

# 短期大学生（本学）の喫煙実態と自尊感情の関連

石田 京子\*

## 要約

短期大学生（本学）229名（男85名、女144名）に喫煙と自尊感情に関するアンケート調査を実施し、その実態を明らかにした。

喫煙者は男子学生の喫煙率は44.0%で、女子学生の喫煙率は24.8%と全国平均と比べてはるかに高かった。喫煙開始年齢は、男女とも平均16歳であった。喫煙学生の76.7%が過去に禁煙に挑戦した経験を持っていた。喫煙のきっかけは「友人に勧められたから」が最も多かった。家族の喫煙との関係では、女子喫煙者に母親の喫煙歴との間に相関が認められた ( $\gamma = 0.384$   $P < 0.01$ )。

また自尊感情得点は、過去に喫煙歴があり現在は喫煙していない学生 ( $24.4 \pm 3.98$ )、非喫煙学生 ( $23.5 \pm 4.37$ )、喫煙学生 ( $22.9 \pm 5.27$ ) の順に高く、有意差が認められた。

この結果より、本学での禁煙指導の実施は学生の健康上の課題であるとともに、自尊感情を高めていくためにも必要な課題であることが確認された。

キーワード：短期大学生 喫煙 自尊感情

2007年9月28日受領（理論）

## I 緒言

喫煙は多くの疾病の発生を引き起こす要因として指摘されている。しかし、日本における成人喫煙率は低下傾向を示す一方で、女性はほぼ横ばいである。成人喫煙者の54.7%が未成年のうちに喫煙を経験し、そのうち41.5%が未成年のうちに喫煙が習慣化するという調査結果がある<sup>1)</sup>。また、習慣的に喫煙を始めた年齢が若いほど依存度が高いといわれている<sup>2)</sup>。このように、未成年の喫煙防止は日本の喫煙対策における重要な課題である。本学は短期大学であり、学生の多くは未成年者であるが、喫煙している学生が少なくない。また、本学は介護福祉学科、子ども福祉学科という福祉従事者の教育を行っているという視点からも、禁煙教育に対する方針を持つ必要があると考えられた。そこで、学生の喫煙状態の実態を知り、今後の禁煙教育への示唆を得ることとした。

また、前上らの研究<sup>3)</sup>では、喫煙大学生の自尊感情が非喫煙学生に比べて有意に低いとしており、上田らの研究<sup>4)</sup>でも高校生の喫煙男子生徒の自尊感情が喫煙とネガティブな関係にあると指摘している。そこで、本学の学生の喫煙と自尊感情の関連を調査し、禁煙教育の参考にすることとした。

## II 研究方法

### 1. 対象者および方法

#### 1) 対象者

介護福祉学科 I 部94名、II 部53名、子ども福祉学科126名の合計273名の学生を対象とし、アンケートを配布した。

#### 2) データ収集方法と収集期間

##### (1) データ収集方法

文書と口頭にて研究の主旨を説明し、承諾を得た学

\* 大阪健康福祉短期大学  
石田京子  
〒590-0014 堺市堺区田出井町2-8  
大阪健康福祉短期大学介護福祉学科  
Tel 072-226-6625  
e-mail: k.ishida@kenko-fukushi.ac.jp

表1 学科別喫煙状況

n = 229

		n	平均年齢 mean±S.D.	現在喫煙していない	現在喫煙している	計
介護福祉学科Ⅰ部	男子	25	20.5±3.4	11(44%)	14(56%)	25(100%)
	女子	63	19.0±2.3	48(80%)	12(20%)	60(100%)
介護福祉学科Ⅱ部	男子	27	26.2±6.8	15(56%)	12(44%)	27(100%)
	女子	20	32.6±14.7	14(70%)	6(30%)	20(100%)
子ども福祉学科	男子	32	19.5±1.8	21(66%)	11(34%)	32(100%)
	女子	62	18.9±1.7	47(76%)	15(24%)	62(100%)
計	男子	84	21.9±5.3	47(56%)	37(44%)	84(100%)
	女子	145	20.8±7.3	109(75%)	36(25%)	145(100%)
全体		229	21.2±6.7	156(68%)	73(32%)	229(100%)

