

## 【報告】

## 第110回 全国禁煙アドバイザー育成講習会 in三重

## 【講習会】

- ◆開催日：2012年2月19日（日）
- ◆場所：桑名市民会館（三重県桑名市）
- ◆主催：日本禁煙科学会・禁煙健康ネット（KK）三重・禁煙マラソン
- ◆後援：三重県歯科医師会、三重県薬剤師会、三重県看護協会

## 【メインテーマ】

職場の禁煙力を高める禁煙支援

## 【主たるプログラム】

## ◇産業衛生に必要な禁煙支援講座

支援基礎コース

産業現場で役立つ禁煙支援のためのエビデンス

のだ小児科 野田 隆

産業現場で使える禁煙治療の基礎

坂井橋クリニック 廣田久佳

産業現場の禁煙支援をマネジメントする

禁煙マラソン 三浦秀史

アドバンスコース

産業現場の禁煙支援あれこれ

日本禁煙科学会 高橋裕子

## ◇ランチョン・セミナー（ファイザー）

禁煙支援最新情報

日本禁煙科学会 高橋裕子

## ◇分野別コース

産業現場や自治体で進める禁煙支援の実際

シャープ株式会社 酒井秀精

禁煙マラソン 三浦秀史

乳児健診から大学までの禁煙教育

三原クリニック 三原武彦

のだ小児科 野田隆

日本禁煙科学会 高橋裕子

大阪府南薬剤師会センター薬局 高橋直子

## ◇体験談、Q&amp;A

## 【開催報告 1】

2月19日、三重県桑名市にて、三重県では4回目の全国禁煙アドバイザー育成講習会が開催されました。

前日の懇親会。高橋裕子先生は、前日朝早くに車を宿泊ホテル駐車場に置いて長野まで講演に出かけられ、とんぼ返りして会場に来られるという離れ業でしたが、いつもの艶やかな着物姿でお見えになりました。大阪からの高橋直子先生も到着され、和気あいあいの懇親会になりました。

翌日の講習会は、99名定員の会場ほとんど一杯の参加者があり、このところの寒さにもかかわらず熱気ムンムンのため、ほとんど暖房もいらぬくらいでした。

今回のびっくりは、同じ会場で歯科の講演会があり、そこへ参加されていた、愛知学院大学短期大学部稲垣幸司先生の飛び入り講演(\*)でした。タバコによる肺の変化は見ることはできないが、歯肉や歯は直接観察できるというものでした。歯科のお話を聞く機会はほとんどないので目からうろこの新鮮なお話でした。

高橋、野田、三浦先生も新しい話題を意欲的に取り入れられ、初めての方にはもちろんリピーターの方にもマンネリにならず新鮮な講習会でした。地元の酒井秀精先生の新幹線など列車の話も新鮮でした。禁煙支援者認定試験の参加者も多く、支援の輪の広がりを感じました。ご参加の皆さま、お疲れ様でした。

(\*)後日、稲垣先生から「歯科の講演会に行ったわけではなく、そちらの講習会で勉強させていただくために参加していた一受講生です。そこで運悪くというか運よくというか、高橋先生に見つかってしまい、突然話させていただく機会をいただくことになりました。高橋先生には感謝する次第です。」という旨のお便りを頂きました。

報告者：坂井橋クリニック 廣田久佳

## 【開催報告 2：受講ノートから】

午後の分科会「乳児健診から大学までの禁煙教育」について報告致します。

## ◇三原武彦先生「乳児健診における親への禁煙指導」：

妊娠がわかってから、禁煙を試みる方は女性ほとんどでしたが、男性は半数以下で実際に禁煙できるのは、女性は成功率高いが、男性は成功率低い。男性、父親は第一子以降、二人目以降は禁煙をよびかけても難しいとのことでした。母乳育児のときは、禁煙に結びつくが、母乳育児を辞めると再喫煙する傾向があるそうです。

母の愛の強さを知るとともに、それでも再喫煙してしまう危うさを知りました。再喫煙しないように支援できると良いですね。

## ◇野田隆先生：

10代から喫煙を開始している方は寿命が短くなるという2つの調査からのお話。これは相当インパクトがありました。

## ◇高橋裕子先生「大学における喫煙防止教育について」：

高橋先生のお話の要旨

喫煙という疾患は15歳から22歳に罹患しやすい疾患であり、22歳を過ぎての罹患は少ない。つまり大学卒業まで非喫煙でいることが重要である。今や国立大学での入学者の喫煙率は1%前後の大学が多いが、その後学年が上がるごとに喫煙率が上がってしまう。なお喫煙率は私立大学の方が高い。

若年の喫煙はニコチン依存が高い場合が多い。しかしプリングマンインデックスが保険適応を阻んでしまう。したがって吸わないための教育が重要であるが、大学では一斉の授業が可能な時間はほとんどない。かろうじて入学時の訓話に禁煙のことをしっかりいれるくらいが関の山であり、大学へ入学する前の小中高での喫煙防止教育が重要である。

喫煙開始を抑制するには大学教育が重要だということを認識しました。我が家の息子にも教育指導していきます。

## ◇高橋直子先生：

ある幼稚園で「臭い」といじめられてた子がいて、園長さんにそのことを伝えたらその子の親がタバコを吸っていて、その匂いがついていた。それがきっかけでその幼稚園で禁煙指導をした、というお話が印象的でした。喫煙は様々な形で周囲の人に影響を与えていることが分かりました。

報告者：エーザイ株式会社 久田邦博

## 花便り

— 2012. 02 —

## 【便り(1)】

2/4は立春です。この冬一番の寒波の中、春を告げる「梅花オウレン」(写真上)の花が咲いています。花が梅の花に似ているので名前がつかまりました。少し暖かいと「唐オガタマ」の花も開きだし、バナナの香りがしています。

バイカオウレンは根が小さいので、薬用には使っていません。セリバオウレンも2月の中旬には咲き出すのではと思います。紅花マンサクの花が咲いていました。植物も少し暖かいと春を感じるようです。園では少しずつ花が増えてきました。皆様はウキウキしてますか？

三寒四温で暖かくなってきます。背中、腰を冷やしてインフルエンザを引かないように気を付けて下さい。

## 【便り(2)】

2月に入り、少しずつ暖かくなって来ているようです。植物園の「節分草」(写真中)はトキワマンサクの下にいたので、ようやく咲きました。節分の時期の合わせて咲くので名前があります。2/3の節分の日には間に合いませんでしたが、今年も2輪咲いてくれました。

まだ寒いですが、お身体をご自愛ください。風邪の予防に、濃いお茶でうがいをして下さい。

## 【便り(3)】

20℃近い昨日、今日の暖かさで、ようやく梅(写真下)が開花し始めました。家の庭のプラムの花も10輪ぐらい開花しました。薬用植物園の「オウレン」の花も咲き出しました。コブシの蕾も少し白く観えだしたものが有ります。

25日は入学試験です。受験生に良い春が来ますように。味噌天神のウメの蕾もだいふ膨らんでいました。フキノトウも少し顔を出してます。陽気に浮かれて顔にニキビが出ませんように。

(写真と文)

熊本大学薬学部 薬用資源エコフロンティアセンター准教授 矢原正治

