

文教大学情報学部 社会調査ゼミナール研究報告

『大学生の喫煙傾向と喫煙に関する考え』

2006 年 2 月

情報学部 広報学科 3 年

今村 俊文

『大学生の喫煙傾向と喫煙に関する考え』

今村 俊文

目次	2
第1章 研究の概要	3
1.1 研究の背景と目的	
1.2 研究の方法	
(1)進捗経緯	
(2)調査の概要	4
1.3 成果の概要	5
第2章 研究の成果	6
2.1 回答者の概要	
2.2 喫煙者の現状	
2.3 禁煙	10
2.4 喫煙マナーとイメージ	11
2.5 その他	15
第3章 反省点と今後の課題	17
参考文献	18
資料1．単純集計結果	
資料2．ニコチン依存度判定テスト	

第1章 研究の概要

1.1 研究の背景と目的

日本の煙草の歴史は、1904年（明治37年）にアメリカ大陸から伝わって来た。その最初のタバコは、スター、チェリー、リリー、大和、朝日、山桜、カメリアという煙草で、「大人の嗜好品」として、今日まで人々に親しまれてきました。だが近年になって、煙草が人体に有害であることが判明し、その及ぼす危険性について問題になっている。喫煙は癌をはじめ、心臓病、脳血管疾患などの生活習慣病などの原因となることがわかり、禁煙を勧める声が強まっている。だが実際には禁煙しようとしても、タバコには依存症状がありなかなかやめることができないのだ。その一方で、きっぱりとタバコを止められる人がいるのも、現実である。では、タバコを止められる人と、止めたくても止められない人には、何か違いがあるのだろうか。同時に、最初から喫煙する気がない人は、なぜ喫煙しようとならないのか。この調査では、喫煙が人体に悪影響を与えると知っていて、なぜ喫煙するのかを、近年、喫煙増加にあるといわれる青少年を対象に、喫煙者と喫煙経験者、非喫煙者では、喫煙に対する意識、健康への意識、歩きタバコなどの喫煙マナーなどに、どのような違いが生じるのか。また、そのような差異は、どのような要素が関係して、形成されるのかについて調査する。最終的にはこの調査で、例えば非喫煙者に何かしらの共通点を見出せれば、将来、禁煙促進に役立てられるだろう。

1.2 研究の方法

（1）進捗経緯

平成17年4月	テーマ討論
7月	テーマ決定『喫煙タイプ別の意識差』
9月	調査票作成 合宿『調査票検討』
10月	予備調査実施&アンケート調査実施
11月	アンケート調査結果検討&報告書作成

(2) 調査の概要

本研究では、こういった環境、どんな考え方をする人が喫煙習慣に陥りやすいかを知り、喫煙者を減らす為には、逆にどうしたらいいのかを考えるため、文教大学生を対象に紙面を利用したアンケート調査を実施しました。調査の概要は以下のとおりである。

- 調査の意図・仮説：文教大学に喫煙者は何割ぐらいいるのか。
 - ：喫煙者と非喫煙者では、タバコや喫煙マナーやイメージに違いが現れるのか。
 - ：喫煙者と元喫煙者では、何か環境などの要因が違うのか。そして結果を禁煙に利用出来ないか考える。
 - ：そして環境などの外的要因や、性格などの内的要因によって、喫煙者数に違いはあるのか。
- 調査対象者：文教大学生（湘南校舎）
- 調査方法：担当の教授に頼んで、講義の最初にアンケート用紙を配布し、調査対象者の様子を鑑み回収した。
- 調査を行った講義の人数と調査時期：社会学特殊講義 B（10月13日：69人）
 - ：コンピュータと通信（10月14日：45人）
 - ：情報表現 DTP（10月25日：18人）
 - ：予備調査（5人）
- 配布数と回収数：

配布数	138	回収数	136
：有効票	135	無効票	1
- 主な調査項目
 - 喫煙の有無
 - ニコチン依存度判定テスト
 - 喫煙習慣者の喫煙への関わり方
 - 喫煙経験者の禁煙への考え方
 - 家族の喫煙状況
 - 周りの大人からの注意の有無
 - 喫煙のイメージ

喫煙のマナー

ストレスと喫煙の有効性

性格

フェイスシート（性別・所属学科と学年・血液型）

1.3 成果の概要

研究を行った結果、以下の喫煙実態と喫煙に関する諸事実を明らかにすることができた。

- 大学生の喫煙の現状は、現在喫煙習慣のある人の数は 20%と低く、喫煙習慣のあった人を対象に行ったニコチン依存度判定テストからも、71%の人が依存度低いとの結果が出た。
- 喫煙者は、タバコ代が高いなどの外的要因で、漠然と禁煙について考えるようだが、実際に禁煙について真剣に考え出すきっかけは、体力の低下や健康に悪い、そしてどの痛みなどの、自分と直結する内的要因を感じたときである。
- 喫煙について大人が注意するとき、その意見を受け入れるかは、対人距離に反比例する。つまり親からの意見は受け入れにくく、逆に、赤の他人からの意見のほうが受け入れやすいようだ。
- 喫煙者と非喫煙者の、タバコに持っているイメージには大きな違いがある。違いが現れないのは、『健康に悪い』などの周知の点と、『カッコいい』などの外見的特長だけである。
- マナーに対する意識では、元喫煙者は喫煙者より、非喫煙者に近い考えを持っている。非喫煙者自体、喫煙者に対して以外と寛容である。
- 習慣行動や性格と、血液型の関係性は証明されず、血液型による差が無いと考えられているが、今回の調査では次の結果が出た。A 型は非喫煙者が多く、O 型は喫煙者が多いや、B 型は喫煙を止めにくく、AB 型は禁煙をしやすいなど、血液型と喫煙傾向には差があることが分かった。

第2章 研究の成果

2.1 回答者の概要

回答者 135 名をフェイスシートの項目ごとに見てみると、以下のようになる。

アンケートを実施したのが広報学科の三つの授業であったため、回答者の 75.6%が広報学科の学生であり、経営情報学科と情報システム学科を合わせた情報学部全体でほぼ 100%となった。

表 2 - 1 - 1 回答者と母集団の比較 < 学年 > (2005.10 末時点)

	1 年	2 年	3 年	4 年	計
湘南キャンパス (人数)	2 4 . 4 % (747)	2 6 . 1 % (799)	2 3 . 7 % (727)	2 5 . 8 % (790)	100.0% (3063)
回答者	1 9 . 4 %	1 6 . 4 %	5 9 . 7 %	4 . 5 %	100.0%

表 2 - 1 - 2 回答者と母集団の比較 < 性別 > (2005.10 末時点)

	男	女	計
湘南キャンパス (人数)	5 6 . 5 % (1730)	4 3 . 5 % (1333)	1 0 0 . 0 % (3063)
回答者	4 7 . 0 %	5 3 . 0 %	1 0 0 . 0 %

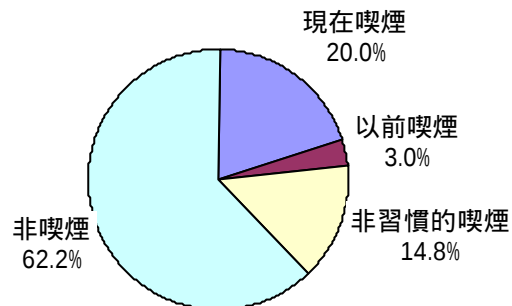
三年次から履修可能である『社会学特殊講義』の講義で、調査を行ったので三年生の人数が極端に多くなっている。