生にアンケートを実施し、その場で回収した。アンケートは自筆無記名で、項目は①年齢、②性別、③学科、④家族の喫煙者の有無、⑤本人自身の喫煙の有無、⑥禁煙した理由と禁煙期間、⑦喫煙の開始年齢、⑧禁煙へ挑戦歴、⑨ニコチン依存度—これはFTND(Fagerstrom Test for Nicotine Dependence)と呼ばれ、1987年にFagerstromが開発したテストを、1991年にHeathertonが改定し、臨床的にも有用とされているニコチン依存症の自己診断テストである。6項目の質問からなり、合計10点満点で、0～3点を軽度、4～6点を中等度、7点以上を重度の依存症としている。⑩禁煙への5段階行動変容—1999年に日本呼吸器学会が、「慢性閉塞性肺疾患の診断と治療のためのガイドライン」で示した喫煙者の「禁煙に対する意志」を5段階であらわしたものである。⑪Rosenberg自尊感情尺度<sup>5)</sup>、とした。Rosenbergのいう自尊感情とは、自分が人より優れているとか完全と感じているのではなく、今の自分を「これでよい(good enough)」と考え、成長や改善の期待と限界を知っているというものである。Rosenbergの自尊感情スケールは、4段階のガットマンスケールで40点満点で計算する。このスケールは、思春期の青年のために作り出されたものだが、医療や教育など広い分野で使用されており、信頼性と妥当性が証明されている。本学の学生の状況から、このスケールが適していると考え使用した。

## (2) アンケート収集期間

2006年7月1日～7月27日の約1ヶ月間とした。

## 3) 解析方法

喫煙歴があっても現在禁煙している学生は、非喫煙学生として集計した。アンケート記入の不備なものは除外して集計を行った。解析には、SPSS15.0Jを用いて、記述統計、t検定および $\chi^2$ 検定での有意差検定、ピアソンの相関係数を算定した。

## 2. 倫理的配慮

以下の2点を文書と口頭で説明し、同意を得た。

- 1) アンケートは無記名で、集計は数値化されるため個人の特長はできずプライバシーは守られること
- 2) アンケート結果は個人の学生指導などには用いず、研究のみに使用すること

## Ⅲ 結果

### 1. 対象の属性(表1)

アンケートの回収は239名で、有効回答数は229名であった。回収率は82.1%であった。

対象学生の属性は、介護福祉学科Ⅰ部88名(男子25名で平均年齢20.5±標準偏差3.4歳、女子63名で平均年齢19.0±標準偏差2.3歳)、Ⅱ部47名(男子27名で平均年

