

2013年
「看護職のタバコ実態調査」
報告書

平成26年6月

公益社団法人 日本看護協会

はじめに

2003年5月の健康増進法施行以来、「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約」発効や、2006年の禁煙治療の保険適用開始、2010年のタバコ税増税、健康日本21（第一次～第二次）における受動喫煙の防止、未成年者の喫煙防止対策等の重視等、社会全体における禁煙支援環境が強化され、禁煙・分煙の取り組みは拡大してきています。

本会では1999年に、看護職へのタバコ対策の取り組みを公式に表明し、2001年7月には、国内の他の保健医療福祉団体に先駆けて「たばこ対策宣言」を発出し、同年8月には看護職の喫煙実態調査を実施いたしました。

2002年には「看護職とたばこ」を発刊し、タバコの害について普及啓発・対策の強化に努め、2004年には「看護者たちのための禁煙アクションプラン2004」を策定しました。アクションプランでは「看護職の喫煙率を2006年までに半減する」ことを目標に掲げ、都道府県看護協会と共に、看護職のたばこ対策行動計画や看護職のための禁煙支援ガイドも示しました。

2006年には、2度目となる「看護職のたばこに関する実態調査」を実施し、喫煙率が低下していることを確認すると共に、引き続きのタバコ対策の継続を提言し、情報の発信等を行ってまいりました。

近年、国民全体の喫煙率が減少傾向にある中、国民の健康を支援する看護職の最新の喫煙実態を把握し、更なる今後の対策を図るためにも、3度目となる本調査を実施したところ、大変、多くの方にご協力をいただくことができました。

今回の調査によって、看護職の喫煙率は全体で7.9%となり、男女共に国民全体の喫煙率を下回ったことが改めて明らかとなりました。これは、これまでの取り組みの成果と考えられる一方、ニコチン依存度が高い喫煙者がいることや、保健医療施設における敷地内禁煙や分煙の取り組みへの遵守が100%ではないことなど、解決すべき課題が残っていることも明らかとなりました。

本会では、本調査結果を元に引き続き、国民の健康を支援する看護職として、タバコのない社会を目指して活動してまいります。

本報告書が、看護職のみなさまの禁煙対策の一助になれば幸いです。

調査にご協力をいただきましたみなさまに、心からお礼申し上げます。

平成26年6月

公益社団法人日本看護協会
常任理事 中板 育美

目 次

はじめに

I. 調査と結果の概要	3
1. 調査の概要	3
2. 結果の概要	5
II. 調査の目的・実施方法	13
1. 調査の目的	13
2. 調査対象・調査方法等	13
3. 倫理的配慮	14
4. 調査実施体制	14
5. 配付数・回収数等	14
6. 用語の定義及び集計上の留意点	15
III. 調査結果	19
1. 回答者の属性	19
2. 喫煙習慣・喫煙状況	22
3. 習慣的な喫煙開始年齢	26
4. 1日あたり喫煙本数	27
5. 所属機関ごとの喫煙状況	28
6. 禁煙の意向	29
7. タバコをやめた理由	29
8. 喫煙開始の動機	30
9. 起床後の最初の喫煙までの時間	30
10. 禁煙場所での禁煙困難	30
11. 1日の中で最もやめにくい1本	31
12. 起床後数時間の喫煙	31
13. 病気の時の喫煙	31
14. ニコチン依存度	32
15. 同居する家族の喫煙	33
16. 上司の喫煙状況	33
17. 上司の喫煙状況と本人の喫煙状況	34
18. 所属する機関の禁煙対策とその遵守状況	35
19. タバコに関する教育の機会	36
20. 喫煙に対する考え	37
21. 喫煙の影響によって罹患や、リスクが高まる疾患の認識	38
22. 受動喫煙の影響によって罹患や、リスクが高まる疾患の認識	39
23. 喫煙習慣と飲酒習慣	40
24. 喫煙習慣と健康づくりのための身体活動・運動の実施状況	41

25. 喫煙習慣と睡眠による休養の充足度	41
26. 喫煙習慣と入眠困難の頻度	42
27. 喫煙習慣と夜間覚醒の頻度	42
28. 喫煙習慣と早朝覚醒の頻度	43
29. 喫煙習慣と不眠の有無	43
30. 喫煙習慣と昼間の耐えられない眠気の頻度	44
31. 喫煙習慣と睡眠薬・安定剤の使用状況	44
32. 喫煙習慣と1日の平均睡眠時間	45
33. 喫煙習慣と冬期間の状態	46
34. 喫煙習慣と過去1か月間における楽しい日常生活	47
35. 喫煙習慣と過去1か月間における気分の落ち込み	47
36. 喫煙習慣と過去1か月間におけるストレス	48
37. 喫煙習慣と過去1か月間におけるストレス等の対処法	49
38. 喫煙習慣と過去1か月間における1日の平均労働時間	50
39. 喫煙習慣と過去1か月間に取得した休日・休暇数	50
40. 夜間の勤務と喫煙	51
41. 現在喫煙に関連する要因	53
42. 本会のタバコ対策の認知	54
IV. 考察	57
V. 今後に向けて ～本会の取り組みの方向～	63
VI. 資料	67
1. 集計表一覧	67
2. 調査票	84
検討委員会委員名簿	88

I. 調査と結果の概要

I. 調査と結果の概要

1. 調査の概要

1) 調査の目的

2003年5月の「健康増進法」施行や、2005年2月の「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約」発効などにより、社会の禁煙・分煙の取り組みは拡大している。

2006年の禁煙治療の保険適用開始、2010年のタバコ税増税、健康日本21（第一次～第二次）における受動喫煙の防止、COPD対策、禁煙希望者への禁煙支援、未成年者の喫煙防止対策等の重視等、社会全体における禁煙支援環境が強化されてきた結果、国民の喫煙率は全体として低下傾向にある。

そうしたなか、国民の健康を支援する看護職の喫煙状況の実態を把握し、適切な対策を講じることが重要と考えられた。

看護職の喫煙状況と喫煙関連要因（労働環境、職場の禁煙・受動喫煙防止対策等の状況、夜勤や睡眠・不眠など）を明らかにし、その調査結果を踏まえて課題や必要な対策を明確にすることを、本調査の目的とした。

2) 調査の実施概要

- (1) 対象 日本看護協会会員 5,947人(住所不備による不達を除いた実発送数 5,819人)
※本会会員より無作為抽出した 6,000人(保健師・助産師・准看護師各 1,000人、看護師 3,000人)のうち、ほぼ同時期に実施した本会調査「2013年看護職員実態調査」と重複して対象者として抽出された 53人を調査対象から除外した
- (2) 調査期間 平成 25 年 12 月 5 日～平成 26 年 4 月 16 日
- (3) 方法 自記式調査票の郵送発送・郵送回収
- (4) 実施体制 「看護職の喫煙等実態に関する検討委員会」を設置した。日本看護協会と日本大学医学部総合医学研究所の共同研究として実施した
- (5) 調査項目 喫煙状況、ニコチン依存度、喫煙関連要因（労働環境、職場の禁煙・受動喫煙防止対策等の状況、夜勤や睡眠・睡眠障害など）、性・年齢・職種等
- (6) 回収状況 回収数 3,488 件(回収率 59.9%)、有効回答数 3,483 件(有効回答率 59.9%)
- (7) 倫理的配慮 日本看護協会研究倫理委員会および日本大学医学部倫理委員会の承認を得て実施した。

3) 回答者の基本属性

- (1) 年齢 平均年齢 41.8 歳(女性 42.0 歳、男性 36.2 歳)。「20 歳代」18.1%、「30 歳代」26.1%、「40 歳代」26.5%、「50 歳以上」28.0%、「無回答」1.3%
- (2) 性別 「女性」96.0%、「男性」3.5%、「無回答」0.5%
- (3) 職種 「保健師」15.5%、「助産師」14.4%、「看護師」52.4%、「准看護師」12.4%、

- 「その他」0.8%、「働いていない」2.8%、「無回答」1.7%
- (4)雇用形態 「正規職員」91.2%、「臨時職員」2.3%、「派遣社員」0.1%、「パートタイマー・アルバイト」4.6%、「その他」1.2%、「無回答」0.7%
- (5)職位 「管理職」4.3%、「中間管理職」22.9%、「非管理職」71.0%、「無回答」1.8%
- (6)所属機関 「病院」72.7%、「市町村（直営の地域包括支援センターを含む）」6.0%、「都道府県（県型保健所含む）」3.5%、「大学・教育研究機関」3.5%、「診療所」2.7%、「保健所設置市・特別区」2.3%、「介護老人保健施設・介護老人福祉施設」2.3%、「訪問看護ステーション」1.7%、「企業・事業所」0.8%、「健（検）診センター・労働衛生機関」0.8%、「地域包括支援センター（委託）」0.2%、「その他」2.2%、「無回答」1.2%

4) 調査結果のポイント

- (1)看護職の喫煙率は7.9%（女性7.2%、男性29.5%）だった。国民全体の喫煙率は女性9.0%、男性34.1%であり（2012年「国民健康・栄養調査」）、今回の調査結果では、看護職の喫煙率は男女ともに国民の喫煙率を下回っていた。
- (2)タバコの害に関する認識は、肺がんやぜんそく、気管支炎、肺気腫といった呼吸器疾患や、喉頭がん、動脈硬化、妊婦への影響などでも7～9割程度にとどまり、胃潰瘍（35.6%）、歯周病（48.3%）への害を認識している者は半数以下だった。
- (3)これまでに習慣的に喫煙した経験のある回答者全員（現在は喫煙していない人も含む）に、その開始年齢をたずねたところ、20～29歳が最も多く66.8%だった。一方、20歳未満も28.3%だった。
- (4)喫煙者の34%が中～高程度のニコチン依存度だった。
- (5)看護職として患者や対象者（保健指導の対象者など）、学生などへのタバコに関する教育の機会がある割合は、「頻繁にある」6.1%、「ときどきある」34.6%であり、合計約41%がタバコに関する教育を行っていた。
- (6)職場の禁煙対策として「敷地内全面禁煙」は58.0%、「屋内全面禁煙」34.2%、「屋内喫煙場所設置」5.2%で、これらの禁煙対策を実施しているのは全体で約95%に上った。一方で17.0%は、こうした対策が「あまり守られていない」と回答した。

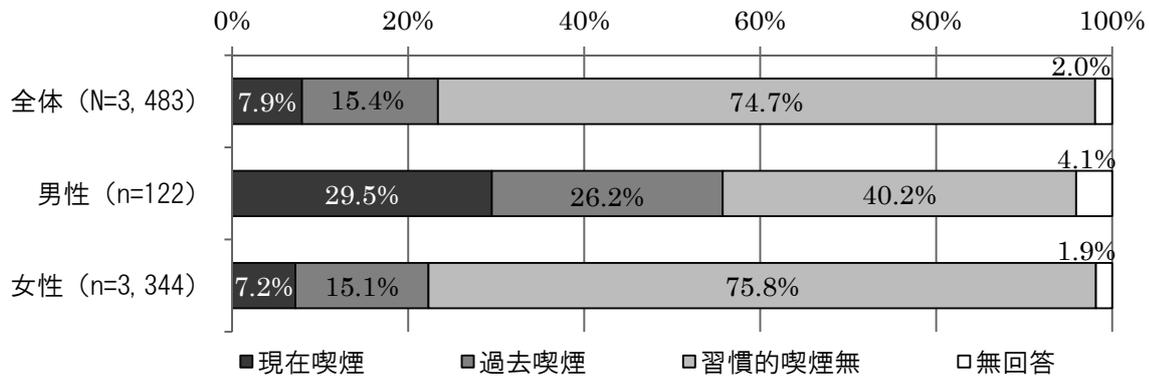
5) 本会の今後の取り組み

- (1)すべての看護職が、タバコが健康にもたらす影響について正しい知識を身につけ、看護職の喫煙をゼロにすることを目指す。
- (2)ニコチン依存者には、適切な禁煙治療・禁煙支援の必要性を啓発・推進する。
- (3)看護学生の喫煙防止教育や禁煙教育のさらなる推進に取り組む。
- (4)病院・診療所、公共施設などでの禁煙対策の遵守を実現する。
- (5)タバコのない社会に向け、必要な情報をすべての看護職に発信する。

2. 結果の概要

1) 看護職の喫煙状況

喫煙率（タバコを「毎日吸う」と「ときどき吸っている」割合の合計）は、全体では 7.9%、女性では 7.2%、男性では 29.5%だった（図 1）。

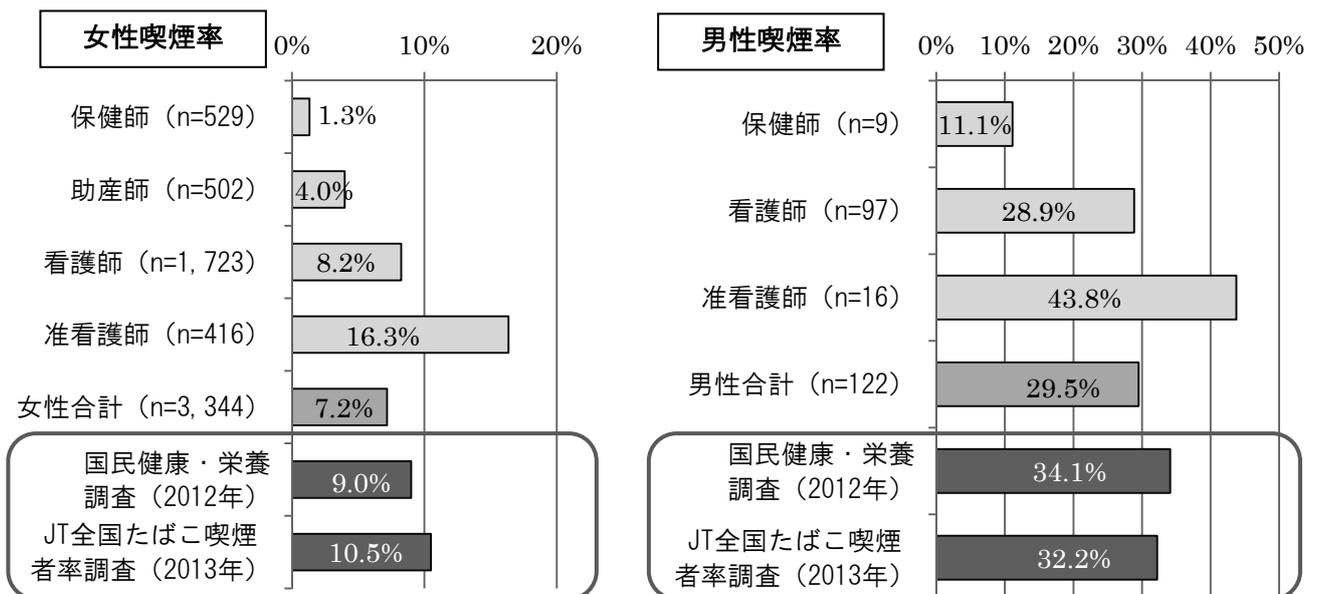


(注) 上記の「全体」には性別無回答者（17人）を含む。

図1 喫煙状況

2) 国民の喫煙率との比較

国民の喫煙率は女性 9.0%、男性 34.1%で（2012年「国民健康・栄養調査」による）、全体として低下傾向にある。設問数や調査方法などが異なるため、単純には比較できないものの、今回の調査結果では、看護職の喫煙率は国民の喫煙率を下回っていたことが明らかになった（図 2）。

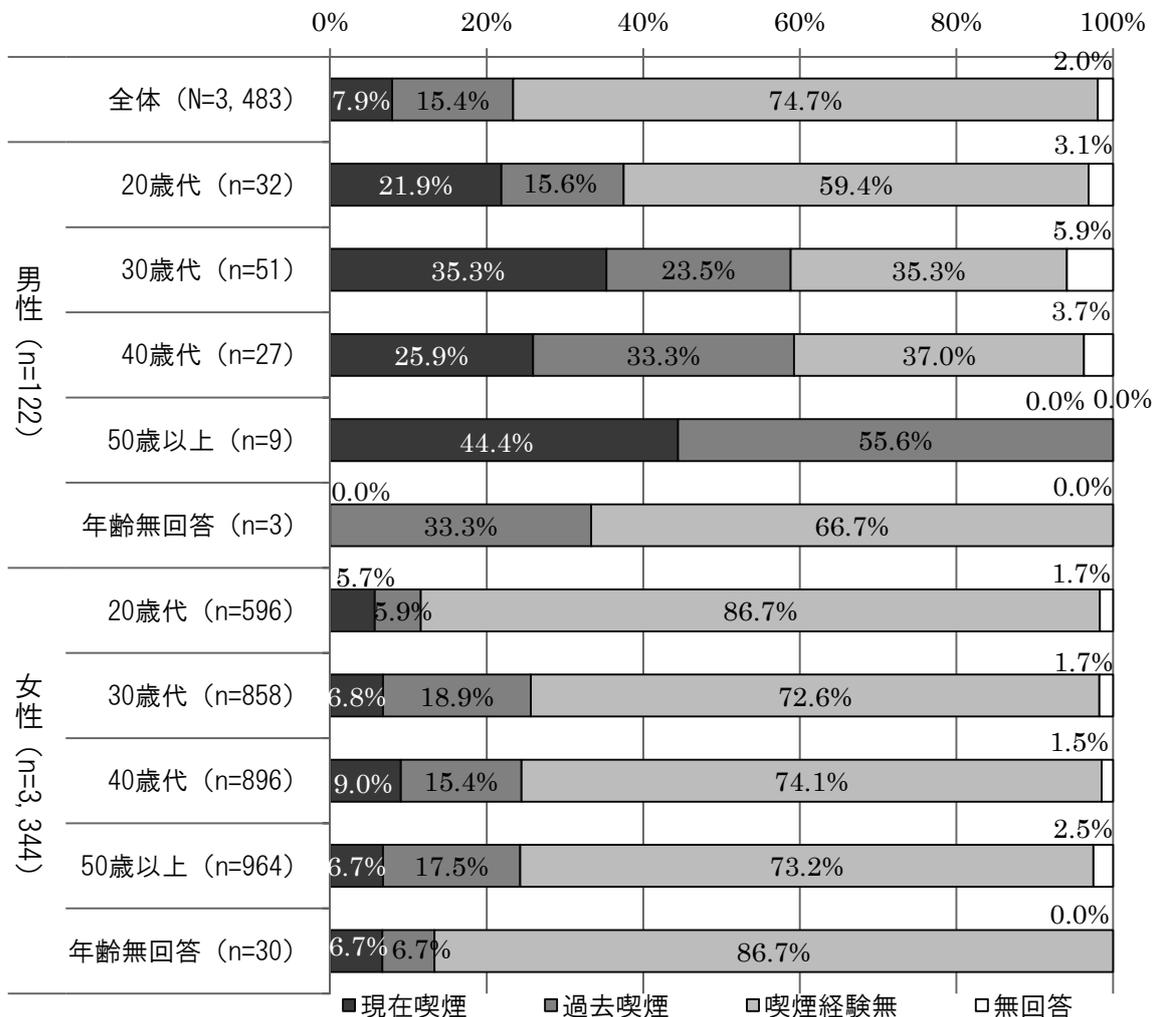


(出典) 厚生労働省『平成 24 年国民健康・栄養調査報告』(2014 年 3 月)P149 および、日本たばこ産業株式会社「2013 年 全国たばこ喫煙者率調査」(2013 年 7 月 30 日プレスリリース)より作図

図 2 看護職と国民の喫煙率の比較

3) 年齢階級と喫煙状況

喫煙率を性別・年齢階級別にみると、女性では、40歳代の9.0%が最も高く、30歳代で6.8%、20歳代は5.7%だった(図3)。



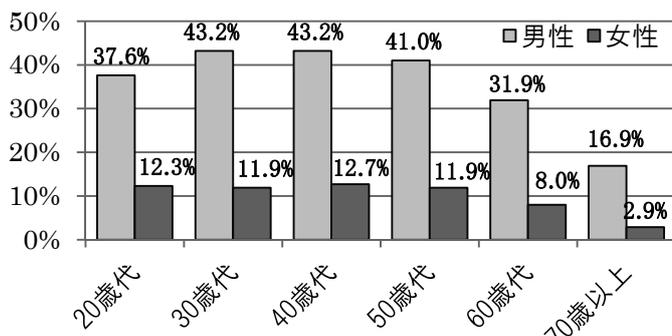
(注) 上記の「全体」には性別無回答者(17人)を含む。

図3 性別・年齢階級別喫煙状況

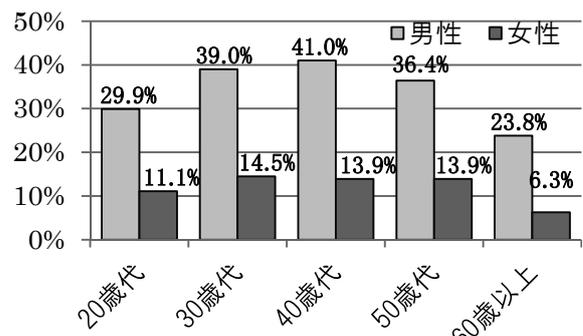
(参考)国民の年代別喫煙率

■国民健康・栄養調査(2012年)(n=30,016人)

■JT全国たばこ喫煙者率調査(2013年)(N=19,630人)



(出典)厚生労働省『平成24年国民健康・栄養調査報告』(2014年3月) P149より作図



(出典)日本たばこ産業株式会社「2013年 全国たばこ喫煙者率調査」(2013年7月30日プレスリリース)より作図

4) 所属機関ごとの喫煙状況

現在、働いている人（3,327人）について、所属機関ごとに喫煙率をみると、診療所 12.1%が最も高く、介護老人保健施設・介護老人福祉施設 10.7%、病院 9.7%、訪問看護ステーション 8.9%だった（図4）。

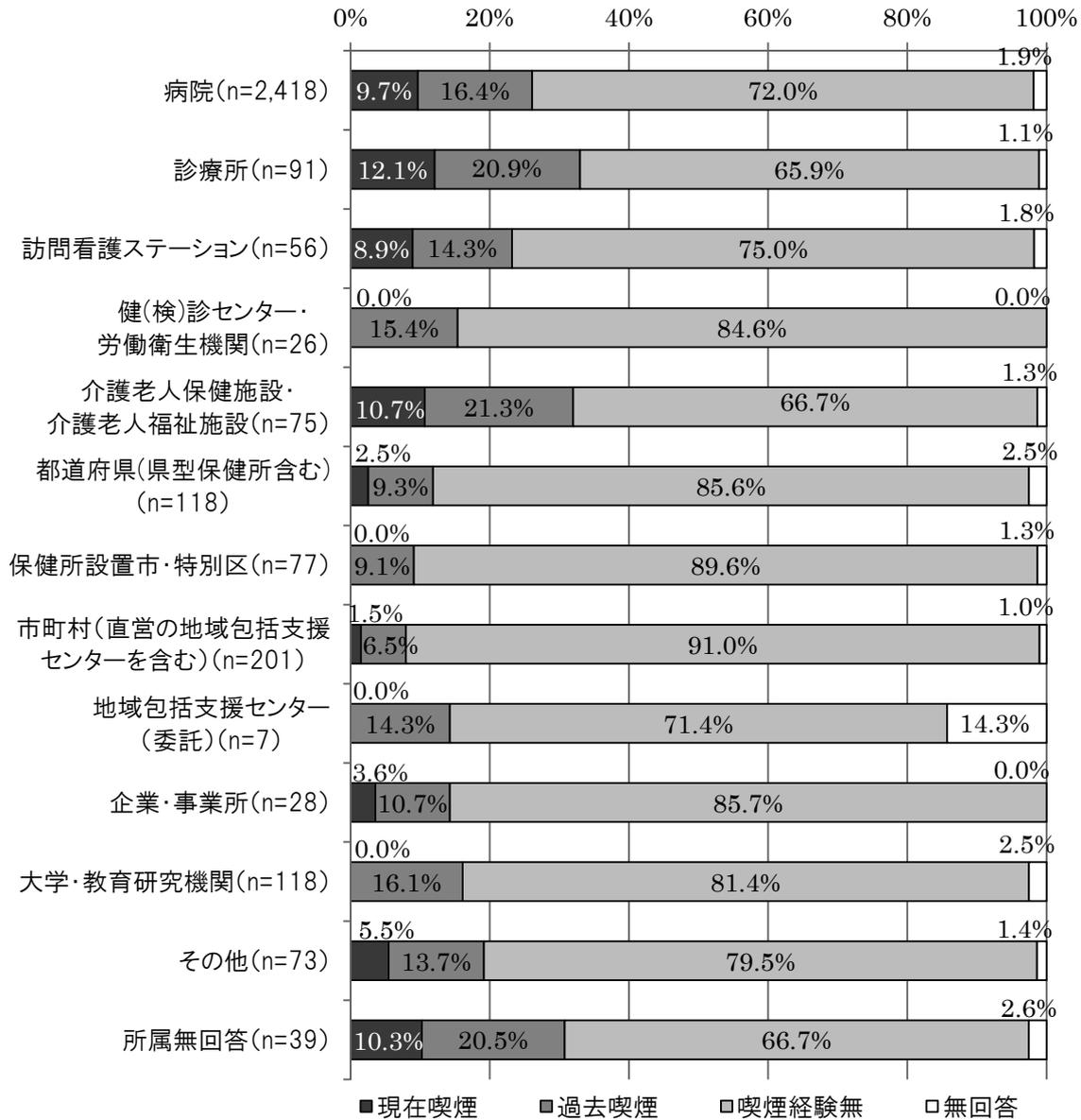


図4 所属機関別喫煙状況(n=3,327)

5) タバコ（喫煙）の害の認識の有無

タバコの害に関する認識は、肺がんやぜんそく、気管支炎、肺気腫といった呼吸器疾患や、喉頭がん、動脈硬化、妊婦への影響などについて7～9割にとどまった。また、胃潰瘍への認識は35.6%、歯周病は48.3%と、半数以下だった（図5）。

