《資　料》

地域と連携した喫煙防止教育
～生徒保健委員を中心とした13年間の取り組み成果～

鈴木久美子、鈴木華凛、鈴木祥子

山形県立荒砥高等学校

本校では興味本位で喫煙しがちな高校生や地域に向けて喫煙防止をキーワードに、2006年から地域の方々や専門医の先生と連携した取り組みを継続している。高校生が自ら正しい知識を学び、仲間や地域の方々に伝える体験を通じ、自分だけでなく周りの人々の健康意識向上を図ろうとする実践と、活動の中で変わっていく高校生の認識や行動変容について紹介する。

キーワード：喫煙防止教育、ピアサポート、地域連携

はじめに

本校は、創立71周年を迎えた山形県の中部に位置する白鷹町唯一の高等学校である。総合学科各年次2クラス、生徒数138名の小規模校であるが、総合学科の特性を生かし、多彩な教科や科目が開設され、生徒は1人1人の進路や興味に合わせて科目を選択し学んでいる。地域の高校生としてボランティア活動にも積極的に参加している。白鷹町は「日本の紅（あか）をつくる町」として古（いにしえ）の時代からべに花の生産にかかわるほか、これもまた古くからホップや葉タバコの栽培が行われている。そのためか、他の地域と比べて飲酒や喫煙に対して寛容な風潮があった。健康増進法制定（2002年）後も、高校生が興味本位から気軽にタバコに手を出し常習化する時代背景[1]もあり、喫煙場面は校舎内外で散見された。喫煙防止教育は学校だけでは対応しきれず、地域・家庭も巻き込んだ取り組みが喫緊の課題だった。本校の喫煙防止教育は2006年に本格的にスタートし、その後も白鷹町の地域の方々、専門医の先生と連携し現在も継続して行われている。高校生が自ら喫煙防止について学び・伝える体験を通じ、自分だけでなく仲間や地域住民の心身の健康意識向上を図る13年間の取組みについて紹介したい。

連絡先
〒992-0831
山形県西置賜郡白鷹町大字荒砥甲367
TEL：0238-85-2171　　FAX：0238-85-2823
e-mail：ssuzukiku@pref-yamagata.ed.jp
受付日2020年3月24日　採用日2020年6月30日

取り組みの内容

1. 生徒保健委員によるピアサポート[2]

本校では毎年健康に関するテーマを設定し、生徒保健委員各々が学び、その知識を他の生徒に教えるピアサポートを実施している。生徒同士が教え学びあうことで健康に対する興味や意欲を喚起し、行動変容を促すことを目標としている。

2006年、当時の本校養護教諭であった片桐麻希子先生がピアサポート、後述の専門家による喫煙防止講話、地域連携を柱立てとした喫煙防止活動の取組みを始めた。片桐先生は活動の経緯とその内容を、2012年4月仙台で開催された第6回日本禁煙学会学術総会においてポスター発表をした。その同じ会場で「加濃式社会的ニコチン依存度調査票」（Kano Test for Social Nicotine Dependence; KTSND[3]）を用いた研究発表に接する機会があった。KTSNDは喫煙を美化、正当化し、嗜好として認知する社会的依存を含めた心理的依存のスクリーニング法であり、タバコに対する認知の歪み（害の否定や効用の過信、禁煙の障害の過大評価）を評価することができる。片桐先生は、タバコへの関心や自分を含む周囲の喫煙環境から最初の1本に結びつくことが多かった当時の荒砥高校生にも有用と考え、保健委員の生徒たちに紹介して、彼らと共に2012年5月に調査を行った。喫煙防止教育10年目の2016年の生徒保健委員会は自分たちの新たな課題を考えるため、過去

