

津下班ワークショップ(2014年12月15日、東京)

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

# 保健指導力を高める研修のあり方とは？ eラーニングの活用とその効果

1. eラーニングの開発と効果評価
2. eラーニングを活用した指導者研修の提案

大阪がん循環器病予防センター  
予防推進部 中村正和

日本禁煙推進医師歯科医師連盟プロジェクト(J-STOP)



# eラーニングプログラムの概要

	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	「禁煙治療のための標準手順書」に準拠した禁煙治療	短時間の禁煙のアドバイスや情報提供	「禁煙支援マニュアル」に準拠した禁煙支援 (短時間の禁煙のアドバイスや情報提供、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

詳しくはJ-STOPホームページへ <http://www.j-stop.jp>



Japan Smoking cessation Training Outreach Project

**禁煙治療版**

**講義ビデオ**  
「日常診療の場での禁煙の働きかけ」

**テキスト学習** 9単元(\*)  
(特別コース) 妊婦、未成年、精神疾患に対する禁煙治療

**1. 症例検討**  
禁煙治療2症例

**2.Q&A演習**  
薬剤編10問  
カウンセリング編10問

**3.バーチャルカウンセリング**  
ケースA(女性:準備期、禁煙治療)  
ケースB(男性:準備期、禁煙治療)  
ケースC(男性:前熟考期、日常診療)  
ケースD(男性:熟考期、健診)  
ケースE(女性:熟考期、日常診療)

**禁煙治療導入版**

**講義ビデオ**  
「日常診療の場での禁煙の働きかけ」

**テキスト学習** 4単元(\*)

**1.バーチャルカウンセリング**  
ケースA(男性:前熟考期、日常診療)  
ケースB(男性:熟考期、健診)  
ケースC(女性:熟考期、日常診療)

**2.Q&A演習**  
前熟考期 5問  
熟考期 5問  
準備期 10問

**禁煙支援版**

**講義ビデオ**  
「禁煙支援のための行動科学」  
「健診や保健事業の場で短時間でできる禁煙支援」

**テキスト学習** 4単元(\*)

**1. カウンセリング学習**  
短時間支援(1~3分) ABR方式  
標準的支援(10分) ABC方式

**2.Q&A演習**  
前熟考期・熟考期 各5問  
準備期 10問

\*テキスト学習の内容 (治療導入版、支援版は①、②、③、⑤のみ)

- ①喫煙の健康影響
- ②禁煙の効果
- ③ニコチン依存症
- ④禁煙カウンセリング
- ⑤禁煙の薬物療法
- ⑥ニコチン依存症管理料
- ⑦禁煙治療の実際
- ⑧禁煙治療のための環境づくり
- ⑨喫煙の実態と禁煙推進のための保健医療専門職の役割

# トレーニングプログラムの効果(2010-2013年度)

— 知識、態度、自信、行動の変化 —

**禁煙治療・支援に関する知識の変化**

知識スコア: 正解に1点を配点し、その点数を計算したもの  
対応のある分岐分析 \*\*\* p<0.001

**禁煙治療・支援に対する態度の変化**

禁煙治療版 (n=872)	禁煙治療導入版 (n=205)	禁煙支援版 (n=448)	
喫煙の本質はニコチン依存症	2.20 2.65***	2.01 2.51***	2.11 2.56***
禁煙治療は手間の割りに効果があがらない	0.89 1.39***	0.51 0.84**	0.43 1.06***
禁煙カウンセリングは有用	2.07 2.53***	1.92 2.43***	1.81 2.33***
禁煙補助剤は有用	2.09 2.58***	1.83 2.39***	1.86 2.44***
禁煙は健康の大前提	2.44 2.66***	2.18 2.59***	2.21 2.52***
禁煙治療・支援には知識や技術の習得が大切	2.55 2.71***	2.52 2.62*	2.65 2.73**

スコア: 3点~5点 (3点未満の誤り、2点未満の誤り、1点未満の誤り、0点未満の誤り、-1未満の誤り、-2未満の誤り、-3未満の誤り)  
\* 1点未満の誤り、\*\* 2点未満の誤り、\*\*\* 3点未満の誤り  
+ 1点未満の誤りの正負を逆転させて計算  
Wilcoxonの符号検定法 \*\*\* p<0.001 \*\* p<0.01 \* p<0.05