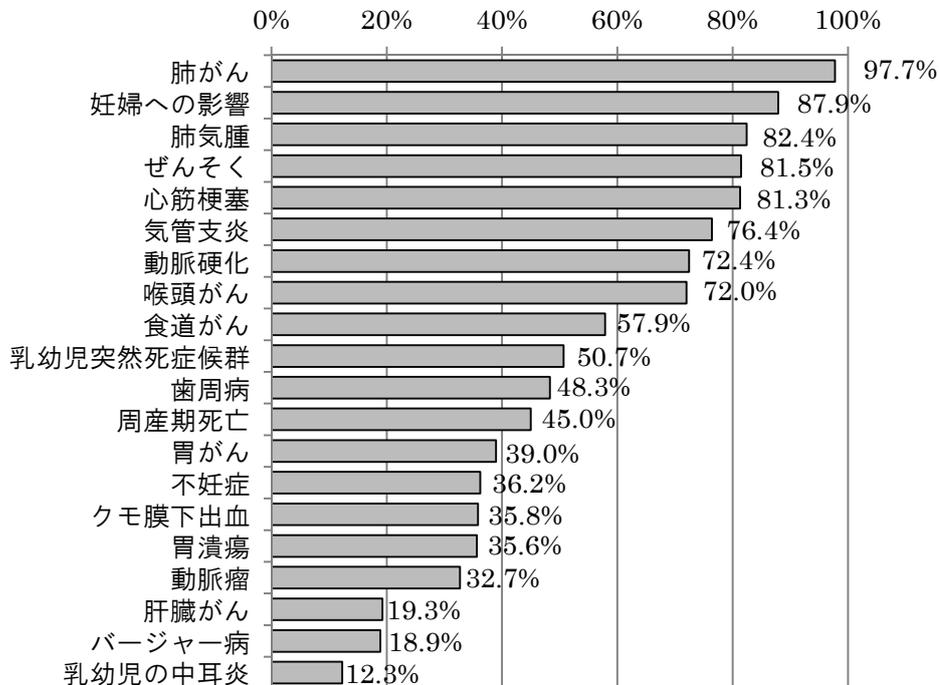


図5 喫煙の害の認識(N=3,483)

6) 習慣的な喫煙開始年齢

これまでに習慣的に喫煙した経験のある回答者全員（現在は喫煙していない人も含む）に、その開始年齢をたずねたところ、20～29歳が最も多く66.8%だった。一方、20歳未満も28.3%いた。年齢別では、20歳で開始したとする回答が42.2%で最も多かった（図6）。

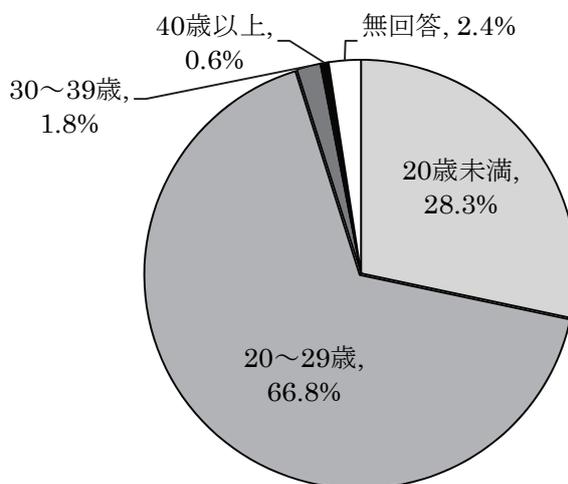


図6 習慣的な喫煙開始年齢(n=829)

7) ニコチン依存度

喫煙者（タバコを「毎日吸う」「ときどき吸う」の合計 276 人）について、ファーストローームニコチン依存度（FTND）でみると、約 34%が中～高程度の依存度だった（図 7）。

ニコチン依存度が高いほど禁煙時の離脱症状が強くなり、禁煙治療の利用が推奨される。

（日本循環器学会ほか『禁煙治療のための標準手順書（第 5 版）』、厚生労働省『禁煙支援マニュアル（第二版）』による）。

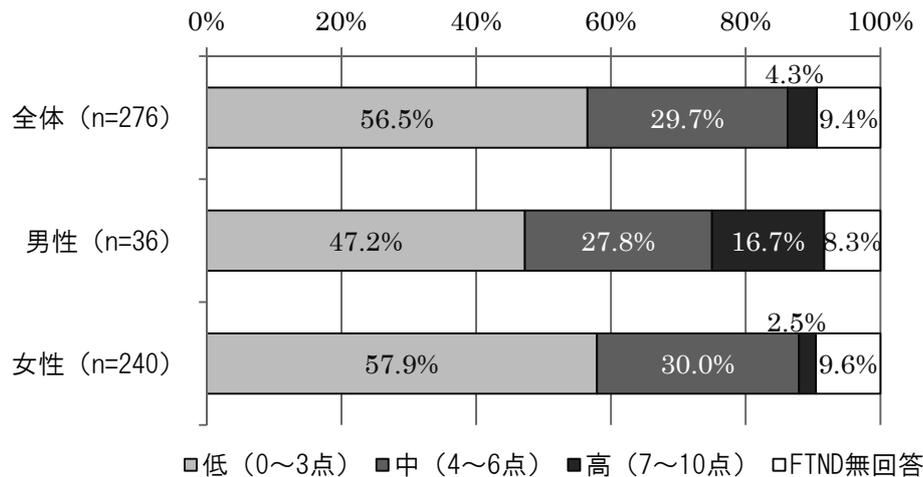


図 7 喫煙者のニコチン依存度 (FTND)

(注 1) FTND 無回答者は、FTND を判定する 6 つの質問項目のうち 1 つ以上に無回答があった者。

(注 2) FTND (ファーストローームニコチン依存度テスト) とは：

6 項目の質問によりニコチン依存度を判定する（「禁煙ガイドライン」(2010 年改訂版) 参照）。我が国では 0~3 点は依存度が「低い」、4~6 点は「ふつう」、7~10 点が「高い」と 3 段階で利用されることが多い。

8) タバコに関する教育の機会の有無・頻度

看護職として患者や対象者（保健指導対象者など）、学生などへのタバコに関する教育の機会がある割合は、「頻繁にある」6.1%、「ときどきある」34.6%であり、合計約 41%がタバコに関する教育を行っていた（図 8）。

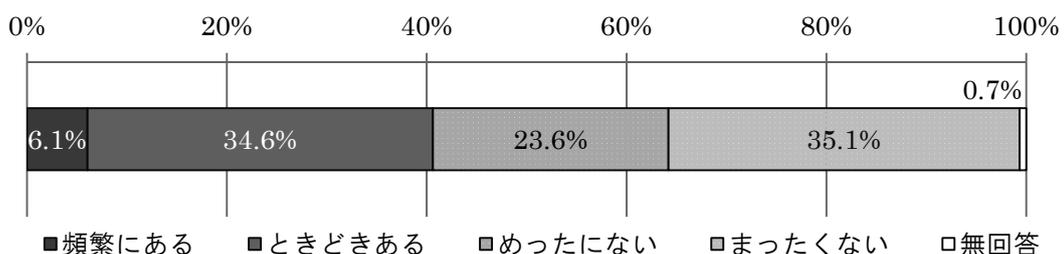


図 8 たばこに関する教育の機会の頻度 (N=3,483)

9) 所属する機関の禁煙対策とその遵守状況

所属する機関の禁煙対策をたずねたところ、「敷地内全面禁煙」が 58.0%と最も多く、「屋内全面禁煙」34.2%、「屋内喫煙場所設置」5.2%だった（図9・複数回答）。

以上3つの禁煙対策のいずれかを実施していると回答した者（3,314人、全体の95.1%）に対して、その禁煙対策が守られているかどうか（遵守状況）をたずねたところ、「守られている」割合（「守られている」「ほぼ守られている」の合計）は74.1%で、17.0%が「あまり守られていない」と答えた（図10・単一回答）。

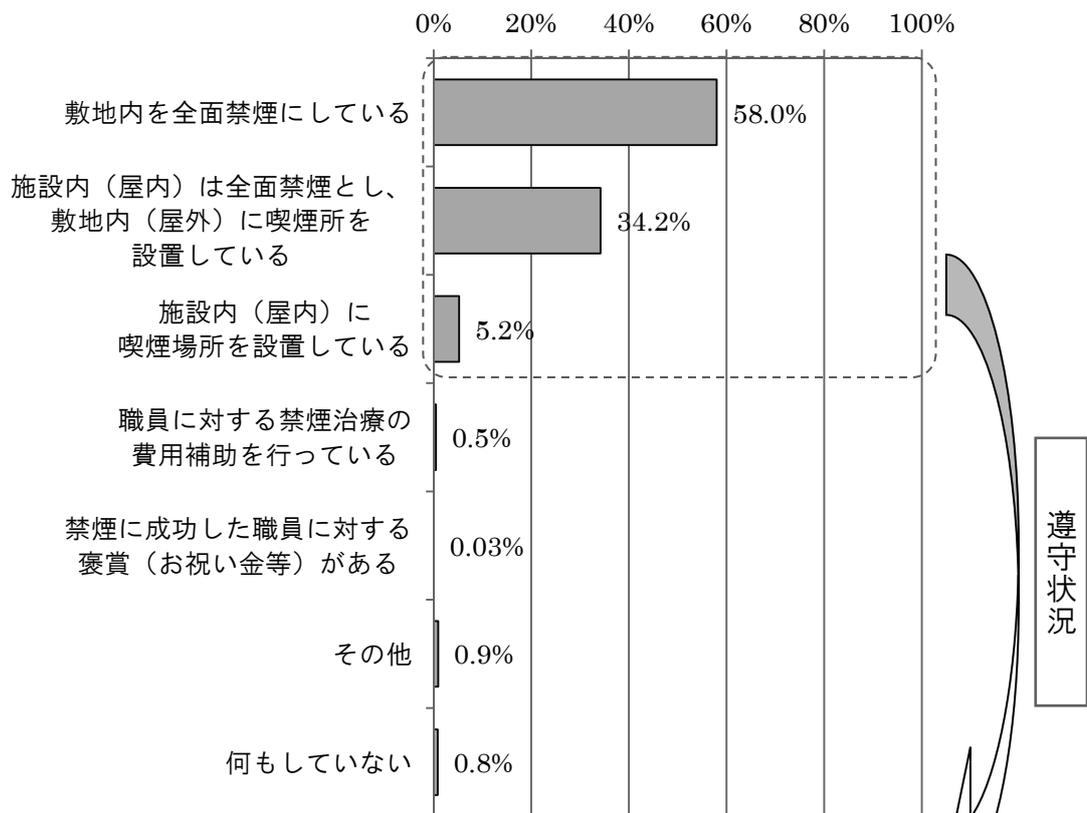


図9 所属する機関の禁煙対策【複数回答】(N=3,483)

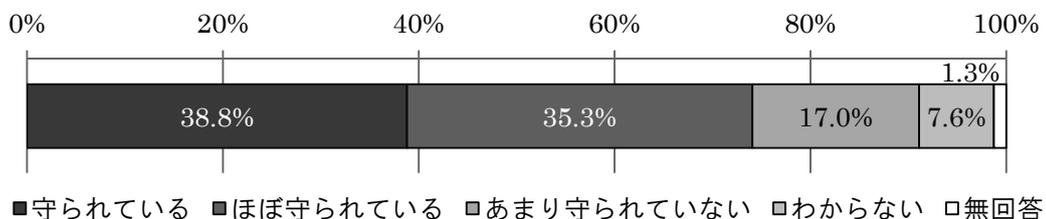


図10 禁煙対策の遵守状況 (n=3,314)

Ⅱ. 調査の目的・実施方法

II. 調査の目的・実施方法

1. 調査の目的

2003年5月の「健康増進法」施行や、2005年2月の「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約」発効などにより、社会の禁煙・分煙の取り組みは拡大している。

2006年の禁煙治療の保険適用開始、2010年のタバコ税増税、健康日本21（第一次～第二次）における受動喫煙の防止、COPD対策、禁煙希望者への禁煙支援、未成年者の喫煙防止対策等の重視等、社会全体における禁煙支援環境が強化され、国民の喫煙率は全体として低下傾向にある。

そうしたなか、国民の健康を支援する看護職の喫煙状況の実態を把握し、適切な対策を講じることが重要と考えられた。

そこで、看護職の喫煙状況を明らかにするとともに、喫煙関連要因（労働環境、職場の禁煙・受動喫煙防止対策等の状況、夜勤や睡眠・睡眠障害、飲酒等の生活習慣など）と喫煙行動の関係を踏まえた課題や必要な対策を明確にすることを、本調査の目的とした。

2. 調査対象・調査方法等

1) 調査対象

2013年10月時点で日本看護協会員の保健師21,438人、助産師22,814人、看護師591,339人、准看護師41,994人から職種ごとに無作為抽出をした。対象人数は、保健師1,000人、助産師1,000人、看護師3,000人、准看護師1,000人とした（抽出率：保健師4.7%、助産師4.4%、看護師0.5%、准看護師2.4%）。

無作為抽出された対象者のうち、ほぼ同時期に実施された日本看護協会の他調査（「2013年看護職員実態調査」）の対象となっている者（保健師5人、助産師10人、看護師31人、准看護師8人：計53人）については、調査対象から除外し、5,947人を調査対象者とした。

2) 調査方法

自記式郵送法による質問紙調査を行った。調査対象者には、自記式調査票、返信用中封筒、調査用小封筒を郵送し、記入した調査票を調査票小封筒に入れ密封し、さらにそれを返信用中封筒に入れて日本看護協会宛てに郵送する方式とした。

返送のなかった対象者を同定するために返信用中封筒にはあらかじめ対象者の氏名、住所が記されたラベルを貼付し、返送のなかった対象者には調査票一式を再送付した。初回の発送に加えて最大3回の再発送を行った。

3) 調査期間

2013年12月5日～2014年4月16日

4) 分析方法

喫煙行動や喫煙関連要因について基本統計や χ^2 検定を行った。また多重ロジスティック回帰分析法を用いて喫煙に関連する要因を検討した。解析にあたっては、統計解析ソフトウェア「SPSS for windows 18 (PASW Statistics 18)」を用いた。

3. 倫理的配慮

倫理上の配慮として、調査の目的や結果の公表等について文書で説明し、調査票の返送をもって同意があったものとした。調査の回答内容は、氏名・住所と連結しない形で統計的に処理した。

また本調査は、日本看護協会研究倫理委員会および日本大学医学部倫理委員会の承認を経て実施した。

4. 調査実施体制

本調査の実施にあたっては、5名の委員から成る「看護職の喫煙等実態に関する検討委員会」を設置し、2回にわたり調査設計・調査結果等に関する検討を実施した。 ※検討委員名簿は巻末参照

本調査は、日本看護協会と日本大学医学部総合医学研究所が共同研究として実施した。また、調査の集計・解析は、日本看護協会との共同研究契約に基づき、日本大学医学部総合医学研究所が実施した。

5. 配付数・回収数等

対象者 6,000 人のうち、前述のとおり本会の他調査の対象となっており、調査票の送付を取りやめた者は 53 人であった。また、住所不備等により調査票が届かなかったのは 128 人であった。そのため、実際に調査票が届けられた対象者は 5,819 人であった。初回の発送に加えて最大 3 回の再発送を行い、3,488 件の回答を得た。うち有効回答は 3,483 件だった。

・配付数	5,819 件
・回収数 (率)	3,488 件 (59.9%)
・有効回答数 (率)	3,483 件 (59.9%)

6. 用語の定義及び集計上の留意点

1) 用語の定義

「現在働いている人」

「あなたは現在、主にどの免許に基づき業務を行っていますか」の設問に対し、「保健師」「助産師」「看護師」「准看護師」「その他」と回答した者。同設問に「働いていない」と答えた者及び「無回答」を除く。

「現在喫煙者」

「これまでにタバコを習慣的に吸ったことがある者」のうち、この1か月間に「毎日吸う」または「ときどき吸っている」と回答した者。

「過去喫煙者」

「これまでにタバコを習慣的に吸ったことがある者」のうち、この1か月間にタバコを「吸っていない」と回答した者。

「喫煙経験無者」

「これまでにタバコを習慣的に吸ったことがない」と回答した者。

2) 集計上の留意点

- 割合は百分率(%)で示し、小数点第2位を四捨五入している。そのため百分率の合計が100%にならない場合がある。
- 集計表中に、「年代」「性別」等の区分けをしているが、各区分に未記入データが含まれているため各区分の小計と、合計の数値が異なる場合がある。
- 本文や図表中の選択肢表記は、語句を短縮・簡略化している場合がある。
- 平均及び標準偏差は、無回答を除外して計算している。

Ⅲ. 調查結果

Ⅲ. 調査結果

1. 回答者の属性

1) 性別

有効回答数 3,483 件のうち、男性は 122 人、女性は 3,344 人、性別無回答 17 人であり、女性 96.0%、男性 3.5%であった。

図表 1 性別(N=3,483)

性別	回答数	割合
女性	3,344	96.0%
男性	122	3.5%
無回答	17	0.5%
合計	3,483	100.0%

2) 年齢

回答者の平均年齢は 41.8 歳（女性 42.0 歳、男性 36.2 歳）であり、20～29 歳が 18.1%、30～39 歳が 26.1%、40～49 歳が 26.5%、50 歳以上が 28.0%であった。

図表 2 年齢階級(N=3,483)

年齢階級	回答数	割合
20-29歳	629	18.1%
30-39歳	910	26.1%
40-49歳	924	26.5%
50歳以上	974	28.0%
無回答	46	1.3%
合計	3,483	100.0%

3) 職種

回答者の職種は、保健師 15.5%、助産師 14.4%、看護師 52.4%、准看護師 12.4%、その他 0.8%、働いていない 2.8%、無回答 1.7%であった。

看護師の割合が高値となったのは、本調査の対象者を選定する際、看護職の構成割合を鑑みて看護師 3,000 人、保健師、助産師、准看護師各 1,000 人を抽出したことによる。

図表 3 職種(N=3,483)

職種	回答数	割合
保健師	539	15.5%
助産師	503	14.4%
看護師	1,825	52.4%
准看護師	432	12.4%
その他	28	0.8%
働いていない	98	2.8%
無回答	58	1.7%
合計	3,483	100.0%

4) 雇用形態

現在働いている人に、雇用形態をたずねた。

「正規職員」と回答した者は 91.2%、「パートタイマー・アルバイト」と回答した者は 4.6%、「臨時職員」と回答した者は 2.3%であった。

図表 4 雇用形態(n=3,327)

雇用形態	回答数	割合
正規職員	3,035	91.2%
臨時職員	75	2.3%
派遣社員	3	0.1%
パートタイマー・アルバイト	152	4.6%
その他	39	1.2%
無回答	23	0.7%
合計	3,327	100.0%

5) 職位

現在働いている人に、現在の職位をたずねた。

「非管理職」と回答した者は71.0%、「中間管理職」と回答した者は22.9%、「管理職」と回答した者は4.3%であった。

図表 5 職位 (n=3,327)

職位	回答数	割合
非管理職	2,363	71.0%
中間管理職	761	22.9%
管理職	144	4.3%
無回答	59	1.8%
合計	3,327	100.0%

6) 所属機関

現在働いている人に、所属する機関について質問した。

「病院」(72.7%)が最も多く、「市町村(直営の地域包括支援センターを含む)」(6.0%)、「都道府県(県型保健所含む)」(3.5%)、「大学・教育研究機関」(3.5%)、「診療所」(2.7%)と続いた。

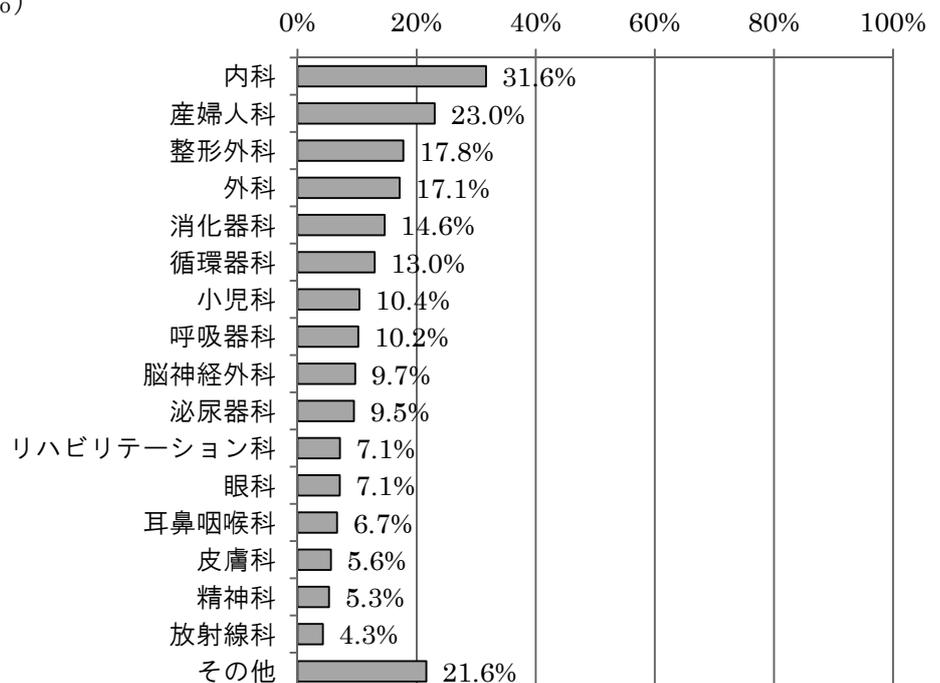
「病院」もしくは「診療所」に所属していると回答した者に対しては、主な診療科もたずねた。

「内科」(31.6%)との回答がもっとも多く、「産婦人科」(23.0%)、「その他」(21.6%)と続いた。

図表 6 所属機関 (n=3,327)

職位	回答数	割合
病院	2,418	72.7%
診療所	91	2.7%
訪問看護ステーション	56	1.7%
健(検)診センター・労働衛生機関	26	0.8%
介護老人保健施設・介護老人福祉施設	75	2.3%
都道府県(県型保健所含む)	118	3.5%
保健所設置市・特別区	77	2.3%
市町村(直営の地域包括支援センターを含む)	201	6.0%
地域包括支援センター(委託)	7	0.2%
企業・事業所	28	0.8%
大学・教育研究機関	118	3.5%
その他	73	2.2%
無回答	39	1.2%
合計	3,327	100.0%

図表 7 病院・診療所所属者の主な診療科【複数回答】(n=2,509)



7) 看護職としての最終学歴

看護職としての最終学歴で最も多かったのは、「看護師3年課程養成所」(27.4%)であった。

さらに「保健師学校・助産師学校・保健師助産師学校(短大専攻科含む)」(26.1%)、「看護系大学」(13.3%)と続いた。

図表8 看護職としての最終学歴(N=3,483)

性別	回答数	割合
准看護師課程学校・養成所(准看学校・高等学校衛生看護科)	446	12.8%
看護師2年課程(進学コース)学校・養成所(短期大学・養成所・高等学校専攻科(5年1貫教育))	428	12.3%
看護師3年課程養成所	954	27.4%
看護師3年課程短期大学	143	4.1%
看護系大学	462	13.3%
保健師学校・助産師学校・保健師助産師学校(短大専攻科含む)	909	26.1%
看護系大学院修士課程	84	2.4%
看護系大学院博士課程	21	0.6%
旧教育制度の学校	10	0.3%
無回答	26	0.7%
合計	3,483	100.0%

2. 喫煙習慣・喫煙状況

習慣的喫煙経験の有無をたずねたところ、習慣的喫煙経験がある者は全体では23.8%、女性では22.7%、男性では57.4%であった。

図表9 性別・年齢階級別習慣的喫煙経験の有無

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50歳以上		無回答	
		回答数	%	回答数	%	回答数	回答数	回答数	%	回答数	%	回答数	%
総数	総数	3,483	100.0	629	100.0	910	100.0	924	100.0	974	100.0	46	100.0
	吸っていたことがある	829	23.8	82	13.0	258	28.4	237	25.6	247	25.4	5	10.9
	吸っていたことがない	2,601	74.7	537	85.4	642	70.5	675	73.1	707	72.6	40	87.0
	無回答	53	1.5	10	1.6	10	1.1	12	1.3	20	2.1	1	2.2
女性	総数	3,344	100.0	596	100.0	858	100.0	896	100.0	964	100.0	30	100.0
	吸っていたことがある	759	22.7	70	11.7	226	26.3	221	24.7	238	24.7	4	13.3
	吸っていたことがない	2,536	75.8	517	86.7	623	72.6	664	74.1	706	73.2	26	86.7
	無回答	49	1.5	9	1.5	9	1.0	11	1.2	20	2.1	0	0.0
男性	総数	122	100.0	32	100.0	51	100.0	27	100.0	9	100.0	3	100.0
	吸っていたことがある	70	57.4	12	37.5	32	62.7	16	59.3	9	100.0	1	33.3
	吸っていたことがない	49	40.2	19	59.4	18	35.3	10	37.0	0	0.0	2	66.7
	無回答	3	2.5	1	3.1	1	2.0	1	3.7	0	0.0	0	0.0

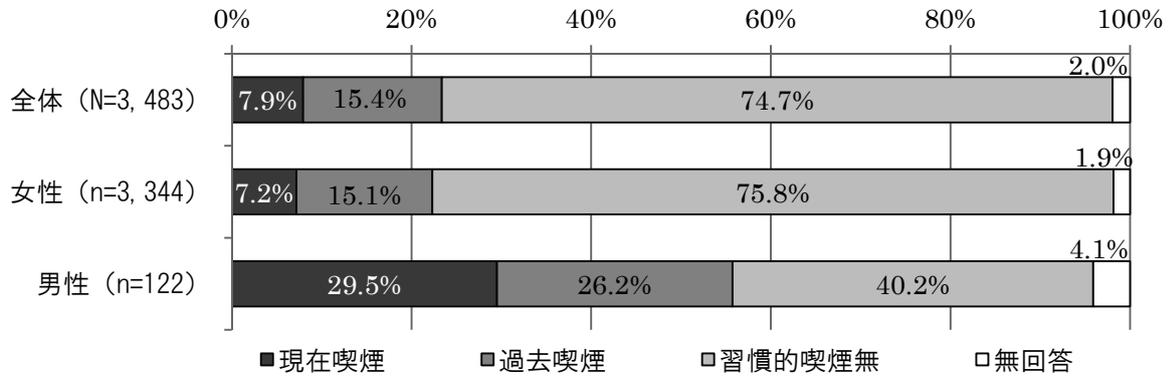
習慣的喫煙経験がある者のうち、現在タバコを「毎日吸う」者は、全体では28.8%、女性では26.9%、男性では50.0%であった。現在「ときどき吸っている」者は、全体では4.5%、女性では4.7%、男性では1.4%であった。「今は(この1か月間)吸っていない」者は、全体では64.9%、女性では66.7%、男性では45.7%であった。

図表10 性別・年齢階級別現在の喫煙状況(タバコを習慣的に吸っていたことがある者のみ回答)