の先輩方の活動をふりかえった。そのなかで2012年の調査結果を見つけ、タバコへの関心や喫煙環境の変化を2012年の調査と比較するために、全校生に向けて実施し、年次ごとの平均点を保健委員が算出した。KTSNDは暫定規準値を9点以下としており[4]、2012年、2016年とも9点以下でタバコや喫煙に対する認知の歪みは存在しなかった。さらに、4年間で社会的ニコチン依存度は年次、男女とも低くなっていた（表1）。本人、友人の喫煙について喫煙者は減少していたが、家族の喫煙率においては64％から62％とほぼ変化は見られず、家庭内の禁煙は進んでいない状況があった（図1）。生徒保健委員会は活動のキャッチコピーを「受け継がれし想い。青春にタバコはいらない～タバコについて知ってもらい喫煙しない大人になろう！ この際、大人には禁煙してもらおう！」とし、高校生の喫煙予防は勿論、タバコを吸う家族や地域の方に向けて高校生からメッセージを送ることにした。

文化祭ではタバコやその影響について調べ、展示ポスターを作成し、一般公開では来場者や本校生にポスターセッションを行った。タバコマンの着ぐるみを着て呼び込みをしたり、足を止めて下さった方に喫煙者にむけたメッセージをコラージュのように貼り付けたりした。

表1　KTSND合計点平均比較

	2012.5.31実施（対象生徒166人）	2016.8.26実施（対象生徒181人）
学　年		
1年次	6.6	5.5
2年次	7.7	4.7
3年次	6.3	5.4
全　体	6.8	5.2
性　別		
男　子	7.4	6.4
女　子	6.5	4.2

