

禁煙アクションプラン

第4次 看護職のたばこ対策行動計画

(2019~2022)

- ① 受動喫煙の害、禁煙支援の必要性について、看護職の継続的な理解を推進します。
 - 勤務時間中の喫煙0%を目指します。
 - 看護職の喫煙率7%以下を目指します。
- ② 看護基礎教育からの禁煙促進を推進します。
- ③ 県民の健康増進を担う看護職としての責務にもとづく行動を支援します。



公益社団法人山梨県看護協会
看護職のたばこ対策委員会

2019年4月1日

山梨県の看護職を対象とした禁煙支援の取り組みの経緯と課題

山梨県看護協会「看護職のたばこ対策委員会（以下、委員会）」は2003年度より山梨県内看護職の禁煙を推進してきた。当委員会が2003年に行った県内の医療機関に勤務する看護職への実態調査では、喫煙率は24.6%と全国平均よりも高い結果であった。県民の健康を支援する立場にある本県看護職の高い喫煙率がきっかけとなり、看護職のたばこ対策強化のため、第1次禁煙アクションプラン（2005～2007）が策定された。

それ以降、当委員会では看護職の禁煙を促進するための普及啓発活動に取り組んできた。2007年度には、第1次禁煙アクションプランの評価として県内看護職および各施設長を対象に実態調査を行った。この調査結果では、県内看護職の喫煙率は27.8%と2003年から3%上昇しており、さらに、施設内禁煙としている病院が42.6%（山梨県内61施設中回答のあった54施設の結果）と過半数に満たないことが明らかになった。禁煙支援を目的に開催した研修会等のアンケート結果でも「受動喫煙やたばこの害について詳細を知らない」と答えた看護職が多かった。そのため、第2次禁煙アクションプラン（2010～2014）では、看護師個人に対する、受動喫煙の害の情報提供と理解促進、組織に対する禁煙環境整備の強化を方針に加え、「看護職の喫煙率20%以下」、「勤務中の喫煙0%」という目標を掲げて取り組んだ。

第2次禁煙アクションプランの最終年度（2013年度）に、県内53施設の看護職4,200人を対象に行った実態調査では、有効回答3,610人のうち765人（21.2%）が喫煙者であり、勤務中の喫煙者は419人（11.6%）であった。第2次禁煙アクションプランの目標であった「看護職の喫煙率20%以下」は達成目前であったが、「勤務中の喫煙0%」は達成できなかった。しかし、この調査結果から、禁煙困難な看護職は複数の理由（本人・家族の健康、経済的理由、喫煙環境の減少など）から禁煙を望み、6割以上が禁煙に関心を持っていることが分かった。さらに喫煙している看護職のうち、禁煙に関心がある者は、受動喫煙の害や禁煙のための具体策を知りたいと考えているが、禁煙に関心がない者は、喫煙開始年齢が低く1日の喫煙本数が多く、禁煙困難感や禁煙支援策への関心が低いことも明らかになった。このことから、喫煙者への禁煙推進をより個別に行う必要性が示唆された。また受動喫煙の害についてさらなる理解を得るために、各地区支部や当委員会の連携による禁煙研修会の開催や、看護基礎教育の段階から禁煙啓発活動を行う必要性が推察された。そのため、第3次禁煙アクションプラン（2015～2018）では、受動喫煙の害や禁煙支援の情報普及のため広報に力を入れ、委員会活動として禁煙ポスターや禁煙情報を掲載したポケット版冊子を制作した。さらに、看護系大学の学園祭にて参加型の禁煙支援ブースを設け、看護基礎教育における禁煙普及啓発を図った。また、調査結果を反映した数値目標を「看護職の喫煙率15%以下」、「勤務中の喫煙を0%」と定めた。なお、この頃より電子たばこが普及し始め、従来のたばこにおける喫煙率の減少との関連が当委員会でも懸念事項となっていた。

ここまでの経緯の中で、当委員会が発信する禁煙アクションプランへの周知度が低いことも課題であったため、2016年度、第3次禁煙アクションプランの取り組み状況の把握を

