

【報告】

全国禁煙アドバイザー育成講習会

(2019/07) 第255回(宮崎)、第256回(沖縄)

【第255回 全国禁煙アドバイザー育成講習会 in 宮崎】

- ◆開催日：2019年(令和元年)7月7日(日)
- ◆場所：宮崎市保健所
- ◆主催：日本禁煙科学会、禁煙健康ネット(宮崎)、禁煙マラソン
- ◆後援：宮崎県、宮崎市、宮崎県教育委員会、宮崎県医師会、宮崎県歯科医師会、宮崎県薬剤師会、宮崎県看護協会、宮崎県歯科衛生士会、宮崎県小児科医会、社団法人宮崎市郡医師会、宮崎市郡歯科医師会、宮崎県健康づくり協会、宮崎産業保健総合支援センター、健康日本21推進全国連絡協議会

【主たるプログラム】

- ◇産業医研修認定講演
KKEに学ぶ、職場における禁煙支援のエビデンス
さいたま市立病院 館野博喜
- ◇ランチョンを兼ねる
煙外来での禁煙支援の実際
のだ小児科医院 野田隆 他
- ◇産業医研修認定講演
職場における人柄別やる気を引き出す禁煙支援
大阪商業大学 東山明子
- ◇産業医研修認定講演予定
改正健康増進法の成立を受けた宮崎県のタバコ対策
宮崎県福祉保健部健康増進課 坂本三智代
- ◇重点項目の復習とQ&Aタイム

第255回禁煙アドバイザー育成講習会
『広げよう禁煙支援の輪—ほんの少しはOじゃない』

主催：禁煙健康ネット宮崎、禁煙マラソン、日本禁煙科学会
後援：宮崎県・宮崎市・宮崎県教育委員会・宮崎県医師会・宮崎県歯科医師会・宮崎県薬剤師会
宮崎県看護協会・宮崎県歯科衛生士会・宮崎県小児科医会・社団法人宮崎市郡医師会
宮崎市郡歯科医師会・宮崎県健康づくり協会・宮崎産業保健総合支援センター・健康日本21推進全国連絡協議会

日時 7月7日(日) 9時45分～16時
場所:宮崎市保健所(宮崎市駅東1丁目6番地2)
会費:5,000円(資料代など)

プログラム(9:35-車務連絡)

10:00～11:30 KKEに学ぶ、職場における禁煙支援のエビデンス(産業医研修認定講演)
さいたま市立病院 館野 博喜

11:30～11:45 振り返りテスト(禁煙支援士認定試験を兼ねる。自由参加)

11:45～12:30 禁煙外来での禁煙支援の実際(ランチョンを兼ねますが、お弁当は各自持参)
のだ小児科医院 野田 隆 他

12:30～14:00 職場における人柄別やる気を引き出す禁煙支援(産業医研修認定講演)
大阪商業大学 東山 明子

14:00～15:15 改正健康増進法の成立を受けた宮崎県のタバコ対策(産業医研修認定講演予定)
宮崎県福祉保健部健康増進課 川越 正敏

15:15～16:00 重点項目の復習とQ&Aタイム

★日本薬剤師研修センター 認定(4単位)
★日本歯科衛生士会 研修(6単位)
★日本禁煙科学会 認定禁煙支援者 受講点2点
★宮崎県認定産業医認定研修1.5単位と1単位

講習会の前日の7月6日に希望者14名講習会を申したいと届きました。希望者の人数次第で場所等を調整しますが、開始時間:19時～会費:3～5千円を予定(仮)、希望を頂いた方には速くご連絡をいたします。
hai480@mb.infoweb.ne.jp (野田隆)まで参加希望の方はメールをお願いいたします。(8月29日(土)正午締め切りです。)

【開催報告】

第255回全国禁煙アドバイザー育成講習会は、宮崎市保健所において9時45分から日本禁煙科学会副会長東山と野田による事務連絡と開会あいさつにて開始されました。

参加者は医師13人、薬剤師21人、保健師9人、看護師5人、管理栄養士も含め栄養士3人、養護教諭1名、歯科衛生士1名、学生3人、教官1名の計57名が受講されました。県外が7名とほとんどが宮崎県の方でした。スタッフと講師もあわせて67名の集会となりました。

10:00～11:30は「KKEに学ぶ、職場における禁煙支援のエビデンス」と題して、さいたま市立病院の館野 博喜先生により、最初はなぜ禁煙を勧めるかの医学的エビデンス、次に禁煙ステージ別に、どうやってモチベーションを上げるか、声掛けの仕方などのワーク、最後に加熱式タバコ、電子タバコについての最新の知見を語るという3部構成の講演でした。参加者から、実践的で明快でずいぶん勉強になったという声が聞かれました。

11:30～15:15は振り返りを兼ねた初級認定試験です。参加者の約半数が受験し大半の方が合格し、100点満点の方も11人もいらっしゃいました。サードハンド・スモークの理解が可否の鍵だそうです。



11:45~12:30は、ランチョンセミナーで「禁煙外来での禁煙支援の実際」と題して、いかにして再診回数を増やすか、言い換えると禁煙成功率をいかにして上げるかを、禁煙外来エキスパートナースの石田さん、吉原さんのお二人の助言を得ながら、野田が話しました。のど小児科医院の実践に学びたいという声が聞かれたのは光栄でした。

12:30~14:00は、「職場における人柄別やる気を引き出す禁煙支援」と題して大阪商業大学の東山 明子教授が講演されました。

配布資料に30の項目を上げて、自分の性格に当てはまるもの3つを上げさせて、大きく4つの人格と内田クレペリン検査のパターンと結びつけ自分と相手に対する対処方法を説明されました。禁煙支援に新しい視点から対応できると高い評価を参加者からいただきました。

