



01 이달의 정책

국가금연지원서비스 10년사

INFOGRAPHIC No.24

국가금연지원서비스 10년사

건강으로 가는 지름길
국가금연정책서비스가 걸어온 10년

흡연자 금연지원서비스의 종류
(*표시된 서비스는 2015년에 강화 또는 새롭게 지원되는 서비스)

1차 금연정책 (자발적 금연)



보건소 금연클리닉



금연상담전화



금연길라잡이



대상별 금연지원*
(여성, 대학생, 군인, 저소득층, 학교 밖 청소년 등)

2차 금연정책 (금연지원)



전문 금연캠프*



병·의원 금연치료 지원*

보건소 금연클리닉

전국 256개 보건소를 통하여 지역사회 흡연자 대상 금연상담서비스(금연클리닉 및 금연보조제 지급 등) 및 기업, 학교 등 지역차원의 연계하여 다양한 금연사업을 추진함으로써 흡연을 감소 및 주민 건강증진 도모

경과

- 2004년 : 10개 보건소 대상 시범사업 실시
- 2009년 : 전국 보건소에서 무료 금연상담 및 치료서비스 제공 시작
- 2014년 : 현재 256개 보건소에서 연간 30만 명 이상 상담서비스 제공

금연상담전화 (1544-9030)

전화 상담을 통해 금연 및 흡연예방에 대한 정보와 무료상담 서비스를 제공

경과

- 2005년 : 시범사업 실시 일부지역
- 2006년 : 전국민위의 금연상담전화 상담 서비스 실시

온라인 금연지원서비스 금연길라잡이
www.nosmokegukde.or.kr

온라인 상에서 금연, 흡연예방, 담배의 폐해 등에 관한 올바른 정보와 온라인 금연상담서비스 제공

경과

- 2001년 : 금연길라잡이 시스템 구축 및 운영
- 2002년 : 성인 금연프로그램 구축 및 운영
- 2003년 : 청소년 금연프로그램 구축 및 운영
- 2007년 : 여성 금연프로그램 구축 및 운영
- 2008년 : 모바일 금연프로그램(3G) 구축 및 운영
- 2011년 : 금연서포터즈를 통한 금연을 위한 시의도 개편
- 2012년 : 100여개 10구축 및 대상자별 서비스 제공

10 years

흡연자 금연지원 서비스별 연혁 및 경과

대상별 맞춤형 금연지원 서비스

2015년 신규 확대

보건소, 금연상담전화 등 기존의 국가금연지원서비스에의 접근이 어렵거나 기존의 서비스 사각지대 학교 밖 청소년, 대학생, 군인, 여성을 위한 금연상담서비스를 제공하여 흡연을 감소에 기여

대상자의 특성을 고려한 맞춤형 서비스를 제공을 통한 금연 도모 및 흡연을 감소 촉진

생애 주기별 금연지원서비스

흡연 예방	
영유아	초·중고 학생
초·고교육	흡연예방 교육

↓

금연지원			
지역사회 (사법당, 아파트, 마을 등)			
학교 밖 청소년	대학생	군인	여성
성년 및 금연지원서비스	상담	금연지원서비스	장기금연캠프, 단기금연캠프

↓

금연치료	
전문 치료소가 필요한 흡연자	의료기관 금연치료

상담전화

온라인

대상별 맞춤형

금연캠프

병·의원

병원 금연치료 지원

2015년 신규 확대

금연치료를 희망하는 흡연자에 대하여 병·의원에서 제공하는 금연치료비 일부를 지원하여 금연 유도 (15.2.25~)

중증흡연자 대상 전문 금연캠프

2015년 신규 확대

중증 흡연자의 경우 본인 의지만으로 금연이 어려워 전문의 금연치료가 필요하며, 이를 국가수준에서 지원하기 위하여 금연지도자들에게 체계적 금연관리를 지원할 수 있도록 입소형 전문 금연캠프 운영

1. 서론

흡연자들이 담배를 끊지 못하는 것을 흔히 의지의 문제로 몰아붙이곤 한다. 하지만 담배는 중독성이 매우 높기 때문에 개인의 노력만으로는 금연에 성공하기가 무척 어려운 것이 현실이다.

때문에 FCTC 협약은 제14조와 그 가이드라인을 통해 각 당사국들이 흡연자를 위한 국가차원의 금연지원 및 담배의존치료를 시행하도록 권하고 있다. 즉, 금연은 단순히 흡연자 개개인이 떠안아야 할 문제라기보다, 이것은 중독에 의한 문제이며 공중보건의 차원에서 해결해야 하는 문제로 보는 것이다.

일반적 차원의 금연지원이 이루어지고 난 이후에는 보다 전문적인 차원의 집중적인 금연치료를 제공해야 하는데 여기에는 흡연자의 행동지지나 약물치료 등이 포함된다.

*국가금연지원서비스 제공

- 1차 보건의료체계에서 의사 및 보건의료전문가가 간략한 금연권고 제공
- 금연상담전화를 통한 조언 및 상담 제공
- 보다 전문적인 금연 치료 제공: 니코틴 대체요법(NRT), 처방전 필요약물(예. 부프로피온, 바레니클린 등)을 통한 치료

2. 세계의 금연지원서비스

영국에서는 국가보건의료제도(National Health Service, NHS)를 통해 금연지원서비스를 운영한다. 전문가 상담을 통하여 금연을 위한 조언과 정보를 제공할 뿐만 아니라 일산화탄소 측정을 통해 흡연자 각자에게 적합한 니코틴 대체제나 바레니클린, 혹은 부프로피온 등을 처방하게 된다. 금연 시작 후 첫 4주 동안 매주 대면상담 혹은 전화상담을 진행하며, 이후 8주 동안은 흡연욕구를 억제하고, 재흡연을 예방할 수 있도록 총 12주의 프로그램이 시행되며, 흡연자들은 일대일 상담 혹은 집단 상담을 받을 수 있다. 이와 더불어 금연상담전화, 온라인을 통한 금연상담 채팅, 페이스북 등을 운영해 흡연자와의 소통을 활발히 하는데 힘쓰고 있으며, 금연에 도움이 되는 각종 정보와 물품을 담은 금연키트(quit kit)도 제공하고 있다.

뉴질랜드의 경우, 보건의료전문가를 위한 금연 가이드라인을 수립했다. 이 가이드라인은 보건의료전문가들이 'ABC' 단계를 거쳐 금연을 지원하도록 하는데, 흡연 여부에 대해서 묻고(Ask), 금연을 간단히 권고하고(Brief advice), 금연지원 서비스를 이용하도록(Cessation support) 하는 순서로 진행된다. 이러한 조치 덕분에 입원을 하거나, 진료를 받는 흡연 환자의 90% 이상이 간단한 금연 권고 및 금연지원을 받을 수 있었고, 모든 의사들이 니코틴 대체제품의 처방이 가능하게 되어 치료약물에 대한 접근성 또한 높은 것으로 나타났다.

한편 **이란**에서는 담배법 제9조(The Tobacco Act)를 통해 보건 및 의료교육부에서 흡연자를 위한 예방, 치료, 재활 조치 및 금연상담서비스를 일차의료서비스에 포함하고, 금연 및 치료를 위해 활동하는 NGO들을 지원하고 있다. 현재 150개의 금연클리닉이 일차의료서비스 내에 설치되어 금연서비스와 치료를 무상으로 제공하며, 공공 및 민간기관 내에도 근로자를 위한 무료 금연클리닉이 운영되고 있다.

파나마 또한 36개의 금연클리닉이 설립되어 무료로 금연지원서비스를 제공하고 있는데, 평균 10명으로 구성된 집단 치료를 실시하고 있다. 해당 클리닉은 담배소비세에 부과되는 세수를 통해 운영되고 있으며, 금연치료 약물에도 이를 투자하고 있다.

3. 우리나라의 금연지원서비스

배경 및 목적

우리나라는 1995년에 국민건강증진법이 제정되면서 금연구역 지정 등 본격적인 금연정책이 시작되었고, 2005년부터 금연교육 및 홍보 중심의 정책이 금연지원 사업으로까지 확대되었다. 국민건강증진법 제4조에 근거하여 매 5년마다 수립하는 국민건강증진종합계획은 국민의 건강을 증진시키고자 하는 국가 시책으로 2002년 제1차 계획(2002~2005), 2005년 제2차 계획(2006~2010)에 이어 2010년 제3차 계획(2011~2020)을 수립하여 현재 추진하고 있다. 제3차 국민건강증진종합계획에 따른 국가 흡연예방 및 금연정책의 목적은 흡연을 예방하고 흡연자가 금연을 할 수 있도록 도와주며, 비흡연자의 보호를 위한 환경을 조성하는 것이다. 2020년까지 성인남성흡연율을 29%로 낮추는 것을 목표로 하고 있다.

10년 간의 국가금연지원서비스 주요성과

우리나라 국가금연서비스가 본격화된 것은 전국 보건소에서 금연클리닉이 운영되면서라고 볼 수 있는데, 보건소 금연클리닉은 2004년 10월에 시범사업을 실시한 후 2005년 3월부터 전국 모든 보건소로 확대·설치되어 꾸준히 운영되어 오고 있다. 현재 전국 255개 보건소에서 운영되고 있는 금연클리닉은 각 보건소의 금연상담사가 흡연자의 특성을 고려하여 금연실천을 돕기 위해 6개월간 9회에 걸친 금연상담서비스(행동요법)를 제공하고, 필요한 경우 니코틴 패치나 껌과 같은 니코틴보조제를 제공하거나 약물처방 등을 통하여 흡연자의 금연을 지원한다. 또한 지속적인 금연 성공을 도모하기 위하여 6개월 성공 후에도 추가 6개월간 추후관리를 실시하고 있다. 보건소 금연클리닉에서는 매년 보건소를 찾아오는 흡연자 약 30만 명 이상을 대상으로 금연지원서비스를 제공하고 있으며, 2014년 기준 금연클리닉 등록자 수는 약 440만 명에 달한다.

보건소를 방문하는 것이 힘들거나 흡연여부를 밝히기를 꺼려하는 대상자들에게도 금연서비스를 지원하기 위한 금연상담전화도 있는데, 2005년에 일부지역에 국한하여 시범사업을 실시한 후 2006년부터 전국단위의 서비스를 실시하였다. 주요 목적은 전화를 통해 금연 및 흡연예방에 대한 정보와 무료상담서비스를 제공하여 궁극적으로 흡연율 감소와 흡연으로 인한 질병 및 사망률을 감소시켜 국민건강증진에 기여하는 것이다. 특히 직장인, 여성, 청소년과 같이 보건소 금연클리닉 이용에 어려움을 느끼는 대상들의 금연지원서비스 접근성을 높이기 위해 주중 오전 9시~오후 8시까지 전화금연상담 서비스를 제공하고 있으며, 연중무휴 24시간을 운영하는 자동응답서비스까지 제공된다. 전화로 제공되는 무료금연상담서비스는 1년에 약 14회까지 제공이 가능하며, 연간 상담건수는 약 84,618건 정도로 알려져 있다.

이에 더하여, 온라인을 통해 국민들에게 금연, 흡연예방, 담배의 폐해 등에 관한 다양한 정보를 제공하고 있는 온라인 대국민 금연포털인 금연길라잡이(www.nosmokeguide.or.kr) 또한 흡연자의 금연의지와 실천을 지원하는 서비스 중 하나이다. 금연길라잡이 서비스는 2001년 시스템 구축 및 운영을 시작으로 2002년에는 성인 금연프로그램 구축 및 운영, 2003년에는 청소년을 위한 금연프로그램을 구축 및 운영하였다. 이후 2007년에는 여성을 위한 금연프로그램, 2008년에는 모바일에서 이용이 가능한 금연프로그램을 구축·운영하였다.

대상별 특성을 고려하는 금연지원서비스 가운데 우리나라에서 특별하게 운영되고 있는 것으로는

군인과 의경을 위한 금연지원사업이다. 군·의경 금연사업은 사회에 격리되어 활동하는 군대의 특수성을 감안하여, 부대 내 금연교육 및 금연지원 환경을 구축하여 군·의경 개개인의 자발적 금연실천을 유도하고 금연을 지지하고 있다. 이 사업은 2009년 군대 면세담배 폐지와 함께 시작되었으며, 2014년에는 전체 군·의경의 약 10%에 해당하는 5만 8천여 명을 대상으로 금연지원서비스를 제공한 바 있다. 세부 사업내용으로는 군·의경 장병의 금연교육, 군 부대 내 금연지도자 교육을 통한 자체금연클리닉 운영과 인력양성 등이 있으며, 금연클리닉을 통하여 전문 금연상담사가 제공하는 무료상담과 함께 필요한 경우 금연보조제를 지원하고 있다.

