

若年女性のニーズを考慮した受動喫煙の防止のための健康教育教材の開発

メタデータ	言語: ja 出版者: 公開日: 2023-01-25 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 鈴木, 朋子 メールアドレス: 所属:
URL	https://osaka-shoin.repo.nii.ac.jp/records/4896

若年女性のニーズを考慮した受動喫煙の防止のための健康教育教材の開発

健康栄養学部 健康栄養学科 鈴木 朋子

【目的】女子大学生の視点から、学内たばこ対策で活用できる健康教育教材を開発することを目的とする。

【方法】研究1,2には、8名の学生が参加した。研究1では、教材のテーマを決定し、文献および既存の教材のレビューを行った。研究2では、教材形態と枠組みを検討し、教材の開発を行った。研究3では、開発した教材の再検討および改良を行った。

【結果】研究1では、学生が興味を持った文献の抄読を行い、教材テーマを受動喫煙の防止に決定した。さらに、学生自らが情報収集を行い、教材開発に必要な専門性の向上に努めた。研究2では、開発する教材の形態を1枚の札で、1つの情報を伝えることができる「カルタ」に決定した。テーマを「法的規制」「健康影響」「受動喫煙—全体」「受動喫煙—妊婦・子ども」「防煙—喫煙開始予防」に細分化し、各テーマについて複数枚のカルタ札を作成し、合計17枚の札で構成される教材を開発した。研究3では、カルタの文言と、裏面の解説文に修正を加えた。

【結論】開発された教材は、喫煙対策の動向や科学的根拠に基づく内容で、かつ、女子大学生のニーズが反映されている。広く健康教育の場で、活用されることが期待される。

キーワード：受動喫煙、健康教育、教材、若年女性、ニーズ

緒言

喫煙の健康影響に関する疫学研究によって、喫煙は、様々な疾患との因果関係が証明されている¹⁾。喫煙者本人への影響としては、がん、循環器疾患、呼吸器疾患、糖尿病、歯科疾患等への罹患との十分な科学的根拠が示されている¹⁾。また、受動喫煙であっても、能動喫煙と同様に様々な健康影響が生じること、未成年や母子は成人と比較して健康影響を受けやすいことも明らかにされている¹⁾。これらの点から、喫煙による健康問題は、喫煙者のみの問題ではなく、すべてのライフステージ、すなわち、すべての人々に関連する問題である。

たばこ対策は、生活習慣病対策やがん対策の一環として行われている。生活習慣病対策では、国民健康づくり運動「健康日本21(第二次)」において、生活習慣の1つとして、喫煙分野の評価指標が設定されている²⁾。喫煙率については、成人の喫煙率の減少、未成年(ここでは20歳未満の者を指す。以下同様)の喫煙をなくす、妊娠中の喫煙をなくすことについて、数値目標が定められている²⁾。また、受動喫煙については、家庭、職場、飲食店、行政機関、医療機関のそれぞれの場で、受動喫煙の機会を有する者の割合を減少させることに

ついて、具体的な数値が示されている²⁾。近年の傾向としては、成人の喫煙率は減少傾向にあり、2019年の調査では、男性27.1%、女性7.6%、総数で16.7%であったことが報告されている³⁾。未成年の喫煙をなくすという点においても、厚生労働科学研究費補助金による研究班の調査報告によると、2014年の調査では、現在の喫煙状況として「30日間で1日でも喫煙」していた者は、中学生男子1.3%、女子0.5%、高校生男子3.5%、女子1.4%で、喫煙率はおおむね減少していることが報告されている⁴⁾。また、受動喫煙の機会も減少傾向にあることが報告されている³⁾。しかし、2019年の調査においても、受動喫煙は全体的に減少傾向にあるものの、飲食店、遊技場、路上、職場では、約3割が受動喫煙を受けると回答しており、医療機関、学校、行政機関などと比較して、大幅に高いという課題もみられる³⁾。がん対策としては、わが国のがん対策の指針を示した「がん対策推進基本計画(第3期)」がある⁵⁾。ここでも、たばこ対策は、生活習慣上の重要な課題として位置づけられており、禁煙支援および受動喫煙対策の重要性が述べられている⁵⁾。

以上から、喫煙は極めて重要な健康課題であるが、成人喫煙率および未成年の喫煙率は減少傾向にある。

この実態を踏まえ、さらに、すべてのライフステージに共通する健康教育の課題という視点に立つと、受動喫煙の防止をあげることができる。

受動喫煙は法的に規制されており、2002年に公布された健康増進法（平成14年法律第103号）において、はじめて明記された。そこでは、多数の者が利用する施設を管理する者に、受動喫煙の防止措置を講じる努力義務が設けられていた⁶⁾。また、国際的な視点にたつと、日本が2004年6月に参加を表明し、2005年2月から発効した「たばこの規制に関する世界保健機関枠組み条約（WHO Framework Convention on Tobacco Control：FCTC）」がある。FCTCの第8条では、「たばこの煙にさらされることからの保護」について明示され、すべての屋内施設を全面禁煙とする罰則付きの法律を施行することが求められており、期限は条約の発効から5年以内とされていた⁷⁾。その後、2018年に健康増進法の一部を改正する法律（平成30年法律第78号）が公布され、受動喫煙対策が、努力義務から、①望まない受動喫煙をなくすこと、②受動喫煙に関する健康影響が大きい子どもや患者等に特に配慮すること、③施設の類型・場所ごとに対策を実施することの3つの基本的な考え方が明示された⁶⁾。これにより、多数の者が利用する施設等では、敷地内禁煙もしくは原則屋内禁煙となり、受動喫煙からの保護を目的とした、喫煙禁止のルールが法制化され、2020年4月から全面施行されることになった。このような動向を踏まえると、健康教育では、受動喫煙の健康影響に関する内容のみならず、法的な規制をはじめとした社会的視点からの受動喫煙の防止に関する情報提供も必要である。

