

[Original Paper]

Anti-smoking education in Aino Gakuin College

Takumi Ogata* and Yoko Honda*

* Aino Gakuin College

Abstract

Anti-smoking movement is prevailing in our country. However, 24.5% of nurses smoke, being more than the average women. Since nurses play an important role in taking care of people's health, anti-smoking education in nursing colleges is of a crucial necessity to reduce the percentage of smoking nurses. We carried out a survey in our nursing college on the present situation on smoking. The results showed that 90% of 2nd year student smokers, as a result of anti-smoking education, have changed their attitudes towards smoking.

Key words : student nurses, basic nursing education, tobacco, anti-smoking education

(原 著)

本学学生の喫煙実態と授業による禁煙・防煙教育の効果

緒 方 巧*, 本 多 容 子*

【要 旨】 現在, わが国で禁煙対策が進行中であるが, 看護師の喫煙率は24.5%と一般女性の喫煙率を上回っている。国民の健康づくりを担う看護師の喫煙率を下げるには, 看護学生時における防煙・禁煙教育が重要である。

今回, 本学看護学科の学生の喫煙実態を調査した。2年生に対し基礎看護学の授業を通じて防煙・禁煙教育を行った結果, 喫煙者の90%に禁煙への態度・行動変化がみられた。

キーワード: 看護学生, 基礎看護学, たばこ, 禁煙教育

I. は じ め に

わが国では2000年に第三次国民健康づくり運動として, めざせ「健康日本21」がスタートした。この「健康日本21」では2010年を目標に, 栄養・食生活, がん予防など9つの領域で70の目標が設定されている。その中で, たばこの領域については4つの目標が設定されている。それは, 「十分な知識の普及」, 「未成年者の喫煙防止」, 「受動喫煙の害の排除(分煙)・減少のための環境作り」, 「希望者への禁煙対策」である。国民の健康づくりを担う看護師は, これらの目標を推進する立場にあるため職業倫理の上からも非喫煙者であることが望ましい。しかし, 2001年に実施された「看護職とたばこ実態調査」で明らかにされた看護職の喫煙率は24.5%で, 一般女性の喫煙率を超える数値であった。喫煙看護師をなくすためには, まず看護学生時代に喫煙の害について正しく認識し, 他者に防煙・禁煙教育ができる健康教育の技術を習得するとともに, 自らが確固たる非喫煙者の立場を確立することが重要である。日本看護協会は2001年7月に

「たばこ対策宣言」を発表し, 本格的なたばこ対策を開始したが, 看護学生に対する効果的な禁煙の教育方法に関しては, 岡田(1997)の報告を除いてはあまりみられない。

本学においては, 2001年度の4月から大学構内禁煙制が実施されているが, 学生の生活指導として, とくに喫煙学生に対する禁煙教育が徹底されているとは言い難い。そのため, 喫煙学生は休憩時間になると喫煙場所を求めて学外へ移動して喫煙している。そこで筆者はまず3学年の喫煙実態の把握を目的に調査を行った。その上で, 入学時より構内禁煙という環境で学生生活をしている2年生に対し, 基礎看護学の「教育・指導技術」の授業で禁煙教育の課題学習を試み, その効果を評価した。その結果, 学習終了後, 2年生の喫煙者の90%に禁煙への態度・行動に変化が見られ, 授業に禁煙教育を取り入れるという教育方法が, 防煙・禁煙教育として効果的であることが確認できたのでここに報告する。

* 藍野学院短期大学

II. 研究方法

今回の研究では、まず、本学の看護学科に在籍する学生の喫煙実態を調査し、その結果を踏まえて、2年生に焦点を当て授業を通じた禁煙教育の課題学習を試み、禁煙への態度・行動の変化を確認した。

1. 喫煙実態の調査

本学の学生、全学年の喫煙に対する実態を把握することを目的とした。看護学科の1年生91名、2年生85名、3年生88名、合計264名を対象に2002年5月、筆者が独自に作成した質問紙による調査を学年別に行った。回答は任意、無記名とした。被験者への倫理的配慮として、データは個人への評価とは一切無関係であり、統計処理を行う際個人名は明らかにしないので、回答にはありのままを記入してほしいことを説明した。

調査内容の項目は以下の通りであった。すなわち、(1) 学生の喫煙状況及び生活形態と親の喫煙・生活形態ときょうだいの喫煙・友人の喫煙状況、(2) 過去の喫煙経験と喫煙開始年齢及び喫煙開始の動機、(3) 禁煙教育受講の有無と禁煙教育の受講時期、(4) 喫煙学生の喫煙本数と喫煙による害の理解、禁煙への意向、(5) 大学構内禁煙の受け止め方、(6) 看護学生と看護師が喫煙することに対する考え方。