4. 2015년부터 강화되는 금연지원서비스

기존 금연지원서비스의 확대·강화

먼저, 보건소 금연클리닉의 경우 니코틴보조제를 연간 6주 분량 지급하던 것을 12주분 이내 처방이 되도록 개편하였는데, 이 때 1회에 2주분을 초과하여 제공할 수 없도록 하는 지침을 함께 내려 무분별한 보조제 사용이 이루어지는 것을 미연에 방지하고 있다. 금연상담전화 역시 상담인력을 확대하여 상담의 효율성 증대를 꾀하고 있으며, 군·의경 금연지원 프로그램의 경우 2015년부터는 모든 흡연장병(35만 8천명)으로 지원 대상을 확대하여 더 많은 군인, 의경들이 담배연기로부터 보호받고 금연으로 건강증진을 추구할 수 있도록 기여할 예정이다.

새롭게 시작하는 맞춤형 금연지원서비스

새롭게 시작하는 금연지원서비스의 큰 목적은 두 가지이다. 첫째, 기존 금연지원서비스의 사각지대를 최소화하는 것과 둘째, 흡연자의 금연을 보다 전문적이고 적극적으로 국가에서 지원하는 것이다. 이러한 취지에서 탄생하는 금연지원서비스 중 하나가 바로 '찾아가는 금연버스'이다. 찾아가는 금연버스 사업은 보건소 금연클리닉이나 금연상담전화 등 국가제공서비스에 접근이 어렵거나 금연지원서비스 사각지대의 대상자로 파악되고 있는 학교 밖 청소년, 대학생, 여성을 대상으로 운영될 예정이다.

이름 그대로 서비스 대상자가 생활하는 공간으로 직접 찾아가, 금연상담이 가능하도록 마련되어 있는 버스에서 금연의 필요성을 알려주고 금연 실천을 독려하고자 한다.

또한, 흡연 5년차 이상의 장기흡연자와 같이 본인의 의지만으로는 금연에 큰 어려움을 호소하는 중증·고도 흡연자들의 금연을 보다 전문적으로 지원할 수 있도록 **17개 시도 지역금연지원센터를 중심으로 전문 금연캠프**를 운영한다. 금연캠프에는 금연서약서 쓰기 등 금연의지 제고 프로그램과 체계적이고 전문적인 상담, 금연치료 연계, 캠프 종료 후 사후관리 등이 포함되며, 의료기관 금연치료와 연계하여 전문적이고 집중적인 금연치료를 제공하기 위한 기반을 구축하여 운영된다.

금연치료 건강보험 지원사업

국민건강보험공단에서는 2015년 2월 25일부터 금연치료를 희망하는 흡연자를 대상으로 금연치료 건강보험 지원사업을 시행하고 있는데, 12주 기간 동안 의사의 전문적인 진료 및 상담(6회 이내) 비용의 70%를 지원하고 금연치료 의약품 및 금연보조제(니코틴 패치·껌·사탕) 구입비용의 30~70%를 지원한다. 또한 12주 동안 금연치료를 받고 금연에 성공하는 경우 본인부담 비용의 일부 지원 등 인센티브를 지급한다.

5. 흡연자와 비흡연자 모두가 건강한 사회를 조성하기 위하여

국가의 금연정책을 놓고 벌이는 논쟁 가운데 반드시 등장하는 이야기가 바로 “흡연자를 죄인 취급한다”, “흡연자의 권리는 보장받지 못한다”와 같이 금연정책이 흡연자와 비흡연자를 이분법적으로 이해하는 논리이다. 그러나, 이것은 명백하게 잘못된 해석이다. FCTC에서 국가 담배규제정책이 가져야 할 가장 중요한 요소로 지적하는 것이 “포괄적 접근”이며 이는 국가의 금연정책이 흡연자와 비흡연자를 나누는 것이 아니라 모두가 인간 본연의 권리 중 하나인 건강할 권리를 누릴 수 있도록 하는 것이다. 즉, 금연구역을 통하여 간접흡연으로부터 비흡연자를 보호하는 한편, 국가가 금연지원서비스를 제공하여 흡연자를 흡연의 폐해와 담배중독으로부터 보호하면서 교육 및 의사소통을 통한 담배 없는 사회를 조성하는 것이다. 진정한 담배 없는 환경을 만들기 위해서는 흡연율의 등락에 관계없이 국가가 흡연자를 위한 금연지원사업을 확대·강화하기 위한 노력은 계속되어야 한다.

※ 출처 : 월간금연이슈리포트_vol.24_May_2015

링크 : http://www.khealth.or.kr/PublishBoard.do?bid=64&mid=1&cmd=_view&dept=&bns=7&idx=8572

02 이달의 연구

청소년의 우울 및 충동성이 흡연에 미치는 영향

본 원고는 다음 논문을 리뷰하였습니다.

['청소년의 우울 및 충동성이 흡연에 미치는 영향 [2014]' / 이혜순 / 스트레스학회 22권 2호

1. 서론

- 청소년 흡연은 성인에 비해 상대적으로 짧은 흡연기간과 적은 흡연양일지라도 세포 및 조직에 치명적 피해와 유전자 손상 및 자유 라디칼 생성을 촉진시켜 신체적인 질환을 유발하며, 성인이 되어 흡연을 시작하는 것보다 정신적 의존도가 높아져 니코틴 의존으로 이어지게 된다(Je MS *et al.*, 2008).
- 청소년 흡연 동기의 31%는 우울한 감정을 해소하기 위한 것으로(Hahm JS, 2005), 공격성이나 비행 같은 문제행동을 동반한 우울의 경우 흡연 위험성을 2배 이상 증가시킨다(Whalen *et al.*, 2001).
- 청소년의 흡연을 예방하고, 감소시키기 위한 방안으로 흡연 시작의 위험 요소로 주목받고 있는 청소년 우울에 대한 적극적인 관심이 필요하다.
- 청소년 흡연은 충동성과 관련이 있고(Lane *et al.*, 2003), 충동성은 흡연의 중요 변인으로 흡연을 시작하게만 하는 것이 아니라 흡연 의존에 영향을 미칠 수 있다(SuhKH *et al.*, 2013). 또한 충동성이 높을수록 흡연량이 증가하고(Jeon YC, 2010), 니코틴 중독군이 비중독군에 비해 충동성이 높은 것으로 나타나(Kang YG *et al.*, 2002), 충동성이 흡연과 관련된 중요 변수라고 할 수 있다.
- 본 연구에서는 흡연군과 비흡연군의 정서적 특성인 우울 및 성격특성인 충동성을 파악하고, 흡연에 영향을 미치는 위험요인을 파악하였다. 특히 충동성의 어떤 하부요인이 흡연에 더 중요한 요인인지 파악함으로써 청소년의 흡연 예방을 위한 중재프로그램의 기초 자료를 제공하고자 한다.

2. 재료 및 방법

1) 연구설계

본 연구는 흡연군과 비흡연군 청소년의 우울 및 충동성을 파악하고, 흡연에 영향을 미치는 위험요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2) 연구대상 및 자료수집 방법

본 연구 대상은 중학생과 고등학생이며, 자료 수집은 2012년 7월 2일부터 13일까지이며, 일 지역에 소재한 중학교와 고등학교 중 연구 참여를 허락한 학교를 방문하여, 담임교사에게 연구의 목적을 설명하고 동의를 구하였다. 연구 참여에 동의한 각 학급 담당교사의 협조 하에 수업 종료 15분 전에 학생들에게 본 연구의 목적과 취지, 자료의 비밀보장과 익명성, 연구 참여에의 철회 가능성 등을 설명하고 연구 참여 및 설문지 작성에 대한 동의를 구하였다. 연구 참여 동의서를 작성한 학생에 한하여 자가보고식 설문지를 작성하게 하였으며, 설문지 작성 중 중도포기를 희망하는 학생들은 설문지를 제출하지 않도록 하였다. 설문지 작성에 소요된 시간은 약 10분 정도였다.

표본수는 Cohen(1988)이 제시한 표본 크기 결정 방법에 근거하여 유의수준(α)은 .05, 회귀분석의 small effect size.02, 검정력($1-\beta$)은 .80으로 산정한 결과 416명 이상의 대상자가 요구되었으며, 무응답 또는 불완전 응답으로 제외될 수 있는 설문지를 고려하여 총 485부를 배포하였다. 이중 464부가 회수되었으며(회수율 95.6%),

불완전하게 응답한 설문지 12부를 제외한 총 452부(응답률 93.2%)를 최종분석에 사용하였다. 최종 대상자는 중학생 249명(55.1%), 고등학생 203명(44.9%)이었다.

3) 연구도구

(1) 흡연군과 비흡연군 분류

본 연구에서 흡연군과 비흡연군 분류는 흡연 정의(KASH, 2007)에 근거하여 “매일 습관적으로 1 개비 이상 흡연하거나, 매일 흡연을 하지 않지만 매 주말 짧은 시간에 규칙적으로 흡연을 하십니까?”로 조사하였다. 본 연구에서 흡연군 19.2% (87 명), 비흡연군 80.8% (365 명)로 나타났다.

(2) 우울

본 연구에서는 Radloff (1977)가 개발한 Center for Epidemiological Studies-Depression (CES-D)을 Chon KK *et al.*(1992)이 한국인을 대상으로 수정한 자가 보고형 우울도구(CESD)를 사용하여 측정하였다. 본 도구는 총 20 문항이며, 각 문항은 4 점 척도로 최저 0 점에서 최고 3 점으로 점수화하였다. 점수가 높을수록 우울 정도가 높은 것을 의미한다. Boyed *et al.*(1982)의 기준에 따라 16 점 이상을 우울군, 16 점 미만을 정상군으로 분류하였다. Chon KK *et al.*(1992) 연구에서 신뢰도 Cronbach's α =.85 이었으며, 본 연구의 신뢰도 Cronbach's α =.87 이었다.

(3) 충동성

본 연구에서는 Barratt *et al.*(1969)이 개발한 Barratt impulsiveness scale II 를 Lee HS(1992)가 수정한 도구를 사용하여 측정하였다. 본 도구는 3 영역, 총 23 개 문항으로 인지충동성(Cognitive impulsiveness: 어떤 일에도 쉽게 몰두 할 수 없으며, 신중하게 생각하지 않고 행동하는 특성) 6 문항, 운동충동성(Motor impulsiveness: 자제력이 약하며 생각 없이 말하고 하고 싶은 대로 행동하는 행동제지 능력의 저하) 8 문항, 무계획충동성(Non-planning impulsiveness: 일을 시작하기 전 계획을 세우지 않고, 한 가지 일이 끝나기 전에 또 다른 일을 계획 없이 시작하는 특성) 9 문항의 하부영역으로 구성되었다. 각 문항은 4 점 척도로 최저 1 점에서 최고 4 점으로 점수화하였으며, 점수가 높을수록 충동성이 높은 것을 의미한다. Lee HS(1992) 연구에서 신뢰도 Cronbach's α =.70 이었으며, 본 연구의 신뢰도 Cronbach's α =.76 이었다.

4) 자료분석 방법

수집된 자료는 SPSS WIN 20.0을 이용하여 분석하였다.

- 대상자의 일반적 특성은 M (SD), n (%)로 분석하였다.
- 흡연군과 비흡연군의 일반적 특성의 차이는 χ^2 -test로 분석하였다.
- 흡연군과 비흡연군의 우울 및 충동성의 차이는 t-test와 χ^2 -test로 분석하였다.
- 흡연에 영향을 미치는 위험요인을 파악하기 위해 Logistic regression analysis를 실시하였다

3. 결과

1) 흡연군과 비흡연군의 일반적 특성 비교

대상자 평균 연령은 14.98세이며, 중학생 흡연율은 16.5%, 고등학생 흡연율은 22.7%로 나타났다. 남학생 흡연율은 22.4%, 여학생 흡연율은 15.5%로 나타났다. 성별에서, 흡연군은 남학생이 63.2%, 반면 비흡연군은 남학생이 52.3%로 나타나, 흡연여부에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다($\chi^2=5.35, p=.043$).

학업성취수준에서, 흡연군은 중간수준이 47.1%, 반면 비흡연군에서는 중간수준이 59.2%로 나타나 흡연여부에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다($\chi^2=15.21, p < .001$). 학교생활 만족도에서, 흡연군은 보통이 48.3% 가장 많았고, 반면 비흡연군은 만족이 56.7% 가장 많은 것으로 나타나, 흡연여부에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다($\chi^2=11.28, p=.002$).

가족 구성형태에서, 흡연군은 부모 78.2%, 반면 비흡연군은 부모 86.0%로 나타나, 흡연여부에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다($\chi^2 = 11.99, p = .002$). 부모관계 만족도에서, 흡연군은 만족이 60.9%, 반면 비흡연군에서는 만족이 70.7%로 나타나 흡연여부에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다($\chi^2 = 7.76, p = .021$)(Table 1).

