

「かながわ卒煙塾」実施概要

1 目的

県では、平成 17 年 3 月に「がんへの挑戦・10 年戦略」を策定し、重点項目として「喫煙率の低下などたばこ対策の推進」を位置づけ、禁煙サポート事業に取り組んでいる。

平成 21 年 11 月に実施した「受動喫煙に関する県民意識調査」において、喫煙者の 65% が「たばこをやめたい」「喫煙本数を減らしたい」と回答しており、取組みをさらに進めていくことが求められている。

そこで、市町村や県内の医療関係者等と協働して、たばこをやめたい者やそれらの者を支える家族などを対象にした「かながわ卒煙塾」を開講し、県民の喫煙率の低下を図り、「がんにならない・負けない 神奈川づくり」をさらに進める。

2 事業の概要

(1) 基本的考え方

- ・ 喫煙者がたばこをやめるきっかけとなるチャレンジ講座を開催し、たばこをやめようとする者を増やすとともに、卒煙チャレンジ中の者のフォローを行い、できるだけ多くの方が卒煙するように導いていく。
- ・ 卒煙への取組みを明るく楽しくチャレンジできるイベント的なものとする。
- ・ 具体的な卒煙チャレンジは、保健福祉事務所・市保健所等の相談、医療機関の外来、薬局の相談、インターネットや携帯電話のメールを使うなど、様々な方法のうちから本人が自ら選択し実施する。
- ・ 県や政令市の相談、医療機関の外来など、様々な事業と連携し、県内におけるたばこをやめたい者に対する支援の充実強化を図る。
- ・ 医療関係団体等と共に「かながわの協働力」として実施する。

(2) 対象

幅広い方々の卒煙にチャレンジする機会となるように、たばこをやめたい者のほか、周囲の方も参加対象とする。

<参加者の例>

- ◆たばこをやめたい本人。たばこをやめて欲しい家族のいる者
- ◆たばこをやめて欲しい同僚や仲間のいる者
- ◆事業所の従業員の卒煙を支援する者
- ◆喫煙する妊産婦やその家族 など

(3) 開催日時及び会場

・卒煙チャレンジ講座 2回 (無料)

コース名	日時	会場
チャレンジ講座第1回	6月24日(日) 14:00~16:00 (受付:13:30~)	神奈川県総合医療会館 2階会議室
チャレンジ講座第2回	9月1日(土) 14:00~16:00 (受付:13:30~)	神奈川県総合医療会館 2階会議室

・卒煙フォローアップ講座(卒煙フォローアップカフェ) 3回 (有料:300円(茶菓代実費))

	日時	会場
フォローアップカフェ第1回	7月15日(日) 14:00~15:30 (受付:13:30~)	神奈川県総合医療会館 2階会議室
フォローアップカフェ第2回	10月25日(木) 19:00~20:30 (受付:18:30~)	神奈川県総合医療会館 2階会議室
フォローアップカフェ第3回	1月26日(土) 14:00~15:30 (受付:13:30~)	神奈川県総合医療会館 2階会議室

3 講演会の内容 (事業の流れ)

・卒煙チャレンジ講座の開催

たばこをやめたい人、やめさせたい人など、幅広く卒煙チャレンジのきっかけの場とする。

(場所及び時期)

第1回:横浜(6月スタート)、第2回:横浜(9月スタート)

(講座内容案)

- ・卒煙の極意 (講師:専門医師)
- ・口腔ケアとたばこ (講師:歯科医師)
- ・卒煙成功者からのエール (講師:卒煙成功者)
- ・卒煙方法あれこれ (講師:県たばこ対策課職員)

<卒煙方法の選択 (卒煙チャレンジ希望者) >

※ 健康財団へ「卒煙宣言書」の提出 (卒煙チャレンジスタート)

(講座不参加者のチャレンジも可能とする。)

たばこをやめたい者自らが、方法を選択し卒煙にチャレンジする。

- 保健福祉事務所での相談 (禁煙サポート事業)
- 市町村保健センター等での相談
- 医療機関の外来、ドラッグストア等での相談
- インターネットや携帯電話のメールを使った方法 など

・卒煙フォローアップ講座(卒煙フォローアップカフェ)の開催

参加費：300円(茶菓代 実費)

卒煙という同じ目標に向かって歩む仲間といっしょに気軽にカフェでお茶を飲むような感覚で、卒煙の苦勞、工夫などを話し合い、専門家のアドバイスもうけつつヒントやモチベーションを見いだし、卒煙を目指します。

