

「妊婦とその家族を対象としたセルフヘルプ法による禁煙指導の評価—禁煙コンテストプログラムの普及にむけての検討—」

中 村 正 和

1. 研究目的

近年、若い女性の喫煙者率が増加傾向にあり、妊娠および出産後の児への健康影響が憂慮され、その防止対策の充実が早急に望まれている。そこで、一定地域の喫煙妊婦とその家族（特に夫）を対象に、各種の広報媒体を活用して禁煙コンテストの募集をおこない、コンテストへの参加状況や成功率などを調べ、全国レベルでコンテストを開催するための基礎資料を得ることを目的とした。

2. 研究方法

(1) 研究対象

大阪府下に在住する喫煙妊婦とその家族を主たる対象とした。

(2) コンテストの開催方法

①参加部門

喫煙妊婦とその家族（特に夫）を対象にして以下の3部門を設けた。すなわち、妊婦の部（喫煙している妊婦本人が1人で参加する部門）、夫婦の部（喫煙している妊婦と夫が一緒に参加する部門）、家族の部（喫煙している夫など、妊婦の家族が参加する部門）とした。その他、禁煙を希望する喫煙者が参加する部門としてその他の部を設けた。

②募集方法

1987年5月から全国の市町村の窓口で妊娠届出時に母子手帳と一緒に配布されている（財）母子衛生研究会発行の小冊子「妊娠とたばこ」に、本コンテストの募集案内および参加申込書を綴じて、参加者の募集をおこなった。また、府下の保健所、産科医療施設、母

子衛生研究会西日本地区事務局が開催する妊娠教室などで、ポスター掲示や参加申込書の配布によるPRを実施したほか、新聞社等のマスコミ、産科医療従事者向けの専門誌や妊婦向けの雑誌の出版社に対して報道資料を提供し、記事掲載を依頼した（表1）。

また、PRの方法別に本コンテストの参加状況を調べるため、本コンテストの案内兼申込書（母子手帳に綴じた案内兼申込書を含む）の用紙を配布ルート別に色を変えて配布した。

参加料は、禁煙ガイド代、発送に伴う諸経費の実費として1人2,000円とし、1991年5月～1992年4月にかけて、月単位で申込の受付をおこなった。禁煙のスケジュールは、毎月1日～21日（21日間）を禁煙準備期間とし、毎月22日から翌月の末日まで（約40日間）を禁煙期間と設定した。

(3) 禁煙プログラムの内容

参加者全員に、行動科学的な理論に基づいてタバコをやめる方法をわかりやすくまとめた4種類の禁煙セルフヘルプガイド（ガイドⅠ～Ⅳ）や、タバコの依存度や喫煙のタイプが自己分析できる小冊子などで構成される禁煙セルフヘルプキットを郵送した。この禁煙セルフヘルプキットは、参加者が、まず第1週～3週の禁煙準備期間において、禁煙セルフヘルプガイドⅠ、Ⅱ、Ⅲと上記の小冊子を用いて、喫煙行動の自己記録や喫煙タイプの分析、タバコの銘柄の変更（ニコチン量の少ない銘柄への変更）など、禁煙にむけての準備をおこない、さらに、第4週以降は、禁煙セルフヘルプガイドⅣを用いて、タバコに代わる代

償行動の実践や、喫煙と連合している環境の改善などにより、禁煙の実行と断続を行動科学的におこなえるよう作られている。また、毎週の禁煙プログラムの内容に合わせて、禁煙のコツをわかりやすく解説した「禁煙テレホンサービス」を提供した。そのほか、ビデオ「たばこのはなし」（（財）母子衛生研究会発行）を禁煙プログラムの1つとして希望者に対し、実費頒布（1,000円）で提供した。

