

● 事例紹介 ●

# 大学禁煙化プロジェクト

## 禁煙 カレッジマラソン

高橋 裕子  
 (奈良女子大学 保健管理センター 教授)

(一) 要旨

成人喫煙者の約半数が一八歳から二二歳で喫煙習慣を獲得するとの報告もあり、大学における喫煙対策や禁煙教育・禁煙支援は重要な問題である。

大学禁煙化プロジェクトは「二一世紀を支える大学生を非喫煙者で社会に送ろう」とのテーマのもと、平成一四年から大学を禁煙化するためのさまざまなサポートを全国の大学に提供してきた。

サポートの中には、全国の大学生や大学教職員への禁煙支援の提供や研究会の開催、禁煙支援者の育成等が含まれ、三〇〇を超える大学が何らかの形で大学禁煙化プロジェクト

トを利用している。

しかし、国立大学の敷地内禁煙化の浸透は遅い。

(二) 大学禁煙化プロジェクトとは

成人喫煙者の約半数が一八歳から二二歳で喫煙習慣を獲得するとの報告もあり、大学における喫煙対策や禁煙教育・禁煙支援は重要な問題である。大学禁煙化プロジェクト (<http://www.nara-wu.ac.jp/hoken/annai3.htm>) は大学を禁煙化するためのさまざまなサポートを全国の大学に提供するプロジェクトで、「二一世紀を支える大学生を非喫煙者で社会に送ろう」とのテーマのもとに、その一部に

図1 大学禁煙化プロジェクトシェーマ図



文部科学省の科学研究費の補助を受けて筆者が全国の大学を対象に平成一四年から提供してきた(図1)。各大学は必要に合わせてこれらのプロジェクトやサポートを単独または複数で利用して大学の禁煙化を推進する。

生涯にわたって喫煙しない大学生の育成と大学での喫煙対策の推進、喫煙学生や喫煙職員への禁煙サポートはプロジェクトの大きな柱である。

(三) 大学禁煙化プロジェクトの目的

大学を禁煙化して大学生を非喫煙者として社会に送るには大学構成員の意識変革や教育を含めたさまざまな働きかけが必要である。特に教育や意識改革への働きかけは重要であり、大学メンバーへの教育や協力の要請、意識付け、喫煙教職員への呼びかけや支援医療者の教育等はもちろんのこと、必要性に応じて学内禁煙化支援等も含めた幅広い支援の提供が必要となる。大学禁煙化プロジェクトは各大学のそうした広いニーズをカバーするトータルソリューションとして提供しているものである。

(四) 大学禁煙化プロジェクトの提供内容

大学禁煙化プロジェクトは、二つのITプログラム、四つのプロジェクト、四つの基盤サポートからなる。表1にこれらのプロジェクトやサポートの提供内容を掲示した。Hilda Risk Strategy 部分としては、「大学生禁煙化プロジェクト」「大学教職員禁煙化プロジェクト」および二

表1 大学禁煙化プロジェクトにより提供されるサポート

大学禁煙化プロジェクトの提供プロジェクト・サポート名	提供内容
①大学生禁煙化プロジェクト	喫煙大学生への禁煙支援：ニコチンパッチ無料提供とメールによるサポートの提供、医療者への情報提供
②大学教職員禁煙化プロジェクト	喫煙教職員への禁煙支援をサポート：喫煙教職員へのメールによる支援の提供（大学教職員版禁煙マラソン）、医療者への情報やサポート提供
③禁煙教材開発プロジェクト	学生向け教材の作成と配布（無償）
④ノースモーキングエリア化推進プロジェクト	大学の非喫煙環境の整備の促進
⑤禁煙研究誌の発刊	
⑥大学禁煙月間・禁煙デーイベント	大学人の禁煙意識付け強化イベント（禁煙標語の募集と優秀作品の表彰・禁煙相談会など）
⑦禁煙支援者ネットワーク	KK（禁煙健康ネット）による（メーリングリスト）禁煙や禁煙支援に関する情報交換と知識習得
⑧大学禁煙化プロジェクト研究会	平成16年から全国大学保健管理研究会において大学教職員の禁煙スキルアップ研究会を併置