2) 흡연군과 비흡연군의 우울, 충동성

대상자 우울은 흡연군이 비흡연군 보다 높은 것으로 나타났으며($t = 8.73, p = .012$), Boyed *et al.*(1982)의 우울기준에 따라 집단을 나누었을 때 우울군에 흡연군(88.5%)이 비흡연군(32.6%)보다 많은 것으로 나타났다($\chi^2 = 89.39, p < .001$).

대상자 충동성은 흡연군이 비흡연군 보다 높은 것으로 나타났다($t = 5.18, p < .001$)(Table 2).

3) 흡연에 영향을 미치는 위험요인

대상자 흡연에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 우울과 충동성의 하부 영역인 인지충동성, 운동충동성, 무계획충동성, 일반적 특성 중 흡연군과 비흡연군 간에 유의한 차이를 보인 변수를 독립변수로 하여 로지스틱 회귀분석으로 검증하였다.

Table 1. Compared to general characteristics of the smoking and non-smoking group (N=452).

Variables	Categories	M±SD n (%)	Smoking G. (n=87, 19.2%)		Non smoking G. (n=365, 80.8%)		χ^2 (p)
			n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	
Age		14.98±1.73					
Grade	Middle school	Smoking G	41 (16.5)	249 (55.1)	41 (47.1)	208 (57.0)	2.76 (.097)
		Non smoking G	208 (83.5)				
	High school	Smoking G.	46 (22.7)	203 (44.9)	46 (52.9)	157 (43.0)	
		Non smoking G	157 (77.3)				
Sex	Male	Smoking G.	55 (22.4)	246 (54.4)	55 (63.2)	191 (52.3)	5.35 (.043)
		Non smoking G	191 (77.6)				
	Female	Smoking G.	32 (15.5)	206 (45.6)	32 (36.8)	174 (47.7)	
		Non smoking G	174 (84.5)				
Religion	Christian			60 (13.3)	12 (13.8)	48 (13.2)	2.00 (.571)
	Catholic			28 (6.2)	4 (4.6)	24 (6.6)	
	Buddhism			126 (27.9)	29 (33.3)	97 (26.6)	
	None			238 (52.7)	42 (48.3)	196 (53.7)	
School achievement levels	High			76 (16.8)	9 (10.3)	67 (18.4)	15.21 ($< .001$)
	Medium			257 (56.9)	41 (47.1)	216 (59.2)	
	Low			119 (26.3)	37 (42.5)	82 (22.5)	
School of life satisfaction	Satisfactory			241 (53.3)	34 (39.1)	207 (56.7)	11.28 (.004)
	Average			180 (39.8)	42 (48.3)	138 (37.8)	
	Unsatisfactory			31 (6.9)	11 (12.6)	20 (5.5)	
Family living together	Parents			382 (84.5)	68 (78.2)	314 (86.0)	11.99 (.007)
	Father			22 (4.9)	6 (6.9)	16 (4.4)	
	Mother			29 (6.4)	5 (5.7)	24 (6.6)	
	Etc. (alone, relatives)			19 (4.2)	8 (9.2)	11 (3.0)	
Parental relationship satisfaction	Satisfactory			311 (68.8)	53 (60.9)	258 (70.7)	7.76 (.021)
	Average			131 (29.0)	29 (33.3)	102 (27.9)	
	Unsatisfactory			10 (2.2)	5 (5.7)	5 (1.4)	

Table 2. Level of depression and impulsive behavior of the subject (N=452).

Variables	n (%)	Smoking G.	Non smoking G.	t or χ^2 (p)	Obtained range
		(n=87, 19.2%)	(n=365, 80.8%)		
		Mean±SD n (%)	Mean±SD n (%)		
Depression		23.1±7.27	14.4±8.57	8.73 (<.001)	3~49
Normal G.	256 (56.6)	10 (11.5)	246 (67.4)	89.39 (<.001)	
Depression G.	196 (43.4)	77 (88.5)	119 (32.6)		
Impulsive behavior		2.43±0.29	2.24±0.30	5.18 (<.001)	1.13~3.30
Cognitive impulsiveness		2.68±0.45	2.54±0.50	2.26 (.024)	1.00~3.67
Motor impulsiveness		2.39±0.37	2.22±0.34	4.04 (<.001)	1.00~3.38
Non-planning impulsiveness		2.29±0.37	2.06±0.36	5.28 (<.001)	1.00~3.33

본 연구에서 로지스틱 회귀 모형의 -2LL (-2 log likelihood) 값은 296.130, Nagelkerke's R2은 .277, 카이제곱(Chi-square)은 146.646 ($p < .001$), 예측정확도는 85.4%로 나타났으며, 대상자의 흡연에 영향을 미치는 위험요인은 우울, 운동충동성, 학업성취 수준으로 나타났다.

Table 3. Predictors smoking using logistic regression (N=452).

	β	S.E.	Wald	p	Odds ratio	95% CI ^a	
						Lower	Upper
Intercept	-3.266	1.039	9.890	.002			
Depression	.107	.015	53.060	<.001	1.113	1.081	1.145
Impulsive behavior (motor impulsiveness)	.118	.049	5.793	.016	1.125	1.022	1.238
School achievement levels ^b							
High					1		
Medium	-.315	.328	1.015	.073	.895	.461	1.384
Low	1.087	.312	12.215	.038	2.662	1.632	5.785
Sex							
Male					1		
Female	-.423	.287	2.180	.140	.655	.373	1.149
School of life satisfaction							
Satisfactory					1		
Average	-.031	.547	.003	.955	.970	.332	2.831
Unsatisfactory	.307	.509	.362	.547	1.359	.501	3.685
Family living together							
Parents					1		
Father	.764	.541	1.990	.158	2.146	.743	6.200
Mother	.530	.741	.512	.474	1.699	.398	7.256
Etc. (alone, relatives)	.997	.452	2.940	.087	2.802	.833	9.755
Parental relationship satisfaction							
Satisfactory					1		
Average	.221	.784	.080	.778	1.248	.269	5.799
Unsatisfactory	.661	.787	.707	.401	1.937	.415	9.050

^aCI: confidence interval, ^bSchool achievement levels: high (1) versus middle or low (0).

구체적으로 우울점수가 증가하면 흡연위험이 1.113배(95%CI=1.081~1.145) 높은 것으로 나타났으며, 운동충동성이 증가하면 흡연위험이 1.125배(95% CI=1.022~1.238) 높은것으로 나타났다. 또한 성적 하위군은 상위군보다 흡연위험이 2.662배(95% CI=1.632~5.785) 높은 것으로 나타났다(Table 3).

4. 고찰

본 연구에서는 “매일 습관적으로 1개비 이상 흡연하거나, 매일 흡연을 하지 않지만 매 주말 짧은 시간에 규칙적으로 흡연을 하고 있다”고 응답한 중학생 흡연율은 16.5%, 고등학생 흡연율은 22.7%로 나타났다. 이와 같은 결과는 동일도구로 흡연율을 측정한 제7차(2011년) 청소년건강행태 인터넷조사(KCDCP, 2012)에서 중학생 흡연율 8.1%, 고등학생 흡연율 12.2%로, 본 연구의 중학생 및 고등학생 흡연율이 높은 것으로 나타났다.

흡연 청소년의 성비중으로는 남학생 흡연율이 여학생보다 높았다.

흡연군과 비흡연군의 학교생활 만족도에 차이가 있는 것으로 나타났는데 Won(2002)은 학교생활 만족도가 낮을수록 부적응 행동을 하며, 부적응 행동의 대표적 행위로 흡연을 하는 것으로 나타났으며, Chung HJ(2006)의 연구에서도 학교생활 만족도가 낮을수록 청소년의 흡연경험이 많은 것으로 나타나 본 연구의 결과를 지지하였다. 흡연군과 비흡연군의 가족 구성형태, 부모관계 만족도에서도 차이가 있는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 가족 구성원에 따라 가족기능에 차이가 있으며(Helsen *et al.*, 2000), 가족기능은 청소년의 자아개념과 정서형성에 중요한 역할을 하여(Park JS *et al.*, 2011), 가족기능이 낮을수록 흡연가능성이 높아진다는 Lee SY *et al.*(2001)연구, 가족생활 만족도가 증가할수록 흡연율은 감소한다는 An HJ(2011) 연구 및 가족의 화목함이 흡연경험에 영향을 미친다는 Choi WH *et al.*(2010) 연구와 본 연구는 유사한 결과를 나타내었다.

우울은 흡연군(23.1점)이 비흡연군(14.4점)보다 높고, Boyed *et al.*(1982)의 우울기준에 따라 집단을 나누었을 때 우울군에 흡연군(88.5%)이 비흡연군(32.6%)보다 많은 것으로 나타났다. 청소년 우울을 측정한 Eoh YK(2005) 연구에서 17.7점으로 본 연구의 흡연군 보다는 낮고, 비흡연군 보다는 높은 것으로 나타났다. Park JM(2007)의 청소년 연구에서 우울은 41%였고, 우울에 대응 행동으로 흡연과 음주를 하는 것으로 보고하여, 본 연구의 우울군은 43.4%로 유사한 결과를 나타내었다.

충동성은 흡연군이 비흡연군보다 높은 것으로 나타났는데, 선행연구에서 흡연군이 비흡연군에 비해 충동적이며, 특히 충동성 중 즉흥적인 경향이 높은 것으로 나타나(Kang YG *et al.*, 2002) 본 연구의 결과를 지지하였다.

흡연에 영향을 미치는 위험요인은 우울, 운동충동성, 학업성취 수준으로 나타났다. 본 연구에서 우울이 증가하면 흡연의 위험은 1.113배 높은 것으로 나타났다.

비흡연군에 비해 흡연시작군은 우울 점수가 1.5배, 흡연중단군은 1.4배, 흡연유지군은 2배의 우울 점수를 보여 흡연은 우울의 예측변수로 나타났다(Steuber *et al.*, 2006). 선행연구에서도 흡연군의 우울이 비흡연군 보다 높고(Chung SN, 2006), 우울이 높을수록 금연율이 낮아지고 금연유지 실패율은 증가한다고 하였다(Breslau *et al.*, 2000).

본 연구에서는 흡연군과 비흡연군의 우울 및 충동성의 차이를 파악하고, 흡연에 영향을 미치는 위험요인으로 우울, 학업성취 수준을 확인하였고, 특히 충동성의 하부요인에서 운동충동성이 영향을 미치는 것을 실증적으로 확인하였다는 점에서 의의가 있으며, 본 연구결과를 토대로 흡연에 영향을 미치는 요인을 고려한 특성화된 간호중재 프로그램을 개발, 적용하는 것이 필요하며, 개발된 중재 프로그램의 흡연 예방 효과를 검증할 것을 제언한다.

이주의 보도

안동시교육청 흡연예방 콘서트 개최, '건강의 적' 담배 너무 싫어요!



경북 안동교육지원청(교육장 박창한)은 안동국제탈춤축제장 마당무대에서 '2016 우리 모두 함께 하는 흡연예방 콘서트'를 개최했다. 이날 행사는 2016년 안동교육지원청에서 추진하는 흡연예방 사업으로 안동고등학교 및 안동중학교의 밴드공연, 복주여중의 댄스공연, 마술전문가의 흡연예방 마술쇼, 안동교육지원청 박창한교육장의 통기타공연, 시민과 함께 하는 흡연예방 체조 배우기 순으로 진행됐으며 중·고등학생 및 일반 시민 300여 명이 참여하여 흥겨운 시간을 가졌다. 특히 박창한 교육장을 비롯한 교육지원청 전직원의 참여로 딱딱하고 교과서적인 흡연 예방교육이 아닌 즐겁고 유쾌한 흡연예방 교육 기회를 시민들과 학생들에게 제공했다.

박창한 교육장은 “매년 개최되는 안동국제탈춤축제 시간이었으며 우리 학생들이 흡연에 대하여 새롭게 흡연예방 교육에 최선을 다할 것”이라고 전했다.

속에서 처음으로 개최한 흡연예방 콘서트는 무척 유쾌한 인식하는 계기가 됐을 것”이라며 “앞으로도 학생들의

신철원초등학교, 흡연예방 문예행사 개최



강원 신철원초등학교(교장 임남호)는 지난 10일 흡연 예방교육과 17일 흡연예방 문화행사를 통해 전교생의 평생 금연 의지를 다지는 골든벨 문예행사를 개최했다. 이날 흡연예방교육은 한국마약퇴치운동본부 김옥련 강사가 초빙되어 흡연으로 인한 피해와 흡연예방을 위한 실천사항 등을 비교하며 습관을 고쳐서라도 건강은 꼭 지켜야 행복한 세상을 만날 수 있다는 내용의 강의로 진행됐다. 이어 흡연예방 교육 강의를 끝난 후 학생들은 금연선포식 및 금연서약서 작성, 금연예방 인형극 및 마술쇼, 금연예방 골든벨 행사에 전원 참여했다. 임남호 교장은 “담배에는 중독물질이 있어 한번 시작하면 금연하기가 어렵다” 며, 흡연예방교육을 통해 아이들이 청소년이 된 후에도 담배를 시작하지 않고 건강하게 성장할 수 있기를 바란다는 뜻을 밝혔다.

