

平成22年5月18日

効果の出る保健指導のための 人材育成とは

—協会けんぽの事例—

全国健康保険協会
保健第二グループ長
六路 恵子

 全国健康保険協会

目次

1. 加入事業所の特徴
2. 協会けんぽが行う保健指導
3. 保健指導の質の標準化
4. 研修
5. 面接の意義
6. ハイリスクアプローチからポピュレーションアプローチにつなげる
7. 今後のスキルアップの方向性

全国健康保険協会は、平成20年10月、政府管掌健康保険を国から引き継ぎ、スタートしました

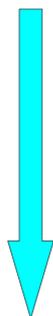
平成2年から(財)社会保険健康事業財団が社会保険庁からの委託を受けて行ってきた保健指導を、協会けんぽが承継して、保健事業を行っています

《基本使命》

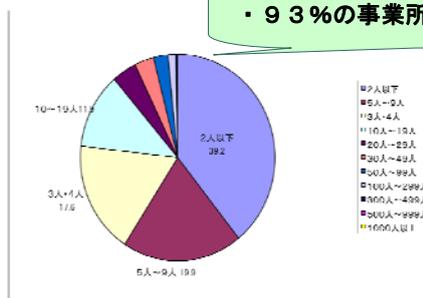
協会は、保険者として健康保険及び船員保険事業を行い加入者の健康増進を図るとともに、良質かつ効率的な医療が享受できるようにし、もって加入者及び事業主の利益の実現を図る

協会けんぽ加入事業所の特徴

事業所の規模が小さい



- ・ 75%の事業所が従業員数10人未満
- ・ 93%の事業所が従業員数30人未満



健康管理体制が整っていない

協会けんぽが行う保健指導

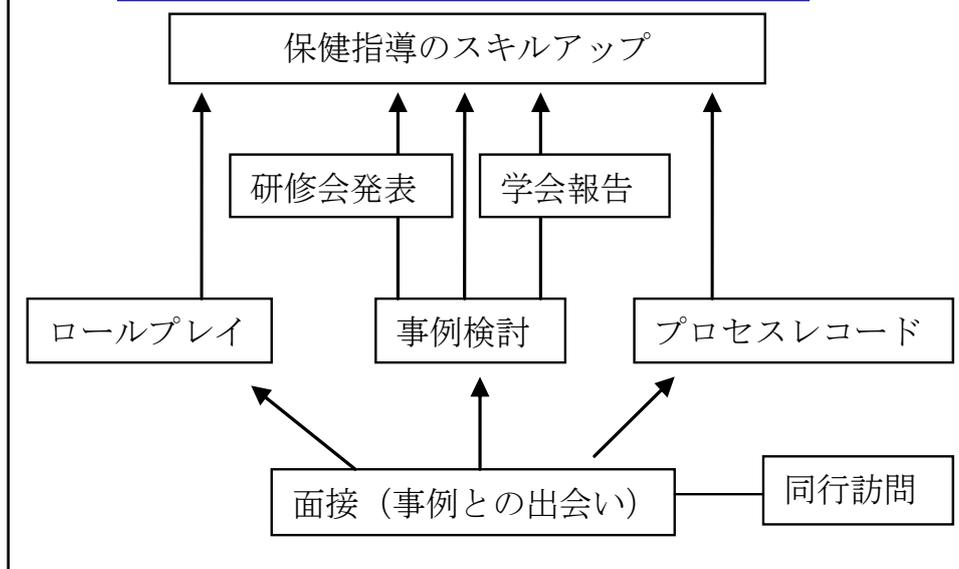
《被保険者本人》

協会けんぽの保健師(780人)が自ら実施

- 事業所訪問による個別相談を中心に実施
- 生活習慣病予防及び事業者健診後の保健指導
- 健康増進コース
 - 禁煙コース: 禁煙支援を必要とする方
 - 減量コース: 特定保健指導対象者以外で減量支援を必要とする方

《被扶養者》 保健指導機関に委託して実施

事例は保健指導の生命線



保健指導の質の標準化(1)

【研修】

1. 研修の体系に則り、到達目標を明確にした研修を行う
2. 研修には、必ず事例検討、ロールプレイを取り入れる
3. 研修満足度、学習到達度、行動変容度に関する評価、プログラム評価などを行っている。到達度評価は、事前・事後に自己評価により行う場合もある。
4. 教育担当者として、全支部の保健師が保健指導実践者育成研修会「健診・保健指導に関する企画・運営・技術研修プログラム」に全支部保健師が参加し、修了している。

保健指導の質の標準化(2)

【マニュアル】

現場保健師が作成した保健指導のマニュアル「保健指導の手引き(全7巻)」を全員に配布し、マスターした上で保健指導を行う

①内容

活動の理念、保健師活動の目的・目標、法律、医療制度、協会けんぽの概要、個人情報保護、企画立案・評価、連携等、資質向上、医学的事項、生活習慣、特定保健指導の基本、目標値、特定保健指導の実際、評価、媒体等

②専門家による監修を受けている

③定期的に見直し、改善をしている



保健指導の質の標準化(3)

【保健指導用媒体】

現場保健師が作成したパンフレット等を活用している。

定期的に専門家の監修により改定している。



保健指導の質の標準化(4)

【目標設定】

- 行動変容ステージに沿った支援と目標設定をする
- 目標設定について全保健師が共通認識をしている

1. 目標は上位目標・下位目標の2種類と具体策

上位目標と下位目標、具体策に一貫性があることにより、確実に下位目標、上位目標を達成することができる。一貫性は極めて重要である

2. 回数や量を明示した評価可能な目標

保健指導の質の標準化(5)

