

シンポジウム

特定健診・特定保健指導の推進ための効果的な研修の実際

研修の全体計画と運営

—愛知県における特定健康診査等指導者養成事業の取組から—



愛知県健康福祉部保健医療局健康対策課 小田京子

報告内容

- 1 特定健診・保健指導研修会概要
- 2 あいち健康の森健康科学総合センター
- 3 特定健診・保健指導研修会の経緯—準備期—
- 4 特定健診・保健指導研修会の経緯—実施初期—
- 5 特定健診・保健指導研修会の経緯—実施中期—
- 6 平成25年度特定健診・保健指導研修会について(第2期)
- 7 今後に向けて

1 特定健診・保健指導研修会概要

(1)主催

愛知県

公益財団法人愛知県健康づくり振興事業団(あいち健康プラザ)

(2)開始年度

平成19年度

(3)目的

特定保健指導を効果的に推進できる人材を育成する。

(3)内容

① 基礎編・技術編

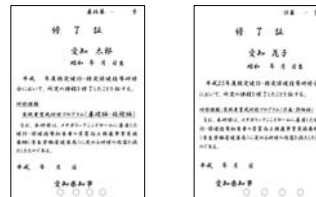
② 計画・評価編

(4)募集

5月上旬よりHPIにて

(4)修了証発行

「基礎編・技術編」においては、2日間全ての(1日のみの受講も可能だが修了証は発行しない)、「計画・評価編」においては、1日全てのカリキュラムを受講した者にそれぞれ修了証を発行する。



2 あいち健康の森健康科学総合センター

(愛称:あいち健康プラザ)



所在地:愛知県知多郡東浦町

開設:平成10年

機能:

県民の健康づくりを総合的に推進する拠点施設

- ・健康づくりを動機づけから実践指導まで幅広くサポート
- ・指導者の養成
- ・研究・開発を行い、国の運動指針、健康増進計画、特定健診・特定保健指導等の立案への活用や地域への還元
- ・自治体、団体と連携した健康推進活動の実践 等

3 特定健診・保健指導研修会の経緯 ー準備期ー

【平成19・20年度】

目的

特定健診・特定保健指導を効果的に推進できる人材を育成する。

実施状況

主催	回数	時期		主な内容等
愛知県 愛知県健康づくり振興事業団	2日 × 3	8月 11月 2月	基礎編 技術編	・初回面接の技法 ・保健指導の実際(結果説明・アセスメント・食生活・運動・たばこ・アルコール行動目標設定等) ・積極的支援プログラムの作成 ・保健指導評価
愛知県 愛知県国民健康保険団体連合会	6	6月 7月 2月	計画策定 情報交換	・国立保健医療科学院における研修報告 ・国民健康保険中央会研修報告 ・実施体制に関する調査結果報告(対象者・委託先選定・実施時期等) ・国保ヘルスアップ事業の取組から特定保健指導を考える ・特定健診・保健指導の基本的考え方 ・アウトソーシングの進め方 ・事例を通して保健指導を考える

評価等

研修ガイドラインに基づき、平成20年度から開始される新たな特定健診・特定保健指導を円滑に実施するために指導者が自信を持って事業をスタートできることを目的とし、伝達講習的な要素も大きかった。参加希望者が多く、これに対応するための開催回数を多くすることや広い会場の確保が必要であった。

4 特定健診・保健指導研修会の経緯 ー実施初期ー

【平成21年度】

目的

特定健診・特定保健指導を効果的に推進できる人材を育成する。

実施状況

主催	回数	時期		内容等
愛知県 愛知県健康づくり振興事業団	2日 × 3	6月 7月 9月	基礎編 技術編	前年度に引き続き、基礎的な内容を踏まえ、特定保健指導を実施して生じる課題に対応する内容を加える。
愛知県 愛知県国民健康保険団体連合会	2	9月 12月	計画・評価編	・特定健診・保健指導の分析評価-20年度を振り返って- ・市町村の事例 ・特定健診・保健指導の評価の実際

評価等

- ・職域の保険者の事例も取り上げ、幅広い分野で活用できる内容とし、現場からの質問一つひとつに丁寧に答えるよう努めた。
- ・基礎編・技術編受講修了者が多くなってきたことから基礎編・技術編以外で理解が不十分な分野の強化や基礎的な内容を終了した者を対象とした実践的な内容の研修企画が必要となっている。そのためにリピーターも受けたい魅力的な内容を取り入れていく必要がある。

