

修士論文(要旨)  
2019年7月

禁煙プログラムの中国大学生への最適化に向けて  
— 一日中大学生の喫煙行動の比較分析 —

指導 久保 義郎 教授

心理学研究科  
健康心理学専攻  
217J4952  
戈 蜀雯

Master's Thesis (Abstract)

July 2019

A optimization of smoking prevention programs for Chinese University students : A comparative analysis of smoking behaviors among University students in Japan and  
China

GE SHUWEN

217J4952

Master's Program in Health Psychology

Graduate School of Psychology

J.F. Oberlin University

Thesis Supervisor: Yoshio Kubo

## 目次

序章	1
第1章 喫煙・禁煙について	3
1.1 日本における現状	6
1.2 中国における現状	7
1.3 大学生の喫煙状況	9
1.4 標準的な禁煙プログラム	11
1.5 禁煙プログラムの効果における文化差の影響	12
1.6 本研究の意義	13
第2章 日中大学生喫煙状況の比較調査	14
2.1 研究方法	14
2.2 分析方法	15
2.3 結果	16
第3章 考察	35
3.1 本研究で明らかになったこと	35
3.2 中国の大学生に禁煙プログラムを再適化するための提言	40
3.3 中国の大学生に向けた禁煙プログラム	42
終わりに	45
謝辞	45
引用文献	I

資料

## 序章

### 第1章 喫煙・禁煙について

#### 1.1 日本における現状

日本の成人男性の喫煙率は長期的には減少傾向にあるが、近年喫煙率の下げ止まりが見られる。中高生の喫煙率は着実な減少が続いている。2010年のたばこ税の大幅値上げによる喫煙率および喫煙量の抑制効果が一時的には観察されたがその後効果が弱まる傾向が見られている。

#### 1.2 中国における現状

WHO Representative Office China(2018)によると、中国には3億人以上の喫煙者がいる、世界の喫煙者の約3割を占めて、中国のタバコの消費量も世界全体の約3割を占めている。中国では、国民は喫煙の悪影響についての意識が低い。

#### 1.3 大学生の喫煙状況

##### 1.3.1 日本の大学生の喫煙状況

日本では、石田(2008)による短期大学生を対象にした2006年の調査では、男子の喫煙率は44%、女子は25%であり、東山ら(2010)が大学生を対象に2009~2010年に実施した調査では、男子の喫煙率は29.0%、女子4.4%となっている。

##### 1.3.2 中国の大学生の喫煙状況

中国の今までの研究文献によると、中国の大学生の喫煙率は21.05%で、男子が33.86%、女子が5.58%とかなり性差がある。多くの研究データによると、大学生の喫煙率は年々増加している。中国の大学生の喫煙率は地域・性別・年齢そして民族によりかなり異なっている。

#### 1.4 標準的な禁煙プログラム

#### 1.5 禁煙プログラムの効果における文化差の影響

#### 1.6 本研究の意義

## 第2章 日中大学生喫煙状況の比較調査

### 2.1 研究方法

#### 2.1.1 目的

本研究では、中国と日本、両国の大学生の喫煙状況、特に「喫煙をはじめた理由」、「喫煙を続ける理由」、「どのような状況で喫煙するか」、「どこでタバコを吸うか」について日中間の差を見る。さらに、日中の大学生の心身の健康状態（GHQ-12）と喫煙本数を調べ、それぞれにおいて、日中間の差があったかを調べるとともに、喫煙が心身の健康に及ぼす影響を検討する。

#### 2.1.2 対象

#### 2.1.3 方法

作成した web 調査票（Google form）を使用する。

#### 2.1.4 調査時期

#### 2.1.5 調査票

本調査票は5つの部分を含む。

### 2.2 分析方法

日中両国の大学生の喫煙行動を比較するために、分析方法は重回帰分析、分散分析を用いて検討する。

分析には IBM SPSS 25 を利用する。

### 2.3 結果

#### 2.3.1 両親の喫煙状況

#### 2.3.2 個人の喫煙状況

日本では、112名の対象者の中で、喫煙率は8.93%になった。喫煙者の中で、女性が2名、喫煙率は1.79%であり、男性が8名、喫煙率は7.14%になった；喫煙者の平均年齢は22.2(±1.6)、未成年が1名で、喫煙率は0.9%となった。