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50歳以上		無回答	
		回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%
総数	総数	829	100.0	82	100.0	258	100.0	237	100.0	247	100.0	5	100.0
	毎日吸う	239	28.8	38	46.3	66	25.6	77	32.5	56	22.7	2	40.0
	ときどき吸っている	37	4.5	3	3.7	10	3.9	11	4.6	13	5.3	0	0.0
	今は(この1か月間)吸っていない	538	64.9	40	48.8	174	67.4	147	62.0	174	70.4	3	60.0
	無回答	15	1.8	1	1.2	8	3.1	2	0.8	4	1.6	0	0.0
女性	総数	759	100.0	70	100.0	226	100.0	221	100.0	238	100.0	4	100.0
	毎日吸う	204	26.9	32	45.7	48	21.2	70	31.7	52	21.8	2	50.0
	ときどき吸っている	36	4.7	2	2.9	10	4.4	11	5.0	13	5.5	0	0.0
	今は(この1か月間)吸っていない	506	66.7	35	50.0	162	71.7	138	62.4	169	71.0	2	50.0
	無回答	13	1.7	1	1.4	6	2.7	2	0.9	4	1.7	0	0.0
男性	総数	70	100.0	12	100.0	32	100.0	16	100.0	9	100.0	1	100.0
	毎日吸う	35	50.0	6	50.0	18	56.3	7	43.8	4	44.4	0	0.0
	ときどき吸っている	1	1.4	1	8.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	今は(この1か月間)吸っていない	32	45.7	5	41.7	12	37.5	9	56.3	5	55.6	1	100.0
	無回答	2	2.9	0	0.0	2	6.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0

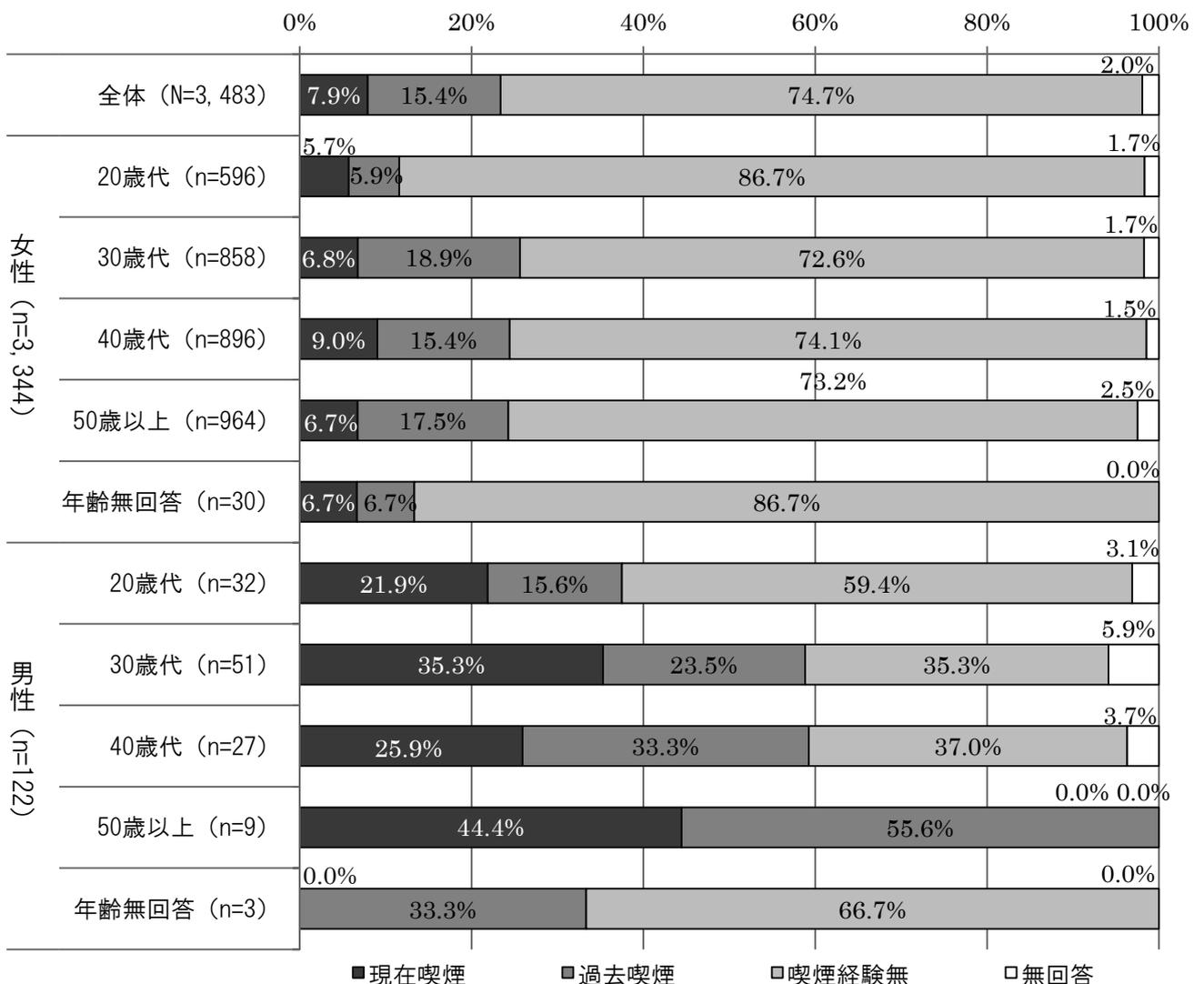
喫煙率（現在喫煙者の割合）は、全体では7.9%、女性では7.2%、男性では29.5%であった。
 現在喫煙率を性・年齢階級別にみると、女性では、40歳代の9.0%が最も高く、年代が若くなるにつれて、30歳代6.8%、20歳代5.7%と低下傾向にあった。

図表 11 喫煙状況



(注) 上記の「全体」には性別無回答者（17人）を含む。

図表 12 性別・年齢階級別喫煙状況



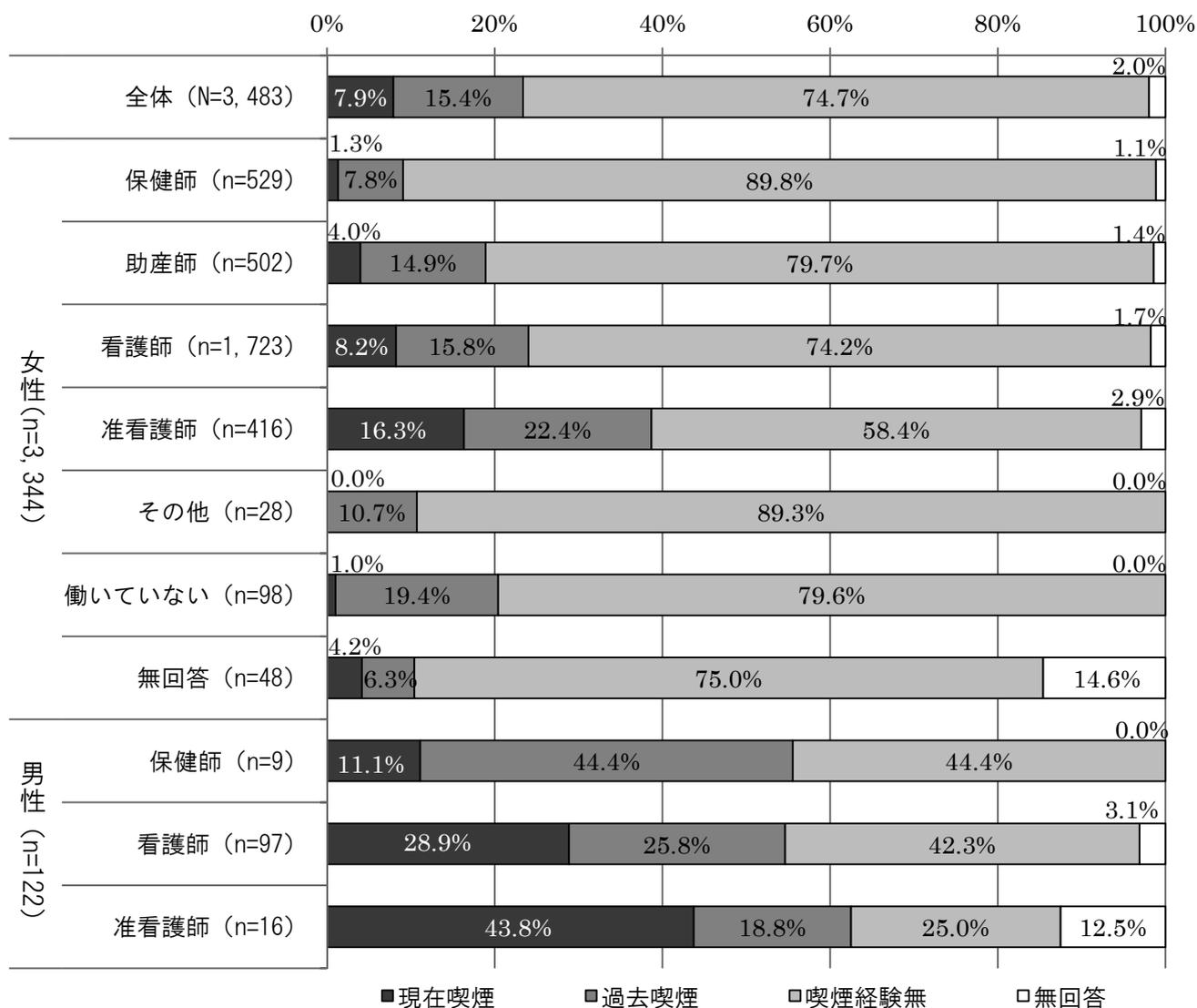
(注) 上記の「全体」には性別無回答者（17人）を含む。

図表 13 性別・年齢階級別習慣的な喫煙の状況

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50歳以上		無回答	
		回答数	%	回答数	%	回答数	回答数	回答数	%	回答数	%	回答数	%
総数	総数	3,483	100.0	629	100.0	910	100.0	924	100.0	974	100.0	46	100.0
	現在喫煙	276	7.9	41	6.5	76	8.4	88	9.5	69	7.1	2	4.3
	（再掲）毎日吸う	239	6.9	38	6.0	66	7.3	77	8.3	56	5.7	2	4.3
	（再掲）ときどき吸っている	37	1.1	3	0.5	10	1.1	11	1.2	13	1.3	0	0.0
	過去喫煙	538	15.4	40	6.4	174	19.1	147	15.9	174	17.9	3	6.5
	喫煙経験無	2,601	74.7	537	85.4	642	70.5	675	73.1	707	72.6	40	87.0
	無回答	68	2.0	11	1.7	18	2.0	14	1.5	24	2.5	1	2.2
女性	総数	3,344	100.0	596	100.0	858	100.0	896	100.0	964	100.0	30	100.0
	現在喫煙	240	7.2	34	5.7	58	6.8	81	9.0	65	6.7	2	6.7
	（再掲）毎日吸う	204	6.1	32	5.4	48	5.6	70	7.8	52	5.4	2	6.7
	（再掲）ときどき吸っている	36	1.1	2	0.3	10	1.2	11	1.2	13	1.3	0	0.0
	過去喫煙	506	15.1	35	5.9	162	18.9	138	15.4	169	17.5	2	6.7
	喫煙経験無	2,536	75.8	517	86.7	623	72.6	664	74.1	706	73.2	26	86.7
	無回答	62	1.9	10	1.7	15	1.7	13	1.5	24	2.5	0	0.0
男性	総数	122	100.0	32	100.0	51	100.0	27	100.0	9	100.0	3	100.0
	現在喫煙	36	29.5	7	21.9	18	35.3	7	25.9	4	44.4	0	0.0
	（再掲）毎日吸う	35	28.7	6	18.8	18	35.3	7	25.9	4	44.4	0	0.0
	（再掲）ときどき吸っている	1	0.8	1	3.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	過去喫煙	32	26.2	5	15.6	12	23.5	9	33.3	5	55.6	1	33.3
	喫煙経験無	49	40.2	19	59.4	18	35.3	10	37.0	0	0.0	2	66.7
	無回答	5	4.1	1	3.1	3	5.9	1	3.7	0	0.0	0	0.0

性・職種別に現在の喫煙状況をみると、現在喫煙している割合は、女性では保健師 1.3%、助産師 4.0%、看護師 8.2%、准看護師 16.3%であった。

図表 14 性別・職種別喫煙状況



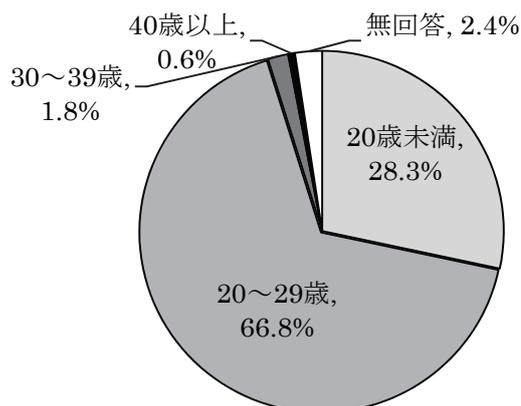
(注) 上記の「全体」には性別無回答者 (17人) を含む。

3. 習慣的な喫煙開始年齢

これまでにタバコを習慣的に吸っていた経験のある者 829 人のうち、習慣的に吸い始めた年齢に記載のあった者は 809 人であった。習慣的な喫煙開始年齢は、年代別では 20～29 歳が最も多く 66.8% だった。一方、20 歳未満も 28.3% いた。

平均では 20.4 歳（標準偏差 3.3 歳）であり、20 歳で開始したとする回答が 42.2% で最も多かった。18～22 歳に習慣的な喫煙を開始した割合は 78.2% にのぼった。

図表 15 習慣的な喫煙開始年齢 (n=829)



図表 16 習慣的な喫煙開始年齢の性別の分布 (n=829)

習慣的な喫煙開始年齢	全体			女性			男性		
	回答数 (人)	割合 (%)	累計% (%)	回答数 (人)	割合 (%)	累計% (%)	回答数 (人)	割合 (%)	累計% (%)
10歳	2	0.2	0.2	2	0.3	0.3	0	0.0	0.0
12歳	1	0.1	0.4	1	0.1	0.4	0	0.0	0.0
13歳	1	0.1	0.5	0	0.0	0.4	1	1.4	1.4
14歳	8	1.0	1.4	4	0.5	0.9	4	5.7	7.1
15歳	9	1.1	2.5	5	0.7	1.6	4	5.7	12.9
16歳	18	2.2	4.7	17	2.2	3.8	1	1.4	14.3
17歳	16	1.9	6.6	13	1.7	5.5	3	4.3	18.6
18歳	99	11.9	18.6	86	11.3	16.9	13	18.6	37.1
19歳	81	9.8	28.3	71	9.4	26.2	10	14.3	51.4
20歳	350	42.2	70.6	320	42.2	68.4	30	42.9	94.3
21歳	69	8.3	78.9	69	9.1	77.5	0	0.0	94.3
22歳	49	5.9	84.8	48	6.3	83.8	1	1.4	95.7
23歳	29	3.5	88.3	29	3.8	87.6	0	0.0	95.7
24歳	19	2.3	90.6	19	2.5	90.1	0	0.0	95.7
25歳	17	2.1	92.6	16	2.1	92.2	1	1.4	97.1
26歳	6	0.7	93.4	6	0.8	93.0	0	0.0	97.1
27歳	8	1.0	94.3	8	1.1	94.1	0	0.0	97.1
28歳	5	0.6	94.9	5	0.7	94.7	0	0.0	97.1
29歳	2	0.2	95.2	2	0.3	95.0	0	0.0	97.1
30歳	4	0.5	95.7	4	0.5	95.5	0	0.0	97.1
32歳	2	0.2	95.9	2	0.3	95.8	0	0.0	97.1
34歳	1	0.1	96.0	1	0.1	95.9	0	0.0	97.1
35歳	7	0.8	96.9	7	0.9	96.8	0	0.0	97.1
38歳	1	0.1	97.0	1	0.1	97.0	0	0.0	97.1
40歳	5	0.6	97.6	5	0.7	97.6	0	0.0	97.1
無回答	20	2.4	100.0	18	2.4	100.0	2	2.9	100.0
合計	829	100.0	100.0	759	100.0	100.0	70	100.0	100.0

4. 1日あたり喫煙本数

習慣的な喫煙経験を有し、かつ現在「毎日吸う」もしくは「ときどき吸っている」と回答した者276人のうち、吸うときの1日あたりの喫煙本数の実数に記載のあった者は256人であった。

1日の喫煙本数が5本以下と回答した者は喫煙者の21.7%、6本以上10本以下と回答したのは39.5%、11本～20本以下と回答したのは30.1%、21本以上と回答したのは1.4%であった。

1日の平均喫煙本数は10.9本（標準偏差5.6本）で、性別にみると、女性は10.6本（標準偏差5.5本）、男性は平均13.1本（標準偏差6.0本）であった。また毎日吸う者の喫煙本数は平均11.8本（標準偏差5.4本）、ときどき吸う者の（吸うときの）1日の平均喫煙本数は5.4本（標準偏差2.9本）だった。

図表 17 1日あたり喫煙本数(性別)(n=276)

1日あたり喫煙本数	全体			女性			男性		
	回答数(人)	割合(%)	累積%	回答数(人)	割合(%)	累積%	回答数(人)	割合(%)	累積%
1本	3	1.1	1.1	3	1.3	1.3	0	0.0	0.0
2本	4	1.4	2.5	4	1.7	2.9	0	0.0	0.0
3本	8	2.9	5.4	8	3.3	6.3	0	0.0	0.0
4本	5	1.8	7.2	4	1.7	7.9	1	2.8	2.8
5本	40	14.5	21.7	37	15.4	23.3	3	8.3	11.1
6本	10	3.6	25.4	9	3.8	27.1	1	2.8	13.9
7本	8	2.9	28.3	7	2.9	30.0	1	2.8	16.7
8本	7	2.5	30.8	5	2.1	32.1	2	5.6	22.2
10本	84	30.4	61.2	75	31.3	63.3	9	25.0	47.2
12本	5	1.8	63.0	5	2.1	65.4	0	0.0	47.2
15本	41	14.9	77.9	34	14.2	79.6	7	19.4	66.7
18本	1	0.4	78.3	1	0.4	80.0	0	0.0	66.7
20本	36	13.0	91.3	29	12.1	92.1	7	19.4	86.1
25本	2	0.7	92.0	0	0.0	92.1	2	5.6	91.7
30本	2	0.7	92.8	2	0.8	92.9	0	0.0	91.7
無回答	20	7.2	100.0	17	7.1	100.0	3	8.3	100.0
合計	276	100.0	100.0	240	100.0	100.0	36	100.0	100.0

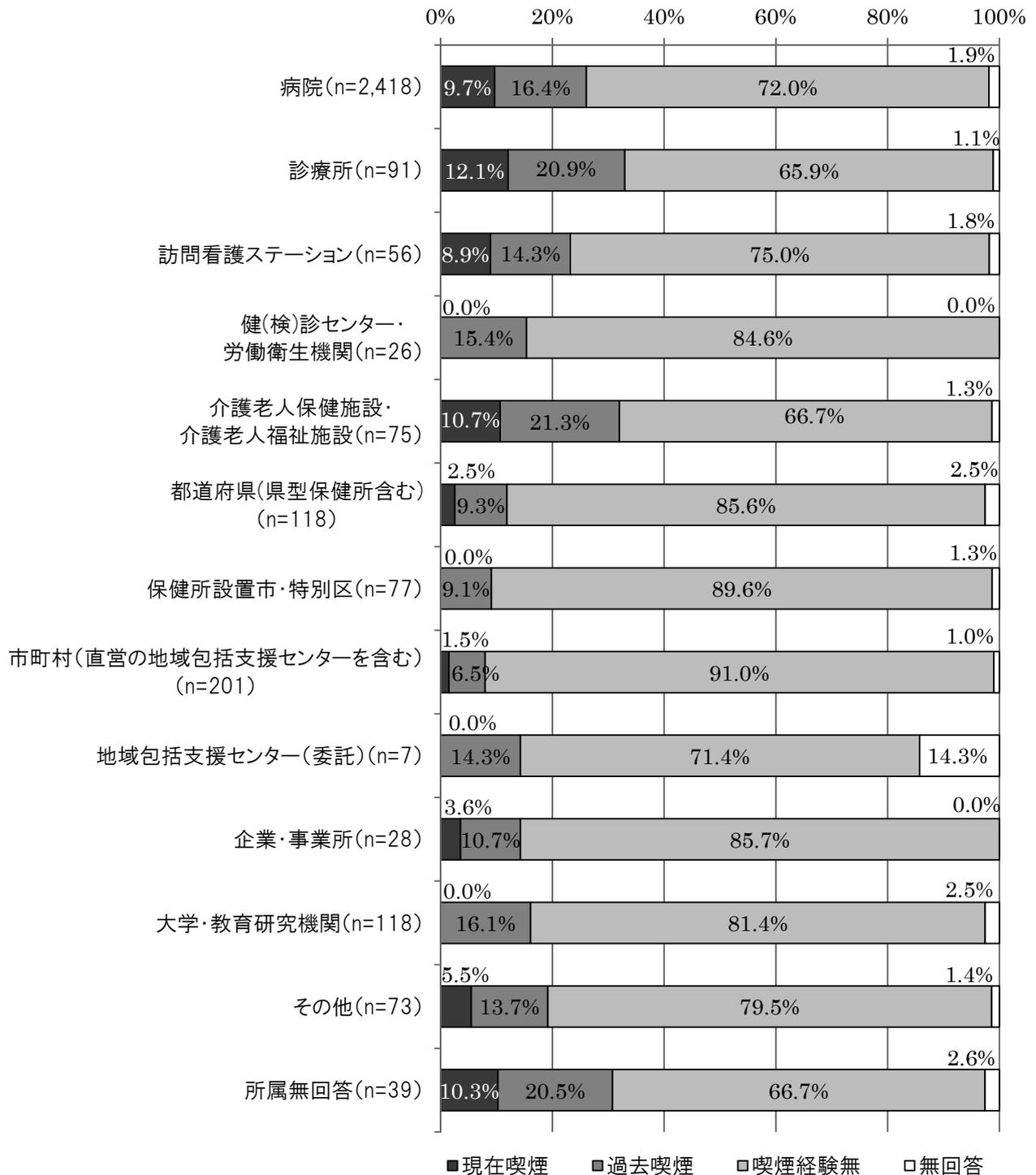
図表 18 1日あたり喫煙本数(喫煙状況別)(n=276)

1日あたり喫煙本数	全体			毎日吸う			ときどき吸う		
	回答数(人)	割合(%)	累積%	回答数(人)	割合(%)	累積%	回答数(人)	割合(%)	累積%
1本	3	1.1	1.1	0	0.0	0.0	3	8.1	8.1
2本	4	1.4	2.5	1	0.4	0.4	3	8.1	16.2
3本	8	2.9	5.4	4	1.7	2.1	4	10.8	27.0
4本	5	1.8	7.2	3	1.3	3.3	2	5.4	32.4
5本	40	14.5	21.7	25	10.5	13.8	15	40.5	73.0
6本	10	3.6	25.4	10	4.2	18.0	0	0.0	73.0
7本	8	2.9	28.3	7	2.9	20.9	1	2.7	75.7
8本	7	2.5	30.8	6	2.5	23.4	1	2.7	78.4
10本	84	30.4	61.2	76	31.8	55.2	8	21.6	100.0
12本	5	1.8	63.0	5	2.1	57.3	0	0.0	100.0
15本	41	14.9	77.9	41	17.2	74.5	0	0.0	100.0
18本	1	0.4	78.3	1	0.4	74.9	0	0.0	100.0
20本	36	13.0	91.3	36	15.1	90.0	0	0.0	100.0
25本	2	0.7	92.0	2	0.8	90.8	0	0.0	100.0
30本	2	0.7	92.8	2	0.8	91.6	0	0.0	100.0
無回答	20	7.2	100.0	20	8.4	100.0	0	0.0	100.0
合計	276	100.0	100.0	239	100.0	100.0	37	100.0	100.0

5. 所属機関ごとの喫煙状況

現在働いている人（3,327人）について、所属機関ごとに喫煙率をみると、診療所 12.1%が最も高く、介護老人保健施設・介護老人福祉施設 10.7%、病院 9.7%、訪問看護ステーション 8.9%であった。

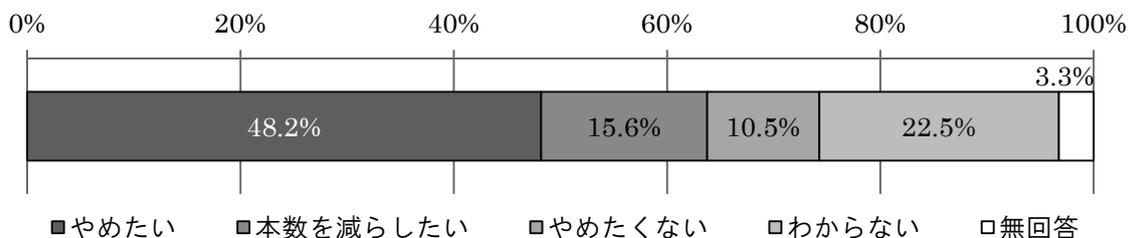
図表 19 所属機関別喫煙状況 (n=3,327)



6. 禁煙の意向

現在喫煙者に「タバコをやめたいと思いますか」とたずねたところ、「やめたい」と回答した者は48.2%、「本数を減らしたい」と回答した者は15.6%、「やめたくない」と回答した者は10.5%、「わからない」と回答した者は22.5%であった。

図表 20 禁煙の意向(n=276)

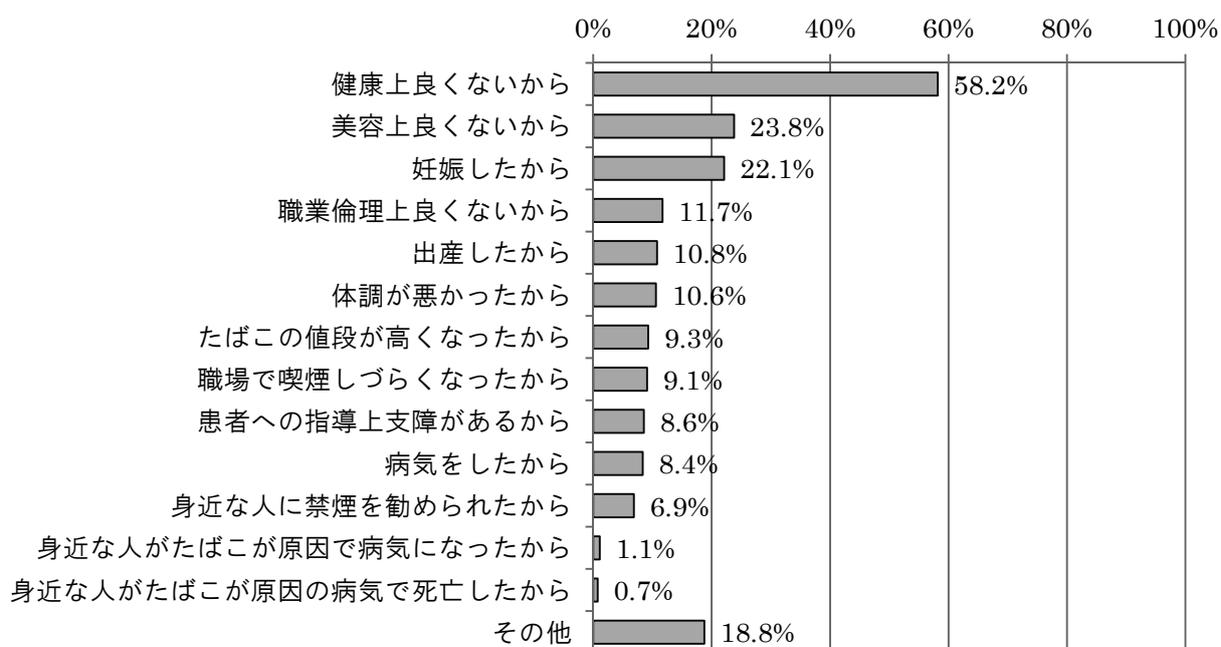


7. タバコをやめた理由

過去喫煙者（538人）に対して、タバコをやめた理由をたずねた（複数回答）。

回答が多かったものは、「健康上良くないから」（58.2%）、「美容上良くないから」（23.8%）、「妊娠したから」（22.1%）、「職業倫理上良くないから」（11.7%）、「出産したから」（10.8%）、「体調が悪かったから」（10.6%）であった。