【平成22年度】

目的

特定健診・特定保健指導を効果的に推進できる人材を育成する。

実施状況

主催	回数	時期	内容等	
愛知県 愛知県健康づくり振興事業団	3日 × 1	5月	基礎編 技術編	・H20年度からのデータを分析した内容、保健指導参加群と対照群の比較、生活習慣病と医療費の関係など最新の情報が盛り込まれている。 ・困難事例に対する演習など個別の症例について検討するプログラムを取り入れている。 ・たばこに関する保健指導のプログラムでは、外部の専門の講師を招いて実施している。

評価等

- ・研修の時期は、年度の後半から始まる保健指導に対応できるよう5～6月に開催した。
- ・3日間で1クールとしているが、1日のみの参加も可とし、参加しやすくしている。さらに参加しやすくするために、募集期間を長く設定する必要がある。
- ・保健指導経験がある者が半数以上であることから、より実践に即したロールプレイ等のカリキュラムを充実させる必要がある。

5 特定健診・保健指導研修会の経緯 ー実施中期ー

【平成23年度】

目的

特定健診・特定保健指導を効果的に推進できる人材を育成する。

実施状況

主催	回数	時期	内容等	
愛知県 愛知県健康づくり振興事業団	2日 × 1	6月	技術力向上編	・事業所、健診機関、医療機関からの参加者が多く、アウトソーシングをする側、受ける側の評価の視点など、それぞれの立場において有用な内容を取り入れている。 ・腹囲基準の根拠、保健指導の有効性、制度の方向性について意見がある中、指導者が自信を持って保健指導対象者に対応できるよう最新情報やデータを提供している。
愛知県 愛知県健康づくり振興事業団	1	10月	計画・評価編	・健診・保健指導事業の計画策定 ・特定保健指導の現状・評価 ・評価方法とデータのまとめ方 ・先進事例 ・平成25年度からの特定健診・保健指導の方向性

評価等

- ・研修終了後アンケートでは、知識の習熟度、カリキュラムの充実度において研修の有用性が確認できる回答が95%以上に達していた。
- ・講義だけでなく、ディスカッションや困難事例のロールプレイを求める者が多い。

【平成24年度】

目的

特定健診・特定保健指導を効果的に推進できる人材を育成する。

実施状況

主催	回数	時期	内容等	
愛知県 愛知県健康づくり振興事業団	1	6月	計画・評価編	・国の動向(平成25年度からの特定健診・保健指導の実施方法) ・愛知県の現状 ・市町村国保の現状 ・グループワーク~よりよい保健指導のために~ ・平成25年度に向けた課題整理と今後の方向性
愛知県 愛知県健康づくり振興事業団	2日 × 1	9月	基礎編 技術編	・保健指導制度概要・現状・今後の方向性 ・困難事例について対象者を理解するためのシートを活用したディスカッション ・保健指導を評価し、次年度の改善につなげるために ・外部講師による食事指導、アルコールに関する保健指導等 基本的なプログラムの上に指導者にとってより強化する必要がある内容に重点を置いている。

評価等

- ・定員を大きく上回る参加者があり、会場を変更するなどの対応を行った。
- ・第2期に向けた国の動向や最新の情報を得られることへの満足度が高かった。
- ・情報交換の機会や健診・保健指導の評価方法を深く知りたいなどの要望をとりいれていく必要がある。

6 平成25年度特定健診・保健指導 研修会について(第2期)

1 基礎編・技術編

2 計画・評価編

「基礎編・技術編」

【テーマ】

「弱点を克服し、第2期に向けて再スタート！」

【目的及び趣旨】

特定健診・保健指導の第1期評価を踏まえた第2期がスタートし、更なる保健指導の質の向上が求められる。新しい標準プログラムのポイントを理解し、行動編変容につなげる知識・技術を身につけることを目的とする。

【時期】

7月9日・10日

【対象者】

愛知県内で特定健診・保健指導に携わる方(過去に参加経験ある方も可)
 医師、保健師、管理栄養士、健康運動指導士、看護師、栄養士、歯科医師
 薬剤師、助産師、准看護師、歯科衛生士、理学療法士、事務職

