

【報告】

第10回 子どもの禁煙研究会

2017年7月29日

【研究会】

- ◆開催日：2017年（平成29年）7月29日（土）
- ◆場所：沖縄小児保健センター
沖縄県島尻郡南風原町字新川218-11
- ◆研究会の趣旨：子どもに対する禁煙活動に焦点をあて、
沖縄県の禁煙活動の推進を図る。
- ◆主催：日本禁煙科学会、子どもの禁煙研究会
- ◆後援：沖縄県医師会、沖縄県健康づくり財団、沖縄県小児科医会、
沖縄県薬剤師会、沖縄県歯科医師会、沖縄県小児保健協会、
沖縄県看護協会、沖縄県保健医療部、沖縄県教育委員会、
健康日本21推進全国連絡協議会（順不同）

【主たるプログラム】

- ◇開会の辞
オリブ山病院 譜久山民子
- ◇子どもの禁煙研究会のあゆみ
徳山クリニック 永吉奈央子
- ◇講演 赤ちゃんから始める禁煙活動“童どう宝”
子どもの禁煙研究会会長 安次嶺馨
- ◇講演 子ども達への禁煙支援
日本禁煙科学会 高橋裕子
- ◇ミニコンサート
琉球交響楽団 団員による演奏
- ◇事例紹介とグループディスカッション
テーマ：子どもの禁煙外来への通院中断を改善するために何が必要か
- ◇閉会の辞
沖縄県立中部病院ハワイ大学卒後医学臨床研修事業団 安次嶺馨

第10回 子どもの禁煙研究会

日時 2017年7月29日(土) 15:00~18:00予定

場所 沖縄小児保健センター (南風原町新川218-11)

参加費 500円(資料代)
日本禁煙科学会 禁煙支援士受講点(1点)

プログラム
開会の辞 オリブ山病院 譜久山民子
「子どもの禁煙研究会のあゆみ」
永吉奈央子(徳山クリニック 禁煙外来)
講演「赤ちゃんから始める禁煙活動“童どう宝”(仮)」
安次嶺馨(子どもの禁煙研究会会長)
講演「子ども達への禁煙支援(仮)」
高橋裕子(京都大学 禁煙外来)
ミニコンサート 琉球交響楽団員による木管四重奏
事例紹介とグループディスカッション
テーマ「子どもの禁煙外来への通院中断を改善するために何が必要か」
閉会の辞 沖縄県立中部病院ハワイ大学卒後医学臨床研修事業団 安次嶺馨

参加申し込み
詳細は「第10回子どもの禁煙研究会申込」と記し、お預金先・口座を添えて下記宛先にお申し込み下さい
kk-okinawa-kodomo@kinen-marathon.jp 〆切 2017年7月22日(土)

主催 日本禁煙科学会 子どもの禁煙研究会
後援(予定) 沖縄県医師会 沖縄県健康づくり財団 沖縄県小児科医会 沖縄県薬剤師会 沖縄県小児保健協会
沖縄県歯科医師会 沖縄県看護協会 沖縄県保健医療部 沖縄県教育委員会 健康日本21 推進全国連絡協議会

たばこのかきんが喉にささるよ、毎日忘れず貼ろう。

ニコチンパッチの使い方「あいうえお」

あ 吸いたくなくて、吸えなくていい！
あ 吸いたくなくて、吸えなくていい！
あ 吸いたくなくて、吸えなくていい！

い いに吸煙だ！
い いに吸煙だ！
い いに吸煙だ！

う えからささって深呼吸！
う えからささって深呼吸！
う えからささって深呼吸！

え 吸いたくなくて、吸えなくていい！
え 吸いたくなくて、吸えなくていい！
え 吸いたくなくて、吸えなくていい！

お 守りパッチを1~2枚！
お 守りパッチを1~2枚！
お 守りパッチを1~2枚！

それでも吸いたくなくなったら、どうする？

飲み物を 深呼吸
運動をする 寝てしまう
風呂やシャワー、何かを口にする
音楽を聴く
水やお茶、水をかき出し
本、マンガ、DVD、ハズルに集中する
家族や祖のとうじ

3分で、吸いたい煙草は吸えます。
楽しい煙草吸い方を身につけよう！

第10回子どもの禁煙研究会

日本禁煙科学会HP (子どもの禁煙研究会(2017)のページ)

http://www.jascs.jp/kodomo_kinen/kodomo_kinen_2017.php

【開催報告】

7/29（土）子供の禁煙研究会は無事盛会にて終了いたしました。ご参加下さった皆様、ご協力いただいた皆様に心より感謝申し上げます。遅くなりましたがご報告をいたします。

