

ナトカリ比を用いた保健指導に関するアンケート集計結果 報告書

調査実施期間： 1回目 2024年 6月18日 ~ 7月5日
 2回目 2024年 10月16日 ~ 11月6日
 3回目 2025年 5月29日 ~ 6月18日
 4回目 2025年 6月24日 ~ 7月11日

調査方法： 日本高血圧学会事務局経由で google form にて実施

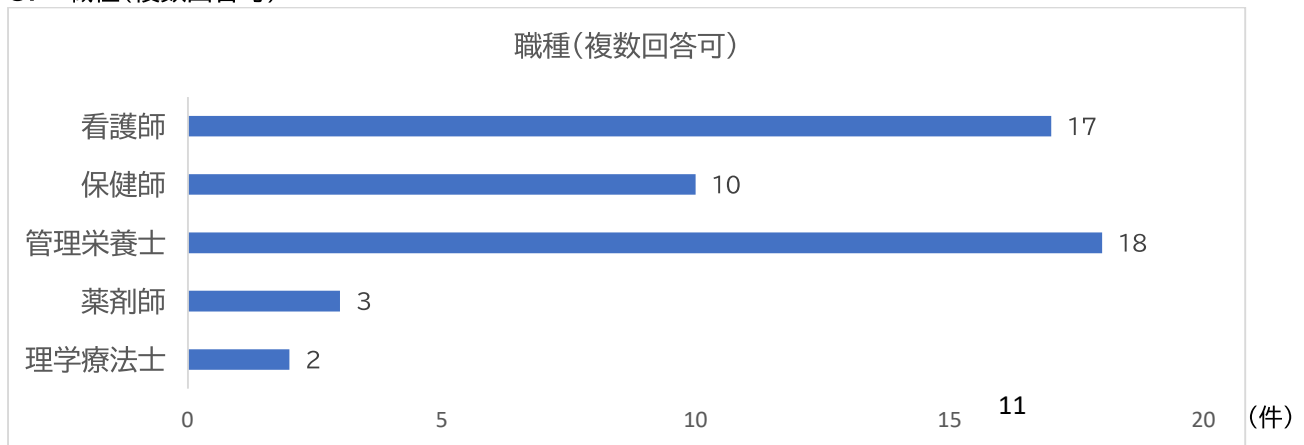
対象事業所： 事業所 A、事業所 B、事業所 C、事業所 D、事業所 E、事業所 F、事業所 G

回答者：対象者：本事業従事者 42/51 件（回答率 82.4%）*本アンケート調査は同一人物重複回答あり

1. 性別
2. 年代

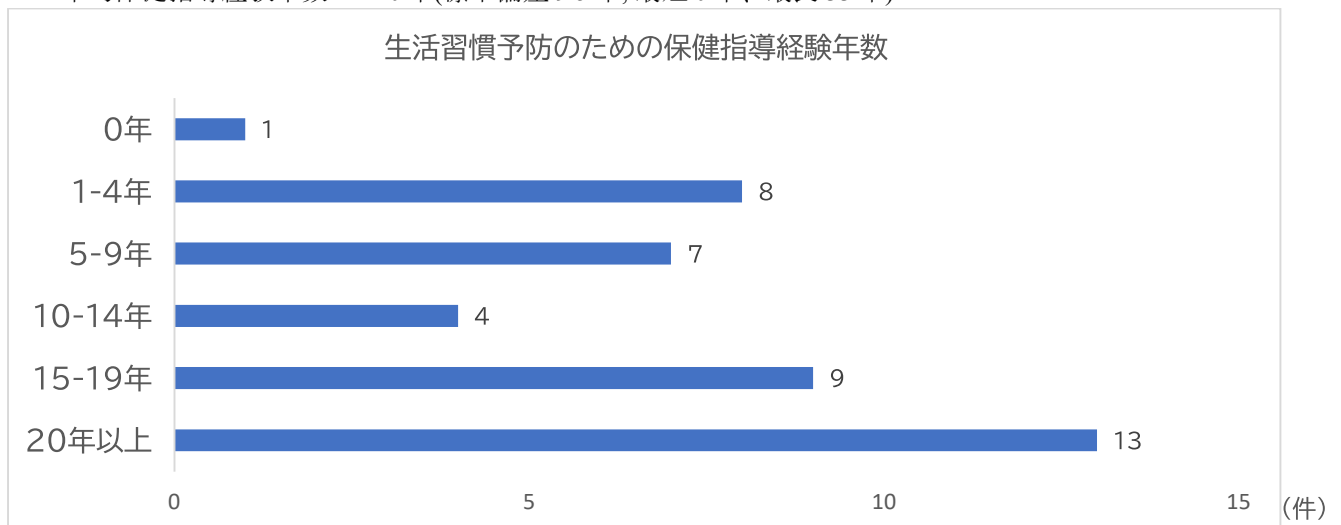
質問項目		件
性別	女性	37
	男性	5
年代	20-29 歳	1
	30-39 歳	5
	40-49 歳	11
	50-59 歳	17
	60-69 歳	8

3. 職種(複数回答可)



4. 生活習慣予防のための保健指導経験年数(バイトなども含む、通算でおおよその年数)

平均保健指導経験年数：14.0年(標準偏差9.5年, 最短0年、最長33年)