平成25年度愛知県特定健診・保健指導研修会カリキュラム

テーマ「弱点を克服し、第2期に向けて再スタート！」			
時間	1日目 平成25年7月9日(火)	時間	2日目 平成25年7月10日(水)
9:15	受付	9:30	受付
9:30	オリエンテーション	9:45	保健指導に使える！歯科の健康と生活習慣病の関連
9:40	特定健診・特定保健指導 総論 (140分) 第1期の評価を踏まえ、第2期スタート！ 保健指導実施者としておさえるべきポイント ～ナショナルデータ分析から分かること 性・年代別の特長と対策～ みち健康の森健康科学総合センター センター長 津下 一代	10:15	みち健康の森健康科学総合センター 歯科医師 10分休憩
12:00	昼食(60分)	10:25	行動科学の視点から見た保健指導アプローチ (110分) みち健康行動学研究所 所長 尾道 敏子 プロフィール：東京医科歯科大学医学部卒業。みち健康行動学研究所所長、日本予防医学協会理事、日本行動療法学会・日本行動医学学会編集委員、日本健康支援学会理事・編集委員、日本病態栄養学会評議員、行動科学の専門家として研究をし、論文や著書多数、数々の賞を受賞。
13:00	メタボリックシンドロームと検査値の関連 (30分) みち健康の森健康科学総合センター 医師 村本 あき子	12:15	昼食(60分)
13:30	10分休憩	13:15	事例から考える～見えてはいますか？対象者の気持ち～ (90分) みち健康の森健康科学総合センター センター長 津下 一代
13:40	食事による保健指導 (45分) みち健康の森健康科学総合センター 管理栄養士	14:45	10分休憩
14:25	10分休憩	14:55	保健指導の評価について (45分) みち健康の森健康科学総合センター センター長 津下 一代
14:35	日常生活に取り入れやすい運動 (60分) ～新)身体活動基準2013を踏まえて～ みち健康の森健康科学総合センター 運動指導員	15:40	10分休憩
15:35	10分休憩	15:50	業務にともなう変更等について (20分) 愛知県国民健康保険団体連合会 石黒 晴規 愛知県健康福祉部健康対策課 小田 京子
15:45	行動変容を促す物理的支援のポイント (45分) みち健康の森健康科学総合センター 保健師	16:10	16:10
16:30	次の日の案内	16:30	2日間のまとめ・質疑応答 (30分) みち健康の森健康科学総合センター センター長 津下 一代
16:35	終了 16:42、17:22 知多バス	16:40	終了証交付
		16:50	終了 17:10元気号 17:22知多バス

平成25年度 愛知県特定健診・保健指導研修会アンケート1

本研修会にご参加いただき、ありがとうございます。今後の研修会の参考にするため、アンケートのご協力をお願いいたします。なお、アンケートは匿名で取扱い、他の目的に使用したり、個人名を公表することはありません。

講座番号 名前

参加日に○をつけてください。(両日 1日目のみ 2日目のみ)

所属(市町村・健診機関・医療機関・保健所・健康保険組合・企業・その他)

職種(保健師・看護師・管理栄養士・栄養士・健康運動指導士・その他)

保健指導経験年数(年)

(1) 研修前: 下記項目に対し、知識・技術の習得度を4段階で評価し、○をつけて下さい。

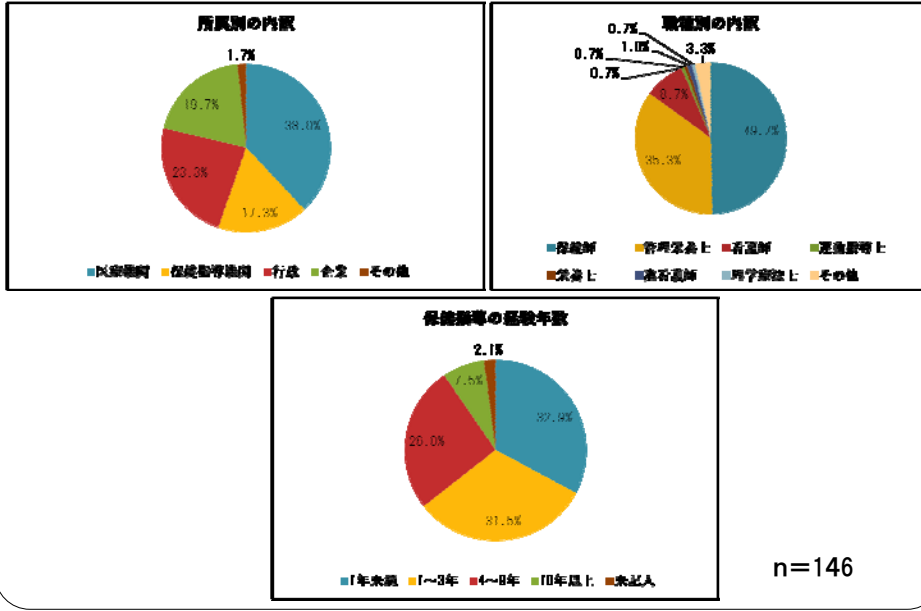
(2) 研修後: ①下記項目に対し、知識・技術の習得度を4段階で評価し、○をつけて下さい。
②特に理解が深まった項目には○をつけて下さい。

