

健康ステップアップ

2022年10月3日

北星学園大学 北星学園大学短期大学部

医務室

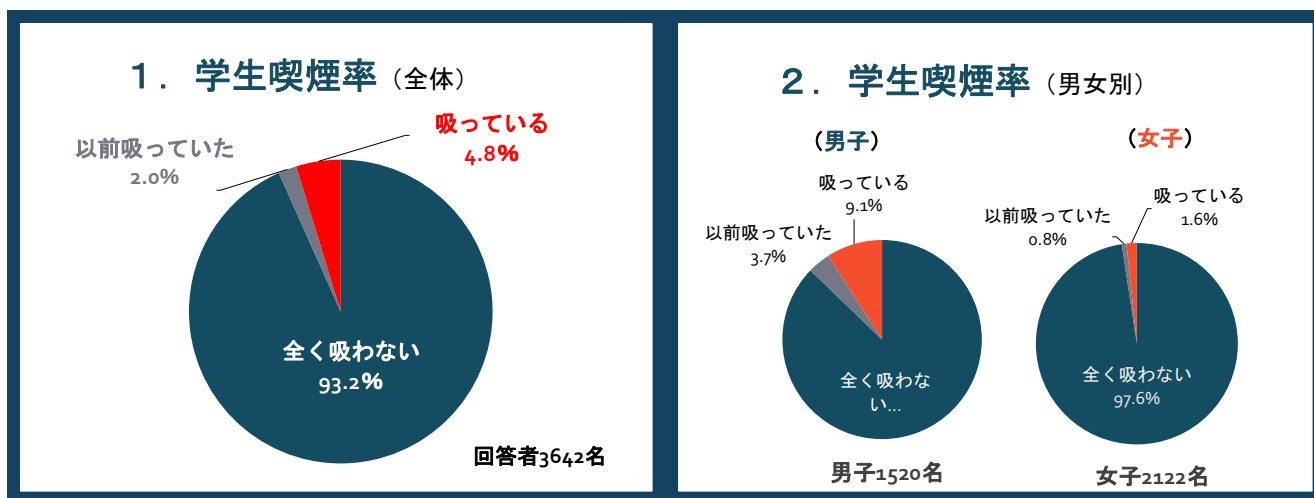
第78号

保健調査の結果から(タバコ編)2022

学生さんの喫煙率は、4.8%でした。

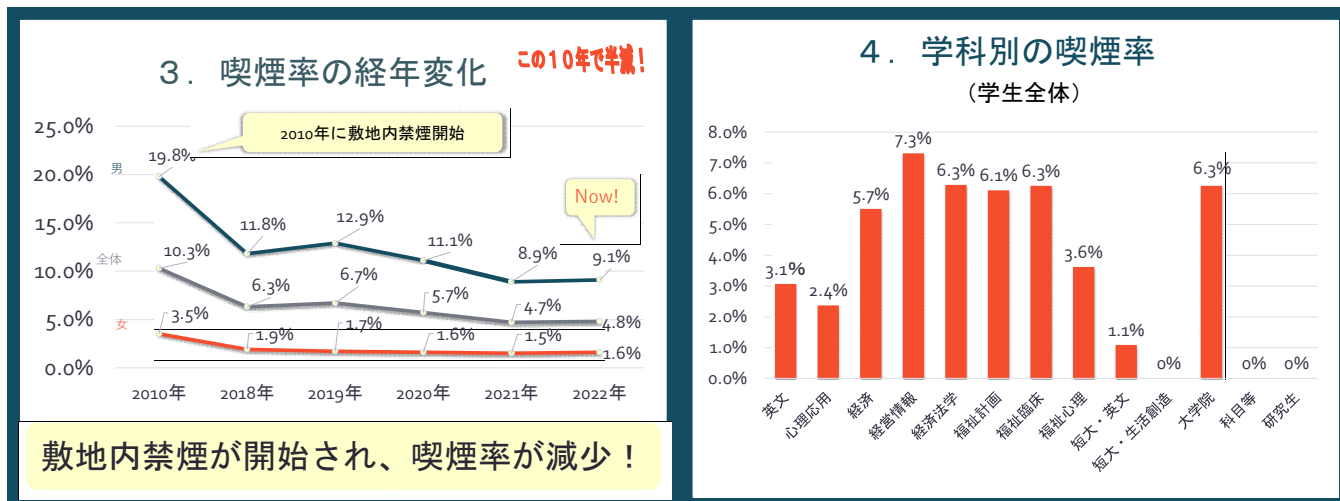
健康診断と同時に実施している保健調査(健康管理カードWEB)では、喫煙に関する質問を行っています。今年度の学生喫煙率は4.8%(前年度4.7%)でした。

