

H22.2.22

和歌山県田辺市における 禁煙支援

田辺市役所 健康増進課
保健師 坂本 和代

田辺市の概要

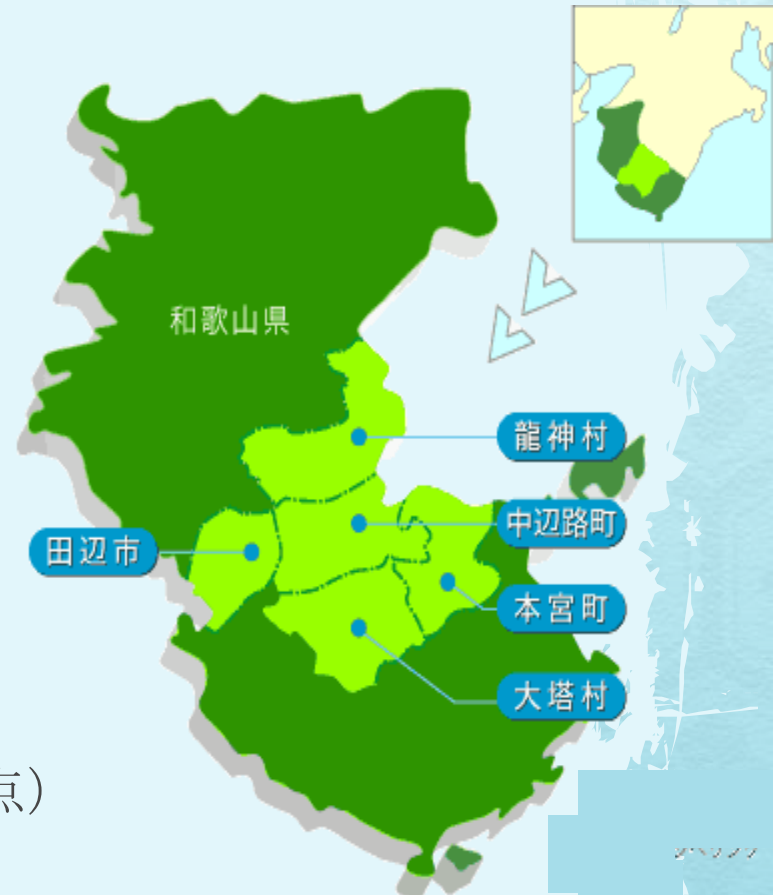


- ◆ 田辺市は、人口**83,032人** (2009.9月末現在)
高齢化率 27.1%

田辺市は、和歌山県の海岸線のほぼ中央に位置し、太平洋に面しています。黒潮の影響により、冬は暖かく、夏は比較的涼しい温暖な地域であります。平成17年度に、旧田辺市・中辺路町・龍神村・大塔村・本宮町の5地区が合併し、今の田辺市になりました。

- ◆ 田辺市の喫煙率

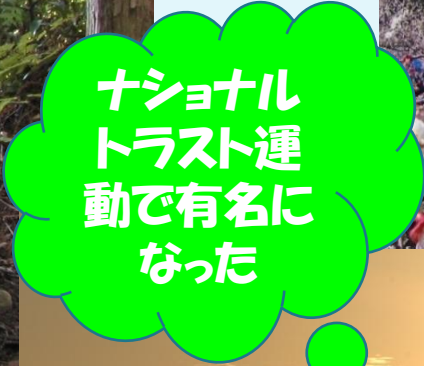
男性42.0%、女性11.6% (H19.6時点)