(場所及び時期)

第1回：横浜(7月)午、第2回：横浜(10月)夜、第3回：横浜(1月)

(内容)

- ・卒煙挑戦者やその応援者(家族等)との語り合い
- ・卒煙の専門家からの助言 など

(ファシリテーター)

- ・専門医師、保健師等

※かながわ健康財団ホームページに、専用ページ「ようこそ卒煙塾へ」を開設

4 募集開始及び申込み

(1) 卒煙塾第1回コースチャレンジ講座の参加募集

4月下旬に、かながわ健康財団のホームページ等により告知する。

5月中旬に、各保健福祉事務所市町村窓口等で、チラシ等により告知する。

参加申込みは、かながわ健康財団が電話、ファクシミリ、電子メールで直接受け付ける。(申込方法の詳細は、募集開始時に公表する。)

(2) フォローアップ講座の参加募集

卒煙チャレンジ講座受講者に周知、自由参加。

5 実施主体

主催：公益財団法人かながわ健康財団

共催：神奈川県、

後援：横浜市健康福祉局、川崎市、相模原市、横須賀市、藤沢市(予定)

協力：管内各市町村、(公社)県医師会、(社)県歯科医師会、

(社)県薬剤師会、(社)県病院協会、(公社)県看護協会、

(社)県病院薬剤師会、禁煙、分煙活動を推進する神奈川会議、

インターネット禁煙マラソン(予定)

「かながわ卒煙塾」事業実施要綱

1 趣 旨

この要綱は、たばこをやめたい人がたばこをやめること（以下「卒煙」という。）を支援するとともに、たばこをやめやすい環境づくりを進めるために実施する「かながわ卒煙塾」（以下「卒煙塾」という。）事業の実施に当たり、必要な事項を定めるものとする。

2 事 業

卒煙塾は、次に掲げる事業を行う。

- (1) 卒煙チャレンジ講座の開催
- (2) 卒煙フォローアップ講座の開催
- (3) 卒煙証書等の授与
- (4) 卒煙宣言等の登録
- (5) 卒煙に関する情報の提供
- (6) その他事業の実施に当たり必要なたばこ対策に関すること

3 塾 長

卒煙塾の意義を明確にするため、塾長を置くことができる。

4 運 営

卒煙塾は、公益財団法人かながわ健康財団が主催し、県、市町村及び医療関係団体等との連携を図りながら実施するものとする。

事業の実施に当たり、必要に応じ、公益財団法人かながわ健康財団は、県保健福祉局保健医療部たばこ対策課と協議するものとする。

5 講座の開催等

卒煙チャレンジ講座、卒煙フォローアップ講座、及び卒煙宣言書については、別に要領を定めるものとする。

卒煙チャレンジ講座、卒煙フォローアップ講座への参加及び卒煙宣言の登録は原則として無料とする。

6 その他

この要綱に定めるもののほか、卒煙塾事業の実施に当たり必要な事項は別に定める。

附 則

この要綱は、平成 22 年 4 月 1 日から施行する。

附 則

この要綱は、平成 23 年 4 月 1 日から施行する。

平成 24 年度かながわ卒煙塾事業実施要領

1 目的

この要領は、かながわ卒煙塾（以下「卒煙塾」という。）の実施に当たり、「かながわ卒煙塾事業実施要綱」第 2 に定める事業の実施について、必要な事項を定めるものとする。

2 講座等の開催

講座等の内容、開催時期、開催場所等は、次のとおりとする。

(1) 卒煙チャレンジ講座

- ア 内容 喫煙者が卒煙に取り組むきっかけとなる内容とする。
- イ 時期 世界禁煙デー・禁煙週間前後及びがん征圧月間前後の時期とする。
- ウ 場所 県内 1 か所とする。
- エ その他 保健福祉事務所、市町村等が実施する同様の講座も本講座に位置付けるものとする。

(2) 卒煙フォローアップ講座

- ア 内容 卒煙に取り組む者の卒煙を支援する内容とする。
- イ 時期 卒煙チャレンジ講座開講後概ね 1 か月後の他約 6 ヶ月後の時期とする。
- ウ 場所 県内 1 か所とする。