10월 2주차 ~ 10월 3주차

학 교	흡연예방교육, 금연선포식 및 흡연예방 캠페인, 인형극, '가족의 행복을 부르는 금연교실' 수업 운영, 흡연 예방 문예행사 개최, 흡연예방 마라톤 대회, 흡연예방 레크리에이션, 금연 뮤지컬 수행
보건소	찾아가는 금연골든벨, 금연·절주교육, 금연뮤지컬, 흡연 예방 캠페인, 흡연·음주예방 포스터 공모전 심사, 금연서포터즈 발족
교육청 및 교육지원청	흡연예방 요리교실, 2016 우리 모두 함께 하는 흡연예방 콘서트, 인형극, 금연실천 홍보활동, 청소년 흡연예방 유관기관 합동 캠페인, 99초 청소년 금연영화제, 흡연예방 및 금연실천 연수 시행

일자	제목	주요 내용	보도처	비고
16-10-10	충주수회초, 흡연예방교육 실시	 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 흡연에 관해 바르게 인식하고, 인체에 미치는 영향을 알고 담배에 대한 경각심을 가지며 금연 방법을 몸으로 익히기 위해 흡연예방교육을 실시하였다. ✓ 담배의 유해성분, 담배의 영향 교육으로 진행되었으며 흡연의 심각성에 대해 알아보고 주변의 흡연자들에게 권유할 수 있도록 금연 요령을 교육하였다. 	수회초	기본형
16-10-10	봉화교육지원청, 흡연예방 요리교실	 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 봉화군 소천초에서는 학교흡연예방 사업의 일환으로 '면역력을 높이는 건강요리 교실'을 진행했다. ✓ 흡연의 이유와 담배가 우리 몸에 끼치는 영향에 대해 알아보면서 평소 스트레스 받는 것에 대해 이야기해보고 요리를 통해 흥미 있게 배우는 기회로 했다. 	내외일보	교육지원청

<p>16-10-10</p>	<p>양북초 · 중학교, 금연선포식 및 흡연예방 캠페인</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 양북초 · 중학교(교장 조미정)는 초등학교 90명, 중학교 36명의 학생들을 대상으로 본교 강당에서 금연선포식과 흡연예방캠페인을 실시했다. ✓ 금연선포식은 흡연은 우리의 건강을 해치고 나와 내 주변의 사람들에게 피해를 끼치는 부끄러운 일임을 잘 알고 학교의 명예와 나의 건강을 위해 평생 흡연하지 않을 것이라는 선언문을 낭독하면서 금연다짐을 했다. ✓ 금연퍼포먼스로 금연서약서(금연트리)에 지문을 찍으며 앞으로 어떠한 흡연의 유혹도 단호히 거부하며 친구에게 담배를 권하지 않겠으며, 학생 자신과 가족, 친구들의 건강을 위하여 금연에 앞장설 것을 재다짐하였다. 	<p>양북초 · 중</p>	<p>기본형</p>
<p>16-10-10</p>	<p>이천시보건소 '찾아가는 금연 골든벨'...호응도·금연 율 '쑥쑥'</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 이천시 보건소는 청소년들의 흡연예방 및 금연문화 정착을 위해 현장 참여형 금연 골든벨을 진행한 결과 학생들의 만족도와 호응도가 매우 높은 인기프로그램으로 자리잡고 있다고 밝혔다. ✓ 1부 흡연예방 교육, 2부 금연 퀴즈 실시 및 금연서약서를 작성하고 다짐하는 순서로 진행되었으며 유아 대상으로 건강인형극 공연, 초등저학년 대상으로는 흡연예방 동화 동영상 교육을 실시하고 있다. 특히, 중고등학생 대상으로는 금연 골든벨 등 연령별로 맞춤형 금연 교육을 진행해 오고 있다. 	<p>아시아투데이</p>	<p>보건소</p>

<p>16-10-11</p>	<p>'건강의 적' 담배 너무 싫어요!</p>	 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 경북 안동교육지원청(교육장 박창한)은 안동국제탈춤축제장 마당무대에서 '2016 우리 모두 함께 하는 흡연예방 콘서트'를 개최했다. ✓ 2016년 안동교육지원청에서 추진하는 흡연예방 사업으로 안동고등학교 및 안동중학교의 밴드공연, 복주여중의 댄스공연, 마술전문가의 흡연예방 마술쇼, 안동교육지원청 박창한 교육장의 통기타공연, 시민과 함께 하는 흡연예방 체조 배우기 순으로 진행됐으며 중·고등학생 및 일반 시민 300여 명이 참여하여 흥겨운 시간을 가졌다. 	<p>경상매일신문</p>	<p>교육지원청</p>
<p>16-10-11</p>	<p>경기도교육청, 청소년 금연 연극제 개최</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 경기도교육청은 도내 고등학생을 대상으로 '우리, 이제 꿈을 피우자!'란 주제로 제2회 경기도 청소년 연극제를 개최한다고 11일 밝혔다. ✓ 이번 대회는 학생들의 흡연예방 및 금연의식을 고취하고 재능을 펼칠 수 있는 기회를 제공하는 자리로 도교육청이 주최하고 (사)한국연극협회 경기도지회가 주관해 펼쳐진다. ✓ 청소년들은 연극제를 통해 정극, 마임, 너비벌, 키노드라마, 낭독극 등 다양한 무대 예술 표현의 장을 준비해 참여할 수 있으며 11월 21일부터 12월 16일까지 4개 권역에서 권역별 예선대회가 개최된다. 	<p>에너지경제</p>	<p>교육청</p>

16-10-11	진안군보건소, 금연 뮤지컬 공연 인기	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 흡연의 위해성을 알리고 금연실천 분위기 조성 및 확산을 위해 실질적인 금연교육을 체험해 볼 수 있는 어린이를 위한 금연교육 뮤지컬을 공연했다. ✓ 웃고 즐기며 배우는 뮤지컬을 통한 인형극 교육으로 어린이들이 자발적으로 적극적으로 참여하여 즐기면서 어린이들이 쉽게 이해하고 오래도록 기억되어 어린이들에게 금연에 대한 올바른 지식을 전달하고 관심을 유도해 평생 금연 계기를 제공하게 될 것으로 기대된다. 	전북도민일보	보건소
16-10-11	서원보건소, 청소년 금연 · 절주 예방 교육	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 청주시 서원보건소는 2016년 상반기 13회 5,463명의 초, 중등학생들에게 예방 교육을 실시하였다. ✓ 하반기 역시 서원구 관내 9개 초등, 중등학교 1,100명을 대상으로 청소년을 위한 금연 · 절주 예방교육을 실시한다. ✓ 청소년 전문 교육강사가 청소년 흡연 및 음주의 피해에 대한 시청각 교육과 중독 예방 교육을 제공하여 청소년기 건강행태 실천을 위한 인식을 제고시키며, 원하는 학교일 경우 이동금연클리닉도 함께 병행하여 금연 실천 의지를 독려한다. 	불교공뉴스	보건소
16-10-11	신안압해초, 흡연예방 인형극 관람 통해 금연 교육	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 전남 신안 압해초등학교는 10월 11일(화)에 전교생이 참여하여 흡연예방 인형극을 관람하였다. ✓ 전라남도교육청 학생생활안전과와 인형극단 푸른고래에서 함께 작은학교 희망만들기 사업으로 전교생 80명 이하의 소규모 초등학교 학생들에게 흡연의 피해에 대해 올바르게 인식시켜 사전에 흡연을 예방하기 위해 실시됐다. ✓ 흡연으로 인한 피해에 대해 초등학생들에게 쉽게 전달하여 담배를 피우면 본인뿐 만 아니라, 다른 사람들에게도 피해를 준다는 것을 학생들에게 가르쳐 주었다. 	압해초	기본형

<p>16-10-12</p>	<p>부천 중원초, 흡연 예방 교육</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 1학기에 실시했던 '흡연예방 연극 및 풍물공연'과 연계된 이번 '흡연예방 레크리에이션' 활동은 딱딱한 강연이 아닌 학생의 눈높이에 맞춘 재미있는 레크리에이션을 통해 흡연의 폐해를 효과적으로 전달하였다. ✓ 단순히 담배를 피우지 말라는 식의 강요가 아닌 학생의 눈높이에 맞는 신나는 레크리에이션을 통해 금연의 메시지를 수월하게 전달할 수 있었다. 	<p>중원초</p>	<p>기본형</p>
<p>16-10-12</p>	<p>대전 서구 보건소, 흡연 예방 캠페인</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 12일 관저동 마치광장 일원에서 청소년 100여 명이 참석한 가운데 흡연 예방 캠페인을 전개하였다. ✓ 서구 자원봉사센터와 연계해 진행됐으며, 참여자들은 흡연 예방 피켓 및 홍보 띠를 두르고 흡연예방 홍보물을 나눠주며, 간접흡연 없는 건강한 서구 건설에 동참해 달라고 당부했다. 	<p>디트뉴스24</p>	<p>보건소</p>
<p>16-10-12</p>	<p>"담배연기 없는 세상, 우리가 만들어요"</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 고령초등학교는 지난달 27일 5학년을 대상으로 학생들의 건강행태 개선을 유도하고 개인의 건강지식 및 건강생활 실천 의지를 배양할 수 있도록 학생 통합건강증진 교육의 일환인 흡연예방교육을 실시하였다. ✓ 고령군 보건소의 협조를 받아 한국 청소년유해중독예방협회 대구센터장을 초청해 각 학반별 담배가 청소년에게 미치는 영향 알아보기, OX퀴즈게임, '담배연기'로 4행시 짓기, 금연송 부르기 등을 진행하였다. 	<p>고령초</p>	<p>기본형</p>

<p>16-10-13</p>	<p>제11회 포항시 흡연·음주예방 포스터 공모전 심사</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 지난 12일 북구보건소 연오랑홀에서 '제11회 포항시 흡연·음주예방 포스터 공모전 심사'를 개최하였다. ✓ 11회째로 지난 8월 24일부터 9월 30일까지 한 달여간 관내 중·고등학교를 대상으로 공모 접수한 결과 중등부 56점, 고등부 50점, 총 106점이 접수되었다. ✓ 입상작은 중등부에 제철중학교 김동은 학생의 작품이, 고등부에는 포항여고 장예빈 학생의 최우수상으로 선정됐으며, 우수상 2점, 장려상 5점, 입선 29점을 포함해 총 45점을 선정 하였다. ✓ 입상작에 대해서는 해당 학생에게 상장 및 상품을 증정할 계획이며, 향후 해당 작품들은 흡연·음주예방 포스터 공모 작품전을 열어 흡연·음주 예방교육 자료로 활용하는 등 청소년 건강생활실천 분위기를 조성하는데 활용될 예정이다. 	<p>CBN뉴스</p>	<p>보건소</p>
<p>16-10-13</p>	<p>담배 없는 행복학교 만들기 주먹 불끈</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 부스 별 체험활동을 통해 건강한 생활이 습관화 되도록 하고, 현재 비흡연 학생들에게는 흡연의 폐해를 알려 장기적인 비흡연 상태를 유지하도록 계기를 제공하며, 금연서약을 통해 평생 금연할 수 있는 분위기를 조성하기 위해 마련되었다. ✓ 체험부스는 '구름과자는 암 덩어리를 만드는 독약', '담배 무엇이든 물어보세요', '흡연 NO 금연 YES', '몸으로 체험하기' 등 4개의 주제로 나뉘어 담배의 폐해를 알렸다. 	<p>서원고</p>	<p>심화형</p>

<p>16-10-13</p>	<p>비산초, '가족의 행복을 부르는 금연교실' 수업 운영</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 10월 12일 ~ 13일까지 1~3학년(280명)을 대상으로 금연프로그램의 하나인 금연교실수업을 외부 강사 초청 교육 활동으로 실시했다. ✓ 가족의 사랑을 부르는 금연 캠페인, 흡연예방 및 금연교육 실천학교 운영으로 다양한 체험활동을 통한 직접흡연 · 간접흡연 및 제3의 흡연의 피해를 알아보았다. ✓ 담배의 유해성분 및 흡연이 우리 몸에 끼치는 영향에 대해 알아보고 자신의 폐활량 측정 활동 및 우리학급 최고 폐활량 학생 선발하기와 금연선서 인증샷 찍기, 퍼즐게임 등 다양한 활동으로 구성되었다. 	<p>비산초</p>	<p>심화형</p>
<p>16-10-14</p>	<p>'흡연예방은 초딩부터' 캠페인 눈길</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 가정 내 간접흡연의 노출을 줄여 건강한 생활을 영위할 수 있도록 흡연예방 캠페인 활동을 진행하였다. ✓ 지난 12일 아침 등굣길에 실시한 이번 캠페인은 흡연예방홍보도우미 학생, 교사가 함께 흡연예방 밴드를 배포하고, 하이킥 금연 펀칭백으로 흡연의 유해성과 독성을 알려 많은 호응을 얻었다. ✓ 점심시간을 이용해 교내 금연 홍보활동을 펼쳐 흡연학생들에게 계도의 기회를 제공하였다. 	<p>후포초</p>	<p>기본형</p>