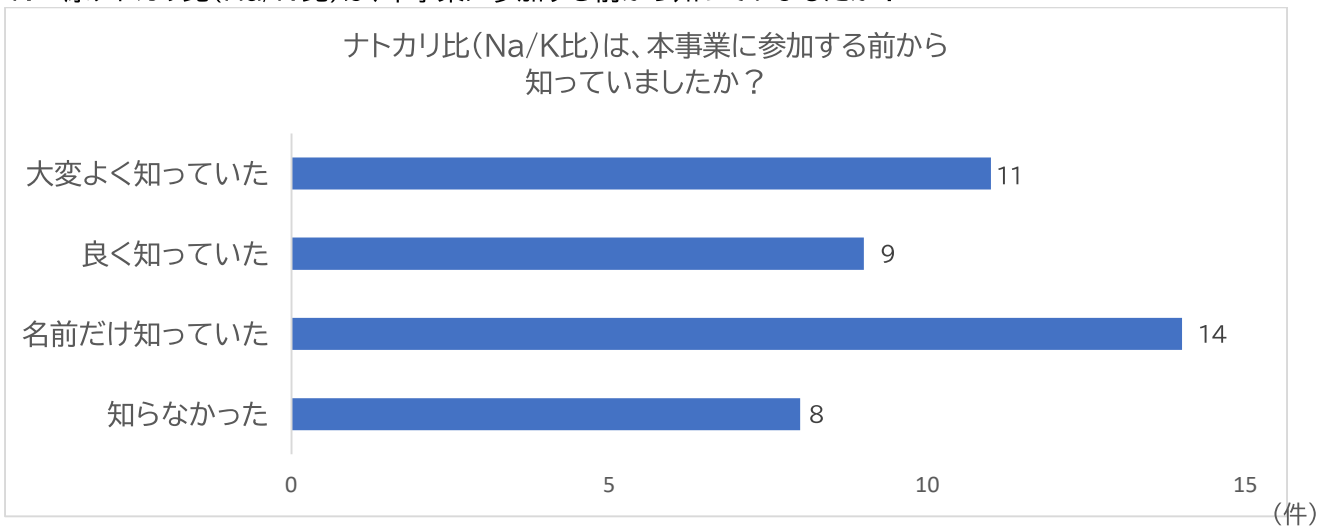
5. 循環器病予防療養指導士の資格をお持ちですか。

回答状況	件
保有している	34
保有していない	8

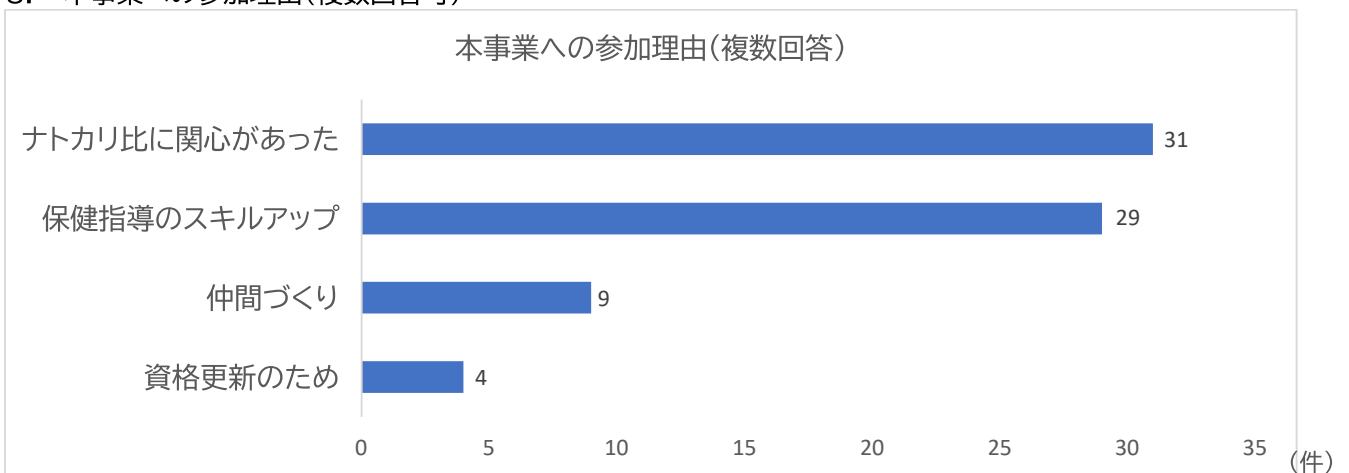
6. 本務先(常勤、嘱託、非常勤)

本務先	件
医療機関	19
企業 (医療機器メーカーや製造業含む)	7
教育機関	7
市町村	1
医療保険者	2
フリーランス	2
学生/大学院生	3
なし	1

7. 尿ナトリウム比(Na/K比)は、本事業に参加する前から知っていましたか？



8. 本事業への参加理由(複数回答可)

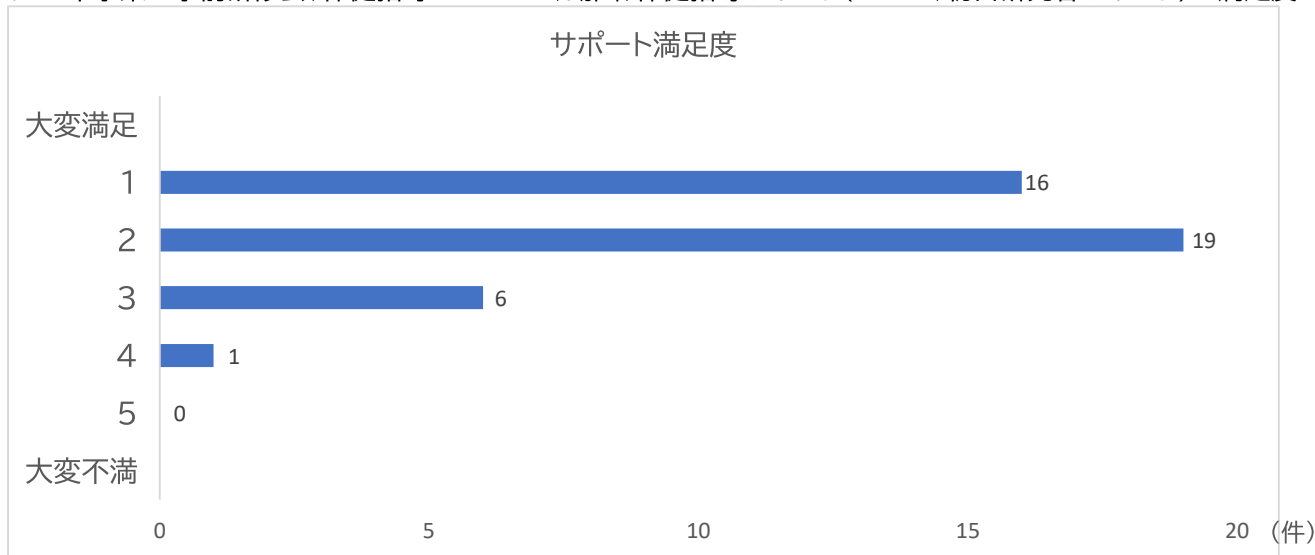


選択肢以外の参加理由(自由記載)
予防指導士として高血圧学会、社会貢献のため
勉強のため
県栄養士会からの依頼

資格(循環器病予防療養指導師)の資格を活かしたかった
循環器病療養指導士の資格を活かして、社会貢献できる良い機会と考えました
循環器病予防に関する見識・知識を広める為
高血圧療養指導士の資格を活かして、社会貢献できる良い機会と考えました。
高血圧学会の研究事業活動に協力したかったから

