

# 前習慣喫煙が習慣喫煙に移行する要因についての健康心理学的研究

専攻 学校教育研究科  
コース 学校心理学  
学籍番号 M07051F  
氏名 森田 陽子

## [問題および目的]

WHO は「喫煙はあらゆる病気の原因の中で、予防可能な単独で唯一の原因である」として、たばこの消費、および受動喫煙が健康、社会、環境、および経済に及ぼす破壊的な影響から、現在および将来の世代を保護する喫煙対策に力を入れている。

また、わが国の21世紀における国民健康づくり運動「健康日本21」では、分煙や禁煙の支援とともに、未成年者が喫煙を開始する事を防止する「防煙」対策を強力に推進していくこととしている。

初回喫煙から習慣喫煙に至る間に時間的経過があり、その期間を前習慣喫煙と定義すると、初回喫煙しても前習慣喫煙のみの者と習慣化する者がいる。その、前習慣喫煙から習慣化する要因の分析がなされていない。

初回喫煙の理由は、好奇心が一番多く、これに次いで友人に勧められて、なんとなく等である。喫煙しないのが最良であるが、好奇心や友人に勧められ初回喫煙しても習慣化しないように、初回喫煙した者が習慣喫煙にいたる要因を探り、その要因を除く事により、習慣喫煙に移行するのを防ぐことが出来る。習慣化にいたる要因について調査検討する。

## [方法]

研究協力者：A 大学(経済学部単科大学)1年次生, B 大学(教育学部単科大学)1年次生, C 大学(理工学部)1年次生, D 大学(総合リハビリテーション学部)1年次生。

材料：無記名自記式「喫煙行動調査票」を用い

た。

手続き：2008年4月に実施した。A, C, D 大学では、集団場面で質問票を個別に配布し、その場で研究者または教員の教示のもとに実施回収した。B 大学では、健康診断時に配布回収した。

## [結果]

集計は、配布 835 枚、回収 831 枚(99.5%)、有効回答 799 枚(96.4%)。男子学生の回答は、習慣喫煙 89 枚(17.1%)、ためし喫煙 61 枚(11.7%)、たばこを吸ったことがない 370 枚(71.2%)、計 520 枚であった。習慣喫煙群 89 名とためし喫煙群 61 名を比較検討した。SPSS(Exact Test)カイ二乗検定および相関係数の結果を報告する。

1. 喫煙状況と初回喫煙学年を比較したところ、習慣喫煙群は学年が上がると漸減していた。ためし喫煙群は、学校種が移行した1年で低く、中学2,3年で高く合わせると42.7%を占めていた。
2. 喫煙状況と尊敬する人の喫煙関係は、先輩の喫煙のみ1%水準で有意差がある。
3. 喫煙状況と家族の態度には、有意傾向が見られた。習慣喫煙群は「注意する」が多く、ためし喫煙群は「認めない」が多い。
4. 喫煙状況と習慣化する意識は、1%水準で有意差がみられた。習慣化する・習慣化するだろうが「習慣喫煙群 73.8%」「ためし喫煙群 50%」であった。
5. 喫煙状況と他人のたばこの不快感については、1%水準で有意差がみられた。習慣喫煙群は「時々ある」が多く、ためし喫煙群は「よくある」が多かった。

6. 喫煙状況と初回たばこの入手先では、「自分で購入」に有意傾向を認め、習慣喫煙群が多かった。

#### 7. 喫煙状況と経過

吸い始めのころの入手先は、「自動販売機」1%、「コンビニ」「友達にもらう」「家族のたばこ」で5%の有意差を認めた。習慣喫煙群は「自動販売機」「コンビニ」が多く、ためし喫煙群は「友達にもらう」「家族のたばこ」が多かった。喫煙場所は、「自分の部屋」1%、「学校」5%で有意差を認めた。一緒に喫煙した人は、「友達」1%、「親友」5%の有意差で習慣喫煙者が多かった。

8. 喫煙状況とたばこを吸わない理由は、「家族が反対する」で5%の有意差を認めた。

9. 喫煙状況と他人喫煙の不潔感を比較したところ、1%の有意差を認めた。ためし喫煙群は不潔と感じていた。

10. 喫煙状況と友達の喫煙状況は、1%の有意差を認めた。習慣喫煙群は喫煙する友達が多かった。

11. 喫煙状況と知識や家族の喫煙・父母の有無には有意差が無かった。

#### 12. 喫煙状況と相関係数

喫煙状況と家族の態度,習慣化する意識,他人のたばこ不快,経済状態,友人の人数,友人の喫煙状況との相関係数を算出した。喫煙状況は「習慣化する意識」「他人のたばこ不快」「友人の喫煙状況」と有意水準1%、「家族の態度」とは5%の相関を示した。家族の態度は「習慣化する意識」「他人のたばこ不快」と有意水準1%の相関を示した。習慣化する意識は「他人のたばこ不快」と有意水準1%、「友人の喫煙状況」と5%で有意な相関を示した。他人のたばこ不快は「友人の喫煙状況」と5%で有意な相関を示した。友人の人数は「友人の喫煙状況」と有意水準5%で相関を示した。経済状態は「喫煙状況」「友人の人数」などと相関を示さなかった。したがって、ためし喫煙者ほど、友人の喫煙者が少なく、他人のたばこを不快と感じ、習慣化するという意識がないことが明らかになった。

#### [考察]

思春期では、親の影響は低下する一方、友人を中心とする重要他者などの影響がそれに代わって大きくなる時期である。その友人たちが喫煙していると、喫煙行動を意識的無意識的に取り入れて内在化し、たばこが仲間にも所属するための手段として用いられ、たばこを吸うという意思形成がされる。それらの友人や尊敬している人を中心とする重要他者から、喫煙が容認されていると感じ、友達付き合いやストレス解消のために、自分の部屋や学校や公園などで喫煙を続ける。このように、周囲にいる自分にとって重要な人の行動を観察、模倣し、何らかの身体的、心理的、社会的利益を得る経験を重ねるうちに、仲間との相互関係の中で、喫煙行動は強化され習慣化して行くと考えられる。

ためし喫煙群は喫煙し続けると習慣化するという認識が無く、習慣喫煙群が習慣化すると認識しているのは、習慣化した経験を通して習慣化することを学習したためと考えられる。

今後、ためし喫煙から習慣喫煙に移行するのを防止するには、家族の喫煙率を減らし乳幼児や小中学生がたばこに接する機会を減らすこと。料金の値上げや販売しないなど、たばこの入手を困難にすること。喫煙に変わるエネルギーを打ち込めるクラブ活動やボランティア活動などの機会を作ることが重要であると考えられる。

また、地域における健康教育と幼稚園や小学校など喫煙を開始する前の喫煙防止教育に加え、所属するコミュニティ全体の禁煙教育が必要である。コミュニティ全体を無煙環境にし、たばこを吸わない行動様式や価値観などを自己に取り入れられる環境を作ることが、意図的な教育よりも大きな効果を持つと考えられる。

青少年の習慣喫煙を防止することにより、大人の喫煙者を大幅に減少させ、喫煙者の再生産を防止できると考える。

主任指導教員（浅川潔司）  
指導教員（浅川潔司）