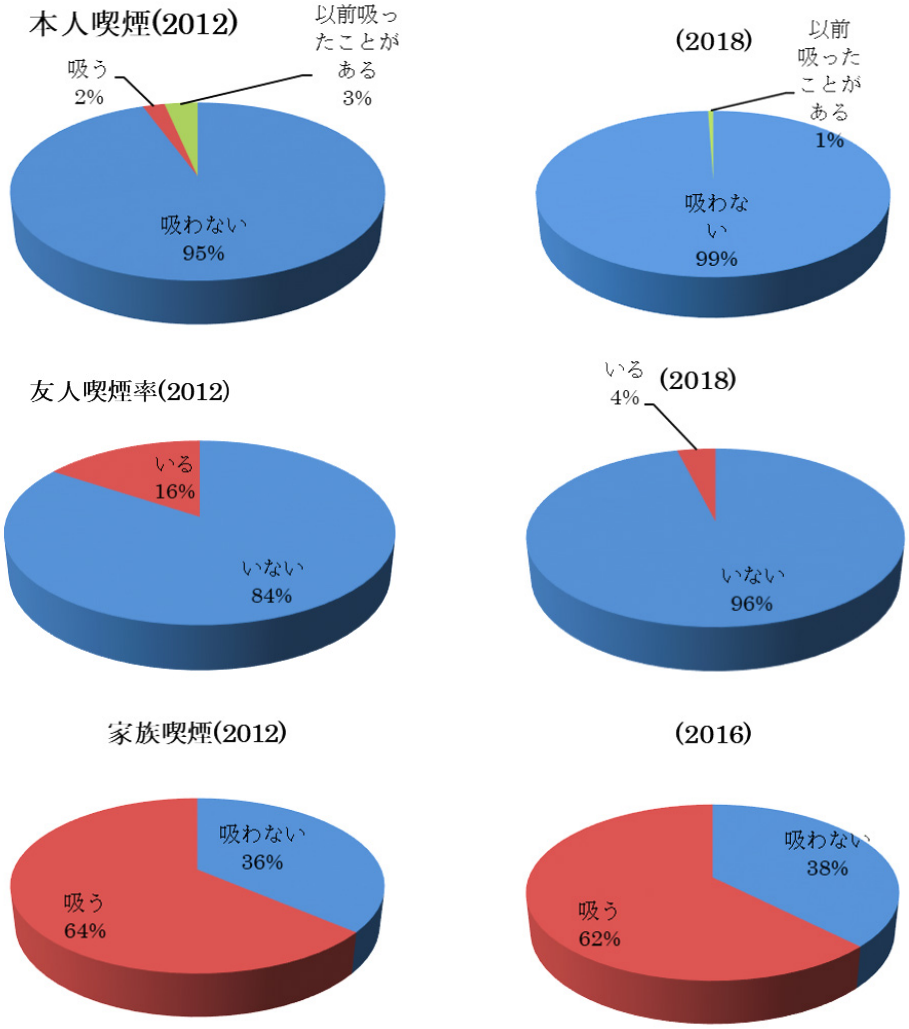


図1　本人・友人・家族の喫煙率比較

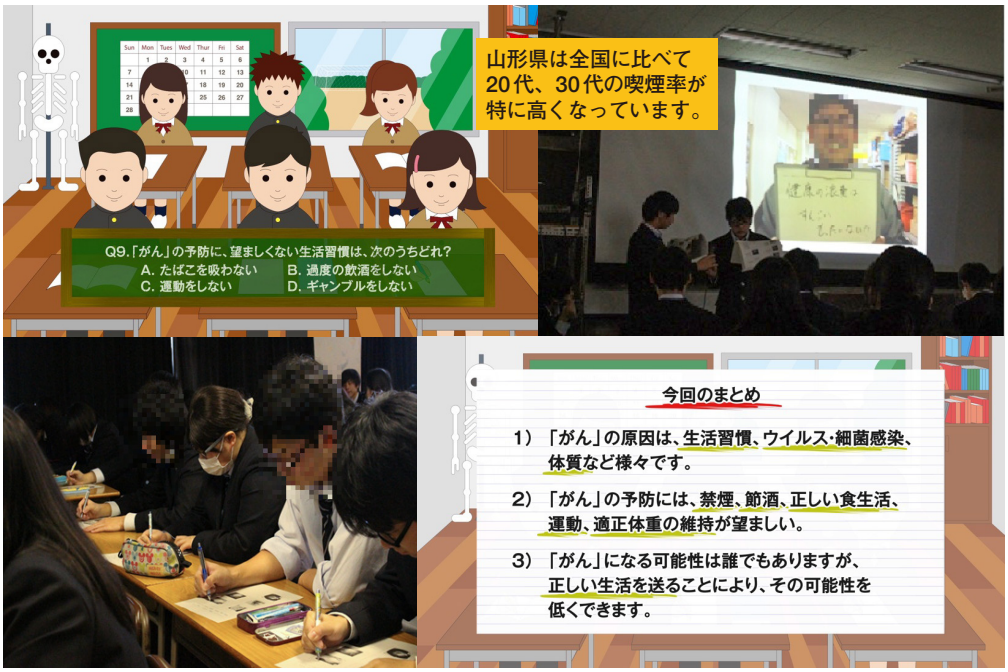


写真1　生徒による保健指導（ピアサポート）

1月にはロングホームルームの時間に全校生向けに保健指導を実施した。参加型のクイズ形式とし、タバコの害や山形県・白鷹町の現状や先生方からのメッセージも加え、興味をもって考えてもらえるよう工夫した（写真1）。

2. 専門家を招聘しての喫煙防止教育講話

本校では、科学的知識を学び、正しい行動選択ができる知識と態度を学ぶことを狙いとした健康教育講話を実施している。喫煙防止に関わる医師や保健師、あるいは町民有志の健康を考える会の方々をお招きし、先進的な知識の講義や、実験や教材展示のご協力、寸劇をみせていただいたりしている。タバコ＝ダメという一辺倒な教えではではなく、健康よりも利益を優先する経済や企業の巧妙な戦略に気づいたり、自分は人生の中で何を選択していくのか？ あるいは喫煙者をどのように捉えていたのか、これからはどう関わるのか？ など、生徒たちが禁煙をキーワードに多角的な観点から考えるきっかけになっている（写真2）。

3. 地域連携・交流

本校の生徒保健委員会は地域との連携・交流を行っている。その1つ目は「しらたか禁煙マップ」の作成である。白鷹町保健福祉課からデータをいただき公共施設やコミュニティセンター約140か所の喫煙