最初に、この日は禁煙科学会創始者である日野原重明先生の告別式にあたり、こちらでも追悼をさせていただきましたことをご報告致します。

さて、今回は、第10回という節目にあたり、活動の原点を皆で共有したいとの思いから、安次嶺馨先生にご講演をいただきました。先生の御講演のインパクトはとて大きく、「なぜ胎児からなのかわかりやすく印象に残った」「先生の力強いメッセージに感銘を受けた」との感想を多数いただきました。

また高橋裕子先生の御講演では、基礎的な知識だけでなく、今回は特に新型タバコに関する講義が聞いて良かったとの声を多数いただきました。イギリスで購入してこられた電子タバコの現物を見せていただきましたが、いちごのような甘いおいのものなど、おやつ感覚で子ども達のタバコの入り口となりうると感じました。また加熱式タバコについても詳細にお話くださり、勉強になりました。

休憩時間では、毎回安次嶺先生のお蔭で実現している恒例のミニコンサート、今回は木管四重奏の素晴らしい音楽でリフレッシュし、さらに安次嶺先生へのサプライズで沖縄タイムス賞受賞祝いのお花プレゼントでにぎわいました。後半の症例ディスカッションでは14歳女子事例について、すばらしい意見を多数いただき学びの多い時間となりました。

Q&Aでは高橋先生と安次嶺先生からさらに理解を深めていただきました。

参加者は主催者含め35名と少なめでしたが、県外からもお越しになり終了後の懇親会も、山羊、泡盛、沖縄料理を堪能しながら親睦も深められよかったです。下記へ、参加者からいただいたアンケート結果をお示しします。貴重な御感想をいただきありがとうございます。ありがとうございました。

次回の予定は決まり次第、ご案内しますので、どうぞよろしく願いいたします。

■第10回子どもの禁煙研究会 アンケート

回答数24（回答率69%）

Q1. 今回の研究会の内容は

とても良かった 19（79%）、良かった 5（21%）

Q2. 2つの講演について

とても良かった 18（75%）、良かった 5（21%）、回答なし 1（0.04%）

Q3. ミニコンサートについて

とても良かった 19（79%）、良かった 5（21%）

Q4. 参加型ディスカッションについて

とても良かった 16（67%）、良かった 5（21%）、回答なし 4（17%）

Q5. 印象に残ったことや感想、その他（要約）

安次嶺先生のご講演：

- ・将来の生活習慣病に胎児の環境が影響するという事がとても印象に残った（多数）。
- ・子供の健康を守る事が、生活習慣病を減少させるために必要である事を改めて認識した。
- ・「自分だけのことでなく、次の世代に責任を持ちなさい」との先生のお言葉が印象に残った。
- ・赤ちゃんの段階から守るためにも禁煙教育、将来の大切さをあらためて考えさせられた。

高橋先生の講演：

- ・明確でわかりやすく、受動喫煙や、若年齢からの喫煙ほど依存が強いこと、生活習慣病との関連や周囲への影響といったタバコの害についてわかりやすく学べた。
- ・保健所の介入の有効性が印象に残った。
- ・新型タバコについての知識や英国の状況等、新しい問題もを学ぶことが出来てよかった。
- ・電子タバコ実物を見ることができて良かった（多数）。

子ども禁煙研究会のあゆみの映像：

- ・禁煙研究会の活動の意義、歴史 等がよくわかった

ミニコンサート：

- ・気分がリラックスできた（多数）生で聴けて良かった

グループディスカッション：

- ・多職種で活発に話ができて、種々の視点からの多くの意見が聞けてよかった（多数）
- ・自分なら何ができるかも聞いてみたかった。
- ・家族、学校、医療機関の連携の重要性を痛感した。

- ・母親の力を子供たちがとても求めているのだと考えさせられた。
- ・子どもにはサポートが大切だと思う。ディスカッションの時間がもう少しあるとよい。

全体：

- ・子どもの時期からの禁煙指導に共感できた。いろいろな情報を得る場になり、他地域の取り組みを知る機会となった。1人でも多くの子供たちをタバコの害から守れるようこれからも研究会に参加したい。とてもよい研究会なのでもっと多くの人達に参加してほしい。
- ・保護者（PTA）教員にも声かけが必要だと思った。今後も継続して開催をお願いします

Q6. 今後とりあげてほしいテーマ

- ・日本、沖縄のたばこ問題と禁煙研究の国際的動向
- ・電子タバコ、加熱式タバコの有害性を今後も
- ・学校、行政の取り組み

（報告：徳山クリニック禁煙外来 永吉奈央子、子どもの禁煙研究会事務局）

【参加型グループディスカッション報告】

第5回以降毎回行っている「参加型のグループディスカッション」の、今回の内容をご報告します。

今回のテーマは「子どもの通院継続のために何が必要か」で、実際の症例についてディスカッションを行いました。多職種からの意見を色々といいただき次に生かせる大変充実した内容となり感謝申し上げます。