図1 喫煙開始年齢

n = 73

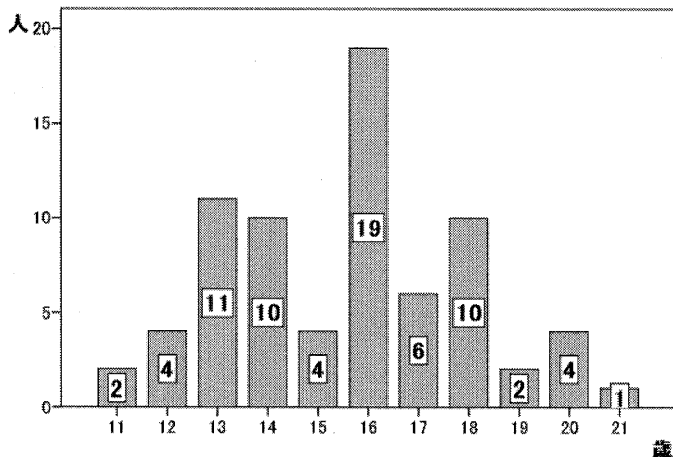


図4 ニコチン依存度

n=73

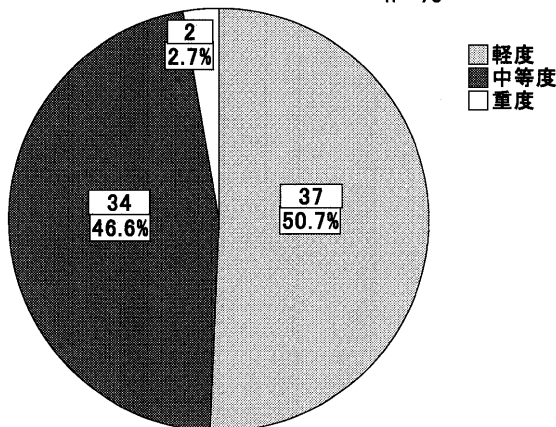


図2 喫煙を始めたきっかけ

n=73

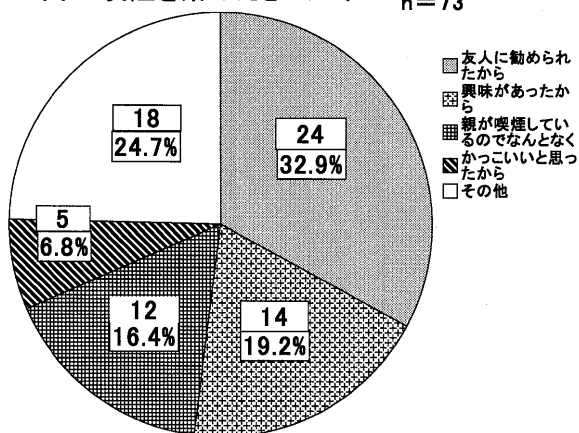


図3 禁煙へのチャレンジ

n=73

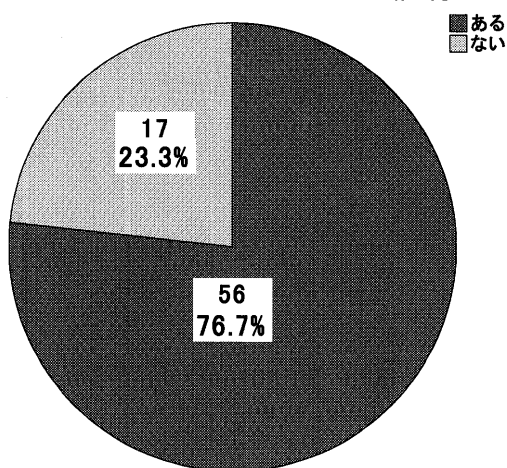
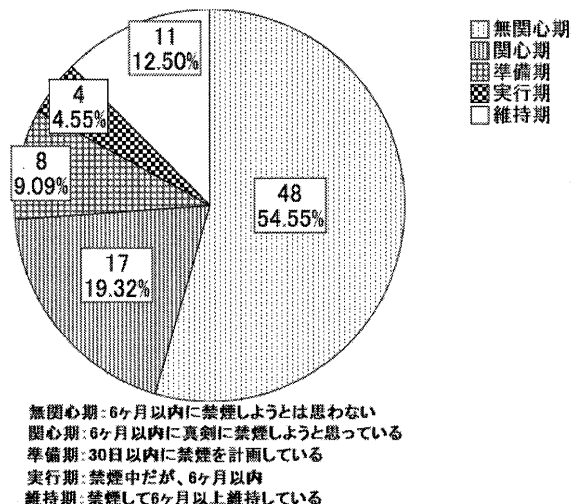


図5 禁煙への5段階行動変容

n = 88



年齢26.2±標準偏差6.8歳、女子20名で平均年齢32.6±標準偏差14.7歳)、子ども福祉学科94名(男子32名で平均年齢19.5±標準偏差1.8歳、女子62名で平均年齢18.9±標準偏差1.7歳)、合計229名であった。

2. 学生の喫煙状況(表1)

学生の喫煙状況は、介護福祉学科 I 部男子学生(56%)が最も高く、介護福祉学科 II 部男子学生(44%)、

子ども福祉男子学生(34%)、介護福祉学科 II 部女子学生(30%)、子ども福祉学科女子学生(24%)、介護福祉学科 I 部女子学生(20%)の順であった。学生全体では、男子学生44%、女子学生25%であった。

3. 喫煙開始年齢(図1)

喫煙の開始年齢は16歳が19人と最も多く、11歳が2名いた。喫煙学生73名のうち50名(68.5%)が16歳までに喫煙を経験していた。20歳を過ぎてから喫煙を開始した学生は5名(6.8%)であった。

4. 喫煙のきっかけと禁煙への挑戦(図2、図3)

喫煙のきっかけは「友人に勧められたから」というものが最も多く、32.88%を占めていた。また、「興味があったから」(19.18%)や「親が喫煙しているのでなんとなく」(16.44%)も少なくなかった。「かっこいいと思ったから」と答えた学生は6.85%と少数であった。ま

た、学生の76%が一度は禁煙に挑戦した経験を持っていた。

表2 喫煙男子学生の家族の喫煙状況との相関係数

		n = 84			
	喫煙男子学生	父親	母親	兄・姉	弟・妹
喫煙男子学生	1	0.152	0.087	0.126	-0.042
父親			0.162	0.031	0.093
母親				-0.066	0.078
兄・姉					0.031

表3 喫煙女子学生の家族の喫煙状況との相関係数

		n = 145			
	喫煙女子学生	父親	母親	兄・姉	弟・妹
喫煙女子学生	1	0.076	0.384**	0.118	0.041
父親			0.263**	0.044	-0.065
母親				-0.061	0.034
兄・姉					-0.027