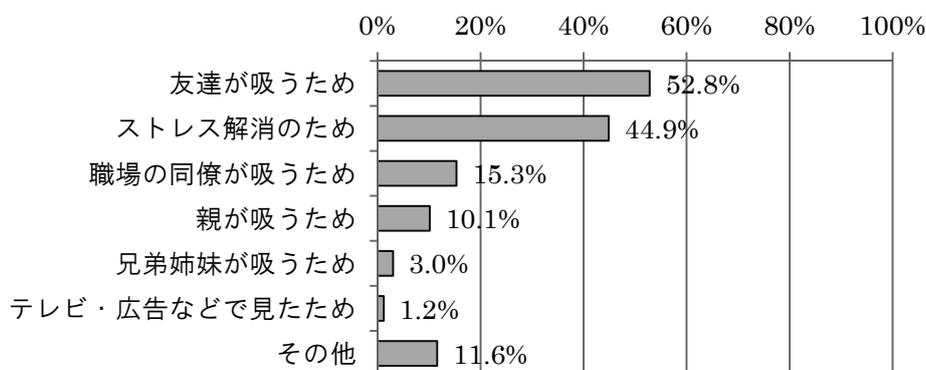
図表 21 タバコをやめた理由【複数回答】(n=538)



8. 喫煙開始の動機

習慣的な喫煙経験を有する者（829人）に、タバコを吸い始めた動機をたずねた（複数回答）。回答が多かった者は、「友達が吸うため」（52.8%）、「ストレス解消のため」（44.9%）、「職場の同僚が吸うため」（15.3%）、「親（父または母）が吸うため」（10.1%）であった。

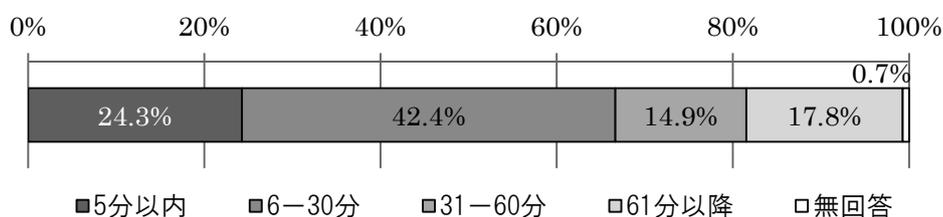
図表 22 喫煙開始の動機【複数回答】(n=829)



9. 起床後の最初の喫煙までの時間

現在喫煙者に、「起床後何分で最初の喫煙をしますか」とたずねたところ、「5分以内」と回答した者は24.3%、「6 - 30分」と回答した者は42.4%、「31 - 60分」と回答した者は14.9%、「61分以降」と回答した者は17.8%であった。

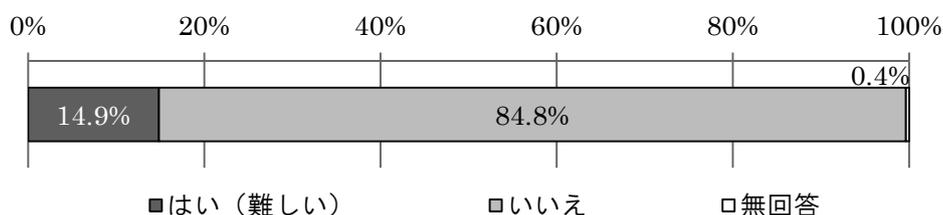
図表 23 起床後の最初の喫煙までの時間(n=276)



10. 禁煙場所での禁煙困難

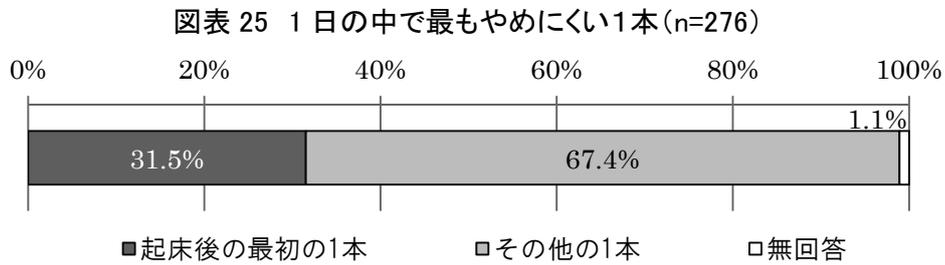
現在喫煙者に、「駅や図書館、映画館など、喫煙を禁じられている場所で禁煙することが難しいですか。」とたずねたところ、「はい」と回答した者は14.9%、「いいえ」と回答した者は84.8%であった。

図表 24 禁煙場所での禁煙困難の有無(n=276)



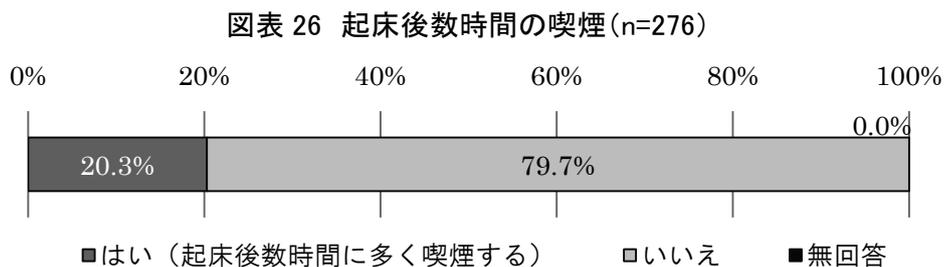
11. 1日の中で最もやめにくい1本

現在喫煙者に、「1日の喫煙の中でどれが一番やめにくいですか」とたずねたところ、「起床後の最初の1本」と回答した者は31.5%、「その他の1本」と回答した者は67.4%であった。



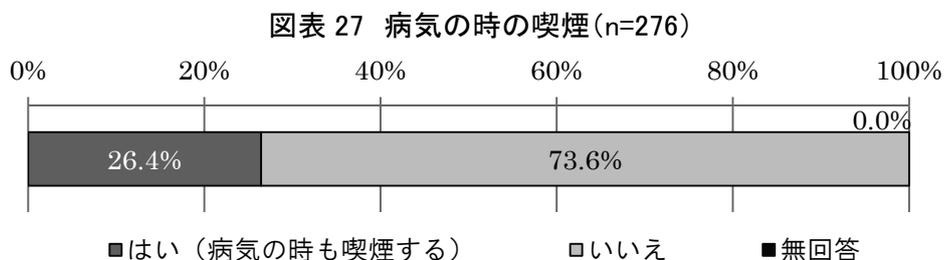
12. 起床後数時間の喫煙

現在喫煙者に、「他の時間帯より、起床後数時間に多く喫煙しますか」とたずねたところ、「はい」と回答した者は20.3%、「いいえ」と回答した者は79.7%であった。



13. 病気の時の喫煙

現在喫煙者に、「ほとんど1日中、床に伏しているような病気の時でも喫煙をしますか」とたずねたところ、「はい」と回答した者は26.4%、「いいえ」と回答した者は73.6%であった。

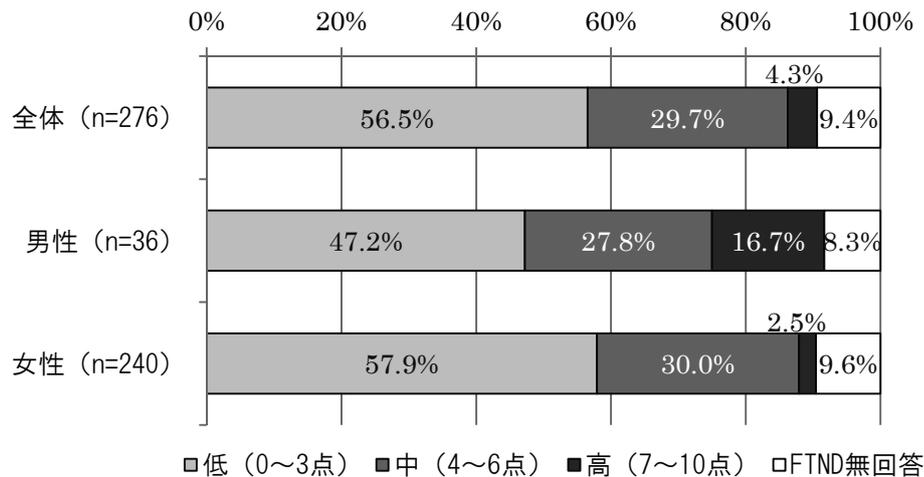


14. ニコチン依存度

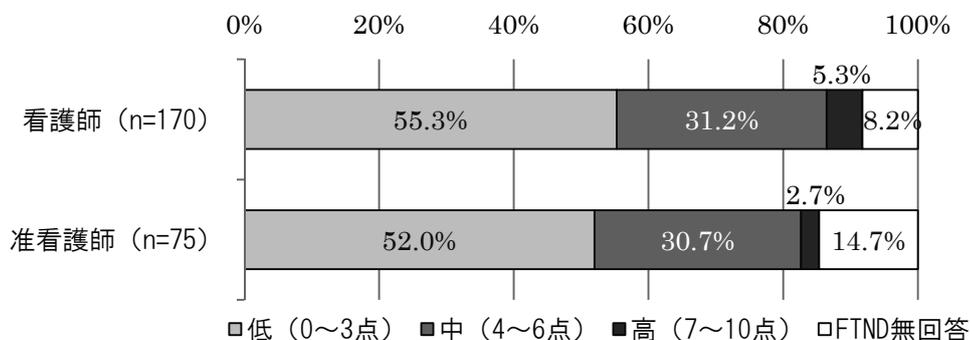
現在喫煙者（276人）のファーストニコチン依存度（FTND）をみると、約34%が中～高程度の依存度であった。男性は女性よりも依存度が高い傾向がみられた。

FTNDの平均値は3.02（標準偏差2.1）であり、男女別では女性2.9（標準偏差2.0）、男性3.7（標準偏差2.5）であった。タバコを毎日吸う者のFTNDは平均3.4（標準偏差2.0）、ときどき吸う者のFTNDは平均0.8（標準偏差1.1）であった。

図表 28 現在喫煙者のニコチン依存度 (FTND)



図表 29 看護師・准看護師のニコチン依存度 (FTND)



(注1) FTND 無回答者は、FTND を判定する 6 つの質問項目のうち一つ以上に無回答があった者。

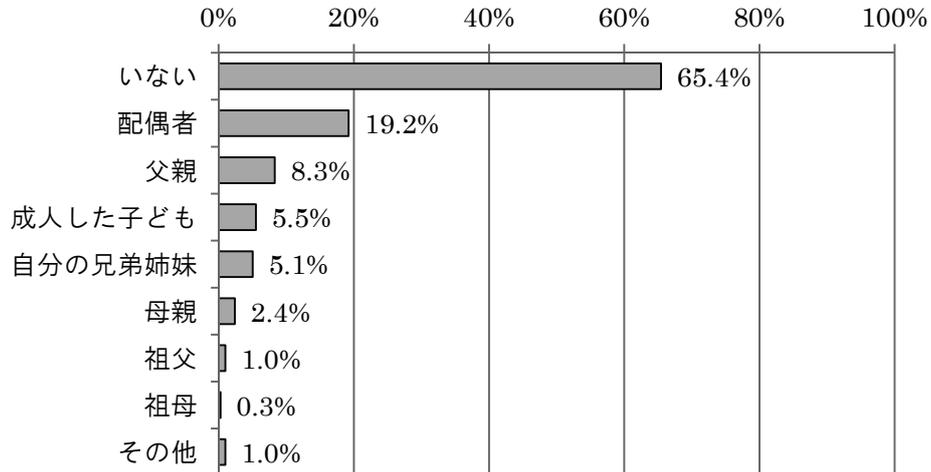
(注2) FTND (ファーストニコチン依存度テスト) とは：

6 項目の質問によりニコチン依存度を判定する（「禁煙ガイドライン（2010年改訂版）」参照）。我が国では 0～3 点は依存度が「低い」、4～6 点は「ふつう」、7～10 点が「高い」と 3 段階で利用されることが多い。一般的には、ニコチン依存度が高いほど禁煙時の離脱症状が強くなるため、禁煙治療の利用が推奨される（日本循環器学会ほか『禁煙治療のための標準手順書（第5版）』、厚生労働省『禁煙支援マニュアル（第二版）』による）。

15. 同居する家族の喫煙

「あなたの同居する家族で、現在タバコを吸う人はいますか」とたずねた（複数回答）。
 回答が多かったものは、「いない」（65.4%）、「配偶者」（19.2%）、「父親」（8.3%）、
 「成人した子ども」（5.5%）、「自分の兄弟姉妹」（5.1%）であった。

図表 30 同居する家族で現在タバコを吸う人【複数回答】(N=3,483)

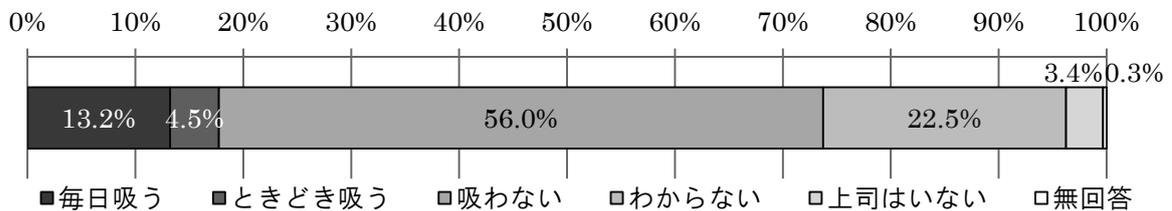


16. 上司の喫煙状況

「あなたの上司（管理者）はタバコを吸いますか」とたずねた。

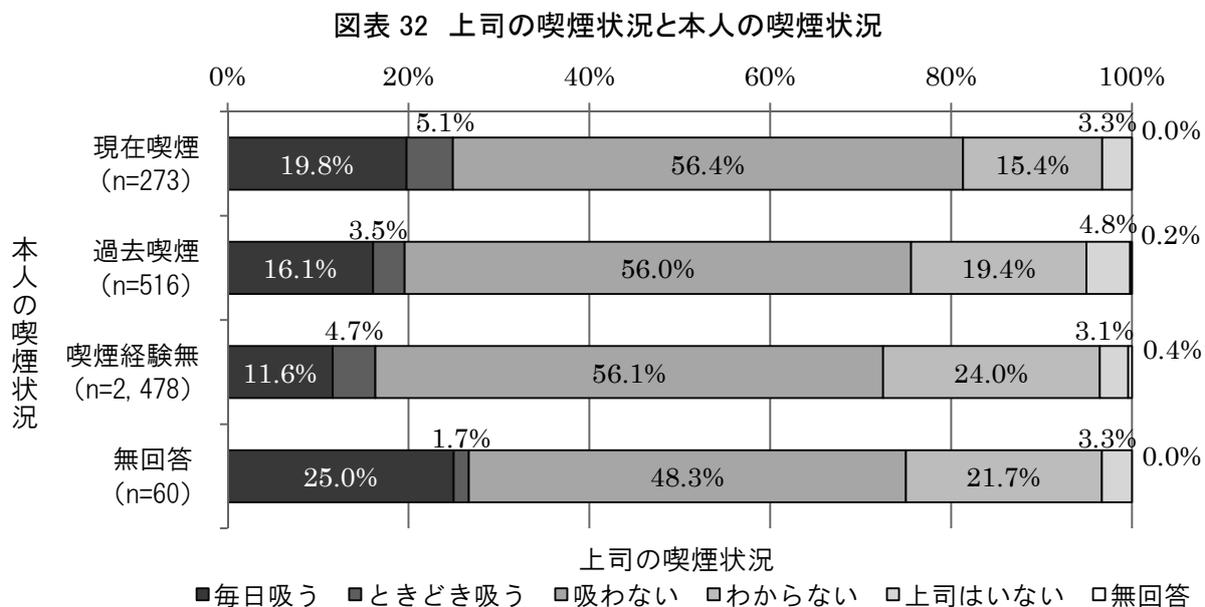
現在働いている人を対象に解析をしたところ、上司が「毎日吸う」と回答した者は13.2%、「ときどき吸う」と回答した者は4.5%、「吸わない」と回答した者は56.0%、「わからない」と回答した者は22.5%であった。

図表 31 上司の喫煙状況 (n=3,327)



17. 上司の喫煙状況と本人の喫煙状況

現在働いている人（3,327人）について、本人の喫煙状況と、上司の喫煙状況の関係をみた。現在喫煙者の上司の喫煙率（「毎日吸う」「ときどき吸う」の合計）は24.9%であり、過去喫煙者の上司の喫煙率は19.6%、喫煙経験無者の上司の喫煙率は16.3%であった。



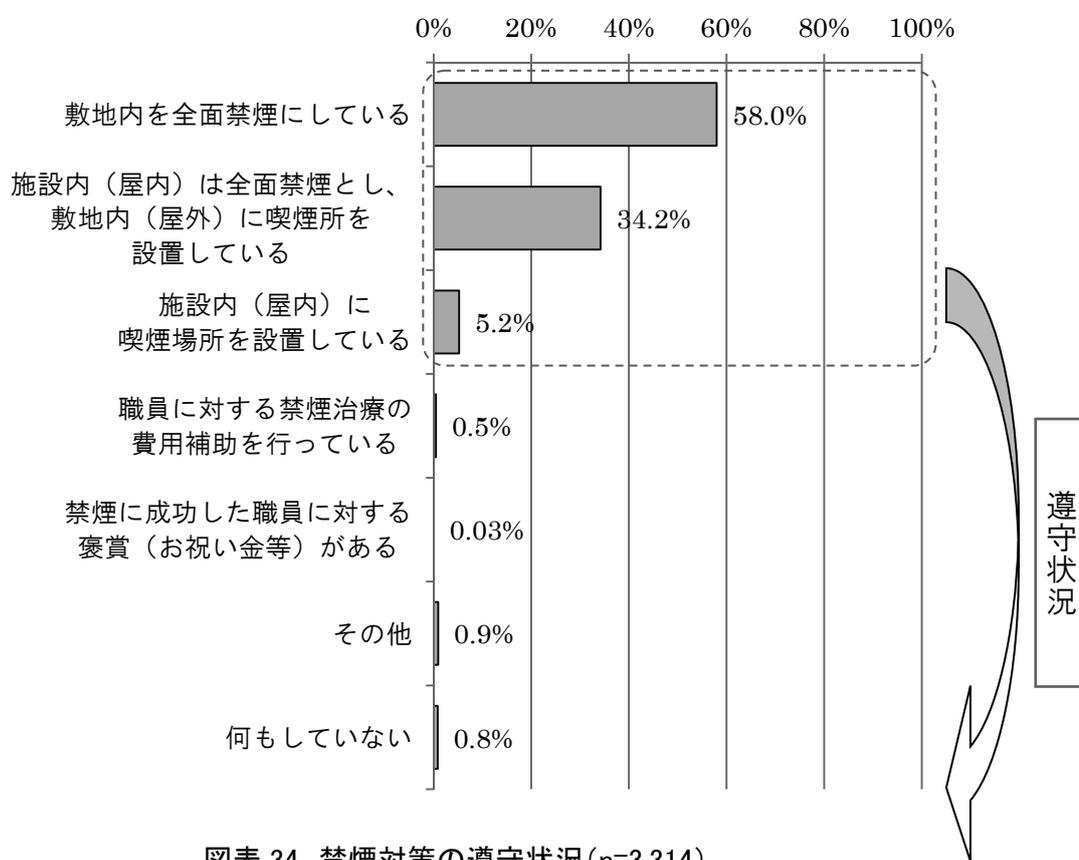
18. 所属する機関の禁煙対策とその遵守状況

所属する病院・診療所・機関での禁煙対策についてたずねた（複数回答）。

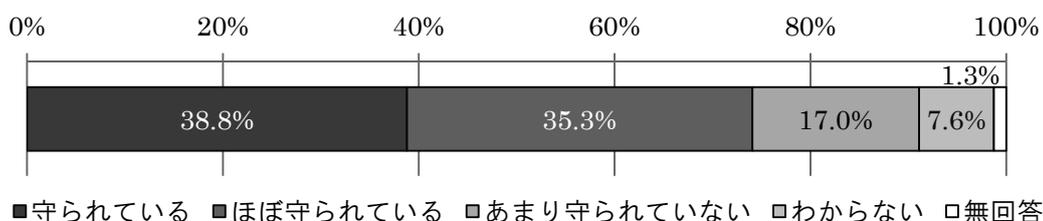
回答が多かったのは、「敷地内を全面禁煙にしている」（58.0%）、「施設内（屋内）は、全面禁煙とし、敷地内（屋外）に喫煙所を設置している」（34.2%）、「施設内（屋内）に喫煙場所を設置している」（5.2%）であった。

上記3つの禁煙対策のいずれかを実施していると回答した人（3,314人、全体の95.1%）に対して、その禁煙対策が守られているかどうか（遵守状況）を尋ねたところ（単一回答）、「守られている」割合（「守られている」「ほぼ守られている」の合計）は74.1%で、17.0%が「あまり守られていない」と答えた。

図表 33 所属する機関の禁煙対策【複数回答】(N=3,483)



図表 34 禁煙対策の遵守状況 (n=3,314)

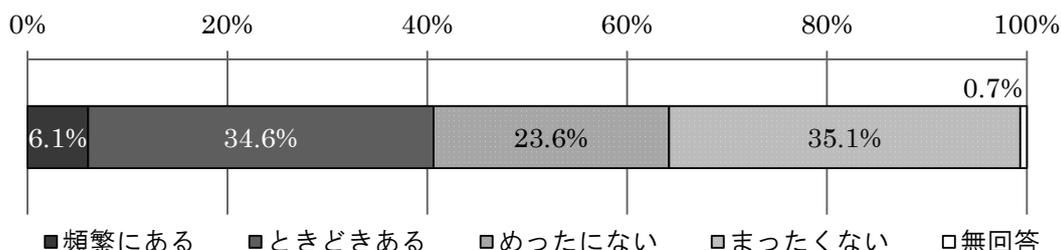


19. タバコに関する教育の機会

「あなた自身は、保健医療従事者として患者や対象者、学生等への「タバコ教育」（タバコに関する教育）を行うことがありますか」とたずねた。

「頻繁にある」と回答した者は6.1%、「ときどきある」と回答した者は34.6%、「めったにない」と回答した者は23.6%、「まったくない」と回答した者は35.1%であった。

図表 35 タバコに関する教育の機会の頻度(N=3,483)



喫煙習慣とタバコに関する教育の機会の頻度の関係を見ると、「頻繁にある」または「ときどきある」と回答した割合は、過去喫煙者 41.8%、喫煙経験無者 41.0%、現在喫煙者 35.9%であった。

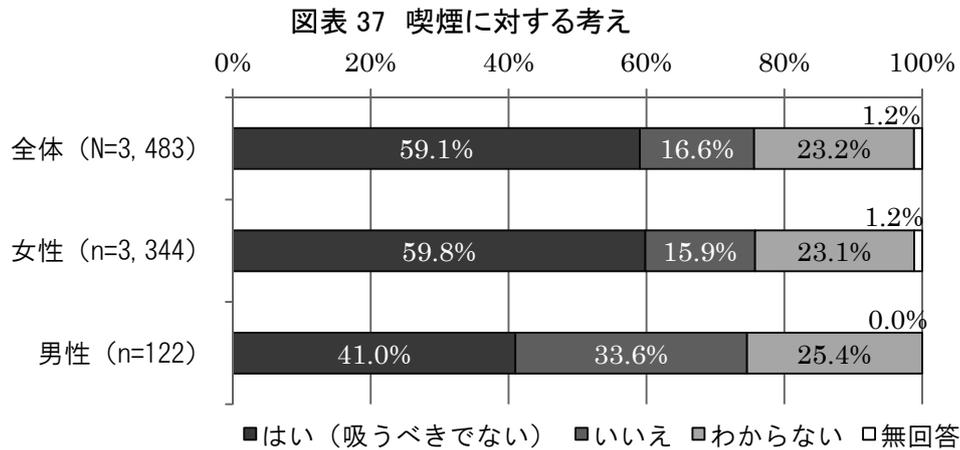
図表 36 喫煙習慣とタバコに関する教育の機会の頻度

		タバコに関する教育の機会の頻度						
		1. 頻繁にある	2. ときどき ある	3. めったに ない	4. まったく ない	無回答	合計	
喫煙習慣	現在喫煙	回答数	11	88	64	112	1	276
		%	4.0	31.9	23.2	40.6	0.4	100.0
	過去喫煙	回答数	41	184	131	176	6	538
		%	7.6	34.2	24.3	32.7	1.1	100.0
	喫煙経験無	回答数	155	912	612	907	15	2,601
		%	6.0	35.1	23.5	34.9	0.6	100.0
	無回答	回答数	4	20	14	29	1	68
		%	5.9	29.4	20.6	42.6	1.5	100.0
	合計	回答数	211	1,204	821	1,224	23	3,483
		%	6.1	34.6	23.6	35.1	0.7	100.0

20. 喫煙に対する考え

「看護職という立場上、タバコを吸うべきではないと思いますか」とたずねたところ、「はい」と回答した者は59.1%、「いいえ」と回答した者は16.6%、「わからない」と回答した者は23.2%であった。