健康教育を効果的に進めていく上で、教材の重要性が指摘されている。宮坂は、教材を媒体と呼び、教育者が学習者を繋ぐものと位置づけ、「民主的な」健康教育の基本と述べている⁸⁾。筆者らは、がん対策や健康的な食生活について、学習者の主体的な学びを促すことを目的に、「カルタ」を教材とした健康教育プログラムの開発に取り組んできた⁹⁻¹¹⁾。教材として、カルタ札の表面に、文言とイラストで正しい情報のイメージを伝えるとともに、裏面に簡単な解説を示し⁹⁻¹⁰⁾、さらに詳しく学ぶための情報源を示した⁹⁾。また、教材を活用した健康教育プログラムでは、カルタとりと、小グループによる話し合いを組み合わせて行うこととした¹¹⁾。これは、グループワークである話し合いが、個人の経験や思い込みで行われるのではなく、カルタを通して一定の専

門知識を担保した上で行われることをねらいとしていた。すなわち、教材を介して学習者を繋ぎ、グループワークを通して、学習者たち自身でよりよい解決策を見出していくという「民主的な」健康教育を目指すものである。

教材であるカルタの開発手順の特徴として、専門家と女子大学生が共同で行った点を指摘できる。がん対策の普及を目指した「がんカルタ」は、がん対策の専門家から、がんの実態や対策に関する講義、資料提供等を受けた上で、学生が伝えたいという視点を尊重しながら開発が行われた⁹⁾。また、健康的な食生活の普及を目指した「食教育カルタ」では、管理栄養士の資格をもつ教職員や実務家と学生とが共同で開発を行った¹⁰⁾。科学的根拠に基づいた健康的な食生活として、国レベルで作成された栄養教育教材「食事バランスガイド¹²⁾」で推奨される食事を基本とし、それらを実践するメリットや実践しないデメリットを文献的に検討し、「がんカルタ」と同様、学生が伝えたいという視点を尊重しながら開発された。そこで、本研究においても、たばこ対策に関する専門的な視点と、学生の視点を融合させながら、教材開発を行うことで、専門性を担保しつつ、かつ、一般の人に受け入れられやすい教材となることが期待される。

ヘルスプロモーションの分野で注目されている研究方法に、アクションリサーチがある¹³⁾。アクションリサーチでは、研究者は現場にある課題を、現場の人とともに解決していく視点が重視される。筆者が所属する大学では、2019年7月から、すでに実施されていた敷地内禁煙のルールを再確認するとともに、たばこ対策に関する健康教育にも力が注がれてきた¹⁾。その背景には、前述の健康増進法の一部改正に伴う施行時期が関連している。改正健康増進法では、学校、児童福祉施設、病院、診療所、行政機関の庁舎等は、第一種施設と呼ばれ、子どもや患者等に特に配慮が必要な施設として位置づけられている⁶⁾。そのため、これらの施設は敷地内禁煙が明示されており、法律の全面施行に先駆け、2019年7月に施行された⁶⁾。このような経緯から2019年度は学内たばこ対策を充実させ、健康教育を実施することができた。しかし、2020年度以降は、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の流行による影響のため、継続的な健康教育の取り組みができていない状況にあった。

そこで本研究では、アクションリサーチの観点から、

¹⁾ 健康教育は、2019年度教育改革推進支援費「学内禁煙のための健康教育」により運営された。

学内たばこ対策において、健康教育を継続的に実施していくという課題に対して、学生自らが主体的に取り組むこととした。その一環として、学生のニーズにあったたばこ対策のための健康教育教材を開発することを目的とする。

研究 1

研究 1 では、健康教育に興味をもつ女子大学生が主体となって、喫煙分野に関する文献収集およびその学習を行う。これらのプロセスを通して、教材として焦点を当てるテーマを決定することが目的である。

なお、当初から受動喫煙の防止に焦点を当ててではなく、広く学内で喫煙に関する健康教育を推進していくという視点から着手することとする。

1. 方法

栄養士・管理栄養士課程で栄養学を専攻し、栄養教育を含む健康教育に関連する卒業研究ゼミに所属する大学 4 年生、8 名が参加した。なお、コーディネイトは、教員が担当した。

インターネット上で公開されている国立情報学研究所学術情報ナビゲーター CiNii を活用し、「喫煙」をテーマに、各自で文献検索を行い、興味を持った論文 1 編を抄読する課題を課した。選出する論文は、原則として、学会が発行する雑誌に掲載された研究論文であることを条件とした。各自による課題の実施を通して選出された論文 8 編を情報源とした学習会を行った。学習会では、情報共有および討議を経て、取り組むテーマを決定した。

決定したテーマについて、前述の学術情報データベースを用いた文献検索を行い、次の学習会で抄読する論文を選択した。それらを情報源とした学習会では、テーマに関する詳細な情報収集を行った。さらに、厚生労働省等、国レベルの機関のホームページに掲載されている健康情報や教材の検討を行った。

これらの活動は、卒業研究ゼミに関連する演習授業の一環として、2021 年 5 月から 7 月にかけて実施した。

2. 結果と考察

1) 興味を持った論文の抄読と教材テーマの検討

選出された 8 編の論文は、ライフステージでは、大学生に関連するものが多く¹⁴⁻¹⁶⁾、妊婦¹⁷⁾、勤労者¹⁸⁾、健診受診者¹⁹⁾、壮年期生活保護受給者²⁰⁾に関連するものも含まれていた(表 1)。

内容では、喫煙率や喫煙状況などの喫煙実態、喫煙と健康行動との関連など、実態に関するものが多くみられた^{14,15,17,18,20)}。また、禁煙教育や禁煙指導の効果評価に関する内容もみられた^{16,17,19)}。

そのほかに、大学における敷地内禁煙規定に対する意識の調査や¹⁵⁾、全国の議会における屋内全面禁煙の実施状況調査のように²¹⁾、2020 年 4 月の改正健康増進法の全面施行にあわせた内容についてもみられた。