（六）大学禁煙化プロジェクトにおける学生禁煙サポートプログラムの成果

大学禁煙化プロジェクトでは喫煙大学生に二つのコースを用意した。大学保健管理担当部署からの申し込みにより提供されるニコチンパッチなどの禁煙補助薬に無料の携帯メール支援（禁煙カレッジマラソン）を併用するコースと、大学や禁煙化プロジェクト事務局への申し出を必要とせず喫煙大学生が自由に登録して無料の携帯メール支援（禁煙カレッジマラソン）を利用するコースである。ニコチンパッチの入手には医師の処方が必要とされているが、国立大学をはじめとして保健管理センターの医療機関の届出をしている大学も多いことに加えて、ほとんどの喫煙大学生がニコチンパッチの保険適用の要件を満たさないことから、引き続き無償提供を続行している。

二〇〇三年一月～二〇〇五年五月に本プログラムに応募した大学生は三二九名であり、二四週後の追跡率は大規模校三八％、中規模校六七％、小規模校八六％であった。脱落を除外した場合、大学規模ごとの禁煙割合は大規模校四一％、中規模校三七％、小規模校四〇％で有意差はなかった。

つのITプログラムによる禁煙介入（禁煙支援）が、また Population strategy 部分として大学の非喫煙環境の整備と大学構成員の意識変容のための「禁煙教材開発プロジェクト」「ノースモーキングエリア化推進プロジェクト」の二つのプロジェクトと四つの基盤サポートが該当する。以下に各プロジェクトやサポート内容について説明する。

（五）大学禁煙化プロジェクトにおける教職員禁煙サポートプログラムの実施事例

喫煙教職員への禁煙サポートに資するために「禁煙支援者育成」と「大学教職員むけ禁煙マラソン」が提供された。平成一八年一〇月までの利用大学は一九大学であり、すでにデータが公開されている国立大学法人O大学における実施では、保健管理センタースタッフによる支援にニコチンパッチとメールサポート（大学教職員用禁煙マラソン）を加えた結果、平成一五年度の八ヶ月後の禁煙継続者は八三・三％（一八名中一五名）であった。