3 卒煙宣言の登録

卒煙宣言の登録は次のとおり行うものとする。

- (1) 卒煙塾に参加し、卒煙しようとする者は、別紙様式の卒煙宣言書を公益財団法人かながわ健康財団（以下「健康財団」という。）に提出するものとする。
- (2) 提出期間 5 月 31 日から 12 月 31 日までとする。
- (3) 健康財団は、提出された卒煙宣言書を厳重に管理し、本事業の目的以外に使用しないものとする。

4 卒煙証等の授与

かながわ健康財団は、卒煙宣言を登録した者からの卒煙状況に基づき、その卒煙状況に応じて、卒煙証、卒煙アシスト賞又は卒煙チャレンジ賞を授与する。

5 情報の提供

健康財団は、ホームページ等により卒煙塾及び卒煙の方法についての情報を提供するものとする。

5 その他

この要領に定めるもののほか、必要な事項は別に定める。

卒煙宣言

私は「**かながわ卒煙塾**」に参加し、**卒煙**にチャレンジすることを宣言します。

平成 年 月 日 スタート！
平成 年 月 日 ゴール！

- ◇ 私は、次の動機で卒煙します。(最も近いものに○を付けてください。)
- | | |
|--------------------|-----------------|
| 1 自らの健康のため | 2 家族の健康のため |
| 3 家族・同僚・友人に勧められた | 4 医師・保健師等に勧められた |
| 5 たばこの値段が上がるから | 6 喫煙場所が減ったから |
| 7 その他(具体的に: _____) | |
- ◇ 私は、次の方法で卒煙します。(決まっている場合は、○を付けてください。)
- | | |
|---------------------|--------------------|
| 1 保健所福祉事務所・市保健所等の相談 | 2 医療機関の外来 |
| 3 薬局の相談 | 4 インターネット禁煙マラソン |
| 5 何も使わない | 6 その他(具体的に: _____) |
- ◇ あなたのことを教えてください。(該当する項目に○または数字をご記入ください)
- | | | | | | | | |
|----|-----|-----|------|-----|-------------|-----|-------|
| 性別 | 男 | 女 | 喫煙年数 | 年 | 1日当たり平均喫煙本数 | 本 | |
| 年代 | 10代 | 20代 | 30代 | 40代 | 50代 | 60代 | 70歳以上 |

かながわ卒煙塾 塾長 様

卒煙宣言者 氏 名
住 所 〒

電話番号、ファクシミリ番号または電子メールアドレス

私は _____ さんの**卒煙**チャレンジをアシストすることを宣言します。

アシスト宣言者 氏 名 : _____
あなたとの関係(配偶者・友人・会社の同僚など) : _____

*卒煙をアシストする人がいる場合は記入してください。

かながわ卒煙塾「卒煙チャレンジ講座」プログラム（案）

第1回 日時 平成24年6月24日(日)
14時00分～16時00分
会場 神奈川県総合医療会館2階会議室

第2回 日時 平成24年9月1日(土)
14時00分～16時00分
会場 神奈川県総合医療会館2階会議室

時間	内容
13:30	受付 ※ 開講前に、呼気一酸化炭素濃度測定等を行います。
14:00	○主催者あいさつ
14:10	講演「卒煙の極意～たばこはこうしてやめられる～」 講師：禁煙、分煙活動を推進する神奈川会議会員医師
15:00	休憩
15:10	講演「お口の健康と喫煙」 講師：神奈川県歯科医師会会員 歯科医師
15:30	「私の卒煙体験」 発表者：卒煙成功者
15:40	情報提供「卒煙方法あれこれ」 講師：県たばこ対策課職員またはかながわ健康財団職員
16:00	講演等修了 個別卒煙相談（希望者）

かながわ卒煙塾「卒煙フォローアップ講座」プログラム（案）

- ・第1回 日時 平成24年7月15日(日)
14時00分～15時30分
会場 神奈川県総合医療会館2階会議室
- ・第2回 日時 平成24年10月25日(木)
19時00分～20時30分
会場 神奈川県総合医療会館2階会議室
- ・第3回 日時 平成25年1月26日(土)
14時00分～15時30分
会場 神奈川県総合医療会館2階会議室

時間	内容
13:30(18:30)	受付開始 ※開講前に、呼気一酸化炭素濃度測定を行います。
14:00(19:00)	懇談「みんなで語ろう！『私の卒煙、あなたの卒煙』」 講師：禁煙、分煙活動を推進する神奈川協議会員医師 かながわ健康財団職員 保健師
14:00(19:00)	終了