ちゅらままプロジェクト（妊婦禁煙支援）①　プロトコール（簡易版）

市町村（親子（母子）健康手帳交付時）

妊婦が市町村への妊娠届出

全届け出者に対して、本人およびパートナーの喫煙状況を調査

- 吸ったことがない
- 妊娠前に禁煙した
- 今回の妊娠をきっかけに禁煙
- 現在喫煙習慣あり

◆リーフレット⑤**「妊娠をきっかけに禁煙を始めたママへ」**の配布及び
妊娠の禁煙を褒める声かけ
禁煙のモチベーションを高める声かけ

現在喫煙習慣あり

- 関心あり　Q3が「3」「4」
- 関心なし　Q3が「1」「2」

リーフレット④**「妊娠が分かったあなたへ～禁煙のすすめ～」**の配布及び禁煙を勧める声かけ

- やや時間をかけて説明。積極的な勧誘。
- あまり時間をかけずに説明

禁煙に対する意思確認

- 意志あり
  - ◆「禁煙を始める日」を一緒に記入。
  - ◆禁煙開始3～4日後に連絡することを伝える。
- 意志なし
  - 禁煙しようと思ったときには連絡してもらうように伝える。

ちゅらまま

◆ちゅらままプロジェクトおよび「ちゅらまま日記」について説明し、サポートの同意を得る。
②説明用リーフレット

◆同意が得られた方に
③「ちゅらまま日記」を配布及び母子健康手帳の「妊娠経過」のページにスタンプ押印
（ちゅらままスタンプが、妊婦健診先との連絡になります）

◆③「ちゅらまま日記」の配布。（母子（親子）健康手帳に挟み、医療機関へ持参するように声かけを行う）
プロジェクトへの参加にかかわらず、「今回の妊娠をきっかけに禁煙」「現在喫煙習慣あり」の全ての妊婦に渡す

◆⑥「大切なパートナーの方へ～禁煙のすすめ～」の配布。　（パートナーの喫煙ありの場合）

◆禁煙開始3～4日頃に市町村保健師が電話等で様子確認。
（健診を協力医療機関で受診する妊婦も含め）

ちゅらままプロジェクト（妊婦禁煙支援）②　プロトコール（簡易版）

妊娠期間中（医療機関または市町村にて実施）

ちゅらまま日記　配布なし
（もともと喫煙習慣なしの方）
（喫煙者で禁煙の意志なしの方）

ちゅらまま日記　配布あり
（妊娠をきっかけにすでに禁煙した方）
（届出時に禁煙の意志を示した方）

配布希望

◆市町村で登録については、「妊娠経過」のページで確認。

◆市町村で登録されていない方が、**「ちゅらまま日記」**の配布を希望した場合は、医療機関で配布し、「妊娠経過」のページにスタンプを押印する。

妊婦健診を
協力医療機関で受診

妊婦健診を
協力医療機関以外で受診

産科医療機関の助産師によるサポート
・妊婦健診受診時に毎回、
「ちゅらまま日記」にコメントやスタンプ

・禁煙開始後1・3・5か月後にリーフレット配布
1ヶ月後**に⑦「禁煙を始めたママへ」**
3か月後に**⑧「がんばって禁煙を続けているママへ」**
5か月後に**⑩「ちゅらまま6か月達成おめでとう証書」**
・再喫煙時**⑨「禁煙に再チャレンジしてみませんか？」**

