

## 令和5年度愛知県特定健診・特定保健指導研修会＜知識・技術編＞研修内容

## テーマ

「特定健診・特定保健指導について理解し、基本的スキルを習得する」

視聴期間:令和5年10月20日(金)～令和5年11月24日(金)

	内容	ねらい	初任者	経験者	講義時間	演習時間
1	講義(動画)・演習 「特定健診・特定保健指導の概要と第4期の見直しについて」 あいち健康の森健康科学総合センター 保健師 佐々木 伸一	特定健診・特定保健指導の理念・制度・仕組みや特定保健指導の流れ、及び第4期の見直しについて理解する。	◎	◎	25分	15分
2	講義(動画)・演習 「行動変容に関する理論と実践」 あいち健康の森健康科学総合センター 医師 平川 仁尚	行動変容につなげる基本的知識・技術などを理解し、対象者に合わせた適切な支援について考える。	◎	◎	25分	15分
3	演習(説明動画) 「事例紹介・演習の進め方について」 あいち健康の森健康科学総合センター 研修担当	事例をもとに初回面接までの事前準備について、個人ワークを行い、効果的な保健指導方法について検討する。	◎	◎	10分	40分
4	講義(動画)・演習 「健診データ・標準的な質問票の確認ポイントとフィードバック文例集の活用」 あいち健康の森健康科学総合センター 医師 吉武 姿子	事例の健診データ・標準的な質問票について、対象者を理解するシートを活用し、背景や生活習慣を整理しながらアセスメントの方法を再確認する。 また、フィードバック文例集の活用方法について学び、実際の保健指導に役立てる。	◎	○	25分	15分
5	講義(動画)・演習 「身体活動・運動に関する保健指導」 あいち健康の森健康科学総合センター 健康運動指導士 池田 達哉	事例の情報をうい、安全面に配慮しつつ、生活に取り入れやすい方法が提案できる知識を習得する。 アセスメントから身体活動に見合った改善目標を立て、その消費エネルギーの換算を行う。	◎	○	25分	15分
6	講義(動画)・演習 「食生活・アルコールに関する保健指導」 あいち健康の森健康科学総合センター 管理栄養士 長谷川 千紗	事例の情報をうい、健診データの改善が見込めるAUDITの活用と減酒支援方法や、食事実践方法の提案ができる指導技術を習得する。 アセスメントから食習慣に見合った改善目標を立て、そのエネルギー収支の換算を行う。	◎	○	25分	15分
7	講義(動画)・演習 「禁煙に関する保健指導」 あいち健康の森健康科学総合センター 保健師 佐々木 伸一	禁煙が健康にもたらす効果や禁煙方法について理解し、喫煙習慣者への保健指導を学ぶ。	◎	○	15分	15分
8	事例紹介(動画)・演習 「保健指導における対象者との関わり方」 公益財団法人愛知県健康づくり振興事業団 管理栄養士 中村 誉	実際の保健指導における悩みや事例を通して、対象者との関わり方の工夫や支援のポイントについて学ぶ。	◎	◎	25分	15分
9	講義(動画)・演習 「保健指導の実施方法と評価」 公益財団法人愛知県健康づくり振興事業団 管理栄養士 中村 誉	初回支援におけるポイントや、継続支援での手紙やメールの書き方、指導記録の書き方、ICTの活用方法を学び、より良い指導方法を習得する。 保健指導の評価方法についての理解を深める。	◎	◎	25分	15分
					200分	160分

※タイトル、講師は都合により変更される場合があります。