

禁煙治療・禁煙支援のためのトレーニングプログラムの紹介

日本公衆衛生学会では、たばこ対策専門委員会の活動の一環として、日本禁煙推進医 第3回 健康寿命をのばそう!アワード
 師歯科医師連盟が開発した禁煙治療・支援のための e ラーニングと簡易 Web 学習を活用することになりました。本プログラムは、「特定健康審査・特定保健指導における禁煙支援から始めるたばこ対策」（日本公衆衛生協会、2013 年）に掲載されている「健診等の保健事業の場における禁煙支援のための指導者用学習教材」に準拠しており、厚労省が発行した「禁煙支援マニュアル（第 2 版）」としても採用されているものです。



全国の都道府県や市町村、保健所管内において、指導者研修の一環としてご活用ください。行政機関だけでなく、医療機関や健診機関、薬局・薬店、職場に勤務する保健医療従事者も参加できます。なお、個人での参加も可能です。

1. e ラーニングプログラム 《2015 年 10 月 1 日申込み開始》

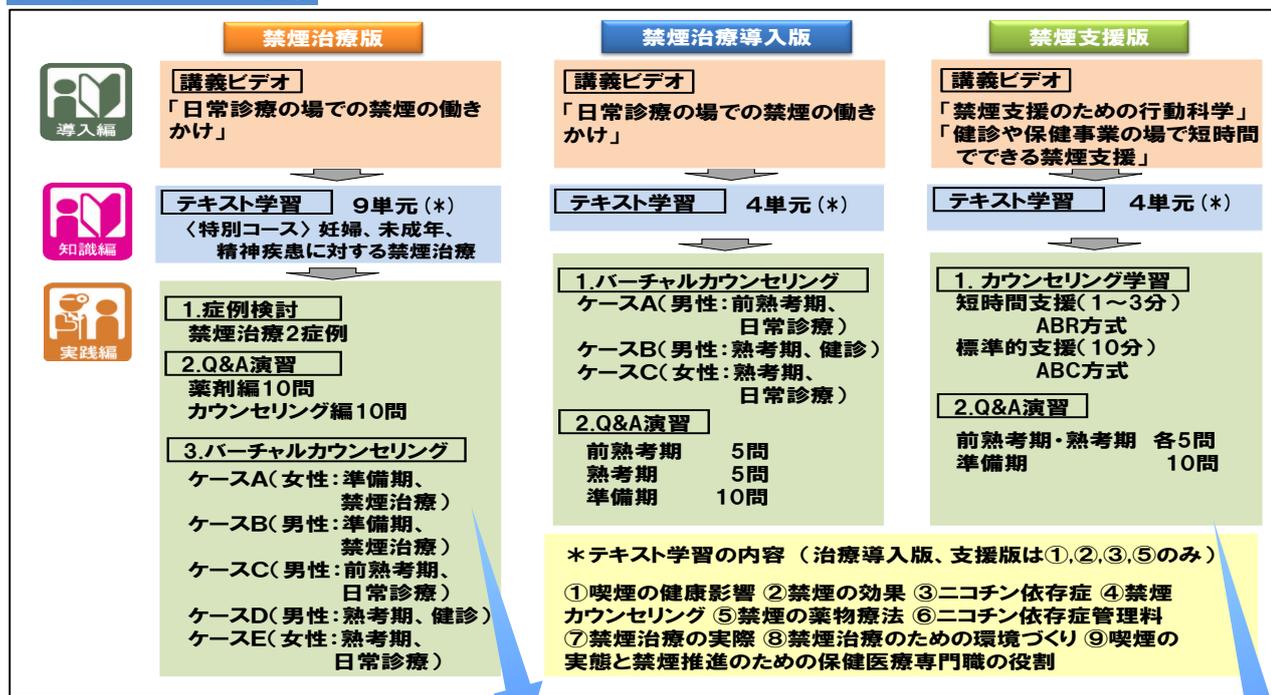
◆プログラムの概要

e ラーニングプログラムは、「禁煙治療版」（禁煙外来用）、「禁煙治療導入版」（日常診療、薬局・薬店用）、「禁煙支援版」（保健事業の場用）の 3 種類からなります。

禁煙治療・支援に必要な知識を学習するほか、仮想の面接や症例検討などを用いた演習により、実践的な知識やスキルを学ぶことができます。

	禁煙治療版	禁煙治療導入版	禁煙支援版
用途	禁煙外来	日常診療 薬局・薬店	地域や職域の保健事業の場
学習内容	禁煙治療標準手順書に準拠した禁煙治療	短時間でできる禁煙の動機づけや情報提供	短時間でできる禁煙の動機づけや情報提供、禁煙カウンセリング
対象	医師やコメディカル	医師やコメディカル 薬局・薬店の薬剤師	地域や職域の保健指導者
学習時間（目安）	10～12時間	3～4時間	4～5時間

