

## 有識者会議

「おおさかチャチャッと卒煙」のご報告

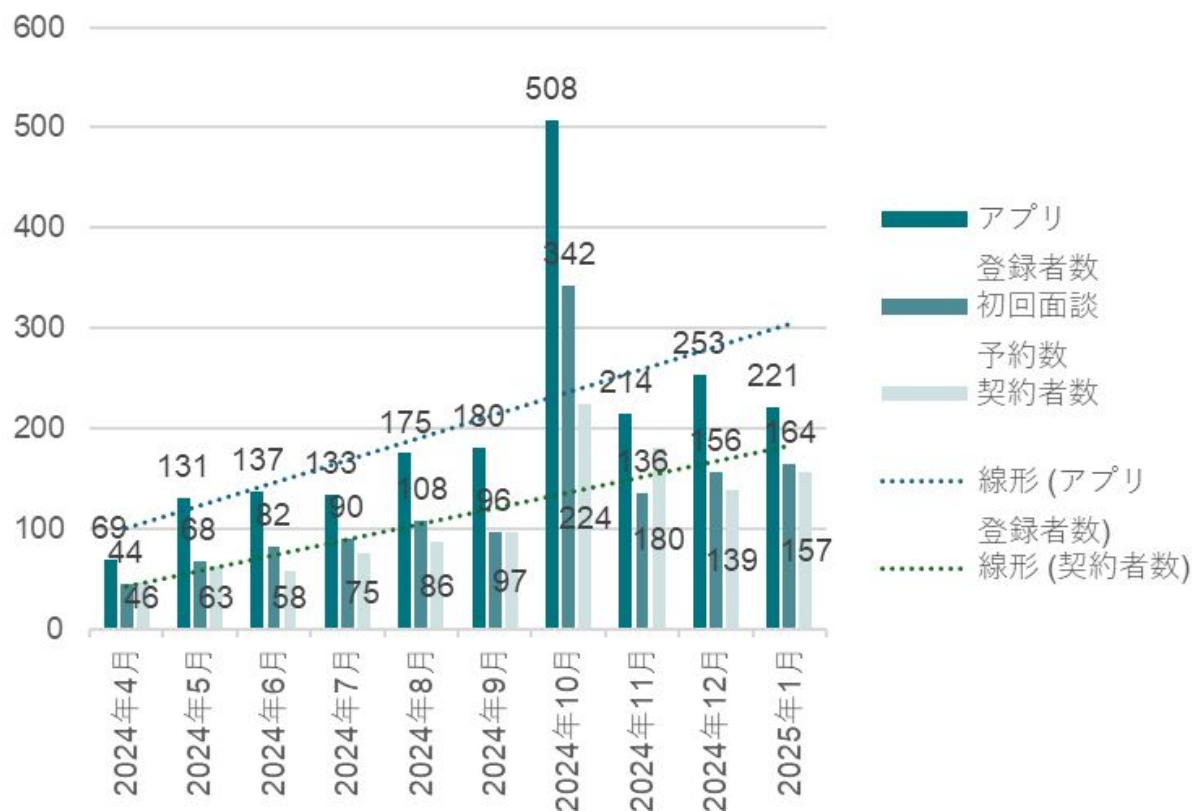
資料③データ分析情報

---

# 2024年度 アプリ登録数、初回面談予約数、契約数 2025年1月末時点

年度内のアプリダウンロード数、契約者数は右肩上がりの傾向にある

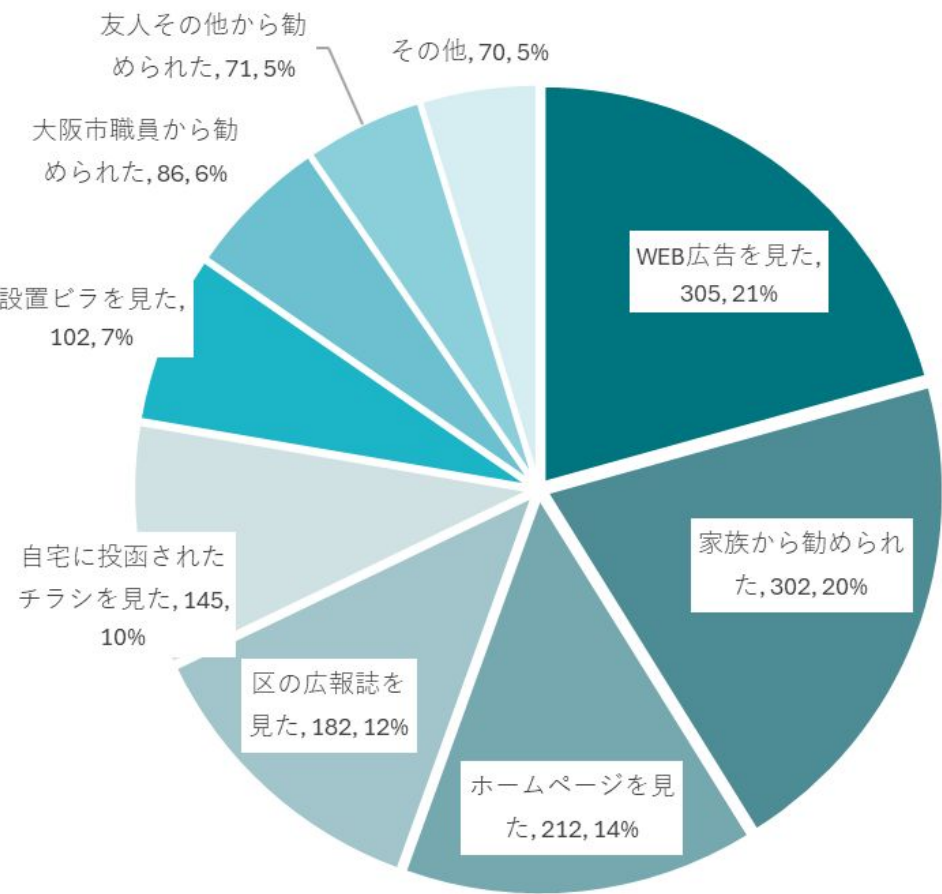
また、ダウンロード後、契約に至る割合について直近 3か月（11~1月）は平均66%と年平均を上回っている



	アプリ登録者数	契約者数	DL後契約率
2024年4月	69	46	67%
2024年5月	131	63	48%
2024年6月	137	58	42%
2024年7月	133	75	56%
2024年8月	175	86	49%
2024年9月	180	97	54%
2024年10月	508	224	44%
2024年11月	214	180	84%
2024年12月	253	139	55%
2025年1月	221	157	71%
合計	2021	1125	56%