2.2 喫煙者の現状

まず喫煙者や元喫煙者が、どの程度いるのかを調べた結果が図 2 - 2 - 1 である。図 2 - 2 - 1 を見てみると、現在喫煙習慣があると答えた人は 20%で、昔習慣があったが今は喫煙していない人が 3 %、習慣というほどではないが喫煙したことがある人は約 15%、一度も喫煙したことがない人が約 62%であった。この数字は、前年のゼミ生データ(渡辺

2004)と比較すると、喫煙者数は若干の減少が見られるものの、大きな変化はないといえる。

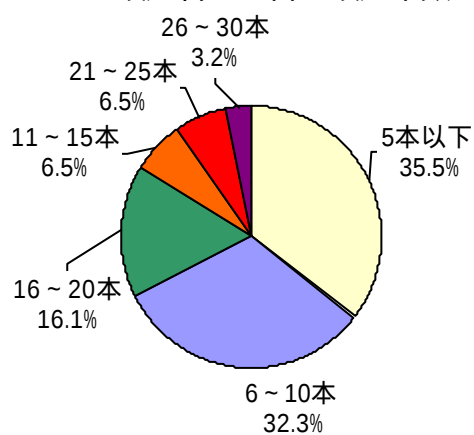
図2 - 2 - 1 喫煙経験の割合 n=135



喫煙習慣がある（もしくはあった）と答えた人は、一日あたり何本タバコを吸うのかを調べた結果が図2 - 2 - 2である。この図2 - 2 - 2と、喫煙に関する既存のデータ(渡会 2004 図2 - 2 - 3)と比較すると、今回の結果には減少傾向が伺える。前年は最も多いのが16～20本の32.2%で、5本以下と6～10本がそれぞれ25%であったのに対して、今年は一日の喫煙本数5本以下が35.5%、6～10本が32.3%となり、喫煙者の3人に2人が一日10本以下の喫煙であった。次に多いのが前年最も多かった16～20本の16.1%である。

現在喫煙している人と、以前喫煙していた人の間に、喫煙本数による差があるのか、平均値を調べたところ、現在喫煙している人の本数が約10本であったのに対して、以前喫煙していた人は約5本であった。つまり禁煙できた人は、一日の喫煙本数が少ないことが分かった。

図2 - 2 - 2 喫煙者の一日の喫煙本数 n=31

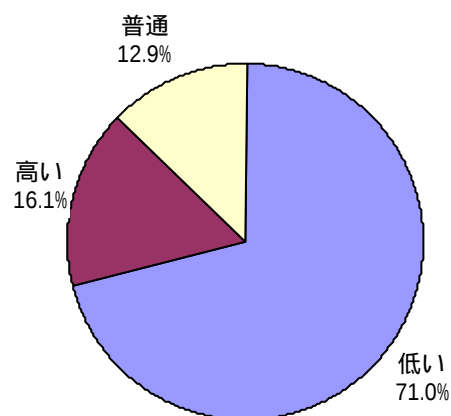


タバコはニコチンなどの依存性のあるものを含んでいるので、なかなか止めることができない。そこで、自身の健康状態の目安を知るための、ニコチン依存度判定テストと呼ばれるものがある。ニコチン依存度判定テストには、臨床的により有用性が認められている FTND を用いる。FTND は、1991（平成 3）年に Heatherton が、FTQ（1978（昭和 53）年に Fagerstrom（ニコチン代替療法の開発者でもある）が開発した）を改訂して開発したもので、これまで最も利用されてきた質問評価表で、ニコチンガムなどのニコチン代替療法の適用を決定するのににも有用である。

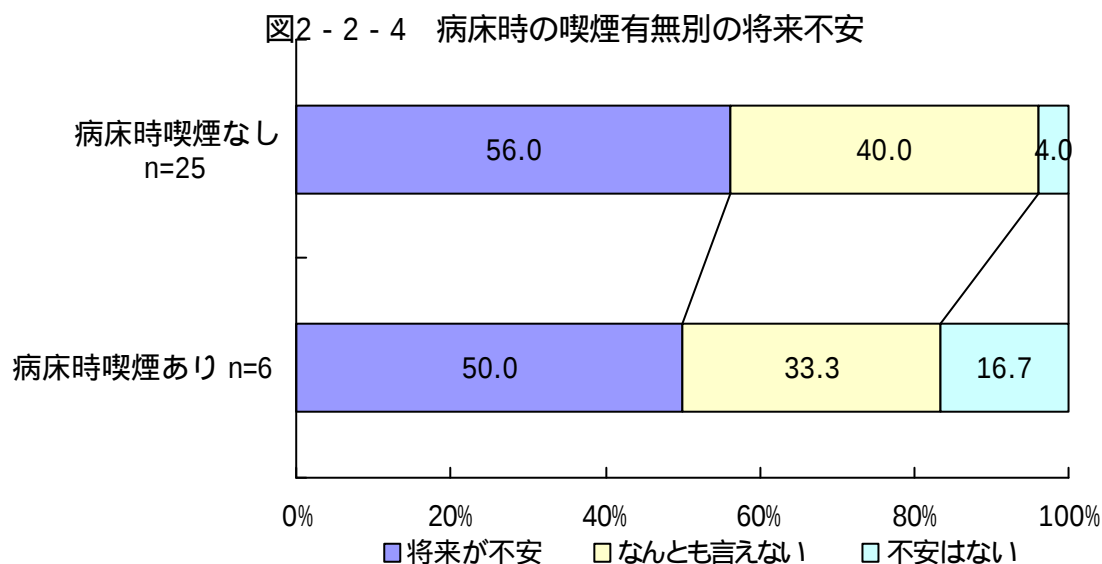
喫煙者が、どの程度のニコチン依存度なのかを調べた結果が図 2 - 2 - 3 である。図 2 - 2 - 3 によると、依存度が『低い』の人は 71% いて、喫煙者の大半を占めている。前年のゼミ生の喫煙に関する既存データ(渡会 2004 図 2 - 3 - 6)と比較すると、『低い』の値が約 20% 増加し、『高い』の値も 5 % 増加している。

