

平成26年度厚生労働科学研究費補助金(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)研究

標準的な健診・保健指導プログラム(改訂版) 及び
健康づくりのための身体活動基準 **2013** に基づく
保健事業の研修手法と評価に関する研究

保健指導講習会課題検討のための
ワークショップ **2014.12.15**

研究の背景とねらい

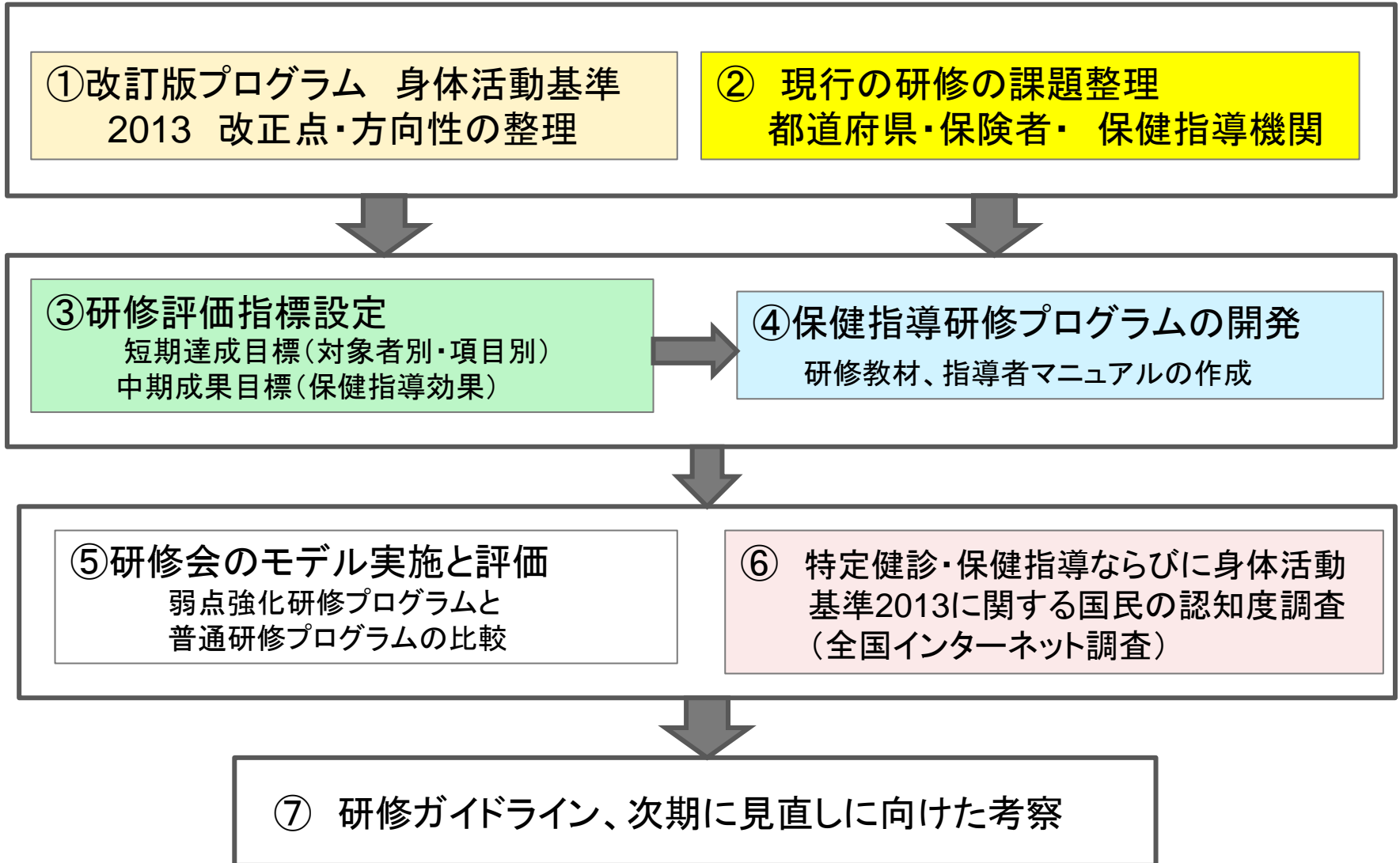
- 特定健診・保健指導では個人のリスクに応じた保健指導、対象者の状況に応じた支援ができる**保健指導者**が求められる。
- 保健指導効果には**機関格差、保健指導者格差**がみられる。
- 「**標準的な健診・保健指導プログラム(改訂版)**」、「**健康づくりのための身体活動基準2013**」を現場で活用できる**保健指導者の育成**が不可欠。