◆学習コンテンツの内容



ケースA (禁煙治療の場) 学習時間: 約45分
 女性・45歳 【喫煙ステージ】準備期
 【学習のあらまし】合併症がない健康な喫煙者に対する禁煙治療について学びます。禁煙治療は、初回、2週間後、4週間後、12週間後の4回の治療を取り上げていきます。

ケースB (禁煙治療の場) 学習時間: 約35分
 男性・65歳 【喫煙ステージ】準備期
 【学習のあらまし】基礎疾患がある喫煙者に対する禁煙治療の方法を学びます。禁煙治療は、初回、2週間後、4週間後、12週間後の4回の治療を取り上げていきます。

ケースC (一般外来の場) 学習時間: 約15分
 男性・28歳 【喫煙ステージ】前熟考期
 【学習のあらまし】日常診療の場において、禁煙に関心のない若い喫煙者に対する禁煙の動機を高める方法について学びます。

ケースD (健診の場) 学習時間: 約15分
 男性・51歳 【喫煙ステージ】熟考期
 【学習のあらまし】健診の場において、特に異常がなかった喫煙者に対する禁煙の動機を高める方法について学びます。

ケースE (小児科外来の場) 学習時間: 約10分
 女性・32歳 【喫煙ステージ】熟考期
 【学習のあらまし】子供の喘息治療にきた保護者に対する禁煙の動機を高める方法について学びます。

Q&A演習で取り扱う喫煙者からの質問の例

前熟考期	軽いたばこから吸って もいい	税金で貢献しているんだ から吸っていてもいい	禁煙でストレスがたまる より吸っているほうがい い
熟考期	長年吸ってきたので、今 さらやめても手遅れ	禁煙するととりそうて悩 んでいる	何度も禁煙に失敗してい て自信がない
準備期	ハレクリニックとパッチ、ど ちらが禁煙しやすいか	お酒の席で吸ってしまい そうて心配	家族が吸っているので 吸ってしまいそうて心配

◆プログラムの実績と効果

2010年から全国の禁煙治療登録医療機関、自治体（大阪府と高知県）や学会、保険者などの保健医療従事者を対象に実施し、2014年までに2,673人が参加し、期間内に全ての所定のプログラムを修了できた者は約7割でした。修了者の成績により、禁煙治療・禁煙支援に関する知識、態度、自信、行動がトレーニング前より向上・改善することが確認されています。

◆今年度の実施計画と申込み方法

- ・参加資格：日本公衆衛生学会会員および会員より紹介のあった医療従事者
 - ・申込み期間：2015年10月1日（木）から学習終了日まで随時申込可能
 - ・学習期間：2015年12月1日（火）から2016年2月26日（金）（期間中随時学習可能）
- <団体として参加の場合>但し、10名未満の場合は、個人としてお申し込みください。

① 下記担当までeメールでご連絡ください。

公益社団法人 地域医療振興協会 西日本事務局 増居志津子 jstop@outlook.jp

② 団体毎に「団体会員ID」を発行させていただきます。貴団体の参加希望者に通知をお願いします。

③ お申込みは、下記のJ-STOP ホームページから個人毎に行ってください。その際に「団体会員ID」の入力が必要となります。

J-STOP ホームページ：<http://www.j-stop.jp/>

<個人として参加の場合>

上記のJ-STOPのホームページからお申込ください。

- ① 団体名の覧では、「日本公衆衛生学会」を選択してください。
- ② 団体会員IDの覧には「JSPH2015」と入力してください。

2. Web 簡易学習プログラム《申込は不要、通年でいつでも視聴可能》

◆プログラムの概要

日常診療や健診などの場での禁煙支援、職場における受動喫煙防止対策について、専門家による講義が視聴できる4種類のプログラムで構成されています。ご希望の内容を選択し、所定の登録をして頂くと、いつでも講義を視聴できます。講義終了後に理解を確認する5問からなるアセスメントテストが用意されています。解答頂くことにより、解説とあわせて講義の内容を振り返ることができます。学習時間は各々30分～1時間程度です。スマートフォンやタブレットからの視聴も可能です。

申込みは必要ありませんので、下記のJ-STOPのホームページから学習を開始して下さい。

J-STOP ホームページ：<https://www.j-stop.jp/webprogram/index.php>



◆プログラムの内容

	「日常診療の場で短時間でできる禁煙の効果的な働きかけ」(24分) 講師：大阪がん循環器病予防センター 予防推進部長 中村 正和
	「健診や保健事業の場で短時間でできる禁煙支援」(56分) 講師：大阪がん循環器病予防センター 予防推進部長 中村 正和
	「禁煙支援における行動科学」(38分) 講師：椋山女学園大学 助手 谷口 千枝
	「職場における受動喫煙防止対策」(16分) 講師：産業医科大学産業生態科学研究所 教授 大和 浩

◆ eラーニングやWeb簡易学習に関するお問い合わせ お問い合わせは原則eメールでお願いします。

公益社団法人 地域医療振興協会 西日本事務局 (TEL 075-353-5051) 増居志津子 jstop@outlook.jp