

第 32 回日本健康教育学会学術大会（2024 年 7 月 6-7 日、長野）

禁煙支援・治療の指導者養成のための WEB 学習プログラムの開発（J-STOP ネクスト）

公益社団法人 地域医療振興協会

ヘルスプロモーション研究センター 中村 正和

【目的】

禁煙支援は短時間でも効果があることが国内外の研究で明らかになっている。しかし、その質を担保するためには、指導者養成が必要である。本事業は、指導者トレーニングを通じて、わが国の医療や健診等の場における禁煙支援ならびに禁煙外来における禁煙治療について、その量的な拡大と質の向上を図ることを目的としている。

【活動内容】

演者らは、2010 年から e ラーニングによる指導者トレーニングの開発・普及プロジェクト（J-STOP、Japan Smoking Cessation Training Outreach Project）に取り組んできた。2022 年には運用経費を削減して持続可能な提供体制を整えるため、WEB 学習プログラムの形態に切り替え、内容を全面的に更新して、同年 8 月 20 日に J-STOP ネクストとして公開した（<https://www.j-stop.jp/>）。

学習内容は、禁煙外来での禁煙治療の方法を学ぶ「禁煙治療コース」、日常診療の場での短時間禁煙支援を学ぶ「禁煙治療導入コース」、健診等の保健事業の場での禁煙支援を学ぶ「禁煙支援コース」の3種類を設定している。3種類のコースは、いずれも導入編、知識編、トピック学習、実践編の4部構成である。導入編では、日常診療や保健事業の場での禁煙支援などに関する講義動画を視聴する。続いて、知識編では、たばこの健康影響や禁煙の効果、ニコチン依存症などの知識をテキストや動画を用いて学習する。トピック学習では、加熱式たばこ使用者への対応やICTを活用した禁煙治療などの新しいテーマや、特定の喫煙者（精神疾患、妊婦、青少年）に対する治療方法について学習する。実践編では、喫煙者へのカウンセリングや症例検討、Q & A 演習をコンピュータ上で仮想体験しながら学習し、禁煙の動機付けや禁煙治療に役立つ知識やスキル、問題解決カウンセリングの知識やスキルを習得する。

【活動評価】

2010年の普及開始から毎年約1,000人の医療従事者が受講し、2023年度までに受講者総数は1万人を超えた。

本プログラムは、自分のペースでインタラクティブな学習が可能であり、学習後のアセスメントテストや修了認定テストにより、理解度を自己チェックできる。トレーニングの効果については、受講者の知識、態度、自信、禁煙アドバイス等の行動の改善に加えて、受講者間の知識や自信等の格差の改善が確認されている（日本健康教育学会誌 2017; 25(3): 180-194.）。

【今後の課題】

健康経営優良法人の認定基準に、受動喫煙対策に加えて喫煙率低下の取組みが位置付けられたことを受け、企業のたばこ対策への関心が高まっている。また、2024年度から特定保健指導の制度改正に伴い、禁煙等の行動変容を目的とした保健指導が一定の要件を満たせば、特定保健指導として認められることになった。今後、保健医療従事者にさらに活用されるよう、本学会をはじめ、関連学会や団体と連携・協働して一層の普及を図る。

【謝辞】 本事業の実施にあたり J-STOP 開発・普及 WG メンバーの協力を得た。ここに謝意を表す。