<保健指導習得のためのサポートについて>

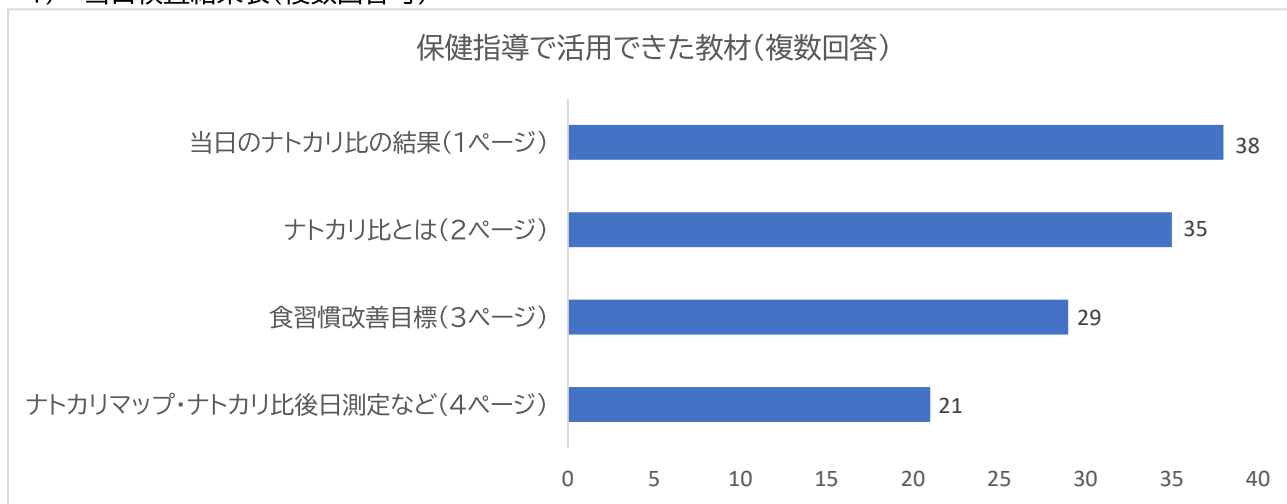
9. 本事業の事前研修会、保健指導マニュアル、動画、保健指導サポート(メール、初日研究者サポート)の満足度



<教材について>

10. 保健指導する上で役立つ教材について教えてください。

1) 当日検査結果表(複数回答可)

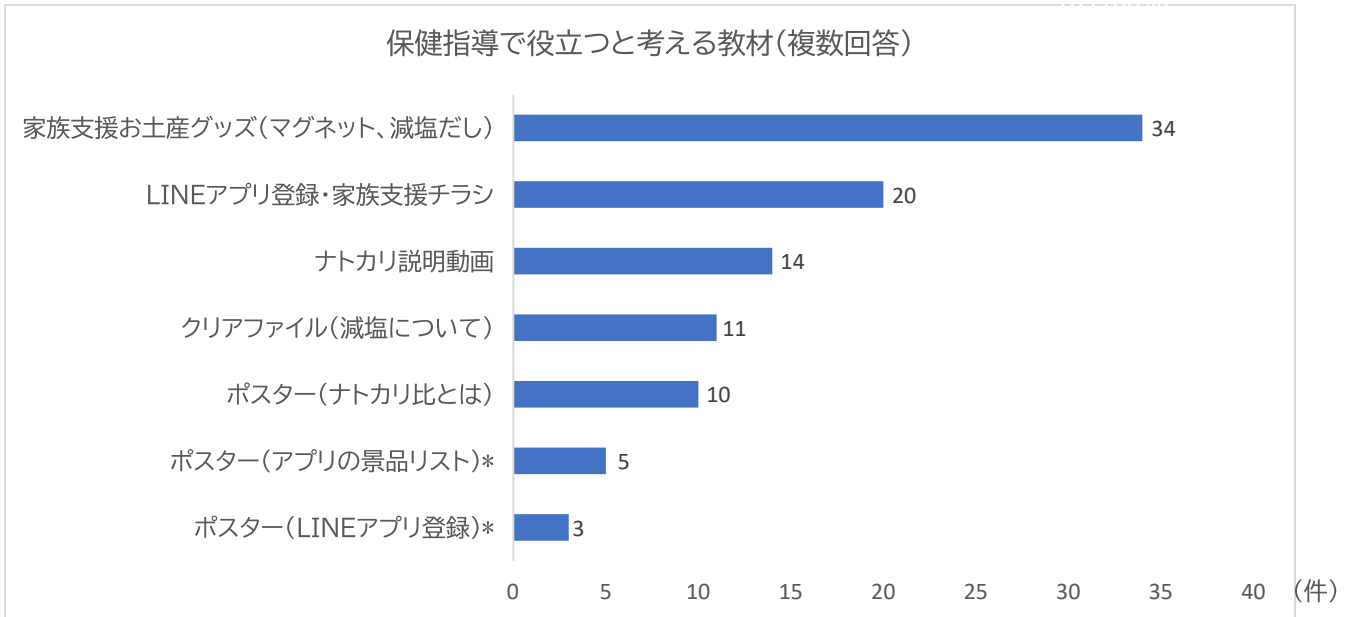


(件)

11. 保健指導に役立つ教材(複数回答可)

