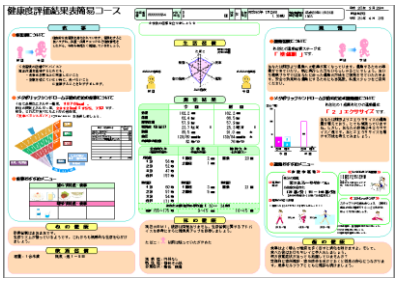
あいち健康プラザ　保健師の業務紹介

あいち健康プラザには、様々な年代の方や健康な方から病気を持ちながら健康づくりに取り組まれている方まで毎日たくさんの方が来館されます。その中で保健師は医療職として安全管理や保健指導に従事していますが、何といっても医師や歯科医師、運動指導員、管理栄養士、臨床検査技師、歯科衛生士の各専門職種とチームを組んでサービスを提供しているのが強みです。他にない、保健師活動を実践できることが魅力です。

★運動施設での安全管理・健康相談・簡易健康度評価



トレーニングを実施する前、その他希望される方に簡易健康評価（生活習慣等に関する問診、体力チェック）を実施し、その結果を基にその方の生活に沿った支援を行っています。

また「体力をつけたい」「減量したい」「血圧を下げたい」「禁煙したい」など様々な思いを持ってみなさんいらっしゃいます。そんな思いに寄り添いつつ、その方にあった情報が提供できるよう心掛けています。

１日実践クラスは、企業や市町村・学校・各種団体の方がそれぞれの目的を持って受講されます。集団の特徴や健康状態を事前に把握し、午前中に検査を行い、午後からの結果説明に備えます。

性年代別の平均値や検査数値の見方、最新情報を交えながら分かりやすい説明ができるよう心掛けています。通所型の健康づくり教室では、家庭実践状況をサポートしながら、各自の目標達成のためにアドバイスを行います。

★健康度評価結果説明・各種健康づくり教室運営

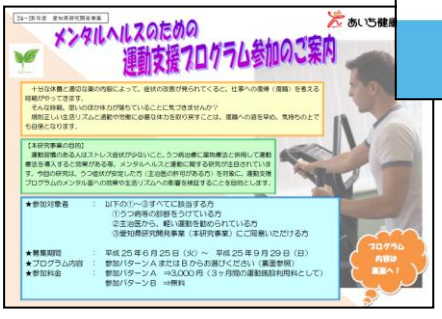
大勢の前で話すのは緊張しますが、１日の体験を通じて何か始めてみようと思っていただけるよう、私も頑張ります！

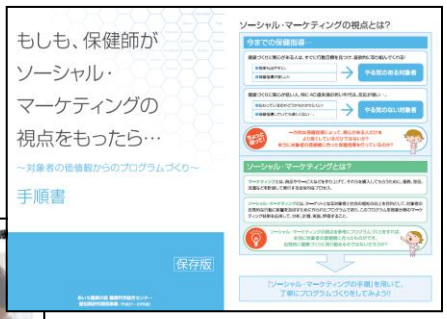
★各種研修会講師・出張健康講座・研究開発事業

愛知県内の市町村や企業・学校の依頼を受けて、出張して健康講座を実施します。現地での触れ合いを大事に、一人でも多くの方に関心を持っていただけますように…

H24～26

運動施設におけるメンタル不調者に対する運動プログラムの開発





H21～23

ソーシャルマーケティングの視点を踏まえた保健指導プログラム開発