ちゅらまま

市町村保健師によるサポート
・必要に応じて、
電話等で様子を確認
（様子確認が難しい場合には省略可能。）

出産後1か月

医療機関助産師によるサポート（産後1か月健診時）
・「ちゅらまま日記」を確認し、コメント記入などを行う。
・再喫煙防止の声かけ

新生児訪問
こんにちは赤ちゃん訪問時
（実施者:市町村保健師）

右以外の者

妊娠をきっかけに禁煙した方
妊娠届出後に禁煙した方
（ちゅらまま日記　配布あり）

市町村保健師によるサポート
・禁煙状況の確認
・再喫煙者に対するフォローや禁煙外来の紹介
（保健師以外が訪問する場合、保健師が電話で状況確認）

乳児健診時（前期・後期）

〇乳児健診時点での喫煙習慣を把握

母子健康手帳交付時（市町村にて実施）

ちゅらまま

妊婦が市町村役場窓口に妊娠届出書を提出

↓

全届け出者に対して、本人およびパートナーの喫煙状況を調査

・既存の妊娠届出時アンケートを改変、あるいは既存アンケートとは別に調査票（資料 1「ちゅらままプロジェクト・赤ちゃんすくすくプロジェクトアンケート」参照）を実施

・　母子健康手帳番号、下記問診項目の①、⑤については、母子健康手帳交付台帳の Excel ファイルに列を追加して入力。難しければ交付台帳の Excel ファイルとは別に Excel ファイル（資料 2 参照）を作成。②～④は任意入力。

【問診項目】

①あなたは現在、タバコを吸っていますか？（○は１つ）
　1. 吸ったことがない　　2. 妊娠前に禁煙した　　3. 妊娠がわかってから禁煙した　　4. 喫煙している（1 日の本数____本）

②パートナーの方は現在、タバコを吸っていますか？（○は１つ）
　1. 吸っていない　　2. 吸っている
　→（2－1）パートナーの方に禁煙して欲しいと思っていますか？
　　1. はい　　2. いいえ　　3. どちらでもない

③（現在喫煙中の方へ）あなたは禁煙することにどのくらいの関心がありますか？（○は１つ）
　1. 関心がない　　2. 関心があるが今後 3 か月以内に禁煙しようとは考えていない
　3. 関心があるがこの 1 か月以内に禁煙する考えはない　　4. この 1 か月以内に禁煙しようと考えている

④（現在喫煙中の方へ）今までにタバコを止めたことがありますか？（○は１つ）
　1. ある　　2. ない

⑤今後、妊婦健診を受診する予定の医療機関名をご記入下さい。（　　）

↓

「吸ったことがない」
「妊娠前に禁煙した」

↓

今回の妊娠をきっかけに禁煙

↓

1）リーフレット**「妊娠をきっかけに禁煙を始めたママへ」**の配布及び妊娠の禁煙を褒める声かけ
（「例文集」参照）
（例：「禁煙しようと決めて実行されたのは、素晴らしいですね」）

2）禁煙のモチベーションを高める声かけ
（例：「禁煙できたことを赤ちゃんも喜んでいますよ」
「応援しますのでこれからも続けていきましょうね」）

3）ちゅらままプロジェクトおよび「ちゅらまま日記」について説明し、サポートの同意を得る。
・・・　一人で取り組むより周囲のサポートがあった方が禁煙が成功・継続しやすいことを説明し、医療機関または保健師が定期的にサポートする仕組みがあることを説明。（必要に応じて資料 3 説明用リーフレット「ちゅらままプロジェクトおよび“ちゅらまま日記”について」を用いる。）同意を得る。サポートに同意が得られなかった場合でも不利益を被らないことも説明。

4）同意が得られた方に**「ちゅらまま日記」**を配布及び母子健康手帳の「妊娠経過」のページにスタンプ押印
→ちゅらままプロジェクトへの参加承諾の有無および「ちゅらまま日記」を配布したことをアンケート（妊娠届け出時アンケート（既存）または資料 1）に記入。Excel ファイル（交付台帳または資料 2）にも入力。医療機関名、協力医療機関かどうかも入力。

※プロジェクトに参加しない方にも
「ちゅらまま日記」を渡す。

ちゅらまま　　ちゅらまま

↓

現在喫煙習慣あり

↓

Q3 が「4」　　Q3 が「3」　　Q3 が「1」「2」

↓

リーフレット**「妊娠が分かったあなたへ～禁煙のすすめ～」**の配布

↓

禁煙を勧める声かけ
ちゅらままプロジェクト、「ちゅらまま日記」の説明
・「例文集」参照
・喫煙の害や禁煙のメリット、医療機関や保健師が禁煙をサポートすることをやや時間をかけて説明。やや積極的な勧誘。
・禁煙するように、はっきりと言う
・必要に応じてプロジェクト説明書（資料 3）を使用。