中国では、399名の対象者の中で、喫煙率は11.28%になった。喫煙者の中、女性16名、喫煙率は4.01%であり、男性29名、喫煙率は7.27%になった。喫煙者の平均年齢は20.4(±1.7)、未成年が1名、喫煙率は0.3%となった。

### 2.3.3 タバコに関する知識

### 2.3.4 喫煙についての態度

### 2.3.5 主観健康度

### 2.3.6 心身健康度 (GHQ-12)

### 2.3.7 喫煙率・喫煙の理由および態度

日本では、全調査対象者 112 名中、喫煙者は 10 名であった。喫煙者の平均年齢は 21.3 歳(±6.4)、初めて喫煙した年齢の平均は 17.9 歳(±2.9)、毎日の平均喫煙本数は 5.8(±5.6)、ニコチン依存度 FTND の平均得点は 0.8(±1.6)であった。

中国では、全調査対象者 399 名中、喫煙者は 45 名、喫煙率は 11.28%であった。喫煙者の平均年齢は 20.4 歳(±1.7)、初めて喫煙した年齢の平均は 17.6 歳(±2.8)、毎日の平均喫煙本数は 9.9(±15.8);ニコチン依存度 FTND の平均得点は 1.6(±2.0)であった。

### 2.3.8 日中間の分散分析の結果

日本・中国および喫煙者・非喫煙のそれぞれの間の差を分析するため、知識の得点、主観健康度、GHQ-12 の 3 因子、5 項目のそれぞれについて、項目ごとに国家(日本・中国)と喫煙状況(喫煙者・非喫煙者)の 2 要因分散分析を行った。

知識の得点、主観健康度、GHQ-12 の 3 因子は、日本と中国の間に、差が見られた。そのうち、主観健康度、GHQ-12 の「抑うつ・不安」因子は、非喫煙者と喫煙者の間に、差が見られた。

このことは、この 5 項目に関して、喫煙状況はさほど大きな要因ではないことを示している。

一方、喫煙状況に関して、知識の得点、主観健康度は非喫煙者の方が喫煙者より得点が高かった、GHQ-12 の 3 因子は喫煙者の方が非喫煙者より得点が高かった。このことから、非喫煙者は、全般的に心身健康度が高いことが示される。

また、日本と中国の間において、喫煙者に関するどのような差があったかを調べるために、t 検定を行った。その結果、喫煙者の年齢 [ $t(51)=2.8, p<.01$ ]、「抑うつ・不安」 [ $t(53)=3.2, p<.01$ ]、「社会的活動障害」 [ $t(53)=2.1, p<.05$ ]、「自己肯定」 [ $t(53)=2.7, p<.05$ ]、の平均値の間に、日本は中国より高かった。

### 2.3.10 重回帰分析の結果

本研究では、喫煙大学生の、両親の喫煙状況、喫煙をはじめた理由、喫煙を続ける理由、日常の喫煙場面、喫煙の場所と年齢、喫煙をはじめた年齢、主観健康度、GHQ-12 得点がニコチン依存度にどのような影響を与えているかことを明らかにするために、ステップワイズ法による重回帰分析を行った。

日本では、「両親とも喫煙する」（両親の喫煙状況）、「学習や生活などのストレスが強いから」（はじめた理由）、「朝起きた時」・「グループ活動に参加している時」（喫煙の場面）は、喫煙大学生のニコチン依存度に影響を与えていた。

中国では、「体重を減らすために」（はじめた理由）、「習慣になった」（続ける理由）、「朝起きた時」（喫煙の場面）、「年齢」は、喫煙大学生のニコチン依存度に影響を与えていた。