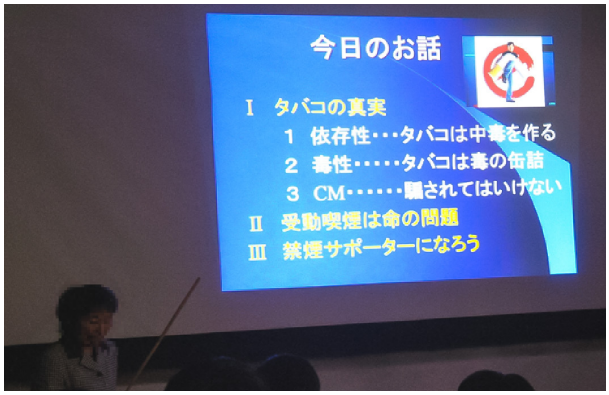


写真2　専門家による喫煙防止教育講話

環境を毎年調査し更新している。地域の禁煙化状況を知り、その情報を高校生から発信している。地域全体の喫煙予防の意識改善と、利用する施設や公民館の状況について、生徒が自ら興味を持ち環境を改善する力になってくれればと考えている。禁煙マップはパウチングをして、荒砥高校だけでなく役場や健康福祉センターにも掲示を依頼している（図2）。

地域連携・交流の2つ目の実践は「元気ニコニコ健康まつり」への参加である。白鷹町では毎年11月に町の健康福祉課が中心になり、健康づくり推進協議会、歯科衛生士会、薬剤師会、消防署、授産施設の方々の協力のもと健康まつりが開催されている。生徒保健委員はボランティアとして参加する。その中の荒砥高校ブースでは生徒が調べた喫煙予防啓発の掲示物や禁煙マップ展示をしている。また、禁煙紙

～きれいな空気で健康白鷹～　禁煙マップ・過去13年間の変化をまとめました

公民館・分館

番号		分館名	2006年	2010年	2015年	2018年
1	蚕桑	東高玉	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
2		雪舟町	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
3		権現堂	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
4		睦	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
5		北星	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
6		西高玉	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
7		境	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
8		門前	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
9		西田尻	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
10		高野	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
11		笠松	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
12		北小路	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
13		横越	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
14		東田尻	取組なし	分煙等	禁煙	禁煙
15		下町	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
16		山口	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
17		佐野	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
18		沖	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
19	鮎貝	山際	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
20		姫城	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
21		新地	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
22		駅前（鮎貝）	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
23		八幡	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
24		中丸	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
25		桜館	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
26		大町西	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
27		大町東	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
28		内町	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
29		銅町	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
30		赤坂新町	分煙等	分煙等	禁煙	禁煙
31		森合	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
32		笂和田	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
33		柏原新田	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
34		神明町	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
35		高岡	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
36		深山	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
37		黒鴨	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙

番号		分館名	2006年	2010年	2015年	2018年
38	荒砥	八幡一	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
39		八幡二	分煙等	禁煙	禁煙	禁煙
40		新町	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
41		上町	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
42		出来町	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
43		横町	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
44		仲町	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
45		貝生	取組なし	分煙等	禁煙	禁煙
46		菖蒲	取組なし	取組なし	取組なし	禁煙
47		下山	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
48		佐野原	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
49		大瀬	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
50	十王	上野	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
51		八卦	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
52		塩田	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
53		中十王	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
54		本宿	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
55		宝前町	取組なし	取組なし	取組なし	禁煙
56	鹿山	折居	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
57		中滝野	取組なし	取組なし	－	－
58		細野	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
59		滝野	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
60		山道	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
61		南	取組なし	取組なし	－	－
62		西	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
63		新屋敷一	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
64		新屋敷二	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
65		上原	取組なし	分煙等	禁煙	禁煙
66		中山	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
67		針生	取組なし	取組なし	－	－
68	東根	浅立	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
69		原	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
70		広野	分煙等	分煙等	禁煙	禁煙
71		小山沢	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
72		町下	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
73		上杉沢	取組なし	取組なし	取組なし	取組なし
74		杉沢中央	取組なし	取組なし	禁煙	禁煙
75		松岡	取組なし	取組なし	－	－
76		上海生	取組なし	取組なし	－	－