<p>16-10-16</p>	<p>남해군보건소 "어린이 친구들 술·담배는 해로워요!"</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 11일 탈공연예술촌에서 관내 어린이를 400여명을 대상으로 흡연과 음주를 예방하는 내용을 담은 인형극 공연을 진행했다. ✓ 공연집중도를 높이기 위해 사전 마술공연과 율동시간을 포함한 이날 공연은 총 3회에 걸쳐 진행됐으며, 어린이들은 공연을 지켜본 후 열광적인 반응을 보였다. ✓ 보건소 관계자는 "인형극을 관람한 어린이들이 주변의 각종 간접흡연과 음주의 피해로부터 스스로 벗어날 수 있길 바란다"며 "어린이들이 흡연과 음주의 위험성을 깨닫고 건강한 어른으로 성장하길 기대한다"고 말했다. 	<p>경남도민신문</p>	<p>보건소</p>
<p>16-10-17</p>	<p>인천 북부교육지원청, 흡연예방교육 '인형극 공연'</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 지난 11일부터 오는 11월25일까지 관내 초등학생을 대상으로 학부모 인형극단을 참여시켜 직접 학교로 찾아가는 흡연예방교육 인형극을 공연한다. ✓ 학부모가 준비한 인형극은 초등 1~2학년은 '숲속을 지켜요', 3~4학년은 '타임머신을 타고 과거로 간 주혁이'라는 제목으로 학년에 맞게 각본했으며 다양한 동물 캐릭터가 등장해 흥미를 불러일으켜 흡연의 유해성과 금연의 긍정적 효과를 자연스럽게 인지할 수 있도록 구성되었다. 	<p>경기도민일보</p>	<p>교육지원청</p>
<p>16-10-18</p>	<p>청도 금천중·고 흡연예방 마라톤 대회</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 학교~동창천 에코로드에서 금연 및 흡연예방 교육의 일환으로 교사와 전교생이 함께 참여하는 '교권보호주간 사제동행 흡연예방 단축 마라톤 대회'를 개최하였다. ✓ '담배연기 없는 맑고 깨끗한 학교'란 슬로건을 걸었다. ✓ 금천파출소의 협조로 학교에서 새들보-금천교를 왕복하는 약 3km에 해당하는 동창천 에코로드 단축 마라톤 행사는 안전하게 진행되었다. 	<p>금천중·고</p>	<p>기본형</p>

<p>16-10-18</p>	<p>유성중학교 흡연예방교육 실시</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 흡연예방 작품전시회, 보건퀴즈 대회, 금연교실, 캠페인 등 다채로운 흡연예방교육을 실시하였다. ✓ 올해 2회째 열린 흡연예방교육 행사는 흡연예방을 주제로 한 표어와 포스터를 살펴보고, 담배 물과 맑은 물에서 자란 식물들을 비교해보면서 흡연이 성장기에 있는 청소년들의 건강에 치명적인 영향을 미친다는 것을 학생들이 느끼고 배울 수 있도록 하였다. 	<p>유성중</p>	<p>기본형</p>
<p>16-10-19</p>	<p>포항남구보건소, 흡연예방교육</p>	<div data-bbox="529 658 1090 992" data-label="Image"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 18일 오천초등학교 학생을 대상으로 교육극단 '극단깨비'의 발명왕 돌이박사의 담배 대소동' 인형극을 통해 흡연예방교육을 실시했다. ✓ 담배의 해악과 금연의 필요성을 제공해 조기 흡연을 예방하고 흡연의 해로움에 대한 이해를 높이기 위해 마련되었으며 어린이들의 관심과 흥미를 이끌어 흡연으로 인한 여러 가지 피해와 금연의 중요성을 알리는 시간이 되었다. 	<p>경상매일신문</p>	<p>보건소</p>

<p>16-10-19</p>	<p>신철원초교, 흡연 예방 문예행사 개최</p>	 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 지난 10일 흡연예방교육과, 17일 흡연예방 문화행사를 통해 전교생의 평생 금연 의지를 다지는 골든벨 문예행사를 개최하였다. ✓ 한국마약퇴치운동본부 김옥련 강사가 초빙되어 흡연으로 인한 폐해와 흡연예방을 위한 실천사항 등을 비교하며 습관을 고쳐서라도 건강은 꼭 지켜야 행복한 세상을 만날 수 있다는 내용의 강의였다. ✓ 이어 흡연예방 교육 강의를 끝난 후 학생들은 금연선포식 및 금연서약서 작성, 금연예방 인형극 및 마술쇼, 금연예방 골든벨 행사에 전원 참여하였다. 	<p>신철원초</p>	<p>기본형</p>
<p>16-10-19</p>	<p>경기교육청, '99초 청소년 금연영화제'</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ '한번의 도전, 새로운 시작, 영화와 함께'란 주제로 열리는 영화제는 다양한 장르로 참여할 수 있다. 경기도내 모든 중학생이 대상이다. ✓ 12월7일까지 흡연예방중심학교 홈페이지를 통해 접수하며, 영화제 상영 및 시상식은 12월30일 경기도교육청 대강당에서 개최된다. 사전 설명회는 10월 24일 오후4시 경기교육종합복지센터에서 실시한다. 	<p>베리타스알파</p>	<p>교육청</p>

<p>16-10-19</p>	<p>울릉교육지원청, 흡연예방 및 금연실천 연수 실시</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 지난 18일 울릉교육지원청 3층 회의실에서 관내 초중고등학교 보건교사와 학부모 23명을 대상으로 흡연예방 및 금연실천 연수를 실시했다. ✓ 울릉군 보건의료원 재활의학과에 재직 중인 송성혁 흡연예방 및 금연 전문 강사를 초빙해 청소년 흡연폐해와 금연의 중요성, 흡연과 성장의 관계에 대해 강의를 진행했고 보건의료원 흡연예방담당부서는 흡연예방 홍보를 실시했다. 	<p>nsp통신</p>	<p>교육지원청</p>
<p>16-10-19</p>	<p>신안교육지원청, 학생금연 예방 합동 캠페인 실시</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 19일 압해읍 버스터미널에서 흡연 캠페인을 실시하고, 캠페인에 앞서新安교육지원청과新安군보건소는 흡연 없는 건강한 학교 만들기과 군민 건강증진을 위해 상호 협력하고 상생 발전하고자 업무 협약을 체결했다. ✓ 흡연 캠페인은 압해중학교 교문에서 출발하여 압해파출소, 압해농협까지 가두 흡연예방 캠페인 실시와 함께 압해농협 마당에서 압해중학교 1학년(20명)이 금연송을 부르며, 울동으로 군민들에게 금연을 호소하였다. 	<p>KNS뉴스통신</p>	<p>교육지원청</p>
<p>16-10-19</p>	<p>울산강북교육지원청, 청소년 흡연예방 유관기관 합동 캠페인 실시</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 청소년들의 흡연예방 및 담배 판매업소의 청소년 담배 판매 금지 안내 등 학생들의 흡연 예방 및 금연에 대한 지역사회 인식 제고를 위해 총 9개 중점거리에 1회씩 실시되고 있는 학교주변 흡연예방 합동캠페인의 하나이다. ✓ 캠페인에는 인근 유곡중학교와 함월고등학교 학생 60여 명을 비롯해 중구보건소, 중부경찰서 등 총 80여 명이 어깨띠와 피켓 등을 들고 상가거리를 행진하였다. 	<p>이뉴스투데이</p>	<p>교육지원청</p>

<p>16-10-20</p>	<p>여주 오학초, 흡연예방 뮤지컬 공연 펼쳐</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 경기 여주 오학초(교장 황대섭)는 지난 17일 교내 강당에서 1~4학년을 대상으로 흡연예방 중심학교 운영에 따른 뮤지컬 공연을 실시했다. ✓ 자칫 지루하게 느낄 수 있는 흡연예방교육을 노래와 복화술 뮤지컬 프로그램을 통해 흡연의 해로움을 깨닫고, 흡연예방의 필요성을 느끼는데 많은 도움이 됐다. 	<p>오학초</p>	<p>심화형</p>
<p>16-10-20</p>	<p>영양교육지원청, 금연실천 홍보활동</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 지난 18일 흡연예방 및 금연실천 홍보단 운영의 일환으로 학교 주변 담배판매업소를 대상으로 청소년 담배판매 금지 계도와 금연실천 홍보활동을 실시했다. ✓ 교육지원청 관계자, 영양군 보건소 금연담당자 및 금연 지도원, 녹색어머니회 회원 등으로 이뤄진 금연실천 홍보단은 40여 곳의 담배판매업소를 돌며 학생용 금연실천 리플릿을 활용해 청소년 담배판매 금지 홍보 활동을 했다. 	<p>경북도민일보</p>	<p>교육지원청</p>
<p>16-10-20</p>	<p>경주 유림초 `금연은 필수` 흡연예방 캠페인</p>	<div data-bbox="529 1200 1091 1458" data-label="Image"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ✓ `금연은 선택이 아닌 필수입니다`라는 슬로건으로 실시된 캠페인에는 유림초 회장단, 청소년 단체(스카우트 단원들), 교직원 등 50명이 참가했으며 어깨띠를 두르고 풍선과 현수막 등을 들고 흡연예방 구호를 외쳤다. ✓ 생활문 쓰기와 4행시 짓기, 가족과 함께하는 흡연예방 퀴즈 풀기, 금연을 위한 올바른 습관을 알리는 교직원 연수를 함께 진행했다. 	<p>유림초</p>	<p>기본형</p>

<p>16-10-20</p>	<p>용인시, 학생·시민 등 84명... '금연서포터즈' 발족</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 용인시 처인구보건소는 명지대·용인대·송담대 등 대학생과 용인고등학교, 용인외식업조합, 중앙시장상인회, 처인구 공원관리팀 등 7개팀 84명으로 '금연서포터즈'를 구성, 지난 18일 발대식을 가졌다 ✓ 2년간 청소년 조기 흡연 예방과 시민의 간접흡연 피해 예방을 위해 각 팀별로 금연홍보 활동을 하게 된다 ✓ 구체적인 활동내용은 금연캠페인을 비롯해 흡연자 금연 도우미, SNS 홍보, 금연 UCC 제작 등 	<p>국제뉴스</p>	<p>보건소</p>
<p>16-10-20</p>	<p>청양 정산초, 나와 가족의 건강을 위해 약속해요</p>	 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 국제절제협회 금연교육 문시영 강사를 초청해 미래의 중심인 청소년들이 담배에 접근하는 것을 사전에 차단하고 호기심에 담배를 접한 학생들의 조기 금연 유도를 목적으로 청양군보건의료원 지원으로 실시됐다. ✓ 흡연 시 각 성분이 인체에 미치는 영향, 흡연 및 음주로 인해 발생할 수 있는 질병과 위험수준에 대해서는 생동감 있는 영상자료를 통해 설명되었다. 	<p>정산초</p>	<p>기본형</p>

이주의 보도

영양보건소-영양중앙초, 흡연예방 캠페인 실시



지난 25 일 영양중앙초등학교 강당에서 흡연예방 캠페인이 실시되었다. 보건소와 연계하여 흡연예방 교육의 효과를 연장하고, 극대화하며 학생들이 스스로 흡연예방의 필요성을 느끼도록 만들기 위함이었다. 이달 14 일에 있었던 보건소와 연계하여 흡연예방 교육의 효과를 연장하고, 극대화하며 학생들이 스스로 흡연예방의 필요성을 느끼도록 만들기 위함이었다. 3 학년 학생들이 필두가 되어 피켓 들기, 흡연예방 문구 어깨띠 두르기, 흡연의 폐해가 나타나있는 각종 자료 전시 등을 하였다. 그리고 전교생이 '아빠의 금연으로 다져지는 가족건강', '담배는 모든 만병의 근원', '어릴 때 흡연하면 나의 생명 줄어든다'와 같은 구호제창을 통하여 절대로 담배를 가까이 하지 않겠다는 다짐을 하였다. 게다가 '아빠의 금연으로 다져지는 가족건강' 을 외침으로서 자신의 건강뿐만 아니라 가족의 건강도 생각할 수 있는 어린이에 한 발짝 다가섰다.

구미여자중학교 맞춤형 흡연예방교육, 흡연을 0%' 도전



구미여자중학교는 2016 년 흡연예방 및 금연실천 심화형학교로 미래 세대 중심인 청소년들이 담배에 접근하는 것을 사전에 차단하고 호기심에 담배를 접한 학생들의 조기 금연을 유도하고자 맞춤형 흡연예방교육을 실시했다.

