

## たばこ対策の推進及び進捗評価に関する研究

研究分担者 片野田耕太 国立がん研究センターがん対策研究所 データサイエンス研究部・部長

### 研究要旨

喫煙は高血圧とともに日本人における疾病負荷が最も大きい要因の一つである。たばこ対策の好事例はインターネット上などで入手可能であるが、体系化された形では提供されていない。本研究は、たばこ対策の好事例を効果的に活用するために、効果的だと考えられる要素の抽出とそれに基づく構造化をすることを目的とした。たばこ対策の事例を「健康寿命を伸ばそう！アワード」および医中誌 Web から収集し、職域 4 事例および自治体 1 事例を選択した。それらの事例から効果的だと考えられる 4 つの要素（「時間をかける」、「楽しむ」、「周りを巻き込む」、および「コンセプトの明確化と伝達」）を抽出した。さらにこれら各要素に該当する項目を 5 事例から抽出し、各要素に該当する事例として構造的に配置した。この構造化の結果に基づいて、たばこ対策の好事例紹介パンフレットを作成する予定である。

### A. 研究目的

喫煙は高血圧とともに日本人における疾病負荷が最も大きい要因の一つである<sup>1)</sup>。健康日本 21（第二次）では、成人の喫煙率、未成年者（20 歳未満）の喫煙、妊娠中の喫煙、および受動喫煙の 4 つの目標が設定され、第三次でも基本的に踏襲されている。健康日本 21（第二次）の最終評価でこれら 4 つの目標はいずれも B（目標値に達していないが改善傾向にある）であり、うち未成年者の喫煙以外は B\*（目標達成が危ぶまれる）であった。たばこ対策など保健政策の実践においては多くの障壁があり、それを軽減するための好事例が蓄積している<sup>2)</sup>。保健政策の好事例はインターネット上などで入手可能であるが、体系化された形では提供されていない。たばこ対策の好事例から共通項目の抽出や情報の構造化をすることで、より効果的に好事例の情報共有が可能になると考えられる。そこで本研究では、たばこ対策の好事例を効果的に活用するために、効果的だと考えられる要素の抽出とそれに基づく構造化をすることを目的とした。

### B. 研究方法

たばこ対策の好事例候補を以下のデータソースから抽出した。

#### ①健康寿命を伸ばそう！アワード

(<https://kennet.mhlw.go.jp/slp/award/index>)

取組内容＝「禁煙」

#### ②医中誌 Web (<https://login.jamas.or.jp/>)

検索語＝「禁煙」「たばこ」「受動喫煙」（学会発表を除く）

抽出された好事例候補から、対策の具体性、多面性、活用可能性の観点で好事例を選択した。

選択された好事例から、対策の効果につながると考えられる共通する要素（概念）の抽出を行った。さらに、それらの各要素に該当する項目を好事例から抽出し、各要素に該当する事例として構造的に配置した。

### C. 結果

データソース①から職域 3 事例、自治体 1 事例が、データソース②から職域 1 事例が選択された（表 1）<sup>3)</sup>。これら 5 つの事例から、対策の効果につながると考えられる 4 つの要素：

時間をかける（多段階展開）

楽しむ（ナッジの活用）

周りを巻き込む（多部門連携）

コンセプトの明確化と伝達（愛情）

を抽出した。これらの要素それぞれに該当すると考えられる項目を抽出して配置した（表1）。

#### D. 考 察

本研究では、たばこ対策の好事例を選定し、効果的だと考えられる上記4つの要素を抽出した。これらの好事例は、実際に職場や自治体の喫煙率などのアウトカムの改善にもつながっている。

まず最初の要素「時間をかける（多段階展開）」は、今回選択した好事例の特徴の一つとして、現状把握から開始して、環境を整えながら、徐々に対策の強度を上げていることから抽出された。たばこ対策は経営者や自治体首長へ説得、喫煙者、非喫煙者への丁寧な説明と動機づけ、喫煙所や禁煙支援などの環境整備、インセンティブ・ディスインセンティブの制度化、それらの周知・啓発、禁煙者のフォローなど、長い期間を必要とする。強引に進めることで喫煙者の反発を生むこともある。準備期間を含めて長いスパンで段階的に展開していくことが肝要だと考えられる。同じ生活習慣改善である身体活動の普及対策でも、単年度では効果につながらず、数年継続することで初めて効果が出ることを示されている<sup>4)</sup>。