このニコチン依存度判定テストと深い関わりがある、禁煙について比較を試みたが、喫煙者数事態が少ないために、結果が出せなかったことが悔やまれる。

図2 - 2 - 3 ニコチン依存度判定テスト結果 n=31



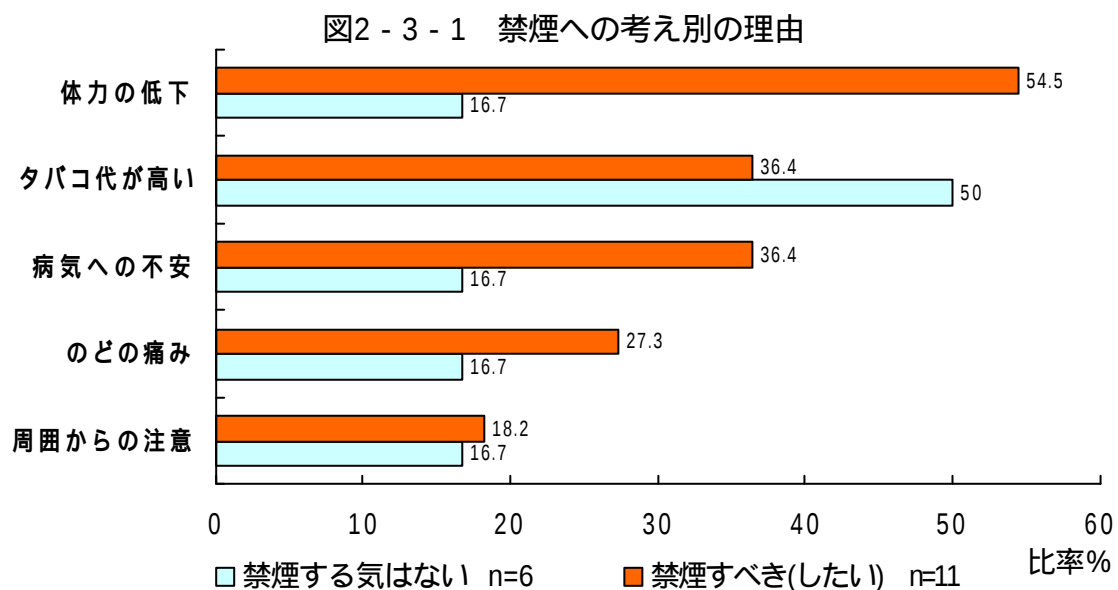
喫煙者に尋ねた内容の中で、集計を見て最も唖然とさせられたのが病床時の喫煙である。一日中床に就いているような状態でさえ喫煙する人が約 20%いるのである。その病床時喫煙する人は、喫煙すること事態に不安がないのか気になり、病床時喫煙する人としいない人とで、喫煙に対する不安の違いを調べた結果が図 2 - 2 - 4 である。図 2 - 2 - 4 によると、病床時の喫煙割合は、病床時には喫煙しない人に比べて若干少なくなっている。そして病床時喫煙する人の半数は、喫煙することによって、将来自分の身体がどうなるのか不安に思っているにも関わらずに、喫煙しているのである。そこで病床時に喫煙する人としいない人とは、何が違うのか見てみると、病床時に喫煙する人の不安に思っていない人の割合が多くなっていた。



2.3 禁煙

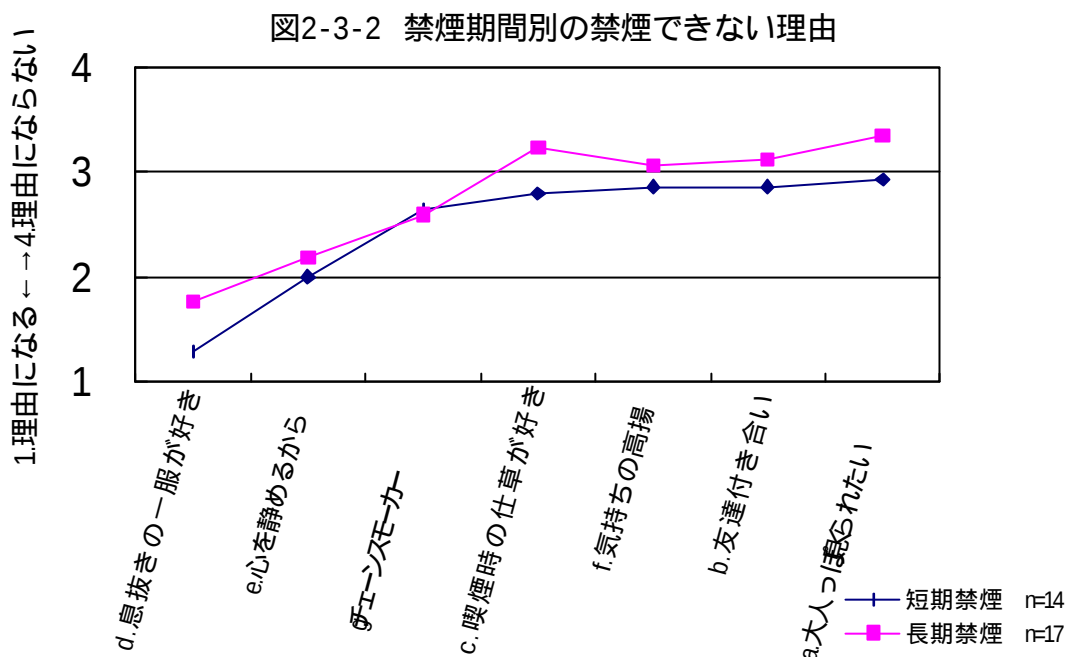
喫煙が人体に悪影響を及ぼすと知っていて、不安を抱いているにもかかわらず何故喫煙するのか。禁煙する気はないのだろうか。

一般的に禁煙をするのは難しいと言われているが、学生が禁煙をするべきか考え始めるきっかけとは何か調べるために、禁煙への関心度と禁煙理由を比べて、出た結果が図2-3-1である。禁煙をするべきか聞いたところ、三人に一人は禁煙すべきと答えていた。そして禁煙を望むものと禁煙を望まないものでは、『体力の低下』で禁煙すべきが約55%、禁煙する気はないが約17%と顕著に差が出た。全体的に、禁煙の理由として最も多いのが『タバコ代が高い』であるが、禁煙への意識で差が出るのはやはり、『体力の低下』や『病気への不安』のように、自身の身体に変化が現れるか否かのような。健康面で不安を感じてから、真剣に禁煙について考え出す人が増えるのである。



次に、どういった人が長期的に禁煙を継続できるのか調べるために、禁煙できない理由を四段階評価で答えてもらい、禁煙期間一ヶ月を境に長期と短期の2グループ毎に、四段階評価の平均値を求めて比較してみた。その結果を図2-3-2に示した。禁煙を止められない理由として考えられる項目(a~g)のほぼ全てにおいて、禁煙期間の短い人(一ヶ月以内)は、禁煙期間の長い人よりも当てはまる各項目に該当している。この質問項目はすべ

て、喫煙止められない度に対応していて、a がもっとも禁煙しやすい理由で、g にいくほど禁煙しにくい理由となる。そのうちの d と e までは、代用品や気分転換などで禁煙できる段階である。つまり、禁煙の長続きしない人でも禁煙する気があれば、努力次第で禁煙可能性が高い。