(4) 禁煙成功者の表彰

定められた期間（約40日間）完全禁煙を達成し、かつ禁煙ガイドにある禁煙成功宣言を提出した者を禁煙成功者として認定し、禁煙成功者賞（禁煙成功認定証と禁煙のテレホンカード）を贈った。さらに、毎月の禁煙成功者のなかから抽選で賞品（5,000円の商品券）を贈った。

(5) 喫煙状況の確認

コンテスト参加時に喫煙者であったかどうか、および禁煙に成功したかどうかの確認は、それぞれ禁煙チャレンジ宣誓書（参加申込時に回収）、禁煙成功宣言（コンテスト終了時に回収）にかかれた本人と2人の証人のサインをもっておこなった。

3. 研究結果

コンテストへの参加申込は、大阪府以外の地域からもあったので、「大阪府」と「その他の地域」にわけて集計した。

(1) 地域別、部門別参加者数と禁煙成功率

コンテストの参加者数は353人で（表2）、そのうち「大阪府下」178人（50.4%）、「その他の地域」175人（49.6%）で、ほぼ同数であった。参加者の部門別の内訳は、「妊婦の部」13人（3.7%）、「夫婦の部」4人（1.1%）、「家族の部」40人（11.3%）、「その他の部」296人（83.9%）であった。禁煙コンテスト期間中の約40日間の禁煙成功者は70人で、禁煙成功率は19.8%であった。禁煙成功率を部門別にみると（表2）、「妊娠の部」7.7%、「夫婦の部」25.0%、「家族の部」37.5%、「その他の部」18.2%であった。また、禁煙成

成功率を妊婦との関係別にみると（表3）、妊婦6.7%、妊婦の夫34.4%、妊婦の家族40.0%、その他18.2%であった。なお、初経産別に禁煙成功率をみると（表4）、初産の方が経産に比べて、妊婦または妊婦の夫の禁煙成功率が高かった。

(2) 禁煙成功に関連した要因の比較

妊婦、妊婦の夫、およびその他（妊婦の家族を含む）の3群について禁煙成功に関連した要因を比較すると（表5）、禁煙成功率の低かった妊婦では他の群に比べて、禁煙意欲が強いにもかかわらず、禁煙経験が乏しく、禁煙に対する自信が低い傾向がみられた。また、他群に比べて家族に喫煙者が多く、家族から禁煙をすすめられる割合が低かった。そのほか、健康に対して大変不安を感じている者の割合が低く、喫煙による疾病のかかりやすさや禁煙による健康改善効果に対する認知の程度が低い傾向にあった。

(3) PRの方法別にみた地域別、月別参加者数

「大阪府下」の参加者178人についてコンテストのPR別の参加状況についてみると（表6）、小冊子「妊娠とたばこ」の募集案内による参加者は11人（6.2%）、産科施設でのPRによる者は9人（5.1%）、保健所または母子衛生研究会主催の妊婦教室でのPRによる者は4人（2.2%）で、それ以外はマスコミからの参加者154人（86.5%）であった。なお、「その他の地域」からの参加者174人をふくめた全体でみると93.2%がマスコミを通じての参加であった。マスコミの報道と参加者数の月別推移の関係をみると、報道された1～2カ月後にコンテストの参加者は増える傾向にあり、マスコミ報道の影響の大きさが伺われた。

(4) 大阪府下における禁煙コンテストの参加率の推定

大阪府下における妊婦および妊婦の夫の禁煙コンテストの参加率を推定すると（表7）、妊婦では0.08%（1,250人に1人の割合）、妊婦の夫では0.02%（5,000人に1人の割合）であった。これらの数字が、もし、同様の方法で全国的に禁煙コンテストを実施した場合にもあ

てはまると仮定すると、全国レベルでの禁煙コンテストの参加見込数は、妊婦約1,000人、妊婦の夫約250人と推定された（1990年の全国の妊娠届出数1,261,551件をもとに推定）。

