

特定保健指導の実践とロールプレイ講習会の開催内容(三河地区)

場所：豊橋商工会議所 3階ホール 大講堂 日時：平成 20 年 12 月 7 日(日)

9：00～ 挨拶 特定非営利活動法人健康情報処理センターあいち 副理事長 志賀 捷浩

9：20～ 別保健指導の実践

壇上で、利用者と指導者の初回面接を実演し、特定保健指導の開始からアセスメント、行動目標・行動計画の策定など、専用用紙の記入方法について説明いたします。

10：10～ “ながら体操”のすすめ 聖隷保健事業部 健康運動指導士 石川 鉄也先生

11：25 昼食(各自)

12：00～ ロールプレイ

4～6名程度のグループ単位で、利用者と指導者を決めて保健指導の実演を行います。

12：45～ グループ単位報告及び質疑応答、総括

13：00 閉会の辞 愛知県医師会副会長 大野和美終了

会費： 1)愛知県医師会A会員(NPO会員) 無料 2)A会員(NPO会員)勤務の指導者 1000円(税込)
3)その他 2000円(税込)

参加者数:32名

午前中の講義では壇上に指導者(管理栄養士)と対象者(積極的支援該当者)が実践を行いました。指導者は挨拶から始まり、何故、今回指導の対象となったのか、メタボリックシンドロームとはどういう状態なのか、生活習慣を振り返り対象者とともに行動目標・行動計画を決める実演を行いました。また、対象者が健康管理手帳に行動計画を記入して宣言する様子などをスクリーンへ拡大投影しました。

スクリーン片面には、今、指導者は何を行っているのか、この場面でのポイントは何なのか等、スクリーン2面を使用して講演を行いました。

<保健指導風景>



<ながら体操;石川先生>



“ながら体操”として石川先生は“運動とは、球技や器具を使う必要はない”、“運動消費カロリーやメッツ等言葉は使用しない。歩数換算で説明しましょう”等、日常生活内で活動強度を向上する意識が大切である。

また、歯磨き中の膝曲げ、座ったままの体操方法などの提案をされました。

午後からは、ロールプレイを行いました。

グループごとに指導者・対象者・記録者を決め、事前に用意された個人結果表や質問票、指導媒体、手帳等を活用して特定保健指導の活発なロールプレイがおこなわれました。

<ロールプレイ風景>



<質疑応答：左から水上先生、仁木先生、石川先生>



ロールプレイ終了後には、グループ毎に報告、質問等に対する質疑応答をおこないました。

水上先生は、難しく考えずに本日のロールプレイを参考に是非、積極的に実施してください。

石川先生はメッツ等の専門的な言葉ではなく、運動の程度を表すのは歩数に換算して説明するほうが利用者にとってはわかりやすいと思います。

管理栄養士仁木先生は、やはり事前準備が大切であり、保健指導対象者となった理由、メタボリックシンドロームの説明についてはどの対象者にも共通する内容であるため、指導者自身が使いやすい資料を準備することが大切であります。

== 質疑応答(Q&A)のまとめ ==

Q：メール支援では一日に2往復以上した場合のポイントはどちらになりますか？

また、よろず相談的に医療相談等が寄せられた場合の対処方法は？

A：メール支援は励ましたけの支援Bタイプと、支援内容の返答が必要なAタイプがありますが、原則予定日の1回目
が記録されると思いますが、支援システムの内容により異なることが想定されますので、使用システム会社にご確認
ください。(司会者：池山)。電話やメール等でもよろず相談的な内容についてのご相談は、初回面談時に“今回の
指導は内臓脂肪解消に向けた指導に重点をおいた内容であることを、明確にご説明しておいた方が良いかもしれま
せん”(水上先生)

平成20年11月16日に愛知県医師会で開催された時のQ&Aもご参考ください