

## **【情報提供】大阪がん循環器病予防センター メールマガジンの配信について**

「大阪がん循環器病予防センター」では、地域保健活動を推進する際に役立つ最新情報や、センター事業のご案内などをお知らせするためのメールマガジン「おおさか健康 e ニュース」の配信を開始しました。

現時点では、市町村関係者の方々を中心に送付しておりますが、健康おおさか 21 推進府民会議、地域職域連携推進協議会の参画機関等にも情報提供させていただきます。

<配信希望・紹介について>

「おおさか健康eニュース配信登録フォーム」を [enews@osaka-ganjun.jp](mailto:enews@osaka-ganjun.jp) までお送りいただければ配信させていただきます。

<参考：おおさか健康 e ニュース>

=====  
おおさか健康 e ニュース

2014 年 11 月 17 日配信 Vol.1  
=====

平素よりお世話になっております。

『大阪がん循環器病予防センター』です。

このメールは、大阪府行動変容推進事業などを通して、当センターの活動にご協力をいただいている市町村関係者の方々を中心に、地域保健活動を推進する際に役立つ最新情報や当センター事業のご案内などをお知らせするために配信しています。

第 1 回目は下記の内容をお届けします。

### □ ■ CONTENTS ■ □

- 1：行動変容推進事業フォローアップ研修会---【9月10日に開催されました】
- 2：循環器疾患予防に関わる事業について---【平成25年度事業について更新】
- 3：循環器疾患・発症予測ツール Ver2---【拡張期血圧の結果も入力できます】
- 4：禁煙治療・支援のための指導者トレーニング---【申込み受付中です】
- 5：たばこ対策推進のためのファクトシート---【政策提言に役立つ資料がダウンロードできます】

---

## ▽▼ 1：行動変容推進事業フォローアップ研修会（9月10日）のご報告 ▼▼

---

平成25年度に提示した汎用性の高い行動変容プログラム「高血圧対策」「禁煙支援」「特定健診」「特定保健指導」について、各市町村での取り組み状況を把握するための市町村アンケートを実施しました。本研修会では、このアンケートの中間報告を行いました。また、本事業に取り組んだ市町村の取り組み事例の中から、ほかの市町村の参考となる事例として、高槻市（特定健診受診率向上の取り組み及び高血圧対策について）と交野市（特定保健指導実施率向上の取り組み）に発表していただきました。グループワークでは、「高血圧対策」「禁煙支援」「特定健診」「特定保健指導」の4つのテーマに分かれて、取り組みにあたっての課題や問題点、解決策の検討を行いました。本研修会には、34市町村から60名、10府保健所から15名、国保連合会から3名、計78名が参加しました。

（詳しくは下記のホームページをご参照ください）

<http://www.osaka-ganjun.jp/effort/cvd/commissioned/>

---

## ▽▼ 2：循環器疾患予防に関わる事業について（平成25年度） ▼▼

---

昨年度事業について更新しました。汎用性の高い行動変容プログラム（高血圧対策、禁煙支援、特定健診、特定保健指導）について紹介しています。禁煙支援に役立つ「喫煙者用リーフレット（短時間支援用）（禁煙希望者用）」や高血圧対策に役立つ「高血圧FAQ」「高血圧対策に役立つリーフレット（全4種類）」がダウンロードできます。是非ご活用ください。

（詳しくは下記のホームページをご参照ください）

<http://www.osaka-ganjun.jp/effort/cvd/commissioned/>

---

## ▽▼ 3：循環器疾患・発症予測ツール Ver2

収縮期・拡張期血圧採用版について ▼▼

---

循環器疾患（脳卒中や虚血性心疾患など）に将来かかる確率を計算できるツールをバージョンアップしました。特定健診の結果のうち、拡張期血圧の結果も入力できるようになりました。理想値という表現から「目標値の目安」という表現に

変更して、一般の方にもより利用しやすくなりました。個別の保健指導の機会などに是非ご活用ください。

(循環器疾患・発症予測ツールのご利用はこちら)