No	項目	(1) 研修前	(2) 研修後 ①	②
1	健診結果等から身体変化やリスク及び生活習慣との関連が説明できる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
2	行動変容ステージ、ライフスタイル等から対象者のアセスメントができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
3	生活習慣について、何から改善することが可能か対象者とともに考えることができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
4	対象者の健康感を尊重しつつ、対象者の前向きな自己決定を促す支援ができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
5	集団的支援(グループワーク等)ができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
6	継続的なフォローアップができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
7	保健指導の評価から、保健指導方法の改善ができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
8	栄養学および食事摂取基準、関連学会ガイドラインの食事療法について理解している	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
9	食事と生活習慣病の関連が説明できる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
10	代謝の調整とエネルギー・栄養素、食品との関連が説明できる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	

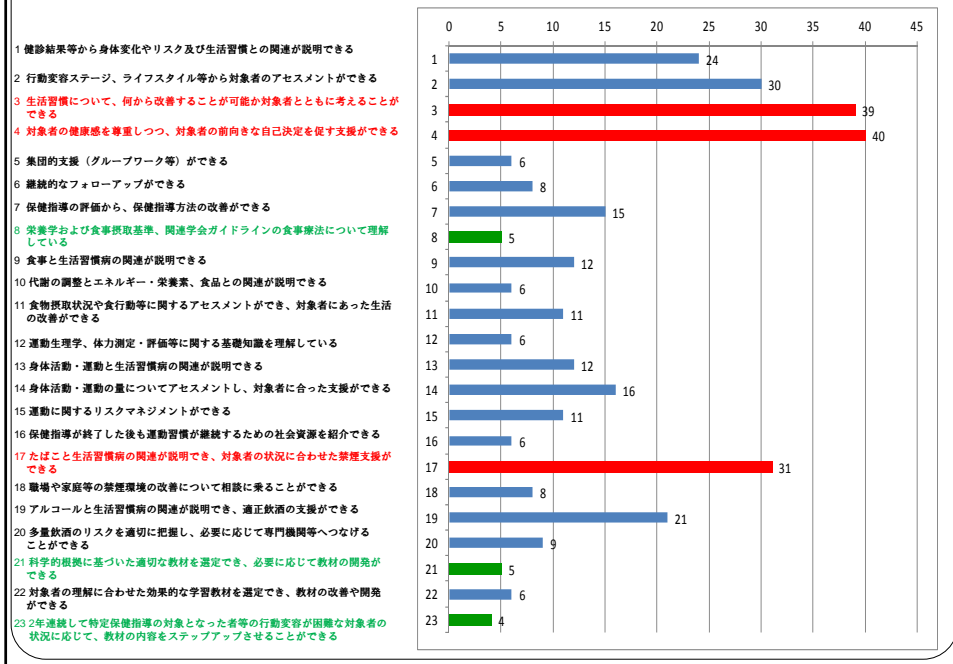
10	代謝の調整とエネルギー・栄養素、食品との関連が説明できる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
11	食物摂取状況や食行動等に関するアセスメントができ、対象者にあった食生活の改善ができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
12	運動生理学、体力測定・評価等に関する基礎知識を理解している	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
13	身体活動・運動と生活習慣病の関連が説明できる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
14	身体活動・運動の量についてアセスメントし、対象者に合った支援ができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
15	運動に関するリスクマネジメントができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
16	保健指導が終了した後も運動習慣が継続するための社会資源を紹介できる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
17	たばこ生活習慣病の関連が説明でき、対象者の状況に合わせた禁煙支援ができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
18	職場や家庭等の禁煙環境の改善について相談に乗ることができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
19	アルコールと生活習慣病の関連が説明でき、適正飲酒の支援ができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
20	多量飲酒のリスクを適切に把握し、必要に応じて専門機関等へつなげることができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
21	科学的根拠に基づいた適切な教材を選定でき、必要に応じて教材の開発ができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
22	対象者の理解に合わせた効果的な学習教材を選定でき、教材の改善や開発ができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
23	2年連続して特定保健指導の対象となった等の行動変容が困難な対象者の状況に応じて、教材の内容をステップアップさせることができる	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	