# 累計プログラム契約者の流入経路 2025年1月末時点

累計のプログラム契約者の流入経路として、web広告を見た、家族から勧められた割合が 20%を超えている



流入経路	合計	割合
WEB広告を見た	305	21%
家族から勧められた	302	20%
ホームページを見た	212	14%
区の広報誌を見た	182	12%
自宅に投函されたチラシを見た	145	10%
設置ビラを見た	102	7%
大阪市職員から勧められた	86	6%
友人その他から勧められた	71	5%
その他	70	5%
総計	1475	100%

# 年度別プログラム契約者の流入経路比較

年度別に見ると「WEB広告を見た」「家族から勧められた」「区の広報を見た」の割合が増加している

流入経路	2023年度		2024年度	
	流入数	割合	流入数	割合
WEB広告を見た	55	16%	250	22%
家族から勧められた	53	15%	249	22%
区の広報誌を見た	28	8%	154	14%
ホームページを見た	92	26%	120	11%
自宅に投函されたチラシを見た	27	8%	118	10%
設置ビラを見た	34	10%	68	6%
大阪市職員から勧められた	28	8%	58	5%
友人その他から勧められた	12	3%	59	5%
その他	21	6%	49	4%
総計	350		1125	

# 2024年度 月別契約者流入経路

2024年度中月別で見ても、「web広告を見た」、「家族から勧められた数」「区の広報誌を見た」の順が多い

流入経路	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	総計
WEB広告を見た	8	6	14	22	37	24	44	29	27	39	250
家族から勧められた	5	9	9	10	18	13	74	60	24	27	249
区の広報誌を見た	5	16	11	12	6	15	19	13	29	28	154
ホームページを見た	12	15	4	9	4	12	12	16	18	18	120
自宅に投函されたチラシを見た	1	0	3	2	5	7	39	31	20	10	118
設置ビラを見た	3	7	7	6	1	11	10	5	7	11	68
友人その他から勧められた	1	3	2	1	4	8	12	9	7	12	59
大阪市職員から勧められた	6	3	3	12	5	5	7	8	1	8	58
その他	5	4	5	1	6	2	7	9	6	4	49
総計	46	63	58	75	86	97	224	180	139	157	1125

# プログラム参加率 年度別・性別 2025年1月末時点

大阪市の推定喫煙人口に占めるプログラム参加率は累計で 0.34%だった

女性の参加率が0.38%と、男性の参加率0.32%に比べて若干高い

		R5年度		R6年度		累計	
	推定喫煙人口	参加者(人)	参加率	参加者(人)	参加率	参加者(人)	参加率
全体	432,860	350	0.08%	1125	0.26%	1475	0.34%
男性	306,321	232	0.08%	760	0.25%	992	0.32%
女性	126,539	118	0.09%	365	0.29%	483	0.38%

※推定喫煙人口について  
令和4年度の国民生活基礎調査の喫煙者数(毎日吸っている・時々吸うことがある)の結果から、喫煙率を計算し、令和5年10月1日時点の20歳以上の大阪市の推計人口をかけた数

# プログラム参加率 性別・年齢階級別 2025年1月末時点

参加率について性別・年齢階級別にみると男性では 40～49歳、35～39歳の順に、女性では35～39歳、34歳以下の順に高い

男性

年齢階級	推定喫煙人口	参加者数	参加率
34歳以下	52,523	201	0.38%
35～39歳	32,544	182	0.56%
40～49歳	62,684	363	0.58%
50～59歳	72,034	175	0.24%
60～69歳	48,982	54	0.11%
70歳以上	41,185	16	0.04%

女性

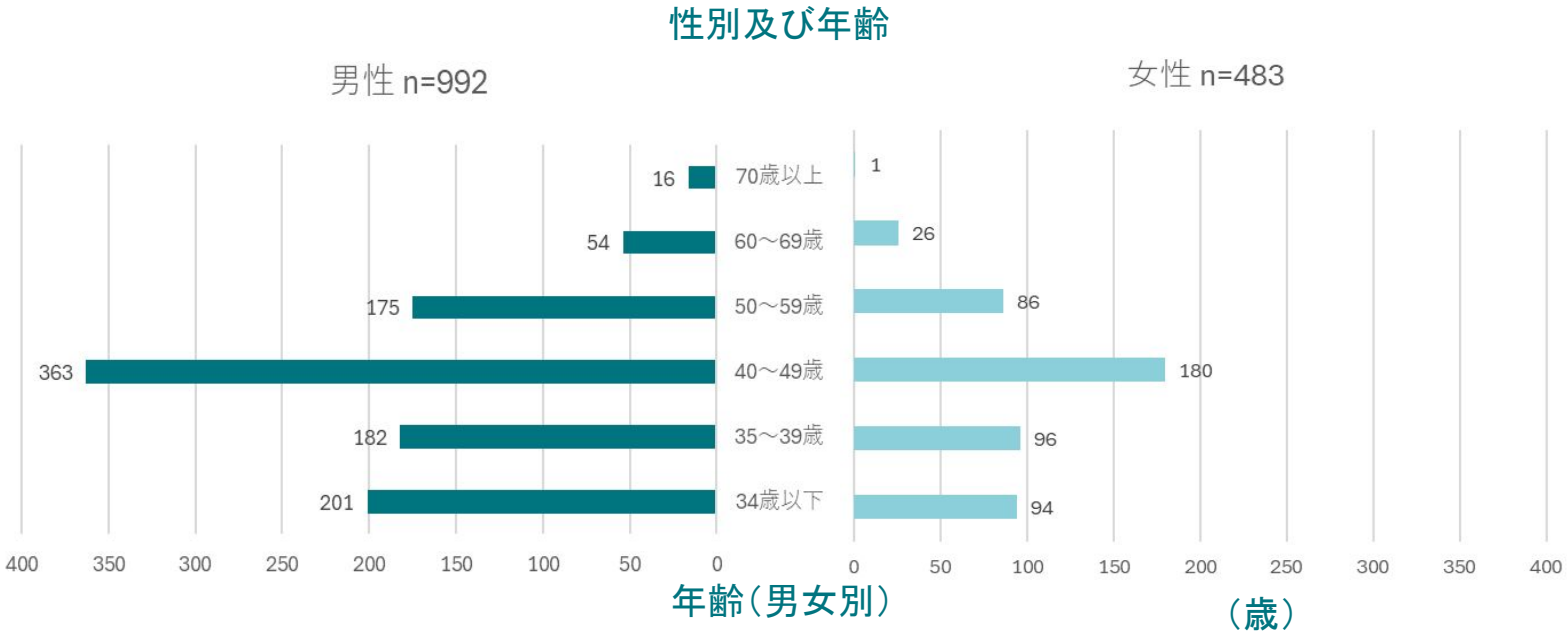
年齢階級	推定喫煙人口	参加者数	参加率
34歳以下	15,134	94	0.62%
35～39歳	6,382	96	1.50%
40～49歳	31,004	180	0.58%
50～59歳	31,824	86	0.27%
60～69歳	19,471	26	0.13%
70歳以上	16,791	1	0.01%