2. 禁煙教育の課題学習

基礎看護技術Ⅲの「教育・指導技術」の授業において、2年次の夏期休暇を利用し禁煙教育の課題学習を設定した。その学習目標は、「学生個々が禁煙に関する資料を収集し学習することにより、喫煙の害について理解した上で身近な人間関係の中から喫煙している人を選択し、その対象に禁煙教育を行う」とした。

他者への禁煙教育の経験が、喫煙に対する学生の認識と行動にもたらす変化を明らかにし、禁煙教育を授業に取り入れる教育方法の有効性を確認することを目的に、課題学習後に調査を行った。

2002年9月中旬、2年生85名を対象に基礎看護技術Ⅲの最終講義時に、筆者が独自に作成した質問紙による調査を行った。回答は任意、無記名とした。被験者への倫理的配慮は、喫煙実態の調査時と同じ説明を行ない実施した。

調査内容の項目は以下の通りであった。(1) 喫煙の害に対する理解と禁煙教育における禁煙に関する資料の活用、(2) 禁煙教育を実施した対象者の平均年

齢と平均喫煙年数、(3) 禁煙教育を実施した平均日数と禁煙教育取り組みへの意欲、(4) 教育対象者の禁煙への意思・教育に対する反応・教育後の喫煙行動の変化、(5) この1年以内に喫煙歴がある学生と非喫煙学生の学習後の喫煙に対する変化。

記述集計、クロス集計と自由記述による内容から、喫煙実態の把握と課題学習を用いた禁煙教育方法の効果进行分析した。

III. 結果

1. 喫煙実態の調査

調査の総回収率は237名(89.8%)で、1年生が86名(94.5%)、2年生が85名(100%)、3年生が66名(75.0%)であった。

1) 学生の喫煙状況及び生活形態と親の喫煙・生活形態ときょうだいの喫煙・友人の喫煙状況
「現在喫煙している」と回答した学生は1年生19名(22.1%)、2年生19名(22.4%)、3年生13名(19.7%)で、各学年ともに約20%の学生が現在喫煙していた。現在非喫煙学生は1年生67名(77.9%)、2年生66名(77.6%)、3年生53名(80.3%)で、各学年ともに70～80%の学生が現在非喫煙であった(表1)。

「親と同居」している学生は全学年で合計134名(56.5%)、1年生が56名(65.1%)、2年生が46名(54.1%)、3年生が32名(48.5%)であった。「一人暮らし」の学生は全学年で合計91名(38.4%)で、1年生が23名(26.7%)、2年生が36名(42.4%)、3年生が31名(47.0%)であった。「その他(親戚との同居や配偶者との同居)」の学生は全学年で合計11名(4.6%)、「無記名」は1名(0.5%)であった。「親との同居」は全学年とも学年が高くなるにつれて減少し「一人暮らし」が増加していた。

喫煙学生で「親と同居」している学生は全学年で28名(54.9%)で、「一人暮らし」は20名(39.2%)であった。「一人暮らし」の喫煙学生は1年生4名(21.1

表1 学生の喫煙状況

学年	喫煙状況	喫煙学生	非喫煙学生	合計
1年		19 (22.1)	67 (77.9)	86
2年		19 (22.4)	66 (77.6)	85
3年		13 (19.7)	53 (80.3)	66
合計		51 (21.5)	186 (78.5)	237

()=%

表2 生活形態と親の喫煙

喫煙学生		親の喫煙					合計
生活形態	親の喫煙	父親のみ喫煙	母親のみ喫煙	両親とも喫煙	両親とも非喫煙	無回答	
親と同居		11 (39.3)	0 (0)	7 (25.0)	10 (35.7)	0 (0)	28
一人暮らし		6 (30.0)	0 (0)	6 (30.0)	7 (35.0)	1 (5.0)	20
その他		0 (0)	0 (0)	0 (0)	3 (100.0)	0 (0)	3
合計		17 (33.3)	0 (0)	13 (25.5)	20 (39.2)	1 (2.0)	51

()=%

非喫煙学生		親の喫煙					合計
生活形態	親の喫煙	父親のみ喫煙	母親のみ喫煙	両親とも喫煙	両親とも非喫煙	無回答	
親と同居		40 (37.7)	3 (2.8)	6 (5.7)	57 (53.8)	0 (0)	106
一人暮らし		32 (45.1)	6 (8.5)	6 (8.5)	27 (38.0)	0 (0)	71
その他		3 (37.5)	0 (0)	1 (12.5)	4 (50.0)	0 (0)	8
無回答		0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	1 (100.0)	1
合計		75 (40.3)	9 (4.8)	13 (7.0)	88 (47.3)	1 (0.5)	186