**禁煙治療・支援に対する自信の変化**

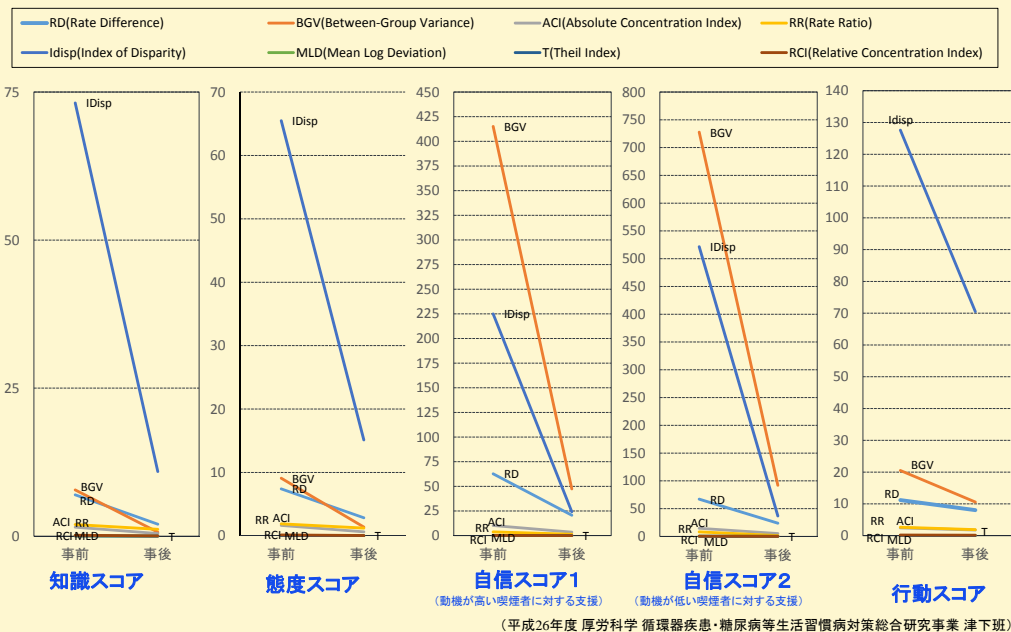
自信スコア: 0~100%の範囲で10%ごとに配点を設けて計算  
対応のある分岐分析 \*\*\* p<0.001

**禁煙治療・支援に対する行動の変化**

禁煙治療版 (n=872)	禁煙治療導入版 (n=205)	禁煙支援版 (n=448)	
喫煙状況の確認	2.85 2.88	2.43 2.42	2.53 2.60
禁煙のアドバイス <sup>1)</sup>	2.44 2.54***	1.62 1.88***	1.98 2.14***
禁煙する気持ちの確認	2.22 2.40***	1.55 1.81***	2.41 2.39
短時間(1~3分)の禁煙支援 <sup>2)</sup>	2.73 2.74	2.20 2.24	2.30 2.36
再喫煙を防ぐ働きかけ 「禁煙治療版、治療導入版のみ」	2.64 2.84***	2.21 2.32	- -
10分程度の禁煙支援 <sup>2)</sup> 「禁煙支援版のみ」	- -	- -	1.35 1.68***

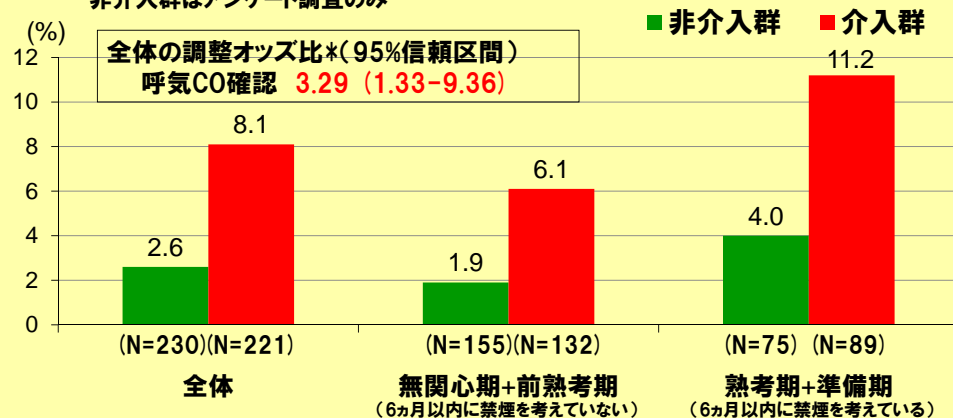
行動スコア: 0点~4点 (0全く行わない、1ごく一部、2ある程度、3比較的多く、4ほとんど全て)  
<sup>1)</sup> 喫煙者全てに実施しているかについて質問  
<sup>2)</sup> 禁煙したい喫煙者を対象に質問  
Wilcoxonの符号検定法 \*\*\* p<0.001 \*\* p<0.01 \* p<0.05