※(2) 研修後②「特に深まった項目」への○もお願いします。

アンケート1の結果(参加者の状況)



アンケート1の結果(特に理解が深まった項目)



平成25年度 愛知県特定健診・保健指導研修会アンケート2

座席番号 氏名

1. 今回の研修はいかがでしたか。

(1)全体（該当するものに○をご記入ください）

① 今回の研修会に参加して特定健診・保健指導の知識が深まりましたか？

1. 知っていることばかりだった 2. 深まった 3. 大変深まった

② 今回の研修会は今後の業務に役立ちますか？

1. 役立たない 2. あまり役立たない 3. 役に立つ 4. かなり役に立つ

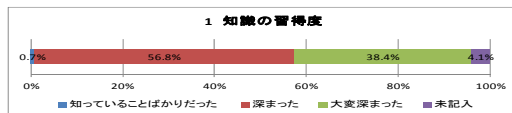
日時		カリキュラム	知識の理解度
1 日 目	9:40～12:00	特定健診・特定保健指導 総論 ～ナショナル分析データから分かること、性・年代別の特長と対策～	1: 全くわからなかった 2: あまりよくわからなかった 3: 大体わかった 4: よくわかった
	13:00～13:30	メタボリックシンドロームと検査値の関連	
	13:40～14:40	食事による保健指導	
	14:50～15:35	日常生活に取り入れやすい運動 ～新)身体活動基準2013を踏まえて～	
	15:45～16:30	行動変容を促す禁煙支援のポイント	
2 日 目	9:45～10:15	保健指導に使える！歯科の健康と生活習慣病の関連	
	10:25～12:15	行動科学の視点から見た保健指導アプローチ	
	13:15～14:45	事例から考える～見えていますか？対象者の気持ち～	
	14:55～15:40	保健指導の評価について	

2 特定健診・保健指導について、疑問点やさらに知りたいことがあればご記入ください。

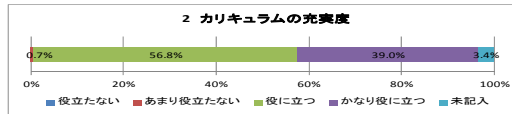
3 研修会についてのご意見をお聞かせください。

アンケート2の結果(全体の評価)

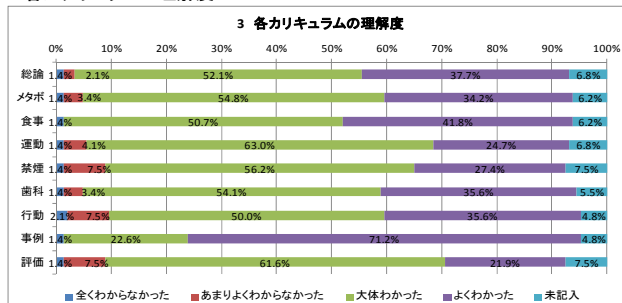
1 今回の研修に参加して特定健診・保健指導の知識が深まりましたか？(知識の習得度)



2 今回の研修会は今後の業務に役立ちますか？(カリキュラムの充実度)



3 各カリキュラムの理解度



「計画・評価編」

【テーマ】

「第2期にスタート！きちんと評価を行おう！」

【目的及び趣旨】

特定健診・保健指導の第1期が終了し、その評価を踏まえた第2期がスタートした。個人、事業、集団、各レベルでの適切な評価を行い、計画を立てていくことが重要である。本研修では評価に役立つ統計の知識を確認し、グループワークなどを通して、評価方法を習得することを目的とした。

【時期】

9月19日

【対象者】

- (1)市町村(国民健康保険担当課、保健センター、健康日本21推進に関わる担当課等)
- (2)企業の医療保険者
- (3)企業の健康管理部、安全衛生部、産業保健等