男女別にみると、「はい」と答えたのは、女性は59.8%、男性は41.0%であった。



(注) 上記の「全体」には性別無回答者 (17人) を含む。

また現在喫煙者では「はい (タバコを吸うべきではない)」との回答が41.3%、現在非喫煙者では、「はい (タバコを吸うべきではない)」との回答が60.8%であった。

図表 38 喫煙習慣と喫煙に対する考え

		看護職という立場上、タバコを吸うべきではないと思うか					
		1. はい	2. いいえ	3. わからない	無回答	合計	
喫煙習慣	現在喫煙	回答数	114	77	83	2	276
		%	41.3	27.9	30.1	0.7	100.0
	現在非喫煙	回答数	1,907	486	709	37	3,139
		%	60.8	15.5	22.6	1.2	100.0
	無回答	回答数	36	14	16	2	68
		%	52.9	20.6	23.5	2.9	100.0
	合計	回答数	2,057	577	808	41	3,483
		%	59.1	16.6	23.2	1.2	100.0

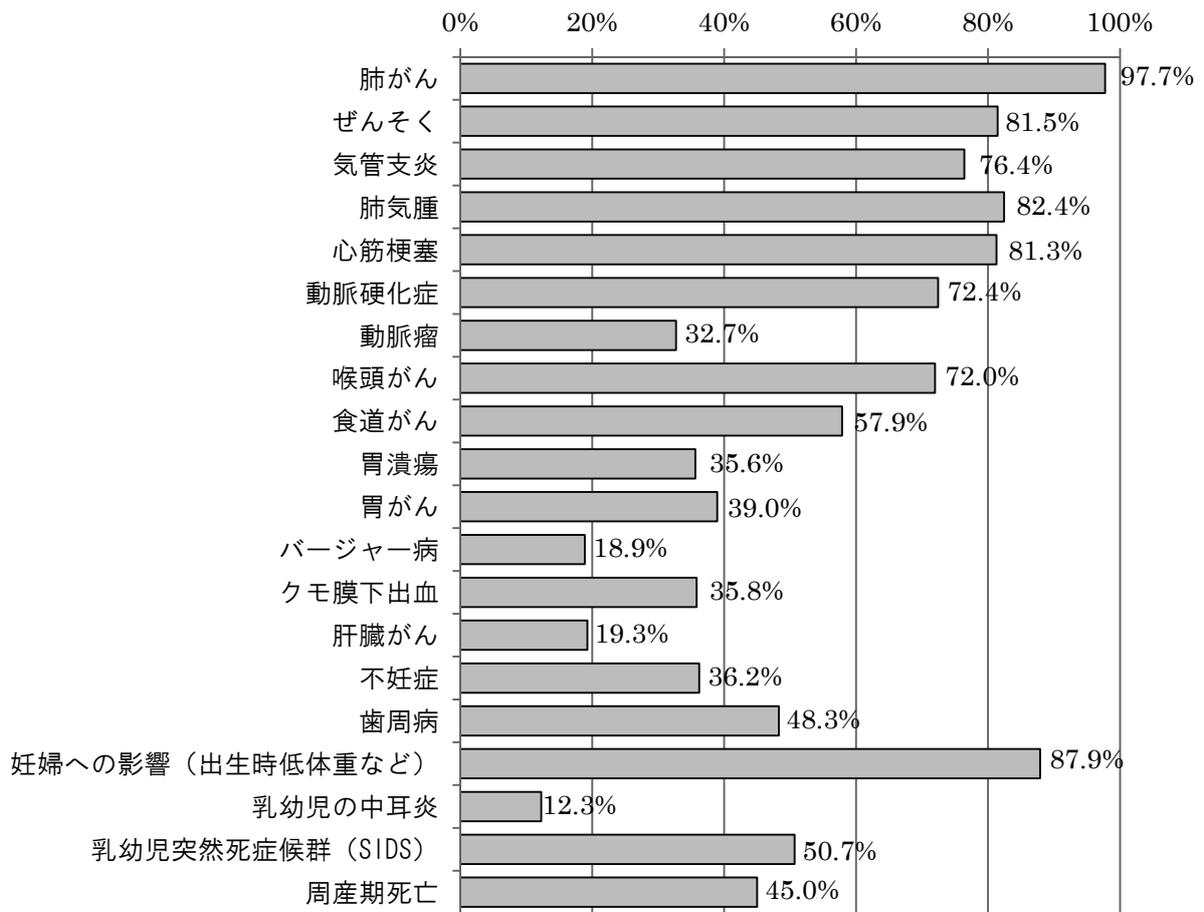
(注1) 「現在喫煙」はタバコを「毎日吸う」「ときどき吸う」者の合計。「現在非喫煙」は、「習慣的にタバコを吸った経験を有し、今は (この1ヶ月間) 吸っていない」と「習慣的喫煙経験がない」者の合計。

21. 喫煙の影響によって罹患や、リスクが高まる疾患の認識

「喫煙の影響によって罹患しやすくなったり、リスクが高まるものは、どれだと思いますか」とたずねた（複数回答）。

喫煙の害（リスク）に関する認識は、肺がんやぜんそく、気管支炎、肺気腫といった呼吸器疾患や、喉頭がん、動脈硬化、妊婦への影響などについて7～9割にとどまった。また、胃潰瘍への認識は35.6%、歯周病は48.3%と、半数以下であった

図表 39 喫煙の害(リスク)の認識【複数回答】(N=3,483)

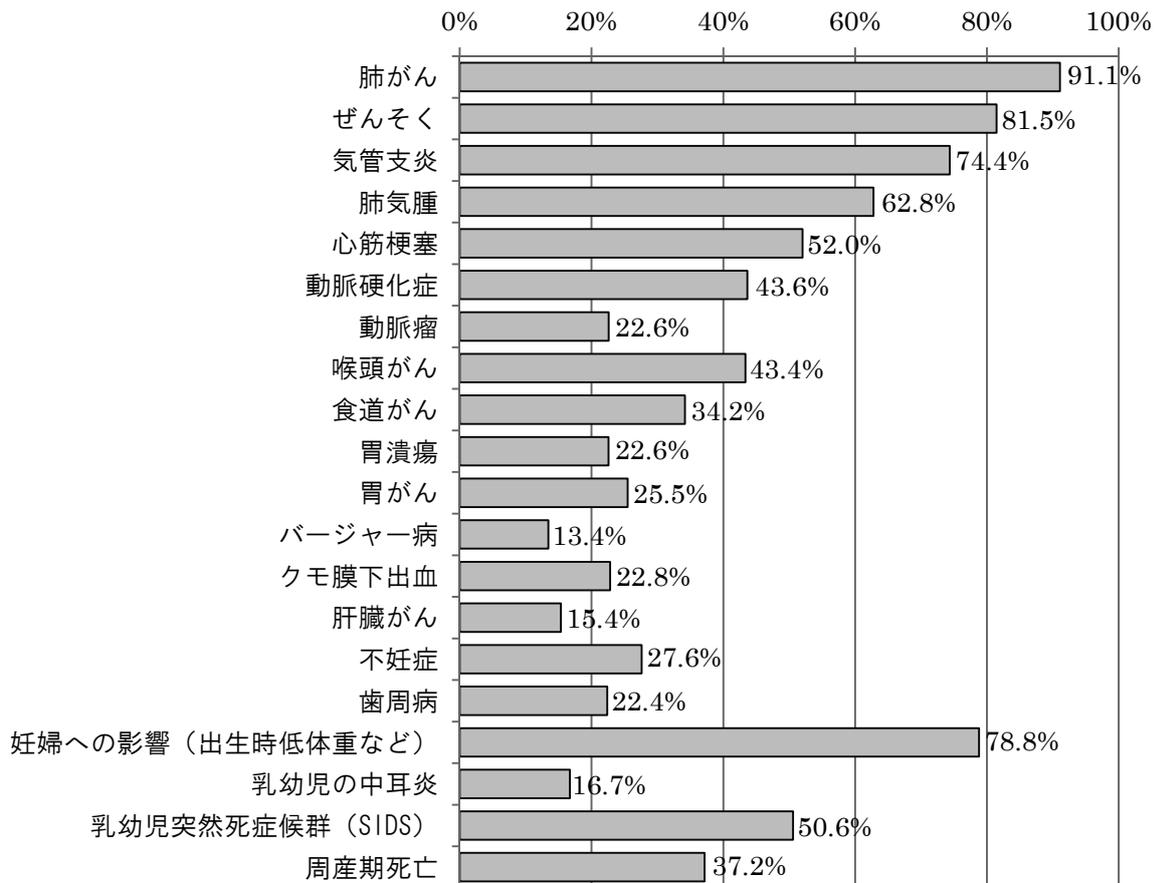


22. 受動喫煙の影響によって罹患や、リスクが高まる疾患の認識

「受動喫煙の影響によって罹患しやすくなったり、リスクが高まるものは、どれだと思いますか」とたずねた（複数回答）。

受動喫煙の害に関する認識は、肺がんやぜんそく、気管支炎、肺気腫といった呼吸器疾患や、妊婦への影響などについて6～9割にとどまった。また、喉頭がんへの認識は43.4%、動脈硬化は43.6%、胃潰瘍は22.6%、歯周病は22.4%と、半数以下であった

図表 40 受動喫煙の害(リスク)の認識【複数回答】(N=3,483)



23. 喫煙習慣と飲酒習慣

週に何日くらいお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲むかをたずねたところ、現在喫煙者では、「毎日」14.1%、「週5～6日」10.5%、「週3～4日」10.1%、「週1～2日」10.5%、「月1～3日」11.6%、「やめた」0.7%、「ほとんど飲まない」42.4%であった。「毎日」飲酒する割合は、現在喫煙者14.1%、過去喫煙者10.6%、喫煙経験無者3.6%であった。

図表 41 喫煙習慣と飲酒習慣

		飲酒習慣									
		1. 毎日	2. 週 5 ～ 6 日	3. 週 3 ～ 4 日	4. 週 1 ～ 2 日	5. 月 1 ～ 3 日	6. や め た	7. ほ と ん ど 飲 ま な い	無 回 答	合 計	
喫 煙 習 慣	現在喫煙	回答数	39	29	28	29	32	2	117	0	276
		%	14.1	10.5	10.1	10.5	11.6	0.7	42.4	0.0	100.0
	過去喫煙	回答数	57	68	53	66	99	17	178	0	538
		%	10.6	12.6	9.9	12.3	18.4	3.2	33.1	0.0	100.0
	喫煙経験無	回答数	93	109	191	329	569	44	1,262	4	2,601
		%	3.6	4.2	7.3	12.6	21.9	1.7	48.5	0.2	100.0
	無回答	回答数	6	8	4	5	14	0	29	2	68
		%	8.8	11.8	5.9	7.4	20.6	0.0	42.6	2.9	100.0
	合計	回答数	195	214	276	429	714	63	1,586	6	3,483
		%	5.6	6.1	7.9	12.3	20.5	1.8	45.5	0.2	100.0

また「月1～3日」以上飲酒習慣がある者の1日あたり飲酒量は、現在喫煙者では、「1合未満」24.8%、「1合以上2合未満」35.7%、「2合以上3合未満」23.6%、「3合以上4合未満」7.6%、「4合以上5合未満」4.5%、「5合以上」3.8%であった。「1合未満」の割合は、喫煙経験無者42.4%、過去喫煙者38.2%、現在喫煙者24.8%であった。

図表 42 喫煙習慣と1日あたり飲酒量

		1日あたり飲酒量							無 回 答	合 計
		1. 1 合 未 満	2. 1 合 以 上 2 合 未 満	3. 2 合 以 上 3 合 未 満	4. 3 合 以 上 4 合 未 満	5. 4 合 以 上 5 合 未 満	6. 5 合 以 上			
喫 煙 習 慣	現在喫煙	回答数	39	56	37	12	7	6	0	157
		%	24.8	35.7	23.6	7.6	4.5	3.8	0.0	100.0
	過去喫煙	回答数	131	98	63	27	16	6	2	343
		%	38.2	28.6	18.4	7.9	4.7	1.7	0.6	100.0
	喫煙経験無	回答数	548	416	184	88	26	21	8	1,291
		%	42.4	32.2	14.3	6.8	2.0	1.6	0.6	100.0
	無回答	回答数	17	9	7	2	0	1	1	37
		%	45.9	24.3	18.9	5.4	0.0	2.7	2.7	100.0
	合計	回答数	735	579	291	129	49	34	11	1,828
		%	40.2	31.7	15.9	7.1	2.7	1.9	0.6	100.0

24. 喫煙習慣と健康づくりのための身体活動・運動の実施状況

健康づくりのための身体活動・運動の実施状況は、現在喫煙者では、「まったくしていない」37.7%、「めったにしていない」25.0%、「時々している」21.7%、「しばしばしている」9.1%、「毎日している」5.8%であった。「毎日」または「しばしばしている」割合は、過去喫煙者 18.0%、喫煙経験無者 16.5%、現在喫煙者 14.9%であった。

図表 43 喫煙習慣と身体活動・運動の実施状況

			身体活動・運動の実施状況						
			1. 毎日 している	2. しばしば している	3. 時々 している	4. めったに していない	5. まったく していない	無回答	合計
喫煙習慣	現在喫煙	回答数	16	25	60	69	104	2	276
		%	5.8	9.1	21.7	25.0	37.7	0.7	100.0
	過去喫煙	回答数	24	73	147	140	147	7	538
		%	4.5	13.6	27.3	26.0	27.3	1.3	100.0
	喫煙経験無	回答数	109	320	739	706	689	38	2,601
		%	4.2	12.3	28.4	27.1	26.5	1.5	100.0
	無回答	回答数	5	7	18	16	20	2	68
		%	7.4	10.3	26.5	23.5	29.4	2.9	100.0
	合計	回答数	154	425	964	931	960	49	3,483
		%	4.4	12.2	27.7	26.7	27.6	1.4	100.0

25. 喫煙習慣と睡眠による休養の充足度

「いつもとっている睡眠で休養が十分にとれていると思いますか」とたずねたところ、現在喫煙者では、「十分にとれている」13.0%、「おおむねとれている」44.9%、「あまりとれていない」36.6%、「まったくとれていない」4.0%、「わからない」1.1%であった。「まったくとれていない」または「あまりとれていない」割合は、現在喫煙者 40.6%、過去喫煙者 40.0%、喫煙経験無者 38.3%であった。

図表 44 喫煙習慣と睡眠による休養の充足度

			睡眠による休養の充足度					無回答	合計
			1. 十分に とれている	2. おおむね とれている	3. あまりとれて いない	4. まったくとれ ていない	5. わからない		
喫煙習慣	現在喫煙	回答数	36	124	101	11	3	1	276
		%	13.0	44.9	36.6	4.0	1.1	0.4	100.0
	過去喫煙	回答数	57	254	200	15	10	2	538
		%	10.6	47.2	37.2	2.8	1.9	0.4	100.0
	喫煙経験無	回答数	203	1,374	924	73	19	8	2,601
		%	7.8	52.8	35.5	2.8	0.7	0.3	100.0
	無回答	回答数	11	31	26	0	0	0	68
		%	16.2	45.6	38.2	0.0	0.0	0.0	100.0
	合計	回答数	307	1,783	1,251	99	32	11	3,483
		%	8.8	51.2	35.9	2.8	0.9	0.3	100.0

26. 喫煙習慣と入眠困難の頻度

過去1か月間において、「夜、眠りにつきにくいことはありますか」とたずねたところ、現在喫煙者では「常にある」5.4%、「しばしばある」14.1%、「時々ある」35.9%、「めったにない」30.4%、「まったくない」13.8%であった。「常にある」または「しばしばある」割合は、現在喫煙者19.6%、過去喫煙者13.4%、喫煙経験無者11.0%であった。

図表 45 喫煙習慣と入眠困難の頻度

		入眠困難の頻度						合計	
		1. まったくない	2. めったにない	3. 時々ある	4. しばしばある	5. 常にある	無回答		
喫煙習慣	現在喫煙	回答数	38	84	99	39	15	1	276
		%	13.8	30.4	35.9	14.1	5.4	0.4	100.0
	過去喫煙	回答数	98	187	179	51	21	2	538
		%	18.2	34.8	33.3	9.5	3.9	0.4	100.0
	喫煙経験無	回答数	471	933	895	225	61	16	2,601
		%	18.1	35.9	34.4	8.7	2.3	0.6	100.0
	無回答	回答数	11	27	17	8	5	0	68
		%	16.2	39.7	25.0	11.8	7.4	0.0	100.0
	合計	回答数	618	1,231	1,190	323	102	19	3,483
		%	17.7	35.3	34.2	9.3	2.9	0.5	100.0

27. 喫煙習慣と夜間覚醒の頻度

過去1か月間において、「夜、眠ってから目が覚めてしまい、もう一度眠ることが困難なことがありますか」とたずねたところ、現在喫煙者では、「常にある」3.6%、「しばしばある」9.4%、「時々ある」26.8%、「めったにない」39.9%、「まったくない」19.9%であった。「常にある」または「しばしばある」割合は、現在喫煙者13.0%、過去喫煙者11.3%、喫煙経験無者8.7%であった。

図表 46 喫煙習慣と夜間覚醒の頻度

		夜間覚醒の頻度						合計	
		1. まったくない	2. めったにない	3. 時々ある	4. しばしばある	5. 常にある	無回答		
喫煙習慣	現在喫煙	回答数	55	110	74	26	10	1	276
		%	19.9	39.9	26.8	9.4	3.6	0.4	100.0
	過去喫煙	回答数	107	201	168	51	10	1	538
		%	19.9	37.4	31.2	9.5	1.9	0.2	100.0
	喫煙経験無	回答数	554	1,132	670	185	40	20	2,601
		%	21.3	43.5	25.8	7.1	1.5	0.8	100.0
	無回答	回答数	12	27	16	9	4	0	68
		%	17.6	39.7	23.5	13.2	5.9	0.0	100.0
	合計	回答数	728	1,470	928	271	64	22	3,483
		%	20.9	42.2	26.6	7.8	1.8	0.6	100.0

28. 喫煙習慣と早朝覚醒の頻度

過去1か月間において、「朝早く目が覚めてしまい、もう一度眠ることが困難なことがありますか」とたずねたところ、現在喫煙者では、「常にある」2.9%、「しばしばある」7.6%、「時々ある」27.2%、「めったにない」38.0%、「まったくない」23.9%であった。「常にある」または「しばしばある」割合は、現在喫煙者10.5%、過去喫煙者9.1%、喫煙経験無者7.3%であった。

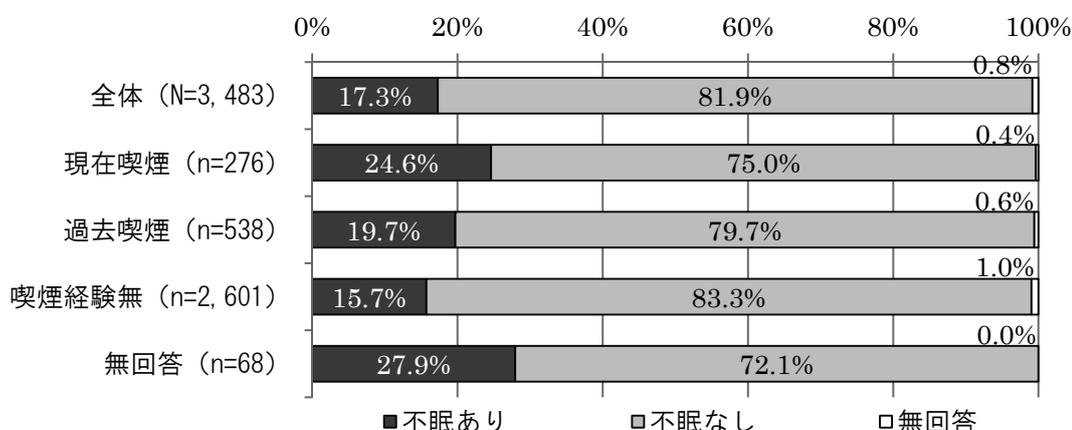
図表 47 喫煙習慣と早朝覚醒の頻度

		早朝覚醒の頻度							
		1. まったく ない	2. めったに ない	3. 時々ある	4. しばしば ある	5. 常にある	無回答	合計	
喫 煙 習 慣	現在喫煙	回答数	66	105	75	21	8	1	276
		%	23.9	38.0	27.2	7.6	2.9	0.4	100.0
	過去喫煙	回答数	132	214	141	38	11	2	538
		%	24.5	39.8	26.2	7.1	2.0	0.4	100.0
	喫煙経験無	回答数	676	1,148	570	159	32	16	2,601
		%	26.0	44.1	21.9	6.1	1.2	0.6	100.0
	無回答	回答数	17	26	13	7	5	0	68
		%	25.0	38.2	19.1	10.3	7.4	0.0	100.0
	合計	回答数	891	1,493	799	225	56	19	3,483
		%	25.6	42.9	22.9	6.5	1.6	0.5	100.0

29. 喫煙習慣と不眠の有無

「入眠困難」「夜間覚醒」「早朝覚醒」のいずれかがある（「常にある」「しばしばある」の合計）者を「不眠あり」として分析すると、全体では17.3%が「不眠あり」であり、6人に1人の割合であった。「不眠あり」の割合は、現在喫煙者24.6%、過去喫煙者19.7%、喫煙経験無者15.7%であった。

図表 48 喫煙習慣と不眠の有無



30. 喫煙習慣と昼間の耐えられない眠気の頻度

「昼間、眠ってはいけないときに起きていられないことはありますか」とたずねたところ、現在喫煙者では、「常にある」0.4%、「しばしばある」5.8%、「時々ある」21.0%、「めったにない」40.2%。「まったくない」32.6%であった。「常にある」または「しばしばある」割合は、現在喫煙者 6.2%、過去喫煙者 5.0%、喫煙経験無者 4.6%であった。

図表 49 喫煙習慣と昼間の耐えられない眠気の頻度

		昼間の耐えられない眠気の頻度							
		1. まったく ない	2. めったに ない	3. 時々ある	4. しばしば ある	5. 常にある	無回答	合計	
喫煙習慣	現在喫煙	回答数	90	111	58	16	1	0	276
		%	32.6	40.2	21.0	5.8	0.4	0.0	100.0
	過去喫煙	回答数	162	230	119	24	3	0	538
		%	30.1	42.8	22.1	4.5	0.6	0.0	100.0
	喫煙経験無	回答数	782	1,160	530	105	14	10	2,601
		%	30.1	44.6	20.4	4.0	0.5	0.4	100.0
	無回答	回答数	23	25	15	5	0	0	68
		%	33.8	36.8	22.1	7.4	0.0	0.0	100.0
	合計	回答数	1,057	1,526	722	150	18	10	3,483
		%	30.3	43.8	20.7	4.3	0.5	0.3	100.0

31. 喫煙習慣と睡眠薬・安定剤の使用状況

「眠るために睡眠薬や安定剤などの薬を使うことがありますか」とたずねたところ、現在喫煙者では、「常にある」5.8%、「しばしばある」4.0%、「時々ある」8.3%、「めったにない」7.6%、「まったくない」74.3%であった。「常にある」または「しばしばある」割合は、現在喫煙者 9.8%、過去喫煙者 5.9%、喫煙経験無者 3.2%であった。

図表 50 喫煙習慣と睡眠薬・安定剤の使用状況

		睡眠薬・安定剤の使用頻度							
		1. まったく ない	2. めったに ない	3. 時々ある	4. しばしば ある	5. 常にある	無回答	合計	
喫煙習慣	現在喫煙	回答数	205	21	23	11	16	0	276
		%	74.3	7.6	8.3	4.0	5.8	0.0	100.0
	過去喫煙	回答数	431	42	33	15	17	0	538
		%	80.1	7.8	6.1	2.8	3.2	0.0	100.0
	喫煙経験無	回答数	2,199	197	118	32	50	5	2,601
		%	84.5	7.6	4.5	1.2	1.9	0.2	100.0
	無回答	回答数	49	8	5	2	4	0	68
		%	72.1	11.8	7.4	2.9	5.9	0.0	100.0
	合計	回答数	2,884	268	179	60	87	5	3,483
		%	82.8	7.7	5.1	1.7	2.5	0.1	100.0

32. 喫煙習慣と1日の平均睡眠時間

1日の平均睡眠時間について実時間でたずねたところ、現在喫煙者では、「5時間未満」が6.9%、「5時間以上6時間未満」が25.0%、「6時間以上7時間未満」が37.0%、「7時間以上8時間未満」が19.9%、「8時間以上」が10.9%であった。6時間未満の割合は、現在喫煙者31.9%、喫煙経験無者23.6%、過去喫煙者23.6%であった。

図表 51 喫煙習慣と1日の平均睡眠時間

		1日の平均睡眠時間						無回答	合計
		5時間未満	5時間以上 6時間未満	6時間以上 7時間未満	7時間以上 8時間未満	8時間以上			
喫煙習慣	現在喫煙	回答数	19	69	102	55	30	1	276
		%	6.9	25.0	37.0	19.9	10.9	0.4	100.0
	過去喫煙	回答数	27	100	205	132	67	7	538
		%	5.0	18.6	38.1	24.5	12.5	1.3	100.0
	喫煙経験無	回答数	107	506	1,110	609	242	27	2,601
		%	4.1	19.5	42.7	23.4	9.3	1.0	100.0
	無回答	回答数	6	13	25	15	9	0	68
		%	8.8	19.1	36.8	22.1	13.2	0.0	100.0
	合計	回答数	159	688	1,442	811	348	35	3,483
		%	4.6	19.8	41.4	23.3	10.0	1.0	100.0

33. 喫煙習慣と冬期間の状態

冬期間の状態について9つの状態の有無をたずねた（複数回答）。

現在喫煙者では、「朝なかなか目が覚めない」（53.3%）、「夏より体重が増える」（44.2%）、「睡眠時間が長くなる（昼寝も含む）」（27.2%）であった。

「午後に、気分や活力があきらかに一時的に落ち込む」との回答が、現在喫煙者では8.7%に対し、過去喫煙者では4.6%、喫煙経験無者では4.2%であった。

図表 52 喫煙習慣と冬期間の状態【複数回答】

		冬期間の状態									
		1. 睡眠時間が長くなる (昼寝も含む)	2. 朝なかなか 目が覚めない	3. 日中の活力が低く、 ほとんどの時間において 疲れていると感じる	4. 全体的に、朝より夜に 気分が悪いと感じる	5. 午後に、気分や 活力があきらかに 一時的に落ち込む	6. より多くの甘い 食べ物や炭水化物が 欲しくなる	7. 甘い食べ物や炭水化物 を、より多く食べる(欲求 がある、ないに関わらず)	8. 甘い食べ物が欲しく なるが、ほとんどが 午後か夜である	9. 夏より体重が 増える	
喫煙習慣	現在喫煙 (n=276)	回答数	75	147	46	3	24	47	27	36	122
		%	27.2	53.3	16.7	1.1	8.7	17.0	9.8	13.0	44.2
	過去喫煙 (n=538)	回答数	122	301	82	6	25	119	93	63	281
		%	22.7	55.9	15.2	1.1	4.6	22.1	17.3	11.7	52.2
	喫煙経験無 (n=2,601)	回答数	628	1,403	381	42	109	614	475	311	1,289
		%	24.1	53.9	14.6	1.6	4.2	23.6	18.3	12.0	49.6
	無回答 (n=68)	回答数	17	31	6	0	2	13	7	10	24
		%	25.0	45.6	8.8	0.0	2.9	19.1	10.3	14.7	35.3
	合計 (N=3,483)	回答数	842	1,882	515	51	160	793	602	420	1,716
		%	24.2	54.0	14.8	1.5	4.6	22.8	17.3	12.1	49.3