- 改訂版プログラム、身体活動基準策定にかかわった研究者を中心に構成、全国規模で研修を展開している団体の協力を得て、体系的に保健指導研修の在り方について研究する。
- 本研究班では、国、都道府県、医療保険者、学会、保健指導機関等が実施している**研修の課題を分析**
- 保健指導者の意欲・知識・技術の変化、保健指導効果、国民への波及効果について**評価指標を設定**する。
- モデル的な強化研修プログラムを実施、従来の研修と比較・評価する。

研究者名	研究項目	所属研究機関
津下 一代	保健事業の研修手法開発と評価に関する研究	あいち健康の森健康科学総合センター
宮地 元彦	身体活動基準2013の普及と専門家研修	国立健康・栄養研究所
中村 正和	禁煙支援に関する指導者教育と評価	大阪がん循環器病予防センター
真栄里 仁	アルコールに関する指導者教育と評価	国立病院機構 久里浜医療センター
横山 徹爾	研修効果の評価指標、PDCAサイクルを回した研修の在り方	国立保健医療科学院
杉田由加里	自治体における研修課題の分析、県レベル研修の企画・評価	千葉大学大学院看護学研究科
和田 高士	学会における保健指導者研修の評価とプログラム改善	東京慈恵会医科大学総合健診・予防医学センタ（日本人間ドック学会）
村本あき子	保健指導機関における保健指導スキル評価と対策	あいち健康の森健康科学総合センター
林 芙美	食生活に関する保健指導のスキル評価と弱点克服	千葉県立保健医療大学
武見ゆかり		女子栄養大学
六路恵子	協会健保における研修の在り方	全国健康保険協会

研究の概要



健診・保健指導の研修ガイドライン（改訂版）

研修の目的

- 標準的な健診・保健指導プログラム（改訂版）を踏まえ、保健指導を确实・効果的に実施できる。
- 事業を適切に企画・評価できる。



生活習慣病対策全体を効果的に推進できる人材を育成する。（医師、保健師、管理栄養士、事務職等）

健診・保健指導実施者が有すべき能力

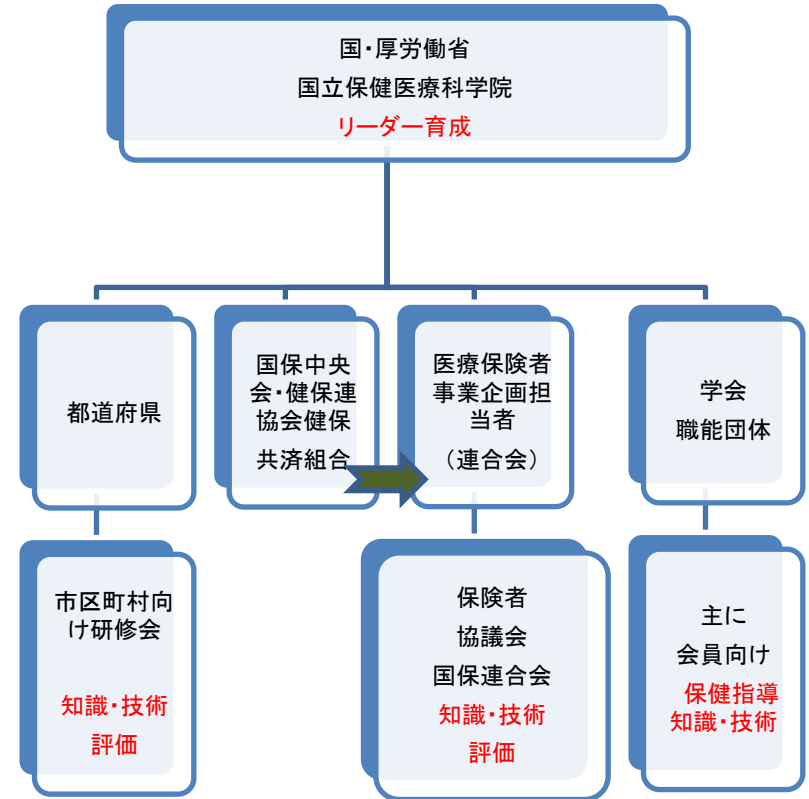
(標準的な健診・保健指導プログラム改訂版)