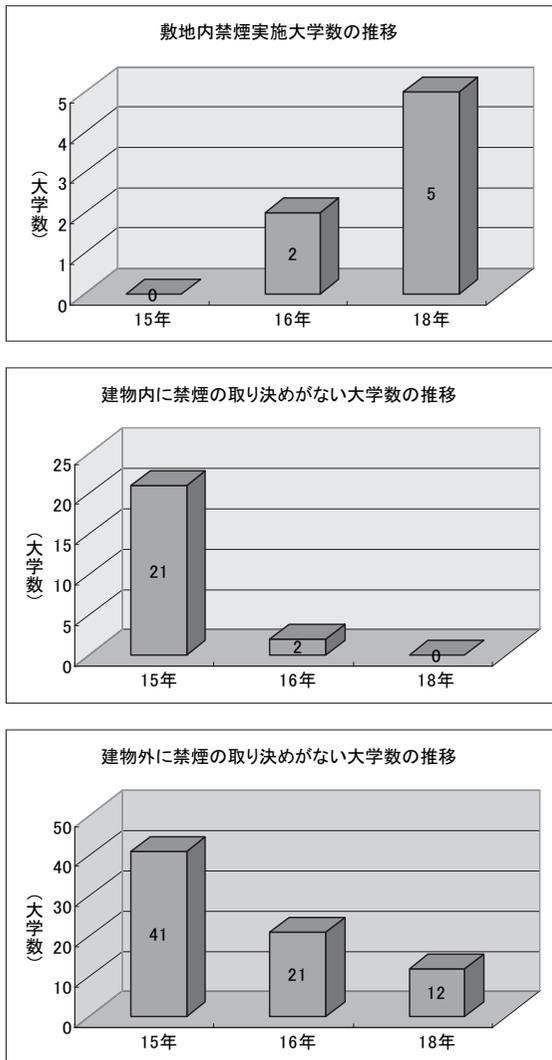
（七）大学の敷地内禁煙化

大学の禁煙化の推進は「受動喫煙の防止」「学生の喫煙開始の防止」「喫煙大学生と喫煙教職員の禁煙促進による健康増進」「周囲住民への啓発」など多岐にわたる効果を有する。しかしながら、大学運営メンバーへの決定を促すことは容易でない場合も多い。大学構成員全体の意識付けや雰囲気づくりが重要である。

本プロジェクトでは、禁煙化を大学運営担当者等が大学内部で働きかけるサポートを提供することで、各大学の禁煙化を促す「大学禁煙化サポート」のほか、学内禁煙を呼びかけるポスターの提供、「大学禁煙デーイベント」や「禁煙月間イベント」での禁煙相談会実施や大学禁煙化標語募集による意識作りなどを全国の大学に呼びかけてきた。平成一五年度大学禁煙化標語の最優秀作品に選出されたのは「大学はけむりのち晴れ禁煙デー」（立命館大学学生の山村氏）であった。

受動喫煙の防止は、健康増進法でも求められた項目であるが、完全な受動喫煙の防止は喫煙が容認される状況では非常に困難である。わずかな受動喫煙であっても心筋梗塞のリスクが飛躍的に増大することや、受動喫煙を防止した町では心筋梗塞の発症が半減するなどのエビデンスに基づ

図2 国立大学における喫煙対策の推移



少することが報告されている。平成一九年からは日本禁煙科学会においても「大学禁煙化分科会」が設置された。

(九) 大学禁煙化プロジェクトでの教育資料の提供  
喫煙から禁煙への移行には、場の禁煙化（禁煙環境の創出）や喫煙者への禁煙支援とともに教育が重要であること

は言うまでもない。本プロジェクトでは大学での禁煙教育に資するパンフレットも無償提供されていて、毎年一〇万冊以上が全国の大学で入学時オリエンテーションなどで配布されている（図3）。

(八) 大学の喫煙対策状況  
筆者が班長を務める国立大学法人施設協議会の「大学の喫煙対策に関する調査研究班」による平成一八年度調査では、国立八六大学中五大学で「敷地内禁煙」が実施されていた。また建物外の喫煙規制（歩行喫煙の禁止や喫煙場所の指定等）も、平成一五年度、一六年度に筆者が実施した国立大学の調査と比較して増加していた。学内でのタバコの販売は三八大学が中止していた。（図2）現在平成一九年度調査を実施中であり、敷地内禁煙と建物内禁煙はさらに増加傾向にある。

岩手大学では平成一六年から四カ年計画を策定し、平成二〇年の大学敷地内禁煙化を目指している。保健管理センター立身信教授らが中心になって盛岡市とのフォーラムや周辺地域の禁煙化など学外との提携により禁煙を普及する試みも行われている。

大分大学では平成一九年に羽野学長が先頭にたって大分大学禁煙化ポリシーを策定し、前田明副学長の指揮のもとに全学を上げて敷地内禁煙にむけ、教職員への禁煙支援を含めた着実な実施を進めるなど、学ぶべき点が多い。

なお公立私学の大学においては、敷地内禁煙は保護者への大学イメージの向上もあり、すでに全国で五〇大学以上が敷地内禁煙を実施しているとみられる。入学時に学生に禁煙誓約書の提出を義務づける大学もある。医療系大学や教育系大学は卒業後の職場での敷地内禁煙が普及していることもあり大学の敷地内禁煙を実施する大学が多い。