## トレーニングによる受講者間格差の変化－禁煙治療版(2010～2013年)



## 健診の場での短時間の禁煙介入の効果 －6ヵ月後断面禁煙率(呼気CO濃度確認)－

研究方法: 大阪S市での総合健診(がん検診を含む)の場での介入研究、月ごとに割付  
 研究対象: 介入群221人、非介入群230人(応諾率91.7%、90.9%)、研究時期: 2011～12年  
 介入内容: 介入群は診察医師の禁煙の助言と保健指導実施者による1～2分間程度の禁煙支援、非介入群はアンケート調査のみ



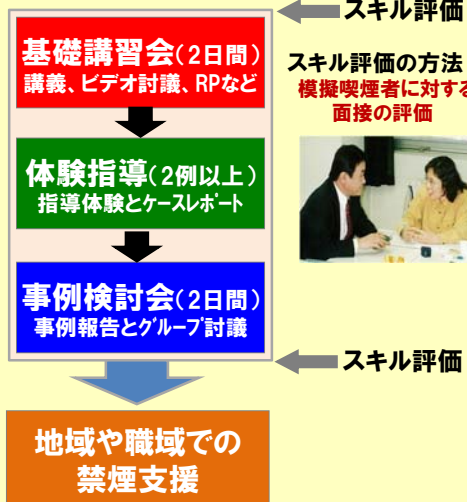
\* 性、年齢、禁煙関心度、禁煙経験の有無で調整

(中山富雄、嶋田ちさ: 健診・検診や保健指導における禁煙支援の事例報告 (1) 地域の事例報告、大井田隆、他(編): 特定健康診査・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、p125-133, 2013.)

## 指導者トレーニング

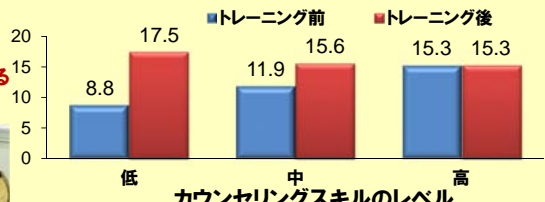
### トレーニングによるスキルの変化

### 指導者トレーニング



スキル評価

スキル評価の方法  
模擬喫煙者に対する  
面接の評価



### スキルと6ヵ月後断面禁煙率の関係



(萩本明子, 他: 日本公衆衛生雑誌, 54 (8): 2007の追加解析/平成25年度 厚生科学 第3次対がん研究 中村班)

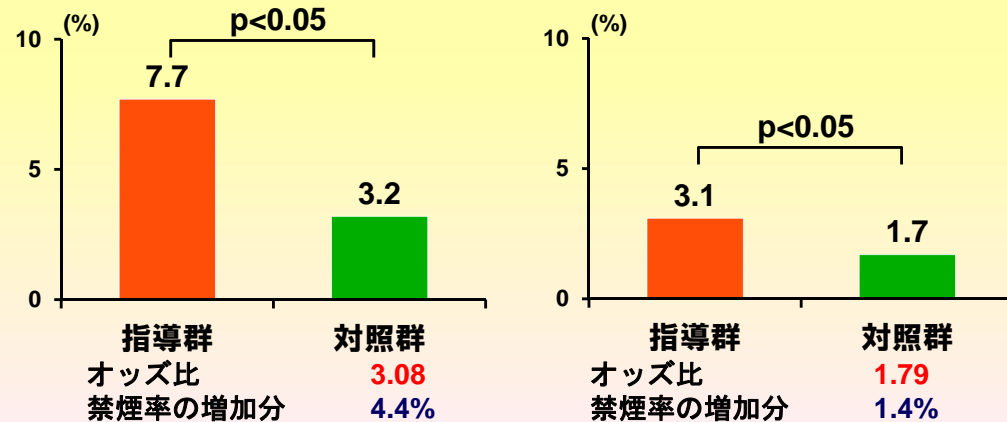
## 健診の場での禁煙介入の有効性 －1年後追跡調査結果－

### Efficacy Study

6ヵ月間以上継続禁煙率(呼気CO確認)