구미여중은 지난 달 28 일 기존의 흡연예방교육이 단순한 정보 전달에만 그쳐 다른 교육방법을 모색하던 중 청소년의 정서와 눈높이에 맞춰 스트레스를 날려줄 타악비트 뮤지컬 '하트비트', 친구들의 우정으로 화합한 학반 대항 '담배! 스트라이크 볼링 대회', 매화제 시작을 알리며 뜨거운 열기로 실시한 '흡연예방 골든벨' 등 다양한 맞춤형 흡연예방 교육을 통해 흡연과 미래, 꿈과 희망, 가족과 친구에 대해 생각해보는 계기가 되었다.

10월 3주차 ~ 11월 1주차

학 교	흡연예방 사제동행 문학산 등반, 금연서약서, 흡연예방을 위한 활동(연극공연, 타악비트 뮤지컬, 볼링대회 등), 감정조절 프로그램 운영, 건강해서 행복한 꿈나르미 사업, 체험부스, 흡연예방 포스터 공모전 등 실시
보건소	금연캠페인 마술체험, 금연 도전 골든벨, 흡연 지역에서 홍보물품 배부, 청소년 흡연예방 체험부스, 청소년 건강 보호·육성 캠페인 등 수행
교육청 및 교육지원청	홍보·체험부스 운영, 2016 학생 건강 어울림 한마당 축제, 흡연예방 금연 프로그램, '2016 흡연예방교육 작품 공모전' 역내 전시, 담배판매금지 홍보단 구성 등 실시

일자	제목	주요 내용	보도처	비고
16-10-24	홍천보건소, 마술이 녹아있는 어린이 흡연예방교육 운영	 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 흡연의 문제점을 마술을 통해 직접 보고, 듣고, 배움으로써 교육에 대한 집중도를 높이고, 간접흡연의 위해성을 인지하도록 교육 내용을 마술로 풀어낸다. 모든 학생들이 금연마술을 배움으로써 가족들에게 교육 내용을 전파 할 수 있도록 금연 캠페인의 계기를 제공하게 된다. ✓ 교육 과정은 '담배 그리고 간접흡연의 무서움' 이라는 주제로 홍천초등학교, 두촌초등학교, 삼포초등학교 3개교를 대상으로 운영되며, 흡연예방특강과 금연캠페인 마술체험, 홍보관 운영 등 어린이 눈높이에 맞는 맞춤형 교육 프로그램으로 진행됐다. 	뉴시스	보건소
16-10-24	인천생활과학고, '흡연예방 사제동행 문학산 등반' 실시	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 지난 22일 교사들과 학생들이 함께 참여하는 '흡연예방 사제동행 문학산 등반'을 실시했다. ✓ 교사와 학생 50여명이 참여한 이번 행사에서는 약 2시간가량 문학산을 등반하며 등산로 주변 환경정화를 실시하고 참여 교사와 학생들이 함께 대화하는 시간을 가졌다. 	인천 생활과학고	기본형

<p>16-10-24</p>	<p>문경교육지원청, 학생건강어울림한마 당축제 성료</p>	 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 지난 22일 모전공원 일원에서 초·중·고등학교학생 및 학부모가 참여하는 '2016 학생 건강 어울림 한마당 축제'를 개최했다. ✓ 문경교육지원청, 초·중·고등학교, 문경Wee센터, 문경대학교, 문경시보건소가 참가했으며, 홍보·체험부스 운영, 흡연예방 플래시몹, 건강공모전 시상식, 무대공연 등 다양한 행사를 진행했다. 	<p>경북일보</p>	<p>교육지원청</p>
<p>16-10-25</p>	<p>괴산군 보광초 “흡연 절대 안돼요”</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 25일에 유치원과 함께 '흡연예방 체험의 날'을 운영하여 흡연예방교육 인형극 관람 등 저학년 어린이들의 눈높이에 맞는 다양한 체험들로 행사를 구성했다. ✓ 유치원생과 학생들은 관람 후에 느낀 점을 그림으로 나타내며 흡연예방의 의지를 주제 표현으로 나타내는 감상문 그리기 학예행사를 개최하기도 했다. ✓ '금연은 YES! 흡연은 NO!'라는 슬로건 아래 건강한 학교문화 실현을 위해 학생들이 직접 흡연예방 그림작품전 우수작을 선별하는 등 적극적인 학생자치활동 참여로 이뤄졌다. 	<p>보광초</p>	<p>기본형</p>

<p>16-10-26</p>	<p>고흥군보건소, '금연 도전 골든벨' 흡연예방 효과 만점</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 중앙교육개발원의 금연강사를 초빙해 그룹별 집단 상담과 금연에 도움이 되는 다양한 프로그램을 진행해 금연의지를 높일 수 있게 구성하였다. ✓ 담배가 인체에 미치는 영향과 금연에 도움이 되는 낱말 찾기, 잘못된 상식 바로잡는 금연 도전 골든벨, 미션을 수행하는 금연 무한도전게임 등이다. ✓ 금연 특강과 금연 보조요법을 비롯 금연으로 인한 스트레스 관리 프로그램 등으로 진행되었다. ✓ 군 보건소에 따르면, 올해 금연 도전 골든벨에 총 3552명의 학생이 참여했으며, 지난해 금연교실 운영 결과 67%가 금연에 성공하는 효과를 거뒀다. 	<p>아시아 뉴스통신</p>	<p>보건소</p>
<p>16-10-26</p>	<p>포항교육청, 송곡초교서 금연 캠페인</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 학생, 학부모, 교직원 및 포항교육지원청 직원 400여명 참여하였다. ✓ 학교 구성원 모두가 함께 참여하는 흡연예방 금연 프로그램을 운영해 청소년들이 담배에 접근하는 것을 사전에 차단하고자 마련하였다. 	<p>신아일보</p>	<p>교육청</p>
<p>16-10-26</p>	<p>톡톡 튀는 학생 흡연예방 아이디어 전시</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 관내 초, 중, 고 학생들을 대상으로 실시한 '2016 흡연예방교육 작품 공모전' 포스터 부문 우수작을 부평시장역 대합실에서 오는 28일까지 전시한다. ✓ 입상작으로 최우수 4작품, 우수 8작품, 장려 11작품 등 총 23점이 전시되고 있으며 지하철을 이용하는 학생, 학부모, 모든 시민들을 대상으로 청소년의 흡연에 대한 사회적 관심을 높이고 사회 저변으로 흡연예방과 금연을 유도시킬 것이다. 	<p>내외일보</p>	<p>교육지원청</p>

<p>16-10-26</p>	<p>인천북부교육지원청, 문화로 접근하는 초등학생 흡연예방 교육</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 인천북부교육지원청이 지난 11일부터 다음달 25일까지 관내 초등학생을 대상으로 인형극단에 학부모들을 참여시켜 직접 학교로 찾아가는 흡연예방교육 인형극 공연에 나섰다. ✓ 초 1~2학년은 숲속을 지켜요, 3~4학년은 타임머신을 타고 과거로 간 주혁이라는 제목으로 학년에 맞게 각본했으며 다양한 동물 캐릭터가 등장해 흥미를 불러일으켜 흡연의 유해성과 금연의 긍정적 효과를 자연스럽게 인지할 수 있도록 구성했다. 	<p>아시아 뉴스통신</p>	<p>교육지원청</p>
<p>16-10-26</p>	<p>영양보건소- 영양중앙초, 흡연예방 캠페인 실시</p>	<div data-bbox="544 703 1102 1077" data-label="Image"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 지난 25일 영양중앙초등학교 강당에서 흡연예방 캠페인이 실시되었다. ✓ 보건소와 연계하여 흡연예방 교육의 효과를 연장하고, 극대화하며 학생들이 스스로 흡연예방의 필요성을 느끼도록 만들기 위함이었다. ✓ 3학년 학생들이 필두가 되어 피켓 들기, 흡연예방 문구 어깨띠 두르기, 흡연의 폐해가 나타나있는 각종 자료 전시 등을 하였다. ✓ 그리고 전교생이 '아빠의 금연으로 다져지는 가족건강', '담배는 모든 만병의 근원', '어릴 때 흡연하면 나의 생명 줄어든다'와 같은 구호제창을 통하여 절대로 담배를 가까이 하지 않겠다는 다짐을 하였다. 	<p>시사 코리아저널</p>	<p>보건소</p>

<p>16-10-26</p>	<p>경산 남천초, 마술로 배워보는 흡연예방교육 실시</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 경산시 남천초등학교에서는 25일 '흡연은 돌이킬 수 없는 성장방해꾼'을 슬로건으로 마술로 배워보는 흡연예방교육 실시했다. ✓ '흡연의 유해성'과 '금연의 긍정적 효과'를 높이는데 주력해 흡연예방 체험부스 운영 및 흡연예방 교육자료 전시, 흡연예방 포스터 공모전을 실시했다. 	<p>남천초</p>	<p>심화형</p>
<p>16-10-27</p>	<p>강진군보건소, 어린이 흡연·음주예방 인형극 실시</p>	<div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 강진군보건소는 관내 초등학교 및 어린이 집·유치원 15개소 700여명을 대상으로 어린이 흡연·음주예방 인형극을 실시했다. ✓ 어린이들의 관심과 호기심을 유발하고 가정 내에서 어른들의 금연·절주전도를 위해 담배와 술에 중독된 아빠를 구하기 위한 어린이와 어린왕자의 모험기를 다뤘으며 어린이들을 위해 캐릭터와 사진을 찍을 수 있는 시간이 마련돼 큰 호응을 얻었다. 	<p>국제뉴스</p>	<p>보건소</p>
<p>16-10-28</p>	<p>담배연기 없는 건강한 학교 만들기</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 전교생 금연서약서 작성, 등교시 정문에서 전교생이 참여하는 대대적인 흡연예방 캠페인. 흡연예방집중 교육주간 운영이다. ✓ 일주일간 방과후에 피켓과 어깨띠 등을 매고 학교 주변을 돌며 흡연예방 캠페인 활동을 추진하였다. ✓ 수업공개의 날에는 학교를 방문하는 학부모를 대상으로 연수를 운영해 부모와 자녀가 흡연예방과 금연에 대한 인식과 관심을 높이는 계기를 마련하였다. 	<p>내동중</p>	<p>심화형</p>

<p>16-10-28</p>	<p>남원시보건소 약물 오·남용 예방교육</p>	 <ul style="list-style-type: none"> ✓ 남원시보건소와 전라북도·남원시 약사회는 27일 '우리가 만드는 건강한 학교'사업의 일환으로 남원제일고등학교 450명의 학생 및 교직원을 대상으로 약물 오·남용 예방교육을 실시하였다. ✓ 전라북도 약사회 총무이사 겸 마약퇴치운동본부 전북지부 이사를 맡고 있는 엄정신 강사를 초빙, 청소년기 신체 및 정신건강에 악영향을 미치는 니코틴(흡연), 알코올(음주)을 포함한 약물 오·남용의 폐해에 대해 정확한 정보 제공 및 올바른 가치관 형성될 수 있도록 다양한 영상자료와 실물자료를 활용하였다. 	<p>전북도민일보</p>	<p>보건소</p>
<p>16-10-29</p>	<p>진천군보건소, 진천중학교 금연·절주 홍보관 운영</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 학생 및 교직원 700여명이 금연·절주 홍보관 교실에 참석하였다. ✓ 건강한 폐와 혈관, 폐암에 걸린 폐와 혈관을 직접 만져보며 흡연의 유해성을 체험할 수 있었다. 	<p>일간대한뉴스</p>	<p>보건소</p>
<p>16-10-31</p>	<p>인천 연수구보건소, 청소년 건강 보호·육성 캠페인 실시</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 인천시 연수구 청학동 하나어린이공원에서 공무원과 금연지도원, 연수구노인인력개발센터 금연지킴이 어르신 등 약 135명이 참여해 청소년 건강 보호·육성 캠페인을 실시하였다. ✓ 등교 시간에 맞춰 초·중·고교가 밀집한 지역과 흡연이 잦은 장소에서 주민과 학생들에게 물티슈, 지압기 등 금연 홍보물품을 배부하였다. 	<p>아시아일보</p>	<p>보건소</p>