全国の大学の喫煙対策の推進に関する討議の場としては、全国保健管理施設研究会に併置して開催される「大学禁煙化プロジェクト研究会」がある。平成一五年から毎年開催されているこの研究会では各大学の取組についての発表や活発な討議が行われてきた。敷地内禁煙を実施した大学の中には、入学後の学生喫煙率の増加率が低下するか、減

き、世界各国で禁煙推進が進められている。受動喫煙の煙は一瞬にして七メートル以上に拡散すると言われ、出入り口付近はもちろん、通路近傍の喫煙も受動喫煙を生じさせるので、設置すべきでない。

さらに喫煙場所が存在することは、学生の喫煙率の増加につながり、喫煙者の禁煙意欲をそぐ。大学の敷地内禁煙化を実施した大学の調査では、学生の入学後の喫煙開始が激減したとの報告もある。学生の喫煙防止教育、禁煙支援とならび、大学の無煙環境の整備こそ、学生を非喫煙で社会に送るために重要である。

岩手大学では平成一六年から四カ年計画を策定し、平成二〇年の大学敷地内禁煙化を目指している。保健管理センター立身信教授らが中心になって盛岡市とのフォーラムや周辺地域の禁煙化など学外との提携により禁煙を普及する試みも行われている。

大分大学では平成一九年に羽野学長が先頭にたって大分大学禁煙化ポリシーを策定し、前田明副学長の指揮のもとに全学を上げて敷地内禁煙にむけ、教職員への禁煙支援を含めた着実な実施を進めるなど、学ぶべき点が多い。

なお公立私学の大学においては、敷地内禁煙は保護者への大学イメージの向上もあり、すでに全国で五〇大学以上が敷地内禁煙を実施しているとみられる。入学時に学生に禁煙誓約書の提出を義務づける大学もある。医療系大学や教育系大学は卒業後の職場での敷地内禁煙が普及していることもあり大学の敷地内禁煙を実施する大学が多い。

全国の大学の喫煙対策の推進に関する討議の場としては、全国保健管理施設研究会に併置して開催される「大学禁煙化プロジェクト研究会」がある。平成一五年から毎年開催されているこの研究会では各大学の取組についての発表や活発な討議が行われてきた。敷地内禁煙を実施した大学の中には、入学後の学生喫煙率の増加率が低下するか、減

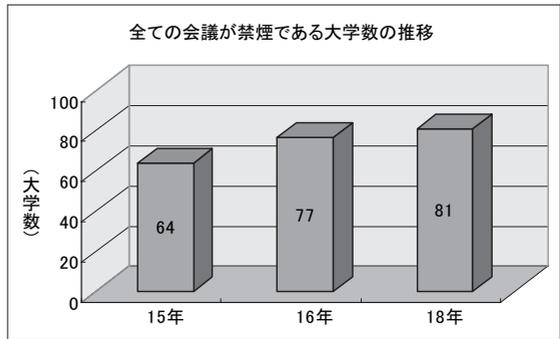
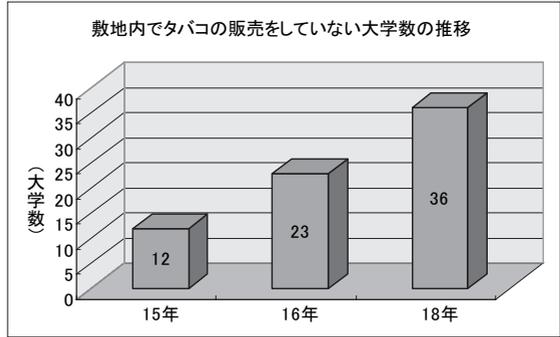


図 3



最後に

大学生を非喫煙者で社会に送るための大学禁煙化プロジェクトを提供して六年が経過した。平成一四年の提供開始後、三〇〇を超える大学が何らかのサポートを利用した。大学敷地内の禁煙化が全国大学で早期に実現され、大学

生が非喫煙者で社会にできることが当たり前になる時代を期待する。

〔参考文献〕  
禁煙指導・支援者のための禁煙科学 二〇〇七 文光堂