平成25年度愛知県特定健診・保健指導研修会カリキュラム

テーマ「第2期スタート！きちんと評価を行おう！」	
時間	平成25年9月19日(木)
9:15	受付
9:30	オリエンテーション
9:40 (120分)	「第1期評価を踏まえ、第2期スタート！ 適切な評価を行い、計画につなげるために」 あいち健康の森健康科学総合センター センター長 津下 一代
11:40	昼食(60分)
12:40 (60分)	評価に役立つ統計の知識 愛知県衛生研究所 広瀬 かおる
13:40	10分休憩
13:40 (135分)	グループワーク ①個人、②事業、③集団 段階的評価の実践 あいち健康の森健康科学総合センター センター長 津下 一代
15:55	10分休憩
16:05 (60分)	まとめ 質疑・応答 あいち健康の森健康科学総合センター センター長 津下 一代

平成25年度 愛知県特定健診・保健指導研修会アンケート1

本研修会にご参加いただき、ありがとうございます。今後の研修会の参考にするため、アンケートのご協力をお願いいたします。なお、アンケートは匿名で取扱い、他の目的に使用したり、個人名を公表することはありません。

名前 _____

所属（市町村・健診機関・医療機関・保健所・健康保険組合・企業・その他）

職種（保健師・看護師・管理栄養士・栄養士・健康運動指導士・その他）

保健事業評価、企画等の経験年数（ 年）

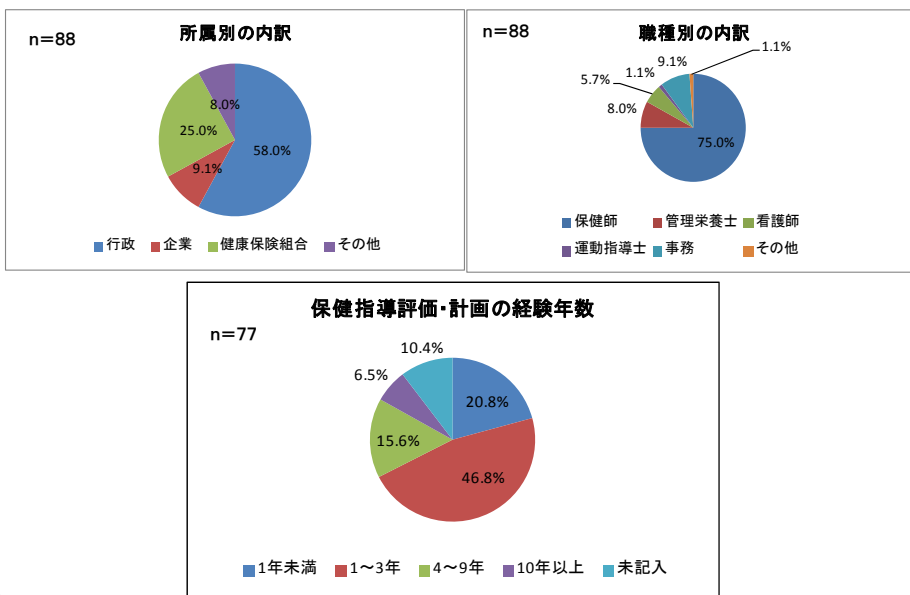
(1) 研修前：下記項目の理解度について、4段階で評価して○をつけて下さい。

(2) 研修後：①下記項目の理解度について、4段階で評価して○をつけて下さい。
②特に理解が深まった項目には○をつけて下さい。

No	項目	(1)研修前	(2)研修後 ①	②
1	特定保健指導第2期計画、改訂版標準プログラムの内容を理解している。	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
2	保健事業におけるPDCAサイクルについて理解している。	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
3	集団全体において、健康課題を分析する方法について理解している。	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
4	健康課題から事業計画を立てることについて理解している。	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
5	対象者の評価から、保健指導方法の改善を行うことについて理解している。	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
6	対象者の評価から、企画段階やプログラムの評価を行うことについて理解している。（プロセス評価）。	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
7	費用対効果や最終評価から、事業全体の評価を行うことについて理解している。	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
8	評価結果を事業の改善につなげることについて理解している。	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	
9	社会資源を活用した実施体制を構築する方法について理解している。	低 1 2 3 4 高	低 1 2 3 4 高	