<p>16-10-31</p>	<p>'미래에서 온 친구를 소개합니다.'</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 10월 28일(금) 공연 극단 '날 컴퍼니'에서 주관하는 흡연예방 연극 공연 '미래에서 온 친구를 소개합니다.'을 유치하여 교직원과 전교생이 모두 함께 관람함으로써 흡연에 대한 경각심을 고취하였다. ✓ 학교에 직접 공연 장비를 설치하여 연극을 실시함으로써 지리적, 환경적으로 공연을 접하기 힘든 학생들에게 문화 예술을 직접 체험할 수 있는 기회를 제공하였다. ✓ 흡연의 위험성, 또래의 담배 유혹 거절하기 등의 내용으로 구성, 50분간 진행, 전교생의 금연 선약으로 마무리되었다. 	<p>불국중</p>	<p>심화형</p>
<p>16-11-01</p>	<p>삼도초등학교, "저는 진짜로 흡연 안 할 거예요"</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 광주 삼도초등학교에서는 11월 1일 4-6학년을 대상으로 금연 및 흡연예방 교육을 실시하였다. ✓ 학교 또는 가정에서 금연 및 흡연예방 분위기와 간접흡연의 중요성 인식을 심어주는 흡연예방 교육을 긍정리더 개발원 김영임강사를 초빙하여 교육이 진행되었다. 	<p>삼도초</p>	<p>기본형</p>
<p>16-11-02</p>	<p>맞춤형 흡연예방교육, '흡연율 0%' 도전</p>	<div data-bbox="544 1290 1104 1648" data-label="Image"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 구미여자중학교는 지난 달 28일 청소년의 정서와 눈높이에 맞춰 스트레스를 날려줄 타악비트 뮤지컬 '하트비트', 친구들의 우정으로 화합한 학반 대항 '담배! 스트라이크 볼링 대회', 매화제 시작을 알리며 뜨거운 열기로 실시한 '흡연예방 골든벨' 등 다양한 맞춤형 흡연예방 교육프로그램이 진행되었다. 	<p>구미여중</p>	<p>심화형</p>

<p>16-11-02</p>	<p>의령초, 건강해서 행복한 꿈나르미 전개</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 1일 의령초등학교에서 4~6학년을 대상으로 아동·청소년의 건강생활실천 프로젝트인 '건강해서 행복한 꿈나르미 사업'을 했다. ✓ 흡연의 폐해와 심각성에 대한 경각심을 높이기 위해 흡연예방교육과 구강질환 예방을 위한 올바른 잇솔질 등에 대한 건강생활 실천교육을 전개하였다. 	<p>의령초</p>	<p>기본형</p>
<p>16-11-03</p>	<p>순천교육지원청, 올해 제7회 학교흡연예방 캠페인 실시</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 전남 순천교육지원청은 3일 순천금당고등학교에서 학교·순천 YMCA와 연계해 학교흡연예방 합동 캠페인을 실시했다 ✓ 캠페인을 하는 시간 동안 "사랑한다", "축하한다", "차별하지 않는 학교 만들자", "멋지고 사랑스러운 학생들 파이팅", "건강합시다"라는 구호를 외쳐 학생들의 자존감을 형성할 수 있는 계기를 만들었으며, 교사와 학생 간에 포용하는 퍼포먼스를 가졌다 	<p>동양뉴스통신</p>	<p>교육지원청</p>
<p>16-11-03</p>	<p>밀양시보건소, 부산대 건강생활실천 홍보미 출동</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 밀양시보건소는 청소년 담배 폐해를 알리기 위해 관내 중·고등학생을 대상으로 '담배 양대요'라는 제목의 금연 연극을 공연하였다. ✓ 경기도 '극단 깎두기'를 초청해 관내 흡연학생과 담배에 관심 있는 학생 150여 명을 참여시켜 진행하였다. 	<p>뉴시스</p>	<p>보건소</p>
<p>16-11-03</p>	<p>상주시, 청소년 흡연예방 체험부스 운영</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 상주시보건소에서는 11월 3일 상주여자중학교를 시작으로 관내 초·중·고등학교 8개교를 순회하면서 오는 11월 28일 까지『청소년 흡연예방 체험부스』를 운영한다. ✓ 총 4개의 부스로 구성된 금연체험 교육으로 '구름 과자는 암 덩어리를 만드는 독약', '담배 무엇이든 물어보세요', '흡연 NO, 금연 YES', '몸으로 체험하기'의 주제로 금연나무 만들기, 금연 퀴즈, 미세전류체험, 폐활량 측정 등 다양하고 흥미롭게 구성되었다. 	<p>도민일보</p>	<p>보건소</p>

<p>16-11-04</p>	<p>군위군 보건소, 흡연예방 인형극 공연 '호응'</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 3일 삼국유사 교육문화회관에서 관내 어린이집, 병설유치원, 초등학교 학생 250여명을 대상으로 흡연·음주예방 교육 인형극 '호치와 꼬질꼬질 마녀'를 공연하였다. ✓ 호랑이 호치가 해로운 담배를 피우게 되면서 나타나는 몸의 변화와 착한 친구들의 도움으로 담배와 술을 멀리하고 건강하게 변신하는 모습을 알기 쉽게 그려내 아이들의 흥미를 유발하였다. 	<p>포커스뉴스</p>	<p>보건소</p>
<p>16-11-04</p>	<p>'청소년 흡연 더 이상 NO! NO! '담배판매 업소 계도</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 영천교육지원청은 교육지원청, 보건소, 자율방범대원, 학부모 등 11명으로 구성된 '학교주변 담배판매금지 홍보단'을 구성해 10월 6일부터 31일까지 총 5회에 걸쳐 금호읍, 신녕면, 영천시 일원의 학교주변 담배판매업소 33개소에 대해 청소년 담배판매 금지 및 홍보 활동을 실시하였다. ✓ 청소년의 담배구입 접근성 및 용이성을 낮추고 흡연진입로를 차단하여 쾌적한 학교주변 환경을 조성하는데 목적을 두고, 학교 주변 담배판매 업소를 방문해 술·담배 판매 시 철저한 신분증 확인을 요청하였다. 	<p>영천뉴스24</p>	<p>교육지원청</p>
<p>16-11-04</p>	<p>수원 입북초교, '금연은 사랑을 타고' 공연</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 수원 입북초등학교는 흡연예방뮤지컬 '금연은 사랑을 타고' 공연을 진행한다 ✓ 초등학교 고학년 및 중학생을 대상으로 진행하는 이번 공연은 학생들의 조기흡연을 예방하고 더 나아가 가족에게 금연을 권유하는 취지로 경기도초등보건교육연구회 및 수원초등보건교육연구회원 중 8명의 보건교사가 동아리를 구성하며 기획됐다. ✓ 공연 내용은 담배에 호기심이 있었던 아이와 친구들, 오랫동안 담배를 피워 온 아빠를 중심으로 전개될 예정이며, 공연 중간에 퀴즈쇼 및 합창 등을 구성해 관람하는 학생들과 함께 참여할 수 있는 기회를 더했다. 	<p>입북초</p>	<p>심화형</p>

04 현장소식

울산 호연초등학교 안순남선생님

1. 소속 학교 소개 및 본인 소개를 부탁드립니다.



아름답고 사람 살기 좋은 공업도시! 울산광역시 울주군 범서읍에 위치한 호연초등학교에서 근무하는 보건교사 안순남입니다. 호연초등학교는 읍지역에 소재하고 있으나 인근에 UNIST대학, 울산대학이 자리 잡고 있어 교육도시며 유해환경이 적고 정서가 안정된 신도시로 **3년째 심화형 흡연예방 실천학교를 운영**하고 있습니다.

부산에 있는 대학병원 내과 및 인공신장실에서 근무하다가 만성신부전증 등 만성질환자들을 보면서 **예방이 가장 중요**하다는 걸 깨닫고 **학교에서 보건교육을 열심히 하여 국민 건강에 일조를** 하겠다는 큰 꿈을 품고 보건교사를 시작한지도 벌써 29년이 다 되어갑니다. 또한 **모든 질병의 근원인 흡연예방을 위해 심화형 흡연예방 금연실천학교를 7년째** 하고 있으며, 특히 **선도학교를 운영**함으로써 학부모님의 많은 지지와 학생들 또한 평생 담배를 피우지 않겠다는 야무진 다짐을 할 때마다 큰 보람을 느낍니다.

2. 학교의 특색에 대해 자세히 알려주세요.

바른 인성 함양과 미래 핵심역량을 신장하여 21세기의 주인공이 될 수 있는 인재를 육성하며 학생, 학부모, 교직원 등 교육공동체 모두가 즐겁고 행복해하는 학교 경영을 기치로 호연초등학교는 2007년 개교하여 올해 36학급 (특수학급 2학급 포함) 827명이 재학 중이며 읍지역에 소재하고 있으나 신도시 대단지 아파트단지 사이에 위치하고 있고 자연경관이 좋아 정서적으로 매우 안정되어 있으며 유해환경이 적은 편입니다. 학습에 대한 관심이 높으나 예체능 관심이 부족 하고 학생 흡연율은 0%(5월 설문조사)로 나타났습니다. 학부모의 교육수준, 생활수준, 교육활동에 대한 요구와 기대 수준이 높은 편이나 **자녀의 인성교육을 우선시하여 가정과 연계한 심화형 흡연예방 실천학교를 운영하는데 많은 지지를** 받을 수 있었습니다. 80여명의 교직원 연령은 20대부터 60대까지 다양하며 남자교직원 비율은 19.2%이며 흡연자는 없는 것으로 나타났습니다.

3. 지금껏 운영해오신 다양한 흡연예방사업들 중, 선생님께서 생각하시기에 가장 도움이 되었다고 생각한 사업은 어떤 사업인지 말씀 부탁드립니다.

Jr END 프로그램을 부모와 함께 방학과제물로 제시해 전교생을 대상으로 단계별 Jr END 프로그램 학습지를 방학 동안 부모님과 함께 하는 가정과 연계학습으로 활용하여 자녀와 직접 학습지를 통하여 흡연에 대한 폐해를 알아보고 가정에서 먼저 흡연예방 및 금연을 실천하도록 하였습니다.

프로그램 평가를 위한 ‘**금연 100점! 호연 아버지날**’을 운영하여 심화형 흡연예방 및 금연 실천학교로 교육활동에 관심을 가지는 계기를 마련하고, 행복한 가정 만들기와 아버지의 금연이 본인 건강과 가족건강의 지킴이 역할임을 인식하고, 방학과제물인 Jr END 프로그램 학습지의 복습과 금연의지를 북돋는 계기가 되어 원래 학부모 흡연율은 2015년 43%로 나타나 가족의 흡연을 통한 모방 흡연의 위험성에 노출되어 있고 잠재적 흡연자가 될 우려도 높은 실정이었으나 지난 1년간 가정연계를 통한 흡연예방, 금연교육을 실시한 결과 **2016년 33%(5월 설문조사)로 학부모 흡연율이 많이 떨어진 것으로 나타났습니다.** 학부모의 흡연율이 떨어지면 그만큼 간접흡연의 기회와 잠재적 흡연위험의 노출 기회가 적기 때문에 효과가 크다고 할 수 있습니다. 또한 **흡연예방 리플릿을 자체 제작하여 금연 지역캠페인, 가정 금연홍보에 많은 도움이 되고 있습니다.**



▲ 아버지날 금연퀴즈 가족대회



▲ 호연초등학교 제작 리플릿

4. 학교흡연예방사업을 성공적으로 수행하기 위해 필요한 필수 요인은 무엇이라고 생각하십니까?

중·고등학교 흡연하는 학생들의 설문조사를 보면 많은 학생들이 초등학교부터 담배를 피웠다는 놀라운 결과를 볼 수 있습니다. 초등학교에서부터 체계적이고 지속적인 흡연예방 교육이 필요하며 **흡연예방교육의 활성화**를 위하여 **학교교육과정과 연계하여 학교, 가정, 지역전체가 활동할 수 있는 제도적 뒷받침**이 필요합니다. 특히 초등학교 학생은 흡연하는 부모님의 영향이 크다고 할 수 있으므로 **가정과 연계한 다양한 교육활동과 체계적인 흡연예방 교육 프로그램**이 필요하다고 할 수 있습니다.



▲ 학부모 금연 결심

학부모용 - 흡연 중 () 비흡연 () 금연계획 중 (✓)					
설문항목	매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통	그렇다	매우 그렇다
학교에서 실시 한 흡연예방교육은 유익하다.	①	②	③	④	⑤ ✓
교육내용은 흡연예방/금연을 이해하는데 도움이 되었다	①	②	③	④	⑤ ✓
흡연예방에 관한 방학과제가 적절하였다.	①	②	③	④	⑤ ✓
흡연예방교육에 대하여 전반적으로 만족한다.	①	②	③	④	⑤ ✓
흡연예방/금연 교육이 필요하다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤ ✓

· 흡연예방교육에 대한 느낌과 기타 의견을 자유롭게 작성하여 주세요.
 * 학교흡연예방교육에 대한 의견을 더 나은 사업 추진을 위한 자료로 사용하겠습니다.

▲ 학부모 흡연예방 만족도 설문조사



▲ 운동회 금연탑 쌓기 경기



▲ 운동회 담배 끊고 멀리 던지기

5. 학교흡연예방사업을 운영하시면서 겪으신 어려움 또는 추가적으로 필요한 사항이 있으셨다면 말씀 부탁드립니다.