2番目の要素「楽しむ（ナッジの活用）」については、本研究で選択した好事例において、肺年齢の測定、テレビプロデューサーの講演、「卒煙ダービー」など、思わず参加したくなる要素がちりばめられていることから抽出された。たばこ対策においても行動経済学で提唱されている「ナッジ」、つまり人々を強制することなく、望ましい行動に誘導するようなシグナルまたは仕組みを活用することが重要だと考えられる。

3番目の要素「周りを巻き込む（多部門連携）」

については、本研究で選択した好事例の多くが、喫煙者だけでなく非喫煙者の参加を促したり、非喫煙者にもインセンティブを提供する仕掛けをしていた。また、大分県の事例では、たばこ対策を栄養・食生活、身体活動・運動と一体化したキャンペーンに位置づけて、県内の多くの業種や団体の参加を募りやすくしていた。

最後の要素「コンセプトの明確化と伝達（愛情）」については、本研究で選択した好事例の特徴として、組織のトップや担当者がたばこ対策のコンセプトを明確化し、メッセージとして伝えていたことから抽出された。やや感情的な表現ではあるが、たばこ対策を「愛情」を込めて実施するかどうか、たばこ対策の持続性や効果につながっていると推察される。

これらの4つの要素はそれぞれが独立したものではなく、相互に関連しているものである。例えば、たばこ対策に「時間をかける」ためには、「コンセプトの明確化と伝達」が必要であるし、「楽しむ」要素があることで「周りを巻き込む」ことが可能となる。

本研究の次のステップとして、これらの4つの要素と抽出された項目の構造に基づいて、たばこ対策のパンフレットを作成する予定である。これによって、より効果的なたばこ対策の普及が可能になると期待される。

#### E. 結 論

たばこ対策の事例を収集し、効果的だと考えられる要素と該当項目を抽出、構造化した。

#### 文献

- 1) Nomura S, Sakamoto H, Ghaznavi C, Inoue M. Toward a third term of Health Japan 21 - implications from the rise in non-communicable disease burden and highly preventable risk factors. *Lancet Reg Health West Pac.* 2022. doi: 10.1016/j.lanwpc.2021.100377.
- 2) 片野田耕太. がん検診, 健康日本 21 等にお

けるナッジの活用事例. 医療と社会 2025; 35(1):49-59.

- 3) 鶴岡康代, 林安希, 山口優紀. 事業所の喫煙対策と禁煙支援～2015年から2022年の取り組みの振り返りと今後の展望～. 禁煙科学 2024;18(3):P1-P4  
[https://www.jascs.jp/kinen\\_kagaku/2024/2024-03/kinen-kagaku2024-03-P1.pdf](https://www.jascs.jp/kinen_kagaku/2024/2024-03/kinen-kagaku2024-03-P1.pdf)
- 4) Masamitsu Kamada et al. Community-wide intervention and population-level physical activity: a 5-year cluster randomized trial. Int J Epidemiol. 2018; 47(2):642-653.

F. 健康危険情報  
なし

G. 研究発表

1. 論文発表

- 1) 片野田耕太. がん検診、健康日本 21 等におけるナッジの活用事例. 医療と社会, 2025;35(1):49-59
- 2) 高田 碧, 相田 潤, 伊藤ゆり, 尾島俊之, 片岡 葵, 片野田耕太, 他. 公的データを用いた多面的な健康格差のモニタリングの必要性と可能性の検討. 日本公衆衛生雑誌, 2025;72(12):961-967