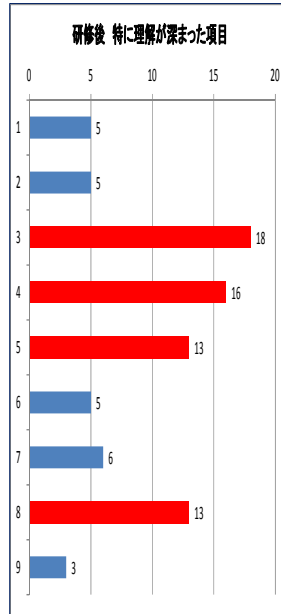
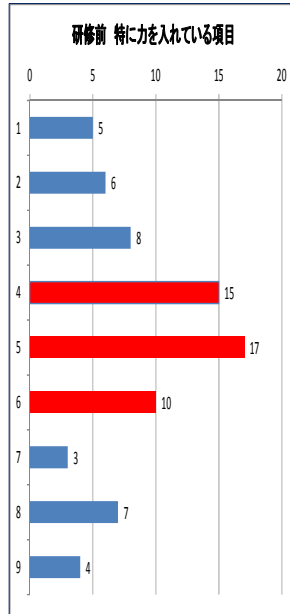
※(2) 研修後の「特に深まった項目」への○をお願いします。

アンケート1の結果(参加者の状況)



アンケート1の結果(特に理解が深まった項目)

- 1 特定保健指導第2期計画、改訂版標準プログラムの内容を理解している。
- 2 保健事業におけるPDCAサイクルについて理解している。
- 3 集団全体において、健康課題を分析する方法について理解している。
- 4 健康課題から事業計画を立てることについて理解している。
- 5 対象者の評価から、保健指導方法の改善を行うことについて理解している。
- 6 対象者の評価から、企画段階やプログラムの評価を行うことについて理解している(プロセス評価)。
- 7 費用対効果や最終評価から、事業全体の評価を行うことについて理解している。
- 8 評価結果を事業の改善につなげるについて理解している。
- 9 社会資源を活用した実施体制を構築する方法について理解している。



平成25年度 愛知県特定健診・保健指導研修会計画・評価編アンケート2

1. 今回の研修はいかがでしたか。
(1)全体 (該当するものに○をご記入ください)

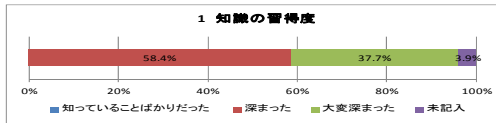
- ① 今回の研修会に参加して特定健診・保健指導の知識が深まりましたか？
1. 知っていることばかりだった 2. 深まった 3. 大変深まった
- ② 今回の研修会は今後の業務に役立ちますか？
1. 役立たない 2. あまり役立たない 3. 役に立つ 4. かなり役に立つ

時間	カリキュラム	知識の理解度
		1: 全くわからなかった 2: あまりよくわからなかった 3: 大体わかった 4: よくわかった
9:40~11:40	第1期評価を踏まえ、第2期スタート！適切な評価を行い、計画につなげるために。	
12:40~13:40	評価に役立つ統計の知識	
13:50~15:55	グループワーク	
16:05~17:05	まとめ 質疑応答	

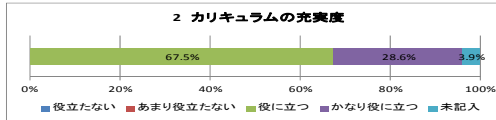
- 2 特定健診・保健指導について、疑問点やさらに知りたいことがあればご記入ください。
- 3 研修会についてのご意見をお聞かせください。

アンケート2の結果(全体の評価)

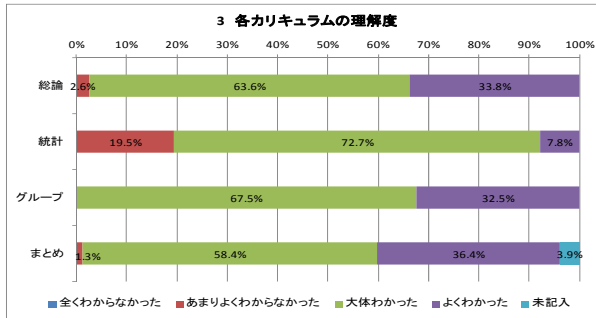
1 今回の研修に参加して特定健診・保健指導の知識が深まりましたか？(知識の習得度)