2.4 喫煙マナーとイメージ

ここでは喫煙者と非喫煙者、そして元喫煙者の3タイプで、喫煙に対するイメージや喫煙マナーについて違いはあるのか比較してみる。

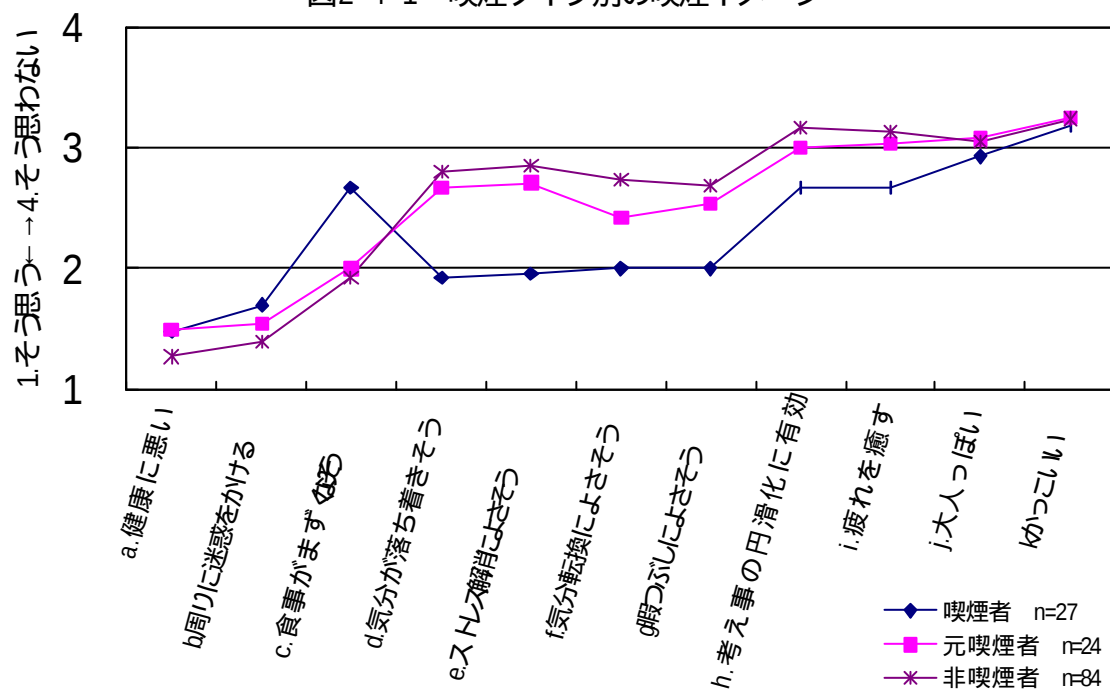
喫煙者と非喫煙者とでは、喫煙に対してどれだけイメージに差が出るのかを調べるために、喫煙イメージを四段階評価してもらったものを、現喫煙習慣者と元喫煙経験者、非喫煙者の3タイプ別に平均値を出した。結果を示したのが図2-4-1である。この結果には、『大人っぽい』と『かっこいい』を除く、九項目に有意差が見られた。

まず質問項目のうち a~c の三項目は、喫煙に対して否定的なイメージについての質問で、残りの d~k の八項目が、喫煙に対して肯定的なイメージの質問である。図2-4-1からまずわかることは、元喫煙者（昔、喫煙習慣があった・喫煙経験がある）と非喫煙者

の喫煙に対するイメージはとても似ていることだ。したがって元喫煙者は、喫煙者ではなく非喫煙者に近いイメージを持っているといえる。これがもし、元喫煙者が非喫煙者に近いイメージを持っていなければ、非喫煙者が喫煙に対して否定的なイメージを持っているのは、単純に喫煙を知らないからと考えられたが、そうではなかったのも、一概に非喫煙者が、喫煙に関して知らないから、否定的なイメージを持っているとは言えない。

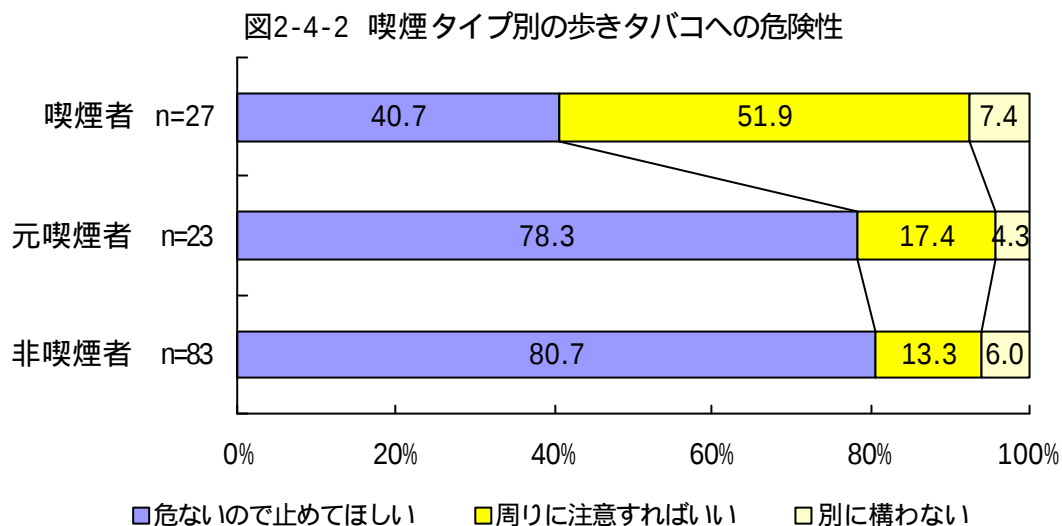
3つのタイプを比べると、3タイプの間にあまり大きな差が出なかったのは、『健康に悪い』や『周りの迷惑』などの、常日頃から世間で言われているような項目と、『大人っぽい』や『かっこいい』などの外見的イメージである。実際に喫煙してみないとわからない内面では、意外と大きな差が出た。元喫煙者が非喫煙者に似た結果だった点を踏まえると、禁煙できるかどうかの要素も、差が出ている中にあるといえる。

図2-4-1 喫煙タイプ別の喫煙イメージ

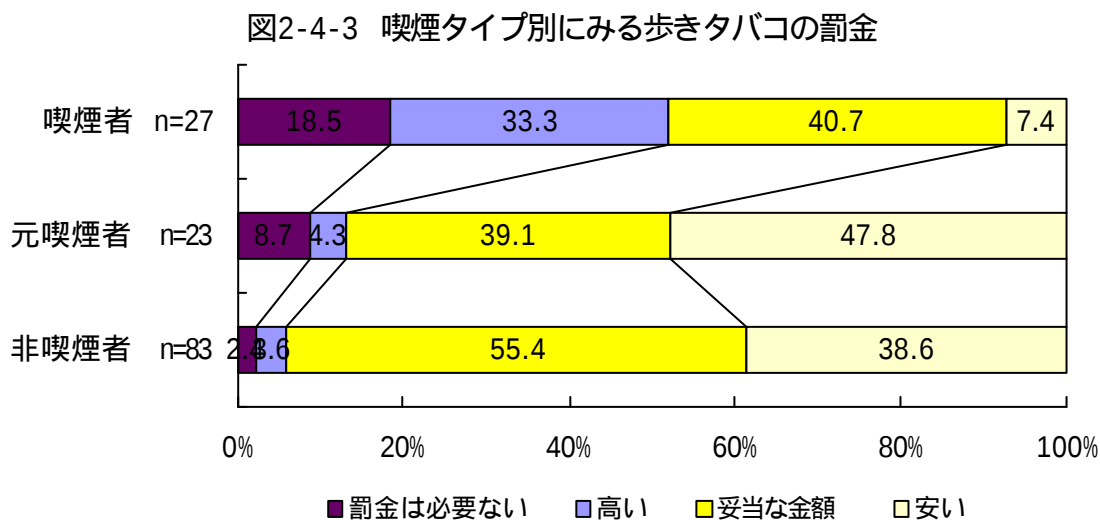


喫煙者と元喫煙者、非喫煙者の3タイプでは、喫煙マナーに違いが出るのかを調べた。まず、歩きタバコの危険性についての比較結果が図2-4-2である。図2-4-2によると、先に述べた喫煙イメージと同様に、ここでも元喫煙者は非喫煙者の値とほぼ変わらず、約八割の人が危険なので歩きタバコは止めてほしいと考えている。そして喫煙者は、約四割