\*\*p<0.01

表4 非喫煙学生・禁煙成功学生・喫煙学生の自尊感情得点の比較

	n	mean±S.D	検定値
喫煙していない	141	23.5±4.7	0.000**
以前禁煙していたが現在は喫煙していない	15	24.4±4.0	
喫煙している	73	22.7±5.3	

\*\*p<0.01 t検定

表5 質問項目ごとの高自尊感情得点者数と低自尊感情得点者数の比較の

		n = 229	
	質問内容	高自尊感情得点者数	検定値
質問 1)	だいたいにおいて自分に満足している	186	0.186
質問 2)	時々自分がでんでだめだと思う	0.039*	0.039*
質問 3)	自分には良いところがたくさんあると思っている	0.008**	0.008**
質問 4)	たいていの人がやれる程度にはやれる	0.620	0.620
質問 5)	私には自慢するところがあまりないと思う	0.045*	0.045*
質問 6)	時々自分が全く役立たずだと感じる	0.105	0.105
質問 7)	少なくとも他人と同じくらいに価値はあると思う	0.074	0.074
質問 8)	もう少し自分を尊敬できたらと思う	0.098	0.098
質問 9)	だいたい自分は何をやってもうまくいかない人間のように思う	0.031*	0.031*
質問 10)	すべて良いほうにかんがえようとする	0.319	0.319

\*\*p<0.01 \*p<0.05 検定:  $\chi^2$ 検定

## 5. ニコチン依存度(図4)と禁煙への5段階行動変容分類(図5)

ニコチン依存度は軽度のものが51%、中等度が47%と大半を占めていた。重度の学生も2%あった。

禁煙への5段階行動変容分類では、無関心期が54.55%と過半数を占めるが、6ヶ月以内または30日以内に禁煙したいと思っている学生も約30%いた。

## 6. 学生の喫煙状況と家族の喫煙との関係(表2、表3)

喫煙学生と家族の喫煙状況の関係をピアソンの相関係数で検討した。喫煙男子学生と家族の喫煙との間には相関はみられなかった。しかし、女子喫煙学生では、母親の喫煙との間に正の相関がみられた( $\gamma = 0.384$ ,  $p < 0.01$ )。

## 7. 喫煙と自尊感情の関係(表4、表5)

喫煙学生の自尊感情得点は $22.7 \pm 5.3$ で、非喫煙学生の $23.5 \pm 4.7$ 、禁煙に成功した学生の $24.4 \pm 4.0$ と比較して有意に低くなっていた。Rosenberg自尊感情得点は26点以上を自尊感情が高いとしている。そこで、喫煙学生と非喫煙学生を高自尊感情群と低自尊感情群に分け、 $\chi^2$ 検定で両者間の有意差をみた。有意差のあった質問項目をみると、「時々自分がでんでだめだと思う」、「自分には良いところがたくさんあると思っている」、「私には自慢するところがあまりないと思う」、「だいたい自分は何をやってもうまくいかない人間のように思う」であった。

## IV 考察

### 1. 学生の喫煙の実態とその対策について

男子学生の喫煙率(44%)は、全国統計<sup>6)</sup>の20歳代男性の喫煙率(51.3%)と比較して低い方であるが、女子学生の喫煙率(25%)は、全国統計の20歳代女性(18%)と比較し、かなり高くなっていた。また、坂口<sup>7)</sup>(男子学生24.7%、女子学生11.9%)、藤井<sup>8)</sup>(男子学生17.9%、女子学生4.6%)などの大学生を対象とした研究の結果と比較すると、男女ともかなり高くなっている。山崎らの研究<sup>9)</sup>では同じ看護系学生でも短大生の方が喫煙率が高いという結果があり、女子大学生を対象にした岩岡の研究<sup>10)</sup>では学部により喫煙率に差があるとしている。彼らは、教育歴が高くなると喫煙率は下がり、社会人入学の多い学部は喫煙率が高くなるとしている。これらの研究結果から、本学が短期大学であるということと、介護福祉学科の入学生に社会人入学が多いという2点が、喫煙率の高い一つの要因であることが推測される。しかし、社会人の多いII部男子よりI部男子の方が喫煙率が高いことや、子ども福祉学科の女子学生の喫煙率の高さはこのことと矛盾