指導で直接使っていないくても、対象者の行動変容に効果があると思ったら選択する

2) その他教材



*ポスター(アプリの景品リストと LINE アプリ登録は 2024 年度のみ調査実施

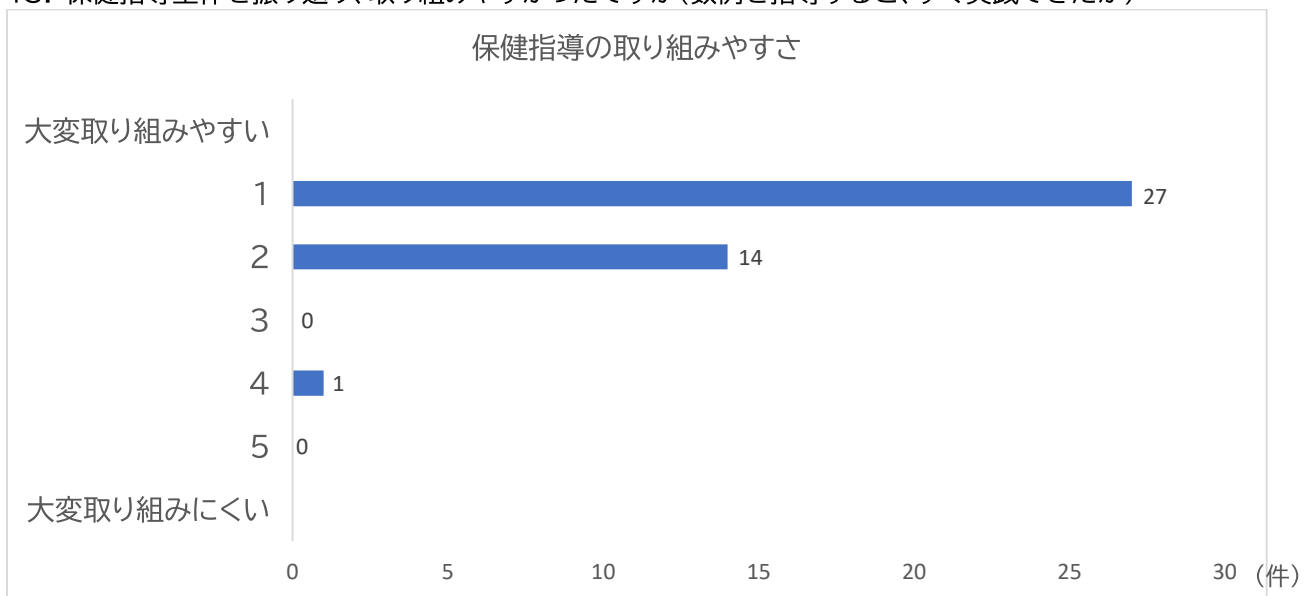
<保健指導の運用>

12. 保健指導の運用(マニュアル)でよかった点やマニュアルから当日現場に合わせて改変して実施してよかった点、今後の改善点について教えて下さい。

良かった点
具体的な内容で指導に役立つ事が出来た。
事前に流れや準備がなされており、対象者の待機時間を可能な限り減らすことで保健指導に対する初対面でのストレス軽減になった点が良い。短時間かつ一方的な指導でないのも、また話を聞こうと思ってくれた。
マニュアル通りに実施し、特に困ることはなかった
結果返しの紙にあるナトカリ比と血圧、CVD の関係のフローチャートを使って最初の説明を行いました。話しやすかった。また事前に一方通行にならないようにとアドバイスがあったのでその点も注意できた。
保健指導のポイントはわかりやすかった。
研修受講やマニュアルで保健指導の概要が理解できた。イメージ出来るマニュアルで大変良かった。
「保健指導の進め方」で全体的な点や保健指導のポイントを端的にまとめてあるので不安なく実施できた
ナトカリ比が何か、ナトリウムが多いとどうなるか、カリウムが少ないとどうなるかが、対象者にわかり易く書かれていたので説明し易かった。
紙面が見やすくシンプルになっていると思う
1日しか参加できず、すでに前日までに参加されている方が整えて下さったので改善点は特にない。
誘導や指導方法周知が事前になされていた。
尿の郵送で、A4サイズの封筒を活用したパッキングでスピッツがずれず効果的だった。
短時間での指導方法も書いてあったのが参考になりました
減塩か、カリウムを多くとることでNa/K比が下がり血圧を下げられることが、わかりやすく実行しやすい。
ナトカリの事をビデオで理解をされている方も3割ほどいらっした印象でした
現状のままで十分かと思います。
「ナトカリ比とは」についての健診者の方にわかり易く噛み砕いた説明内容
最初の受付から保健指導までの待ち時間がスムーズ(短時間)ですと良かったです。
現状のマニュアルで、特に問題ありませんでした。
マニュアルをメール・紙ベースに下さったこと。
マニュアルはとても分かりやすかったです。
結果説明ブースにお土産を掲示しておくことで説明がしやすかった。

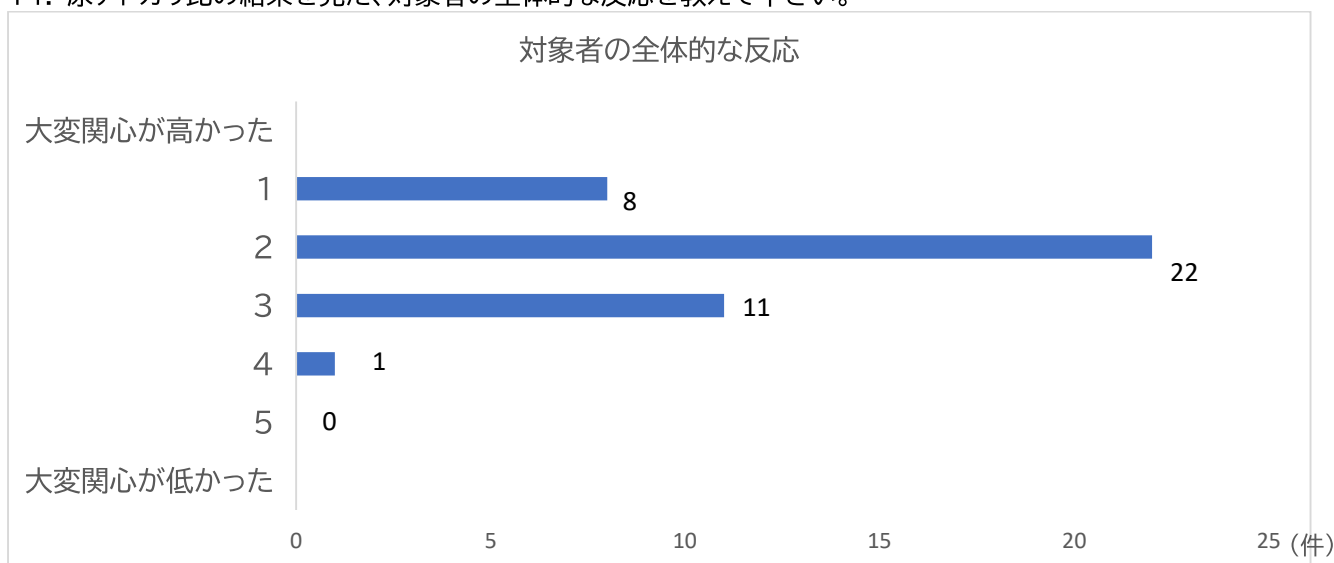
ナトカリ比について関心を持ち、健康的な生活習慣について理解して頂けたこと。
改善点
日程の運用はわかりやすく前日いた方が重複する運用は新しく参加する方に良かった。しかし理解度の差があるため、改善点も翌日に引き継ぐ形や事前説明会の時にインシデント例を紹介し防止すると良い。
研究の加減もあるとは思いますが、ナトカリ比を理解することだけになり、具体的な話が難しかったので、そこまで話せる時間があると良かった。集団講義などで。
Na/K 比の 4 水準だけではなく、全体の分布があれば位置をより視覚的に示せると思った
偏見かもしれませんがマグネットはいらなと思われがちなので、冷蔵庫にはって思い出していただければということでマグネットが入っていると伝えると、マグネットを渡す意図をくみとってくれる人がいた。
当日に使用するには見る項目が多かったように思う。少し簡素化したマニュアルがあってもいいかと。
自分の持ち場では、時間制限もあり、混んできたので時間を短めをお願いしたいと言う指示があり、スタッフの数に余裕をもって指導に当たることが出来たら良かったと思う。
事前にマニュアル等に目を通す時間的余裕がなかった。マニュアルを 1 枚にまとめたものがあると良い。
マニュアルの情報がなかったです
配布物の簡易マニュアルと全体の流れ含むマニュアルがあればと思った。当時の指導の合間に確認できるものがあればと思う。対象者の情報がもう少し欲しい、過去の検査値など当日ご本人に聞き出すのは、時間的にも、対象者の記憶など難しいため。
結果が良すぎる人も多く、その際の説明について維持継続することの重要性を伝えるための資料が少ないと感じた。良かった事を褒めて継続の意義も伝えてみましたがどのように感じられているのかはわからない。
マニュアル通り 3 分指導は可能であったがやはり必然的に短い時間での多くの情報を伝えるには一方的になりがちになりやすい。実施した人数も、かかった時間、反応など簡単なチェック記録紙があると良い
保健指導時間に限りがあり、3 分だと今回の当日検査結果表で十分な内容だった。少し時間がある際には、具体的な改善策を提案するために商品等を口頭でお伝えしたが、視覚的にわかりやすい資料があると良い。
気をつけていると健診者の方が思っているにも関わらずナトカリ比が高値の場合の対処について