公共施設

番号	施設名	2006年	2010年	2014年	2018年
77	役場	禁煙	禁煙	禁煙	禁煙
78	役場分庁		禁煙	禁煙	禁煙
79	議会関係		禁煙	禁煙	禁煙
80	中央公民館	禁煙	禁煙	禁煙	禁煙
81	蚕桑公民館	禁煙	禁煙	禁煙	禁煙
82	鮎貝公民館	禁煙	禁煙	禁煙	禁煙
83	荒砥公民館	禁煙	禁煙	禁煙	禁煙
84	十王公民館	分煙等	分煙等	禁煙	禁煙
85	鹿山公民館	禁煙	禁煙	禁煙	禁煙
86	東根公民館	禁煙	禁煙	禁煙	禁煙
87	就業構造改善センター		禁煙	禁煙	禁煙
88	保育園5か所	禁煙	禁煙	禁煙	禁煙
89	ふるさと子ども交流館		取組なし	－	－
90	白光園		分煙等	－	－
91	白光園DS		分煙等	－	－
92	はっぴーDS		分煙等	－	－
93	山峡体育館	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
94	つむぎパーク		禁煙	禁煙	禁煙
95	スキー場	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
96	ソフトボール場	取組なし	禁煙	禁煙	禁煙
97	図書館	禁煙	禁煙	禁煙	禁煙
98	パワーセンター		禁煙	禁煙	禁煙
99	情報センターテレワークセンター		取組なし	禁煙	禁煙
100	深山和紙振興センター		禁煙	禁煙	禁煙
101	給食共同調理場		禁煙	禁煙	禁煙
102	浄化センター		禁煙	禁煙	禁煙
103	パレス松風		分煙等	分煙等	分煙等
104	もりもりハウス		取組なし	－	－
105	土里夢農園		禁煙	－	－
106	のどか村		分煙等	－	－
107	こぶしの家		分煙等	－	－
108	斎場		取組なし	－	－
109	健康福祉センター	禁煙	禁煙	禁煙	禁煙
110	町立病院	禁煙	禁煙	禁煙	禁煙
111	教育委員会	禁煙	禁煙	禁煙	禁煙

	施設名	2006年	2010年	2015年	2018年
医療機関（民間）	大森医院	禁煙			
	多田医院	禁煙			
	新野医院	禁煙			
	みゆき整形外科	禁煙			
	横沢医院	禁煙			
	五十嵐歯科医院	禁煙			
	岩崎歯科医院	禁煙			
	佐藤歯科医院	禁煙			
	わたなべ歯科医院	禁煙			
学校	荒砥小学校	禁煙			
	鮎貝小学校	禁煙			
	蚕桑小学校	禁煙			
	鹿山小学校	禁煙		－	
	中山小学校	禁煙		－	
	東根小学校	禁煙			
	白鷹西中学校	禁煙			禁煙
	白鷹東中学校	禁煙			
	荒砥高校	禁煙			
	白鷹高等専修学校	禁煙			
金融機関	きらやか銀行荒砥支店	禁煙			
	きらやか銀行鮎貝支店	禁煙		－	
	山形銀行荒砥支店	禁煙			
	山形中央信用組合	禁煙			
	浅立郵便局	禁煙			
	鮎貝郵便局	禁煙			
	荒砥郵便局	禁煙			
	畔藤簡易郵便局	禁煙			
	蚕桑郵便局	禁煙			
	白鷹簡易郵便局	禁煙			

取組なし
分煙等
禁煙

13年間で新たに　＊敷地内・施設内禁煙になった場所・・・56か所
＊分煙実施形態をとっている場所　・・・1か所　です。
白鷹町の禁煙の取り組みは、13年間で随分進みました。現在、白鷹町の喫煙者は15.4%。
喫煙対策がとられている公共施設は約82%です。
「きれいな空気で健康白鷹」を目指し呼びかけをすすめていきたいと思います。

