

# 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

宮崎県日向保健所

山内裕子、飯干麻子、木下明美、  
阿南裕子、藤崎淳一郎

# 日向保健所管内の現状

- 管内の認証施設は  
認証施設 121施設
- 禁煙、分煙のための研修会の実施
- 日向入郷地域職域連携推進協議会での部  
会としての取り組み

# 目的

禁煙・分煙を推進していくために  
支援の方法を考える

地域・職域における分煙の環境整備

喫煙率を減らす

## 対象

地域関係者 (1グループ 6名)

行政等職員 (1グループ 5名)

## 方法

フォーカス・グループ・インタビューからの分析

# インタビュー 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思っているが、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

禁煙を成功させたいと思っている

# 結 果

# 質問

## たばこについてのイメージは？

- ◆ 臭いが嫌い、ダメ
- ◆ たばこを止めたきっかけは、「たばこ臭い」と言われたから
- ◆ たばこの煙で食事がまずくなる

以前吸っていたので吸う人の気持ちもわかる  
健康にも悪い

- 臭いが気になる
- 吸う人の気持ちもわかるが

タバコの臭いや煙は気になる

# 質問

## 喫煙マナーについてどう思いますか？

- ◆ 歩きたばこは、子供が通ったりすると危ない
- ◆ ポイ捨てがあるので仕方なく灰皿をおいている
- ◆ 運転しながらは危ない

- ◆ 公共の場でのマナーは良くなったが地域はまだまだ
- ◆ 歩きたばこも最近はあまり見かけなくなった
- ◆ 宴会の一次会は禁煙

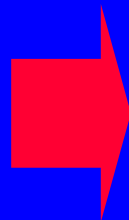
- マナーは良くなってきている(公共の場等)
- 地域の中ではまだまだ
- 宴会での工夫

以前に比べると良くなっては来ている

# 質問

## 禁煙して欲しい施設はどこですか？

- ◆ タクシー
- ◆ パチンコ
- ◆ ゲームセンター
- ◆ 飲食店
- ◆ ホテル



- たばこを吸っている運転手の場合降りたくなる
- ドアを開いたただけでもすごい
- 食事をする時、煙が流れてくるとがっかりする
- 禁煙ルームが少ない

公共の場や閉鎖空間では禁煙にして欲しい

# 質問

## からだへの影響は？

- ◆ 肺ガン、喉頭ガンになり早い年代で死亡
- ◆ 歯周病の原因
- ◆ 動脈硬化の原因
- ◆ 肺気腫
- ◆ 精神的に落ち着かない
- ◆ 早く年を取る
- ◆ 咳や痰がでる

- たばこの影響については判っている
- 止めたいけど止められない



たばこの影響について  
認識はあるが・・・

ニコチン依存症と認識

# 質問

## 禁煙がうまくいかない理由は？

- ◆ まわりに吸っている人がいると断念する
- ◆ 止めたいけど止められない
- ◆ 方法を知らない
- ◆ 我慢することのつらさ
- ◆ 2回目で成功した

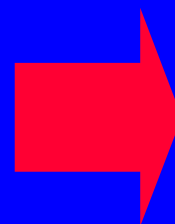
- たばこの影響が自分の事として感じていない
- 意思と目標があいまい
- 止めたら太る

ニコチン依存症の治療  
禁煙方法とサポート体制

# 質問

## 禁煙を成功させる秘訣は？

- ◆ 飲みに行かない、行っても早く帰る
- ◆ 止めようという意思ときっかけ
- ◆ 禁煙とダイエットの平行
- ◆ 外来受診
- ◆ メール等での支援



- 止めた人からの情報提供
- 禁煙教室
- 禁煙外来
- 周囲の理解と励まし

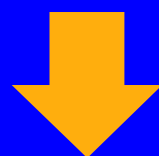
禁煙に向けての意志  
と情報提供

# 考 察

## 分煙対策の推進

タバコの臭いや煙に邪魔されないおいしい食事

- ・ 飲食時には一次会での禁煙にする
- ・ 飲食店での禁煙分煙への働きかけ



機会を捉えての禁煙分煙指導

分煙に向けてのアドバイス

# 考 察

## 公共の場は禁煙

マナーは良くなっているが、公共の場ではまだまだ  
歩きたばこは少なくなったが、子供には危険  
ポイ捨て防止のために灰皿を置くことの善し悪し



宮崎県の目標

公共の場の禁煙率100%

# 考 察

## 禁煙指導の重要性

喫煙者はニコチン依存症と思っている？



禁煙に向けてのきっかけづくり

禁煙指導できる指導者のスキルアップ

# 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  
(アンケート調査、地域職域での工夫等)
- ・禁煙支援のための方法を検討し、成功できる禁煙の  
指導を行うための資料づくり
- ・飲食店を含めた、禁煙施設等の認証制度の普及

# 終わりに

今回部会で検討したことで

- ・禁煙・分煙についての共通の理解に繋がった。
- ・部員の所属している団体内での取り組みに繋がってきている。