13. 保健指導全体を振り返り、取り組みやすかったですか(数例を指導すると、すぐ実践できたか)



<今年度の保健指導について>

14. 尿ナトカリ比の結果を見た、対象者の全体的な反応を教えてください。



15. 保健指導を通して、今後参考になる良好やよくあった事例の指導例を教えてください。(複数可)

対象者: どうしてお酒を控えた方がいいのか? 指導: お酒のおつまみは、塩分の多いものが多いからです。
果物からのカリウム摂取と血糖値の関係→果物は適正量+野菜や乳製品などの説明をメインにする
調理をする嫁に、この減塩調味料をプレゼントしようと思います。と笑顔で答えてくれた方がいて、とても新鮮で指導して良かったと充実感を味わった。
ひとり暮らしで、ほとんどコンビニ食、今までは好きなものを好きなだけ選択していたが、成分表示を見ることをおすすめし、塩分のとりすぎに注意したいという方がいた。
対象者: ナトカリ比高値で2週間前に妻が入院し、コンビニ総菜・カップ麺などで済ませていた。 指導: 手軽にできる減塩増カリウムの方法を伝える
対象者: 高血圧治療中だが尿ナトカリ比は13、食事にも気をつける必要あること知らなかった 指導: ナトカリマップを使用し、血圧管理のためには食事内容にも気をつけるよう伝えた
ラーメンを食べる機会が多い方が多かった。機会を減らす、飲む汁量を減らす、カリウム摂取を指導した ナトリウムとカリウムのバランスの理解が出来た。高血圧改善として減塩指導はあったが、減塩ばかりだと味気のない食事だが、カリウム摂取によりナトリウムを身体から排泄する働きを知り、減塩だけではなくカリウムをしっかり摂る大切さを学んだ。コーヒー、果物、乳製品にはカリウムが多く含まれていることを伝えると、これからの食品を摂っても良いと指導を受けて安心した。
家に果物がない対象者(家族のアレルギー)は、出先で野菜ジュース、果物、野菜などのスムージーを摂る
対象者: チェックシートではそこまで塩分を摂取していないがナトカリ比が高い。指導: 塩分は摂取していないが野菜果物類の摂取が少なく、カリウム摂取量が少ない可能性があるとお伝えすると納得した。
高血圧なし、尿ナトカリ比高値の若い対象者。ナトリウム摂取が多くカリウム摂取が少ないことが続くと自覚症状がなくても高血圧に至るので、若い頃から食生活の見直しを促し高血圧予防するように伝える。
対象者: 一人暮らしの成年男性。自炊の機会が少なく、野菜や果物を摂る機会が少ない。普段購入して食べている食事にカット野菜や果物などの利用から試みたい
対象者: 食事は作らない・コンビニ等で購入している。ナトカリマップを使用して食品の選び方を伝えた
尿ナトカリ比高値であった要因を考えるきっかけになった(前日食べた物など、具体的に考えてもらえるケースが多かった)
対象者: ナトカリ比は高いけど、血圧は今のところ低い指導: これが続くと高くなってくる可能性があるがあるので、今のうちから心がけましょうと声かけをした。
兄妹で勤務し健康診断を受けた方から、兄の尿ナトカリ比が高く、家庭内で話題になったことを後日受診した妹さん聞いた。妹も尿ナトカリ比の結果が高く、家族でナトカリ比について考えて頂けて良かった。
ナトカリ比16: 前日摂取したメニューで高塩分摂取と自覚した。パンフレットを基に指導するとやってみると言う。これから意識して高塩分摂取の後はカリウムの食品を摂ると理解し動機付けになった。尿の高塩分や朝のむくみなどの理解につながった。(特に女性には美容的な話をまじえた指導は強い動機付け)