これらの検討を通して、大学生の喫煙率は、成人喫煙率と比較して必ずしも高くはないことが確認された。そこで、教材テーマは、禁煙を促すのではなく、受動喫煙の防止や喫煙防止に焦点を当てるのが適当との方向性が見いだされた。さらに、学内の健康教育の取り組みも、改正健康増進法の施行にあわせて実施されていたことから、「受動喫煙の防止」を教材テーマとすることが決定された。

表 1 学習会で情報源とした論文 (8 編)

著者・年	各論文から学んだポイント
笠巻 ¹⁴⁾ 2015	大学生を対象とした生活習慣調査。10代から20代への変わり目、喫煙量・頻度が増加する傾向。
大見 ^他 ¹⁵⁾ 2020	対象大学の学生の喫煙率は4%と低い傾向。多くの学生が敷地内禁煙規定の策定を望んでいた。
藤原 ^他 ¹⁶⁾ 2018	大学生を対象に「認知とストレス」に関する講義を実施。喫煙に対する認知の歪みを修正する効果を確認。
山下 ^他 ¹⁷⁾ 2019	対象妊婦の喫煙率は平均5%だが、10代の妊婦は46%。受動喫煙率は46%。禁煙啓発講義の教育効果を確認。
田中 ^他 ¹⁸⁾ 2021	職業別喫煙率には差がある。事務従事者が低く、輸送・機械運転従事者が高い。職場特性に応じた対策が必要。
上田 ^他 ¹⁹⁾ 2018	健診受診者への禁煙指導の効果を評価。指導群は、対照群と比較して、1年後の禁煙関心度が有意に上昇。
富田 ^他 ²⁰⁾ 2016	居宅壮年期生活保護受給者対象。男性は学歴、健康行動、ソーシャルサポート、女性は飲酒が喫煙に関連。
野上 ²¹⁾ 2020	全国議会の「屋内全面禁煙」状況調査。47の都道府県議会では55%、815の全国市議会と東京都特別区議会では98%。国会には79の喫煙室。(2020年4月1日現在)

2) 教材テーマに関する文献的検討

次に、教材テーマである「受動喫煙」をキーワードとして、文献検索を行った。文献総数では 1224 件で、2018 年以降に発表された文献は 250 件であった。そこから、「受動喫煙の防止」に関する健康教育メッセージを発信するという視点から検討対象とする文献を選択した。抄録および会議録を除き、オープンアクセスおよび学内で入手が可能であった 17 編を検討対象とした(表 2)。

総説や解説では、受動喫煙の健康影響²⁶⁾、屋外やペランダ等での喫煙の問題点としての煙の広がり方²³⁾、加熱式たばこや電子たばこなどの新型たばこの健康影響に関する内容がみられた^{25,27)}。喫煙状況や意識について

での個人を対象とした調査では、短期大学生²²⁾、大学生および教職員^{30,38)}、学会員³³⁾、喫煙者を対象としたものがみられた³⁶⁾。

受動喫煙の影響として、母子を取り扱う内容が複数みられ³²⁾、同居家族の喫煙と子どものう蝕との関連を示す内容もみられた^{24,28)}。また、小中学生の家庭内受動喫煙の有無と、子どもの健康との関連を示す内容もみられた²⁹⁾。

組織を対象とした調査では、小学校における敷地内禁煙の実施状況や³¹⁾、全国の受動喫煙症外来設置医療機関を対象としたものもみられた³⁷⁾。その他には、ソーシャルメディアや³⁴⁾、新聞記事の内容分析に関する研究もみられた³⁵⁾。

これらの内容を、研究2の教材開発に、反映させていく方針が確認された。

表2 学習会で情報源とした論文(17編)
—受動喫煙関連・発表年順—

著者・年	各論文から学んだポイント
杉原 ²²⁾	歯科衛生分野の短期大学生を対象。受動喫煙の認識と健康被害についての意識調査。全員が非喫煙者であった。
2021	
大和 ²³⁾	屋外に灰皿があると、少なくとも半径25mで被害にあう、ドアを閉めてもたばこ煙は漏れ出すこと等を解説。
2020	
渡辺 ²⁴⁾	母親の喫煙習慣が3歳児の乳歯う蝕経験に有意に関連。喫煙習慣のある母親は低年齢(25歳未満)の割合が高い。
2020	
稲葉,他 ²⁵⁾	加熱式たばこ製品の有害性。低減されていない物質もある。低減されている物質も、健康影響は不明の状況。
2020	
片野田 ²⁶⁾	受動喫煙の健康影響とその歴史に関する総説。「喫煙と健康報告書 ¹⁾ 」で、包括的な評価が行われている。
2020	
村松 ²⁷⁾	新型たばこ(加熱式たばこ・電子たばこ)の有害性や社会影響に関する総説。青少年への喫煙防止教育の必要性。
2020	
和田,他 ²⁸⁾	幼児歯科健診受診者を対象とした調査。父母の喫煙はう蝕の発生に影響。子は受動喫煙環境下にある。
2020	
上田 ²⁹⁾	小中学生の家庭内受動喫煙と健康影響の関連。受動喫煙がある者は有症状割合が高い。屋外喫煙では不十分。
2020	
阿部,他 ³⁰⁾	大学構成員を対象とした経年調査。2003年から2018年にかけて、学生、教職員ともに喫煙率は減少した。
2019	
福本,他 ³¹⁾	岡山県内小学校を対象とした実態調査。敷地内禁煙は96%で、職員の禁煙の契機としても機能。(回答率63%)
2019	
板井,他 ³²⁾	乳幼児健診受診者の母親を対象とした調査。現喫煙者4%、過去喫煙者31%。同居家族に喫煙者ありは32%。
2019	
長尾,他 ³³⁾	歯科系学会員を対象とした調査。喫煙率は11%→7%と低下傾向(2007→2018年度)。学会としての課題を提示。
2019	
石井,他 ³⁴⁾	ソーシャルメディアにおける受動喫煙に関連する質問内容を分析すると「美容・健康への影響」が多かった。
2019	
町田,他 ³⁵⁾	受動喫煙規制に関する新聞記事の内容分析(2013.09-2018.03の182記事)。規制に肯定的な内容が多かった。
2018	
秋山,他 ³⁶⁾	喫煙者対象の受動喫煙の他者危害性の認識に関する調査。認識率は男性82%、女性88%。禁煙の関心と関連。
2018	
倉田,他 ³⁷⁾	全国の受動喫煙症外来設置医療機関を対象とした調査。実働外来数や受診者が少ない等の課題を確認。
2018	
片山,他 ³⁸⁾	大学における敷地内禁煙実施から4年後の調査。敷地内禁煙は肯定的に評価。非喫煙経験、禁煙経験等が影響。
2018	

