

地域職域で考える禁煙分煙

～フォーカスグループインタビューから～

山内裕子 飯干麻子 木下明美 大須賀裕子 藤崎淳一郎（日向保健所）

1 はじめに

地域保健・職域保健が連携を図り、地域の実状に応じた協力体制を構築し、継続的な保健サービスの提供・健康管理体制を整えていくことを目的に「日向入郷地域職域連携推進協議会」を設置している。今回、この協議会において「たばこ対策」に着眼し、地域・職域の活動の方法について検討したので報告する。

2 研究方法

1) 調査目的

地域や職域において分煙、禁煙を推進していくための支援の方法を考える。

2) 対象及び方法

対象 日向入郷地域・職域連携推進協議会部会員 12名

(非煙者12名、内禁煙経験者2名)

方法 フォーカスグループインタビューの結果からの分析

3) 仮説

たばこの臭いが気になる。

たばこの煙で食事がまずくなる。

歩きながらたばこを吸って欲しくない。

決まったところで吸って欲しいと思っている。

たばこは体に悪いとわかってはいるが、やめられない。

たばこを吸っている人もやめたいと思う気持ちがある。

禁煙をしたことがあるが、うまくいかない。 禁煙を成功したいと思っている。

3 結果

たばこについてのイメージは、臭いに関する意見が多かった。

喫煙マナーについては、「歩きたばこやポイ捨て」は少なくなってきたが、ポイ捨てがあるので灰皿を置いているところもあった。また、公共の場で喫煙マナーは良くなってきているが地域の中では浸透していないところもあった。

禁煙して欲しい施設等については、タクシー、パチンコ店やゲームセンター、飲食店、ホテル等が挙げられた。特に「飲食店で煙が流れてくるとがっかりする」との意見もあった。公共の場や閉鎖された空間での禁煙を望んでいた。

体への影響は、肺ガン、生活習慣病への悪影響、歯周病の原因、精神的に落ち着かない等の発言があり、体への影響については判っているが禁煙できない事実もあった。

喫煙者は「吸わないと仕事ができなくなる」「ストレスがある時期は吸いたくなる」「頭がさえる」等の理由で喫煙するのではないかとの意見もあった。

禁煙がうまくいかない理由は、「禁煙への周囲の理解がない」「禁煙に対する目標が曖昧」「我慢することができない」「禁煙の方法を知らない」こと等が挙げられた。

喫煙を成功させる秘訣は、喫煙を成功させる秘訣は、「飲みに行かない、早く帰る」

「止めようという意味ときっかけが一番」「禁煙すると太るのでダイエット対策も同時に」「禁煙外来受診の紹介」「禁煙をしている人にメールで支援」等の意見があった。

4 考察

今回のインタビューでは、禁煙経験者は2名いたが、喫煙者がいなかったこともあり、一般的な地域の状況を現しているわけではないが、参加者の禁煙の意識は高く、参加者の事業所等では禁煙分煙が進んでいた。また、たばこの影響についての認知度は高く、生活習慣病への影響も大きいことも認識していた。

仮説の 、 については、たばこで一番気になることは「におい」や「煙」で、特に喫煙しないものにとっては、大変気になるものと思われた。飲食時に一次会では禁煙にしている団体もあり、また、当保健所管内でも、飲食店の禁煙認証施設は、2カ所で少なく、盛岡らは「飲食店では建物内禁煙が遅れており、今後も禁煙化を進める必要がある事が明らかになった」と述べている。飲食店への禁煙分煙等に向けての働きかけの工夫が必要と思われる。

仮説 については、歩きたばこについては、最近少なくともはなってきたが、子供にとっては危険な現状も再認識させられた。

仮説 では、公共の場でポイ捨て防止のために灰皿を置いている現状があるが、反対に灰皿を置いていると吸えると言う安心感で喫煙を容認しているようで意見の分かれるところと思われる。今後、喫煙場所についての考えを調査で明らかにしていきたい。

仮説 については、喫煙することで体調が良くなると感じている喫煙者は単なる嗜好や習慣ではなく、慢性のニコチン依存症に罹患していると思われる。「たばこは体に影響がある」と言うことはわかっており、何度も禁煙に挑戦している喫煙者が、本当に禁煙するためには、きっかけを活かし、目標をしっかり持ち実践できる意思を持つことが重要と思われる。また、私たちが禁煙支援を行うためには、禁煙する目標をしっかり持てるように、また必要時に禁煙継続のための声かけをしていく必要がある。

インタビューを行って、参加者間での禁煙分煙に対する共通理解ができ、部会員の所属の団体での取り組みのきっかけになってきており、波及効果が期待できる。今後協力しながら地域での禁煙分煙を推進していきたい。

5 今後の方向性

分煙、禁煙を行いやすくするための環境づくりとして、禁煙分煙についての意識調査を行い、住民の思いを地域に伝える。

禁煙支援のための方法を検討し、成功できる禁煙の指導を行う。

飲食店等も含めた禁煙施設等の認証制度の普及。

- 文献
- 1)盛岡聖次ら.地域の受動喫煙をなくすために(第1報).第66回日本公衆衛生学会総会抄録集.2007.
 - 2)厚生労働省健康局.禁煙支援マニュアル.テキスト教材.2006.
 - 3)中村明夫監修.「タバコと健康」教育マニュアル.健康保険組合連.2002.