田辺市の観光アピール



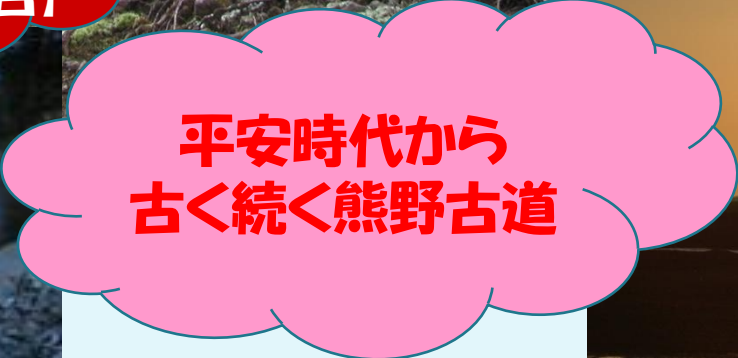
ただいま、
梅林の真っ最中



ナショナル
トラスト運
動で有名に
なった



川から湧き
出る温泉
【仙人風呂】

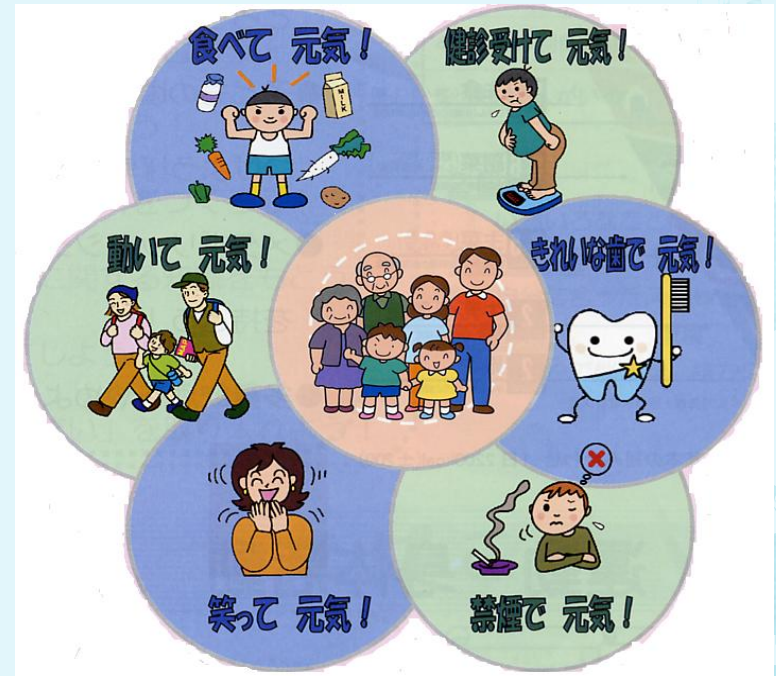


平安時代から
古く続く熊野古道



田辺市健康づくり計画「元気たなべ」

- ① 栄養・食生活
- ② 運動・身体活動
- ③ 休養・こころの健康づくり
- ④ たばこ
- ⑤ むし歯予防・歯周病予防
- ⑥ メタボリックシンドローム



「たばこ部会」で取り組んでいること

- ◆ 各種イベントにおける禁煙相談
(歯と歯肉のフェスティバル・生涯学習フェスティバル・
翔龍祭・こだま祭、等)
- ◆ 田辺市まちづくり学びあい講座
- ◆ 禁煙教室
- ◆ 幼児を対象とした防煙教育
- ◆ 妊婦・母親への禁煙支援
- ◆ 紀南たばこ対策推進協議会との連携

正しい知識の普及

(各種イベント禁煙相談・
田辺市まちづくり学びあい講座)

各種イベント禁煙相談



- ① 正しい知識の普及
- ② 未成年者にたばこを吸い始めさせない
(防煙)
- ③ 喫煙者を減らす
(禁煙サポート)
- ④ 分煙

田辺市まちづくり学びあい講座



中学生に
たばこの害を知って
もらおう

たばこクイズを中心に。



禁煙支援

(禁煙教室・妊婦母親への禁煙支援)

禁煙教室 (シリーズ)

第1回目

医師による講義



ボードに宣誓書を
貼って禁煙宣言



禁煙教室 (シリーズ)

第2回目

管理栄養士による
講義



禁煙後の
体重管理について

禁煙教室 (シリーズ)