### Effectiveness Study

6ヵ月間以上継続禁煙率(呼気CO確認)

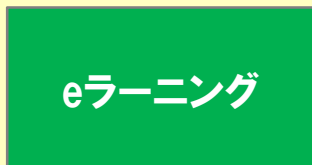


(注) オッズ比は、年齢、喫煙ステージおよび喫煙本数、禁煙経験、禁煙の自信で補正 (中村正和ら、2001)

# 指導力を高める研修の提案

知識等の効率的な習得

スキルアップと実践支援



- ビデオ視聴  
講義・カウンセリング
- テキスト学習
- バーチャル演習  
カウンセリング、症例検討、Q&A演習

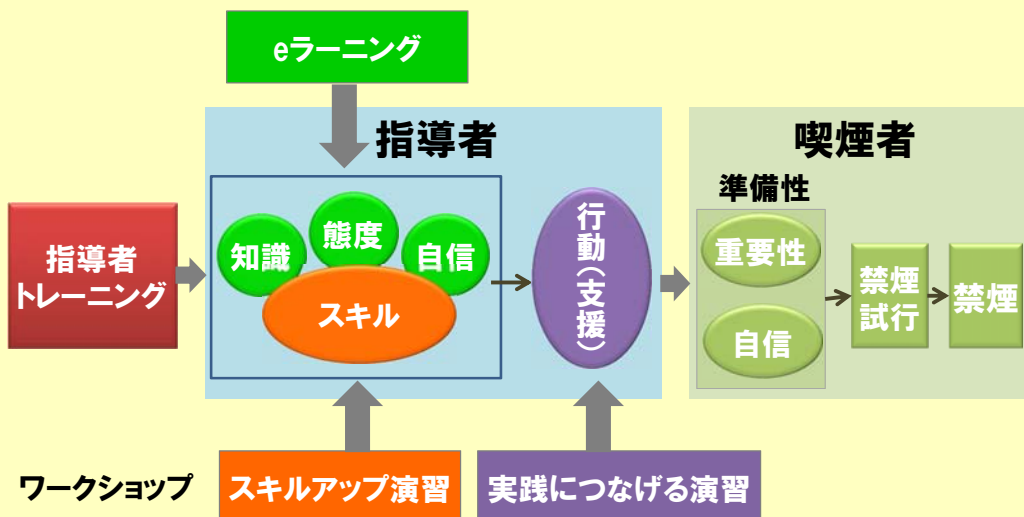
- スキルアップ演習  
Q&A演習など
- 実践につなげる演習  
計画作成、問題点の検討

# 学習内容が記憶に残る割合—学習活動別

10%	読む
20%	聴く
30%	見る
50%	聴きながら見る
70%	話して書く
90%	話して実際にやってみる

(Contento IR. Nutrition Education, Linking research, theory, and practice, 2<sup>nd</sup> ed. Jones & Bartlett, pp243, 2011)

# 指導力を高める研修のための「教育法ミクス」



# スキル習得を目的とした指導者教育法の方法と比較

方法	目的	特徴	課題
ロールプレイ	擬似的場面を設定して、手軽にできる役割を演じることにより、新しい行動の習得や行動を促進する	設定が自由にできる 行動の練習ができる 演技者と観察者との間で討議して、改善策を検討できる	臨場感に欠ける場合がある 安易に実施すると、単な遊戯になって効果があがらない
ビデオ視聴と討論	ビデオ記録した指導場面とみながら、良い点や改善点を検討する	実際または現実に近い指導内容を視聴できるので、臨場感がある グループで客観的な検討が可能 自分の指導を記録する場合は、自分の支援を振り返ることができる	ビデオ画像の準備が必要 効果的な教材の検討が必要 経験できるケースに限られる
Q&A演習	よくある喫煙者からの質問をカードにして、適切な回答ができる練習を行う	質問を準備すれば、手軽にできる 問題解決カウンセリングの技法等の習得に役立つ コーディネーターが解説をすることで内容の理解が深まる	質問に回答する必要があるため、受講者が緊張することがある コーディネーターが対応できる人数に限りがある