()=%

表3 生活形態ときょうだいの喫煙

喫煙学生		きょうだい			合計
生活形態	きょうだい	きょうだいが喫煙	きょうだいが非喫煙	無回答	
親と同居		13 (46.4)	15 (53.6)	0 (0)	28
一人暮らし		12 (60.0)	8 (40.0)	0 (0)	20
その他		1 (33.3)	2 (66.7)	0 (0)	3
合計		26 (51.0)	25 (49.0)	0 (0)	51

()=%

非喫煙学生		きょうだい			合計
生活形態	きょうだい	きょうだいが喫煙	きょうだいが非喫煙	無回答	
親と同居		33 (33.1)	72 (67.9)	1 (0.9)	106
一人暮らし		26 (36.6)	44 (62.0)	1 (1.4)	76
その他		3 (37.5)	5 (62.5)	0 (0)	8
無回答		0 (0)	0 (0)	1 (100.0)	1
合計		62 (33.3)	121 (65.1)	2 (1.1)	186

()=%

%), 2年生7名(36.8%), 3年生9名(69.2%)と学年が高くなるにつれて増加していた。

生活形態と親の喫煙を全学年の合計でみると、「両親とも非喫煙」は非喫煙学生に多く88名(47.3%)で、「両親とも喫煙」の比率は喫煙学生の方が高く13名(25.5%)であった。「父親のみが喫煙」は非喫煙学生に多く75名(40.3%)であった(表2)。

生活形態ときょうだいの喫煙をみると、「きょうだいが喫煙しない」のは非喫煙学生に多く、各学年ともに60%台であった。きょうだい全員あるいは自分以外の一部の「きょうだいが喫煙」するのが多いのは喫煙学生で26名(51.0%)であった(表3)。

友人の喫煙状況では、喫煙する友人を多くもっているのは喫煙学生で、「友人全員が喫煙」と「友人の多くが喫煙」を合計すると35名(68.7%)であった(表4)。

喫煙学生は非喫煙学生に比較して多くの喫煙者に囲

まれた人的環境の中で生活していることがわかった。

2) 過去の喫煙経験と喫煙開始年齢及び喫煙開始の動機

過去の喫煙経験については、無回答1名(0.5%)を除くと全学年の130名(54.9%)は全く喫煙経験がなかったが、106名(44.7%)には現在または過去に喫煙経験が認められた。また現在、非喫煙学生186名中55名(29.6%)は過去に喫煙経験を持っていた。

学生の喫煙開始年齢をみると高校生、中学生の順に多く、喫煙学生のうち8名(15.7%)は本学入学後に喫煙を開始しており、初回喫煙の経験が未成年時に高いことがわかった(表5)。現在または過去に喫煙経験を持つ学生の喫煙開始の最も主な動機を自由記述で回答を求めた結果、106名中104名が回答し、(1)「好奇心・周囲の影響」46名(43.4%)、(2)「友人のすすめ」22名(20.8%)、(3)「なんとなく」14名

表4 友人の喫煙状況

喫煙学生		1年 (n=19)	2年 (n=19)	3年 (n=13)	合計 (n=51)
友人	学生				
友人全員が喫煙		1 (5.3)	0 (0)	0 (0)	1 (2.0)
友人の多くが喫煙		13 (68.4)	15 (78.9)	6 (46.2)	34 (66.7)
友人の多くが非喫煙		4 (21.1)	4 (21.1)	5 (38.5)	13 (25.5)
友人全員が非喫煙		0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
その他		1 (5.3)	0 (0)	1 (1.7)	2 (3.9)
無回答		0 (0)	0 (0)	1 (7.7)	1 (2.0)

()=%

非喫煙学生		1年 (n=67)	2年 (n=66)	3年 (n=53)	合計 (n=186)
友人	学生				
友人全員が喫煙		0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
友人の多くが喫煙		12 (17.9)	20 (30.3)	13 (18.0)	45 (24.2)
友人の多くが非喫煙		35 (54.2)	34 (51.5)	29 (54.7)	98 (52.7)
友人全員が非喫煙		14 (20.9)	10 (15.2)	8 (15.1)	32 (17.2)
その他		3 (4.5)	2 (3.0)	0 (0)	5 (2.7)
無回答		3 (4.5)	0 (0)	3 (5.7)	6 (3.2)