※推定喫煙人口について  
令和4年度の国民生活基礎調査の喫煙者数（毎日吸っている・時々吸うことがある）の結果から、年齢階級別の喫煙率を計算し、令和5年 10月1日時点の大阪市推計年齢階級別人口をかけた数

# プログラム契約者 基本属性 性別・年齢

## 2025年1月末時点 n=1,475

契約者のうち男性が992名(67.3%)、女性483名(32.7%)で、いずれも40～49歳が最も多い  
平均年齢はそれぞれ 43.1歳、42.8歳だった



	人数(人)	平均値	標準偏差	中央値
全体	1,475	43.1	9.8	42.0
男性	992	43.3	10.1	42.0
女性	483	42.8	9.3	43.0

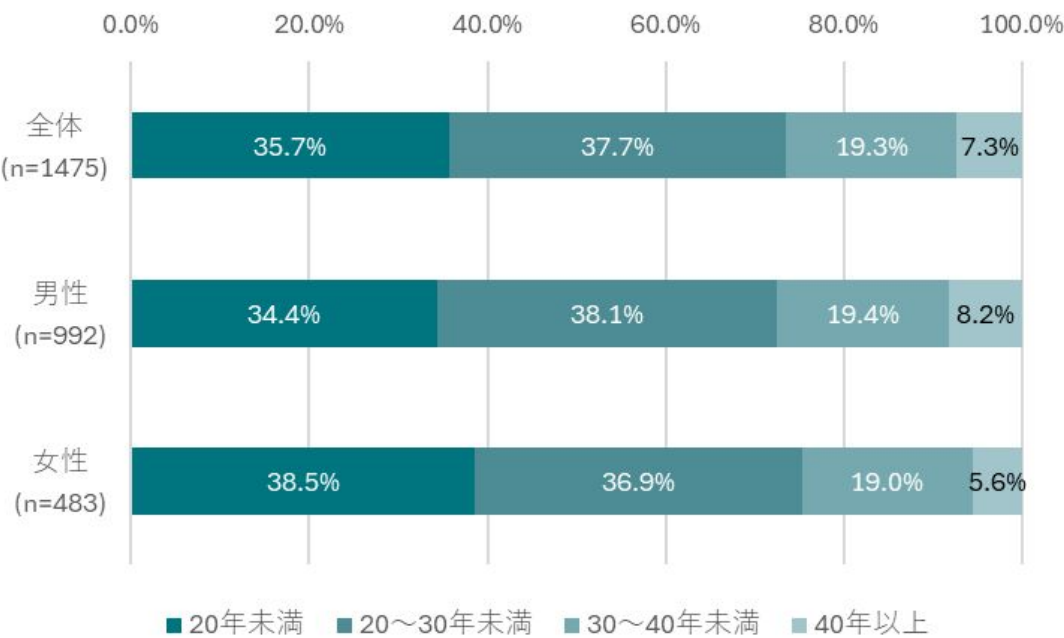


# プログラム契約者 基本属性 喫煙年数

## 2025年1月末時点 n=1,475

契約者の喫煙年数について、男性は 20～30年未満、女性は20年未満が最も多い  
平均喫煙年数はそれぞれ 23.2年、21.6年だった

プログラム契約時点における喫煙年数別割合（男女別）



プログラム契約時点における喫煙年数

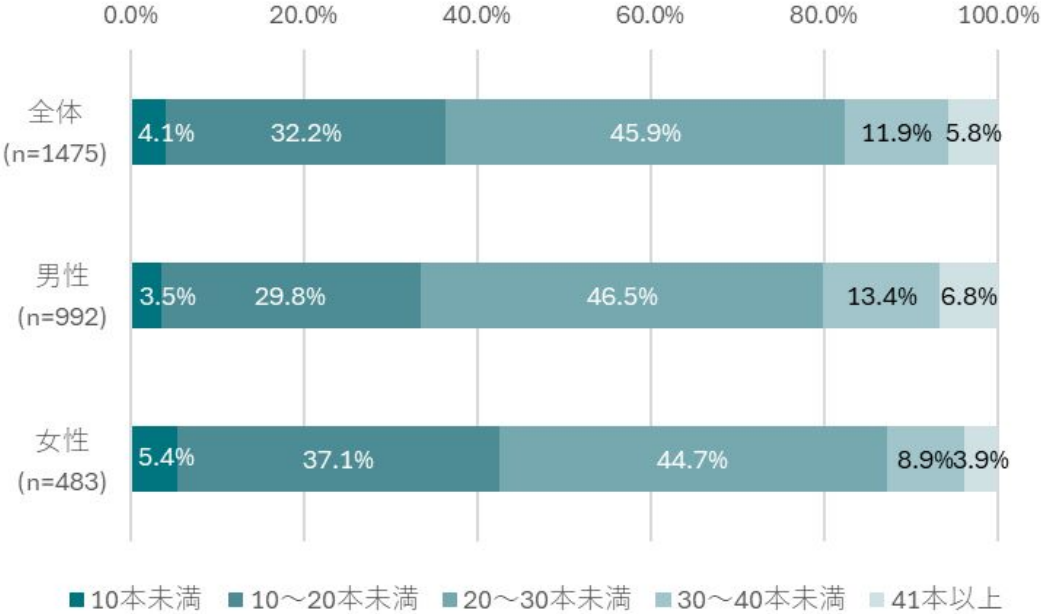
	人数(人)	平均値	標準偏差	中央値
全体	1,475	22.6	9.9	22.0
男性	992	23.2	10.0	22.0
女性	483	21.6	9.5	20.0