(注) 季節的に冬期間に睡眠時間や眠気等が変化することが先行研究で明らかになっており、眠気防止のための喫煙という意味で、季節性が喫煙行動に関連する可能性があるため、上記では冬期間の状態との関連を分析している。

34. 喫煙習慣と過去1か月間における楽しい日常生活

過去1か月間について、「いつもより日常生活を楽しく送ることができましたか」とたずねたところ、現在喫煙者では、「できた」6.2%、「いつもと変わらなかった」67.0%、「できなかった」22.5%、「まったくできなかった」4.0%であった。「まったくできなかった」または「できなかった」割合は、現在喫煙者26.4%、喫煙経験無者25.0%、過去喫煙者23.2%であった。

図表 53 喫煙習慣と過去1か月間に日常生活を楽しく送ることができたか

		楽しい日常生活						
		1. できた	2. いつもと変わらなかった	3. できなかった	4. まったくできなかった	無回答	合計	
喫煙習慣	現在喫煙	回答数	17	185	62	11	1	276
		%	6.2	67.0	22.5	4.0	0.4	100.0
	過去喫煙	回答数	59	350	106	19	4	538
		%	11.0	65.1	19.7	3.5	0.7	100.0
	喫煙経験無	回答数	265	1,633	553	96	54	2,601
		%	10.2	62.8	21.3	3.7	2.1	100.0
	無回答	回答数	4	43	12	1	8	68
		%	5.9	63.2	17.6	1.5	11.8	100.0
	合計	回答数	345	2,211	733	127	67	3,483
		%	9.9	63.5	21.0	3.6	1.9	100.0

35. 喫煙習慣と過去1か月間における気分の落ち込み

過去1か月間について、「いつもより気が重くて落ち込むことはありましたか」とたずねたところ、現在喫煙者では、「まったくなかった」8.7%、「あまりなかった」37.7%、「あった」44.2%、「たびたびあった」9.1%であった。「たびたびあった」または「あった」割合は、現在喫煙者53.3%、喫煙経験無者46.8%、過去喫煙者44.1%であった。

図表 54 喫煙習慣と気分の落ち込み

		気分の落ち込み						
		1. まったくなかった	2. あまりなかった	3. あった	4. たびたびあった	無回答	合計	
喫煙習慣	現在喫煙	回答数	24	104	122	25	1	276
		%	8.7	37.7	44.2	9.1	0.4	100.0
	過去喫煙	回答数	47	251	187	50	3	538
		%	8.7	46.7	34.8	9.3	0.6	100.0
	喫煙経験無	回答数	203	1,134	1,000	216	48	2,601
		%	7.8	43.6	38.4	8.3	1.8	100.0
	無回答	回答数	4	30	20	6	8	68
		%	5.9	44.1	29.4	8.8	11.8	100.0
	合計	回答数	278	1,519	1,329	297	60	3,483
		%	8.0	43.6	38.2	8.5	1.7	100.0

36. 喫煙習慣と過去1か月間におけるストレス

過去1か月間について、「不満、悩み、苦勞などによるストレスがありましたか」とたずねたところ、現在喫煙者では、「まったくなかった」3.3%、「あまりなかった」17.8%、「多少あった」52.2%、「大いにあった」25.4%であった。「大いにあった」割合は、現在喫煙者25.4%、過去喫煙者23.4%、喫煙経験無者22.4%であった。

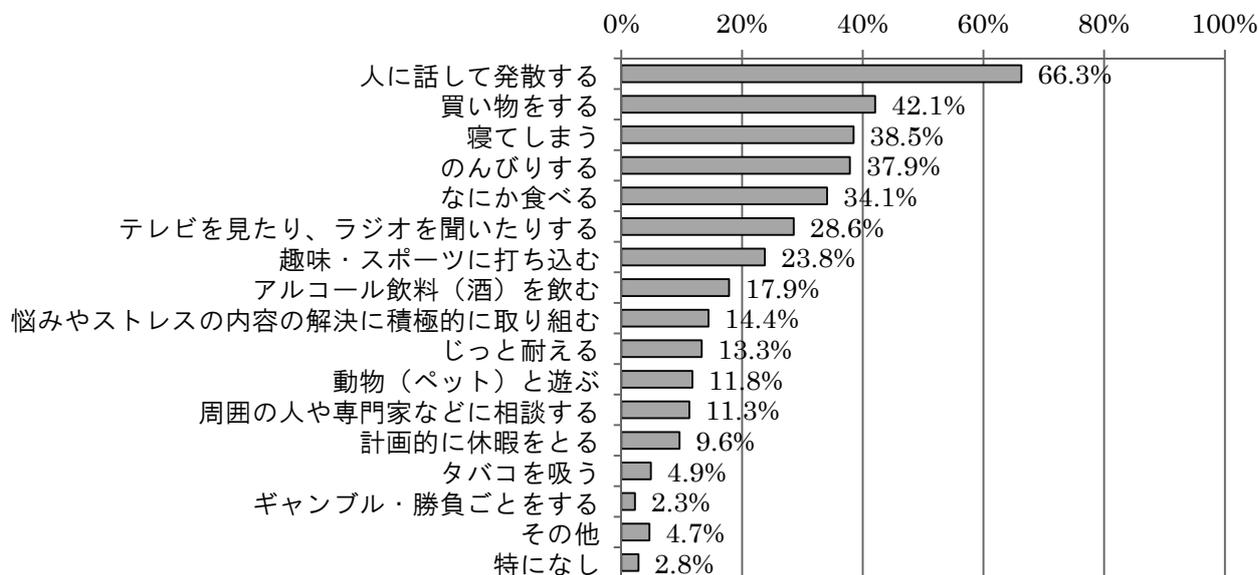
図表 55 喫煙習慣とストレス

			ストレス					
			1. まったく なかった	2. あまり なかった	3. 多少 あった	4. 大いに あった	無回答	合計
喫 煙 習 慣	現在喫煙	回答数	9	49	144	70	4	276
		%	3.3	17.8	52.2	25.4	1.4	100.0
	過去喫煙	回答数	10	132	266	126	4	538
		%	1.9	24.5	49.4	23.4	0.7	100.0
	喫煙経験無	回答数	51	556	1,360	582	52	2,601
		%	2.0	21.4	52.3	22.4	2.0	100.0
	無回答	回答数	2	16	28	14	8	68
		%	2.9	23.5	41.2	20.6	11.8	100.0
	合計	回答数	72	753	1,798	792	68	3,483
		%	2.1	21.6	51.6	22.7	2.0	100.0

37. 喫煙習慣と過去1か月間におけるストレス等の対処法

過去1か月間の「不満、悩み、苦勞、ストレス」があったときの対処法をたずねた（複数回答）。回答の多かった対処法は、「人に話して発散する」（66.3%）、「買い物をする」（42.1%）、「寝てしまう」（38.5%）、「のんびりする」（37.9%）であった。

図表 56 過去1か月間のストレス等の対処法【複数回答】(N=3,483)



喫煙習慣の有無別にストレス等の対処法をみると、現在喫煙者では、「人に話して発散する」が62.3%で、次いで「タバコを吸う」が56.5%であった。

図表 57 喫煙習慣と過去1か月間のストレス等の対処法【複数回答】(N=3,483)

		ストレス等の対処法																	
		1. 悩みやストレスの内容の解決に積極的に取り組む	2. 計画的に休暇をとる	3. 人に話して発散する	4. 周囲の人や専門家などに相談する	5. 趣味・スポーツに打ち込む	6. 動物（ペット）と遊ぶ	7. なにか食べる	8. 買い物をする	9. テレビを見たり、ラジオを聞いたりする	10. のんびりする	11. ギャンブル・勝負ごとをする	12. タバコを吸う	13. アルコール飲料（酒）を飲む	14. じっと耐える	15. 寝てしまう	16. その他	17. 特になし	
喫煙習慣	現在喫煙 (n=276)	回答数	24	12	172	14	58	41	51	91	52	89	29	156	79	35	94	9	7
		%	8.7	4.3	62.3	5.1	21.0	14.9	18.5	33.0	18.8	32.2	10.5	56.5	28.6	12.7	34.1	3.3	2.5
	過去喫煙 (n=538)	回答数	79	57	361	61	128	65	157	233	125	166	11	2	157	71	178	29	17
		%	14.7	10.6	67.1	11.3	23.8	12.1	29.2	43.3	23.2	30.9	2.0	0.4	29.2	13.2	33.1	5.4	3.2
	喫煙経験無 (n=2,601)	回答数	395	262	1,739	312	629	294	964	1,111	800	1,040	35	2	373	352	1,044	121	73
		%	15.2	10.1	66.9	12.0	24.2	11.3	37.1	42.7	30.8	40.0	1.3	0.1	14.3	13.5	40.1	4.7	2.8
	無回答 (n=68)	回答数	5	5	37	5	13	10	15	30	18	24	4	10	13	6	24	3	2
		%	7.4	7.4	54.4	7.4	19.1	14.7	22.1	44.1	26.5	35.3	5.9	14.7	19.1	8.8	35.3	4.4	2.9
	合計 (N=3,483)	回答数	503	336	2,309	392	828	410	1,187	1,465	995	1,319	79	170	622	464	1,340	162	99
		%	14.4	9.6	66.3	11.3	23.8	11.8	34.1	42.1	28.6	37.9	2.3	4.9	17.9	13.3	38.5	4.7	2.8

38. 喫煙習慣と過去1か月間における1日の平均労働時間

現在働いている人に、過去1か月間における1日の平均労働時間の実時間をたずねた。

現在喫煙者では、「6時間未満」1.1%、「6時間以上8時間未満」4.0%、「8時間以上10時間未満」56.8%、「10時間以上12時間未満」25.6%、「12時間以上」7.0%であった。「12時間以上」の割合は、現在喫煙者7.0%、喫煙経験無者6.2%、過去喫煙者4.8%であった。

図表 58 喫煙習慣と過去1か月間の1日平均労働時間

		1日の平均労働時間						合計	
		6時間未満	6時間以上 8時間未満	8時間以上 10時間未満	10時間以上 12時間未満	12時間以上	無回答		
喫煙習慣	現在喫煙	回答数	3	11	155	70	19	15	273
		%	1.1	4.0	56.8	25.6	7.0	5.5	100.0
	過去喫煙	回答数	16	34	279	127	25	35	516
		%	3.1	6.6	54.1	24.6	4.8	6.8	100.0
	喫煙経験無	回答数	48	122	1,313	690	154	151	2,478
		%	1.9	4.9	53.0	27.8	6.2	6.1	100.0
	無回答	回答数	2	6	28	11	4	9	60
		%	3.3	10.0	46.7	18.3	6.7	15.0	100.0
	合計	回答数	69	173	1,775	898	202	210	3,327
		%	2.1	5.2	53.4	27.0	6.1	6.3	100.0

39. 喫煙習慣と過去1か月間に取得した休日・休暇数

現在働いている人に、過去1か月間に取得した休日（土日含む）・休暇数を実数でたずねた。

現在喫煙者では、「4日未満」1.5%、「4日以上6日未満」1.8%、「6日以上8日未満」4.4%、「8日以上10日未満」39.2%、「10日以上」48.0%であった。「10日以上」の割合は、現在喫煙者48.0%、過去喫煙者42.4%、喫煙経験無者39.7%であった。

図表 59 喫煙習慣と過去1か月間に取得した休日・休暇数

		1か月に取得した休日・休暇数						合計	
		4日未満	4日以上 6日未満	6日以上 8日未満	8日以上 10日未満	10日以上	無回答		
喫煙習慣	現在喫煙	回答数	4	5	12	107	131	14	273
		%	1.5	1.8	4.4	39.2	48.0	5.1	100.0
	過去喫煙	回答数	13	13	31	214	219	26	516
		%	2.5	2.5	6.0	41.5	42.4	5.0	100.0
	喫煙経験無	回答数	83	62	183	1,060	983	107	2,478
		%	3.3	2.5	7.4	42.8	39.7	4.3	100.0
	無回答	回答数	3	3	5	23	24	2	60
		%	5.0	5.0	8.3	38.3	40.0	3.3	100.0
	合計	回答数	103	83	231	1,404	1,357	149	3,327
		%	3.1	2.5	6.9	42.2	40.8	4.5	100.0

40. 夜間の勤務と喫煙

現在働いている人に、夜間の勤務についてたずねた。

「職場に夜勤はない」または「職場に夜勤はあるが現在は夜勤をしていない（日勤のみ）」と回答した者は 35.9%であり、何らかの夜間の勤務を行っているとは回答した割合は 57.2%であった。

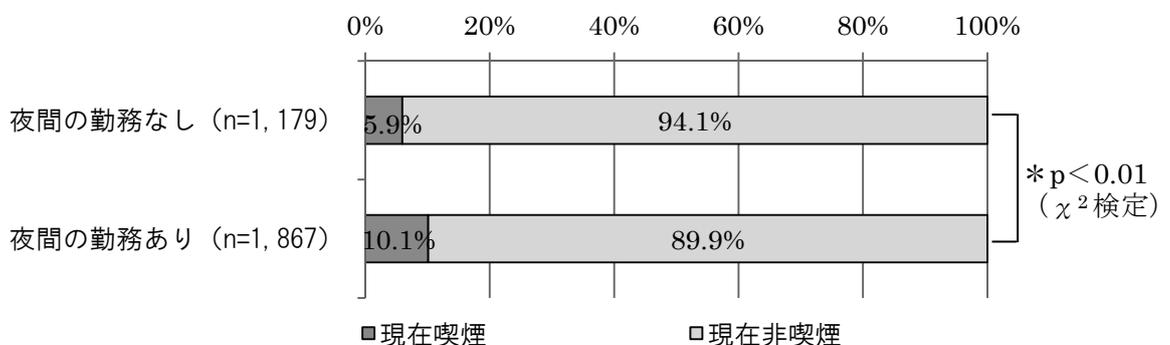
夜間の勤務の形態別にみると、「二交代制・変則二交代制」（全体の 29.8%）がもっとも多く、「三交代制・変則三交代制」（19.1%）、「当直制」（3.5%）であった。

図表 60 夜間の勤務の実施状況 (n=3,327)

夜間の勤務の形態	回答数	割合
職場に夜勤なし	722	21.7%
現在日勤のみ	473	14.2%
三交代制・変則三交代制	636	19.1%
二交代制・変則二交代制	992	29.8%
上記以外の交代制勤務	39	1.2%
当直制	118	3.5%
夜勤専従	21	0.6%
管理夜勤	32	1.0%
管理当直	66	2.0%
寮または自宅で待機(オンコール)	90	2.7%
その他	73	2.2%
無回答	65	2.0%
合計	3,327	100.0%

夜間の勤務の有無と、喫煙との関連を見ると、夜間の勤務がある場合の喫煙率は 10.1%であり、ない場合の喫煙率 5.9%と比較して有意に高かった ($p < 0.01$)。

図表 61 夜間の勤務と喫煙との関連

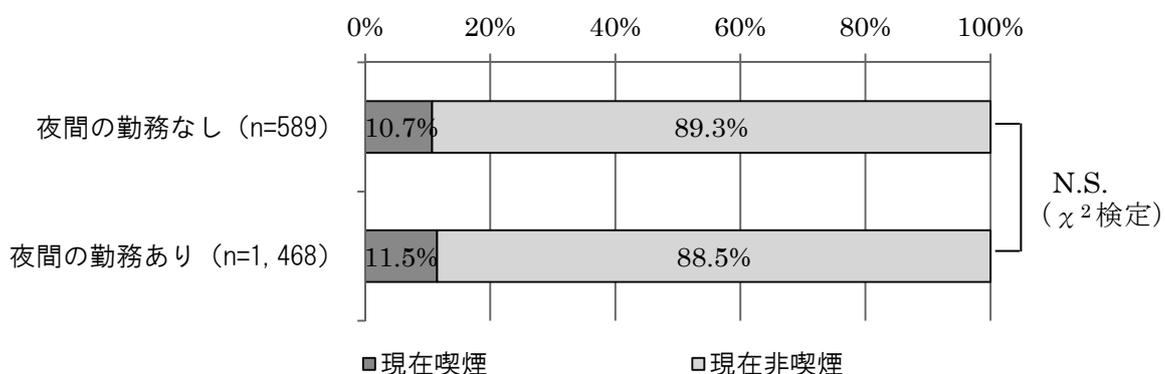


(注1) 「現在喫煙」はタバコを「毎日吸う」「ときどき吸う」者の合計。「現在非喫煙」は、「習慣的にタバコを吸った経験を有し、今は(この1ヶ月間)吸っていない」と「習慣的喫煙経験がない」者の合計。

(注2) 「寮または自宅で待機」「その他」の回答は除外して分析した。

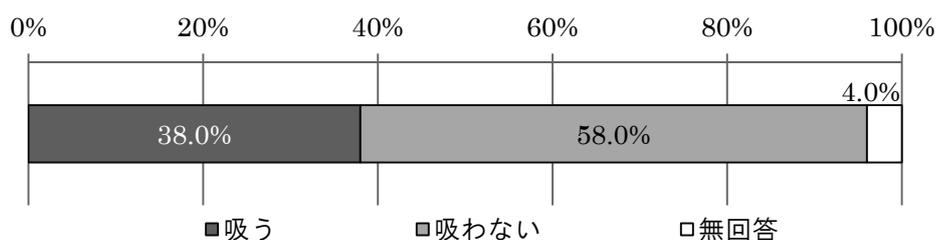
看護師・准看護師のみを抽出して、夜間の勤務の有無と喫煙の関連を見ると、有意な差は無かった。

図表 62 看護師・准看護師における夜間の勤務と喫煙との関連



現在喫煙者のうち何らかの夜間の勤務がある者（200人）に、夜勤中に喫煙するかどうか尋ねたところ、約6割は夜勤中には吸っていなかった。

図表 63 夜勤時の喫煙状況 (n=200)



41. 現在喫煙に関連する要因

現在喫煙を目的変数とし、性別、年齢階級、夜間の勤務の有無、飲酒習慣、運動習慣、1日の平均労働時間、1か月に取得した休日・休暇数、睡眠による休養の充足度、ストレスを説明変数とした多重ロジスティック回帰分析を行った。解析の結果、現在喫煙と有意な関連が認められたものは、男性（調整オッズ比 5.02、95%信頼区間 3.16－7.98）、夜勤有り（調整オッズ比 1.71、95%信頼区間 1.23－2.37）、毎日飲酒すること（調整オッズ比 2.65、95%信頼区間 1.68－4.19）であった。

図表 64 現在喫煙に関連する要因の分析

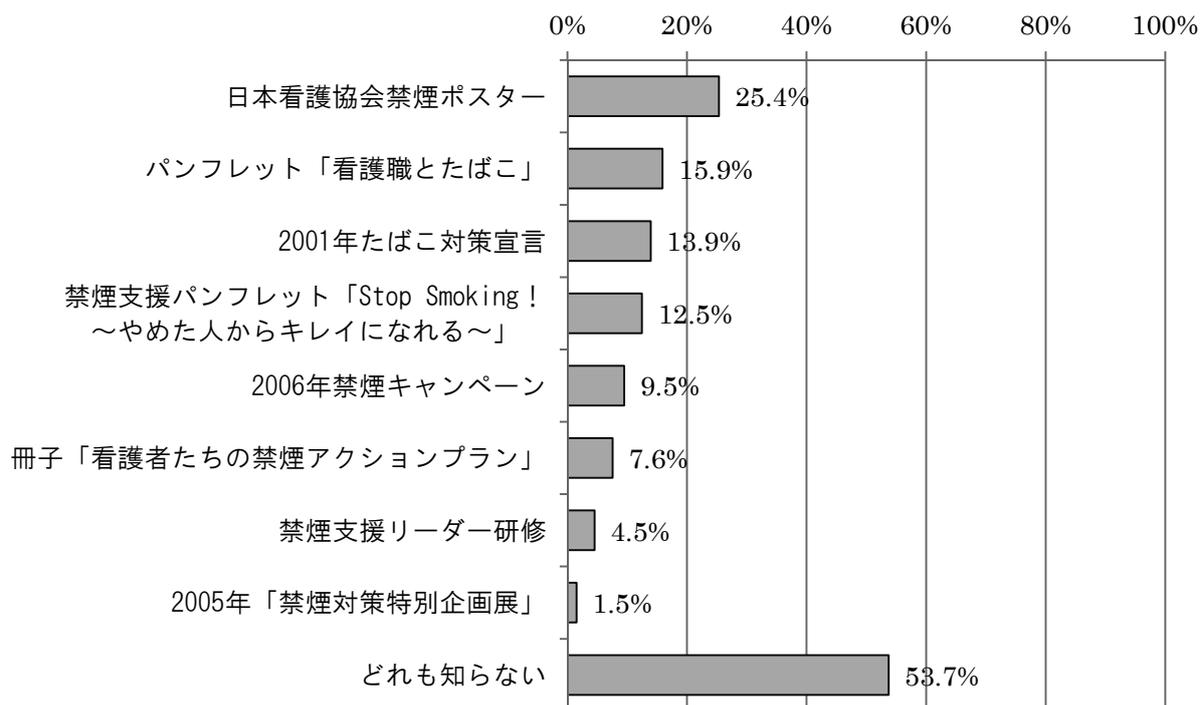
説明変数	調整オッズ比	95%信頼区間	有意確率
性別			<0.01
男性	5.02	3.16 7.98	
女性	1.00		
年齢階級			0.16
20-29歳	1.00		
30-39歳	1.41	0.92 2.17	
40-49歳	1.64	1.07 2.52	
50歳以上	1.38	0.87 2.18	
夜勤の有無			<0.01
夜勤なし	1.00		
夜勤有り	1.71	1.23 2.37	
飲酒習慣			<0.01
まったく飲まない	1.00		
週6日以下	0.92	0.69 1.24	
毎日	2.65	1.68 4.19	
運動習慣			0.11
めったに・まったくしていない	1.13	0.77 1.67	
時々	0.79	0.51 1.23	
毎日・しばしば	1.00		
1日の平均労働時間			0.58
6時間未満	1.00		
6時間以上8時間未満	0.69	0.17 2.77	
8時間以上10時間未満	1.18	0.35 3.95	
10時間以上12時間未満	1.01	0.29 3.46	
12時間以上	1.27	0.34 4.72	
1か月に取得した休日・休暇数			0.05
4日未満	1.00		
4日以上6日未満	1.73	0.39 7.77	
6日以上8日未満	1.68	0.45 6.23	
8日以上10日未満	2.21	0.67 7.25	
10日以上	3.04	0.93 9.95	
睡眠による休養の充足度			0.11
十分取れている	1.00		
おおむねとれている	0.60	0.38 0.95	
あまりとれていない	0.58	0.36 0.95	
まったくとれていない	0.84	0.37 1.92	
ストレス			0.71
まったくなかった	1.00		
あまりなかった	0.68	0.28 1.66	
多少あった	0.80	0.33 1.90	
大いにあった	0.84	0.34 2.07	

42. 本会のタバコ対策の認知

日本看護協会が実施したタバコ問題の取り組み 8 項目についての理解は、「日本看護協会禁煙ポスター」が 25.4%、「パンフレット『看護職とたばこ』」が 15.9%、「2001 年たばこ対策宣言」が 13.9%、「禁煙支援パンフレット『Stop Smoking! ～やめた人からキレイになれる～』」が 12.5%であった（複数回答）。

一方、「どれも知らない」と回答した者は 53.7%であった。

図表 65 本会のタバコ対策の認知【複数回答】(N=3,483)



IV. 考察

IV. 考察

1. 看護職の喫煙の実態・特徴

1) 性・職種により喫煙率は大きく異なっていた

- ・今回の調査では、看護職の喫煙率は全体では7.9%であった。これを性別にみると、女性7.2%、男性29.5%であり、性別により大きな差があった。
- ・性・職種別にみると、女性では保健師1.3%、助産師4.0%、看護師8.2%、准看護師16.3%であり、職種（主にどの免許に基づき業務を行っているか）によって喫煙率には大きな差があった。

2) 看護職の喫煙率は低下し、国民の喫煙率を下回っていた

- ・国民の喫煙率は、既存調査によれば女性9.0%、男性34.1%¹⁾、または、女性10.5%、男性32.2%²⁾と報告されている。単純に比較はできないものの、今回の調査結果では、看護職の喫煙率は国民の喫煙率を下回っていた。
- ・看護職の喫煙率については、本会の2006年調査³⁾では、一般国民よりも高い結果となっていた。調査方法等に違いがあるため、一概には比較できないが、今回の調査では、看護職の喫煙率は低下していた。
- ・今後は、看護職の喫煙率の一層の低下に向けた取り組みを行い、受動喫煙から非喫煙者を守るためにも、看護職の喫煙をゼロにしていくことが求められる。

3) 看護職の習慣的喫煙開始年齢を考慮すると若年からの対策が重要

- ・今回の調査では、習慣的喫煙経験のあるものの習慣的喫煙開始年齢は20歳が42.2%で最も多く、平均20.4歳（標準偏差3.3歳）であった。また18～22歳に習慣的喫煙を開始した割合は78.2%、未成年での習慣的喫煙開始は28.3%であった。また、習慣的喫煙経験のあるものの喫煙開始の動機は「友達が吸うため」が最も多く、52.8%であった。
- ・習慣的喫煙経験者の約8割が18～22歳に喫煙を開始し、約5割が喫煙開始の動機として「友達が吸うため」を挙げていることから、看護学生時代からのタバコを吸わないための教育・対策が重要と考えられた。
- ・女性の習慣的喫煙開始年齢に関する、平成22年国民健康・栄養調査の結果をみると、18～22歳は64.6%、未成年は19.1%であった。今回の調査結果と比較すると、女性看護職の習慣的喫煙開始年齢は、国民全体と比べて若い傾向があった。
- ・したがって、看護職の禁煙対策においては、若年からのタバコを吸わないための対策が特に重要であり、看護基礎教育を担う大学・教育機関において、入学直後から喫煙防止教育や禁煙教育を受けられることが必要である。