企画・作成
元気ニコニコ推進会・荒砥高等学校保健委員会

図2　「きれいな空気で健康白鷹」禁煙マップ・過去13年間の変化

芝居の時間をいただき集まってくれた子供たちや地域の方々の前で発表を行っている（写真3）。笑顔で、わかりやすく、見てくれる方に届くよう声のトーンなど工夫しながら発表した。

4. アンケート結果

2019年7月15日に、全校生に喫煙防止講話前後のアンケート結果を取ったところ、講話の重要性や有用性について100％の生徒が肯定的に認識していた。タバコのリスクや依存性について講演後は5％増の93％が理解し、将来の禁煙行動については2％増の94％の生徒が肯定的な回答をしている。日頃からの生活実践について（バランスの良い食事や適度な運動、休養や睡眠など調和のとれた生活）も講演後は肯定的な回答が100％となり、タバコにかかわらない生活や健康行動について前向きな気持ちになったことが伺えた（表2）。

2019年11月15日に、実際に活動した生徒保健委員と全校生にアンケートを実施した。生徒保健委員11名全員が活動前よりもタバコに関しての知識や関心が増えたと回答した。将来、自分は絶対にタバコに手をださないという生徒保健委員が100％、周り

写真3　地域住民への啓発活動（禁煙紙芝居）

の人のタバコを止めるかの問いについては91％の生徒保健委員が働きかけを行動化すると回答した。実際に親に『タバコをやめて』というようになった生徒保健委員もいる。受動喫煙被害認識や保護者への健康意識への危機感が高まったと考えられる（図3）。

考　察

長年の活動が途切れなかったのは、地域や専門医の方々の支援と、幅広い年代の方と交流することが自らの健康意識や喫煙防止への高揚につながったからのように思われる。文化祭や健康まつりで展示

表2　講話前後アンケート

○調査対象　県立荒砥高等学校

全年次　128名
実施前128名　実施後126名
2019.7.15実施
（単位：%）

喫煙・飲酒・薬物乱用防止についての学習は健康な生活を送るために重要だ	〈実施前〉	〈実施後〉
そう思う	75.0	88.9
どちらかといえばそう思う	22.7	11.1
どちらかといえばそう思わない	0.8	0.0
思わない	1.6	0.0
無回答	0.0	0.0

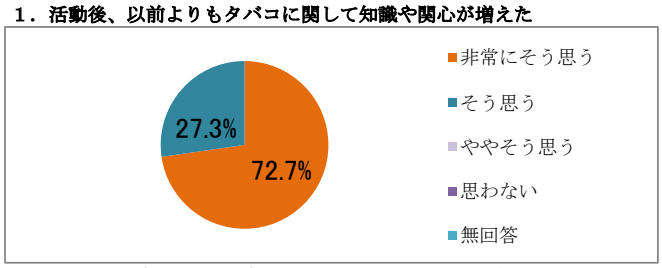
たばこの煙の有害物質ニコチンには依存性がある	〈実施前〉	〈実施後〉
正しい	88.3	92.9
誤り	11.7	6.3
無回答	0.0	0.8

将来、喫煙をしない、もしくは節度ある喫煙をしようと思う	〈実施前〉	〈実施後〉
そう思う	82.0	87.3
どちらかといえばそう思う	9.4	6.3
どちらかといえばそう思わない	3.1	2.4
思わない	5.5	2.4
無回答	0.0	1.6