()=%

表5 喫煙開始年齢

喫煙開始年齢	学生	喫煙学生 (n=51)	元喫煙学生 (n=55)	合計 (n=106)
保育所		0 (0)	1 (1.8)	1 (0.1)
小学校		0 (0)	2 (3.6)	2 (1.9)
中学校		9 (17.6)	17 (30.9)	26 (24.5)
高等学校		27 (52.9)	23 (41.8)	51 (47.2)
大学		6 (11.8)	6 (10.9)	12 (11.3)
社会人になってから		1 (2.0)	2 (3.6)	3 (2.8)
本学に入学後		8 (15.7)	2 (3.6)	10 (9.4)
結婚後		0 (0)	0 (0)	0 (0)
その他		0 (0)	1 (0.8)	1 (0.1)
無回答		0 (0)	2 (3.6)	2 (1.9)

()=%

表6 喫煙開始の動機

動機	学生	喫煙学生 (n=51)	非喫煙学生 (n=55)	合計 (n=106)
好奇心・周囲の影響		21 (41.2)	25 (45.5)	46 (43.4)
友人のすすめ		9 (17.6)	13 (23.6)	22 (20.8)
なんとなく		8 (15.7)	6 (10.9)	14 (13.2)
ストレス解消のため		5 (9.8)	4 (7.3)	9 (8.5)
精神的安定		1 (2.0)	2 (3.6)	3 (2.8)
やせると聞いて		2 (3.9)	0 (0)	2 (1.9)
カッコいい		2 (3.9)	0 (0)	2 (1.9)
理由なし		1 (2.0)	1 (2.0)	2 (1.9)
その他		2 (3.9)	2 (3.6)	4 (3.8)
無回答		0 (0)	2 (3.6)	2 (1.9)

()=%

(13.2%)、(4)「ストレス解消のため」9名(8.5%)の順が多かった(表6)。

最も多く受けていた(表7)。禁煙教育用ビデオの視聴も約80%と高かった。

3) 禁煙教育受講の有無と禁煙教育の受講時期

禁煙教育受講の有無では、喫煙学生の90.2%、非喫煙学生の85.5%の学生が過去に禁煙教育を受けていた。その時期はいずれも中学校・高等学校在学時代に

4) 喫煙学生の喫煙本数と喫煙による害の理解、禁煙への意向

全学年の喫煙学生における「平均喫煙本数」は1日に12本～15本で、「喫煙による害の理解」について

表7 禁煙教育の受講時期（複数回答）

受講時期	学生	喫煙学生 (n= 46)	非喫煙学生 (n= 159)	合計 (n= 205)
小学校		15	55	70
中学校		35	132	167
高等学校		39	127	166
大学		17	42	59
職場		2	3	5
家庭		1	12	13
その他		0	2	2
無回答		5	14	19

は全学年とも喫煙学生の60～70%が「具体的に理解している・理解している」と回答した。一方、喫煙学生で喫煙時に「害をとてても気にしている・気にしている」学生数をみると、1年生7名(36.9%)、2年生9名(47.4%)、3年生7名(53.9%)と、いずれも30%～50%台と低かった。つまり、喫煙の害は理解していても、害を意識して喫煙している学生は学年が低いほど少ないことがわかった。

また、各学年の喫煙学生の「禁煙への意向」について、「する気はない・具体的に考えていない」と回答した喫煙学生は1年生14名(73.7%)、2年生8名(42.1%)、3年生8名(61.6%)で1年生が最も多かった。しかし、2年生の喫煙学生10名(52.6%)は「いつでもいい・できれば早くしたい」と回答し、50%台の喫煙学生が禁煙に積極的意思を示した。

5) 大学構内禁煙の受け止め方

大学構内禁煙については、ほぼ100%の学生が理解していたが、喫煙学生の60～80%は大学構内禁煙を「あまりよくない・よくない」と回答した。非喫煙学生の中では、とくに2年生66名中34名(51.5%)が大学構内禁煙を「あまりよくない・よくない」と否定的回答をした。その理由を自由記述でみると、学外での喫煙者のマナーの悪さに対する危惧が多く、学内から一步外に出た校門の前で喫煙されると大学のイメージダウンになるので、学内に喫煙場所を設定すべきという意見が多かった。

6) 看護学生と看護師が喫煙することに対する考え方

看護学生が喫煙することについての考え方について、喫煙学生は「個人の自由」、「健康によくない」の順で

表8 看護学生と看護師が喫煙することに対する考え方

看護学生の喫煙		学生	喫煙学生 (n= 51)	非喫煙学生 (n= 186)	合計 (n= 237)
考え方					
個人の自由			20 (39.2)	44 (23.7)	64 (27.0)
健康に良くない			12 (23.5)	51 (27.4)	63 (26.6)
好ましくない			0 (0)	59 (31.7)	59 (24.9)
患者が不快・不信			6 (11.8)	1 (0.5)	7 (3.0)
禁煙すべき			5 (9.8)	1 (0.5)	6 (2.5)
悪習慣			3 (5.8)	3 (1.6)	6 (2.5)
周囲への配慮をするべき			0 (0)	5 (2.7)	5 (2.1)
その他			2 (3.9)	4 (2.2)	6 (2.5)
無回答			4 (7.8)	18 (9.6)	21 (8.9)

