

北海道薬科大学学生の喫煙と生活習慣との関連

○田中 三栄子¹, 島森 美光¹, 小松 健一¹, 野村 憲和¹, 早川 達¹, 高梨 香織¹, 野呂瀬 崇彦¹, 佐藤 重一¹(¹北海道薬大)

【目的】北海道薬科大学では、『たばこを吸わない薬剤師』を育成するために、2003年度から禁煙の啓蒙活動を行い、2009年度の新入生については禁煙を入学条件とした。今回の研究は、学生に対する喫煙と健康に関する有効な教育方法を検討していくために、喫煙者と非喫煙者の生活習慣を比較し、その違いを明らかにした。

【方法】本学の学生を対象にライフスタイルに関するアンケート調査を実施した。調査内容は、住居形態、健康意識、睡眠、食生活、飲酒・喫煙・運動習慣、ストレス、生活リズムなどである。対象の基本属性は、性別では男子477名(51.4%)、女子451名(48.6%)、学年別では1年生234名(25.2%)、2年生245名(26.4%)、3年生216名(23.3%)、4年生201名(21.7%)、大学院生32名(3.4%)であった。

【結果、考察】本学の喫煙者は83名(8.9%)であり、性別で見ると喫煙者は男子(14.1%)に、非喫煙者は女子(96.5%)にそれぞれ有意に高率であった($p < 0.001$)。また学年別の喫煙者は、1年生8名(3.4%)、2年生16名(6.5%)、3年生20名(9.3%)、4年生35名(17.4%)、大学院生4名(12.5%)と2年生以降は有意に高率であった($p < 0.001$)。生活習慣で喫煙者に有意に高率であった項目は、「普段から健康に気をつけていない」、「寝不足を感じている」、「朝食を摂取しない」、「栄養バランスを考えていない」、「飲酒をする」、「生活リズムが不規則」等であった($p < 0.01$)。

本学では、全教室内に日本薬剤師会の禁煙ポスター掲示、学内掲示板には常に新しいたばこの関連記事を掲示し、禁煙啓蒙活動を行ってきた。今後は、入学後から継続した禁煙教育をすると共に、健康教育や食育も行う必要があると考える。