14:00~15:15は「改正健康増進法の成立を受けた宮崎県のタバコ対策」について宮崎県福祉保健部健康増進課の坂本 三智代さんからお話いただきました。

法改正の内容を詳しく説明していただき、県の喫煙対策も伺えました。第一級施設でありながら、宮崎県も含め多くの県庁の敷地内禁煙化が進んでいないそうです。

15:15~16:00は重点項目の復習とQ&Aタイムでした。試験結果の公表とコメント(前述)ののち、加熱式タバコ・電子タバコについて多くの質問を得、講師陣が回答しました。

充実した講習会が持てたのは施設を提供して下さった宮崎市保健所、後援を賜った諸団体と参加された皆様のおかげと感謝しています。(報告:禁煙健康ネット宮崎代表世話人 野田隆)



【第256回 全国禁煙アドバイザー育成講習会 in 沖縄】

- ◆開催日：2019年（令和元年）7月7日（日）
- ◆場 所：沖縄県薬剤師会会館
- ◆主 催：日本禁煙科学会、禁煙健康ネット(沖縄)、禁煙マラソン
- ◆後 援：沖縄県医師会、沖縄県薬剤師会、沖縄県歯科医師会、沖縄県小児科医会、沖縄県小児保健協会、沖縄県健康づくり財団、
沖縄県看護協会、沖縄県保健医療部、健康日本21推進全国連絡協議会

【主たるプログラム】

- ◇禁煙支援基礎講習

禁煙支援の基礎から最新知識まで	日本禁煙科学会	高橋裕子
-----------------	---------	------
- ◇ランチョンセミナー

禁煙治療の現場から・タフスモーカー対応	日本禁煙科学会	高橋裕子
---------------------	---------	------
- ◇講義

薬剤師の立場から禁煙支援・喫煙防止教育	沖縄県薬剤師会	笠原大吾
---------------------	---------	------
- ◇特別講演

DOHaD学説と喫煙	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
------------	--------------------------	------
- ◇ミニコンサート

	琉球交響楽団団員
--	----------
- ◇ 要点の復習・QA

【開催報告】

最初は、高橋裕子先生の講義でした。その冒頭で、今年の第14回日本禁煙科学会学術総会 in 大阪(2019年9月21日-22日)の紹介がありました。それから1時間半、さらに参加者がお弁当を食べながらのランチョンセミナーの講義まで高橋先生の講義でした。連続で、すごいですね。

- ・禁煙支援基礎講習 禁煙支援の基礎から最新知識まで
- ・禁煙治療の現場から～タフスモーカー対応

高橋先生は、日本きもの学会の会長でもあり、ネコ検定上級保持者とのことです。色んなお顔をお持ちです！

講義では基礎的なことから禁煙に関する全般的な事をまとめてお話しされました。私の隣に座った方は、禁煙関連の講習会に初めて参加したとのことで、知らないことが多く、とても勉強になったと言っていました。特に息子さん加熱式たばこにしたとのことで、安全なものに変えてよかったねと言っていたのですが、講義を聴いて健康を害するものだとわかり、早速息子さんに伝えると言っていました。

ランチョンでは、タバコは悪いとわかっていても禁煙したくないという人への説明のコツを教えてくださいました。

沖縄県薬剤師会の笠原大吾先生からは、「薬剤師の立場から禁煙支援・喫煙防止教育」と題して学校での授業で子どもたちへの教育をどのようにしているか、子どもたちに伝える内容についてお話しいただきました。笠原先生は学校薬剤師という立場でもお仕事されており、学校と連携して、子どもたちの健康のためにたばこやドラッグなどの講義、薬についてなども伝えているとのことでした。

沖縄県立中部病院・ハワイ大学卒後医学臨床研修事業団の安次嶺先生には「DOHaD学説と喫煙」についてお話しいただきました。DOHaDとは Developmental Origins of Health and Disease の略です。

「将来の健康や特定の病気へのかかりやすさは、胎児期や生後早期の環境の影響を強く受けて決定される」という概念で、わかりやすく言うと、その人の大人になってからの体質は、お母さんのお腹の中や生後早期の環境の影響を受ける、ということです。かなり多くの病気のリスクが子宮内や生後早期の環境の影響を受けて決定されることがわかってきているそうです。

胎内環境や生後早期の環境をより良いものにすることができれば、その子が将来病気になりにくい体質になったり、性格もより良いものになる可能性があり、タバコを止めることで悪影響はかなり減らすことができるという希望の持てる話でした。

講習会の中で、琉球交響楽団団員によるフルートとバイオリンとピアノ演奏による素敵なコンサートが開催されました。

曲目は、開催日(7月7日)七夕にちなんで

- ・水上の音楽よりホーンパイプ／ヘンデル
- ・歌の翼による幻想曲／シュティックメスト
- ・イパネマの娘／C. ジョビン
- ・ムーンリバー／H. マンシーニ
- ・リベルタンゴ／ピアソラ
- ・たなばたさま／下総皖一
- ・星に願いを／L. ハーライン
- ・糸／中島みゆき

と、なじみの多い名曲ばかり。

演奏くださったのは、眞榮田えり子さん（フルート）吉川えりなさん（ヴァイオリン）奥平めぐみさん（ピアノ）で、いずれも数々の受賞を重ねた一流の演奏家のみなさんです。

毎回とても素敵なコンサートが開催される沖縄の講習会は素晴らしいですね。

禁煙アドバイザー育成講習会は、内容が濃く、禁煙外来を行って行く上で、知識を更新するためにも大切だと感じました。人間は3ヶ月で忘れていくというので、繰り返しての学習は大切だと思います。

今後ともどうかよろしくお願いします。（報告：ゆいクリニック 島袋史）