4. 考察

大阪府下で各種広報媒体を通じてコンテストのPRをおこなったにもかかわらず、マスコミ以外のPRによる参加者が増えなかった。しかし、企画から実施段階において産科医療施設、市町村、保健所の医療関係者に喫煙妊婦とその家族への禁煙指導の重要性を認識してもらう機会をもつことができたことは意義のあったことと考える。今後、通信制の禁煙プログラム の普及には、マスメディアを含めた各種広報媒体の活用を検討するとともに、産科医療施設や市町村、保健所などの場での禁煙指導の体制を整備すべく努力をしたいと考えている。

設、市町村、保健所の医療関係者に喫煙妊婦とその家族への禁煙指導の重要性を認識してもらう機会をもつことができたことは意義のあったことと考える。今後、通信制の禁煙プログラム の普及には、マスメディアを含めた各種広報媒体の活用を検討するとともに、産科医療施設や市町村、保健所などの場での禁煙指導の体制を整備すべく努力をしたいと考えている。

表1 PRのため各種資料の送付状況

PRのための資料の配布先	配 布 内 容		
	財母子衛生研究会からの配布	財大阪がん予防検診センターからの配布	
	冊子「妊娠とたばこ」*	案内兼申込書	ポスター
府下市町村(大阪市、堺市、東大阪市を含む)	97, 820**	0	0
	13, 870	10, 000	116
	0	28, 960	932
	0	5, 000	250
	—	13, 000	—
合 計	111, 690	56, 960	1, 298

*大阪府下配布分の冊子「妊娠とたばこ」の末尾には案内兼申込書を綴じて、配布をおこなった。

**市町村の窓口で、母子手帳交付時に併せて冊子「妊娠とたばこ」を配布した。

表2 地域別、部門別参加者数と禁煙成功率

部 門	大阪府下		その他の地域		計	
	参加者数	禁煙成功率	参加者数	禁煙成功率	参加者数	禁煙成功率
妊婦の部	4	0.0%(0)	9	11.1%(1)	13	7.7%(1)
夫婦の部	3	25.0%(0)	1	0.0%(0)	4	25.0%(1)
家族の部	18	38.9%(7)	22	36.4%(8)	40	37.5%(15)
その他の部	153	19.6%(30)	143	16.8%(24)	296	18.2%(54)
合 計	178	20.8%(37)	175	18.9%(33)	353	19.8%(70)

表3 地域別、妊婦との関係別参加者数と禁煙成功率

	大阪府下		その他の地域		計	
	参加者数	禁煙成功率	参加者数	禁煙成功率	参加者数	禁煙成功率
妊婦	6	0.0%(0)	9	11.1%(1)	15	6.7%(1)
妊婦の夫	16	13.3%(5)	16	37.5%(6)	32	34.4%(11)
妊婦の家族	3	66.7%(2)	7	28.6%(2)	10	40.0%(4)
その他	153	19.6%(30)	143	16.8%(24)	296	18.2%(54)
合 計	178	20.8%(37)	175	18.9%(33)	353	19.8%(70)

表4 初経産別にみた妊婦および夫の禁煙成功率

参加者	初産		経産		計	
	参加者数	禁煙成功率	参加者数	禁煙成功率	参加者数	禁煙成功率
妊婦	6	16.7%(1)	7	0.0%(0)	13	7.7%(1)
妊婦の夫	17	47.1%(8)	9	22.2%(2)	26	38.5%(10)

