 (4), 262-277
- 5) 総務庁青少年対策本部: 青少年とタバコ等に関する調査研究報告書, 2001

5 調査研究に参加しての感想

私たちは、青森県の短命県返上プロジェクトとして、タバコ調査を行ってきました。青森県全域の大学を対象とし、アンケート調査を行いました。タバコに対する知識をはじめ、喫煙者であれば、その理由、きっかけや喫煙頻度などを、非喫煙者であれば、タバコを勧められたことはあるか、どのようにして断ったかなどの質問から、若いうちからタバコに手を出してしまうのはなぜか導き出そうと、「大学生の本音」に注目し、同じ大学生だからこそ話することができるのではないかという考えに至りました。

調査メンバー（質問者）と対象者が同年代である大学生同士であったことの効果について、未成年でも正直に喫煙者として回答して下さったことや、初回喫煙の年齢においても20歳を超える前であっても回答を得られたことから、(1) 研究の背景と目的に記している「アンケート調査等の限界」を多少なりとも超えることができたのではないかと考えています。また、ただのタバコ調査ではなく、青森県の特徴を踏まえ、県内の大学生の意見を聞くことができたこと、さらには、調査・分析を行い、対策を考えたのも県内の大学生であったことで、とても青森県に寄り添った研究となったと思います。

将来、医療・保健・福祉に関わる職業を目指している保健大生として、今回の研究で実際に住民（大学生）と接し、生の声を聴くという体験は、今後の学業や実習、就職後においても役立つ貴重な体験となりました。

報告会に参加し、青森県内の課題を明確にすると同時に様々なチームの発表を通じて、その課題の対策方法について学ぶことができ、大変意義があったと感じています。他大学の皆様と比較して、経済や社会など大きなものを動かすことは難しいですが、住民に身近な職業や、「健康」という何よりも大切な課題に取り組む立場として、今後も引き続き県内の課題について取り組んでいき、青森県の短命県返上に貢献していきたいと思っています。

最後に、本調査においてご支援をいただいた青森県企画政策部企画調整課の皆様、一人につき、10分という時間がかかるのにも構わず、丁寧に回答して下さった弘前大学、青森中央学院大学、八戸学院大学、青森公立大学、東北女子大学、弘前学院大学の学生の皆様、連絡・調整等をして下さった教員の皆様に心から感謝申し上げます。

青森県立保健大学 ヘルスリテラシー向上部 一同