4) ニコチン依存度の高い看護職には禁煙治療の推奨が必要

- ・喫煙者のファーガストロームニコチン依存度(FTND)をみると、約34.0%(女性32.5%、男性44.5%)が中～高程度の依存度であった。一般的には、ニコチン依存度が高いほど、禁煙時の離脱症状が強くなるため、禁煙治療の利用が推奨される^{4) 5)}。これら依存度の高い喫煙者については、禁煙治療の利用が推奨されると考えられた。
- ・今回の調査で、喫煙者の48.2%は、タバコを「やめたい」と考えている。また、喫煙者の41.3%は「看護職という立場上、タバコは吸うべきではない」と考えている。
- ・ニコチン依存度が高く、やめたくても(自力では)やめられない者に対しては、禁煙治療も含めた禁煙支援が必要だと考えられる。禁煙治療は2006年から保険適用が開始されている。ニコチン依存度が中～高程度の喫煙者には、個人の努力による禁煙を勧めるのではなく、治療の必要な疾患だという認識を広め、必要な人が必要な禁煙治療や禁煙支援を受けられるよう、すべての看護職に啓発・普及を行い、治療につなげることが必要である。
- ・喫煙者への禁煙治療の費用補助等を行っている所属機関は0.5%に留まっていた。依存症の治療には、周囲の理解と協力が不可欠であり、職場に置いて職員の禁煙支援が積極的になされることが期待される。

2. 喫煙する看護職の傾向

- ・多重ロジスティック回帰分析法により現在喫煙に関連する要因を検討したところ、現在喫煙と有意な関連が認められたものは、「性別(男性)」、「夜間(夜間勤務有)」、「飲酒(毎日)」であった。
- ・「看護職という立場上、タバコを吸うべきでないと思いますか」の設問に、「はい」と答えたのは、現在喫煙者では41.3%、現在非喫煙者では60.8%であった。「いいえ」の回答は、現在喫煙者では27.9%、現在非喫煙者では15.5%であった。
- ・夜間の勤務があるものは、無いものに比べて、喫煙率が有意に高かった($p < 0.01$ 、 χ^2 検定)。しかし、看護師・准看護師のみを抽出し分析をすると、夜間の勤務の有無と喫煙状況に有意差は見られなかった。夜間の勤務以外の要因、例えば職種別にみて喫煙率の低い群である「保健師」には夜間の勤務が少ない等が影響している可能性がある。
- ・今後、喫煙者に対して禁煙支援のための周知・広報等を行っていく場合には、こうした知見も考慮して、具体策を検討する必要があると考えられた。

3. 看護職の役割

- ・看護職の40.7%がタバコに関する教育の機会を有している(「頻繁にある」「ときどきある」の合計)が、その一方、喫煙の害や受動喫煙の害の認識については、例えば胃潰瘍(35.6%)、歯周病(48.3%)への喫煙の害を認識している者は半数以下に留まるなど、十分な知識を有しているとは言い難い現状であった。

- WHO（世界保健機関）は医療従事者の役割として、タバコの害に関する深い知識を持ち、タバコのない社会の手本となることを求めている⁶⁾。また ICN（国際看護師連盟）も、看護師には「禁煙のロールモデルとなる」こと、「喫煙予防と禁煙、受動喫煙の回避を看護通常業務の一部にする」ことや「看護教育カリキュラムの全過程にタバコと喫煙に関する情報を組み込む」ことを求めている⁷⁾。
- これらも踏まえて、看護職は、地域の住民や妊産婦、患者等、必要な場面に応じて適切な健康教育や禁煙支援、禁煙治療の推奨などを積極的に行い、タバコのない社会づくりを目指すことが必要である。
- そのためにも、すべての看護職は、国民の健康を支援する職種として、喫煙・受動喫煙の害に関する認識を高め、100%をめざす必要がある。その一環として、看護職が喫煙の害や受動喫煙の害を正しく認識できるための対策（例えば看護学生時代からの教育）が必要と考えられた。

4. 今後の必要な対策等

1) 所属機関（施設）における禁煙対策の強化が期待される

- 看護職の所属する機関の禁煙対策の状況を見ると、「敷地内全面禁煙」58.0%、「屋内全面禁煙」34.2%、「屋内喫煙場所設置」5.2%であり、これら3つの禁煙対策のいずれかを実施している割合は全体の95.1%にのぼった。しかし、これらの禁煙対策を行っていても、それが「守られている」とする回答は38.8%に留まった。
- 2014年の診療報酬改定では、新設の地域包括診療料算定要件に「敷地内禁煙」が示された。もとより、病院や学校、官公庁等には、健康増進法第25条において受動喫煙防止の措置の実施が義務付けられている。病院機能評価においても、一般急性期病院については「全館禁煙とその遵守」を、「精神科、療養病棟、緩和ケア病棟についても、分煙のための施設・設備の整備と、受動喫煙の防止の徹底」を求めている。こうした様々な規程等により、今後も施設等での対策が進むものと期待する。
- しかし、これらの規制や対策は、施設ごとに確実に守られなければ意味がない。分煙・防煙対策の遵守を推進するのは、そこで働く看護職の役割である。
- また所属機関（施設）には、規制や対策の遵守に加えて、看護職等の職員に対する禁煙対策が期待される。例えば、依存度の高い喫煙者には、禁煙治療の推奨などの禁煙支援策が必要と考えられるが、「職員に対する禁煙治療の費用補助等を行っている」割合は0.5%であり、一部の施設の取り組みに留まっていた。今後は、職場における看護職の禁煙支援のために、禁煙治療の推奨を含めた禁煙支援策が積極的に行われることが期待される。

2) すべての看護職に対する普及・啓発が必要

- 今回の調査では、「看護職という立場上、タバコを吸うべきではないと思いますか」との設問に「はい」と答えたのは59.1%にとどまり、「いいえ」の回答が16.6%、「わからない」が23.2%であった。今後は、国民の健康を支援する看護職として、「看護職としてタ

バコを吸ってはならない」という認識をすべての看護職に普及していく必要があると考えられる。

- ・また、ニコチン依存は治療の必要な疾患なのであるという認識を広め、必要な人が必要な禁煙治療や禁煙支援を受けられるよう、すべての看護職に啓発・普及を行うことが必要である。

3) 看護職の喫煙率の定期的把握が必要性

- ・今後も、今回と同様の調査を定期的を実施することにより、看護職の喫煙率等の動向を把握していく必要がある。

(参考文献)

- 1) 厚生労働省「平成 24 年国民健康・栄養調査報告」(2014 年 3 月、<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou/h24-houkoku.html>)
- 2) 日本たばこ産業株式会社「2013 年全国たばこ喫煙者率調査」(2013 年 7 月 30 日プレスリリース、http://www.jti.co.jp/investors/press_releases/2013/0730_01.html)
- 3) 日本看護協会「2006 年『看護職のたばこ実態調査』報告書」(2007 年 3 月、<http://www.nurse.or.jp/home/publication/pdf/2007/tabakohokoku.pdf>)
- 4) 日本循環器学会ほか『禁煙治療のための標準手順書(第 5 版)』(2012 年 4 月、http://www.j-circ.or.jp/kinen/anti_smoke_std/)
- 5) 厚生労働省『禁煙支援マニュアル(第二版)』(2013 年 4 月、<http://www.mhlw.go.jp/topics/tobacco/kin-en-sien/manual2/index.html>)
- 6) WHO「たばこ規制における医療従事者の役割(The Role of Health Professionals in Tobacco Control)」(原著 2005 年、<http://www.ncc.go.jp/jp/who/tobacco2007pro/index.html>)
- 7) ICN 所信声明「たばこ使用と健康(Tobacco Use and Health)」(2012 年最終改訂、<http://www.nurse.or.jp/nursing/international/icn/definition/pdf/health-18.pdf>)

V. 今後に向けて
～本会の取り組みの方向～

V. 今後に向けて ～本会の取り組みの方向～

今回の調査で、看護職の喫煙率は国民の喫煙率を下回っていることが明らかになった。しかし、喫煙の害に対する認識が依然として低いことなど、多くの課題が明らかとなった。本会では、引き続き、さらなる看護職自らの喫煙率の低下を図ると共に、国民の健康を支援する看護職の職能団体として、すべての看護職が喫煙に対する正しい知識を身につけ、タバコのない社会を目指していく必要がある。

1. すべての看護職が、タバコが健康にもたらす影響について正しい知識を身につけ、看護職の喫煙をゼロにすることを目指す。

- 今回の調査では、看護職の喫煙率は低下していた。しかし、一方で、喫煙に関する知識は十分ではなかった。
- 看護職には、患者等への禁煙支援やタバコが健康にもたらす影響について、正しい知識を持ち、その普及を推進すべき役割がある。
- 「看護職としてタバコを吸ってはならない」とする認識をすべての看護職に普及し、受動喫煙から、非喫煙者を守るためにも看護職の喫煙をゼロにすることが必要。
- 特に、健康教育等で広く国民にタバコの知識を普及する役割を担う保健師においては、正しい知識のもと、すべての保健師がその役割を果たせることが必要。
- 職能団体として、タバコの害について、すべての看護職が積極的に正しい知識を獲得し、役割に応じた禁煙教育・禁煙支援が行えるよう普及啓発を強化する。

2. ニコチン依存者には適切な禁煙治療・禁煙支援の必要性を啓発・推進する。

- 喫煙者の中で、タバコを「やめたい」と回答した人は約半数の48.2%に留まった。
- ニコチン依存度が中～高程度の喫煙者には、個人の努力による禁煙を勧めるのではなく、治療の必要な疾患であるという認識を広め、必要な人が必要な禁煙治療や禁煙支援を受けられるよう、すべての看護職に啓発・普及を行い、治療につなげることが必要。
- 喫煙者への禁煙治療の費用補助等を行っている所属機関は0.5%に留まっていた。必要な人が必要な禁煙治療や禁煙支援を受けられるよう理解を広め、治療が受けられる環境や体制の整備を求める。

3. 看護学生の喫煙防止教育や禁煙教育のさらなる推進に取り組む。

- 若年（看護教育を受けている期間含）で吸い始める割合が高いことから、大学・教育機関において、入学直後から喫煙防止教育や禁煙教育を受けられることが重要であることの認識をさらに普及・推進する。
- すべての看護学生が喫煙防止教育や禁煙教育を受けられる体制・環境整備の実現を求める。

4. 病院・診療所、公共施設などでの禁煙対策の遵守を実現する。

- 「敷地内全面禁煙」「屋内全面禁煙」など何らかの禁煙対策を実施しているという回答は95%であった。しかし、「敷地内全面禁煙」「屋内全面禁煙」「屋内分煙」といった禁煙対策が「守られている」とする回答は38.8%に留まった。
- 保健医療福祉施設や公共施設等における「敷地内禁煙」や「施設内（屋内）禁煙」の遵守に向け、看護職が一丸となってその励行を求められるよう、本会も要望活動や提言等、必要な対策を行っていくことが必要である。

5. タバコのない社会に向け、必要な情報をすべての看護職に発信する。

- 看護職には地域の住民や妊産婦、患者等、必要な場面に応じて、適切な健康教育や禁煙支援、禁煙治療の推奨などを積極的に行い、タバコのない社会づくりを目指すことが求められる。
- 「看護職としてタバコを吸ってはならない」という認識をすべての看護職に普及していくことが必要である。
- 今後、すべての看護職に必要な情報を届けるため、日本看護協会においても情報の発信と工夫に努めることが必要である。
- 今後、今回と同様の調査を定期的の実施し、看護職の喫煙率等の動向を把握し、看護職等に対して引き続き発信する。

VI. 資料

VI. 資料

1. 集計表一覧(単純集計)

(問1)習慣的な喫煙経験の有無

	回答数	%
1. ある	829	23.8
2. ない	2,601	74.7
無回答	53	1.5
合計	3,483	100.0

(問2)習慣的な喫煙経験を有する者:「習慣的な喫煙開始年齢(歳)」(n=829)

平均値	20.4
中央値	20
標準偏差	3.3
最小値	10
最大値	40

	回答数	%
10歳	2	0.2
12歳	1	0.1
13歳	1	0.1
14歳	8	1.0
15歳	9	1.1
16歳	18	2.2
17歳	16	1.9
18歳	99	11.9
19歳	81	9.8
20歳	350	42.2
21歳	69	8.3
22歳	49	5.9
23歳	29	3.5
24歳	19	2.3
25歳	17	2.1
26歳	6	0.7
27歳	8	1.0
28歳	5	0.6
29歳	2	0.2
30歳	4	0.5
32歳	2	0.2
34歳	1	0.1
35歳	7	0.8
38歳	1	0.1
40歳	5	0.6
無回答	20	2.4
合計	829	100.0

(問 3) 習慣的喫煙経験を有する者:「現在の喫煙習慣」

	回答数	%
1. 毎日吸う	239	28.8
2. ときどき吸っている	37	4.5
3. 今は吸っていない	538	64.9
無回答	15	1.8
合計	829	100.0

(問 3-1)現在喫煙者:「喫煙本数(本)」(n=276)

平均値	10.9
中央値	30
標準偏差	5.6
最小値	1
最大値	30

	回答数	%
1 本	3	1.1
2 本	4	1.4
3 本	8	2.9
4 本	5	1.8
5 本	40	14.5
6 本	10	3.6
7 本	8	2.9
8 本	7	2.5
10 本	84	30.4
12 本	5	1.8
15 本	41	14.9
18 本	1	0.4
20 本	36	13.0
25 本	2	0.7
30 本	2	0.7
無回答	20	7.2
合計	276	100.0

(問 3-2)現在喫煙者:「禁煙意思」

	回答数	%
1. やめたい	133	48.2
2. 本数を減らしたい	43	15.6
3. やめたくない	29	10.5
4. わからない	62	22.5
無回答	9	3.3
合計	276	100.0

(問 3-3) 過去喫煙者:「タバコをやめた理由」(複数回答)(n=538)

	1. 健康上良くないから	2. 美容上良くないから	3. 妊娠したから	4. 出産したから	5. 病気をしたから	6. 体調が悪かったから	7. タバコの値段が高くなったから	8. 職場で喫煙しづらくなったから	9. 身近な人がタバコが原因で病気になったから	10. 身近な人がタバコが原因の病気で死亡したから	11. 身近な人に禁煙を勧められたから	12. 患者への指導上支障があるから	13. 職業倫理上良くないから	14. その他
回答数	313	128	119	58	45	57	50	49	6	4	37	46	63	101
%	58.2	23.8	22.1	10.8	8.4	10.6	9.3	9.1	1.1	0.7	6.9	8.6	11.7	18.8

(問 4) 習慣的な喫煙経験者:「タバコを吸い始めた動機」(複数回答)(n=829)

	1. 親が吸うため	2. 友達が吸うため	3. 職場の同僚が吸うため	4. 兄弟姉妹が吸うため	5. ストレス解消のため	6. テレビ・広告などで見たため	7. その他
回答数	84	438	127	25	372	10	96
%	10.1	52.8	15.3	3.0	44.9	1.2	11.6

(問 5) 現在喫煙者:「起床後の喫煙までの時間」

	回答数	%
1. 5分以内	67	24.3
2. 6-30分	117	42.4
3. 31-60分	41	14.9
4. 61分以降	49	17.8
無回答	2	0.7
合計	276	100.0

(問 6) 現在喫煙者:「喫煙を禁じられている場所での禁煙が難しいか」

	回答数	%
1. はい	41	14.9
2. いいえ	234	84.8
無回答	1	0.4
合計	276	100.0

(問7)現在喫煙者:「1日における一番やめにくい1本」

	回答数	%
1. 起床後の最初の1本	87	31.5
2. その他の1本	186	67.4
無回答	3	1.1
合計	276	100.0

(問8)現在喫煙者:「起床後数時間に他の時間帯より多く喫煙するか」

	回答数	%
1. はい	56	20.3
2. いいえ	220	79.7
無回答	0	0.0
合計	276	100.0

(問9)現在喫煙者:「病気時にも喫煙するか」

	回答数	%
1. はい	73	26.4
2. いいえ	203	73.6
無回答	0	0.0
合計	276	100.0

(問10)同居する家族で喫煙する者(複数回答)(N=3,483)

	1. 祖父	2. 祖母	3. 父親	4. 母親	5. 配偶者	6. 成人した 子ども	7. 自分の 兄弟姉妹	8. その他	9. いない
回答数	35	10	289	84	670	192	176	35	2,279
%	1.0	0.3	8.3	2.4	19.2	5.5	5.1	1.0	65.4

(問11)現在働いている人:「上司の喫煙状況」

	回答数	%
1. 毎日吸う	440	13.2
2. ときどき吸う	150	4.5
3. 吸わない	1,863	56.0
4. わからない	749	22.5
5. 上司はいない	114	3.4
無回答	11	0.3
合計	3,327	100.0

(問 12) 所属施設での禁煙対策(複数回答) (n=3,483)

	1. 敷地内を全面禁煙にしている	2. 敷設内(屋内)は全面禁煙とし、敷地内(屋外)に喫煙所を設置している	3. 敷地内(屋内)に喫煙場所を設置している	4. 職員に対する禁煙治療の費用補助等を行っている	5. 禁煙に成功した職員に対する褒賞(お祝金等)がある	6. その他	7. 何もしていない
回答数	2,020	1,191	182	16	1	32	29
%	58.0	34.2	5.2	0.5	0.03	0.9	0.8

(問 12-1)「敷地内全面禁煙」または「屋内全面禁煙」または「敷地内喫煙場所設置」の場合の対策の遵守状況

	回答数	%
1. 守られている	1,286	38.8
2. ほぼ守られている	1,169	35.3
3. あまり守られていない	564	17.0
4. わからない	253	7.6
無回答	42	1.3
合計	3,314	100.0

(問 13) タバコ教育を行うことがあるか

	回答数	%
1. 頻繁にある	211	6.1
2. ときどきある	1,204	34.6
3. めったにない	821	23.6
4. まったくない	1,224	35.1
無回答	23	0.7
合計	3,483	100.0

(問 14) 看護職という立場上、タバコを吸うべきではないと思うか

	回答数	%
1. はい	2,057	59.1
2. いいえ	577	16.6
3. わからない	808	23.2
無回答	41	1.2
合計	3,483	100.0

(問 15)喫煙の影響によって罹患や、リスクが高まる疾患の理解(複数回答)(N=3,483)

	1. 肺がん	2. ぜんそく	3. 気管支炎	4. 肺気腫	5. 心筋梗塞	6. 動脈硬化症	7. 動脈瘤	8. 喉頭がん	9. 食道がん	10. 胃潰瘍	11. 胃がん	12. バージャー病	13. クモ膜下出血	14. 肝臓がん	15. 不妊症	16. 歯周病	17. 妊婦への影響 (出生時体重低下)	18. 乳幼児の中耳炎	19. 乳幼児突然死 症候群(SIDS)	20. 周産期死亡
回答数	3,404	2,837	2,661	2,871	2,831	2,523	1,139	2,507	2,016	1,241	1,357	658	1,248	671	1,262	1,682	3,061	428	1,765	1,567
%	97.7	81.5	76.4	82.4	81.3	72.4	32.7	72.0	57.9	35.6	39.0	18.9	35.8	19.3	36.2	48.3	87.9	12.3	50.7	45.0

(問 16)受動喫煙の影響によって罹患や、リスクが高まる疾患の理解(複数回答)(N=3,483)

	1. 肺がん	2. ぜんそく	3. 気管支炎	4. 肺気腫	5. 心筋梗塞	6. 動脈硬化症	7. 動脈瘤	8. 喉頭がん	9. 食道がん	10. 胃潰瘍	11. 胃がん	12. バージャー病	13. クモ膜下出血	14. 肝臓がん	15. 不妊症	16. 歯周病	17. 妊婦への影響 (出生時体重低下)	18. 乳幼児の中耳炎	19. 乳幼児突然死 症候群(SIDS)	20. 周産期死亡
回答数	3,172	2,837	2,590	2,187	1,812	1,520	787	1,510	1,190	786	888	468	795	535	962	780	2,745	582	1,762	1,294
%	91.1	81.5	74.4	62.8	52.0	43.6	22.6	43.4	34.2	22.6	25.5	13.4	22.8	15.4	27.6	22.4	78.8	16.7	50.6	37.2

(問 17)週に何日くらいお酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲むか

	回答数	%
1. 毎日	195	5.6
2. 週5-6日	214	6.1
3. 週3-4日	276	7.9
4. 週1-2日	429	12.3
5. 月1-3日	714	20.5
6. やめた	63	1.8
7. ほとんど飲まない	1,586	45.5
無回答	6	0.2
合計	3,483	100.0

(問 17-1)「月1~3日」以上、飲酒する者の1日あたりの飲酒量

	回答数	%
1. 1合未満	735	40.2
2. 1合以上2合未満	579	31.7
3. 2合以上3合未満	291	15.9
4. 3合以上4合未満	129	7.1
5. 4合以上5合未満	49	2.7
6. 5合以上	34	1.9
無回答	11	0.6
合計	1,828	100.0

(問 18)健康づくりのための身体活動や運動を実践しているか

	回答数	%
1. 毎日している	154	4.4
2. しばしばしている	425	12.2
3. 時々している	964	27.7
4. めったにしていけない	931	26.7
5. まったくしていけない	960	27.6
無回答	49	1.4
合計	3,483	100.0

(問 19)いつもの睡眠で休養が十分にとれているか

	回答数	%
1. 十分にとれている	307	8.8
2. おおむねとれている	1,783	51.2
3. あまりとれていない	1,251	35.9
4. まったくとれていない	99	2.8
5. わからない	32	0.9
無回答	11	0.3
合計	3,483	100.0

(問 20)過去 1 か月間の入眠困難の頻度

	回答数	%
1. まったくない	618	17.7
2. めったにない	1,231	35.3
3. 時々ある	1,190	34.2
4. しばしばある	323	9.3
5. 常にある	102	2.9
無回答	19	0.5
合計	3,483	100.0

(問 21)過去 1 か月間の夜間覚醒の頻度

	回答数	%
1. まったくない	728	20.9
2. めったにない	1,470	42.2
3. 時々ある	928	26.6
4. しばしばある	271	7.8
5. 常にある	64	1.8
無回答	22	0.6
合計	3,483	100.0

(問 22)過去 1 か月間の早朝覚醒の頻度

	回答数	%
1. まったくない	891	25.6
2. めったにない	1,493	42.9
3. 時々ある	799	22.9
4. しばしばある	225	6.5
5. 常にある	56	1.6
無回答	19	0.5
合計	3,483	100.0

(問 23)日中の耐えられない眠気の頻度

	回答数	%
1. まったくない	1,057	30.3
2. めったにない	1,526	43.8
3. 時々ある	722	20.7
4. しばしばある	150	4.3
5. 常にある	18	0.5
無回答	10	0.3
合計	3,483	100.0

(問 24)睡眠薬・安定剤を使うことがあるか

	回答数	%
1. まったくない	2,884	82.8
2. めったにない	268	7.7
3. 時々ある	179	5.1
4. しばしばある	60	1.7
5. 常にある	87	2.5
無回答	5	0.1
合計	3,483	100.0

(問 25)1日の平均睡眠時間(分) (N=3,483)

平均値	375.0
中央値	360.0
標準偏差	61.5
最小値	180.0
最大値	720.0

	回答数	%
5 時間未満	159	4.6
5 時間以上 6 時間未満	688	19.8
6 時間以上 7 時間未満	1,442	41.4
7 時間以上 8 時間未満	811	23.3
8 時間以上	348	10.0
無回答	35	1.0
合計	3,483	100.0

(問 26)翌日に予定がないときの寝たい時間

	回答数	%
1. 20:00-21:00	74	2.1
2. 21:00-22:15	533	15.3
3. 22:15-午前 0:30	1,841	52.9
4. 午前 0:30-1:45	743	21.3
5. 午前 1:45-3:00	236	6.8
無回答	56	1.6
合計	3,483	100.0

(問 26)予定がないときの起きたい時間

	回答数	%
1. 午前 5:00-6:30	288	8.3
2. 6:30-7:45	853	24.5
3. 7:45-9:45	1,353	38.8
4. 9:45-11:00	649	18.6
5. 11:00-12:00	279	8.0
無回答	61	1.8
合計	3,483	100.0

(問 27)冬期間の状態 (複数回答)(N=3,483)

	1. 睡眠時間が長くなる (昼寝も含む)	2. 朝なかなか目が覚めない	3. 日中の活力が低く、ほとんどの時間において疲れていると感じる	4. 全体的に、朝より夜に気分が悪いと感じる	5. 午後に、気分や活力があきらかに一時的に落ち込む	6. より多くの甘い食べ物や炭水化物が欲しくなる	7. 甘い食べ物や炭水化物を、より多く食べる(欲求がある・ないに関わらず)	8. 甘い食べ物や炭水化物が欲しくなるが、ほとんどが午後か夜である	9. 夏より体重が増える
回答数	842	1,882	515	51	160	793	602	420	1,716
%	24.2	54.0	14.8	1.5	4.6	22.8	17.3	12.1	49.3

(問 28)過去 1 か月間:「いつもより日常生活を楽しく送ることができたか」

	回答数	%
1. できた	345	9.9
2. いつもと変わらなかった	2,211	63.5
3. できなかった	733	21.0
4. まったくできなかった	127	3.6
無回答	67	1.9
合計	3,483	100.0

(問 29)過去 1 か月間:「いつもより気が重くて落ち込むことがあったか」

	回答数	%
1. まったくない	278	8.0
2. あまりなかった	1,519	43.6
3. あった	1,329	38.2
4. たびたびあった	297	8.5
無回答	60	1.7
合計	3,483	100.0

(問 30)過去 1 か月間:「不満、悩み、苦労などによるストレスがあったか」

	回答数	%
1. まったくない	72	2.1
2. あまりなかった	753	21.6
3. 多少あった	1,798	51.6
4. 大いにあった	792	22.7
無回答	68	2.0
合計	3,483	100.0

(問 31)過去 1 か月間:「ストレス等があったときの対処法」(複数回答)(N=3,483)

	1. 悩みやストレスの内容の解決に積極的に取り組む	2. 計画的に休暇をとる	3. 人に話して発散する	4. 周囲の人や専門家などに相談する	5. 趣味・スポーツに打ち込む	6. 動物(ペット)と遊ぶ	7. なにか食べる	8. 買い物をする	9. テレビを見たり、ラジオを聞いたりする	10. のんびりする	11. ギャンブル・勝負ごとをする	12. タバコを吸う	13. アルコール飲料(酒)を飲む	14. じっと耐える	15. 寝てしまう	16. その他	17. 特になし
回答数	503	336	2,309	392	828	410	1,187	1,465	995	1,319	79	170	622	464	1,340	162	99
%	14.4	9.6	66.3	11.3	23.8	11.8	34.1	42.1	28.6	37.9	2.3	4.9	17.9	13.3	38.5	4.7	2.8