第3回目

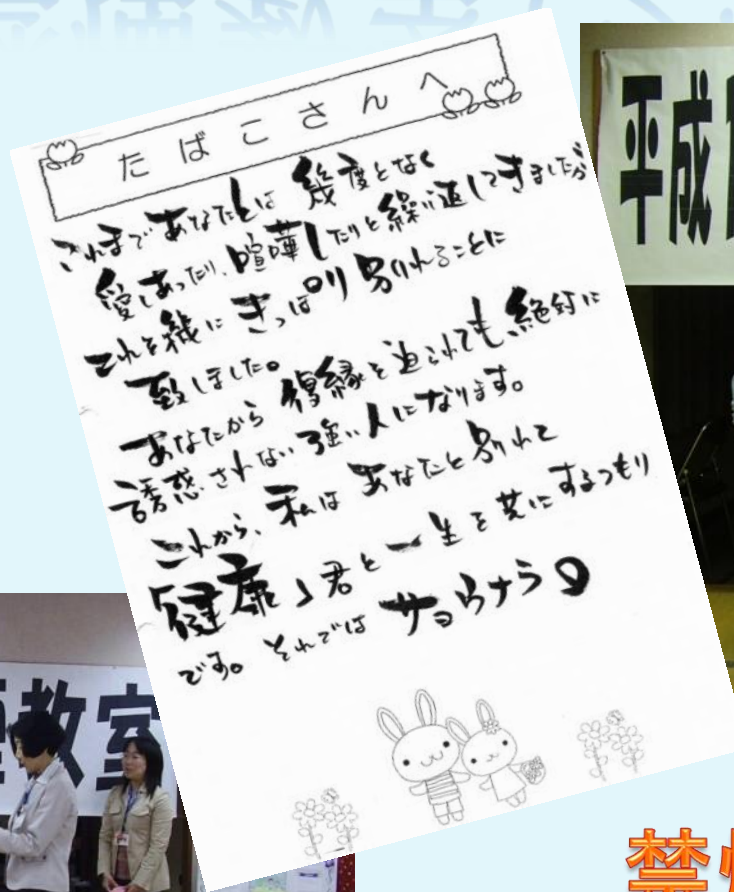
卒煙生との交流会



受講者に好評です

禁煙教室 (シリーズ)

第4回目 卒煙式



禁煙成功した人も、
禁煙チャレンジ中の人も、
卒煙式を迎える

禁煙教室の実施状況

| 年度 | クラス | 受講生数 | | | 教室終了時喫煙者 | | | 半年後・禁煙継続者 | | | 半年後の 禁煙継続率 |
|----|-----|------------|----|----|-----------|----|---|-----------|----|---|---------------|
| | | 合計 | 男 | 女 | 合計 | 男 | 女 | 合計 | 男 | 女 | |
| 12 | 1期 | 9 | 9 | 0 | 6 | 6 | 0 | 5 | 5 | 0 | 55.6% |
| 13 | 2期 | 8 | 8 | 0 | 4 | 4 | 0 | 4 | 4 | 0 | 50.0% |
| | 3期 | 10 | 8 | 2 | 5 | 5 | 0 | 3 | 3 | 0 | 30.0% |
| 14 | 4期 | 9 | 5 | 4 | 5 | 3 | 2 | 5 | 3 | 2 | 55.6% |
| | 5期 | 12 | 11 | 1 | 7 | 7 | 0 | 4 | 4 | 0 | 33.3% |
| 15 | 6期 | 9 | 7 | 2 | 4 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 33.3% |
| 16 | 7期 | 11 | 11 | 0 | 7 | 7 | 0 | 3 | 3 | 0 | 27.3% |
| 17 | 8期 | 9 | 7 | 2 | 8 | 6 | 2 | 7 | 6 | 1 | 77.8% |
| 18 | 9期 | 17 | 17 | 0 | 13 | 13 | 0 | 13 | 13 | 0 | 76.4% |
| 19 | 10期 | 10 | 8 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 0 | 22.2% |
| 20 | 11期 | 7 | 7 | 0 | 4 | 4 | 0 | 5 | 5 | 0 | 71.4% |
| | | 111 | 98 | 13 | 67 | 61 | 6 | 54 | 50 | 4 | 48.6% |

妊婦・母親への禁煙支援



妊娠届出時及び、
7ヶ月健診時に、
たばこの害に関
する情報提供や、
ママの禁煙教室
や禁煙支援サイ
トの紹介などを
行っています。

H15年10月から妊娠届出時に妊婦さんを
対象にたばこアンケートを実施しています

防煙

(幼児とその保護者への防煙教育)

幼児・保護者への防煙教育

公民館と幼稚園と共同計画



おやこ健康教室の後半に

紀南たばこ対策推進協議会 との連携



紀南たばこ対策推進協議会の 取り組み

- ◆情報機関紙「爽快空間」発行
- ◆小、中、高等学校への出前講座
- ◆高校文化祭での禁煙相談
- ◆各種団体への禁煙対策の申し入れ



紀南たばこ対策推進協議会との連携

- ◆ 定期的な情報交換会
- ◆ 健康フォーラム開催
- ◆ 扇ヶ浜清掃活動
- ◆ 歯と歯肉のフェスティバルでの個別健康相談



気づいたこと



◆ たばこを、吸わせない教育を、重点的に

義務教育の過程で、たばこに関する教育を何度も繰り返すことが重要。
たばこの害を知り、自己判断力を養う。

◆ いろんな角度から、アプローチする。

その人がたばこをやめたいと思うツボは、人それぞれ。やめたい理由を明確に。

◆ 機会をとらえ、継続的に支援につなげていく。

健診から、各種イベントや禁煙教室へ。
その間で、電話での継続した個別支援を。