저희 학교는 3년 동안 심화형 흡연예방 실천학교를 운영하고 있으므로 첫 해에 흡연예방에 대한 인적, 물적, 환경적 인프라가 충분하게 구축되어 있어서 사업을 수행하는 동안 큰 어려움은 없었습니다. 다만 초등학교부터 흡연의 폐해에 대한 인식을 완전히 심어주기 위한 체계적인 교육이 절대적으로 필요한데 전문강사에 의한 교육 지원이 필요하다고 생각합니다. 학급 수가 많은 저희 학교인 경우 전교생을 전문강사에 의한 교육을 할 경우 강사로 지출이 너무 많아서 다른 사업에 영향을 미쳐 조금 아쉬움으로 남습니다. 그리고 한 가지 더 제안을 드리고 싶은 것은 작년에 미국 금연연수를 갔을 때 캘리포니아 주정부에서는 금연 주간을 마련하여 그 지역에 온통 붉은 깃발, 리본을 달아서 어른들도 함께 참여 하게한다고 했습니다. 그래서 우리도 세계 금연의 날에는 모든 학교, 관공서가 함께 캠페인도 하고 리본도 달고, 거리에 온통 금연 표시로 모두 참여를 했으면 하는 마음입니다.



▲ 금연 거리 홍보



▲ 금연 캠페인

6. 마지막으로 전국 학교장님을 비롯하여 모든 선생님들께 하고 싶은 말씀이 있으면 부탁드립니다.

“꿈과 보람, 감동이 있는 행복한 교육” 울산교육은 12덕목(사랑, 창의성, 행복, 보람, 전문성, 존경, 건강, 역량, 꿈, 사랑, 신뢰, 협력)과 인성역량을 품은 건강한 미래 주인공들을 키우고 있습니다. 이에 울산교육청에서는 적극적인 흡연예방 및 금연사업으로 각 학교를 지원하여 흡연율이 점차 감소하고 있습니다. 저희 학교는 학부모님의 흡연율이 43%에서 33%로 떨어졌습니다. 아직은 전국 평균보다 높지만 앞으로 더 나아질 것으로 기대합니다. 이것은 학교와 가정, 지역이 함께 노력할 때 가능합니다.

특히 교장선생님과 학교선생님들의 전폭적인 지원이 없이는 불가능합니다. 최근 들어 학생들의 흡연이 저연령화되고 유형이 다양화되고 있어 이에 따라 학생들은 어린 시기부터 보다 적극적이고 효과적인 흡연예방교육 사업이 이루어져야 한다고 생각합니다. **교육과정 속에 반드시 체계적인 흡연예방교육을 편성해주시기 바랍니다.** 지속적이고 꾸준한 관심과 체계적 교육적 지원이 이루어질 때 21세기는 담배연기 없는 건강한 대한민국이 될 것입니다.

05 학교 알리미

공지사항

○ 학교흡연예방사업 성과대회 개최 안내

- 2016년도 학교흡연예방사업 추진 성과 및 우수사례 공유를 위한 성과대회를 개최하고자 합니다. 시·도교육청별 평가를 통해 선정된 우수사례에 대해서는 성과대회 시 보건복지부 장관상을 수여할 예정이며, 우수사례집 발간 및 배포를 통해 전국에 성과를 알리고자 합니다.
- 일시 및 지역 : 12월 15일 ~ 16일, 전남 여수
- 대상자 : 시·도교육청, 교육지원청, 학교의 흡연예방사업 담당자
- * 자세한 사항은 추후 시달되는 공문 참조

○ 학교흡연예방사업 실적입력 및 최종 결과보고서 제출 안내

- 학교흡연예방사업의 최종 실적입력 및 결과보고서를 제출해주시기 바라며, 12월까지 사업 완결 및 예산 집행이 완료될 수 있도록 만전을 기해주시기 바랍니다.
- (방법) <http://nosmk.khealth.or.kr> 로 접속, 학교 아이디로 로그인 후 실적 입력
- * 자세한 사항은 추후 시달되는 공문 참조

사업동정

○ 학교흡연예방사업 시·도교육청 담당자 워크숍 개최

- 일시 및 장소 : 10월 28일(금) 10:00~15:30, 더플라자
- 참석자 : 보건복지부 건강증진과 과장 등 4명, 한국건강증진개발원 국가금연지원센터 정주연 팀장 등 8명, 학교흡연예방사업 시도교육청 및 교육지원청 담당자 49명
- 주요안건 : 학교흡연예방사업 '16년 추진현황 및 '17년 추진방향, 시·도교육청 사례 발표(부산, 대구, 경기, 충남, 전남), 담당교사 역량강화 연수 계획 안내, 애로사항 논의 등





[담뱃갑 경고그림] 경고그림은 어떻게 도입이 되었나?

◆ 담뱃갑 경고그림 도입 근거

- WHO 담배규제기본협약(Framework convention on Tobacco Control, FCTC) 제 11조 '담배제품의 포장 및 라벨'
- 50% 이상이 담배경고 면적과 경고그림 도입 권고
 - 당사국은 협약 채택 3년 이내 해당 사항을 준수할 의무가 있음.
 - 담뱃갑 포장이 소비자를 현혹시키고 판촉 효과가 있어, 무(無)광고 포장(Plan Package)을 도입할 것을 제시(FCTC 제11조 가이드라인)

◆ 담뱃갑 경고그림 도입 노력

'15년 5월 기준 국회에 제출된 개정안 중 경고그림 관련 내용은 총 12회

- '14.9.22일에 정부가 제안한 국민건강증진법 일부 개정 법률안 내용에 담뱃갑 경고그림 도입 내용이 포함되어 있었으나, 담뱃갑 인상과 관련 없는 흡연 경고그림 규정을 삭제하는 수정안(이명수 의원 등 46인)이 통과되어 경고그림 도입이 무산되었습니다.

경고그림 도입을 위한 노력은 지속되었으나 담배회사의 로비, 이익집단의 반대 등으로 번번히 무산되었으며, 국회 속기록을 통해 본 경고그림 도입 반대 논리는 다음과 같습니다.

- ✓ 기존 제품의 모든 디자인을 새롭게 함으로써 담배사업자의 경제적 부담이 원가상승으로 이어져 소비자 부담으로 이어질 것으로 판단됨.
- ✓ 국민건강증진이라는 목적 하에 강제하는 것이라 할지라도 국가에서 인정해 주는 담배사업권을 침해할 소지가 있음.
- ✓ 담배를 기호품으로 삼고 있는 흡연자들과 담배사업 종사자들에게 혐오감과 모욕감을 유발할 가능성이 있음.
- ✓ 한국의 담배산업을 망치는 게 됨.
- ✓ 그림까지 넣는 것은 조금 과하지 않나 생각됨.

이러한 어려움에도 불구하고, 경고그림 도입을 위한 노력이 지속되어 15년 5월 29일 보건복지위원장이 제안한 국민건강증진법 일부 개정법률안이 국회 본회의에서 통과되었으며, 담뱃갑 경고그림 도입이 법적으로 제도화되었습니다.

◆ 13년 만에 성공한 담뱃갑 경고그림 도입

담뱃갑 경고그림 도입을 위한 법안 통과 후, 정부는 경고그림 개발 연구, 시행령 개정 등을 추진하였으며, 경고그림 제정위원회를 통해 흡연과의 연관성이 높고 효과성이 크다고 판단되는 폐암 등 10개 주제 선정하였다.

제작 특성에 따른 주제 분류

- ✓ 병변관련 (5종): 폐암, 후두암, 구강암, 심장질환, 뇌졸중
- ✓ 비병변관련 (5종): 간접흡연, 조기사망, 피부노화, 임신부흡연, 성기능장애

규제개혁위원회 심의(5.13.), 법제처 심의(6.7.), 국무회의 의결(6.13.), 고시 제정(6.23.)이 되었고, 12월 23일부터 반출되는 담뱃갑에 경고그림 부착 예정입니다.

출처:

http://nsk.khealth.or.kr/user/extra/ntcc/nosmokeInfo/infoView/jsp/Page.do?siteMenuIdx=62&c_gr=1&c_id=&sr

금연 후 체중증가 원인

니코틴의 체중 조절 중추 신경계에의 작용으로 인하여 흡연자의 경우 금연을 하면 일시적으로 체중이 증가하는 경향을 보이거나, 모든 금연자가 아닌 일부 집단에서만 체중 증가 현상이 나타납니다. 하지만 주로 남자 보다 여자에게서, 금연 전에 흡연량이 많았거나, 젊을수록 체중이 증가하는 경향이 있으며, 금연 후 1년 이상의 장기간의 체중 변화를 살펴보면 금연 자체가 아닌 금연 후의 신체활동 감소나 과도한 다이어트 등이 그 원인인 경우가 있습니다. 따라서, 금연 후의 체중 증가 경향이 금연 시도의 장애물이 되어서는 안됩니다.

◆ 기초대사율 감소

흡연은 몸의 전체적인 기초대사율과 몸의 온도 및 근육 긴장정도를 증가시킴으로써 몸 안에서의 에너지 소모량을 늘립니다. 그러다가 금연을 하면, 우리의 몸은 기초대사율이 낮아지도록 다시 조절이 되므로, 흡연을 할 때와 똑같은 양을 먹었을 때 에너지를 덜 사용하고 지방을 좀 더 저장하려고 하는 작용을 하게 됩니다.

◆ 미각 회복

니코틴에는 혀의 미각 기관(미뢰)의 감각을 둔하게 함으로써 식욕을 억제하는 작용이 있게 때문에 금연을 하면 맛의 감각이 돌아와 음식 섭취가 증가될 수 있습니다.

◆ 군것질 증가

흡연에 대한 욕구를 채우기 위해 대신 고지방과 단 음식 등을 찾게 되고 입안에 뭔가 있어야 마음의 평안을 느끼게 되므로 열량 섭취가 늘고 자연스럽게 살이 찌게 되는 것입니다. 금연을 하는 모든 사람이 체중이 증가하는 것이 아니며, 증가하더라도 평균 2-3kg에 지나지 않습니다. 이렇게 늘어난 체중으로 인한 부정적인 면은 흡연으로 인한 건강상의 해악에 비하면 아주 작은 하나의 변화일 뿐이며 금연과 함께 조금만 노력을 기울이면 늘어난 체중은 조절할 수 있습니다. 실제로 금연 중 식이 조절을 함께 하면 식이 조절을 하지 않은 사람들 보다 금연 성공률이 1.8배 정도 높고, 식이 조절을 하지 않은 금연자들은 체중이 평균 1.6kg 정도 늘어나는 반면 식이조절을 해온 금연자들은 흡연할 때 보다 오히려 체중이 평균 2kg 감소한 것으로 알려져 있습니다.

출처: http://www.nosmokeguide.or.kr/mbs/nosmokeguide/subview.jsp?id=nosmokeguide_040303010000

06 흡연예방 교육자료

[SBS 스페셜] 금연전쟁 : 내아이를 부탁해



어느 날, 내 아이의 가방에서 담배가 발견된다면?
부모는 몰랐던 내 아이의 흡연이야기!

내 아이를 무조건 믿기만 하는 부모들에게 건네는
경고의 메시지!

담배로부터 내 아이를 지키기 위해 필요한 것은 무엇일까?

아이를 둔 부모라면 누구나 한번쯤은 고민해 봐야하는
청소년 흡연!

모든 부모는 아이를 믿는다. 그러나 지나친 믿음은 때로 무관심과 같은 결과를 불러 올 수도 있다. 우리는 아이들의 흡연을 막기 위해, 무엇을 알고, 어떻게 행동해야 하는가.

'SBS 스페셜'에서는 26명의 흡연 청소년들을 만나, 어른들에게 말하지 못했던 그들만의 은밀한 이야기를 들어보고 담배 없는 건강한 대한민국이 되기 위한 고민의 시간을 갖는다.

<출처>

[3분 미리보기] http://allvod.sbs.co.kr/allvod/vodEndPage.do?srs_id=22000071721&pc_searchclick=all_vod_cont_00_01

[풀영상] <http://www.gomtv.com/view.gom?contentsid=14526433&auto=1>

[그때 그 뉴스] “담배는 독약입니다” 국민 코미디언의 한마디



“담배 맛있습니까? 그거 독약입니다.”

사람들에게 웃음을 주던 코미디언 이주일 씨는 2002년 4월 금연 공익광고에 출연해 이렇게 말했습니다. 폐암과 싸우는 와중에 다른 사람들에게 담배의 위험성을 알리고 싶어서 결심한 공익광고 출연. 그 후 약 4개월 후 이주일 씨는 세상을 떠났습니다.

14년이 지난 지금 금연을 위해 다양한 정책이 시행되고 있습니다. 담뱃값이 크게 올랐으며 올해 말부터는 담뱃갑에 흡연 경고 그림이 부착됩니다. 담배와의 전쟁은 여전히 진행 중입니다.

<출처>

[유튜브] <https://www.youtube.com/watch?v=7InB5mZh1g&feature=youtu.be>