<http://www.osaka-ganjun.jp/health/si-estimate/>

---

#### ▽▼ 4：禁煙治療・支援のための指導者トレーニング

(簡易 Web 学習も新規開発) ▼▼

---

平成 26 年 11 月から e ラーニングを活用した禁煙治療・支援のための指導者トレーニングを実施します。e ラーニングは、「禁煙治療版」「禁煙治療導入版」「禁煙支援版」の 3 種類のプログラムがあります。特に、「禁煙支援版」の学習は、汎用性の高い行動変容プログラムの実践に役立ちます。また、今年度は、新たに日常診療や健診等の場での禁煙支援、職場における受動喫煙防止対策について、専門家による講義とアセスメントテストで学習できる Web 版のプログラム(4 種類)を開発しました。e ラーニングと合わせてご活用下さい。

(詳しくは下記のホームページをご参照下さい)

<http://www.j-stop.jp/>

---

#### ▽▼ 5：たばこ対策推進のためのファクトシート ▼▼

---

平成 25 年度の厚生労働科学研究において、たばこ政策の推進を目指した 5 種類の政策提言用のファクトシート(受動喫煙防止、禁煙支援・治療など)を作成しました。市町村においてたばこ政策の検討、提案を行う際に役立つと思いますので紹介します。

(詳しくは下記のホームページをご参照ください)

<http://www.osaka-ganjun.jp/effort/cvd/training/teaching-materials/publishing.html>

\*\*\*\*\*

<大阪がん循環器病予防センター ホームページ>

<http://www.osaka-ganjun.jp/>

<お問い合わせ先>

[enews@osaka-ganjun.jp](mailto:enews@osaka-ganjun.jp)

<配信先の変更について>

配信先アドレスの変更については [enews@osaka-ganjun.jp](mailto:enews@osaka-ganjun.jp) までお知らせ下さい。

<配信希望・紹介について>

本メールを読んでもらいたい知人はおられませんか。

添付ファイル「おおさか健康 e ニュース配信登録フォーム」を [enews@osaka-ganjun.jp](mailto:enews@osaka-ganjun.jp) までお送りいただければ配信させていただきます。

\*\*\*\*\*

編集・発信 大阪がん循環器病予防センター 循環器病予防部門  
537-0025 大阪市東成区中道1丁目3番2号  
TEL06-6973-3535 FAX06-6973-3574

\*\*\*\*\*

無断転載はご遠慮ください。

リンク先のホームページの利用については、下記のホームページ  
をご参照ください。

(サイトの著作権について)

<http://www.osaka-ganjun.jp/copyright/>

\*\*\*\*\*

---

おおさか健康 e ニュース

2015 年 1 月 8 日 配信 Vol.2

---

平素からお世話になっております。

「大阪がん循環器病予防センター」です。

2 回目の「おおさか健康 e ニュース」の目次は次のとおりです。

□ ■ CONTENTS ■ □

- 1: 「禁煙の日」とは？
- 2: 禁煙治療・支援のための指導者トレーニング
- 3: 「大阪がん循環器病予防センター」のたばこのページ
- 4: 「おおさか食育通信」のホームページのご紹介

---

▽▼ 1: 「禁煙の日」とは？ ▼▽

---

このメルマガを配信させていただいた 1 月 8 日は、日本記念日協会によると「平成スタートの日」となっています。平成 27 年もスタートして一週間が過ぎましたが、体調の方はいかがでしょうか。平成 27 年も、どうぞよろしく願いいたします。

さて、その団体によると毎月 22 日は「禁煙の日」とのことですが、では、なぜ 22 日なのかご存じでしょうか？

……………正解は、22→寄り添う 2 羽の白鳥の形（スワンスワン）→吸わん吸わん、という理由によるそうです。

（詳しくは、禁煙推進学術ネットワーク <http://www.kinennohi.jp/>）

日頃の禁煙支援の導入の、お役に立てていただければ幸いです。

ちなみに、日本記念日協会による記念日は、審査に通れば 1 件 10 万円で登録できるそうなので、メルマガの発信元である「大阪がん循環器病予防センターの日」というのも、そのうちできるかもしれません。