()=%

看護師の喫煙		学生	喫煙学生 (n= 51)	非喫煙学生 (n= 186)	合計 (n= 237)
考え方					
好ましくない			6 (11.8)	76 (40.9)	82 (44.1)
ストレスが喫煙の原因である			16 (31.4)	50 (26.9)	66 (35.5)
個人の自由			10 (19.6)	18 (9.7)	28 (15.1)
患者に配慮すればかまわない			10 (19.6)	7 (3.8)	17 (9.1)
患者が不快・不信			2 (3.9)	12 (6.5)	14 (7.5)
職業による区別は不適當			4 (7.8)	0 (0)	4 (2.2)
周囲への配慮をするべき			0 (0)	3 (1.6)	3 (1.6)
意志が弱い・別のストレス発散法を持つべき			0 (0)	3 (1.6)	3 (1.6)
無回答			3 (5.9)	17 (9.1)	20 (10.8)

()=%

多く、非喫煙学生では、「好ましくない」「健康によくはない」「個人の自由」の順が多かった。次に看護師が喫煙することについての考え方を自由記述で回答を求めた結果、喫煙学生は16名(31.4%)が「ストレスが喫煙の原因である」、10名(19.6%)が「個人の自由」、10名(19.6%)が「患者に配慮すればかまわない」と回答し、非喫煙学生では、76名(40.9%)が「好ましくない」、50名(26.9%)が「ストレスが喫煙の原因である」、18名(9.7%)が「個人の自由」と回答した(表8)。

2. 禁煙教育の課題学習

調査の回収率は2年生85名中80名(94.1%)であった。このうち1年以内に喫煙歴を持つ学生は20名(25.0%)であった。5月の実態調査と比較すると、4ヶ月間に2年生における喫煙者の占める比率は2.6%増加していた。

1) 喫煙の害に対する理解と禁煙教育における禁煙に関する資料の活用

喫煙の害を理解するために、禁煙に関する資料を収

集し学習することを学習目標として設定した結果、喫煙学生・非喫煙学生ともに100%の学生が喫煙の害について「よく理解できた・できた」と回答した。禁煙に関する資料の活用は、喫煙学生のうち16名(80.0%)、非喫煙学生のうち49名(81.6%)が「よくできた・できた」と回答した。

2) 禁煙教育を実施した対象者の平均年齢と平均喫煙年数

学生が禁煙教育を実施した対象者の平均年齢は33歳で、平均喫煙年数は14年であった。

3) 禁煙教育を実施した平均日数と禁煙教育取り組みへの意欲

喫煙学生・非喫煙学生が禁煙教育を実施した平均日数は、ともに15日であった。禁煙教育取り組みへの意欲に関して、喫煙学生の15名(75.0%)、非喫煙学生の41名(68.3%)が「よく持てた・持てた」と回答した(表9)。

表9 禁煙教育取り組みへの意欲

学生	意欲	よく持てた	持てた	あまり持てなかった	持てなかった	無回答	合計
喫煙学生		2 (10.0)	13 (65.0)	4 (20.0)	1 (5.0)	0 (0)	20
非喫煙学生		2 (3.3)	39 (65.0)	19 (31.7)	0 (0)	0 (0)	60
全体		4 (5.0)	52 (65.0)	23 (28.8)	1 (1.3)	0 (0)	80

()=%

表10 教育対象者の禁煙への意思・教育に対する反応・教育後の喫煙行動の変化

禁煙教育前の禁煙の意思

学生	意思	この機に禁煙したい	いつかは禁煙したい	禁煙は考えていない	禁煙する気持ちはない	無回答	合計
喫煙学生		3 (15.0)	3 (15.0)	10 (50.0)	3 (15.0)	1 (5.0)	20
非喫煙学生		10 (16.7)	17 (28.3)	19 (31.7)	12 (20.0)	2 (3.3)	60
全体		13 (16.3)	20 (25.0)	29 (36.3)	15 (18.8)	3 (3.8)	80

()=%

禁煙教育中の禁煙教育に対する反応

学生	反応	積極的・意欲的	素直に	消極的・仕方なく	無回答	合計
喫煙学生		2 (10.0)	12 (60.0)	6 (30.0)	0 (0)	20
非喫煙学生		9 (15.0)	40 (66.7)	10 (16.7)	1 (1.7)	60
全体		11 (13.8)	52 (65.0)	16 (20.0)	1 (1.3)	80

