

# 世界禁煙デー in 龍谷

禁煙イベント「タバコの影響を体験してみよう」実施報告

龍谷大学保健管理センター

日時 場所 深草学舎：2009年6月1日(月) 12:00～  
瀬田学舎：2009年6月3日(水) 12:30～  
大宮学舎：2009年6月4日(木) 12:00～



5月31日の世界禁煙デーや6月第1週の禁煙週間にあわせ、喫煙による健康への影響について啓発し禁煙への動機付けと支援をおこなうことを目的として禁煙イベントを実施した。特に今年4月から本学の敷地内が全面禁煙になったことから、タバコを吸わない学生が今後喫煙することがないよう、この機会に「タバコ」について考えるきっかけになればと実施した。

世界保健機関による今年のスローガンは「（警告！たばこの健康被害）」。禁煙イベントでは世界のタバコパッケージに表示されている警告を中心に、タバコの健康被害を訴えるものを展示した。また学生の年代にアピールするため、喫煙による肌の老化についての展示や肌年齢の測定を実施した。その他、呼気一酸化炭素濃度測定、スパイロメーターによる肺年齢の測定、ヤニケンなどを実施し、禁煙希望者にはニコチンパッチによるサポートやメールサポートの紹介をおこなった。

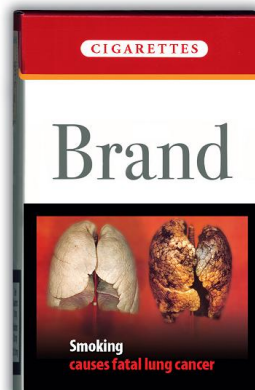
## 主に実施した内容

### パネル展示

世界保健機関(WHO)の今年のスローガン「Tobacco Health Warnings」にあわせ、EUや、カナダ、タイ、オーストラリアなど、海外のタバコパッケージに記載されている「警告表示」のポスターを作成して展示した。

また喫煙は、皮膚の老化を早めることが知られている。有名な双子の写真や、厚生労働省が作成した「[たばこの健康被害に関するポスター](#)」を掲示し、学生に禁煙を訴えた。

その他、医師会から借用した、タバコの有害性に関するパネルや、禁煙方法のパネルなどを展示した。



### 各種測定など

肌年齢測定、呼気一酸化炭素濃度測定、肺年齢測定(COPD検査)、ヤニケン（肺のクリーン度検査）をおこなった。

付近を通行する学生や、敷地外で喫煙している学生にヤニケンを配布し、興味がある学生には呼気一酸化炭素の測定を実施し禁煙への啓発をおこなった。呼気一酸化炭素濃度測定では、非喫煙者にも関わらず高い濃度が検出される学生もいて、友人や家族の喫煙による受動喫煙の影響を実感することができた。喫煙期間が長い学生や教職員には、肺年齢測定を実施し、肺の老化のチェックをおこなった。

肌年齢の測定は、男女とも関心が高く、喫煙者や非喫煙者に関わらず、多くの学生が測定を受け、一喜一憂する姿が見られた。



肌年齢測定中！

### 禁煙に向けて

喫煙者の中には、禁煙方法や、保健管理センターでのサポートについて熱心に質問する学生もおり、実際に大学生向けのメールサービス「カレッジ禁煙マラソン」に申込んだ学生や教職員も若干名いた。

逆に、タバコの健康被害や禁煙について興味はあるものの、実際に禁煙サポートを受けたり禁煙に踏み切るまでには至らない喫煙者が多く、禁煙へのきっかけ作りが必要と考えられた。



### 参考リンク

「たばこの影響を体験してみよう」実施案内

<http://www.ryukoku.ac.jp/hoken/info/2009/pdf/kinen0906.pdf>

## イベントの様子