目的に、県内 60 施設の看護管理者を対象に調査を行った。そのうち 53 施設においては、禁煙アクションプラン冊子の配布 (50.9%)、回覧 (29.8%)、閲覧 (26.3%) いずれかの方法で禁煙アクションプランを周知しており、看護職間での情報共有 (66.7%)、自己の禁煙、(56.1%)、患者・家族への禁煙指導 (17.5%) 等に活用されていた。さらに 45 施設 (78.9%) が自施設の看護職への禁煙支援が必要と考えており、禁煙ポスター・パネル等の作成 (27.4%)、禁煙研修・セミナーへの参加支援 (19.2%)、勤務中の禁煙を課す (24.7%)、禁煙外来受診の推奨 (16.4%) 等を複数組み合わせることで組織の禁煙に取り組んでいた。呼吸器科医師による研修開催や、入職時に禁煙オリエンテーションを実施する施設もあり、禁煙支援への進境が示されるようになってきた。

さらに、第 3 次禁煙アクションプラン最終年度 (2018 年度) に、県内 57 施設の看護職 4,964 人に行った調査 (山梨県内 61 施設中回答のあった 57 施設 6,138 人への調査、有効回答率 80.9%) では、看護職の喫煙者 816 人 (16.4%、男性 25.4% 女性 12.1%)、勤務中喫煙率 386 人 (7.8%) であった。掲げた目標は達成できなかったが、喫煙率の大幅な低減が見られた。2016 年度の「山梨県喫煙対策実施状況調査結果 (山梨県健康増進課) (以下、山梨県調査)」では、病院の 88.9% が職場環境への喫煙対策を実施しており、勤務中喫煙率の大幅な低減を裏付けている。ただし 2018 年度の山梨県調査によると、一般喫煙率は男性 26.4%、女性 7.1% であり、看護職者の喫煙率は依然として高率である。

一方で、目標達成に至らなかった背景には、禁煙断念者 (禁煙への関心がある者、禁煙の意思のある者) への介入不足と、禁煙に関心のない根強い喫煙者への非効果的な支援の混在があると推察する。両者への支援は異なるアプローチが必要である。当委員会の調査結果では、看護職の抱えるストレスは大きく、特に喫煙者は、喫煙につながる勤務上のストレス (業務量の多さ、人間関係、非効率な業務) が多く、喫煙がストレス解消法のひとつになっている。さらに明確なストレス対処行動がない事も喫煙者の特徴であった。喫煙者の多くが青年前期から喫煙を開始し、約 6 割が禁煙にチャレンジした経験があるがストレスや環境等により禁煙を断念していることから、ストレス緩和や禁煙支援策が具体的でないことも喫煙率が下がらない要因といえる。これに加え、看護職の 7 割以上が「看護職の喫煙対策が必要」と考えているにもかかわらず「看護職への禁煙支援への関心」が半数以下と低いこと、喫煙は「マナーを守ればよい」「喫煙者にとってはストレスの発散である」等、看護職の喫煙を容認する傾向がみられる。保健医療従事者である私たちは、ストレスを含む自己の心身の健康を管理し、患者への健康促進行動を指導推奨する立場であることを自他ともに自覚し責任をもって行動することが求められる。

その上で、県民の健康増進に関心を持ち、喫煙や受動喫煙による健康への害についての情報を県民に提供するために、禁煙支援の方法や施設内での禁煙推奨について、自ら学び、情報発信していく必要がある。2019 年 7 月に施行される改正健康増進法では、病院、診療所、助産所は、施設内禁煙が義務づけられる。このような国の動きは、受動喫煙により健康を損なうリスクが高い未成年者、患者、妊婦を主たる利用者とする施設に義務づけられたもので、私たち看護職は、今後、保健医療福祉施設での全面禁煙や、職場での分煙・禁煙ルールの徹

底を先導し、県民の一層の健康増進のための役割遂行が重要になってくる。

我が国では、たばこ関連疾患による死亡者数は年々増加しており、たばこががんになるリスクを高めるなど、健康への影響が大きいことが分かっている。山梨県においては、県の健康増進計画である「健やか山梨 21（第2次）」において、成人の喫煙率の減少（喫煙をやめたい人がやめる）、未成年者の喫煙をなくす、妊娠中の喫煙をなくす、受動喫煙で不快な思いをしている人の減少の4点を目標として設定し、たばこ対策事業を推進している。私たち看護職は、県民の健康増進を担う専門職としての立場から、積極的にたばこ対策の取組みを推進することが社会的役割として求められていることを自覚する必要がある。