治療中の方は見方を伝えた上で減塩指導、減塩グッズを配布できたこと
10月に再検査する機会があったので、ナトカリ比や食習慣の説明などを終え、最後にパンフレットを見せながら、「10月にもう一度測定する機会があるので、一つでもできそうなことから取り組んでみて、10月にどう変化するかを見てみてください」と伝え、がんばろうと思ってくたさる方がいた。
プレゼントがあることで自分の味付けを振り返りたいとの対象者が多かった
寮生活者の休日の減塩について
減塩を気をつけている対象者はナトカリ比が低く結果が良かった
主治医にも相談してみましようと言えた
前年度に測定、指導を受け、その後減塩や野菜増量を意識している。(減塩調味料の使用など)
味噌汁を1日に2杯も摂る方がいて1杯にするだけでナトカリ比が随分下がると思いますよと話すと、そうですか2杯は多いですかとはっとする方が何人かおられました。
ナトカリ比高値の方に多く見られるのは、外食やお弁当などの食習慣。→外食の選び方や+カリウムなどを具体的に提案させていただく。
食事内容で食品の選択摂取が循環器病予防に繋がる事を伝えて健診者が食事内容に興味を持ち認識された対象者：20-30代の若年者(総じてナトカリ比が1-2程度と低く理想的な食生活を心がけておられる方)
指導：現在の食生活の内容を具体的に褒めて今後も継続するよう励ました。これらの方々は、今後20,30年後を見据えた循環器疾患予防対策事業という観点から、本事業は重要かつ有意義と思う。
ナトカリ比高値でカリウムの多い食品を積極的に摂った方が良いと伝え、カリウム含有量の多い食品にはどのようなものがあるかをリーフレットに記載のあるイラスト(食品)を通して視覚的に説明を行う。
悪い人が少なかったので回答に困るが、保健指導で食生活の改善を支持されている方の数値がとても良かった。→何か実践されていますか?と質問すると気にされているポイントが把握しやすい。
数値が良かった方は自分で減塩したりと食事を工夫していたので、指導するというよりはどんな生活をしているかを聞いて肯定的にフィードバックすることが多かったです。
特定保健指導で痩せるように言われて食事や運動共にがんばっている、今回のナトカリ比も結果がよく、喜んでた 指導：取り組みを褒め、無理のない範囲で継続するよう伝える。
ナトカリ比について短時間の説明に理解され食事内容にも関心を持って頂けた。
ナトカリ比が高く血圧との関係からセルフモニタリング指導に興味を示す対象者が多かった。
血圧測定の習慣化への動機づけにさせていただけた。
主治医にナトカリ比の結果を伝えて、減塩を行い、効果測定をすることを勧める。
結果で立ち位置をお知らせし血圧や家族歴等とリンクした説明。塩分の摂取基準など摂取例と併せた説明
対象者：糖尿病治療中 指導：カリウム増量と果物の摂り方について説明
高血圧治療中。利尿剤も内服中、ナトカリ比低値。かかりつけ医に結果報告を指導。
低値の理由も説明し、食事摂取や低値による自覚症状等を指導。
家族、子供と一緒にするにはどうすべきかなど、積極的な質問をしてくださる方がいた。子供のうちから取り組むことの重要性をお伝えし、アプリも一緒にご利用いただくことを推奨した。
インセンティブは印象が良かった。ライン登録をされるか分からないが、ほぼ全員プレゼントは良い印象

16. 保健指導を通して、対応に困った、迷った困難事例の対応を教えてください。(複数可)

ナトカリ比は、イオンレベルですか? 指導：イオンとは、別だと思いませんか、詳しいことは分かりません。
これはイオンですか? という質問があった。イオンレベル? か質問に自信をもって答えられなかった。
減塩、野菜の摂取に努めているのに尿ナトカリ比が高い理由がわからない⇒食習慣改善目標を参考に、僅かでも思い当たることがないか、短時間で食習慣の振り返りを行った
対象者：ナトカリ比が2未満で、食生活に気を付けていない、指導：ナトカリ比は理想であることを伝えつつ、減塩とカリウム増の重要性を伝える(ナトカリ比が高い人と同様の指導)
結果を受け入れない方はいなかったが、ナトカリ比が高値でも血圧が基準値の方、日頃から減塩を意識しカリウム摂取している方、ナトカリ比、血圧、生活習慣に関係がなかった方の対応に困りました。
塩分摂取は気をつけているがナトカリ比が悪い、指導：味付けに関しての本人の自覚がないのではないかと「たまたま今日は高かっただけ。」当日はイベント的検査と捉えてしまう。：会社の健康管理室でも検査を実施可能か確認して機会があれば受けてみてください。と案内した。
ナトカリ比が高いが野菜や果物は食べない。(ナトカリマップを見て) コーヒー飲んでおけばいいんですよという男性。食事のバランスも大事。カリウム摂取で食塩摂取が全て相殺されるわけではないと指導
薄味嗜好、野菜もとっているという方の結果が高かったこと

対象者：職場健診結果で毎年高血圧の保健指導をされる。職場・病院でも制限ばかりで聞きたくない。俺はこれ以上生活を変えない」と席に着くなり言った。指導：減塩の取り組みや頑張りを褒め、今回の提案は「食べる＝制限ではない」と伝えると尿中ナトカリ比、カリウム摂取の内容に興味をもって聞いた。
対象者：乳糖不耐症 指導：牛乳・ヨーグルト摂取を積極的に勧められず、カリウム摂取他は実践済、他に提案できるものが見つかりませんでした。
対象者：ナトカリ比、塩分チェックともに値は良いが、食事を聞くと一日一食しか食べていない。指導：なぜ一食なのか理由を聞いた。
食事摂取量が少ない（1日1-2食など）結果、ナトカリ比が低いと思われた対象者への保健指導方法
対象者：30代で検査値異常はなく、健康状態良好（血圧も100/60程度）。ナトカリ比が5~7程度でしたが、食生活・運動も理想的なため、どのように指導すればよいか改善ポイントが見つかりませんでした。
ナトカリ比5位と高いが食生活の記入内容を見てもナトカリ比が高い原因がわからないケース
ナトカリ比が高いが、血圧はとても低い
普段から減塩に留意しているにも関わらずナトカリ比が思った以上に高かった
ナトカリ比やや高値を気にして食事内容を真剣に把握して守りたい⇒時期を置いてナトカリ比を再度測定希望⇒企業保健師に繋ぐ対応を行った
ナトカリ比がかなり高値。子どもの頃急性腎盂炎に罹患し完治する。現在再発なく血液検査で異常値の指摘はないが、減塩に留意しているが下肢が浮腫やすい。かかりつけ医はない⇒保健師に繋ぐ対応を行った
ナトカリ比に関心がない高いナトカリ比の方々
結果は受け取ったが、関心がない方が少数いた。拒否的な対応でも押し付けにならないようお話した。
30代の男性を数名実施したが、高ナトカリ値でも将来に向けた取り組みの動機づけが難しい。
年代によっても指導の仕方や食生活が異なると思うので、年齢を知りたかったです。対象者に聞きにくい部分もあるので、記載する部分があると参考になるかなと思いました。
保健指導はウンザリと言う50代男性：。一通りのお話をするとプレゼントを喜んで受け取られた様子。
尿ナトカリ比をご存知ない方がほとんどで反応が薄くて実際の行動変容につながるかどうかと思った。
減塩調味料は添加物があるため嫌だ、指導：それ以外の減塩方法、増カリウムについて説明
野菜は高いから食べにくいというコメントに答えづらかった
寮生活で普段の食事が固定されると給食会社によっては塩分管理が困難かと感じた場面があった
薬を飲んでいるから大丈夫と話す方。薬剤の細かい情報がなく細かい指導は出来なかったが、とにかく減塩は必要と最低限の指導にとどまった。
対象：全く無関心の方 指導：教材お渡しし、サラッと説明。
無口？なのかほぼ無反応な方がいた
ナトカリ比の指導場所がわからず、現場に戻ってしまった。
当日血液結果が分からず、例えばCKD G3b以降のカリウム制限が必要な場合に誤った指導にならないか
若い世代ではインセンティブに魅力を感じていない。
次回のナトカリ比の測定など次回の健診の事を聞かれた時
40代前半の細身の男性：お金のかかる事を提案されても困る。