# プログラム契約者 基本属性 1日当たり喫煙本数

## 2025年1月末時点 n=1,475

契約者の喫煙本数について、男女ともに 20~30本未満が最も多い  
平均喫煙本数はそれぞれ 20.8本、18.6本だった

プログラム契約時点における喫煙本数別割合（男女別）



プログラム契約時点における喫煙本数

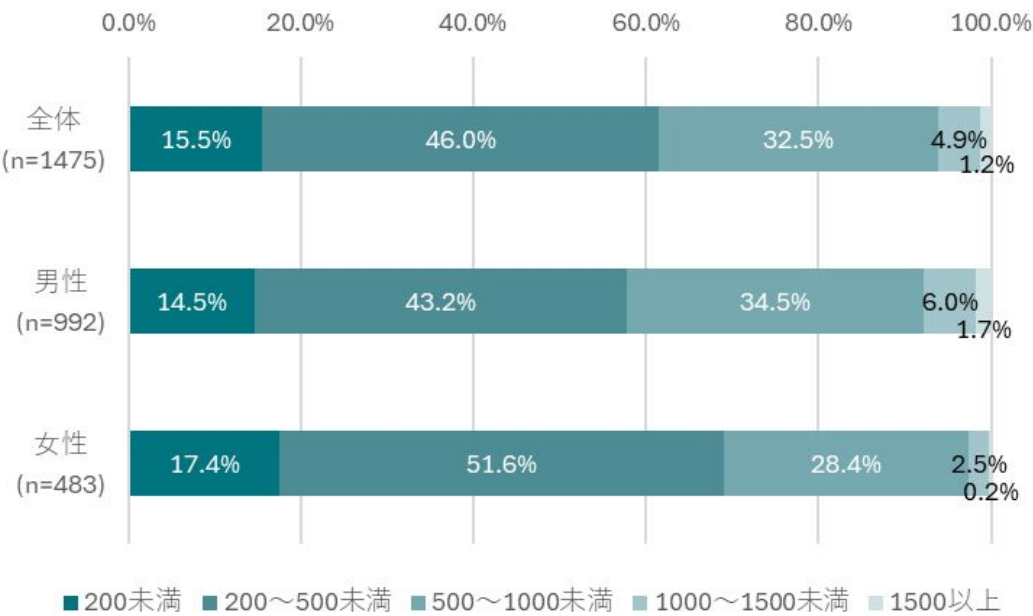
	人数(人)	平均値	標準偏差	中央値
全体	1,475	20.1	8.9	20.0
男性	992	20.8	9.2	20.0
女性	483	18.6	8.0	20.0

# プログラム契約者 基本属性 ブリンクマン指数

## 2025年1月末時点 n=1,475

契約者のブリンクマン指数について、男女ともに 200~500未満が最も多い  
平均喫煙本数はそれぞれ 491.0、401.3だった

プログラム契約時点におけるブリンクマン指数別割合（男女別）



プログラム契約時点におけるブリンクマン指数

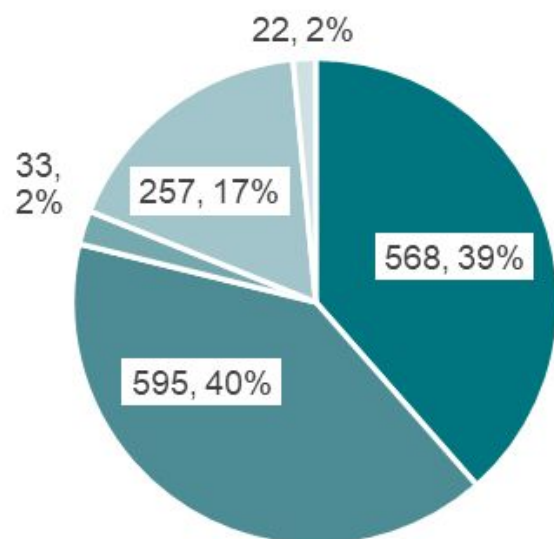
	人数(人)	平均値	標準偏差	中央値
全体	1,475	461.6	304.2	400.0
男性	992	491.0	326.2	420.0
女性	483	401.3	241.9	360.0

※ブリンクマン指数＝1日当たりの喫煙本数×喫煙年数

# プログラム契約者の心理状況 2025年1月末時点 n=1,475

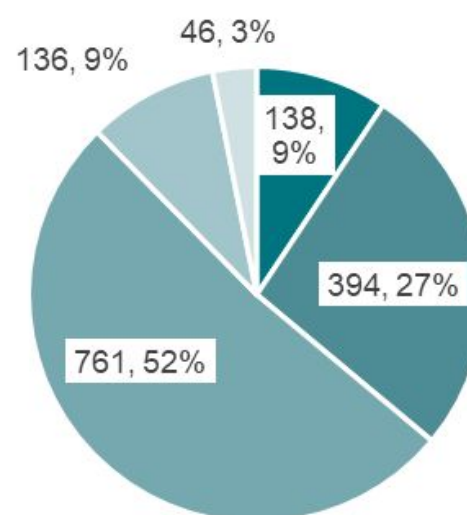
契約者の禁煙に対するモチベーションについて上位 2項目を選択した割合は 79%、禁煙への自信について上位 2項目を選択した割合は 36%だった

## 禁煙したいか？



- 何としてでも禁煙したい
- 禁煙のために、ある程度頑張るつもりだ
- 禁煙できなくても良いが、なんとなく始めた
- あまり頑張りがたくないが、簡単に禁煙できるならしたい
- そもそもあまり禁煙したくないが、仕方なく始めた

## 禁煙の自信は？



- 絶対にできると思う
- 多分できると思う
- 半々くらい
- 多分できないと思う
- 全くできる気がしない

# 最終面談終了者における禁煙状況① 2025年1月末時点 n=246

2025年1月末時点での最終面談終了者における性別、年齢階級別の禁煙成否状況は以下の通り

性別	卒煙成功	卒煙失敗	総計
男	130	35	165
	52.8%	14.2%	67.1%
女	56	25	81
	22.8%	10.2%	32.9%
総計	186	60	246

年齢階級別	卒煙成功	卒煙失敗	総計
34歳以下	34	8	42
	13.9%	3.3%	17.1%
35～39歳	38	7	45
	15.5%	2.9%	18.4%
40～49歳	70	32	102
	28.6%	13.1%	41.6%
50～59歳	33	9	42
	13.5%	3.7%	17.1%
60～69歳	8	3	11
	3.3%	1.2%	4.5%
70歳以上	2	1	3
	0.8%	0.4%	1.2%
総計	185	60	245