ⁱⁱ 厚生労働省「全国統一 けむい問模試」は、2022年1月に「標識編」が追加され、4つのテーマについて、学習できる仕様となっている³⁹⁾。

3) 既存の教育啓発用教材の検討

受動喫煙の防止をテーマとした教材として、厚生労働省のホームページに「全国統一 けむい問模試」が公開されていた³⁹⁾。この教材は、「街編」「家編」「店編」の3つのテーマについて、各10題の質問が準備されていたⁱⁱ。解答方法は、3つの選択肢から1つ選択する方式であった。問題に解答すると、成績がすぐにフィードバックされる仕様になっていた。

各問題の解説は、科学的根拠となる資料を参照しながら、受動喫煙やその健康影響、改正健康増進法に基づいた受動喫煙のあり方を教示する内容であった。科学的根拠となる資料は、厚生労働省のホームページで公開されている「喫煙と健康 喫煙の健康影響に関する検討会報告書¹⁾」や、生活習慣病予防のための正しい健康情報を提供することを目的とした「e-ヘルスネット」の「喫煙」に関するページ⁴⁰⁾、受動喫煙対策に関するページが主に参照されていた。

この教材は、前述の2018年に公布された改正健康増進法に基づく受動喫煙対策を正しく伝える内容であることから、本研究の教材作成においても参考となる。また、根拠として示されている資料は、インターネット上で参照することができる。この点は筆者らも、過去の教材開発で取り入れていた点であるが⁹⁾、多くの人が簡単にアクセスできるという点で、今回の教材開発においても取り入れていきたい。

研究2

研究2では、研究1で収集した情報を主な情報源として、受動喫煙の防止を目的とした健康教育や教育啓発で活用できる教材を開発することを目的とする。

1. 方法

まず、教材形態を検討した。次に、教材のねらいおよび教材の枠組みの検討を行った。それらに基づいて、教材の開発を行った。

これらの活動には、研究1と同様の大学生8名が参加した。コーディネイトは教員が担当し、たばこ対策に関心をもち、管理栄養士資格をもつ大学院生らもオブザーバーとして参加した。研究1と同様、卒業研究ゼミに関連する演習授業の一環として、2021年8月から10月にかけて実施した。

2. 結果と考察

1) 教材形態の検討

教材の形態は、カルタに決定した。筆者は、学生らとともに、がん対策や健康的な食生活をテーマとしたカルタ教材を開発していた^{9,10)}。本研究に参加した学生らとカルタを体験したところ、カルタ教材の利点として、1枚で1つの情報を伝えることができ、表面で興味を持つと、裏面の解説を読むことにつながる点や、楽しみながら学べるという意見がみられた。また、カルタを作成することで、今後、学内での健康教育に活用する際、カルタ札を素材として、ポスターやリーフレット等に応用しやすいという点も利点としてあげられた。パンフレットや小冊子などの印刷媒体も検討したが、最終的にカルタが選択された。

2) 教材のねらい・教材の枠組みの検討

教材のねらいとして、受動喫煙の防止に関する正しい情報の提供と、自分自身の問題として考えてもらうことを目的とした。そのため、がん対策カルタで用いたカルタの枠組みを参考に⁹⁾、科学的根拠に基づいた「情報提供」と、自分自身の問題として考えてもらうことをねらいとした「呼びかけ」の2つのカテゴリーを設定した。また、内容の枠組みとして、学習テーマは「法的規制」「健康影響」「受動喫煙—全般」「受動喫煙—妊婦・子ども」「防煙—喫煙開始予防」の5つに細分化した(表3)。

表3 教材の枠組み—学習テーマと学習目標

学習テーマ	学習目標
法的規制	
情報提供	たばこ対策(受動喫煙の防止)は法的に規制されていることを知る。
健康影響	
情報提供	たばこ、新型たばこの健康影響について知る。
呼びかけ	たばこの健康影響について、自身で考える。
受動喫煙①—全般	
情報提供	たばこ煙の広がり方について知る。
呼びかけ	受動喫煙の防止の必要性について、自身で考える。
受動喫煙②—妊婦・子ども	
情報提供	受動喫煙の妊婦や子どもへの影響について知る。
呼びかけ	受動喫煙の防止の必要性について、自身で考える。
防煙—喫煙開始予防	
情報提供	未成年の喫煙の健康影響の重大さについて知る。
呼びかけ	喫煙のきっかけ(リスク場面)について、自身で考える。

「法的規制」は、受動喫煙の防止がルール化されていることを伝えることで、その必要性を社会的な視点から、気づきを促すことをねらいとした。「健康影響」では、たばこや新型たばこの問題点を知ること、「受動喫煙—全般」では、たばこの煙の広がり方について正

しく知ることをねらいとした²³⁾。後者は、学生たちが、具体的でわかりやすく、多くの人に知ってほしい、伝えたいと考えたポイントであった。また、受動喫煙防止の必要性について、妊婦や子どもへの影響を例にすることで、より具体的に考えることができるのではないかという視点から、「受動喫煙—妊婦・子ども」というテーマが設定された。さらに、教材の主な対象が大学生であることから、喫煙を開始していない者が多い。そのため、未成年や若年者の喫煙開始を予防することは、喫煙者を増やさないという効果が期待できる。そこで、受動喫煙の防止だけに焦点を置くのではなく、「防煙—喫煙開始予防」を学習テーマとして加えた。