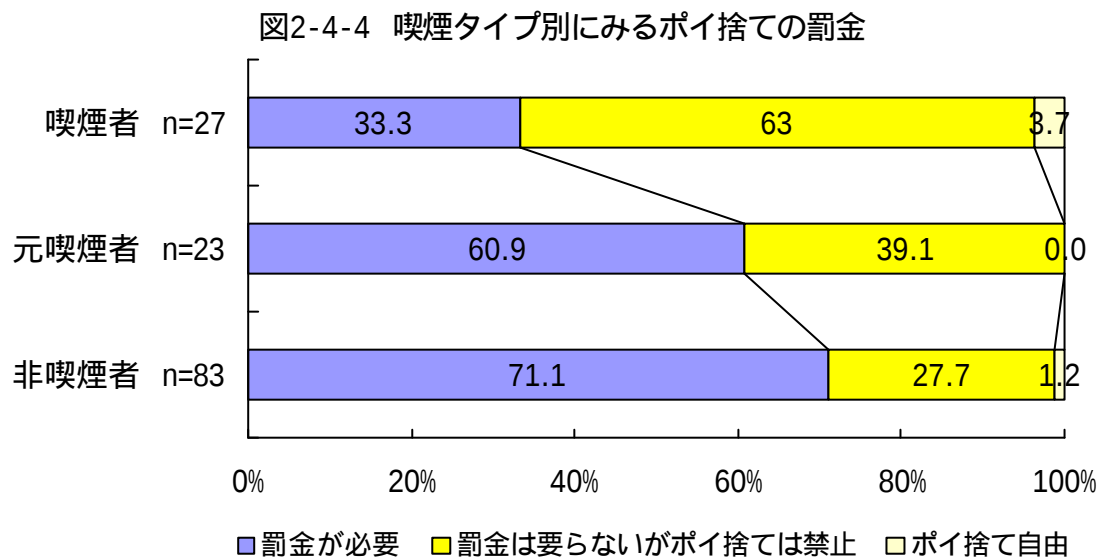
の人が危険なので止めてほしいと考えているが、約五割の人が、周りに気をつければ歩きタバコをしてもいいと考えていた。このような、喫煙者の過半数も人の安直な考えが、歩きタバコを許容しているのだ。



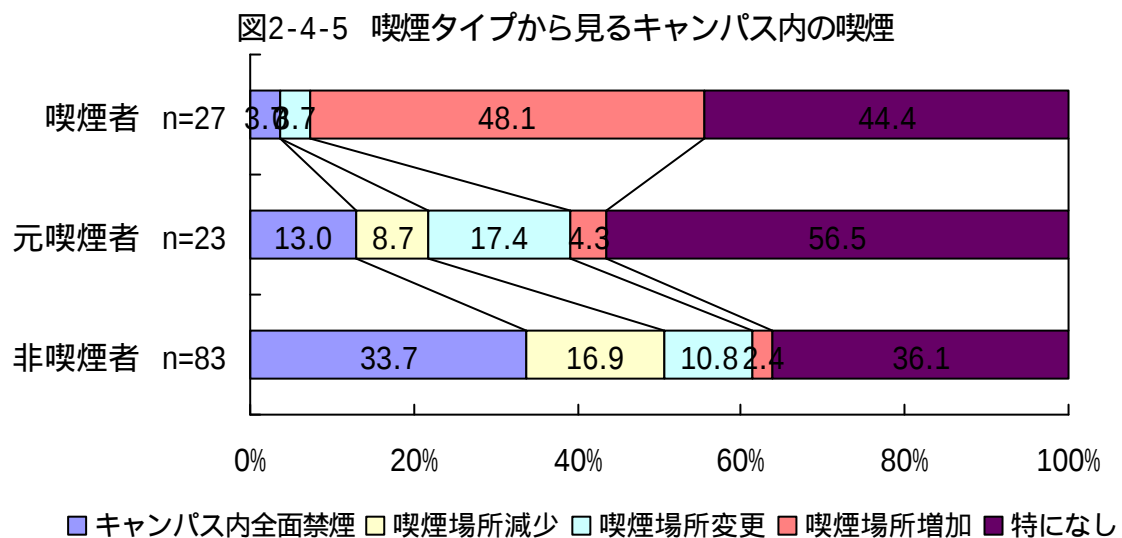
次に、歩きタバコの罰金（千代田区で二万円以下）について、喫煙者と元喫煙者、非喫煙者の3タイプで比べてみたところ図2-4-3という結果が出た。図2-4-3によると、喫煙者の過半数が、『罰金は必要ない』又は『高い』と感じているのには納得できたが、意外な点もある。非喫煙者で最も多かったのが、『妥当な金額』の約55%であったのに対して、元喫煙者で最も多かったのが、『安い』の約50%であった点である。これは、非喫煙者は歩きタバコに関して、元喫煙者よりも寛容といえる。



そして歩きタバコ同様、ポイ捨てにも罰金が必要か聞いた。それを喫煙者と元喫煙者、非喫煙者の3タイプで比べてみたところ図2-4-4という結果になった。図2-4-4によると、喫煙者が約33%ポイ捨てに罰金を求めるのに対して、非喫煙者は約71%、元喫煙者は約61%罰金を求めている。けれども喫煙者も、ポイ捨て自体はいけないことと認識していて、禁止すべきと63%の人が考えている。ポイ捨て自由でいいと考えている人は、ほとんどいない。



次のマナーは、学生にとって身近な、キャンパス内での喫煙について聞いた。これまで同様、喫煙者と元喫煙者、非喫煙者の3タイプで比べてみた結果、図2-4-5になった。図2-4-5からまず言えることは、どのタイプであっても最も多かったのは特になしであったが、非喫煙者の約34%がキャンパス内は全面禁煙を求めている。喫煙者のおよそ半数は、喫煙場所の増加を望んでいる。それともう一つ意外だったのは、喫煙場所の変更が意外と少なかった点だ。そして喫煙場所変更が一番多かったのは、元喫煙者であった。