※卒煙成功者のうち妥当ではない生年月日が入力された 1名分を外れ値として除外

# 最終面談終了者における禁煙状況 2025年1月末時点 n=246

2025年1月末時点での最終面談終了者における喫煙年数別、1日の喫煙本数別、ブリンクマン指数別の禁煙成否状況は以下の通り

喫煙年数	卒煙成功	卒煙失敗	総計
20年未満	71	18	89
	28.9%	7.3%	36.2%
20～30年未満	68	26	94
	27.6%	10.6%	38.2%
30～40年未満	39	12	51
	15.9%	4.9%	20.7%
40年以上	8	4	12
	3.3%	1.6%	4.9%
総計	186	60	246

1日の喫煙本数	卒煙成功	卒煙失敗	総計
10本未満	12	1	13
	4.9%	0.4%	5.3%
10～20本未満	70	20	90
	28.5%	8.1%	36.6%
20～30本未満	76	32	108
	30.9%	13.0%	43.9%
30～40本未満	22	4	26
	8.9%	1.6%	10.6%
40本以上	6	3	9
	2.4%	1.2%	3.7%
総計	186	60	246

ブリンクマン指数	卒煙成功	卒煙失敗	総計
200未満	37	8	45
	15.0%	3.3%	18.3%
200～500未満	88	30	118
	35.8%	12.2%	48.0%
500～1000未満	54	21	75
	22.0%	8.5%	30.5%
1000～1500未満	5	0	5
	2.0%	0.0%	2.0%
総計	186	60	246

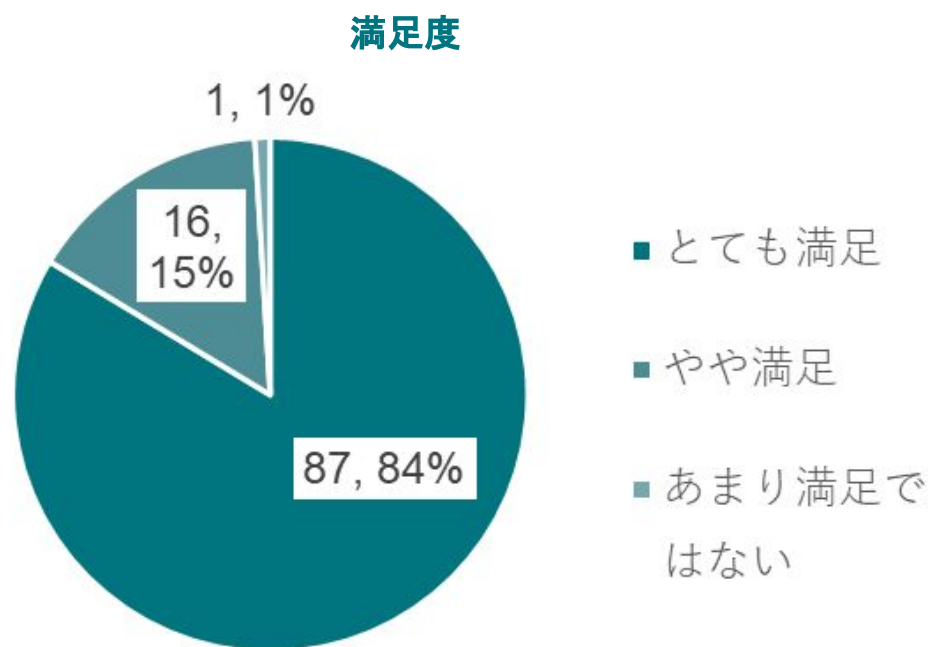
# プログラム終了6か月後アンケート 聴取項目

項目②	質問の文言	回答方法	必須or任意	選択肢
本事業の満足度	(共通)本禁煙プログラムに対する満足度を教えてください	単一回答	必須	とても満足/ やや満足/ あまり満足でない/ 全く満足でない
良かった点の整理	(満足/やや満足の人)満足につながった理由を教えてください。	複数回答	必須	全てオンラインで実施/医薬品の利用/専属の指導員との面談24時間のアプリ利用/アプリの使いやすさ/無料その他(※任意記載)
	(満足/やや満足の人)アプリの中で良かったコンテンツ、機能について教えてください。	複数回答	必須	禁煙日記/チャット等での相談機能/動画学習コンテンツ/禁煙継続状況の見える化/禁煙できた本数の見える化/禁煙により節約できた金額の見える化/その他(※任意記載)
良くなかった点の整理	(あまり満足でない/全く満足でない)満足でないと感じる理由を教えてください	複数回答	必須	毎日のアプリ入力/面談/禁煙補助薬の効果/チャット相談/その他(※任意記載)
禁煙状況	現在、禁煙していますか	単一回答	必須	はい/いいえ
禁煙成功者の特徴把握	(禁煙成功者)今後の継続自信度について教えてください。	単一回答	必須	自信がある/やや自信がある/あまり自信がない/全く自信がない
	(禁煙成功者)現在の吸いたい気持ちの程度を教えてください。	単一回答	必須	(吸いたい気持ちが強い)4/3/2/1(全く吸いたいとは思わない)
	(禁煙成功者)禁煙中、工夫したことや、効果的だったと思うことがあれば、教えてください。	自由記載	任意	—
	(禁煙成功者)今回、禁煙できたのは、どのようなことが大きかったですか？具体的に教えてください。	自由記載	任意	—
禁煙失敗者の特徴把握	(禁煙失敗者)禁煙に再チャレンジしたいと思いますか	単一回答	必須	はい/いいえ/今はまだわからない
	(禁煙失敗者)禁煙に至ることができなかった理由で最も当てはまるものはどれですか	単一回答	必須	周囲の喫煙者を見て吸いたくなかった/喫煙者からの誘いを断れなかった/離脱症状が強かった/ストレスに耐えられなかった/たばこの代わりになるものがなかった/1本だけなら大丈夫かと思った/禁煙の決意が弱まった/その他(※任意記載)
	(禁煙失敗者)今回、どんなことがあれば禁煙できたと思いますか？本プログラムの改善点も含めて教えてください	自由記載	任意	—
支援の在り方	(共通)禁煙挑戦中、支えとなった人は誰ですか	複数回答	必須	配偶者/パートナー/子/その他の家族/同僚/友人/本プログラムの指導員/医療従事者/特にいなかった/その他(※任意記載)
	(共通)禁煙挑戦中、印象に残った支援者の声かけ等があれば教えてください	自由記載	任意	—
	(共通)今後の大阪市の禁煙支援や、たばこの啓発について、どのような事業やコンテンツ、支援があると良いと思いますか	複数回答	必須	アプリでの禁煙支援(今回参加された事業)/禁煙外来の補助/6か月以降のサポート/学習コンテンツ/禁煙日記/ピアサポート(同じように禁煙に挑戦したい人や挑戦後の人の集い)/その他(※任意記載)
	(共通)今後の大阪市の禁煙施策や、たばこの啓発について、具体的に「こういったものがあると良い」というものがあれば、自由に記入ください。	自由記載	任意	—
	(共通)その他、本プログラムの感想・ご意見・要望等あれば、自由に記入ください。	自由記載	任意	—