3) 教材の開発

表3に示した教材の枠組みに基づいて、学習テーマごとに2枚から4枚のカルタ札を作成し、合計17枚の札を作成した(表4)。

表4 カルタ札の文言

テーマ(枚数)	頭文字かな：文言
法的規制	
情報提供(2)	せ：世界でも たばこ対策 あたりまえ ⁷⁾ に：2020 全面禁煙 始まった ⁶⁾
健康影響	
情報提供(3)	こ：こんなにも!? 発がん物質 70種 ¹⁾ え：えがおから のぞくその歯は ヤニ汚れ ⁴¹⁾ し：新型たばこ 形変われど 害あるよ ^{1,25,27)}
呼びかけ(1)	そ：その煙 病気のリスク 高めてない? ^{1,26)}
受動喫煙①—全般	
情報提供(2)	た：たばこから 広がる煙 25m ^{23,42)} と：とびらをね 閉めてももれだす たばこ煙 ^{23,43)}
呼びかけ(2)	の：のぞまない 受動喫煙 防ごうよ ^{6,7,39)} ふ：副流煙 あなたの周り 大丈夫? ¹⁾
受動喫煙②—妊婦・子ども	
情報提供(2)	い：家で吸う!? 子どもの健康 リスクあり ^{1,39,44)} か：家族の喫煙 乳菌のむし菌の きっかけに ^{24,28)}
呼びかけ(1)	け：煙から 守ってあげよう お腹の子 ^{1,44)}
防煙—喫煙開始予防	
情報提供(1)	み：未成年 たばこで死亡の リスクアップ ^{1,39)}
呼びかけ(3)	き：喫煙を 始めたきっかけ 好奇心! ⁴⁵⁾ ゆ：友人に つられて吸うと 習慣化! ⁴⁵⁻⁴⁷⁾ や：約半数 喫煙開始 未成年! ^{47)*}

※「研究3」の修正版で追加

法的規制

情報提供(1) は：20歳未満 喫煙室には 入れない!⁶⁾

*「研究3」で解釈の誤解が懸念された札。使用には注意が必要。

カルタ教材の目的は、カルタとりゲームをすることだけでなく、カルタ札をきっかけに、学習者が、自分自身の問題として考えることにある。そのため、これまで開発してきたカルタと同様^{9,10)}、カルタの表面には「頭

文字」「イラスト」に加えて「文言」を示すこととし、読み方を示す、振り仮名をつけた。裏面も、これまでのカルタと同様⁹⁾、簡単な解説とホームページで公開されている参考資料の名称およびURLを示した。これは、カルタ札をきっかけに、さらに学習を促すための工夫であった(図1)。

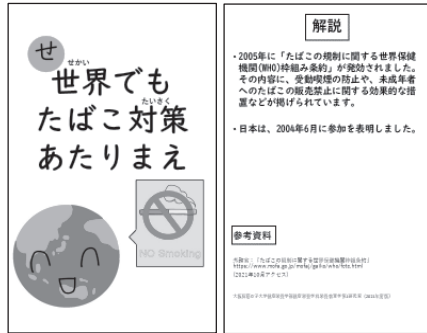


図1 カルタ札(表面・裏面)の一例

カルタの文言の作成にあたっては、内容と伝え方の検討を重ねた。内容は、研究1で収集した情報に加え、学生たちが新たに伝えたいと考えた内容や、根拠の確認が必要であった点について、さらに情報収集を行った⁴¹⁻⁴⁷⁾。また、裏面の解説の作成にあたっては、研究1で収集した文献に加えて、厚生労働省が公表している専門的な情報や、一般向けの情報も積極的に活用した^{1,39,40)}。これらの情報が広く活用されることは、信頼できる情報の普及にも繋がるものと考えた。

カルタの文言の作成にあたっては、生活習慣病のような長期的な健康影響は、若年者には身近な内容とは言いがたい。そこで、少しでも身近に感じることができるよう、う蝕や歯の汚れに着目した^{24,28,41)}。家族の喫煙とう蝕との関連については、歯の清掃状態や間食など、他の要因の影響もあるものの²⁴⁾、母親^{24,28)}や父親²⁸⁾が喫煙者の場合に割合が高いことが報告されていた。ただし、受動喫煙の影響というよりも、喫煙する保護者の歯科保健行動や食生活などに対する健康意識や行動の問題が併存しているため^{24,28)}、解釈には注意が必要な部分もあるが、実態としてカルタ札に採用することとした。また、「防煙-喫煙開始予防」は、研究1で、文献的検討が行われていなかった。そこで、喫煙のきっかけに着目し、情報収集を行った。その結果、好奇心や友人の影響、何となく等で喫煙を開始している実態が把握できた⁴⁵⁻⁴⁷⁾。これらの情報を活用して、注意を促す文言と解説を作成することとした。

開発したカルタは17枚で、通常のカルタの44枚と比較するとかなり少ない。しかし、若年者を対象とした受

動喫煙の防止に関する内容がコンパクトにまとめられている。そのため、短時間の教育の場においても活用できる点はメリットと考える。

研究3

研究3では、研究2で開発した教材の再検討を行い、ブラッシュアップを行う。そして、教材を完成させることを目的とする。

1. 方法

健康教育を専門とする教員および研究2に参加した大学院生らで、研究2で開発した教材について再検討を行った。その過程で、開発者と異なる大学生、小学校教育関係者からも意見を収集する機会を設けた。

なお、開発者と異なる大学生とは、研究1および2と同様の卒業研究ゼミに、2022年度に所属する4年生、9名であった。これらの活動は、2022年7月から8月にかけて実施した。

2. 結果と考察

1) 研究2で開発したカルタ教材の改良点の検討

開発者と異なる大学生からは、「わかりやすい」「楽しそう」「勉強になる」など、おおむね良好な感想が得られた。改良点としては、教材として使用する場合、学習テーマの「法的規制」に関する札が2枚と少ないため、他のカテゴリーにあわせて、3枚もしくは4枚にはできないかという意見がみられた。