(注)経産の回数が不明の者を除いて集計した(妊婦2名、妊婦の夫3名)。

表5 禁煙成功に関連した要因の比較

	妊婦 (N=15)	妊婦の夫 (N=31)	その他 (N=307)
年齢	30.3±4.4	32.1±4.2	43.7±11.7
喫煙開始年齢	18.6±1.9	18.9±2.3	20.6±4.0
1日喫煙本数	18.3±7.4	25.1±8.4	28.6±13.0
ニコチン依存度指数	4.9±2.8	5.1±2.1	5.9±2.2
禁煙経験			
禁煙経験回数	0.8±0.9↓	1.7±1.0	1.2±1.0
禁煙経験ありの者の割合	54.5%↓	83.3%	68.7%
禁煙経験2回以上の者の割合	27.3%↓	62.5%	40.3%
1ヵ月以上禁煙した者の割合	9.1%↓	37.5%	48.6%
禁煙意欲			
是非やめたいと答えた者の場合	90.9%↑	58.3%	68.2%
禁煙に対する自信			
必ずできると思うと答えた者の割合	9.1%↓	20.8%	28.4%
家族の喫煙状況			
家族の喫煙者数	1.2±1.2↑	0.3±0.6	0.4±0.6
家族に喫煙者がいる者の割合	72.7%↑	25.0%	33.8%
家族に喫煙者が2人以上いる者の割合	27.3%↑	8.3%	6.0%
家族からの禁煙のすすめ			
家族から禁煙をすすめられたことがあると答えた者の割合	36.4%↓	62.5%	48.8%
医師からの禁煙のすすめ			
医師から禁煙をすすめられたことがあると答えた者の割合	36.4%↓	45.8%	51.0%
健康に対する不安			
健康に不安を大変感じていると答えた者の割合	0.0%↓	12.5%	14.4%
喫煙による疾病の脆弱性の認知			
同意すると答えた者の割合	45.5%↓	50.0%	67.7%
禁煙による健康改善効果の認知			
同意すると答えた者の割合	36.4%↓	50.0%	62.3%

(注)年齢、喫煙開始年齢、1日禁煙本数、ニコチン依存度指数、禁煙経験回数については、平均値±標準偏差の形で示した。

表6 P Rの方法別にみた地域別参加者数

地域	P Rの方法*	参加者数
大阪府下	府下市町村	11
	府下保健所開催の妊婦教室など	1
	府下産科医療施設	9
	母子衛生研究会開催の妊婦教室	3
	マスコミ等の報道	154
その他の地域	マスコミ等の報道	175
合 計		353

*本コンテストのPRは、マスコミ等の報道を除いて、案内兼申込書を綴じた冊子「妊婦とたばこ」や案内兼申込書単独の配布、コンテストの案内ポスターの掲示などによりあこなった。

表7 大阪府下における禁煙コンテストの参加率の推定

	対象とな 禁煙者数	禁煙コンテスト 参加者数	禁煙コンテスト 参加率
妊 婦	7,500 (6,000~9,000)	6	0.08% (1/1250)
妊婦の夫	67,500 (67,000~68,000)	16	0.02% (1/5000)

喫煙妊婦の推定数 $9.5 \text{万人} \times 6 \sim 9\% \times 2^{-4} = 6,000 \sim 9,000 \text{人}$

喫煙する夫の推定数 $9.5 \text{万人} \times 71 \sim 72\% \times 3^{-4} = 67,000 \sim 68,000 \text{人}$

*1 大阪府下妊娠届出数(1989年)

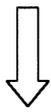
*2 妊娠届出時の自記式アンケート調査(大阪府摂津市、1985年4月-86年3月)

*3 妊娠届出時の自記式アンケート調査(大阪府門真市、1984年7月-86年6月)

*4 妊娠中期母親学級受講時のアンケート調査(大阪府立病院、1985年7月-87年3月)



検索用テキスト OCR(光学的文字認識)ソフト使用
論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります



1. 研究目的

近年、若い女性の喫煙者率が増加傾向にあり、妊娠および出産後の児への健康影響が憂慮され、その防止対策の充実が早急に望まれている。そこで、一定地域の喫煙妊婦とその家族(特に夫)を対象に、各種の広報媒体を活用して禁煙コンテストの募集をおこない、コンテストへの参加状況や成功率などを調べ、全国レベルでコンテストを開催するための基礎資料を得ることを目的とした。