

禁煙治療・支援のための e ラーニング (J-STOP) の実績

(1) 概要

日本禁煙推進医師歯科医師連盟では、エビデンスに基づいたたばこ規制・政策の推進活動の一環として、3 種類の e ラーニング（「禁煙治療版」「禁煙治療導入版」「禁煙支援版」）を用いた指導者トレーニングを実施しています。禁煙支援版の主要コンテンツは、2013 年に厚生労働省が発行した「禁煙支援マニュアル(第二版)」¹⁾に採用され、同マニュアルに沿った学習が可能です。本トレーニング事業は、その公益性と有用性が評価され、生活習慣病予防の優れた取り組みとして、2014 年度の厚生労働省「スマートライフプロジェクト」の第 3 回「健康寿命をのばそう！アワード」において健康局長優良賞を受賞しました。

(2) 実施状況

2010 年度から、禁煙治療届出医療機関、自治体、学会や保健医療団体、保険者等を通じて保健指導者への普及活動を続けてきました。2018 年度までの 9 年間に、e ラーニングの受講者は 6,523 名、修了者は 4,493 人で修了率は 68.9%となりました。

トレーニングを提供した主な組織は、大阪府、高知県、日本循環器学会などの 28 学会、日本看護協会、日本薬剤師会、全国健康保険協会などです。従来は指導者個人での参加が主でしたが、全国健康保険協会においては保健指導者の研修として位置づけられたほか、歯科系 9 学会による禁煙の介入研究において e ラーニングが介入担当者の教育に用いられるなど、組織・団体が指定する研修ツールとして活用されるようになってきています。厚生労働科学研究費補助金による研究事業においても、保健指導者の介入研究や保健事業の研修ツールとして活用されています。そのほか、大学の管理栄養士養成課程の学習課題としても活用されています。

(3) e ラーニングの学習効果

e ラーニングの効果については受講後に禁煙治療・支援に必要な知識、態度、自信、行動の有意な改善が毎年一貫してみられるとともに、受講者間格差が縮小する効果が明らかになっています²⁾。

(4) e ラーニングを活用した介入研究・保健事業の事例

対がん総合戦略研究事業（中村班）において、市町村が実施する総合健診の場で短時間禁煙支援の効果を調べるための介入研究を実施しましたが、本 e ラーニングが指導者研修として活用され、短時間禁煙支援の効果が明らかになりました³⁾。

また、大阪府において、府内の市町村に対して集団特定健診における短時間禁煙支援を事業化し、本 e ラーニングが複数年にわたって指導者トレーニングのツールとして活用されました。その結果、喫煙者全員に短時間支援を実施する市町村の割合が増加し、健診連続受診者における喫煙率減少割合が支援を実施していない市町村と比べて増加する効果が観察されています（厚生労働科学研究 辻班）⁴⁾。

【出典】

- 1) 厚生労働省. 禁煙支援マニュアル(第二版). 2013.
- 2) 中村正和ら: e ラーニングを活用した禁煙支援・治療のための指導者トレーニングの有用性. 日本健康教育学会誌, 25(3): 180-194, 2017.
- 3) 中山富雄, 嶋田ちさ: 第 1 部健診・検診や保健指導の場における禁煙支援の事例報告(1)地域の事例報告. 大井田隆, 中村正和, 尾崎哲則(編集): 特定健康診査・特定保健指導における禁煙支援から始めるたばこ対策. 東京: 一般財団法人日本公衆衛生協会, p125-133, 2013.
- 4) 中村正和: 自治体等のたばこ対策の効果的な推進方策や支援環境の検討. 厚生労働科学研究費補助金 循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業「健康日本 2 1 (第二次) の推進に関する研究」平成 27 年度総括・分担研究報告書(研究代表者 辻一郎). 104-109, 2016.