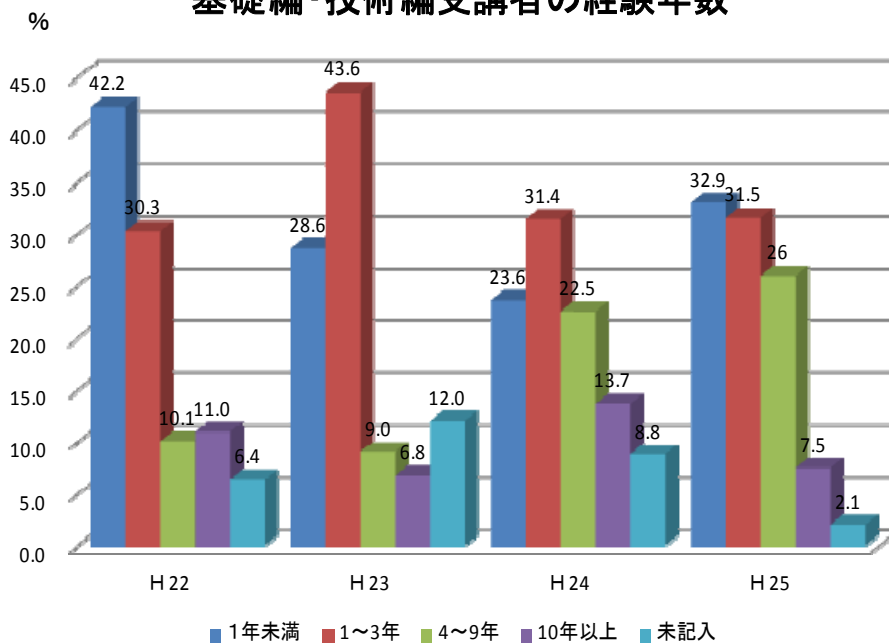
2 今回の研修会は今後の業務に役立ちますか？(カリキュラムの充実度)

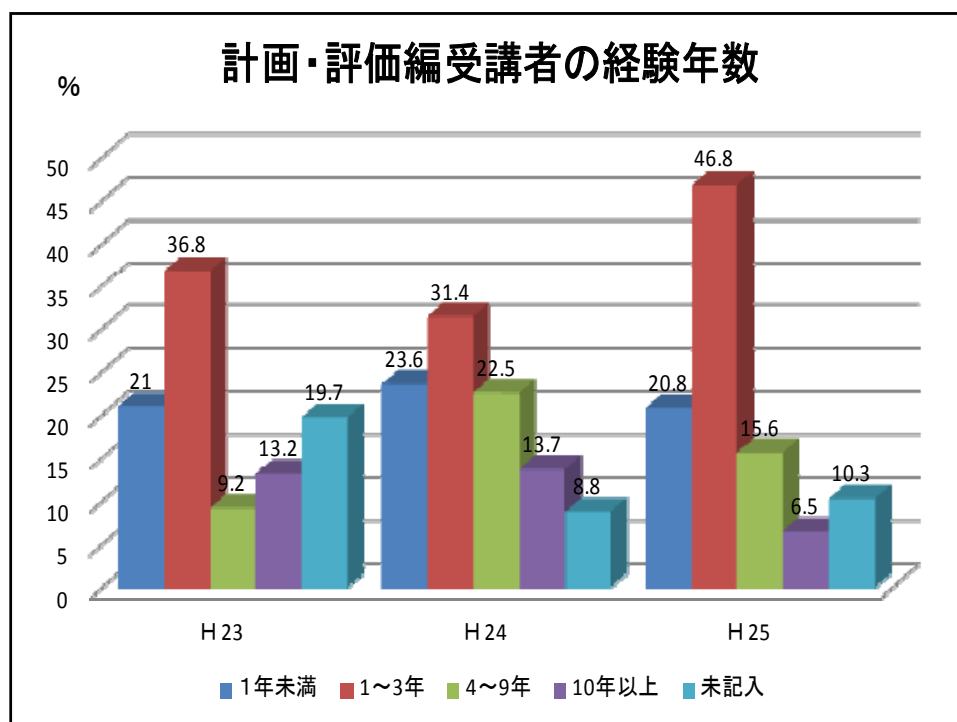


3 各カリキュラムの理解度



基礎編・技術編受講者の経験年数





7 今後に向けて

- ・研修事業の評価をしながら、指導者の苦手部分の克服や課題解決につながり、より実践に役立つカリキュラムの提供
- ・受講者の経験年数等の違いなどによるニーズの多様化への対応
- ・「標準的な健診・保健指導プログラム(改訂版)」に加えられた内容をより効果的に実践できるようにする。
- ・特定健診・保健指導から保健事業へPDCAサイクルに基づいた展開をめざす。
- ・最新の情報提供