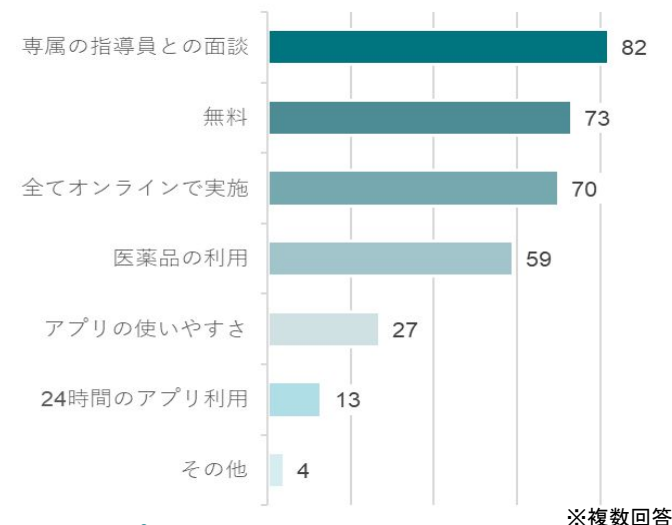
# プログラム終了時アンケート結果(回答者＝104名)①

回答者のうち、99%は本プログラムにやや満足・満足と回答

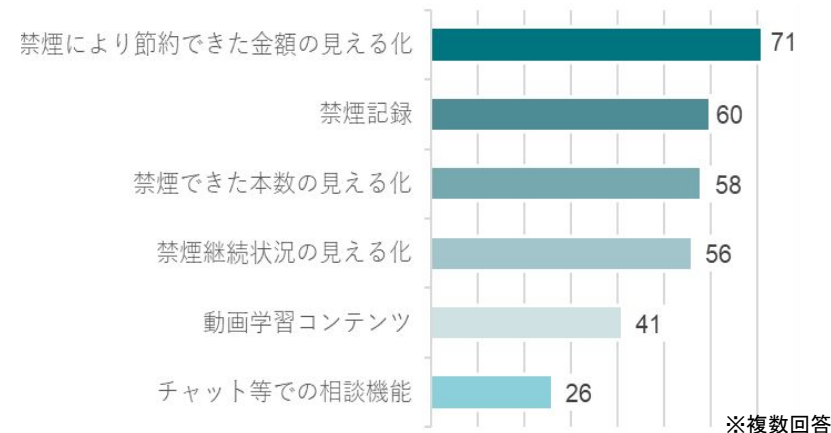
満足度の理由は、指導員の面談が最も多かった



## 満足度の理由



## アプリの良かった機能

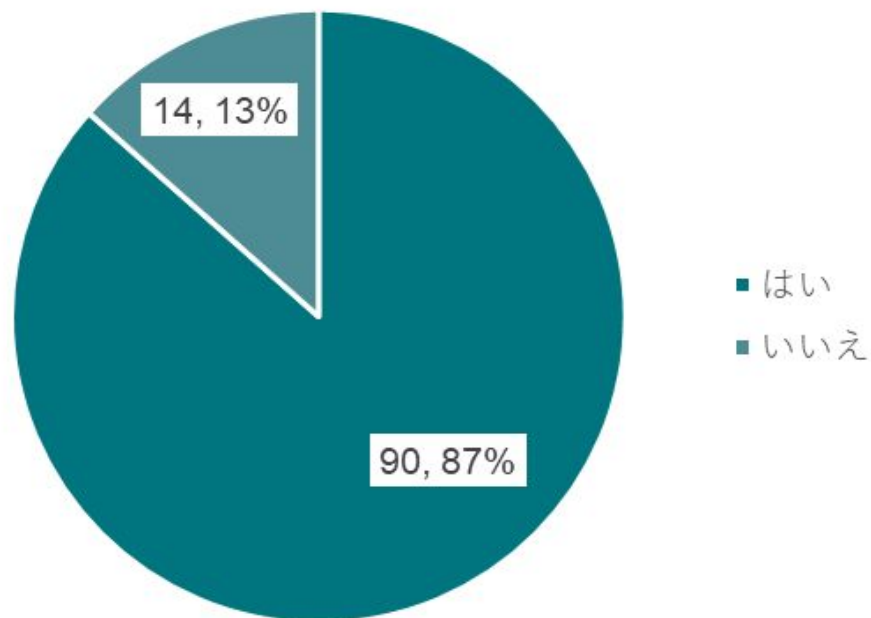




## プログラム終了時アンケート結果(回答者＝104名)②

プログラム終了6か月後の禁煙状況について、回答者のうち 87%は禁煙をしていると回答

現在、禁煙していますか？

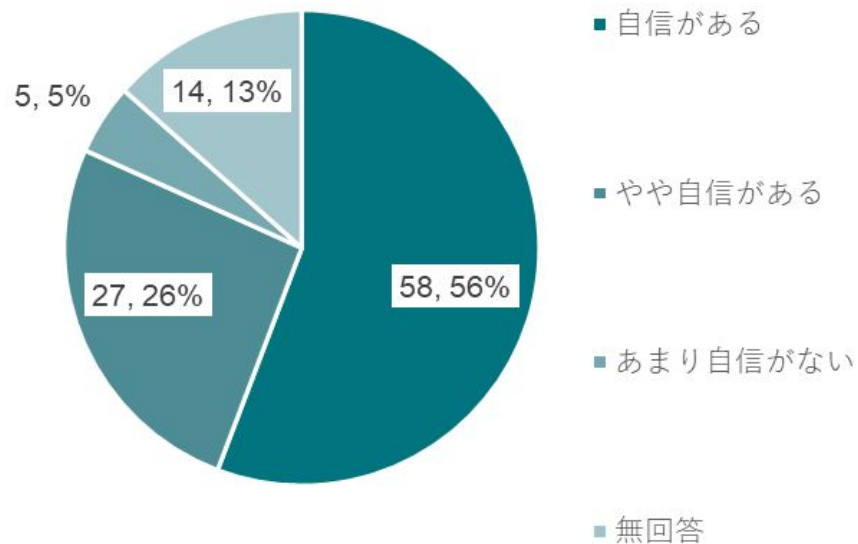


## プログラム終了時アンケート結果(回答者＝104名)③

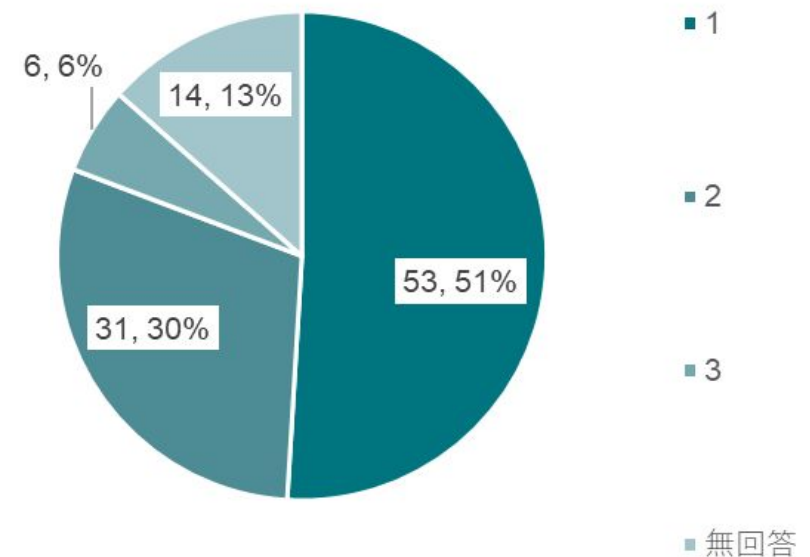
禁煙継続への自信について 82%の方がやや自信あり・自信があると回答

吸いたいと思うかについて、81%の方が吸いたいと思わない・全く吸いたいと思わないと回答

### 禁煙継続への自信



### 吸いたいと思うか



※(吸いたい気持ちが強い) 4 / 3 / 2 / 1 (全く吸いたいとは思わない)

# プログラム終了時アンケート結果(禁煙成功者)

禁煙中の工夫、成功の要因として、それぞれ以下の 5つに大きく分類された

禁煙中、工夫したことや、効果的だったと思うことがあれば、具体的に教えてください。

## 口寂しさ対策

口寂しさを紛らわすために、ガム・飴・タブレット・飲み物などを活用する。