以下にその内容をご報告いたします。

■第10回子どもの禁煙研究会 参加型ディスカッション

事例要約：14歳（中学2年）女子

- ・13歳初回喫煙、14歳常習喫煙。
- ・喫煙を補導され2日間禁煙したが続かず養護教諭が同伴し当院受診。
- ・喫煙本数1日3～8本（後で確認すると、20本すったことがあるという）
- ・放課後、公園や路上で吸う。知人からタスポを借りて購入する。
- ・同居者喫煙：母と兄
- ・一緒にいる友人：2人→2人とも吸う。
- ・TDS 5点FTND 2点
- ・無人島に一人いてタバコがあったら「ひと箱全部吸ってしまうと思う」
- ・呼気中一酸化炭素濃度 6ppm
- ・PHQ-9 12点（希死念慮ないが、うつ傾向あり）
- ・研究会への提示に同意あり
- ・両親は通院の同伴困難。
- ・友人2名も一緒に通院開始し、友人の母親が3人一緒につれてくることに。
- ・ニコチネルTTSで治療開始。30mgで開始したが「貼った方が吸いたくなる」と貼ったり貼らなかつたりするため20mgに減量し毎日貼るよう指示、するとはがして吸っているため30mgへもどし、治療継続。
- ・4回までは通院し、医療者との治療関係は良好で徐々に治療成果も見えてきていたが、5回目、来院せず。
- ・夜遊んで起きられなかったことが原因。
- ・友人の母親に通院同伴のストレスあり。
- ・春休みで、養護教諭も転任、学校のフォローも中断。以後来院なし。

ディスカッションテーマ：この事例の場合、通院を継続するためには、どのようなことが必要であったと思いますか？

各グループからの発表要約：

<本事例について>

- ・家族の応援がないと禁煙支援は難しく、本来はそれが整ってから治療開始すべきだが現実このように困難なケースがある。
- ・子どもの禁煙はそれが整うのを待ってられない。

<支援方法の課題>

- ・親がどう思っているのか確認が必要。周りも含めて話し合う場が必要だったのではないか。
- ・交友関係や生活環境、他の二人の親はどうして同伴できないのかなど親の情報収集がもう少し必要であった。

- ・一人の親に負担がかからぬよう同伴者を複数確保する必要があった。
- ・うつ傾向に対し治療介入が必要であったのではないか。
- ・最初に子ども自身のタバコで困っている気持ち、やめたい気持ちを確認し、それをどう大きくしていくかも課題。
- ・本人が実感したメリット（出費が減った等）を継続につなげることができなかったか。
- ・養護教諭の後任への引き継ぎも必要と思われるが、現実多忙な時期と重なると困難も想像され、それをカバーできる社会的なサポートが必要。

<疑問点>

- ・パッチを貼ったり貼らなかつたりはサイズの問題だったのか？

<解決策案>

- ・家庭や地域の問題が絡んでおり行政も地域もすべて入って解決していかないと、病院の対応も限界がある。
- ・支援する社会システムが必要だ。
- ・特に本事例のように学校の多忙な時期に重なった場合学校以外の機関でフォローする存在があるとよい。

高橋先生からのコメント要約：

- ・本当に難しい事例をよくディスカッションしていただいた。
- ・奈良県で行ったように保健所が入るなど学校が動ける正当な理由となる社会システムにしない限り人事を尽くしても非常にむずかしい。
- ・しかしその中で、今回、家庭や学校の働きかけを考えていただいたことがとても貴重で、どの意見も本当にそれができたら、と思うことばかり。
- ・子どもはうまくいくようにみえていても最後までわからない（これは大人も同じ）。しかし、大人に真剣に取り組んでもらっていることを子供たちが感じる事が、禁煙の成功不成功にかかわらず子供にとって大きな糧になる。
- ・結果的にこの事例は禁煙がうまくいかなかったように感じるのだが、禁煙できるように大人が支援を提供したことは決して無駄になっていないと思う。
- ・本事例のパッチのサイズについて「貼った方が吸いたくなる」というケースは大人の禁煙でもある程度禁煙が進んできた場合みられることもある。
- ・対応策は、貼ったり貼らなかつたりではなく、とにかく貼り続けてみるというのは一つの正解。
- ・本事例は、多くの意見にもあったように、パッチ以上に「周囲の環境が大切」だったように思われる。

(報告：徳山クリニック禁煙外来 永吉奈央子、子どもの禁煙研究会事務局)