

Change!! 予防研究会をどげんかせんといかん!
~2010年の新たな企画について、企画委員からの提案~

アルコール関連問題予防研究会企画委員会

はじめに(独立行政法人国立病院機構久里浜アルコール症センター 中山 寿一)

企画委員は、当研究会の企画の立案および実行部隊として、2009年に新設されました。私が企画委員長で、森川すいめい、遠山朋海、野村祥平、伊藤満、後山知子、菅野裕、高野歩、村上多加の8名が企画委員を務めています。これまでに、当研究会がより良いものになるにはどうしたら良いかということ、企画委員で話し合ってきました。その成果を今回発表させていただくことになりました。

予防研究会の現状と問題点(独立行政法人国立病院機構久里浜アルコール症センター 遠山 朋海)

1) アルコール関連問題予防研究会とは

アルコール関連問題を未然に防ぎ、早期発見し問題の拡大を防ぐために、どのような対応が必要であるか、学習会を月例で実施しています。会員数は約180名で、警察・医療関係者、酒造業関係者など多岐にわたります。他の予防研究機関としてJPHC(がん)などがあります。予防ツールを開発している団体もあります。

2) 2009年9月17日のアンケート結果からみえてきたこと(問題点や要望など)

a) 貴方が感じているアルコール関連問題とは?

飲酒運転。負の連鎖。家族も病的になる。人間関係、経済、地域、子供への影響。
重複障害。社会の関心の低さ。偏見。ネットワーク不備。販売方法。

b) 当研究会に参加する理由は?

日常業務に役立つ。糖尿病との関係に興味があった。最新の情報を知りたい。交流。飲酒運転防止。断酒例会で伝える。治療薬の開発。

c) どのような企画をしたいですか?

活動報告。事例検討。ディスカッション。グループワーク。調査研究。医学以外の分野。ホームページ・プリベンション集・ツールの作成。

d) 研究会の良い点と改善した方がよいと思う点は?

知識を仕事に生かせる。講義形式で参加しやすい。雰囲気が良い。人脈形成ができる。受け身になりやすい。マンネリ化。会場・開始時間の問題。

以上のような結果でした。今後、これらの結果を反映した活動を行う必要があります。アンケートのご協力ありがとうございました。

予防の輪を広げるために(神奈川県警察本部 菅野 裕)

1) 参加型研究会 ~事例検討、ディスカッションの導入~

委員会では関連問題に関する知識の充実を図り参加者の要望に応えていくために、事例検討やディスカッションなど参加形式を導入することになりました。開催形式の変更点は、プリベンションの発出と共に会員から事前に質問・事例を募集する、収集された質疑・事例を発表者に転送し質疑等に関する応答や資料を準備していただく、研究会当日は前半後半に分けて進行する<前半:講義(45分)/後半:ディスカッション(45分)事例・質疑応答>となります。事例検討やディスカッションは今後の研究会の資源となります。

2) 更なるWebの活用

委員会では会員の情報活用や新規会員の増加を目指し、新規ホームページ(HP)の作成やメンバーリスト(ML)の活用など、更なるネットワーク環境の充実を図ることになりました。ITの活用としては、会員が活用できる研究会HPの作成、講義・ディスカッション等研究会において得られた情報資料の閲覧・提供、アルコール関連問題の基礎的な情報資料の閲覧・提供、プリベンション集の閲覧・提供、ML等ネットワーク資源の活用となります。ネットワークの充実は会員同士の情報交

換の機会を更に広げることに繋がります。

3) まとめ

情報提供手段とそれを支える研究会開催方式の充実により、更なる会員の増加と予防の輪の拡大を図ります。

・アルコール関連問題の予防(東京大学大学院 医学系研究科 健康科学・看護学 修士課程 高野 歩)
精神保健分野における疾病予防は、精神疾患の有病率が他の疾患と比較しても高い水準にあり、寿命ロス・健康ロス(DALYs)が大きい疾患であるとのWHOの報告からも意義が高いと考えられています。また、精神疾患は自殺・暴力・事故・犯罪といった二次的な問題をもたらし、社会に与える影響が大きいと考えられます。

精神疾患の予防の方法としては、「疾病の自然史と疾病予防」の観点から、一次予防(教育、啓蒙、生活習慣改善など)、二次予防(検診、スクリーニング、プリーフインターベンションなど)、三次予防(再発予防、リハビリテーションなど) ハイリスク・ストラテジーとポピュレーション・ストラテジー、といった方法があります。では、個人や集団がおかれている段階に合わせて対策を立て、では疾患のリスクの有無に応じて対策を立てます。それぞれ利点・欠点がありますが、予防の目的や対象に合わせて計画を立案し評価することが大切です。

アルコール依存症の有病率が特に男性において高く、DALYsに寄与する割合も高く、アルコールは様々な身体疾患における死亡やDALYsに寄与する割合が高いことが言われており、アルコール関連問題は、様々な健康問題に波及し、経済的な損失も大きいと指摘されています。以上のことから、アルコール関連問題は幅広い分野・場面で起こり、予防の切り口は多様で、個人・社会に与える影響が大きいと考えられます。今後は、疾患や予防のエビデンスを作り上げるだけでなく、いかに伝え、使うかが課題となります。この研究会でも知識と実践を兼ねそろえた活動が期待されます。

・2010年の当研究会の企画(中山 寿一)

2010年の当研究会の目標は、下記の3点です。

形あるものをつくる

予防のツールなどの、予防活動を行う上で実際に役立つものを会員の共同研究として作成していきます。

知識習得

従来通りの講義に加えて、事例検討やディスカッションなどで、実際に必要とされている知識を増やしていきます。

予防研究会の会員を増やす

予防の輪を広げるキャンペーン(予防研究会に仲間を呼ぼう!)や当研究会のホームページの作成などにより、予防活動を一般社会に普及させていきます。

・共同研究(中山 寿一)

当研究会のすばらしいところはいろいろな職種の方々が集まっていることなので、みんなの力を合わせて予防のためのツールを作りたいと思っています。知識があるだけでは、十分な予防活動はできません。効果的に予防を行うためにはツールが必要です。日本や世界に広まるような予防のための大ヒット商品を作り、世界中の人々の健康に役立てることが目標です。

いろいろ思案した結果、健康手帳を作ることになりました。飲酒だけに焦点をあてると、多くの人の関心を失ってしまうため、健康をテーマとし、その中で飲酒を扱うことがいいと考えました。特徴としては、携帯に便利なポケットサイズ、書店で売っているような一般的な手帳の機能を備えている(1年間のスケジュールが書き込める)、予防研究会の講義などの健康に役立つ知識が載っており勉強ができる、毎日の飲酒量が書き込める、飲酒の目標が書き込める、飲酒問題の評価尺度(AUDIT,CAGE,KASTなど)が入っており自分で飲酒問題の程度をチェックできる、節酒や断酒の方法・アドバイスが書いてある、などを考えています。なお将来的には、携帯電話、i-phone、任天堂DSなどの様々な媒体とコラボすることを夢んでいます。

・最後に(中山 寿一)

今年1年、当研究会を盛り上げていくために、企画委員一同、頑張っていく所存です。何卒、皆様のご協力のほどよろしくお願い申し上げます。