

武蔵ヶ丘病院 看護師 藤本恵子

要約

1. 熊本市内の一般的な公立小学校における PTA 広報活動を通じた活動で、タバコに関する情報を収集した。
2. 家族内喫煙率は 60%であり、子ども達の身近にタバコが存在していた。
3. 喫煙する親の 66%は「大人になっても子どもにはタバコを吸ってほしくない」と回答し、親としての複雑な気持ちが垣間見えた。
4. PTA 広報活動による情報を基に「初めの 1 本を吸わない知識」をテーマとした講演を行っている。
5. 講演は非常に有用であり、今後は定期的な講演活動を継続するための教育現場とのネットワーク作りが重要であると考えている。

キーワード：PTA 活動、始めの 1 本を防ぐ、喫煙予防、教育現場、ネットワーク構築

1. はじめに

近年、公共交通機関・公共施設・飲食店・医療機関などでの“分煙”や“敷地内禁煙”の取り組みにより、無煙環境が整いつつある。しかし、熊本県における教育現場の取り組みは遅れているのが現状である。実際、入学式や運動会など催し事の度に、喫煙所が設けられ、大勢の大人たちが群れを成している姿を目にする。

このような中、病院勤務看護師の私は、喫煙者に対する禁煙支援活動ではなく、教育現場において学童期にタバコに対するリスクを伝える事が、将来の喫煙者数の減少につながるのではと考え、小学校の PTA 活動の一環でタバコの広報活動および防煙に関する講演活動を試行錯誤しながら行っている。

2. PTA 広報活動を通じた情報収集

病院で禁煙外来の担当看護師として勤務していた私が、小学校で禁煙支援活動の取り組みを始めたきっかけは、息子の通う小学校の PTA 広報委員になったことである。広報委員ではテーマを決めて、アンケート調査をしたり、小学校の月刊新聞にコラムを掲載したりすることが出来た。禁煙活動に興味のあった私は、「タバコに関する意識調査」を全学年・全家庭を対象に実施し報告した。

【アンケート調査について】 平成 18 年 10 月実施

アンケート配布 児童 567 名 回収 464 名 (回収率 81.8%)

家族 567 家族 回収 278 家族 (回収率 49.0%)

タバコに関する意識調査結果は、大人に対するアンケート結果より**家族内喫煙率 60.1%**（167名／278名）と子ども達の身近にタバコが存在する環境が垣間見えた。

さらに注目する結果として、**喫煙者の 66%**（100名／167名）が、「大人になっても子どもにはタバコを吸ってほしくない」と回答したことである。一度吸い始めると、体に悪いと認識してもやめにくいのがタバコである。タバコをやめられない親の切なる願いが垣間見えた。

また、子ども達の結果で注目したのは、タバコに対する「イメージ」である。くさい・汚い・黒いなどと言う、臭いや色から悪いイメージを持つ子どもが多い中、かっこいい・憧れる…、とテレビなどの視覚情報から喫煙願望を持っている子ども達がいる事も注目する結果であった。



図 1. 海外の受動喫煙防止啓発ポスター

表 1. 子どもアンケート結果

Q タバコを吸う人をどう思いますか？（対象者数 464 名、複数回答可）

喫煙に関する方向性	質問項目	人数（名）
禁煙への志向	臭い	279
	汚い	40
	苦しそう	20
	黒い	52
	かわいそう	12
	かっこ悪い	53
	ムカムカする	110
喫煙への志向	かっこいい	9
	憧れる	8
	落ち着いている	6

このアンケート結果をフィードバックするために、家族へは新聞で報告し、子ども達へは講演活動を通して報告した（添付資料参照）。

3. 初めの1本を吸わない知識をテーマにした情報提供

PTA 広報活動による情報を基に「初めの1本を吸わない知識」をテーマとした講演の資料作成を行った。いかに長く記憶に残る内容にするかに工夫を凝らし構成を行った。

内容は以下の通りである

① タバコ（煙）の自己紹介

- ・ タバコの年齢（500歳以上）・出身地（アメリカ）・タバコの分類（ナス科の植物）などを紹介
- ・ 以前は薬として使用されていたこともある
- ・ タバコが中毒になる理由（ニコチンの説明）
- ・ タバコが病気になる理由（がん・慢性呼吸不全の疾患を通じた説明）
- ・ 疲れやすくなる理由（一酸化炭素が運動能力を確実に落とすことを説明）

