



## 子どもの禁煙

# 「長い目で見守りを」

南風原で 南風原で 南風原で 南風原で 南風原で  
**研究会 大人がやめるのが先**

子どもの禁煙研究会（安次嶺警会長）は11日、南風原町の沖縄小児保健センターで第7回研究会を開いた。禁煙支援に携わる医療関係者や教職員らが取り組みを報告したほか、禁煙を始めた子どもへ、母親としてどう声掛けするかを参加者同士で討論した。未成年者はニコチン依存に陥りやすく、一度禁煙しても続かないことがあるといい、周囲の大人が長い目で子を見守ることの大切さを共有した。

## 予防教育の重要性強調

浦西中学校養護教諭の上

原利枝子さんは、保健室に入室する生徒の状況や、たばこについてのアンケート調査の結果を通して、同校の実践策を報告。昨年度から専門医との連携を進め、1年間で生徒12人が禁煙外来を受診したという。

喫煙する生徒の親と面談すると、子どもとの関係に悩む親が多いことが分かったという。「親の話を教職員が聞くことで、長い目で見て子どもが落ち着くことが分かってきた。親のサポートをする必要性を感じ

未成年者の禁煙を進めるための実践策などを報告し、フロアからの質問に答える各氏11日、南風原町の沖縄小児保健センター

た」と強調した。

日本禁煙科学会理事長で奈良女子大学教授の高橋裕子さんと、子どもの禁煙研究会の事務局を務める医師の永吉奈央子さんは、実際に未成年者の禁煙を支援する立場から報告した。

高橋さんは、未成年者の治療の場合、保健所や県医師会などの公共機関が学校と医療機関の間に立って橋渡しすれば、通院を継続する割合が10%高まることを紹介。当事者だけに禁煙治療をするのは限界があるとし、周囲の大人の禁煙治療と予防教育の重要性、社会の禁煙化が必要と強調した。

永吉さんは、常習喫煙の

始まりと同時に、希死念慮（死にたいと思う気持ち）などのうつ症状も出たという中学生の事例を報告。中学生は自発的に三度禁煙に取り組んだが、最長5日で断念したという。

「海外では、10代で喫煙している若者がうつ病を発

症するリスクは、非喫煙者の約4倍あるとの報告もある。治療では、うつ症状を含めて精神状態へも注意をはらう必要がある」と指摘した。

その上で、初診時に全員に対してうつ病スクリーニングを行う方法が早期発見に有効だったと紹介した。聴講者同士で行った討論では「子どもが禁煙を始めました。お母さんは毎日なんて声を掛けたらいいんでしょう」とテーマを設定。フロアからは「禁煙頑張ってるね」と声を掛ける代わりに、「眠れているか」

「食べたいものはあるか」とで、体調や食欲の変化になどと尋ねるようにする」とも気付くとの提案が出た。