小学校教育関係者からは、小学校高学年であれば、おおむね理解できるのではないかと感想が得られた。改良点としては、「暗記できるような、よりわかりやすい文言にできないか」「たばこの害に関する内容を増やしてもよいのではないか」との意見が聞かれた。

検討の過程では、カルタの裏面の解説について十分な検討ができていなかったことから、根拠資料に基づいたブラッシュアップの必要性が改良点としてあげられた。また、表面の文言だけでなく、裏面の解説にも読み仮名をふることで、より広い場での活用が可能となるとの意見がみられた。

学習テーマが「防煙-喫煙開始予防」のカルタ札「約半数 喫煙開始 未成年」の札について、解釈の誤解が生じる可能性があるとの意見がみられた。この札は、大学生を対象とした調査で、喫煙経験者の44.0%が17歳までに、70.7%が18歳までに、喫煙を開始していたという報告に基づいて作成された⁴⁷⁾。作成意図として

は、中高生等の喫煙率は必ずしも高くないが⁴⁾、より深刻なたばこの害を受けないためには、未成年のうちに喫煙を開始しないことが重要であるため、注意を促すことを想定していた。しかし、母数が示されていないため、読み方によっては、未成年者の約半数が喫煙を開始しているという誤解が生じることが懸念された。

2) 修正版カルタの完成

学習テーマの「法的規制」について、開発者とは異なる大学生らが、研究1で収集した資料を参考に検討を行い、カルタ札を1枚作成した。作成したカルタ札は、「は」からはじまる「^{はたち}20歳未満 喫煙室には 入れない」であった(表4)。

この札の作成意図は、2018年に公布された改正健康増進法のポイントであり⁶⁾、特に未成年が知っておくべき情報という視点から作成された。家族や友人と一緒にの場合や、アルバイト等で立ち入りを指示されるようなことがあった場合でも、立ち入ってはならないことを認識しておくべきとの考えから作成された。

小学校高学年を対象に本教材を活用する場合、「たばこの害」に関する内容は、学習指導要領の中に位置づけられている⁴⁸⁾。具体的には、第5および6学年の教科「体育」の中の「保健」において、「病気の予防について理解できるようにする」という目標が設定されており、その一つに「喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、健康を損なう原因となること」という内容が設定されている⁴⁸⁾。したがって、「たばこの害」の詳細は、教科「保健」の中で教科書等を活用して、詳しく学ぶことができる。一方、本教材は、受動喫煙の問題点について学び、自身の健康行動に役立てていくことをねらいとしている。そこで、「保健」の授業の前や導入として、本教材を活用した授業を行い、その後、教科書を活用しながら喫煙の健康影響をより詳しく学ぶことで、相乗効果も期待できるものと推察される。

カルタの解説については、再度検討し、ブラッシュアップを図り、読み仮名をつける形態に修正を図った。また、文言の解釈に齟齬が生じる可能性のあるカルタ札「約半数 喫煙開始 未成年」については、使用の際、注意が必要であることを確認した。そのため、当面は、この1枚を除いた17枚のカルタを活用していく方針とした(表4)。

全体考察

本研究は、学内たばこ対策において、健康教育を継

続的に実施していくという課題に対して、学生自らが主体的に取り組み、その成果として、健康教育教材を開発することを目的とした。

文献的検討や討議を重ね、17枚の札で構成される「たばこ対策かるた」を完成させた。本研究では、大学という教育の場で、健康や保健を専門的に学ぶ学生が主体となって、他の学生に健康メッセージを伝えるという視点から教材を開発した。本方法は、研究者と当事者とが共同で問題解決に取り組むことを特徴とする、アクションリサーチの考え方を参考にした¹³⁾。本研究では、学生は当事者と位置付けられ、コーディネイトを担当する教員やオブザーバーとして関わった大学院生らは、研究者と位置づけることができる。

アクションリサーチの系譜については、労働の場や教育の場、臨床の場、コミュニティなど、様々な場で、それぞれの目的や研究方法において相互に影響しながら発展してきたことが報告されている⁴⁹⁾。それぞれの場で、指導的な立場の者が、一方的に解決策を提示するだけでは解決できない課題が多くあり、それらの解決という点が源流にあるとされる。本研究においては、たばこ対策に関わる様々な課題の中から、学生のニーズにあった教育を提供することをねらいとして、本研究を構想した。教員がコーディネイトを担当することで、学生の学びのプロセスや進捗を確認しながら、教材開発を進めることができた。また、大学院生らがオブザーバーとして関わることで、研究者の視点が教員だけの視点に偏ることなく、第三者的な視点を加えた検討が可能になったものとする。したがって、開発した教材は、多様な立場の者が関わる環境のもと、情報収集を丁寧に行い、かつ丁寧な討議を重ねて開発したものであることから、一定の専門性を担保することができたものと推察される。また、同時に学生の意図や思いが反映されていることから、学生のニーズにもある程度、一致するものと推察される。

学内たばこ対策において、健康教育を提供しようとする場合、授業科目を活用する方法に加え、単発的なイベントの開催、ポスターの掲示やリーフレットの配布等、広く教育啓発を行っていく方法が考えられる。前者の場合、教育課程に位置付けることができる反面、時間の確保や担当者の選定をはじめ様々な調整が必要となる。そこで、本研究では、比較的取り組みやすい後者における活用を前提として、教材開発に取り組んだ。今後、想定した場面における教材の活用が期待される。

本研究の限界点として、開発した教材の使い勝手の検討や、教育効果の評価を行っていない。今後の課題

とする。

結論

本研究では、学内たばこ対策での使用を視野にいれた健康教育教材として、17枚で構成される「たばこ対策カルタ」を作成した。作成した教材は、喫煙対策の動向や科学的根拠に基づく内容で、かつ、女子大学生のニーズが反映されている。広く健康教育の場で、活用されることが期待される。