② 副流煙について

- ・ 受動喫煙の恐怖を、CM映像やスライドで説明

③ 世界の中の日本・日本の中の熊本

- ・ タバコの価格差
- ・ 世界のタバコの警告文書
- ・ **熊本県の公立学校の敷地内禁煙率の低さ（図2）**

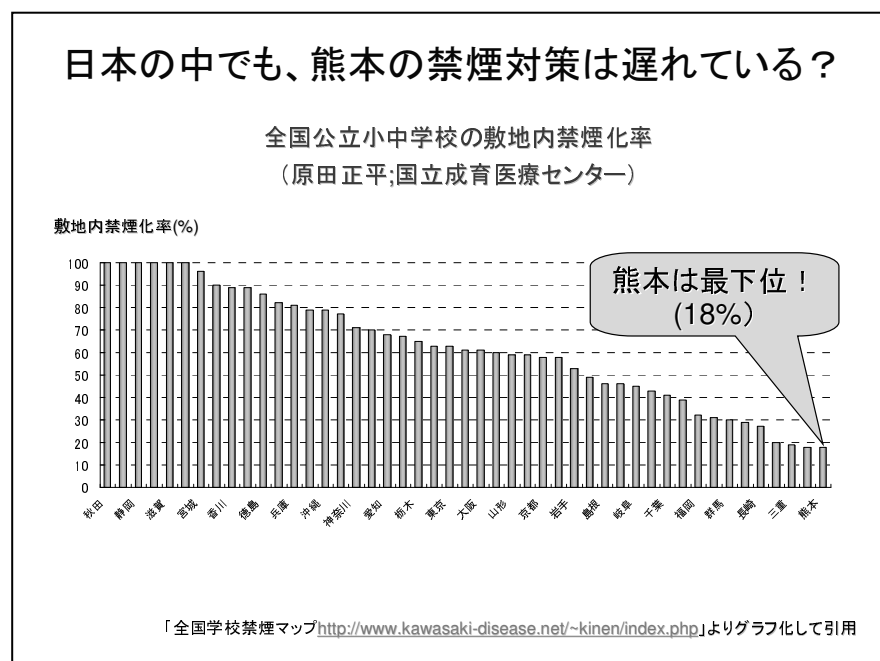


図2.
全国公立学校の
敷地内禁煙化率

④ 初めの1本を誘われた時の断り方

- ・ はっきり意思表示…「いらない」「私は吸わない」
- ・ それでも勧められたら（理由を言う）…「健康でいたいから吸わない」「美人でいたいから」

- ・さらに勧められたら（科学的根拠を示す）…「走る能力が100%落ちるんだよ」
「吸っている人も、周りの人も必ず病気になるよ」

（講演後記）

講演を聴いた子ども達に、どのような反応があるか楽しみであり、不安でもあった。しかし話し始めると、思いのほか生徒達のタバコに対する関心度が高いことには逆に驚かされた。定期的な防煙講演を実施することが希望であるが、学校の日程調整が難しく、繰り返しの講演はなかなか実現しないのが現状である。しかし、講演を聴いた子ども達に「始めの1本」の誘惑が訪れた時、何か一つでも講演内容が心に残り、躊躇する要因となれば・・・と切に願う。

3. 定期的な講演活動を継続するための教育現場とのネットワーク作りの重要性

今回のPTAを通じた活動で、タバコに関する情報発信する場を得たことは、最初の一步としては上々の滑り出しであった。講演後に子ども達から「大人になってもタバコは吸いません!」、「お父さん・お母さんに吸わないよう注意します!」などと力強く書き記した手紙が届いた。この手紙を見返すことは、私の禁煙活動を継続するための原動力となっている。

今後はいかに教育現場と連携し、情報発信を継続して行なっていけるかが課題となる。医療現場では、命を削ってタバコの煙を吸ってきた人達の生の声を聞いているコメディカルや、継続支援の難しさに日々奮闘しているコメディカルが大勢いる。しかしこの生の声は医療現場に留まり、情報発信出来ていないのが現状である。この人材が教育現場で活動をすることが、将来的な予防医学につながるのではと感じている。

4. おわりに

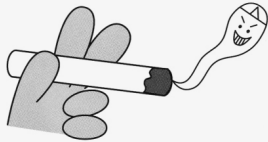
現在の小学生の親の顔ぶれを見ると、多くは昭和40年～50年代の高度成長期に生を受けた世代である。この親世代の私達は、学校でタバコに関する正確な知識を学んだ人はまずいないであろう。職員室では先生の机に灰皿が置かれ、自宅では父親が威厳を保つように家で自由にタバコを吸っていた。テレビは白黒からカラーとなり、ブラウン管から映る映像は花形俳優が山盛りの灰皿でタバコを消すシーンや、吸ったタバコを足で踏み消すシーンなど視覚情報としての悪材料を見て育った世代である。時代はブラウン管から液晶テレビに変わり、俳優さん達のタバコを吸うシーンもめっきり減った。