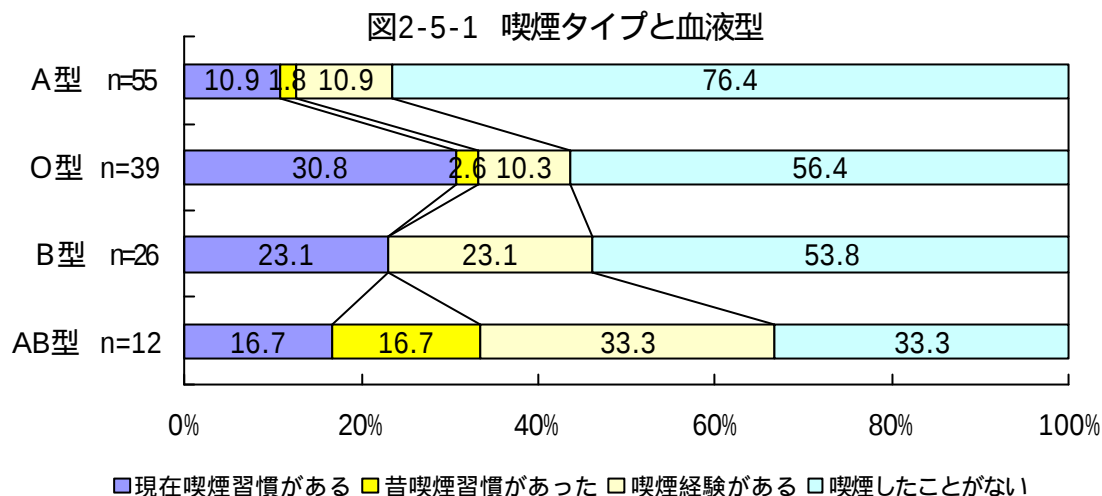


2.5 その他

血液型別に喫煙習慣者と元喫煙習慣者、喫煙経験者、非喫煙者の4タイプで分けてみたところ、図2-5-1のような結果が得られた。このグラフは χ^2 検定では有意差があり、 $P=0.024$ であった。図2-5-1から分かる面白い結果が、A型の現在喫煙習慣のある人が、約11%しかいないのに対して、B型が約23%、O型に至っては約31%もいるのだ。現在と昔含めて、喫煙習慣のあった人の数が、O型の約33%と等しいAB型だが、現在も喫煙習慣のある人は半分になっている。他の血液型に比べてAB型は、圧倒的に喫煙習慣を止めた人の割合が多い。一方で、非喫煙者の割合が最も低く、約33%しかいない。つまりAB型は、喫煙しても禁煙することができるということである。そしてB型は、喫煙経験のうちは止められるが、一度習慣化してしまうと止めにくいようだ。

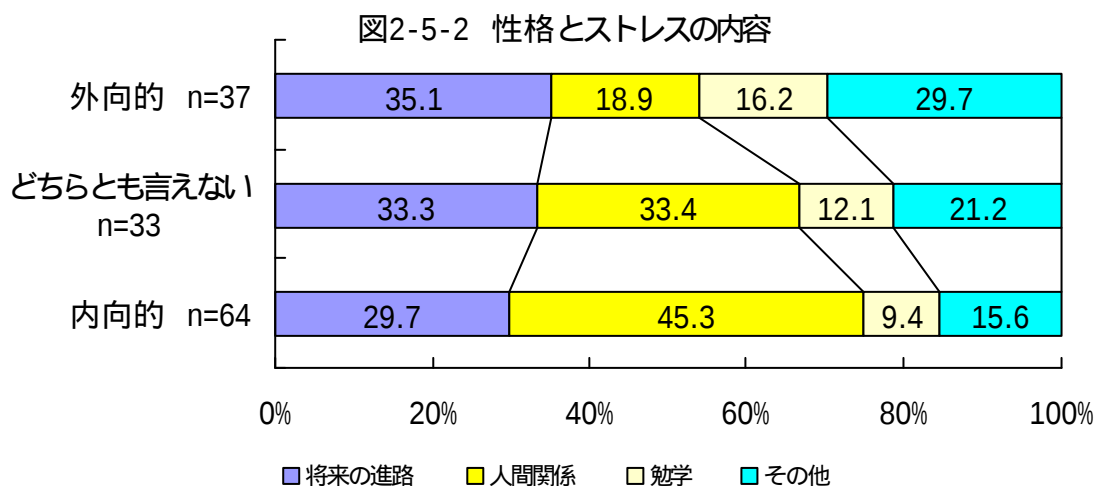
今まで血液型に関する研究で、血液型による生活習慣や性格の違いは証明されておらず、違いは無いものと考えられていた。だが今回の結果では、総票数が少ないため信憑性に欠

けるところもあるが、血液型によって喫煙への関わり具合が違っているといえる。



ストレスの有効性と、性格による喫煙の有無について調べるために聞いた質問だったのだが、性格の違いとストレス（悩み）について違いを調べてみた。結果の図2-5-2によると、外向的な性格の人のストレスを感じる事柄は幅広くあり、とりわけ将来の進路についてストレスを感じる人が、約35%と一番多かった。それに対して内向的な人は、約30%の将来の進路よりも、友人関係にストレスを感じる人が約42%と多かった。どちらとも言えないと答えた人が、二つの性格のちょうど間に入る点からして、自分の性格についてきちんと把握している人が多いと感じた。

そして当初想定していた、性格の五段階評価（内向的、やや内向的、どちらとも言えない、やや外向的、外向的）と喫煙状況の関連性は、外向的性格の人の喫煙率が約67%と、とりわけ多かった以外に大きな差は見られなかった。



第3章 反省点と今後の課題

【反省点】

- 喫煙者の数が当初の予定よりも少なかったため、ニコチン依存度判定テストと禁煙などとの関係など、調査できなかった点が多かった。
- ストレスについて聞いた設問で、その他を選択した人たちが多かったため、その他に自由回答を設ければよかった。
- 家族の喫煙状況に行いて聞いた質問で、『対象がいない』と答えた人が多かった。つまり、一緒に住んでいないという意味と勘違いした人が多かったようだ。そこで回答者に、設問をもう少し分かりやすく聞ければよかった。

【今後の課題】

- 喫煙者のニコチン依存度は71%の人が低く、禁煙しようとするれば禁煙できる人がほとんどであった。そこで課題として、実際に禁煙できた人は何か特別なことをしたのかを調べる。この調査の禁煙をしようと考えた理由では、あくまで禁煙のきっかけが分かるだけで、禁煙を成功させた要因は分からないのだ。
- この調査をする前は、若年層の喫煙者が増加していると言われているので、大学生を対象に聞いても多くの喫煙者を期待していた。しかし実際は20%、27人しか喫煙していなかった。作為的に喫煙者を増やすわけにはいかないが、喫煙者自体の数が少ないと、ニコチン依存度テストや禁煙について聞いた質問では、人数が少なくて有意性が現れない。そこで次回行われるとしたら、喫煙者数を増やすためにも、総票数を増やして行くと、信憑性のある結果が出るだろう。

参考文献

【論文】

- タバコ喫煙要因とマナー

(<http://www.bunkyo.ac.jp/%7Emediares/2004/sem2/tobacco/tobacco.html>)

著：a1p11146 渡会 徹（2004 年度 ハツ橋ゼミ生）

- 飲酒及び喫煙行動とその心理社会的背景：第一報:飲酒及び喫煙に対する大学生の態度

(<http://ci.nii.ac.jp/cinii/servlet/QuotDisp?USELANG=jp&DOCID=110001020022&DispFlg=2>)

著；田中,美苑

- <原著>喫煙行動の形成・変容過程に関する考察

(<http://ci.nii.ac.jp/cinii/servlet/QuotDisp?USELANG=jp&DOCID=110000407523&DispFlg=2>)

著；多々納,秀雄; 徳永,幹雄; 橋本,公雄

【参考文献】たばこの意識調査

(<http://www.ccn.aitai.ne.jp/~takyu/TAKYU/MISC/tobacco.htm>)

青少年の薬物認識と飛行に関する研究調査

(<http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikou/hikou02.htm>)

【参考記事】(<http://plaza.umin.ac.jp/~harasho/nsmk/kzh/040428.htm>)

(<http://blog.goo.ne.jp/rakuencom/e/55f5675582da96107116e812099c5cd2>)

(http://www.usfl.com/Daily/News/05/01/0104_026.asp?id=39038)

資料１．調査の単純集計結果

資料２．ニコチン依存度判定テスト

< 資料 1 > 喫煙タイプ別の喫煙意識調査 (2005.10.)