## 環境・習慣を変える

喫煙のルーティンを変えたり、吸いやすい環境を避けることで禁煙を成功させる。

## 心理的な工夫

「なぜ禁煙するのか」を意識し、気持ちを強く持つことで継続する。

## 代替手段を利用する

禁煙補助具や代替品(電子タバコ、禁煙パイポ、炭酸水など)を活用する。

## 他者の目を利用する

周囲に禁煙を宣言したり、プレッシャーを利用して禁煙を継続する。

今回禁煙できたのは、どのようなことが大きかったですか？具体的に教えてください。

## サポート・プログラムの活用

アプリ、面談、禁煙パッチなどの支援ツールやプログラムの存在が禁煙の助けになった。

## 家族・周囲の影響

妻の妊娠や子供の誕生、家族全員での禁煙など、身近な人の存在が動機になった。

## 健康への意識

年齢的な健康リスクや体調の変化(咳、病気のリスク回避)を意識して禁煙を決意した。

## 心理的な要因・決意

「禁煙しなければいけない状況」「禁煙を続ける理由が明確」「気持ちを高めず気軽にやったこと」など、心理的な準備や決意が影響。

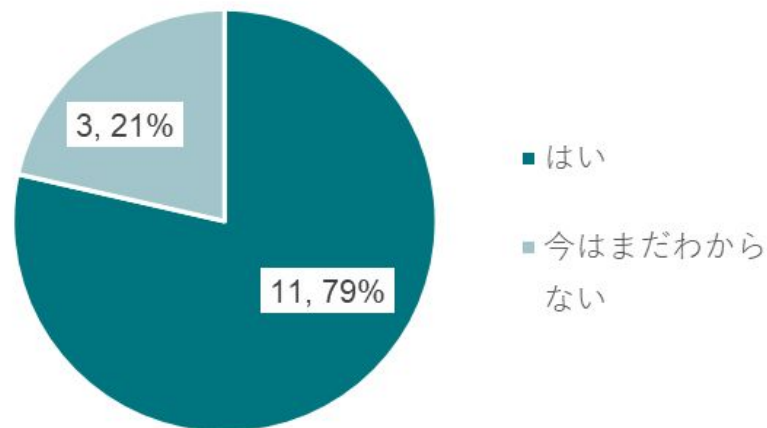
## 経済的な理由

タバコ代の節約、無料で禁煙薬をもらったこと、時間の無駄を感じたことが禁煙のきっかけになった。

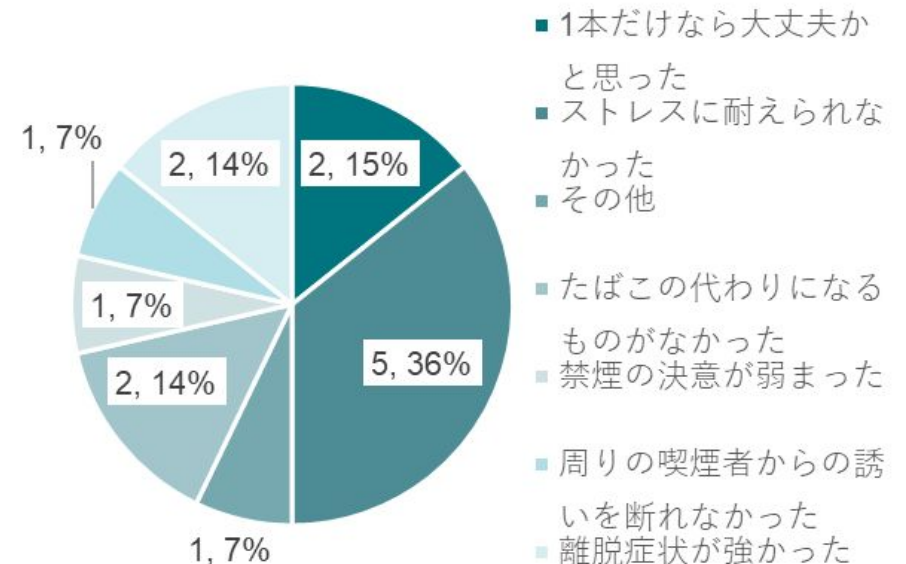
# プログラム終了時アンケート結果(禁煙失敗者)① n=14

アンケート回答者のうち、卒煙失敗した方は 14名で、そのうちで再チャレンジを希望する方は 11名(79%)だった  
禁煙できなかった理由では、ストレスに耐えられなかったが最も多かった