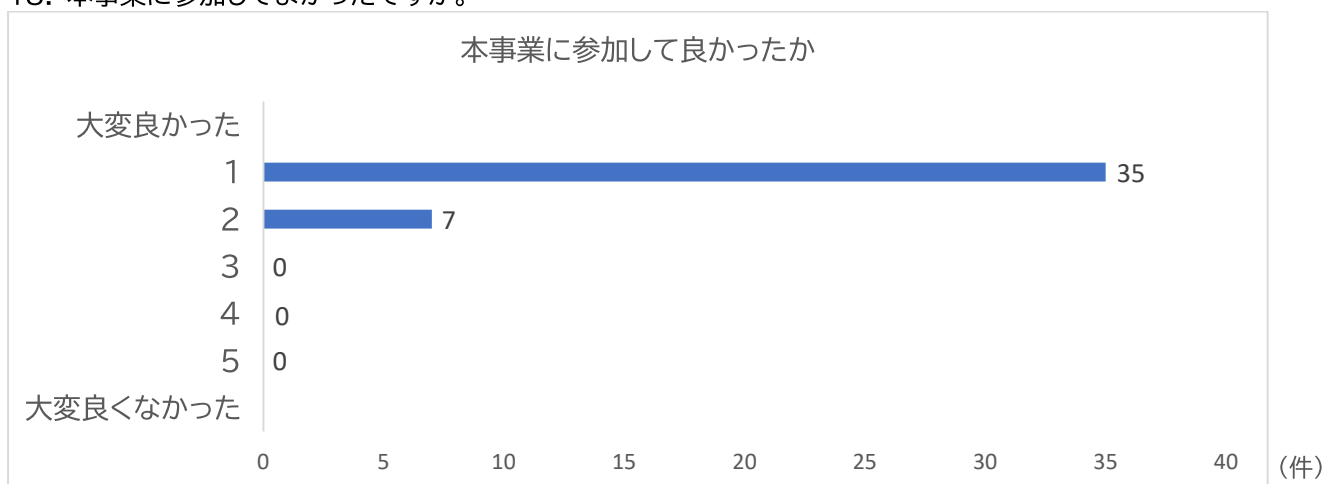
17. 対象者からよく受けた質問(複数可)

尿ナトカリ比ってなんですか？
4以上でもどのぐらい高いのかが、気になると。8だったらそこそこで、10を超えるとかなりなど。
(ナトカリ比の値について)他の人はどれくらいですか、平均はどれくらいですか
尿ナトカリ比が高かった方から「野菜はたくさん食べている」という言葉が多く聞かれた。対象者の「たくさん」と指導者側の「必要量」の差を埋める教材を準備しておけばよかったですと思いました。
意外とチェックシート上ではそこまで塩分を摂取していないはずなのに、ナトカリ比が高い、という方いらっしゃるし、「そこまで塩分とってないつもりなんですけどね～」と言われることがありました。
減塩取り組んでいる・野菜もとるようにしているけど、自分が十分にできているかわからない
見方そのものの質問
この値は正常なのか
「たまたまかもしれないですが」
どのくらいの期間の食事が数値に影響するのか
いつの食事が反映されるのか
いつの摂取を反映するんですか？

生活習慣を改善するとナトカリ比は良くなるのか。
食生活を改善して、どの程度（期間）で効果がでますか。
いつの期間がナトカリ比に反映されているか
高いとどうなるか、数値の意義など
対象者から、どうしたら数字が下げられますか？と言わせるように説明していましたが、高めの数値の方からは、ほぼ全員、そのように聞かれました。
ナトリウムとカリウムの値はわからないか？
食事や塩分で変わるものですか？
ナトカリ比を下げる為の食事、生活習慣改善について。
カリウムが多く含まれる食品は何か？
どれくらい摂ればよいかわからない。どのタイミングでカリウムを摂れば一番良いのか？
カリウムを多く含む食品は何があるか。カリウムを摂る簡単な調理方法
カリウムの多い食品。どれくらい摂取すると良いのか。
カリウムの摂りすぎは心配しなくて良いか？
野菜をとるのは難しいので野菜ジュースでもよいか
野菜はジュースでも取れたことになりますか？
食事内容、特にカリウムを含む食事について
カリウムが多いものってなんですか？
カリウムの多い食べ物は何？効率的に摂る方法は？
カリウムとは何か、カリウムは何に含まれているのか。
食塩をとっても野菜を増やせば良いのか
野菜の取り入れ方、塩分を控える方法
1日の塩分摂取量は何gならいいのか。
水分は何をどれくらい摂取すると良いのか。
持病の治療中だが、問題ないか？
カリウムを多く含むものを摂取するとなぜナトリウムがよく排泄されるのか？
野菜の代わりに野菜ジュースでも良いですか？
味噌汁一杯以上飲んではいけない訳
チェックシートの書き方（1週間の平均とあるがこのチェック法で良いか？
ナトカリ比はどこで測定できますか？
プレゼントはどのように受け取れますか？と2~3人に聞かれました
家で簡単にナトカリ比は測定できるのか？
（脂質異常症、高尿酸血症、高血圧他）服薬中であるが、食生活の改善において問題は無いのか？
食生活の改善効果は、どのぐらいで出てくるものなのか？
高血圧も指摘され、治療中でさらに糖尿病の予防もしたいけど、どうすれば良いか。
薬も飲んでるし食事でも意識しているけど、なかなか数値が改善されない。どうすれば良いかななどの質問