謝辞

研究1および研究2については、2021年度大阪樟蔭女子大学健康栄養学部健康栄養学科栄養教育学第1研究室の卒業研究の一環として、学生とともに取り組みました。研究3は、2022年度の栄養教育学第1研究室の卒業研究ゼミの学生とともに取り組みました。また、大学院生、大学院修了生、および小学校関係者の協力も得ました。関係の皆さまに感謝申し上げます。

利益相反

利益相反に相当する事項はない。

文献

- 1) 喫煙の健康影響に関する検討会編. 喫煙と健康－喫煙の健康影響に関する検討会報告書. 厚生労働省健康局健康課. 2016.
<https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi2/0000135586.html> (2022/09/26 アクセス)
- 2) 厚生労働省. 国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針. 厚生労働省告示第四百三十号. 2012.07.
https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/dl/kenkounippon21_01.pdf (2022/09/26 アクセス)
- 3) 国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所監修. 国民健康・栄養の現状－令和元年厚生労働省国民健康・栄養調査報告より－. 東京：第一出版；2021.
- 4) 大井田隆, 尾崎米厚, 兼板佳孝, 他. 未成年者の健康課題および生活習慣に関する実態調査研究 総括報告書. 2015.
厚生労働科学研究成果データベース.
<https://mhlw-grants.niph.go.jp/project/25308> (2022/09/26 アクセス)
- 5) 厚生労働省. がん対策推進基本計画 (第3期).

2018.

<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-10900000-Kenkoukyoku/0000196975.pdf> (2022/09/26 アクセス)

- 6) 藤下真奈美. 健康増進法の一部を改正する法律の全面施行について. 保健医療科学. 2020 ; 69 : 96-102.
- 7) 大和浩, 姜英, 太田雅規. 「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約」第8条「たばこの煙にさらされることからの保護」について. 日本衛生学雑誌. 2015 ; 70 : 3-14.
- 8) 足立己幸. 宮坂忠夫の健康教育基本論―“民主的な”方法と教材 (媒体) 観の転換. 日本健康教育学会誌. 2014 ; 22 : 46-52.
- 9) 鈴木朋子, 井岡亜希子, 津熊秀明. がん対策推進のための健康教育の試み―教育ツール「がんカルタ」の開発―. 大阪樟蔭女子大学研究紀要. 2014 ; 4 : 229-232.
- 10) 鈴木朋子. 栄養教育の視点からの摂食障害の予防教育に関する研究―わが国における実践研究の把握と栄養教育教材の検討―. 大阪樟蔭女子大学研究紀要. 2017 ; 7 : 215-224.
- 11) 鈴木朋子. テキストマイニングの事例―食育授業の感想を可視化する. 牛澤賢二著. やってみようテキストマイニング増訂版―自由回答アンケートの分析に挑戦!―. 東京：朝倉書店；2021. 113-120.
- 12) 日本栄養士会監修. 武見ゆかり, 吉池信男編. 「食事バランスガイド」を活用した栄養教育・食育実践マニュアル―第3版. 東京：第一出版；2018.
- 13) 芳賀博. 地域におけるアクションリサーチへの期待. 老年社会科学. 2016 ; 38 : 357-363.
- 14) 笠巻純一. 大学生の食・飲酒・喫煙行動の分析による健康支援策に関する研究―性・年齢・居住形態別による生活習慣病リスク要因の検討から. 日本衛生学雑誌. 2015 ; 70 : 81-94.
- 15) 大見広規, 荻野大助, メドウズ・マーティン. 大学敷地内禁煙規程策定についての学生の意識調査. 日本禁煙学会雑誌. 2020 ; 15 : 4-10.
- 16) 藤原直子, 中角祐治, 中嶋貴子. 大学生を対象とした1回の心理教育が喫煙に対する意識に与える影響. 日本禁煙学会雑誌. 2018 ; 13 : 87-90.
- 17) 山下健, 鹿庭寛子, 中村春樹, 他. 妊婦や同居家族の喫煙状況、喫煙に対する意識の評価と禁煙啓発講義前後の変化について. 日本禁煙学会雑誌.