再チャレンジしたいと思うか



禁煙できなかった理由

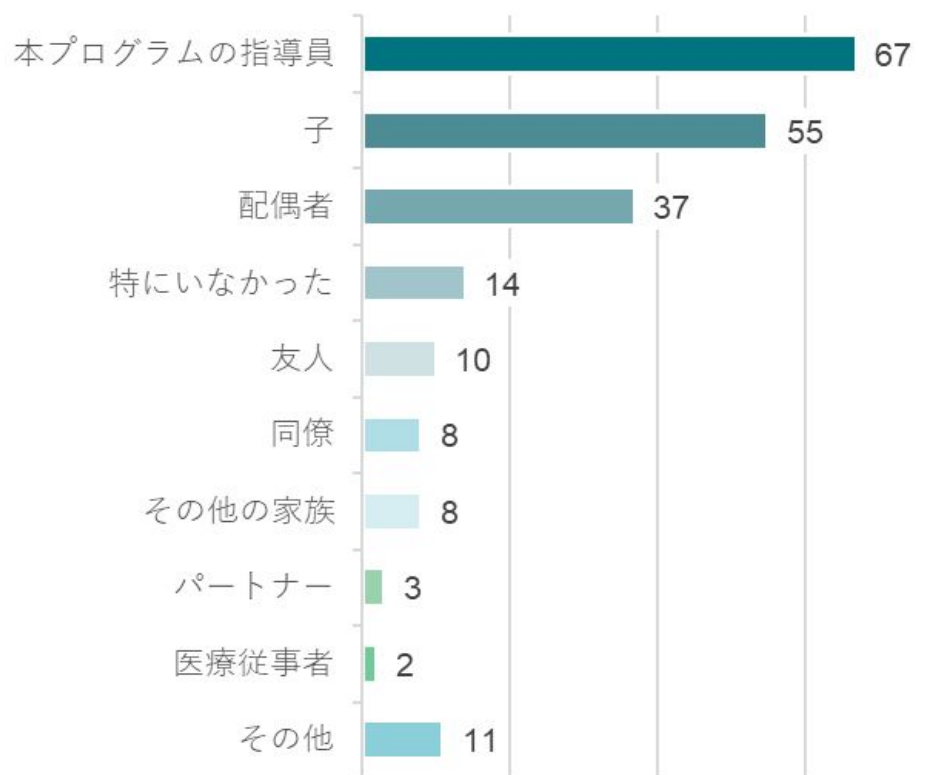


# プログラム終了時アンケート結果

プログラム中支えになった人として、指導員、子、配偶者が多く挙げられた

支援者のポジティブな声掛けが禁煙挑戦の支えとなっていることがうかがい知れる

## 禁煙挑戦中支えになった人



※複数回答

禁煙挑戦中、印象に残った支援者の  
声かけ等があれば教えてください。

励まし・肯定

頑張っていることを認め、前向きな声かけをしてくれた。

共感・寄り添い

禁煙の辛さに理解を示し、一緒に喜んでくれた。

ポジティブな  
視点の提供

ネガティブな気持ちを排除し、前向きな考え方に導いてくれた。

失敗を恐れない  
姿勢

失敗してもまた挑戦すればいいと気楽に考えさせてくれた。

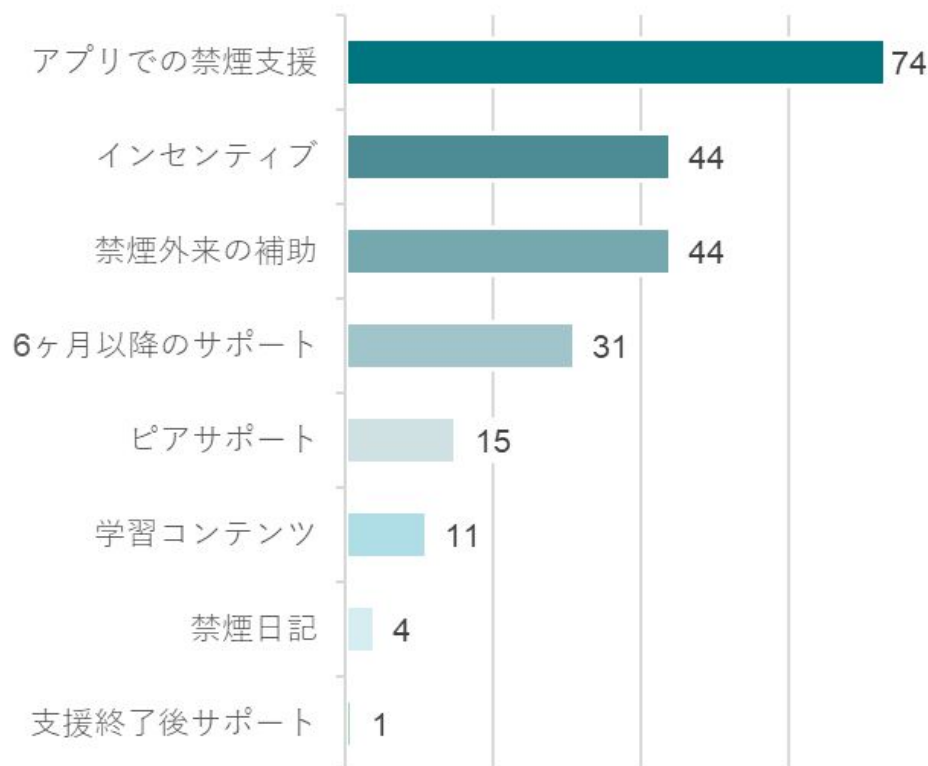
具体的な  
アドバイス

一本だけ吸うことの危険性や、禁煙が進んでいることを具体的に教えてくれた。

# プログラム終了時アンケート結果

大阪市であると良い支援としては、アプリでの禁煙支援が最も多かった

## 今後大阪市であると良い支援



※複数回答