()=%

禁煙教育後の喫煙行動の変化

学生	変化	禁煙した	減煙した	禁煙する気持ちになった	変化なし	無回答	合計
喫煙学生		2 (10.0)	10 (50.0)	3 (15.0)	5 (25.0)	0 (0)	20
非喫煙学生		5 (8.3)	33 (55.0)	14 (23.3)	6 (10.0)	2 (3.3)	60
全体		7 (8.8)	43 (53.8)	17 (21.3)	11 (13.8)	2 (2.5)	80

()=%

表11 この1年以内に喫煙歴がある学生と非喫煙学生の学習後の喫煙に対する変化

変 化	学 生	喫煙学生 (n= 20)	非喫煙学生 (n= 60)	全 体 (n= 80)
今後、喫煙しない		2 (10.0)	48 (80.0)	50 (62.5)
禁煙した		3 (15.0)	0 (0)	3 (3.8)
減煙した		7 (35.0)	0 (0)	7 (8.8)
禁煙に向けて気持ちが変わった		2 (10.0)	0 (0)	2 (2.5)
将来、禁煙したい		4 (20.0)	0 (0)	4 (5.0)
禁煙する気なし		2 (10.0)	0 (0)	2 (2.5)
少しなら喫煙を開始してもよい		0 (0)	0 (0)	0 (0)
無回答		0 (0)	12 (20.0)	12 (15.0)

() = %

4) 教育対象者の禁煙への意思・教育に対する反応・教育後の喫煙行動の変化

禁煙教育前に「禁煙は考えていない」、「禁煙する気持ちはない」対象者の合計は50% 台であったが、対象者の65% は禁煙教育に対して「素直」に応じてくれたと回答した。「教育後の喫煙行動の変化」では、喫煙していた対象の8.8% が「禁煙した」、53.8% が「減煙した」というように、喫煙行動により変化がみられた(表10)。

5) この1年以内に喫煙歴を持つ学生と非喫煙学生の学習後の喫煙に対する変化

学習を終えた後の喫煙学生の禁煙に対する態度・行動の変化についてみると、「今後、喫煙しない」2名(10.0%)、「禁煙した」3名(15.0%)、「減煙した」7名(35.0%)というように合計12名(60.0%)に禁煙への行動変化がみられた。また、「将来、禁煙したい」4名(20.0%)、「禁煙に向けて気持ちが変わった」2名(10.0%)というように、合計6名(30.0%)に禁煙に対する態度に変化がみられた。一方、非喫煙学生においても無回答12名(20.0%)を除く48名(80.0%)の学生が「喫煙しない」と回答し、防煙の効果が確認できた(表11)。

IV. 考 察

本学の看護学科に在籍する学生の喫煙の実態を調査した結果、現在喫煙している学生は全学年の約20% であることがわかった。これはわが国の看護職の喫煙率とほぼ同じ比率であり、看護師喫煙者の予備軍になる可能性が考えられる。また今回、2年生に焦点を当て、授業を通して禁煙教育の課題学習を試みた結果、喫煙学生・非喫煙学生ともに喫煙の害に対する理解が得られ、禁煙に向けた防煙・禁煙への態度・行動形成が確認できた。

1. 学生の生活形態と喫煙行動を形成する人的影響について

本学に在籍する看護学生の通学範囲は広く、大阪を中心に2府4県から通学してきている。しかし、3年生の5月からは長期の臨地実習が始まるため、学年が進むにしたがって親元からの通学から大学近辺での一人暮らしへと移行する学生が増える傾向にある。今回の調査においても5月時点において、全学年の56.5% が「親との同居」で、「一人暮らし」も学年が高くなるにつれて増えていた。その中で、1・2年生の喫煙学生の50% 以上は親と同居している学生であった。その中で「両親とも喫煙」、またきょうだい全員あるいは自分以外の一部の「きょうだいが喫煙」する家庭で生活している学生は、喫煙学生の方が多かった。このことは、喫煙学生の多くが未成年の早い時期から、親・兄弟の喫煙の害にさらされて育てていることを示しており、未成年の喫煙者を輩出する家庭環境におかれているという実態が明らかになった。

2001年の世界禁煙デーのテーマは「他人の煙が命をけずる：受動喫煙をなくそう」であったが、学生の生活形態と家族の喫煙状況を見ると、きわめて発がん性の高い副流煙や呼出煙による害を、他人ではなく身近な家族によって蒙っているのである。「健康日本21」の目標の1つである「未成年者の喫煙防止」のためには、まず家庭における受動喫煙の害の排除・減少のための家庭教育と環境作りが重要であると考えられる。