- (1) **健診結果と生活習慣の関連**を説明でき**行動変容**に結びつけられる能力
- (2) 対象者との**信頼関係**を構築できる能力
- (3) 個人の生活と環境を**総合的にアセスメント**する能力
- (4) **安全性**を確保した対応を考えることができる能力
- (5) **相談・支援技術**
 - ① カウンセリング的要素を取り入れた支援
 - ② 認知行動療法の手法、コーチングの手法等を取り入れた支援
 - ③ 個々の生活習慣の改善のための具体的な技術
- (6) **個々の生活習慣に関する専門知識**をもち活用できる能力
 - ① 栄養・食習慣についての専門知識
 - ② 身体活動・運動についての専門知識
 - ③ たばこについての専門知識
 - ④ アルコールについての専門知識
- (7) **学習教材を開発**する能力
- (8) 活用可能な**社会資源に関する情報収集**を行う能力

Ⅶ 研修体系の整理

実施機関	対象者	内容	時期
国（中央）システム	厚生労働省 <リーダー育成> ▶ 都道府県および保健所設置市、特別区人育育成担当者 衛生部門の保健師・管理栄養士 保健部門の保健師・管理栄養士 ▶ 医療関係者 国民健康保険中央会 健康保険組合連合会 全国健康保険協会 共済組合 ▶ 医療関係者の事業全国担当者 国民健康保険連合会 健康保険組合連合会本部 全国健康保険協会本部 ▶ 関係団体 日本医師会 日本看護協会 日本栄養士会 全国市町村保健活動協議会 全国保健師会 [財]福祉予防会 [財]予防医学事業中央会 日本人間ドック学会 日本総合緩和医療学会 日本肥満学会 健康・体力づくり事業財団	研修の企画 事業企画・計画 保健指導 対策・技術 研修の企画 研修指導 対策・技術	年度 第1-四半期 国立保健医療科学院 リーダー育成 において、実施
	国家保健者 国民健康保険中央会 健康保険組合連合会 全国健康保険協会 共済組合 関係団体 日本医師会 日本看護協会 日本栄養士会 全国市町村保健活動協議会 全国保健師会 [財]福祉予防会 [財]予防医学事業中央会 日本人間ドック学会 日本総合緩和医療学会 日本肥満学会 健康・体力づくり事業財団	事業企画・計画 研修指導 対策・技術 研修指導 対策・技術	年度 第2-四半期
都道府県（地方）システム	保健所長 ▶ 区市町村（国保・衛生部門） 保健師 管理栄養士 等 ▶ 民間事業者 ▶ 医療関係者 保健師 管理栄養士 等 関係団体 ▶ 保健師 ▶ 管理栄養士 等 都道府県組織	事業企画・計画 研修指導 対策・技術 研修指導 対策・技術 事業企画・計画 研修指導 対策・技術 研修指導 対策・技術	年度 第2-四半期以降
	関係団体 日本医師会 日本看護協会 日本栄養士会 全国市町村保健活動協議会 全国保健師会 [財]福祉予防会 [財]予防医学事業中央会 日本人間ドック学会 日本総合緩和医療学会		

研修体系



V 実践者育成研修プログラム

1 医師、保健師、管理栄養士等を行う実践者育成研修プログラム例

分野	学習内容	時間	教育方法
1. 基礎編	1) 健診・保健指導の理念	135分 (3単位)	・講義 ・演習 ・通信及びレポ ート
	2) 保健指導対象者の選定と階層化		
	3) 保健指導（概論） 保健指導の基本的事項（「情報提供」、「動機づけ支援」、「積極的支援」の概要）		
	4) 保健指導（各論） 保健指導の特徴（身体活動・運動、食生活、たばこ、アルコール）		
	5) ポピュレーションアプローチとの連動		
2. 計画・評価編	1) 健診・保健指導事業の計画策定（演習による各種データ分析を含む）	360分 (8単位)	・講義 ・演習
	2) 健診・保健指導事業の評価（演習を含む）		
	3) アウトソーシングの進め方		
3. 技術編	1) メタボリックシンドロームの概念 健診結果と身体変化・生活習慣の関連	135分 (3単位)	・講義 ・演習
	2) 行動変容に関する理論		
	3) 生活習慣改善につなげるためのアセスメント・行動計画		
	4) 「情報提供」、「動機づけ支援」、「積極的支援」の内容		
	5) 生活習慣病予防に関する保健指導 ・身体活動・運動に関する保健指導 ・食生活に関する保健指導 ・たばこ・アルコールに関する保健指導 ・歯の健康に関する保健指導	135分 (3単位)	・講義 ・演習
	6) 1)～5)を踏まえた保健指導の展開（演習）	90分 (2単位)	
	7) 保健指導の評価	45分 (1単位)	
合計		900分 (20単位)	