【保健指導の評価】

- 同行訪問による面接技術の評価
- ロールプレイの実施による評価
- 保健指導記録による評価

- ・定期的な面接により、改善・自己研鑽につなげる
- ・研修や事業計画に活用する
- ・保健師一人ずつ、スキルアップ目標を上司と面接して設定

【研修】

研修の体系

開催 主体	研修会名	優先順位			
		情報収集	専門知識・技術 の習得	組織関連	支部状況把握
本部	新規採用者研修会	◎		△	○
	保健師全国研修会	△	○	◎	
	保健師ブロック研修会	○	◎	△	
支部	新規採用者研修		△	◎	○
	支部内研修会	△	◎	△	○
	保健指導実践者育成研修会	△	◎		
外部 団体	県外研修会	○	◎		
	県内研修会	○	◎		

新規採用時保健師研修		自己評価表
	テーマ	内容
概括編	全国健康保険協会の理念及び概要	「協会けんぽとは」について述べるができる
	特定健診・保健指導の理念	特定健診・保健指導の理念が説明できる
	特定保健指導の概要	特定保健指導の対象者の選定方法・手法などの概要が説明できる
企画編	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)	協会及び支部における保健指導の企画が理解できる 他機関の保健指導の現状、行政の動きなどが述べられる
	①協会における保健指導の企画	個人及び事業所の現状分析(対象者数・健診結果状況・職場環境など)ができる 特定保健指導の積極的支援及び動機づけ支援の実施予定者数がわかり、効果的かつ効率的な実施方法を企画できる
	②支部における保健指導の企画	
	③他機関における保健指導の現状、行政の動き等	
④担当地区における保健指導の企画策定		
技術編	メタボリックシンドロームの概念	①メタボリックシンドロームの概念が説明できる ②健診結果と身体変化が説明できる ③生活習慣の関連が説明できる
	生活習慣病予防に関する保健指導	生活習慣改善の基本的知識を習得し、述べるができる
	①身体活動・運動に関する保健指導	
	②食生活に関する保健指導	
	③たばこ・アルコールに関する保健指導	
	④休養(心の健康)に関する保健指導	
	⑤ポピュレーションアプローチとの連動	グループダイナミクスを活用したポピュレーションアプローチ方法が説明できる
協会における「動機づけ支援」「積極的支援」の内容	特定保健指導の積極的支援及び動機づけ支援が効果的かつ効率的に実施できる方法が理解できる	
生活習慣改善につなげるためのアセスメント・行動計画	現状分析・問診内容・健診結果等を利活用し、生活習慣改善のための的確な目標設定及び助言ができる	
行動変容に関する理論と実際	ステージモデルを理解し、ステージに応じた保健指導が実施できる	
評価編	個別の評価	保健指導を実施した対象者の評価ができる
	事業所の評価	保健指導を実施した事業所の評価ができる
	保健指導事業の評価	実施した事業全体の評価ができる(1ヵ月単位・四半期単位・年単位)

新規採用時研修

■採用時(1週間～1か月)

1. 「保健指導の手引き(全7巻)」の学習と理解度確認
2. ロールプレイによるスキルアップ
3. 文書相談・電話相談の実践によるスキルアップ
4. 先輩保健師との同行訪問によるスキルアップ

■OJT(～1年)

1. 訪問後のカンファレンス
2. プロセスレコードを活用した事例検討
3. 自己評価表・他者評価表を活用した保健指導の振り返り
4. 先輩保健師との同行訪問によるスキルアップ
5. プリセプターによる継続的な支援
6. 記録等により、対象者把握や保健指導内容について確認

支部内研修会

- 初回面接が命綱
- 継続のためにはスキルアップが欠かせない
- 特定保健指導は、スキルアップには又とないチャンス



研修会では、毎回、必ずロールプレイや事例検討を行う

支部内研修会 (支部で行った例)

積極的支援の脱落率が多い

…対象者が継続して保健指導を受けたいと思えるような面接を行いたい

保健指導技術の習得のための研修会を年間4回、OJTを組み込み、継続して実施した

なりたい姿

「私は～したい」

具体策

肯定文による具体策

支部内研修会 (支部で行った例)

行動変容ステージ別支援のポイントを事例から検討した

《無関心期》

- ・どうしてもやりたくない人まで無理に継続支援をしない
- ・対象者と良い関係をつくっておく
- ・毎年の積み重ねが大切
- ・周りの人を見て、「私もできるかも・・・」
うまくいった人が、広報役になる

《関心期》

- ・十分に傾聴し、必要な情報を提供して、目標をスモールステップで自己決定する

面接の意義

ハイリスクアプローチからポピュレーションアプローチへ

個別面接



入り口は個別面接

- 事業所ごとに健診結果の特徴がある
- 個別面接から、集団としての生活習慣や職場風土・労働環境・職場環境等が見えてくる
- 事業所訪問により、労働環境や職場環境が五感で分かる
- 事業主や健康管理担当者と直接会う機会になる

被保険者の健康に関する要因

労働条件	職場環境	メンタルヘルス	職務満足感	生活習慣
勤務体制	作業環境	ストレスの状態	仕事に対する満足感	食事
勤務時間	休憩施設	ストレス要因	仕事の裁量度	運動
休憩時間	給食	ストレス解消		嗜好品
給与	健康診断	人間関係		
福利厚生	健康相談	仲間づくり		
	健康意識			

職場風土

経営方針



ポピュレーションアプローチにつなげる

- 健康職場づくりへ
- 地域や他の保険者との連携事業へ

企画力・マネジメント力

今後、さらにスキルアップするために

1. 企画力を中心とした研修の実施
2. 保健師が身につけたいスキルのものさしの策定