本学では2001年度より大学構内における受動喫煙の害の排除から喫煙を禁止し分煙化を図った。この禁煙の環境づくりに対して喫煙学生は不満をもらしている。一方、非喫煙学生のとくに2年生は喫煙者の構外での不適切な喫煙マナーを見て、大学のイメージダウンになるので構内に喫煙場所を設定すべきであると述べている。休憩時間は、学生同士の交流、コミュニケーションの場であるから、とくに学内生活が主でありクラスメートとの親密生が増してくる2年生にとっ

では、喫煙する友人が構外へ出て喫煙すると交流が図りにくい。しかし、副流煙や呼出煙による受動喫煙の害にさらされることは健康管理上好ましくない。この分煙化の目的とそれに伴う学生の不満への対応は今後の課題であるが、防煙・禁煙教育に工夫を凝らし、粘り強く働きかけていくことが必要であると考えられる。

2. 喫煙開始年齢と喫煙開始の動機からみた未成年者への禁煙教育の必要性

初回喫煙の開始年齢は高校生・中学生の時期が多かった。これは、「喫煙者の半数は10代のうちに喫煙を開始している」という国の実態調査と一致していた。喫煙を開始した動機とその順位をみると、「好奇心・周囲の影響」、「友人のすすめ」、「なんとなく」、「ストレス解消のため」の順が多かった。思春期から青年期は、友人や先輩など親以外の人との人間関係が拡大していく時期であり、自立心や好奇心から行動力も出てくるので、喫煙の機会にさらされやすい。また、現在非喫煙学生の186名中55名(29.6%)は過去に喫煙経験を持っていることから、今後何らかの要因により喫煙を再開する可能性が考えられる。一方、「禁煙教育を受講した」ことがある学生は80%以上であり、いずれも中学校・高等学校の期間に受講しているが、喫煙開始年齢との重なりからみてこれらの禁煙教育が十分な防煙・禁煙効果につながっていないことがわかる。

中村(2000)は禁煙できないことについて、「わかっているけどやめられないのではなく、わかっているからやめられないのである」と指摘している。喫煙は、ニコチンなどの物質により依存性をもたらすため、未成年者が周囲の喫煙する家族や友人との生活環境の中で「好奇心」や「ストレス解消」の手段として安易に喫煙し習慣化しないうちに、徹底した防煙・禁煙教育が必要である。「たばこは20歳になってから」というキャッチフレーズがあるが、喫煙は未成年、成人に関係なく有害であるとの認識を強くもたせる必要がある。さらに、防煙・禁煙教育は未成年者に適した内容と回数が必要である。

看護学生が高等学校卒業後に一人暮らしをはじめると、親元を離れた開放感と周囲からの影響によって喫煙を開始しやすい。鈴木ら(1997)は、看護学生の喫煙行動に影響を及ぼす因子の考察で、「入学後に喫煙学生が増加していることや、喫煙行動にはストレスが影響しており、喫煙学生は学生生活の満足度が低い」と述べている。これらのことから、入学直後から夏

期休暇までの期間は環境の変化でストレスを感じやすく周囲から喫煙の誘惑を受けやすい。したがって、喫煙の害に対する「十分な知識の普及」をタイミングよく計画的に実施し、防煙・禁煙教育の強化を図っていく必要がある。

また、喫煙学生は「喫煙の害」は理解していても、「害を意識して喫煙している」者は学年が低いほど少なかった。これは、学年が高くなるほど医学的知識を得るため、多少ではあるが、学年とともに「害を意識して喫煙する」率が上がっているのではないかと考えられる。看護教育は、学生に人体の解剖や生理、病態学などを通して専門的に喫煙の害を学習し理解する絶好の機会を与える。中学生・高校生時代に喫煙習慣をもった学生が喫煙看護師になることを防ぐためには、看護の基礎教育期間に確実に禁煙ができるための教育プログラムが必須である。

「看護学生が喫煙することに対する考え方」においては、「個人の自由」、「健康によくない」といった理由が主で、喫煙学生と非喫煙学生との間には大きな違いはなかった。看護師の喫煙についても、喫煙学生は、「ストレスが喫煙の原因である」、「個人の自由」、「患者に配慮すればかまわない」と回答し、非喫煙学生も、40.9%が「好ましくない」と指摘しながらも、その一方で、26.9%が「ストレスが喫煙の原因である」、9.7%が「個人の自由」と述べており、喫煙とストレスを結びつけた思考を持っていた。彼らは、喫煙をあくまでも個人的な嗜好としてとらえている傾向にあることがわかり、喫煙が喫煙者本人だけでなく周囲の人間の健康と生命を脅かす健康阻害要因であるという点に、認識の甘さがあることがわかった。