---

## ▽▼ 2：禁煙治療・支援のための指導者トレーニング ▼▽

---

それでは本題に入りまして、禁煙治療・支援に関しての話をさせていただきます。

年1回開講されるJ-STOPのeラーニングが、11月4日から始まっています。

J-STOPとは、『日本で、個人で、系統的に、かつ専門的に、禁煙治療・支援を学ぶためのシステム』のことで、Japan Smoking cessation Training Outreach Projectの略です。このJ-STOPのトレーニング事業が、厚生労働省が主催する第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。是非、この機会に学習してみてください。

J-STOPのトレーニングにより、受講者の禁煙治療支援に関する、知識・態度・自信・行動が、トレーニング前より向上したという結果が得られております。ふだん、禁煙治療・禁煙支援を実施されている方はもちろん、これから禁煙治療・支援を実施される予定の方々も、自信をもって禁煙治療・支援を行う際、J-STOPが手助けになるのではないのでしょうか。

個人的な一例ですが、たとえば、「変容ステージ」をちゃんと意識して指導を行うことで、目の前の受診者さんに、より適切なアプローチをすることができました。

是非、J-STOPのeラーニングを多くの方に受講していただきたいと思います。大阪府内の医療従事者の方であればどなたでも参加できます。リンクはこちらですので、クリックしてください。

(<https://www.j-stop.jp/>)

ちなみに受講期間は、2015年1月30日までですので、まだの方はお早目にご登録の方をお願いいたします。

---

## ▽▼ 3：「大阪がん循環器病予防センター」のたばこのページ ▼▽

---

手前味噌で恐縮ですが、「大阪がん循環器病予防センター」のホームページでも、たばこ対策に力を入れています。

(<http://www.osaka-ganjun.jp/health/lifestyle/tobacco.html>)

このページの中で、「禁煙に役立つコツ」という部分は、すぐに使えるので、ご覧いただければ幸いです。

---

▽▼ 4:「おおさか食育通信」のホームページのご紹介 ▼▽

---

大阪府内のほかの市町村では、どんな食育指導をしているかを、見てみたいと思ったことはありませんか？

こちらのホームページでは、小学校から社会人までを対象にして行われた、食育指導について紹介されています。

たとえば、『野菜バリバリ編：事例詳細』では、『今すぐ使える！指導案』が書かれています。どこの施設で、何を目的として、どのような活動を行い、どこを注意したかなどが、とても具体的に紹介されています。

「おおさか食育通信」のホームページのアドレスは、

(<http://www.osaka-shokuiku.jp/index.html>) となっています。

食育に興味がおありの方は、ぜひ一度アクセスしてみてください。

\*\*\*\*\*

<大阪がん循環器病予防センター ホームページ>

<http://www.osaka-ganjun.jp/>

<お問い合わせ先>

[enews@osaka-ganjun.jp](mailto:enews@osaka-ganjun.jp)

<配信先の変更について>

配信先アドレスの変更については [enews@osaka-ganjun.jp](mailto:enews@osaka-ganjun.jp) までお知らせ下さい。

<配信希望・紹介について>

本メールを読んでもらいたい知人はおられませんか。

添付ファイル「おおさか健康 e ニュース配信登録フォーム」を

[enews@osaka-ganjun.jp](mailto:enews@osaka-ganjun.jp) までお送りいただければ配信させていただきます。

\*\*\*\*\*

編集・発信 大阪がん循環器病予防センター 循環器病予防部門

537-0025 大阪市東成区中道1丁目3番2号

TEL06-6973-3535 FAX06-6973-3574

\*\*\*\*\*

無断転載はご遠慮ください。

リンク先のホームページの利用については、下記のホームページをご参照ください。

(サイトの著作権について)

<http://www.osaka-ganjun.jp/copyright/>

\*\*\*\*\*