以上から、看護職への禁煙支援、特に禁煙断念者（禁煙への関心がある者、禁煙の意思のある者）へのサポート、喫煙に替わるストレス対策への組織的な取組みの促進、看護基礎教育からの禁煙啓発活動、さらに保健医療従事者としての自覚を持ち禁煙促進活動に関心を持つことを、第4次禁煙アクションプラン（2019～2022）の新たな柱として組みこみ、次の3つの目標のもと禁煙促進活動に取り組む。

I. 看護職への継続的な禁煙支援の推進

(個別的な禁煙支援の強化と組織的取り組みのサポート)

1. 目標

- 1) 受動喫煙の害や禁煙支援の必要性について継続的な情報提供を行い、看護職の喫煙率7%以下を推進する。
- 2) 禁煙に関心のある看護職（禁煙断念者、禁煙希望者）への禁煙支援を推進する。
- 3) 喫煙につながるストレスへの組織的な対策を推進する。
- 4) 各保健医療福祉施設等の禁煙環境の整備を支援し、看護職の勤務中の喫煙率0%を推進する。

2. 行動計画

- 1) ポスター等の作成、山梨県看護協会のホームページの強化、研修会での報告等により、禁煙アクションプランを周知し、看護職に向けた禁煙強化のための情報提供を行う。
- 2) 禁煙に関心のある看護職者（禁煙断念者、禁煙希望者）、禁煙を支援する立場にある看護職（非喫煙者）、および各組織（管理者）を対象に、目的を明確にした禁煙支援の研修会を開催する。
- 3) 看護職の健全な精神保健のための、各施設の取り組み状況と課題を明確にするために、禁煙アクションプランの中間評価を行い、結果の公表等によって看護職の意識化を図り、喫煙につながるストレスへの組織的な対策を推進する。
- 4) 看護職の所属施設における、禁煙支援に向けた取り組み状況、禁煙環境の整備・保持等の課題を明確にするために、禁煙アクションプランの中間評価を行い、各施設の禁煙環境の整備、体制づくりを支援推奨する。
- 5) 看護職の禁煙に向けた組織的な取り組み、事例紹介などの実践的な報告を他施設に発信する場を提供し、各施設間の禁煙支援に関する情報交換を推進する。
- 6) 各地区支部と看護協会の「看護職のたばこ対策委員会」の役割を明確にし、連携しながら、たばこ対策活動を担う。

II. 看護基礎教育機関における持続可能な禁煙志向への貢献

1. 目標

- 1) 次世代の看護職者の禁煙志向を持続的に高めることに貢献する。
- 2) 看護職者と次世代の看護職との交流を強化し、禁煙志向の定着を目指す。

2. 行動計画

- 1) 次世代の看護職者の禁煙志向を高めるために、看護基礎教育機関での禁煙普及啓発活動を行う。
- 2) 次世代の看護職者自らが主体的な禁煙普及啓発活動に参画することを推進する。
- 3) 看護職者と次世代の看護職者が交流する場を提供し、基礎教育から看護実践の場への継続した禁煙意思の定着を目指す。

Ⅲ. 県民の健康増進を担う看護職としての責務にもとづく行動の推奨

1. 目標

- 1) 看護職が県民の健康を支援する保健医療専門職であることを自覚し、たばこ対策への関心を持てるよう禁煙促進活動を通して啓発する。
- 2) 県民に対し、望まない受動喫煙の防止や喫煙が健康に及ぼす影響について、広く普及啓発する。

2. 行動計画

- 1) 医療者を含むすべての看護の対象者に対して、禁煙支援者となりうる看護職の育成を目指し、研修会や地区支部活動を通じて最新のたばこ情報の学習機会を提供する。
- 2) たばこ対策行動計画（第4次禁煙アクションプラン）を地区支部・看護職及び山梨県民に公表し、看護職として禁煙支援に取り組む使命の周知を図る。
- 3) 「健やか山梨21（第2次）」を踏まえた行政や保健医療福祉の関係諸団体が行う禁煙支援活動への連携・協力を図り、禁煙支援サポートに携わる。
- 4) 山梨県内の他組織・機関と連携し、県民に対するイベント（看護の日、県民の日、パラリンピック等）における禁煙支援活動に参画し、喫煙対策の活性化を図る。
- 5) 看護協会のホームページや機関紙、マスコミ等を活用して、県民へのたばこ対策の情報提供を行う。



公益社団法人山梨県看護協会 看護職のたばこ対策委員会

〒400-0807 山梨県甲府市東光寺 2-25-1

TEL:055-226-4288

FAX:055-222-5988