子ども達は、換気扇の下や家の外でひっそりタバコを吸う姿や、喫煙場所を探し周り、肩身の狭い思いをしながらタバコを吸う親の姿を見て育っている。このマイナスイメージの視覚情報に、正確な聴覚情報を子ども達に発信することができたら、防煙能力が身に付き、今後の喫煙率の低下およびタバコが引き金となる疾患の発生が激減するのではないかと考える。

くまもと禁煙推進フォーラムの取り組みが、教育現場—医療現場間のコミュニティー・ネットワークの構築および、子ども達を疾病から守るような取り組みを牽引する組織・人材育成の場になる事を期待する。

添付資料

タバコでうつ

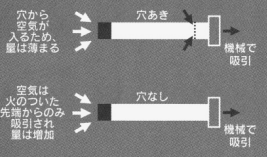


愛煙家の方から「タバコ代がまた値上がりした。そろそろ止め時かな。」
 「近頃タバコを吸う場所がすくなくなってきたよ。」
 というような声が聞かれるようになりまし。これこそが二〇一〇年に発足された「健康増進法」の影響です。「公共施設や病院・百貨店・劇場・飲食店など多数の人が利用する施設は受動喫煙を防ぐ為に、必要な措置を講ずるよう努めなければならぬ。」(厚生労働省発表)と国が定めたのです。「受動喫煙」というのはタバコを吸っている人の煙を、仕方なく吸わされる事です。喫煙者本人よりも周囲の人の方が喫煙の害が強いのです。この法律で、今までは病気になる人に対し、治療費を払つてきただけ、これからは病気の予防のためにお金を払う！と宣言したのです。
 タバコはあらゆる病気のリスクファクターです。「そんなことは知って吸っているんだ！」と聞こえて来そうですが、子ども達のアンケート結果を見て喫煙者の人に、今一度タバコについて考えて頂きたいな、と思います。

豆知識
軽いタバコのからくり

フィルターに穴を開けているだけ！

ニコチン・タールの量の測定法は国際的に決まっている。



- 深く吸い込んだり、肺に長く煙をためたりしてしまう。
- 有害物質の吸入量はむしろ増加している

Q.子どもの前でタバコを吸いますか？

はい	131
いいえ	35
計	166

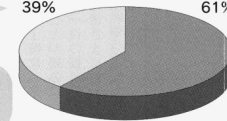
大人アンケートより

61%と半数以上の家庭で、児童と喫煙者が同居しているんだな～！！

子どもの前で美味しく丁寧にタバコを吸っていたら、子供に反対できないよ！

家族にタバコを吸う人がいますか？

180人・39%	276人・61%
----------	----------



■ いる □ いない

(有効回答数456人：1～6年)

Q.子どもが成人した時、タバコを吸いたと言ったらどうしますか？(有効回答数253名)

絶対反対する	166
本数が少なければ付き合ってもOK	61
賛成する	8
その他	18
計	253

大人アンケートより

Q.大人になったらタバコを吸いたいですか？

	吸いたい	吸いたくない
計	22人	442人

(有効回答数464人：1～6年)

この結果には驚きました!! 子ども達は「吸いたくない!!」って思っているのです。では、なぜ吸いたくないと思っっているのでしょうか？理由を児童の生の声でお伝えします！

- 病気になるから
- 一度吸ったら止められないから
- お母さんが吸っているのを見て苦しそう
- かっこ悪い
- 臭い・ムカムカする
- 吸っている人より回りに害がある など…

もっともな意見でございます!!



家族に喫煙者がいる子どもは、成人したらタバコを吸いたい。と答える人が多いのでは？と思っていました。しかし、意外に反し95%の児童が「将来タバコは吸いたくない!!」と答えた事とても嬉しく思いました。
 数多くの児童が「この世からタバコが無ければ誰も吸わなくてすむのに!!」とコメントを書いてくれました。また高学年になると受動喫煙についても理解ができ、「自分達の周りで吸って欲しくない」という回答が目立ちました。しかし、大人のアンケート結果を見ると、喫煙者の家族を持つ児童は、吸いたくなくてもタバコの煙を吸ってしまった環境で生活している事が分かります。
 大切な人をタバコの煙から守って下さい!