

第 22 回アルコール健康教育研修会報告

渡邊 章代

日時：平成 24 年 8 月 10 日（金） 9：55～16：30

場所：横浜市 相鉄岩崎学園ビル 8F

基調講演 飲酒をメタボリックシンドローム メタボ時代の適正飲酒

慶応大学看護医療学部教授兼医学部教授 加藤 眞三

適度の飲酒は、心血管系による死亡率を下げる。

低栄養、過栄養が問題。

BMI 25 以下でも 2%の人が脂肪肝である。（全体の約半数）

飲酒総量よりも、3drink/日以上が問題。

大量飲酒は心血管系疾患や脳卒中のリスクを高める。

くも膜下出血は少量飲酒でもリスクは高い。

特に焼酎やウイスキーなどエタノール濃度の高い蒸留酒が危険。

研究講演 アルコール関連問題の情報の入手方法

公益社団法人アルコール健康医学協会嘱託 古屋 賢隆

公益社団法人アルコール健康医学協会のホームページや出版物の紹介

アサヒビール株式会社社会環境部担当部長 小沼 克年

アサヒビール株式会社が、どのようにしてアルコール関連問題の情報を入手しているかの紹介（所属学会や各種ホームページ）

教育講演 行動変容を促すアルコール健康教育

日本赤十字豊田看護大学教授 島井 哲史

観察学習、代理強化、自己効力感

飲酒の害を知る。

飲酒の誘いを断る。（自己主張のあるコミュニケーションスキルを理解し、高める事が重要。）

飲酒の広告分析（広告に惑わされない）

ノンアルコール飲料には注意が必要。

実践報告と意見交換

コーディネーター 神奈川県百合ヶ丘高等学校教頭

内藤 通昭

* 小学校におけるアルコール健康教育

昭島市立武蔵野小学校教諭

両角 知子

ワークシートの活用

実験や CT 画像を取り入れる。

未成年の飲酒について、発育期をキーワードに振り返りをする。

* 中学校におけるアルコール健康教育

ふじみ野市立葦原中学校保健主事 稲田 裕子
ふじみ野市立葦原中学校養護教諭 山本 圭子

1年 喫煙

2年 飲酒

3年 薬物

スキルトレーニング 15回

アサーション 3回

* 高校生の実態を踏まえたアルコール教育

神奈川県立伊勢原高等学校総括教諭 中村 徳男

MBTIの利用で自分の性格を知る事で、他者の違いとコミュニケーションの方法を考える。

どのような性格であっても、スキルによって適切な断り方が身につくのではないかと推察される。(できれば、児童期にスキルを身につけておいてほしい。)

電子端末によるリアルタイム集計の利用

* 薬剤師が行うアルコール健康教育

一般社団法人東京都学校薬剤師会理事 田中 恭子

白衣の着用は有効

CD、パンフレット、ビデオ、見本や簡単な実験は有効。