情報学部 広報学科 ハツ橋ゼミ 今村 俊文

配布数 138 回収数 136 無効票 1 有効票 135

問 1 . あなたは喫煙したことがありますか。(1 つだけに○) n = 135

1 . 現在、喫煙習慣がある	20.0	→ 問 2 へ
2 . 昔、喫煙習慣があったが、現在は無い	3.0	→ 問 2 へ
3 . 習慣ではないが喫煙したことはある	14.8	→ 問 6 へ
4 . 一度も喫煙したことがない	62.2	→ 問 8 へ

問 2 . 問 1 で喫煙習慣あり(選択肢 1 . 2 .)と答えた方に、喫煙習慣についてお聞きします。

(1) あなたは 1 日に何本ぐらい喫煙しますか? (1 つだけに○) n = 31

1 . 5 本以下	35.5	2 . 6 ~ 10 本	32.3	3 . 11 ~ 15 本	6.5		
4 . 16 ~ 20 本	16.1	5 . 21 ~ 25 本	6.5	6 . 26 ~ 30 本	3.2	7 . 31 本以上	0.0

(2) 起床後何分程度で最初の喫煙をしますか。(1 つだけに○) n = 31

1 . 5 分以内	19.4	2 . 6 ~ 30 分	3.2	3 . 31 ~ 60 分	19.4	4 . 61 分以後	58.1
-----------	------	--------------	-----	---------------	------	------------	------

(3) 寺院や、図書館、映画館など、喫煙を禁じている場所で禁煙を続けるのは難しいですか。

(1 つだけに○) n = 31

1 . はい	29.0	2 . いいえ	71.0
--------	------	---------	------

(4) 1 日の喫煙の中で、以下のどれが一番止めにくいですか。(1 つだけに○) n = 31

1 . 朝最初の 1 本	3.2	2 . 食後の 1 本	71.0	3 . 就寝前の 1 本	3.2	4 . その他	22.6
--------------	-----	-------------	------	--------------	-----	---------	------

(5) 他の時間帯より起床後数時間に多く喫煙しますか。(1 つだけに○) n = 31

1 . はい	9.7	2 . いいえ	90.3
--------	-----	---------	------

(6) ほとんど 1 日中、床に伏しているような病気の時でも喫煙しますか。 n = 31

1 . はい	19.4	2 . いいえ	80.6
--------	------	---------	------

問 3 . 数あるストレス解消方法の中で、喫煙はどのくらい有効ですか。 n = 31

1 . 最も有効である	3.2	2 . 有効である	45.2	3 . やや有効である	35.5	4 . 有効でない	16.1
-------------	-----	-----------	------	-------------	------	-----------	------

問 4 . 喫煙の身体に及ぼす危険性についてどう考えていますか。(1 つだけに○) n = 31

1 . 将来に不安がある	54.8	2 . 不安はない	6.5	3 . 何とも言えない	38.7
--------------	------	-----------	-----	-------------	------

問 5 . 喫煙を止められない理由として、それぞれどの程度該当しますか。(項目ごとに1つ。)

n = 31	1 . あてはまる	2 . ややあてはまる	3 . あまりあてはまらない	4 . 全くあてはまらない
a . 大人っぽく見られたい	9.7	19.4	16.1	54.8
b . 友達付き合い	3.2	32.3	25.8	38.7
c . 喫煙時の仕草が好き	16.1	12.9	22.6	48.4
d . 息抜きの一服が好き	61.3	29.0	3.2	6.5
e . 心を静めるため	35.5	32.3	19.4	12.9
f . 気持ちが高まる	6.5	19.4	45.2	29.0
g . 暇さえあれば喫煙している	12.9	35.5	29.0	22.6

問 6 . 問 1 で喫煙経験がある(選択肢 1 . 2 . 3 .)と答えた方にお聞きします。

(1) あなたが初めて喫煙したのはいつ頃ですか。(1つだけに。) n = 51 無回答 2.0

1 . 小学生 13.7	2 . 中学1年 9.8	3 . 中学2年 9.8	4 . 中学3年 5.9	5 . 高校1年 7.8
6 . 高校2年 7.8	7 . 高校3年 13.7	8 . 高卒~20歳未満 19.6	9 . 20歳以上 9.8	

(2) あなたは禁煙についてどう考えていますか。(1つだけに。) n = 51 無回答 2.0

1 . 禁煙すべきである 33.3	2 . どちらともいえない 45.1	3 . 禁煙する気はない 19.6
-------------------	--------------------	-------------------

(3) あなたの最大禁煙期間はどのくらいですか。(問1で3.と答えた方は問7へ)

(1つだけに。) n = 36

1 . 3日以内 13.9	2 . 3日~1週間以内 5.6	3 . 1週間~1ヶ月以内 19.4
4 . 1ヶ月~3ヶ月以内 5.6	5 . 3ヶ月~6ヶ月以内 22.2	6 . 6ヶ月~1年以内 8.3
7 . 1年~2年以内 8.3	8 . 2年~3年以内 11.1	9 . 3年~5年以内
10 . 5年以上	11 . 禁煙したことがない 5.6	→ 問7へ

(4) 禁煙の理由は何ですか。(あてはまるだけ。) n = 36

1 . 『がん』などの病気への不安 26.5	2 . 体力の低下 47.1	3 . のどの痛み 26.5
4 . 合コンで不利だから 2.9	5 . 面接への備え 5.9	6 . タバコ代が高い 44.1
7 . 周囲からの注意 20.6	8 . 嫌いになった 2.9	9 . その他 35.3

問 7 . デパートや行楽施設などの建物内にある喫煙スペースの数についてどう思いますか。

(1つだけに。) n = 51

1 . 非常に少ない 11.8	2 . すこし少ない 33.3	3 . 適切である 43.1
4 . やや多い 3.9	5 . 喫煙場所はいらない 7.8	

問 8 .あなたの家族の喫煙状況はいかがですか。(項目ごとに1つだけ○) 無回答 all:0.7

n = 1 3 5	喫煙している	以前喫煙していた	喫煙していない	対象がいない
父 親	48.9	20.0	23.7	6.7
母 親	8.1	3.7	83.7	3.7
兄 弟	20.0	1.5	65.9	11.9
その他の同居者	8.1	4.4	22.2	64.4

問 9 .あなたは親や先生などの大人から喫煙に対して注意を受けましたか。(項目毎1つだけ○)

n = 1 3 5	しつこく注意を受けた	何度が注意を受けた	注意されたことはない	無回答
親	5.9	26.7	66.7	0.7
学校の先生	4.4	31.1	63.7	0.7
他の大人	1.5	22.2	75.6	0.7