- 2019; 14: 4-11.
- 18) 田中宏和, 小林廉毅. 職業別喫煙率とその推移—国民生活基礎調査による分析 (2001-2016年). 日本公衆衛生雑誌. 2021; 68: 433-443.
 - 19) 上田里織, 松本佐智代, 富士岡幸, 他. 年1回の禁煙指導による禁煙についての関心度の変化—行動変容ステージの変化から見た指導効果分析—人間ドック. 2018; 33: 433-439.
 - 20) 富田早苗, 三徳和子, 中嶋貴子. 居宅の壮年期生活保護受給者の喫煙と健康行動の関連. 日本禁煙学会雑誌. 2016; 11: 114-120.
 - 21) 野上浩志. 全国の議会の「屋内全面禁煙」の状況と受動喫煙防止の今後の課題—改正健康増進法の全面施行を踏まえて—日本禁煙学会雑誌. 2020; 15: 32-37.
 - 22) 杉原佳奈. 学生の受動喫煙に対する認識と健康被害への意識調査. 目白大学短期大学部研究紀要. 2021; 57: 91-102.
 - 23) 大和浩. いまタバコのことを考えよう—受動喫煙. チャイルドヘルス. 2020; 23: 17-20.
 - 24) 渡辺美南, 坂本治美, 福井誠, 他. 母親の喫煙習慣と歯科保健行動および子どもの口腔状態との関連性. 禁煙科学. 2020; 14: 1-7.
 - 25) 稲葉洋平, 牛山明. 加熱式たばこ製品の有害性について. 保健医療科学. 2020; 69: 144-152.
 - 26) 片野田耕太. 受動喫煙の健康影響とその歴史. 保健医療科学. 2020; 69: 103-113.
 - 27) 村松常司. 新型たばこ (加熱式たばこ・電子たばこ) を考える. 養護実践学研究. 2020; 3: 3-8.
 - 28) 和田聖一, 兼平孝. 親の喫煙が幼児のう蝕発生に及ぼす影響と受動喫煙の状況. チャイルドヘルス. 2020; 23: 65-69.
 - 29) 上田 晃子, 塚本 和也, 山入 高志, 他. 小中高校生の家庭内受動喫煙の現状と受動喫煙が及ぼす健康影響に関する検討. 禁煙科学. 2020; 14: 1-8.
 - 30) 阿部道生, 松川吉博. 鶴見大学構成員における喫煙の実態および喫煙に対する意識—2003-2018年でのアンケート調査. 禁煙科学. 2019; 13: 6-16.
 - 31) 福本友絵, 西井研治. 岡山県の小学校における喫煙対策に関する実態調査. 日本禁煙学会雑誌. 2019; 14: 79-84.
 - 32) 板井麻衣, 佐々木明子, 津田紫緒. 乳幼児を養育する母親とその周囲の喫煙に関する実態. 日本禁煙学会雑誌. 2019; 14: 100-106.
 - 33) 長尾徹, 河奈裕正, 柴原孝彦, 他. 学会員の喫煙状況と受動喫煙対策に関するアンケート調査 (第2報). 日本口腔外科学会雑誌. 2019; 65: 651-660.
 - 34) 石井正和, 石橋正祥. ソーシャルメディアにおける受動喫煙に関連する質問の発言解析. 日本禁煙学会雑誌. 2019; 14: 72-75.
 - 35) 町田夏雅子, 石川ひろの, 岡田昌史, 他. 受動喫煙規制に関する新聞記事の内容分析. 日本公衆衛生雑誌. 2018; 65: 637-645.
 - 36) 秋山理, 中村正和, 田淵貴大. 受動喫煙の他者危害性の認識と禁煙への関心. 日本公衆衛生雑誌. 2018; 65: 655-665.
 - 37) 倉田文秋, 鈴木悦朗, 今野郁子, 他. 受動喫煙症外来設置医療機関の現状についての調査研究. 日本禁煙学会雑誌. 2018; 13: 22-28.
 - 38) 片山富美代, 大北全俊, 工藤成史. 敷地内全面禁煙の印象に影響を及ぼす要因. 桐蔭スポーツ科学. 2018; 1: 11-18.
 - 39) 厚生労働省. 全国統一 けむい問模試. <https://jyudokitsuen.mhlw.go.jp/moshi/> (2022/09/26 アクセス)
 - 40) 厚生労働省. 生活習慣病予防のための健康情報サイト e—ヘルスネット 喫煙. <https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/tobacco> (2022/09/26 アクセス)
 - 41) 下野和恵, 米田あけみ, 大西良子, 他: 禁煙治療を終了した成功者と不成功者が感じた禁煙効果の違い—通院時の禁煙チェックリストの分析—. 禁煙科学. 2017; 11: 1-5.
 - 42) Yamato H, Mori N, Horie R, et al. Designated smoking areas in streets where outdoor smoking is banned. Kobe J Med Sci. 2013; 59: E93-E105.
 - 43) Yamato H, Kato T, Jiang Y, et al. Secondhand smoke from a veranda spreading to neighboring households. J UOEH. 2020; 42: 335-338.
 - 44) 日本学術会議 健康・生活科学委員会・歯学委員会合同 脱タバコ社会の実現分科会. 提言 子ども・妊婦への受動喫煙対策をさらに充実させるべきである. 2020. <https://www.scj.go.jp/ja/info/kohyo/pdf/kohyo-24-t287-2.pdf> (2022/09/26 アクセス)
 - 45) 塚本博之, 山田圭介. 大学生の喫煙の実態について 第3報—平成18年度 静岡産業大学情報学部新入生を対象として—. 静岡産業大学情報学部研究紀要. 2009; 11: 161-178.
 - 46) 岩村健司, 三村孝俊, 嶋田かをる, 他. 熊本保健

- 科学大学における学生の喫煙に関する実態調査.
熊本保健科学大学研究誌. 2018 ; 15 : 89-99.
- 47) 宮井正彌. 姫路獨協大学における学生喫煙実態調査 (2000 年度). 日本公衆衛生雑誌. 2002 ; 49 : 437-446.
- 48) 文部科学省. 小学校学習指導要領 第 2 章 各教科 第 9 節 体育. https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/news/youryou/syo/tai.htm (2022/09/26 アクセス)
- 49) 冷水豊, 岡本憲之. 高齢社会のコミュニティにおけるアクションリサーチとは何か. 秋山弘子編. 高齢社会のアクションリサーチ—新たなコミュニティ創りをめざして. 東京: 東京大学出版会; 2015. 15-39.

Development of Material on Health Education for Prevention of Passive Smoking Considering the Needs of Young Women

Department of Health and Nutrition, Faculty of Health and Nutrition
Tomoko SUZUKI

Abstract

Objective: The purpose of this study is to develop educational material from the perspective of current students at a women's university, for use in health education on tobacco control.

Methods: In studies 1 and 2, eight students participated in the development of the educational material. In study 1, the theme of the educational material was determined and a literature review was conducted. Study 2 looked at and developed the direction of the educational material. In Study 3, the developed educational material was reviewed and improved.

Results: In study 1, the students reviewed literature of interest and decided on "passive smoking prevention" as the theme for the educational material. In addition, they gathered information and acquired the requisite expertise for developing the educational material. In study 2, it was decided that the form of the targeted educational material would be a "karuta," a solo card that can convey a single piece of information. The themes were subdivided into "Regulations," "Health Effects," "Passive Smoking - General," "Passive Smoking - Pregnant Women and Children," and "Prevention of Smoking Initiation." Multiple cards were created for each theme, and there were a total of 17 cards for developing the educational material. In study 3, we reviewed and improved the wording on the front side of the karuta cards and the explanatory text on the back.

Conclusion: The karuta material developed was based on trends in tobacco control as well as scientific evidence, and reflected the needs of current students. It is expected to be widely used in health education.

Keywords: passive smoking, health education, education material, young woman, needs