

## 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

日本禁煙推進医師歯科医師連盟では、禁煙治療・禁煙支援などについて学習する指導者トレーニングプログラムを開発し、その普及に取り組んでいます。本プログラムはWeb簡易学習プログラムとeラーニングプログラムからなります。このたび、第3回「健康寿命をのばそう!アワード」において、厚生労働省健康局長優良賞を受賞しました。



### 1. eラーニングプログラム

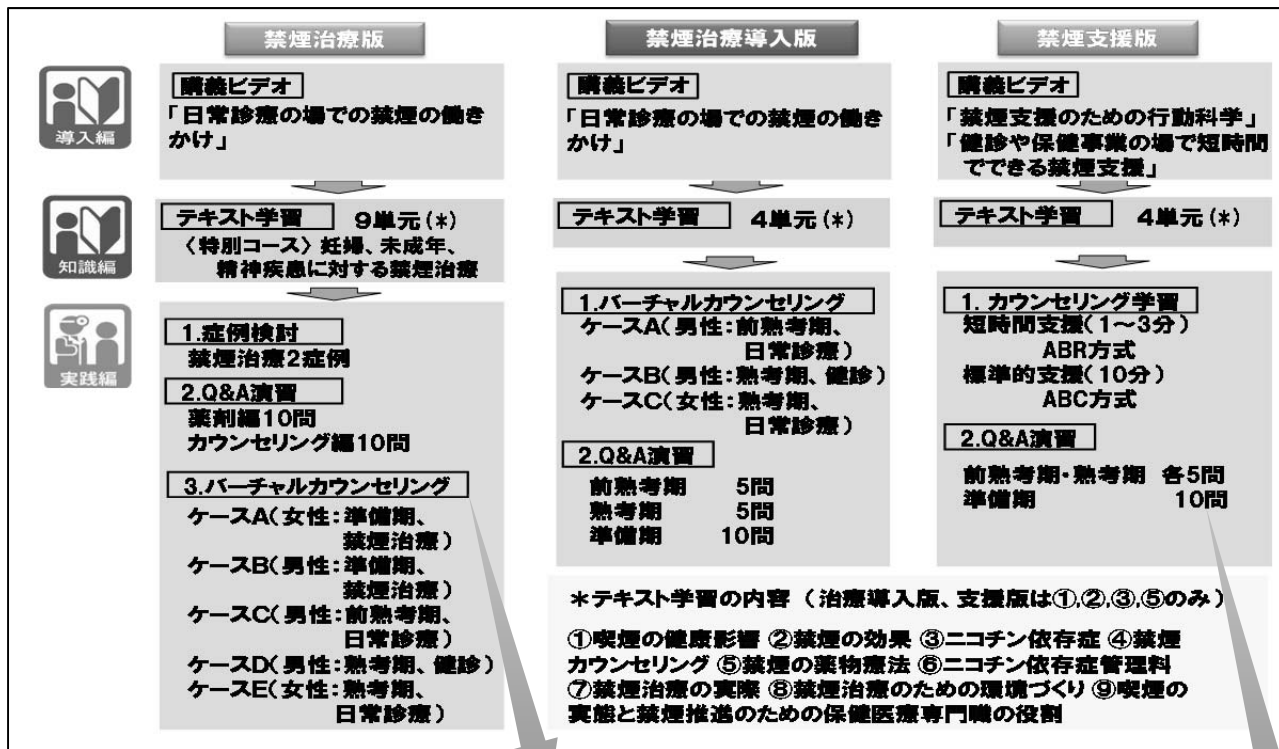
#### ◆プログラムの概要

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、初診、2週間後、8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、初診、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】  
子供の喘息治療に果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	軽いタバコから吸って 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	禁煙すると太りそうで悩 んでいる	何度も禁煙に失敗してい て自信がない
準備期	バ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 そうで心配	家族が吸っているので 吸ってしまいそうで心配

### ◆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、2013年までに2,187人が参加し、修了率は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：「保健指導研修企画者・講師のためのアドバイザーワークショップ」（津下班）参加者等
- ・申込み期限：2015年2月27日（金）の学習修了日まで随時申込可能
- ・学習期間：申込み時点から2015年2月27日（金）まで（期間中随時学習可能）
- ・申込み方法：下記のホームページから必要事項を入力してお申し込みください。

J-STOP ホームページ：<http://www.j-stop.jp/>

上記のWeb画面からお申込を頂く際には、下記の通り入力していただきますようお願いします。

1. 「団体名」の覧は「厚生労働科学研究費補助金 津下班」を選択してください。
2. 「団体会員ID」の覧は「津下班2014」と入力してください。

## 2. Web 簡易学習プログラム

### ◆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、所定の登録をしていただくと、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。解答いただくことにより、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：<http://www.j-stop.jp/>

### ◆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：梶山女学園大学 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