中村(2000)は、「禁煙サポートは、保健医療に従事する専門職が日常活動の中で実施できる喫煙対策であり、その有効性ならびに経済効率性について科学的根拠が示されている」と述べているが、国民の健康づくりを担う看護者として、喫煙を容認する姿勢を改めさせる教育の必要性を強く感じる結果であった。

今回は、本学の教職員の喫煙調査は行っていないが、看護教育に従事する教職員の禁煙啓発も合わせて徹底していく必要があると考えられる。

3. 看護学の授業による禁煙教育の効果と禁煙教育プログラム化の必要性

今回2年生が、基礎看護技術Ⅲの授業を通して他者への禁煙教育を実施したことにより、20名の喫煙学生のうち18名(90.0%)が禁煙に向けてその態度と

行動を変化させたことがわかり、授業を通じた禁煙教育の効果が確認できた。また、非喫煙学生の80.0%が今後も「喫煙しない」と回答し、防煙教育の成果も得られた。

これは5月の調査時に「禁煙への意向」について、2年生の52.6%が「いつでもいい・できれば早くしたい」と回答し、他の学年に比較して「禁煙への意向」が高かったことも成果の要因と考えられる。しかし、実態調査を行った時から4ヶ月しか経過していない9月の調査では、喫煙学生の比率が2.6%増加していたことがわかった。この間、夏期休暇を挟んだため、開放的になりやすい夏が新たな喫煙者をつくったことを意味している。このことは、せっかく禁煙に向けて変化した学生がもとに戻る可能性も示唆している。今後は、定期的な喫煙状況の把握と、禁煙行動を持続させるための具体的な教育を実施していくことが大切であると考えられる。

また、禁煙教育を実施するにあたって、「学生個々が禁煙に関する資料を学習することにより喫煙の害を理解する」という学習目標を設定したことにより、100%の学生が「喫煙の害」について「よく理解できた・できた」と回答し、喫煙・非喫煙の学生の80%が「対象者への禁煙教育に禁煙に関する資料の活用ができた」と回答した。指導効果を最大限にあげるためには、ただ知識を与えるだけでは変化を起こすことはできない。学習が行われ行動が変化するためには、学習目標に積極的に関与させることが効果的である。今回、禁煙に関する資料の学習に留まらず、それらを活用して実際に禁煙教育を実践させたことが、「喫煙の害」に対する理解を高めたと考えられる。

禁煙教育の対象については特に限定しておらず自由に選択させたため、親・きょうだい・友人といった身近な人間が対象者になっており、その結果、禁煙教育を実施した対象者の平均年齢と平均喫煙年数については、特徴的な傾向は得られなかった。

禁煙教育前の「対象者の禁煙への意思」、「教育に対する反応」、「教育後の喫煙行動の変化」では、「禁煙は考えていない」、「禁煙する気持ちはない」対象者は

50%台であったが、対象者の65.0%は禁煙教育に対して「素直」に応じてくれ、結果的に、喫煙していた対象者のうち50%～60%が、教育後に、「禁煙した」もしくは「減煙した」というように、喫煙行動により変化がみられた。この対象者の変化については、禁煙教育を行った喫煙学生と非喫煙学生との間に大差はなかった。

対象者の変化と同じく、禁煙教育後には喫煙学生の90.0%が禁煙に向けてその態度と行動を変化させた。このことは、対象者の禁煙への態度・行動の変化が、禁煙教育を実施した学生の喫煙行動にプラスの影響をもたらしたと考えられる。また、禁煙教育に意欲を持って取り組めた学生が多かったのも、対象者が素直に禁煙教育を受け止めてくれたことが好影響を及ぼしたと考えられる。

以上のことから、禁煙教育には喫煙の害について学生に正しい知識を与えることが必要である。さらに他者の健康づくりのために学生に禁煙の教育的役割りを体験させる教育方法は、学生自身の防煙・禁煙への態度と行動を強化するということが確認できた。今後とも、看護教育における日常の学習科目に、禁煙教育との関連性を具体的に取り入れた教育方法を開発していきたい。

謝 辞

本研究にあたって、調査と授業の目的を理解し協力してくれた学生諸氏に感謝いたします。さらに、本論文作成にあたりご指導いただきました紀要編集委員長の堺俊明学長および増田芳雄客員教授に深謝いたします。

引用文献

- 中村正和：禁煙サポートへの取り組みの現状と問題点、ヘルスカウンセリング、3（1）：48-52, 2000。
 岡田加奈子：看護学生を対象とした「禁煙に関する教育プログラム」、看護教育、38（6）：414-425, 1997。
 鈴木由美、佐藤真喜、石塚文子、大谷美和子：看護学生の喫煙行動に影響を及ぼす因子の考察、栃木母性衛生 24：45-47, 1997。