VI リーダー育成研修プログラム

学習内容		時間
1. 健診・保健指導の事例		45分 (1単位)
2. 特定健診の基本的な考え方（概論） 特定保健指導の基本的な考え方（概論）		135分 (3単位)
事務職向け	技術職向け	
3. 特定健診・特定保健指導の事務手続きについて	4. 特定健診・特定保健指導の実際 (1) 食生活指導のポイント (2) 運動・身体活動指導のポイント (3) たばこ・アルコール指導のポイント	90分 (2単位)
5. シンポジウム「効果的な健診・保健指導のすすめ方」 ・地域保健からの事例 ・職場保健からの事例 ・健診・保健指導機関からの事例		135分 (3単位)
6. ポピュレーションアプローチのすすめ方		45分 (1単位)
7. 特定健診・特定保健指導の企画・立案・評価とデータ分析		90分 (2単位)
8. 特定健診・特定保健指導事業の実施体制		45分 (1単位)
9. 特定健康診査等実施計画と後期高齢者支援金の加算・減算		45分 (1単位)
10. 特定健診・特定保健指導の研修企画・評価 (1) 研修ガイドラインについて (2) 実際のすすめ方 ・健診・保健指導の研修に関する事例報告 ・健診・保健指導の研修の企画・評価に関する演習の説明 (3) 演習 1) 研修対象者の設定 2) 研修の目的・目標の設定 3) 研修内容の設定 4) 研修方法の設定 5) 研修に係わる講師の設定 6) 研修の評価の設定 (4) 演習発表		315分 (7単位)
11. 質疑応答		45分 (1単位)
計		990分 (22単位)

*医療保険者及び関係団体がリーダー育成研修を企画・実施する場合の担当者は、国立保健医療科学院の「健診・保健指導に関する企画・運営・技術研修」を修了した者とする。

本ワークショップの目的

- 特定健診・保健指導では個人のリスクに応じた保健指導、対象者の状況に応じた支援ができる**保健指導者**が求められている。
- 保健指導効果には**機関格差、保健指導者格差**がみられる。
- 研修の現状や課題を評価し、課題に対する解決方法や取り組みを上手くすすめるために何が**必要か**を議論していただく。



●保健指導者に求められる力とは

「保健指導者に求められる力(食事・栄養編)」

千葉県立保健医療大学
女子栄養大学

林 芙美
武見ゆかり

「保健指導者に求められる力(身体活動編)」

国立健康・栄養研究所

宮地 元彦

「保健指導力についての自己調査評価結果」

あいち健康の森健康科学総合センター

村本あき子

●保健指導力を高める研修のあり方とは

「研修企画の課題調査について」

千葉大学大学院

杉田由加里

「協会けんぽとしての研修課題について」

全国健康保険協会

六路 恵子

「e-ラーニングの活用とその効果」

大阪がん循環器病予防センター

中村 正和

「研修会講師を対象としたアンケート調査結果報告」

研究班事務局

●ミニレクチャー「研究企画のコツ」

国立保健医療科学院

横山 徹爾

●【研究班作成ビデオの紹介と活用】

「初回面接」(予告編)

日本人間ドック学会

「アルコール保健指導」

国立病院機構 久里浜医療センター

真栄里 仁

グループワークの進め方

I. 「研修会をプロデュースしよう」

個人ワーク

- ① 研究報告を聞いて感じたこと、もっと聞きたいこと
- ② 自分の企画・運営、講師をした研修会の課題や工夫していること
- ③ 研修会講師・企画者との連携については十分できているか

グループワーク

- ・研究報告についての意見
- ・企画、準備、当日、事後・次年度にむけて、カテゴリー別に検討

II. 「演習をどう取り回すか」

大人数の集合型研修ではなかなか難しい演習。OJTにつながる演習方法について。ビデオ学習について検討

東京オリンピックはなぜ誘致できたか？ 効果的なプレゼンのコツ

Nick Varley: CNN Special Speech

オリンピック・パラリンピック招致委員会コンサルタント

- Do the Math まずは数字：
発表時間を意識する、集中力は5分
言いたいことを3～5個に程度に絞る
- Know your Audience 相手の関心事を考える
- Make an Impact インパクト
言葉をシンプルに。笑顔で自信、表情で真剣味
- Keep making Impact インパクトを持続させる：展開
- Be Visual 視覚に訴える
- Be Visionary 明確なビジョン 伝えたいこと
- Performance パフォーマンス わかりやすい表現