しており、何か他の要因が考えられ、今後の課題とされる。

喫煙学生の殆どが未成年のうちに喫煙を開始しており、47%の学生が中等度のニコチン依存の状態にあり、禁煙への無関心期の学生が大半を占めている。しかし、喫煙学生の7割以上の学生が一度は禁煙に挑戦した体験をもっているということから、未成年であるがゆえに禁煙しようとしたが、正しい知識や方法が未熟で成功しなかったのではないかとすることも推測できる。阪口ら<sup>11)</sup>も学生は一般知識を有しているが熟知していず、未成年者に対する喫煙の被害を過小評価していたとしている。これらのことから、学生に対して禁煙への正しい、具体的な啓蒙活動の必要性があると考えられる。

また、男子喫煙学生は本人の喫煙と家族の喫煙に相関がないことと、禁煙へのきっかけが「友人に勧められて」ということから、友人とともに禁煙活動への働きかけが有効ではないかと考える。

また、女子喫煙学生は母親の喫煙と相関があった。大浦ら<sup>12)</sup>や山崎ら<sup>13)</sup>の研究でも同様の結果がでており、このことよりとりわけ女子喫煙学生には、家族の協力も得られるような禁煙教育が必要ではないかと考える。辻らの研究<sup>14)</sup>でも、喫煙同居者の有無が禁煙継続において有意差を認めたとされている。

## 2. 禁煙と自尊感情について

禁煙と自尊感情については、前上<sup>15)</sup>や横川の研究でも<sup>16)</sup>禁煙学生の自尊感情や自己効力感が、喫煙学生より高いとされているが、本研究でも喫煙学生の自尊感情が最も低かった。これは、春田ら<sup>17)</sup>が言うように、未成年の時から喫煙していることにより、罪悪感を彼らが感じていると思われる。また、Rosenbergの自尊感情スケールで得点に有意差のあった質問の内容から考えると、喫煙学生は、「自分はだめで」、「良いところがなく」、「自慢するところがなく」、「何をやってもうまくいかない」と自分に対して自信がなく、何をしてもうまくいかないと感じていると思われる。

一方、禁煙成功学生の自尊感情が高いのは、禁煙に成功したためだけではなく、自らをコントロールする力を持っており、そのことが禁煙を成功させ、自尊感情の高さに影響していると推測される。ただ、高橋は禁煙指導の中で、『学生は「禁煙して自分に自身がついた」など、禁煙に成功することで、罪悪感がなくなり、

自尊心も高められる』(高橋 2004)と述べていることから、禁煙に成功することは、直接的に自尊心を高めることにつながる可能性を示唆していると考えられる。同時に、本学の学生の自尊感情は、最も高い禁煙成功学生で24.4であったが、他の研究結果で出されている非喫煙学生の自尊感情は29.1であり、本学の学生の自尊感情は全体的に低いと思われる。

以上のことより、学生が禁煙を成功させられるように支援することは、健康上の課題だけでなく、低い自尊感情を高め、自分に自信を持つことができるようになるための支援でもあるとも言える。また、女子学生の喫煙と母親の喫煙に相関があることから、女子学生への禁煙指導は将来の女子の喫煙者を予防するという視点からも重要ではないかと考える。禁煙教育に当たっては、「罪悪感」を植えつけるような禁煙指導ではなく、自らが課題に取り組むためには、どのように自分をコントロールしていけばよいのかを支援するような内容にしていく必要があると考える。

## V 結 論

1. 介護福祉学科 I 部・II 部、子ども福祉学科の学生 229名の喫煙と自尊感情の実態調査を行った。
2. 学生の喫煙率は、他大学と比較して高かった。特に、女子学生にその傾向が強かった。全国的な傾向と同様に、本学の学生の殆どが未成年のころより喫煙習慣があり、禁煙への挑戦の体験もしていた。
3. 女子学生の喫煙は、母親の喫煙と相関関係が認められた。
4. 自尊感情は、禁煙成功学生、非喫煙学生、喫煙学生の順に高く、有意差が認められた。
5. 本学における禁煙教育は、学生の健康上も必要であるが、自尊感情を高める効果も期待され、罪悪感を持たせないような支援のあり方が求められていることが示唆された。

## 謝 辞

最後になりましたが、アンケートにご協力いただいた大阪健康福祉短期大学介護福祉学科 I 部および

Ⅱ部、子ども福祉学科の学生の皆様に大変感謝いたします。

また、ご協力いただいた子ども福祉学科の教員の先生にもお礼申し上げます。

そして、いつも理解と協力をしてくれる夫に感謝いたします。

(いしだ きょうこ 本学講師)