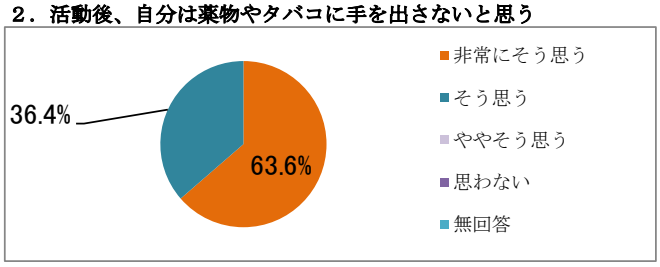
日頃から、バランスの良い食事や適度な運動、休養及び睡眠など調和のとれた生活を実践しようと思う	〈実施前〉	〈実施後〉
そう思う	75.0	81.7
どちらかといえばそう思う	22.7	17.5
どちらかといえばそう思わない	2.3	0.0
思わない	0.0	0.0
無回答	0.0	0.8

2019年度　喫煙防止活動後アンケート
○調査対象　・県立荒砥高等学校保健委員　1～3年次　11名
2019. 11. 15実施

1．活動後、以前よりもタバコに関して知識や関心が増えた



2．活動後、自分は薬物やタバコに手を出さないと思う



3．活動後、周りの人のタバコもとめると思う

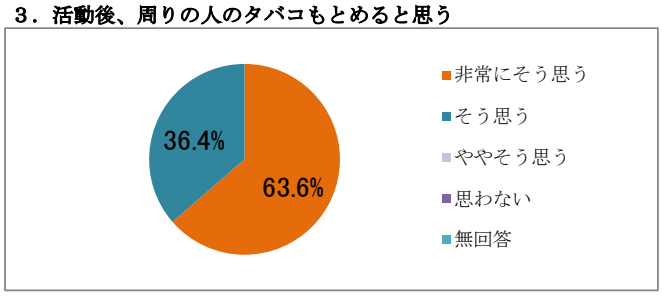


図3　保健委員会活動後アンケート

やプレゼンテーションすることで他の生徒や地域の方々から、評価や励ましをいただき達成感を感じた生徒も多かった。健康まつりに参加することでいままで気づかなかった地域の健康施策や、その地域に暮らしているのだという誇りや安心感とともに、その地域の方々に頼りにされているという想いと嬉しさは、自己有意感を確かに上げていった。正しい知識の獲得、健康意識の向上、自尊感情や自己肯定感が喫煙に歯止めをかけ、喫煙者を理解したうえで健康リスクや対応について支援していく力を醸成していくと考えられる。

次年度からは1年次が1クラスとなり保健委員の数も少なくなる。小規模校の本校では学習や部活動に加えいろいろな役や仕事が回ってくる。時間の確保や生徒の実情、日程調整など課題は数多くあるが、喫煙防止というキーワードをとおして生徒たちは自らの健康を増進し、なりたい自分になるための力を自分たちで推し進めることができるということを目のあたりにしている。研究を始める前は「どうせやっても無駄だ」「面白くない」と諦めばかりを口にしていた生徒や、委員会をさぼりがちだった生徒、あるいは、人とのかかわりが苦手だった生徒が積極的に自ら行動していく姿に素直に毎年感動している。これからも地域や専門機関と連携しながら、自分の健康に興味や関心を持ち、自分はもちろん家族や地域の健康に目を向け、行動する力を持った生徒保健委員会活動を生徒とともに推進していきたい。

謝　辞

この活動の基礎をつくり、つないでくださった本校の旧養護教諭、片桐麻希子先生、鈴木千明先生に深謝を申し上げます。

本論文の要旨は、第13回日本禁煙学会学術総会（2019年11月3日、山形市）にて発表し、第1回GRP賞（草の根活動賞）を受賞した。

参考文献

1) 尾崎米厚：青少年の喫煙行動・関連要因・および対策. J Natl Inst Public Health 2005; 54: 284-289.
2) 西山久子，山本力：実践的ピアサポート及び仲間支援活動の背景と動向. 岡山大学教育実践総合センター紀要2002; 2: 81-93.
3) Yoshii C, Kano M, Isomura T, et al: An Innovative Questionnaire Examining Psychological Nicotine Dependence, “The Kano Test for Social Nicotine Dependence (KTSND)” . J UOEH 2006; 28: 45-55.
4) 加濃正人：ニコチンの心理的依存. 日ア精医誌 2008; 15: 3-14.