2. 学会発表  
なし

H. 知的財産権の出願・登録状況

1. 特許取得  
なし
2. 実用新案登録  
なし
3. その他  
なし

表1. たばこ対策好事例と抽出された要素、およびそれに該当する項目

事例	職域/自治体	要素1：時間をかける（多段階展開）	要素2：楽しむ（ナッジの活用）	要素3：周りを巻き込む（多部門連携）	要素4：コンセプトの明確化と伝達（愛情）	データソース
株式会社クボタ堺製造所	職域	<ul style="list-style-type: none"> <li>・9年間取組み継続</li> <li>・当初から環境整備、教育啓発、禁煙支援の3本柱を設定</li> <li>・喫煙所の数など現状把握、情報提供から開始し、徐々に禁煙支援とその拡大に移行</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・テレビ番組プロデューサーのゲスト講座、肺年齢・血管年齢測定</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・社長メッセージ 「会社と家族はあなたの健康を心から願っています。一度禁煙してみませんか?会社は応援します。」</li> </ul>	②
JFEスチール株式会社千葉	職域	<ul style="list-style-type: none"> <li>・8年間取組み継続</li> <li>・当初から禁煙支援と受動喫煙対策の2本柱を設定</li> <li>・喫煙率、自販機数など現状把握から開始、禁煙教室、禁煙外来、自販機撤去などへ展開</li> <li>・まずは禁煙デーの設定、その後就業時間禁煙へ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・喫煙所のリニューアル案を公募、予算確保して「癒しの空間」に</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・喫煙所のリニューアル案を職場全体で公募</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「JFEグループ健康宣言」</li> <li>・「Smoke Free JFE千葉」立ち上げ</li> </ul>	①
株式会社真幸土木	職域	<ul style="list-style-type: none"> <li>・4年間かけて分煙、室内禁煙、敷地内全面禁煙と段階的に実現</li> <li>・社員の「卒煙チャレンジ」を11年間に4回実施、禁煙継続者にも手当を支給</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・喫煙社員が禁煙すれば全社員に報奨金</li> <li>・従来から吸わない人も含め、非喫煙者全員に健康手当支給</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・社長コメント 「いくら嫌な顔をされても言い続け、喫煙者ゼロになるまでチャレンジします。社員の健康を願う一心です。」</li> </ul>	①
ロート製薬株式会社	職域		<ul style="list-style-type: none"> <li>・喫煙者自らが企画した「卒煙ダービー」で禁煙を参加型のイベントに（遠隔禁煙外来プログラムと費用全額負担も実施）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「卒煙ダービー」で社員が一体となって参加・応援できるように</li> <li>・非喫煙者、禁煙者が使える社内通貨を発行、喫煙率の把握にも活用</li> </ul>		①
大分県	自治体		<ul style="list-style-type: none"> <li>・Youtube「まず野菜から食べよう♪」、Cookpad「大分県シルブプレ」、SNS「桶サラ」、アプリ「おおいた歩得（あるとっく）」</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・たばこ対策を前面に出さずに運動、栄養、環境の3本柱に</li> <li>・「健康寿命日本一おおいた創造会議」を知事が設置、県内経済団体を通じて応援企業を募集</li> <li>・「オール県庁」を超えた「オール県民」の取組み</li> <li>・コンビニと協働で灰皿のない店舗導入、薬剤師会と協働で禁煙バッチ無償配布、大学と協働で敷地内全面禁煙化と職員・学生の禁煙支援など</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・知事主導で「健康寿命日本一おおいた創造会議」立ち上げ</li> <li>・担当者コメント 「『ちょっとそこまではついていけない』という人がいても、その人たちを決して置き去りにせず、できれば巻き込んで、一緒にやっていく。」</li> </ul>	①

①健康寿命を伸ばそう！アワード（<https://kennet.mhlw.go.jp/slp/award/index>）

②医中誌Web（<https://login.jamas.or.jp/>），禁煙科学 2024; 18(3):P1-P4（[https://www.jascsc.jp/kinen\\_kagaku/2024/2024-03/kinen-kagaku2024-03-P1.pdf](https://www.jascsc.jp/kinen_kagaku/2024/2024-03/kinen-kagaku2024-03-P1.pdf)）