

博士論文要旨

氏名	鈴木 朋子
学位の種類	博士（人間科学）
学位記番号	甲第5号
学位授与年月日	平成17年3月16日
学位授与の条件	神戸女学院大学学位規程第5条1項の規程による
学位論文題目	通信制禁煙プログラム「禁煙コンテスト」の評価

論文の要旨

喫煙はがん、循環器疾患、呼吸器疾患など多くの疾患の主要原因であるとともに、禁煙による健康改善効果が明らかにされている。このような背景から公衆衛生活動の一環として、喫煙者への禁煙サポートが行われている。1980年代前半に米国では、個別や集団など専門家の面接を介する禁煙サポートの他に、地域レベルなど大規模な人口を対象とする禁煙サポートプログラムとして Quit & Win と呼ばれる方略が開発された。この方略の特徴は、地域プログラムとして活用され、一度に多くの喫煙者を介入の対象とし、決められた一定期間の禁煙に成功すると抽選で賞品が贈られるという禁煙イベントとしての性格を併せもつ点であった。本研究で検討した「禁煙コンテスト」プログラムは、Quit & Win 方略に基づき、わが国の喫煙対策の実状を考慮して1988年に開発され、その後、改良が加えられたものである。プログラムの概要は、新聞などで広く参加者の募集を行い、そして参加者は郵送されてくる数種類の教材を用いて、最初の2週間はたばこを吸わない生活習慣を徐々に身につけ、4週間の完全禁煙にチャレンジするものであった。Quit & Win 方略は欧米では広く活用されその効果も確認されているが、わが国では筆者の知る限り本プログラムが最初の事例である。そこで本研究では、プログラムの成績の評価、禁煙成功に関連する個人特性の分析を通して、Quit & Win 方略のわが国への適用可能性を検討することを目的とした。研究対象として(財)大阪がん予防検診センターが1998年から2000年にかけて開催した3回の「禁煙コンテスト」を設定した。合計4,221人が申込みを行い、そのうちプログラムへの参加意志を表明した者は2,550人（申込者の60%）であった。これらの者を参加者と定義し、成績評価の母数として用いた。成績は4週間、6カ月間、1年間の禁煙率で評価し、禁煙状況は参加者から提出されるレポート（本人と2人の証人による申告）で把握した。対象者の個人特性については、自己記入式の質問紙で把握した。その結果、本プログラムの成績は4週間の禁煙率が46%、その後6カ月間の禁煙率が20%、1年間の禁煙率が15%であった。また、禁煙成功に関連する個人特性の分析の結果、4週間では男性で、年齢が高い、配偶者がいる、ニコチン依存度が低い、禁煙への準備性が高い、禁煙に成功する自信をもっている、健康への不安を感じていないという

特性が、相互の要因の影響を補正した場合でも有意に禁煙成功との関連を示した。これらの特性のうち、性別と禁煙に対する心理的側面の評価、すなわち禁煙への準備性と自信は、その後6カ月間、1年間の両期間の禁煙継続とも有意な関連を示した。4週間の禁煙成功とは有意な関連を示さなかった1カ月以上の禁煙経験がある、慢性疾患があるという特性は、その後の禁煙継続のみ有意な関連を示した。本研究で評価された成績は、諸外国で実施された Quit & Win 方略を用いた先行研究事例とほぼ同等のものであった。またわが国の禁煙プログラムとしても、専門家による指導を介さない簡易な禁煙プログラムであったにも関わらず、比較的よい成績であることが確認された。これらの点から Quit & Win 方略は、文化や社会的背景が欧米とは異なるわが国においても有効な禁煙サポート方略であると考察された。さらに禁煙成功に関連する個人特性の分析から、本プログラムにより十分な効果が期待される喫煙者像と、逆に、本プログラムでは不十分であり効果が期待できない喫煙者像が推察された。そこで禁煙サポート戦略という全体的な枠組みにおいて、本プログラムが担う役割や位置づけについて検討した。