#### 【注】

- 1) 1999、「平成10年度喫煙と健康問題に関する実態調査」、厚生省
- 2) 2005、「平成17年度全国たばこ喫煙者率調査」、日本たばこ産業株式会社
- 3) 前上里直、山田浩平、小野かつき他、2005、「大学生のセルフエスティームと喫煙に対する態度および行動とのかかわり」、『日本健康教育学会誌』、13、pp118-119、日本健康教育学会
- 4) Ueda.S、2004、'Self-esteem and smoking ,drinking and in Japanese high school students' 『民族衛生』、70(5)、pp95-111、日本民族衛生学会
- 5) 遠藤辰雄、井上祥治、蘭千壽、2002、「セルフ・エスティームの心理学」、ナカニシヤ出版
- 6) 厚生労働省国民衛生調査、「たばこと健康」、2007.9.23、<http://www.health-net.or.jp>
- 7) 坂口早苗、坂口武洋、2005、「大学生の喫煙行動に関する要因についての検討」、『日本公衆衛生雑誌』、52(6)、pp477-485、日本公衆衛生学会
- 8) 藤井香、肥後綾子、久根木康子、2005、「本大学（慶應義塾大学）における禁煙活動とキャンパス別でみた禁煙率の推移」、『慶應保健研究』、23(1)、pp73-77、慶應保健管理センター
- 9) 山崎由美子、中山和美、久保田隆子他、2005、「看護系大学における女子大生の喫煙と健康に関する実態調査－喫煙防止対策の模索に向けて」、『日本母性衛生学会雑誌』、45(4)、pp405-413、日本母性衛生学会
- 10) 岩岡浩子、「女子大学生の喫煙に関する行動科学的研究－大学のコミュニティを基盤とした若年女性思考の禁煙・防煙プログラム開発－」、『生活環境化学研

究所研究報告』、36、pp45-46、生活環境科学研究所

- 11) 7) 前文掲載
- 12) 大浦麻絵、鷺尾昌一、森岡聖次他、2003、「家族の喫煙が青少年の喫煙行動に及ぼす影響－非医療系大学生のアンケート調査より－」、『北海道公衆衛生学雑誌』、17、pp70-73、北海道公衆衛生学会
- 13) 9) 前文掲載
- 14) 辻恵、金高久美子、原田久他、2007、「未成年喫煙者への禁煙支援に影響を与えるニコチン置換療法の実効性の検討」、『日本公衆衛生学会雑誌』、54(5)、pp304-313、日本公衆衛生学会
- 15) 3) 前文掲載
- 16) 横川正子、2002、「看護学生の喫煙とパーソナリティ」、『看護教育』、33、pp78-80、医学書院
- 17) 春田佳代、渡邊智子、金子宏、「看護大学の喫煙の実態調査から見た喫煙対策の検討」、『愛知医科大学看護学部紀要』、4、pp31-36、愛知医科大学看護学部

#### 【引用文献】

- 高橋裕子、2004、「禁煙指導のこつ」、『Medicina』、41(1)、pp42-44

# The Relationship between Smoking Behaviors and Self-esteem among College Students Enrolled in Care Worker Education Courses

Kyoko Ishida\*

## Summary

This study examined self-esteem in relation to smoking behaviors among 229 students (85 males and 144 females) registered in care worker education courses in Osaka College of Social Health and Welfare. The prevalence of smoking in the male and female students was 44.0 and 24.8% respectively, the latter value being about two-fold higher than the average smoking rate of Japanese women. The mean age of smoking initiation was 16, and 76.7% of the student smokers had tried to quit smoking mostly because of recommendation by their friends. Female students with mothers who smoke showed significantly higher smoking rate ( $\gamma = 0.384$   $P < 0.01$ ). The mean self-esteem score of the students with smoking behaviors ( $22.9 \pm 5.3$ ) was significantly lower than those of the students who never have smoked ( $23.5 \pm 4.4$ ), and the students who successfully ceased smoking ( $24.4 \pm 4.0$ ). These results suggested that preventing smoking among college students is important not only for their physical health but also for enhancing their self-esteem.

Keywords : college students, smoking, self-esteem

---

\*Osaka College of Social Health and Welfare  
〒590-0014 8-2 Tadei-cho, Sakai-ku, Sakai City, Osaka  
Osaka College of Social Health and Welfare  
Department of Care and Welfare  
e-mail: kishida@kenko-fukushi.ac.jp