## 第3章 考察

### 3.1 本研究で明らかになること

#### 3.1.1 日本と中国の大学生の喫煙状況

本研究の結果によると、日本の喫煙率は8.93%であった。性別により、男子大学生の喫煙率は11.11%、女子大学生の喫煙率は7.11%であった。

中国の全体的な喫煙率は11.28%であり、男子大学生の喫煙率は16.67%、女子大学生の喫煙率は7.11%であった。中国の近年の大学生の喫煙率は男女とも、著しい低下したことが示唆される。

#### 3.1.2 日中大学生の喫煙行動への質的な要因

本調査より、日中大学生の喫煙行動への質的な要因として、「親からの影響」、「周囲の人からの影響」、「経済的な要因」、「内的な要因」と考えられる。

#### 3.1.2 日中大学生の喫煙行動への量的な要因

本調査より、日中大学生の喫煙行動への質的な要因として、「年齢」、「ニコチン依存度」、「タバコに関する知識」、「心身健康度」であった。

### 3.2 中国の大学生に禁煙プログラムを再適化するための提言

本研究で提出する禁煙プログラムの対象者は、行動変容ステージにより、3 類型が存在する(表 18)。対象別の目標として、非喫煙者は「喫煙防止」であり、喫煙者は「禁煙への動機づけ」であり、禁煙希望者は「禁煙支援」である。さらに、本研究の喫煙行動に影響する要因の分析による、受動的な社会規制と能動的な自己管理、2つの内容を含められると思われる。

### 3.3 中国の大学生に向けた禁煙プログラム

本調査の結果から考えられると、大学生に向けた禁煙プログラムは以下の方面から努めるべきであると思われる。

#### 1、家庭の禁煙環境を作る

両親は家でタバコを吸うことが減少し、また喫煙をしないように家の禁煙環境を作ることが有効であった。

#### 2、社会の禁煙環境を作る

社会はメディアの力を最大限に利用し、喫煙の有害な影響に関する宣伝と教育を強化し、健康に有害な喫煙の事例を広く収集し、放送の強度を高めるべきであった。喫煙による危害を完全に認識することによって、喫煙に効果的に抵抗し、大学生に喫煙の被害を実感させ、喫煙を拒否することができるようになると考えられる。

#### 3、学校の無煙環境を作る

学校は、大学生の生活を送る主な場所として、非喫煙者に対する喫煙防止であり、喫煙者の禁煙を動機づけであり、禁煙希望者の禁煙支援であり、いずれにしても一貫して重要な場所である。したがって、大学は、タバコの規制にとどまらず、全面禁煙をすべきでなる。

#### 4、禁煙支援を提供する

全面禁煙のキャンパスを作るために、大学は、学校の教職員と学生全員を対象して、タバコ規制の知識、態度、そして喫煙行動に関する調査を定期的に行うべきであり、健診の事後指導の一環として、喫煙者に個別保健指導も重要である。

## 引用文献

東山 明子・津田 忠雄・高橋 裕子(2010). 大学生の禁煙意識:大学生喫煙者喫煙実態と喫煙経費限界意識について 禁煙科学, 3, 35-40

石田 京子(2008). 短期大学生(本学)喫煙実態と自尊感情の関連 大阪健康福祉短期大学紀要 7, 13-19

厚生労働省(2017) 最新たばこ情報 未成年の喫煙

<http://www.healthnet.or.jp/tobacco/product/pd110000.html> (2018年12月31日)

厚生労働省(2018) 最新たばこ情報 成人喫煙率 (JT 全国喫煙者率調査)

<http://www.health-net.or.jp/tobacco/product/pd090000.html> (2018年12月31日)

WHO Representative Office China

<http://www.wpro.who.int/china/mediacentre/factsheets/tobacco/zh/> (2018年12月31

日) World No Tobacco Day: Tobacco and Heart Disease (2018)