(問 32)現在、主にどの免許に基づき業務を行っているか

	回答数	%
1. 保健師	539	15.5
2. 助産師	503	14.4
3. 看護師	1,825	52.4
4. 准看護師	432	12.4
5. その他	28	0.8
6. 働いていない	98	2.8
無回答	58	1.7
合計	3,483	100.0

(問 33)現在働いている人:「所属機関」

	回答数	%
1. 病院	2,418	72.7
2. 診療所	91	2.7
3. 訪問看護ステーション	56	1.7
4. 健(検)診センター・労働衛生機関	26	0.8
5. 介護老人保健施設・介護老人福祉施設	75	2.3
6. 都道府県(県型保健所含む)	118	3.5
7. 保健所設置市・特別区	77	2.3
8. 市町村(直営の地域包括支援センターを含む)	201	6.0
9. 地域包括支援センター(委託)	7	0.2
10. 企業・事業所	28	0.8
11. 大学・教育研究機関	118	3.5
12. その他	73	2.2
無回答	39	1.2
合計	3,327	100.0

(問 33-1) 病院・診療所勤務者:「主な診療科」(複数回答)(n=2,509)

	1. 内科	2. 呼吸器科	3. 消化器科	4. 循環器科	5. 外科	6. 整形外科	7. 小児科	8. 産婦人科	9. 精神科	10. 皮膚科	11. 泌尿器科	12. 眼科	13. 耳鼻咽喉科	14. 脳神経外科	15. 放射線科	16. リハビリテーション科	17. その他
回答数	794	256	367	325	430	446	261	578	133	141	238	178	167	243	107	179	543
%	31.6	10.2	14.6	13.0	17.1	17.8	10.4	23.0	5.3	5.6	9.5	7.1	6.7	9.7	4.3	7.1	21.6

(問 34)現在働いている人:「雇用形態」

	回答数	%
1. 正規職員	3,035	91.2
2. 臨時職員	75	2.3
3. 派遣社員	3	0.1
4. パートタイマー・アルバイト	152	4.6
5. その他	39	1.2
無回答	23	0.7
合計	3,327	100.0

(問 35)現在働いている人:「現在の職位」

	回答数	%
1. 非管理職	2,363	71.0
2. 中間管理職	761	22.9
3. 管理職	144	4.3
無回答	59	1.8
合計	3,327	100.0

(問 36)現在働いている人:「過去 1 か月間における 1 日平均労働時間(時間)」(n=3,327)

平均値	9.0
中央値	9.0
標準偏差	1.7
最小値	0.0
最大値	24

	回答数	%
6 時間未満	69	2.1
6 時間以上 8 時間未満	173	5.2
8 時間以上 10 時間未満	1,775	53.4
10 時間以上 12 時間未満	898	27.0
12 時間以上	202	6.1
無回答	210	6.3
合計	3,327	100.0

(問 37)現在働いている人:過去 1 か月間における休日(土日を含む)・休暇数(日)(n=3,327)

平均値	9.1
中央値	9.0
標準偏差	2.8
最小値	0.0
最大値	30

	回答数	%
4 日未満	103	3.1
4 日以上 6 日未満	83	2.5
6 日以上 8 日未満	231	6.9
8 日以上 10 日未満	1,404	42.2
10 日以上	1,357	40.8
無回答	149	4.5
合計	3,327	100.0

(問 38)現在働いている人:「過去 1 か月間にヒヤリハットしたことがあるか」

	回答数	%
1. まったくなかった	530	15.9
2. あまりなかった	1,539	46.3
3. あった	1,087	32.7
4. たびたびあった	73	2.2
無回答	98	2.9
合計	3,327	100.0

(問 39)現在働いている人:「夜間の勤務状況」

	回答数	%
1. 職場に夜勤はない	722	21.7
2. 職場に夜勤はあるが現在は夜勤をしていない	473	14.2
3. 三交代制・変則三交代制	636	19.1
4. 二交代制・変則二交代制	992	29.8
5. 上記 3・4 以外の交代制勤務	39	1.2
6. 当直制	118	3.5
7. 夜勤専従(主として夜間のみ勤務するもの)	21	0.6
8. 管理夜勤	32	1.0
9. 管理当直	66	2.0
10. 寮または自宅で待機(緊急時の呼び出しに応じて勤務につくもの・オンコール体制)	90	2.7
11. その他	73	2.2
無回答	65	2.0
合計	3,327	100.0

(問 40)夜間の勤務者:「2013 年 10 月の夜勤の有無」

	回答数	%
1. あり	1,607	77.7
2. まったくしていない	205	9.9
無回答	255	12.3
合計	2,067	100.0

(問 40)夜間の勤務者:「2013 年 10 月の当直の有無」

	回答数	%
1. あり	370	17.9
2. まったくしていない	688	33.3
無回答	1,009	48.8
合計	2,067	100.0

(問 40)夜間の勤務者:「2013年10月の夜勤回数(回)」(n=1,626)

平均値	6.3
中央値	6.0
標準偏差	2.8
最小値	1
最大値	18

	回答数	%
1回	34	2.1
2回	83	5.1
3回	112	6.9
3.5回	1	0.1
4回	269	16.5
4.5回	2	0.1
5回	234	14.4
5.5回	2	0.1
6回	159	9.8
6.6回	1	0.1
7回	93	5.7
8回	270	16.6
9回	138	8.5
10回	128	7.9
11回	35	2.2
12回	34	2.1
13回	10	0.6
14回	9	0.6
15回	3	0.2
16回	5	0.3
18回	3	0.2
無回答	1	0.1
合計	1,626	100.0

(問 40)夜間の勤務者:「2013年10月の当直回数(回)」(n=389)

平均値	3.4
中央値	3.0
標準偏差	2.3
最小値	1
最大値	23

	回答数	%
1回	71	18.3
2回	90	23.1
3回	64	16.5
4回	78	20.1
5回	38	9.8
6回	19	4.9
7回	10	2.6
8回	6	1.5
9回	5	1.3
10回	4	1.0
11回	1	0.3
12回	2	0.5
23回	1	0.3
無回答	0	0.0
合計	389	100.0

(問 41)現在喫煙者で夜間の勤務者:「夜勤中にタバコを吸うか」

	回答数	%
1. 吸う	76	38.0
2. 吸わない	116	58.0
無回答	8	4.0
合計	200	100.0

(問 42)性別

	回答数	%
1. 男	122	3.5
2. 女	3,344	96.0
無回答	17	0.5
合計	3,483	100.0

(問 43)年齢(歳) (N=3,483)

平均値	41.8
中央値	42.0
標準偏差	11.6
最小値	20
最大値	87

	回答数	%
20-29 歳	629	18.1
30-39 歳	910	26.1
40-49 歳	924	26.5
50 歳以上	974	28.0
無回答	46	1.3
合計	3,483	100.0

(問 44)看護職としての最終学歴

	回答数	%
1. 准看護師課程学校・養成所(准看学校・高等学校衛生看護科)	446	12.8
2. 看護師 2 年課程(進学コース)学校・養成所(短期大学・高等学校専攻科(5 年 1 貫教育))	428	12.3
3. 看護師 3 年課程養成所	954	27.4
4. 看護師 3 年課程短期大学	143	4.1
5. 看護系大学	462	13.3
6. 保健師学校・助産師学校・保健師助産師学校(短大専攻科を含む)	909	26.1
7. 看護系大学院修士課程	84	2.4
8. 看護系大学院博士課程	21	0.6
9. 旧教育制度の学校	10	0.3
無回答	26	0.7
合計	3,483	100.0

(問 45)看護協会が行ったタバコ問題の取り組みのうち、知っているもの(複数回答)(N=3,483)

	1. 2001 年たばこ対策宣言	2. 冊子「看護師たちの禁煙アクションプラン」	3. 禁煙支援パンフレット「Stop Smoking! やめた人からキレイになれる」	4. パンフレット「看護職とたばこ」	5. 禁煙支援リーダー研修	6. 日本看護協会禁煙ポスター	7. 2005 年「禁煙対策特別企画展」	8. 2006 年禁煙キャンペーン	9. どれも知らない
回答数	485	263	434	554	158	883	53	331	1,872
%	13.9	7.6	12.5	15.9	4.5	25.4	1.5	9.5	53.7

2013年 看護職のたばこ実態調査 調査票

国民の健康支援にあたる

看護職の皆さまの、喫煙に関する実態等を把握し、今後の必要な支援策等を検討してまいります。

ぜひ本調査にご協力ください。

本調査は、看護職の喫煙状況とその関連要因（飲酒や睡眠等の生活習慣、ストレス、夜勤等の労働環境など）を明らかにし、必要な支援策等を検討していくためのものです。

この調査票は、日本看護協会の全会員から無作為抽出された会員の皆さま（保健師、助産師、看護師、准看護師）にお送りしています。本調査へのご協力をお願いいたします。

■本調査の実施にあたって、以下の点に留意しております。

・調査票のご記入は皆さまの自由意思に基づきます。調査票のご返送をもって、下記事項に同意いただいたものとさせていただきます。

・返送されない場合にも不利益は生じません。

・調査票にご記入いただいた内容はすべて統計的に処理しますので、個人や施設名が特定されることはありません。

・調査票返信用小封筒には、予め皆さまの住所・氏名等が記されています。これは、調査票未提出の方を特定し、再度調査票をお送りする目的のためだけに使用し、それ以外には使用しません(調査票の返送の無い方には、再送付を2回程度行う予定です)。予め住所・氏名等が提示された返信用小封筒は、日本看護協会にて開封のうえ、調査票を封入いただいた小封筒(無記名)とは別々に保管いたします(下記図解参照)。したがって、調査票から個人が特定されることはありません。

・本調査は、日本看護協会研究倫理委員会による倫理審査を受け、承認されています。

・本調査結果は、今後の本会事業の効果的推進や政策提言の実施のために活用させていただきます(たとえ平成28年4月ごろには、調査報告書や本会広報媒体(ホームページ等)による公表、関連学会での発表や論文投稿を通じて、広く社会に還元いたします)。

・調査以外の目的でデータを使用することはありません。

返送期限: 2013年12月20日(金)までにご投函ください(切手は不要です)

■調査票の返送(投函)の方法について(図解)



調査実施主体: 公益社団法人 日本看護協会(研究代表者:常任理事 中板育美)
調査担当部署: 公益社団法人 日本看護協会 健康政策部 保健師課(TEL 03-5778-8844)
共同研究機関: 日本大学医学部総合医学研究所(研究代表者:公衆衛生学分野 教授 大井田 隆)

<調査票等に関するお問合せ先>

日本看護協会「2013年看護職のたばこ実態調査」共同研究機関: 日本大学医学部総合医学研究所
担当: 日本大学医学部公衆衛生学分野 池田真紀
TEL 03-3972-8111(内線2272)(月～金、10時～17時)

2. 調査票

喫煙習慣・喫煙状況等について

問1 あなたはこれまでに、たばこを習慣的に吸っていたことがありますか。

1. ある 2. ない → 問10へ 歳

問2 あなたが、たばこを習慣的に吸い始めた年齢をお書きください。→ 歳

問3 あなたは現在(この1か月間)、たばこを吸っていますか。

1. 毎日吸う 2. ときどき吸っている 3. 今は(この1ヶ月間)吸っていない

(問3-1) あなたは通常1日に何本たばこを吸いますか。

「ときどき吸う方」は、吸うときの1日の本数をお答えください。

本

(問3-2) たばこをやめたいと思いませんか。

1. やめたい 2. 本数を減らしたい 3. やめたくない 4. わからない

(問3-3) 今は(この1ヶ月間)吸っていない方のみにお聞きします。

たばこをやめた理由はなんですか。(複数回答可)

1. 健康上良くないから 2. 美容上良くないから 3. 妊娠したから 4. 出産したから 5. 病気をしたから 6. 体調が悪かったから 7. たばこの値段が高くなったから 8. 職場で喫煙しづらくなったから 9. 身近な人がたばこが原因で病気になったから 10. 身近な人がたばこが原因の病気や死亡したから 11. 身近な人に禁煙を勧められたから 12. 患者等への指導上支障があるから 13. 職業倫理上良くないから 14. その他()

問4 たばこを吸い始めた動機は何ですか。(複数回答可)

1. 親(父または母)が吸うため 2. 友達や恋人が吸うため 3. 職場の同僚が吸うため 4. 兄弟姉妹が吸うため 5. ストレス解消のため 6. テレビ・広告などで見たため 7. その他()

問5 起床後何分で最初の喫煙をしますか。

1. 5分以内 2. 6-30分 3. 31-60分 4. 61分以上

問6 駅や、図書館、映画館など、喫煙を禁じられている場所で禁煙することが難しいですか。

1. はい 2. いいえ

問7 1日の喫煙の中でどれが一番やめにくいですか。

1. 起床後の最初の1本 2. その他の1本

問8 他の時間帯より、起床後数時間に多く喫煙しますか。

1. はい 2. いいえ

問9 ほとんど1日中、床に伏しているような病気の時でも喫煙しますか。

1. はい 2. いいえ

ここからは、すべての方にお聞きします

たばこに関する環境・考えについて

問10 あなたの同居する家族で、現在たばこを吸う人はいますか。(複数回答可)

1. 祖父
2. 祖母
3. 父親
4. 母親
5. 配偶者(パートナー)
6. 成人した子ども
7. 自分の兄弟姉妹
8. その他()
9. いない

問11 あなたの上司(管理者)はたばこを吸いますか。

1. 毎日吸う
2. ときどき吸う
3. 吸わない
4. わからない
5. 上司はいない

問12 所属する病院・診療所・機関では以下のような禁煙対策を行っていますか。(複数回答可)

1. 敷地内を全面禁煙にしている
2. 施設内(屋内)は全面禁煙とし、敷地内(屋外)に喫煙所を設置している
3. 施設内(屋内)に喫煙場所を設置している
4. 職員に対する禁煙治療の費用補助等を行っている
5. 禁煙に成功した職員に対する褒賞(お祝い金等)がある
6. その他()
7. 何もしていない

(問12-1)前問で1.~3.に○をつけた方にお聞きします。その禁煙対策は守られていますか。

1. 守られている
2. ほぼ守られている
3. あまり守られていない
4. わからない

問13 あなた自身は、保健医療従事者として患者や対象者、学生等への「たばこ教育」(たばこに関する教育)を行うことがありますか。

1. 頻繁にある
2. ときどきある
3. めったにない
4. まったくない
1. はい
2. いいえ
3. わからない

問15 喫煙の影響によって罹患しやすくなったり、リスクが高まるものは、どれだと思いますか。(複数回答可)

01. 肺がん
02. ぜんそく
03. 気管支炎
04. 肺気腫
05. 心筋梗塞
06. 動脈硬化症
07. 動脈瘤
08. 喉頭がん
09. 食道がん
10. 胃潰瘍
11. 胃がん
12. パージャヤー病
13. クモ膜下出血
14. 肝臓がん
15. 不妊症
16. 歯周病
17. 妊婦への影響(出生時低体重など)
18. 乳幼児の中耳炎
19. 乳幼児突然死症候群(SIDS)
20. 周産期死亡

問16 受動喫煙の影響によって罹患しやすくなったり、リスクが高まるものは、どれだと思いますか。(複数回答可)

01. 肺がん
02. ぜんそく
03. 気管支炎
04. 肺気腫
05. 心筋梗塞
06. 動脈硬化症
07. 動脈瘤
08. 喉頭がん
09. 食道がん
10. 胃潰瘍
11. 胃がん
12. パージャヤー病
13. クモ膜下出血
14. 肝臓がん
15. 不妊症
16. 歯周病
17. 妊婦への影響(出生時低体重など)
18. 乳幼児の中耳炎
19. 乳幼児突然死症候群(SIDS)
20. 周産期死亡

生活習慣(飲酒、運動)について

問17 あなたは週に何日くらいお酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか。

1. 毎日
2. 週5~6日
3. 週3~4日
4. 週1~2日
5. 月1~3日
6. やめた(1年以上やめている)
7. ほとんど飲まない(飲めない)

(問17-1)前問で1.~5.に○をつけた方にお聞きします。お酒を飲む日は1日あたりどれくらいの量を飲みますか。清酒に換算した量でお答えください。

1. 1合(180ml)未満
2. 1合以上2合(360ml)未満
3. 2合以上3合(540ml)未満
4. 3合以上4合(720ml)未満
5. 4合以上5合(900ml)未満
6. 5合(900ml)以上

(注)清酒1合(180ml)は、次の量にほぼ相当します。

- ◎ビール・発泡酒：中瓶1本(約500ml)
- ◎チューウハイ(7度)：350ml
- ◎焼酎(20度)：135ml、焼酎(25度)：110ml、焼酎(35度)：80ml
- ◎ウイスキー(ダブル)：1杯(60ml)
- ◎ワイン：2杯(240ml)

問18 あなたは現在、健康づくりのための身体活動や運動を実践していますか。

1. 毎日している
2. しばしばしている
3. 時々している
4. めったにしていない
5. まったくしていない

睡眠・休養について

問19 いつもとっている睡眠で休養が十分にとれていると思いますか。

1. 十分とれている
2. おおむねとれている
3. あまりとれていない
4. まったくとれていない
5. わからない

問20 夜、眠りにつきにくいことはありませんか。

1. まったくない
2. めったにない
3. 時々ある
4. しばしばある
5. 常にある

問21 夜、眠ってから目が覚めてしまい、もう一度眠ることが困難なことがありますか。

1. まったくない
2. めったにない
3. 時々ある
4. しばしばある
5. 常にある

問22 朝早く目が覚めてしまい、もう一度眠ることが困難なことがありますか。

1. まったくない
2. めったにない
3. 時々ある
4. しばしばある
5. 常にある

問23 昼間、眠ってはいけないときに起きていられないことがありますか。

1. まったくない
2. めったにない
3. 時々ある
4. しばしばある
5. 常にある

問24 眠るために睡眠薬や安定剤などの薬を使うことがありますか。

1. まったくない
2. めったにない
3. 時々ある
4. しばしばある
5. 常にある

問25 1日の睡眠時間は平均してどれくらいですか。→ 平均 時間 分

問20、21、22、23、24、25の質問は、過去1か月の間の、日動の時間を想定してお答えください。

職場・業務の状況について

問 32 あなたは現在、主にどの免許に基づき業務を行っていますか。

1. 保健師 2. 助産師 3. 看護師 4. 准看護師 5. その他 ()
6. 働いていない → 問 42へ

問 33 あなたの所属する機関はどれですか。あてはまるもの一つに○をつけてください。

1. 病院 → 問 33-1へ 2. 診療所 → 問 33-1へ 3. 訪問看護ステーション
4. 健(健)診センター・労働衛生機関 5. 介護老人保健施設・介護老人福祉施設
6. 都道府県(県型保健所含む) 7. 保健所設置市・特別区
8. 市町村(直営の地域包括支援センターを含む) 9. 地域包括支援センター(委託)
10. 企業・事業所 11. 大学・教育研究機関 12. その他 ()

(問 33-1) 病院・診療所にご所属の方のみにお聞きします。主な診療科はどれですか。(複数回答可)

1. 内科 2. 呼吸器科 3. 消化器科 4. 循環器科 5. 外科
6. 整形外科 7. 小児科 8. 産婦人科 9. 精神科 10. 皮膚科
11. 泌尿器科 12. 眼科 13. 耳鼻咽喉科 14. 脳神経外科
15. 放射線科 16. リハビリテーション科 17. その他 ()

問 34 あなたの雇用形態はどれですか。

1. 正規職員 2. 臨時職員(雇用期間の定めのある人) 3. 派遣社員
4. パートタイマー・アルバイト 5. その他 ()

問 35 あなたの現在の職位は何ですか。

1. 非管理職(スタッフの看護師、職位のない保健師、専任教員など)
2. 中間管理職(看護部長、主任、都道府県・市町村の係長等、教務主任など)
3. 管理職(看護部長、総師長、副看護部長、学部長、都道府県・市町村の課長など)

問 36 過去1か月間に取得した休日(土日含む)・休明けはどれくらいですか。 → 平均 時間

問 37 過去1か月間に取得した休日(土日含む)・休明けはどれくらいですか。 → 約 日

問 38 過去1か月間に、仕事上ミスをしそうになり、ヒヤリ、ハットしたことがありますか。

1. まったくなかった 2. あまりなかった 3. あった 4. たびたびあった

問 39 あなたは現在、なんらかの夜間の勤務をしていますか。あてはまるもの一つに○をつけてください。

1. 職場に夜勤はない 2. 職場に夜勤はあるが現在は夜勤をしていない(日勤のみ)
3. 三交代制・変則三交代制 4. 二交代制・変則二交代制
5. 上記3・4以外の交代制夜勤 6. 当直制
7. 夜勤専従(主として夜間のみ勤務するもの) 8. 管理夜勤 9. 管理当直
10. 寮または自宅待機(緊急時の呼び出しに依りて勤務につくもの・オンコール体制) 11. その他

問 26 明日の予定がなく、1日の好きな時間に寝て、好きな時間に起きてもよいのであれば、

何時ごろに寝て、何時ごろに起きたいと思いますか。

- a. 寝る時間帯 : 1. 20:00~21:00 2. 21:00~22:15 3. 22:15~午前0:30
4. 午前0:30~1:45 5. 午前1:45~3:00
b. 起きる時間帯 : 1. 午前5:00~6:30 2. 6:30~7:45 3. 7:45~9:45
4. 9:45~11:00 5. 11:00~12:00

問 27 冬のあいだ、一年の他の時期と比べると、(もしあるとすれば)次のどの状態が現れる傾向がありますか。(複数回答可)

1. 睡眠時間が長くなる(屋敷も含む)
2. 朝なかなか目が覚めない
3. 日中の活力が低く、ほとんどの時間において疲れていると感じる
4. 全体的に、朝より夜に気分が悪いと感じる
5. 午後に、気分や活力があきらかに一時的に落ち込む
6. より多くの甘い食べ物や炭水化物が欲しくなる
7. 甘い食べ物や炭水化物を、より多く食べる(欲求がある・ないに問わず)
8. 甘い食べ物や炭水化物を、ほとんどが午後か夜である
9. 夏より体重が増える

ストレスについて

問 28 いつもより日常生活を楽しく送ることができましたか。

1. できた 2. いくとも変わらなかった 3. できなかった 4. まったくできなかった

問 29 いつもより気が重く落ち込むことはありませんか。

1. まったくなかった 2. あまりなかった 3. あった 4. たびたびあった

問 30 不満、悩み、苦勞などによるストレスがありましたか。

1. まったくなかった 2. あまりなかった 3. 多少あった 4. 大いにあった

問 31 不満、悩み、苦勞、ストレスがあつたと、どのように対処していますか。(複数回答可)

1. 悩みやストレスの内容の解決に積極的に取り組む 2. 計画的に休暇をとる
3. 人に話して発散する 4. 周囲の人や専門家などに相談する
5. 趣味・スポーツにうちこむ 6. 動物(ペット)と遊ぶ
7. なにか食べる 8. 買い物をする
9. テレビを見たリ、ラジオを聞いたりする 10. のんびりする
11. ギャンブル・勝負ごとをする 12. たばこを吸う
13. アルコール飲料(酒)を飲む 14. じっと耐える
15. 寝てしまふ 16. その他 ()
17. 特になし

問40 2013年10月に、あなたは何回、夜勤(準夜勤・深夜勤)、当直を行いましたか。

夜勤	1. () 回	2. まったくしていない。
当直	1. () 回	2. まったくしていない。

問41 なんらかの夜勤のある方で、現在たばこを吸う方のみにお聞きます。

夜勤中にたばこを吸いますか。吸う場合は、通常吸う場所もお答えください。

1. 吸う(吸う場所:)	2. 吸わない
---------------	---------

あなた自身のことについて

問42 あなたの性別を教えてください。

1. 男	2. 女
------	------

問43 あなたの年齢を教えてください。→ 歳

問44 あなたの看護職としての最終学歴を一つ選んでください。

1. 准看護師課程学校・養成所(准看学校・高等学校衛生看護科)
2. 看護師2年課程(進学コース)学校・養成所(短期大学・養成所・高等学校専攻科(5年1貫教育))
3. 看護師3年課程養成所
4. 看護師3年課程短期大学
5. 看護系大学
6. 保健師学校・助産師学校・保健師助産師学校(短大専攻科を含む)
7. 看護系大学院修士課程
8. 看護系大学院博士課程
9. 旧教育制度の学校

問45 日本看護協会は、2001年に「看護職のたばこ対策宣言」を発表し、看護職のたばこ問題に積極的に取り組むことを通じて、国民の健康の保持増進に貢献する活動を行ってきました。看護協会が行った以下の取り組みのうち、あなたが知っているものに○をつけてください。(複数回答可)

1. 2001年たばこ対策宣言
2. 冊子「看護者たちの禁煙アクションプラン」
3. 禁煙支援パンフレット「Stop Smoking! 〜やめた人からキレイになれる〜」
4. パンフレット「看護職のたばこ」
5. 禁煙支援リーダー研修
6. 日本看護協会禁煙ポスター
7. 2005年「禁煙対策特別企画展」
8. 2006年禁煙キャンペーン
9. どれも知らない

～ 質問は以上です。ご協力、まことにありがとうございました。～

検討委員会名簿

看護職の喫煙等実態に関する検討委員会

委員長	大井田 隆	日本大学医学部社会医学系公衆衛生学分野／教授
	池田 真紀	日本大学医学部社会医学系公衆衛生学分野／助手
	内山 真	日本大学医学部精神医学系／教授
	久保田 聡美	高知県立大学 看護学部 看護学研究科／ 災害グローバルリーダー育成プログラム 特任准教授
	瀬在 泉	防衛医科大学校医学教育部看護学科地域看護学講座／講師
オブザーバー	横瀬 宏美	日本大学医学部精神医学系／助手

(平成 26 年 6 月現在) (五十音順、敬称略)

【事務局】

担当理事	中板 育美	公益社団法人日本看護協会／常任理事
担当部署	村中 峯子	公益社団法人日本看護協会／健康政策部長
	橋本 結花	公益社団法人日本看護協会／専門職
	南平 直宏	公益社団法人日本看護協会
	坂田 祥	公益社団法人日本看護協会

2013 年「看護職のタバコ実態調査」報告書

発行日 2014 年 6 月 20 日
編 集 公益社団法人 日本看護協会 健康政策部
発 行 公益社団法人 日本看護協会
〒150-0001 東京都渋谷区神宮前 5-8-2
TEL 03-5778-8831 (代表)
FAX 03-5778-5601 (代表)
URL <http://www.nurse.or.jp>

※本書からの無断転載を禁じる