禁煙を勧める声かけ
・喫煙の害や禁煙のメリット、医療機関・保健師による禁煙サポート（ちゅらままプロジェクト）をあまり時間をかけずに説明

↓

禁煙に対する意思確認
＜例＞「禁煙しようと思いますか？」「禁煙することについてどう思いますか？」

↓

意志あり

禁煙サポート（ちゅらままプロジェクト）への参加の同意の確認。同意が得られた方に「ちゅらまま日記」を配布及び母子健康手帳にスタンプ押印
・「禁煙を始める日」を一緒に記入
・禁煙継続のコツなどについて説明
・プロジェクトへの参加承諾の有無および「ちゅらまま日記」を配布したことをアンケート（既存または資料 1）に記入。Excel ファイル（交付台帳または資料 2）にも入力。医療機関名、協力医療機関かどうかも入力。

※プロジェクトに参加しない方にも
「ちゅらまま日記」を渡す。

意志なし

禁煙しようと思ったときには連絡してもらうように伝える。
「ちゅらまま日記」を渡す。

↓

「ちゅらまま日記」は
プロジェクトへの参加にかかわらず、
「今回の妊娠をきっかけに禁煙」「現在喫煙習慣あり」
の全ての妊婦さんに渡します。

パートナーの喫煙　なし

パートナーの喫煙　あり

リーフレット「大切なパートナーの方へ～禁煙のすすめ～」を配布

・パートナーにタバコを止めてもらいたいと思っている場合は、「妊娠は禁煙の良い機会なので、ご主人にリーフレットを渡して、禁煙を勧めてみませんか？」と話す。

妊娠期間中（医療機関または市町村にて実施）

「ちゅらまま日記」を
医療機関へ持参するように
市町村より妊婦へ声かけを行う。

禁煙サポート手帳　配布なし
（もともと喫煙習慣なしの方）
（喫煙者で禁煙の意志なしの方）

市町村で登録されていない方が、
「ちゅらまま日記」の配布を希望した
場合は、医療機関で配布し、
「妊娠経過」のページにスタンプを押
印する。

ちゅらまま

禁煙サポート手帳　配布あり
（妊娠をきっかけにすでに禁煙した方）
（届出時に禁煙の意志を示した方）

妊婦健診を協力医療機関で受診

妊婦健診を協力医療機関以外で受診

禁煙開始 3～4 日頃に市町村保健師が電話等で様子確認。（健診を協力医療機関で受診する妊婦も含め）

医療機関助産師によるサポート

・妊婦健診受診時に毎回、「ちゅらまま日記」（禁煙サポート手帳）を確認し、声かけ（例文集参照）。
“サポーターより”に簡単なコメントを記入。あるいはシールを貼ったり、ハンコを押したりする。
・禁煙開始後 1 か月後に「禁煙を始めたママへ」、
3 か月後に「がんばって禁煙を続けているママへ」、
5 か月後に「ちゅらまま 6 か月達成おめでとう証書」を配布。
・途中で再喫煙した場合はリーフレット「禁煙に再チャレンジしてみませんか？」を渡しながら、助産師から声かけ。

市町村保健師によるサポート

・必要に応じて、電話等で様子を確認
（様子確認が難しい場合には省略可能。）

出産後 1 か月

医療機関助産師によるサポート（1 か月健診時）

・「ちゅらまま日記」を確認し、コメント記入などを行う。
・再喫煙防止の声かけ

こんにちは赤ちゃん訪問時
（実施者：市町村保健師）

右以外の者

妊娠をきっかけに禁煙、または妊娠届出後に禁煙した者
（禁煙サポート手帳交付者）

市町村保健師によるサポート

・こんにちは赤ちゃん訪問時に禁煙状況の確認
・禁煙継続者には再喫煙防止のためのリーフレットを配布
・再喫煙者には再喫煙したことに対するフォローや禁煙外来の紹介
・こんにちは赤ちゃん訪問を保健師以外が実施する場合は、保健師が電話で状況を確認。

乳児前期・後期健診時

○乳児健診時点での喫煙習慣を把握

＊健診時点での喫煙習慣は乳健の受診票で把握可能

↓

評価