

禁煙のための研究

－パッケージの警告表示の効果－

鎌田 佳樹（生涯スポーツ学科 学校スポーツコース）

指導教員 森川 みえこ

キーワード：タバコ 喫煙 禁煙

I. 緒言

日本では平成 12 年に「21 世紀における国民健康づくり運動（健康日本 21）」が施行された。喫煙場所の制限など、タバコに対しての対策が数多くみうけられる。平成 21 年の成人の平均喫煙率は 38.9%で、ピーク時の昭和 41 年の 83.7%と比較すると 43 年間で 44.8%減少しており、喫煙者は年々減少している。また、アメリカでは平成 20 年の成人の平均喫煙率は 20%を切り 19.8%となっている。日本のタバコには「人により程度は異なりますが、ニコチンにより喫煙への依存が生じます」などの注意文が小さく書かれている。諸外国では「パッケージの警告表示」を用いるなどして禁煙活動を呼びかけている。警告表示には、タバコの弊害などを伝えるため、苦しんでいる人間が描写されたイメージ画像が多く使用されている。

そこで本研究では、禁煙活動に一助するものと考え「パッケージの警告表示」に着目した。

パッケージの警告表示がどのような影響をもたらすかを、気持ちや喫煙状況の変化から明らかにすることとした。

II. 研究方法

- 1) 被験者：B 大学の喫煙者 5 名。
- 2) 方法：諸外国 EU で用いられている警告表示を参考にした。被験者が現在吸っているタバコのパッケージ両面に警告表示を貼り付け、実験用タバコとして作成し、実験期間中被験者に喫煙活動を行ってもらった。
- 3) 内容：気持ちの変化について、喫煙状況についての質問紙アンケートを作成。気持ちの変化については 6 段階での点数評価を行った。喫

煙状況については喫煙状況を把握する内容とした。実験実施期間は 2 週間。

表 1 被験者の気持ちの変化についての点数変化

質問 Q	被験者 A		被験者 B		被験者 C		被験者 D		被験者 E	
	第 1 回	第 4 回	第 1 回	第 4 回	第 1 回	第 4 回	第 1 回	第 4 回	第 1 回	第 4 回
Q1 あなたはタバコの味についてどう感じますか？	5	3	5	3	4	2	5	2	4	3
Q2 タバコを吸う時に身体に悪い匂いなどが気にならなくなったと感じますか？	4	2	5	2	3	1	5	2	5	3
Q3 タバコを吸った時にタバコを吸って臭いを感じますか？	6	3	5	2	4	3	4	2	4	3
Q4 目が赤くない。自然にタバコを吸うことがありますか？	6	2	4	2	4	2	4	2	4	2
Q5 現在手が震えるなど、タバコを吸うことがありますか？	3	1	2	1	2	1	2	1	4	2
Q6 一日の喫煙本数はどのくらいですか？	4	3	5	3	5	3	5	3	4	3
Q7 睡眠に関して、寝付きはどのくらいですか？	4	3	4	2	4	2	4	2	4	2
Q8 睡眠に関して、寝起きはどのくらいですか？	4	3	4	2	4	2	5	2	5	2
Q9 タバコが原因で健康問題が起きると分かっているにもかかわらずタバコを吸いますか？	4	2	4	2	4	2	4	2	5	2
Q10 病気にかかった時に、タバコは良くないと分かっているにもかかわらずタバコを吸いますか？	4	2	5	2	3	2	4	2	5	3
Q11 警告パッケージを見て、自分の喫煙状況と照らし合わせてどう感じますか？	4	3	4	2	4	2	5	2	4	2
Q12 この禁煙活動が行えると感じますか？	5	3	5	2	4	2	4	1	4	2
点数合計	53	30	52	29	45	24	51	23	52	29

III. 結果と考察

第 1 回の合計点数と第 4 回の合計点数を比較すると、被験者 A は 23 点の減少。被験者 B は 27 点の減少。被験者 C は 21 点の減少。被験者 D は 28 点の減少。被験者 E は 23 点の減少であった。喫煙の度に警告表示が目に入り、日が経つにつれタバコの弊害などの認知が深まったことから、点数に変化がみられたと考えられる。また、喫煙場所や周囲に対しての配慮が喫煙本数の減少にもつながったと考えられる。

IV. まとめ

本研究では、パッケージの警告表示がどのような影響を与えるのかについて調査した。一番効果がみられたのは喫煙本数の減少であった。

パッケージの警告表示を用いることにより、喫煙本数が減少するなどの効果が期待でき、禁煙活動に向かう傾向が生まれるのではないかと考えられる。

V. 参考文献

EU のタバコ警告表示

http://tobacco-biyou.jp/package_eu.html

健康日本 21－財団法人 健康・体力づくり事業財団－

<http://www.kenkounippon21.gr.jp/>