付問 . 喫煙に関してどういった注意を受けましたか。(項目ごとにいくつでも○)

(問 9 の項目で 3 . と答えた項目は飛ばして下さい。全て 3 . と答えた人は問 10 へ)

		煙たいだけで美味しくくない	健康に悪い	20 歳まではダメ	頭の働きが悪くなる	病気になる	その他
親	n = 4 3	16.3	76.7	23.3	16.3	39.5	20.9
学校の先生	n = 4 8	2.1	77.1	41.7	41.7	58.3	8.3
他の大人	n = 3 3	12.1	69.7	15.2	21.2	30.3	15.2

問 10 . あなたの喫煙に対するイメージを教えてください。(項目ごとに1つだけ○)

n = 1 3 5	とてもそう思う	ややそう思う	あまり思わない	全く思わない
a . 大人っぽい	3.7	28.9	25.9	41.5
b . 気分が落ち着きそう	10.4	33.3	22.2	34.1
c . ストレス解消に良さそう	10.4	30.4	23.0	36.3
d . 周りに迷惑をかける	71.1	21.5	3.7	3.7
e . 食事がまずくなりそう	45.2	26.7	17.8	10.4
f . 疲れを癒す	5.2	20.0	31.1	43.7
g . 健康に悪い	85.2	6.7	4.4	3.7
h . 気分転換に良さそう	10.4	36.3	22.2	31.1
i . 考え事の円滑化に有効	4.4	20.7	28.1	46.7
j . 暇つぶしに適している	15.6	34.8	14.8	34.8
k . カッコいい	6.7	14.1	27.4	51.9

問 11．喫煙に関するマナーや身近な喫煙について、あなたの意見をお聞きます。

(1) 歩きタバコについてどう思いますか。(1 つだけ。) n = 1 3 5

1 . 危ないので止めてほしい	71.1	2 . 周りに気を付ければ良いと思う	21.5
3 . 別に構わない	5.9	無回答	1.5

(2) 歩きタバコの罰金が、千代田区では2万円以下となっていますが、それについてどう思いますか。(1 つだけ。) n = 1 3 5 無回答 1.5

1 . 高い	9.6	2 . 妥当な金額	48.9	3 . 安い	33.3	4 . 罰金は必要ない	6.7
--------	-----	-----------	------	--------	------	-------------	-----

(3) シンガポールのようにタバコのポイ捨てに罰金が必要か。 n = 1 3 5 無回答 1.5

1 . 罰金が必要	60.7	2 . 罰金は要らないがポイ捨ては禁止	36.3	3 . ポイ捨て自由	1.5
-----------	------	---------------------	------	------------	-----

(4) キャンパス内での喫煙についてどう感じますか？(1 つだけ。) n = 1 3 5

1 . キャンパス内は全面禁煙にしてほしい	23.7	2 . 喫煙場所を増やしてほしい	11.9
3 . 喫煙場所を減らしてほしい	11.9	4 . 喫煙場所を変えてほしい	10.4
5 . 特になし	40.7	無回答	1.5

問 12．あなたは普段、何に対してストレスを感じますか。(1 つだけ。) n = 1 3 5

1 . 将来の進路	31.9	2 . 友人等の対人関係	31.1	3 . 親・兄弟との関係	3.7
4 . 勉強	11.9	5 . その他	20.7	無回答	0.7

問 13．あなたは自分の性格が外向的、それとも内向的だと思いますか。 n = 1 3 5

1 . 内向的	17.0	2 . やや内向的	30.4	3 . どちらともいえない	24.4
4 . やや外向的	14.1	5 . 外向的	13.3	無回答	0.7

F 1 . 性別 n = 1 3 5

1 . 男	46.7	2 . 女	52.6	無回答	0.7
-------	------	-------	------	-----	-----

F 2 . 学年 n = 1 3 5

1 . 1 年次	19.3	2 . 2 年次	16.3	3 . 3 年次	59.3	4 . 4 年次	4.4	無回答	0.7
----------	------	----------	------	----------	------	----------	-----	-----	-----

F 3 . 所属学科 n = 1 3 5

1 . 広報学科	75.6	2 . 経営情報学科	7.4	3 . 情報システム学科	15.6
4 . 国際学部	0.7	5 . 短期大学	0.0	無回答	0.7

F 4 . 血液型 n = 1 3 5

1 . A 型	40.7	2 . B 型	19.3	3 . O 型	28.9	4 . A B 型	8.9	5 . 不明	1.5	無回答	0.7
---------	------	---------	------	---------	------	-----------	-----	--------	-----	-----	-----

調査はこれにて終了です。 ご協力ありがとうございました。

< 資料 2 > タバコ依存度チェック

ニコチン依存度判定法

ニコチン依存の程度を簡便に判定するために、1978(昭和53)年、Fagerstrom(ニコチン代替療法の開発者でもある)が開発した FTQ はこれまで最も利用されてきた質問評価表で、ニコチンガムなどのニコチン代替療法の適用を決定するのに有用です。

1991(平成3)年、Heatherton により改訂された FTND は、臨床的により有用性が認められています。

合計6点以上は重症のニコチン依存症です。

FTND (Fagerstrom Test for Nicotine Dependence) (Heatherton, 1991)

	質 問	回 答(得点)
1	起床後何分で最初の喫煙をしますか。	5分以内 【3】 ・ 6-30分 【2】 31-60分 【1】 ・ 61分以後 【0】
2	寺院や、図書館、映画館など、喫煙を禁じられている場所で禁煙することが難しいですか。	はい 【1】 いいえ 【0】
3	1日の喫煙の中でどれが一番やめにくいですか。	朝最初の1本【1】 その他 【0】
4	1日に何本吸いますか。	31本以上 【3】 ・ 21-30本 【2】 11-20本 【0】 ・ 10本以下 【0】
5	他の時間帯より起床後数時間に多く喫煙しますか。	はい 【1】、いいえ 【0】
6	ほとんど1日中、床に伏しているような病気の時でも喫煙しますか。	はい 【1】、いいえ 【0】

タバコ依存度の判定

質問1～8の回答の数字を加算し合計点数を計算する。

合計点数	タバコ依存度	合計点数	タバコ依存度	合計点数	タバコ依存度
0 ～ 3 点	低い 	4 ～ 6 点	ふつう 	7 ～ 11 点	高い 

やめられない度チェック「たばこ編」

	特 徴	やめやすい度
A	大人っぽくみられたいとか、友達との付き合いのために喫煙しているタイプ。	そう難しくはない
B	それほど吸いたいとは思わなくても、たばこに火をつけたり、口にくわえたりするなど、手の操作や口での感触そのものに満足を感じるタイプ。	代用品で何とかなる 1
C	仕事が一段落したときや、食後、ティータイムなどのほっとしたときに、一服したいタイプ。	代用品で何とかなる 2
D	イライラしたり、緊張したり、落ち着かないときにたばこで気を鎮めるタイプ。	気分転換で何とかなる
E	仕事をしているときに、たばこは気分を高められると思って吸うタイプ。	少しずつ取り組む
F	眠っているとき以外はほとんどたばこを吸ってしまうタイプ。	生活改善が必要だ
G	典型的なチェンスモーカー。	このままだとヤバイ

いかがでしたか。あなたの依存度とやめられない度は？