全国の学生喫煙率は男子6.96%(北星9.1%)、女子1.46%(北星1.6%)ですので、男女共に少し高めの結果です。元々北海道も札幌市も全国平均より喫煙率が高いため、学生も同様の傾向と言えそうです。札幌市の女性は、政令指定都市の中で最も喫煙率が高いそうです。

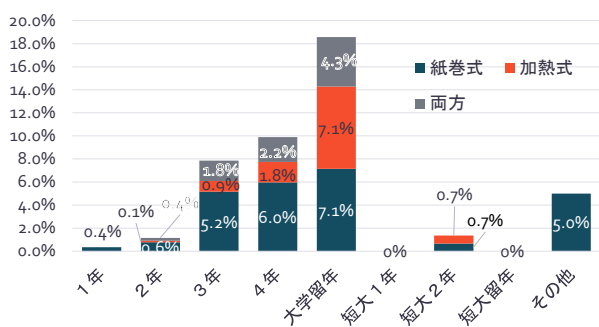


吸えない環境は喫煙率を下げる。

本学では、2010年から敷地内禁煙が開始されました。吸えない環境に身を置くことで喫煙率は低下すると言われていましたが、本学でも大幅に減少しました。未成年が在籍する学校という場合は、受動喫煙防止も含めて吸えない環境であることが大切です。学科別の喫煙率は経営情報学科が高いです。



5. 学年別喫煙率と煙草の種類比較 (全体)



新型タバコも有害です。

最近の傾向として、従来の紙巻きタバコ以外の加熱式タバコ、電子タバコを併用する人が増えてきました。見た目もおしゃれな新型タバコですが、有害物質が含まれることに変わりありません。また、周囲の人への影響(受動喫煙)もあります。新型タバコの健康への影響は、まだわからないことも多くあります。



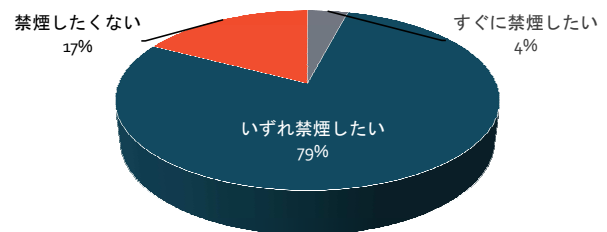
いつか禁煙したくなる！？

喫煙者のうち8割以上が「禁煙したい」と回答しています。でも、なかなかやめられないのは単なる習慣ではなく、ニコチン依存症という病気になってしまうからです。



今吸わない人は、軽い興味などで吸い始めないことが大切です。

6. 禁煙したいですか？



喫煙者の83%は禁煙したいと考えています。

【健康管理カードWEBによる本学学生の保健調査】

対象者：4,055名、回答者：3,642名（回答率89.8%）、調査期間：2022年3月16日～8月12日

楽に、禁煙をはじめよう♪

タバコをやめるのは自分の意志だけでは難しい場合があります。禁煙補助薬の力を借りたり、医療機関で禁煙治療を受けることで、より確実に禁煙に取り組むことができます。

札幌市では、健康保険適用による禁煙外来治療費の自己負担について、最大1万円を限度に補助する事業も行っています。禁煙を希望される方は、医務室にご相談ください。



ニュージーランドでは、2009年以降に生まれた子どもが生涯にわたって、タバコを合法的に買えなくするための法改正案を国会に提出しました。今年末までに法制化される可能性が高く、注目されます。毎年行う新入生対象の禁煙講演会で「一生吸わない大人になろう！」と伝えてきましたが、法律で若い人の健康を守る姿勢に共感します。

【参考・引用資料】

- 「学生の健康白書」学生と保健管理スタッフのためのダイジェスト版 2019 一般社団法人 国立大学保健管理施設協議会
- 北海道ホームページ「北海道の喫煙の状況」
- 札幌市ホームページ「禁煙支援・禁煙外来治療費助成事業」
- KK禁煙科学 最近のエビデンス (KKE) 2022/09/26



医務室



場所：A館1階

受付時間：8時45分～17時（土日祝日を除く平日）

電話：(011) 891-2731

n★star： <https://cgw.hokusei.ac.jp/health/>