<事業に参加して>

18. 本事業に参加してよかったですか。



19. (前の質問について)その理由を教えてください。

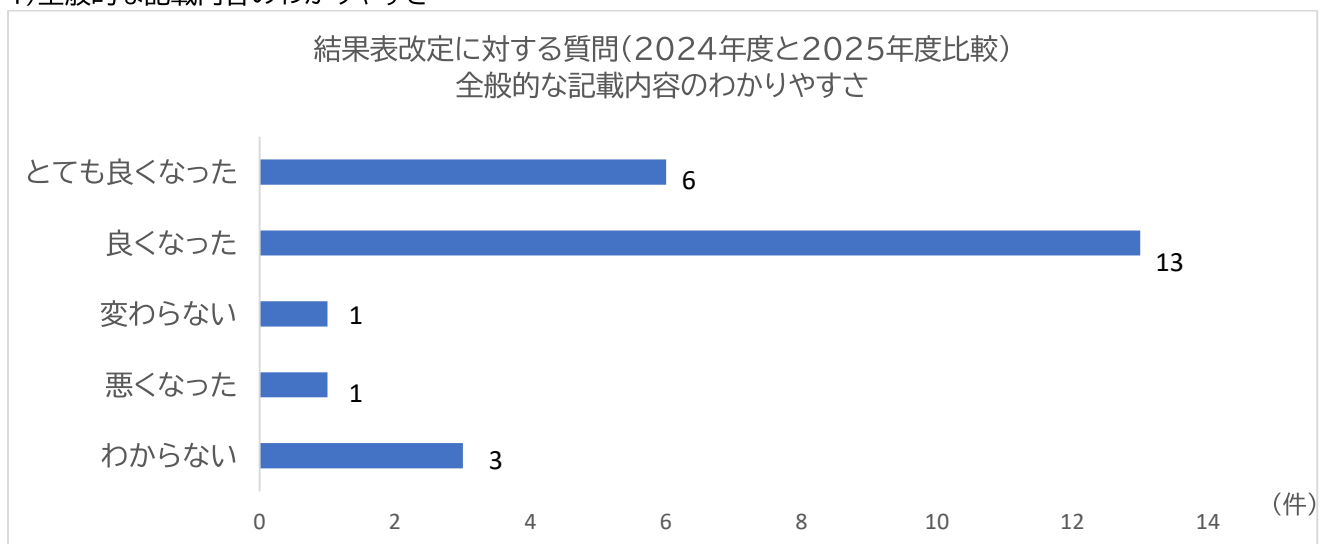
「1」と評価した理由
保健指導の内容について、栄養士の先生、保健師の先生と情報交換を行う貴重な機会を得た。今後、保健指導から服薬支援まで幅広い内容について多職種連携による患者教育の有効性を検証できると良い
大変、楽しかったですし、保健指導をして手ごたえがあり有意義でした。
普段高齢者の方を対象に日々栄養相談をしているので、若い方の食習慣や反応、アプローチの仕方など非常に勉強になった。若い頃から生活習慣病を予防する大切さを実感するととても良い機会になりました。
今後の指導に役立てていきたい
他の循環器病予防療養指導士に会えた。カリウム摂取について知識が増えた。今後のトレンドがわかった
循環器病予防療養指導士を活かした事。事業の目的が明確に提示されており、一貫した指導が行えた
実際の指導を経験できたことや、対象者の反応を知ることができた
ナトカリ比を正常値にする栄養摂取管理が大切であること
高血圧とナトカリ比のエビデンスを学べた事
多くの健診者に携わる事で自身の見解が広まった事
循環器病療養指導士の他職種の方に関わられた事
5/10 の研修がたいへん深い学びになった事
食生活に個人差が大きく価値感や生活環境が違おうと実感できた。減塩を気にしない人や気にする人と様々
外来栄養指導と保健指導では対象者層含め違いがあり勉強になった。循環器予防療養指導士に出会えた。
現役世代の方の健康観や自己管理について知れる貴重な機会となった。
実証研究のお手伝いができ研究結果が楽しみ。施設や企業バス健診での実証研究の大変さも学んだ。
2回目の保健指導となり、前回と比較して短時間でより良い保健指導を行う経験値を上げられた。
健診者の方に役立ったこと
保健指導のスキルアップができた
ナトカリ比測定をする事で研究に携わる内容が増えた点
向上心の高いメンバーと一緒に事業に参加出来たこと。ナトカリ比の結果についての参加者の反応を知ることが出来たこと。今後の保健指導の参考になったこと。
一般施設での減塩の現状を知ることができた。
様々な方への保健指導によりスキルを積める。他職種の方と知り合える。
色々な対象者を見ることができた
ナトカリ比について学ぶことができ貴重な経験をさせていただいたので参加できてよかったです。
スキルアップに繋がり、今後の指導に役立てる事が出来た。
幅広い年齢層の方の健康や食事への考えに触れられた、保健指導者との情報共有や対応の仕方を相談しよりよい支援を目指せる機会になった
対象者の反応を実際に感じる事ができたため

指導士として学会の事業のお手伝いできて良かったです。自施設でもナトカリ比の検査を追加し減塩指導を開始したので被験者のナトカリ比についての反応が確認できて良かったです。
色々な職種の方にお会いすることができたため。
ナトカリ比のフィードバックの機会が得られ若い世代の慢性疾患に対する意識など生の声が勉強になった
保健指導の方法や、ナトカリ比について理解が深まったから。
保健指導を通して「ナトカリ比」は対象者にとって非常に受け入れやすいものであると実感しました。減塩調味料を積極的に利用している方がいることもわかり、今後の保健指導に活かしていきたい。
実際に参加してみたの運用が今後自分の事業に入れるかの参考になった
ナトカリ比を用いた指導を行ったのは初めてだったので、今後に生かせる経験になりました。
採尿した患者のナトカリ比を計算してしどうに役立てる事が出来た。
色々な職種の方から、お話を聞く機会があり、大変勉強になりました。
仲間が増えた。勉強になった。
保健指導の視点とは少し違い、ナトカリにフォーカスをあてた支援ができた
研究スタッフの一員として微力ながら成果への貢献ができた。保健指導を行った対象者の反応をみることで、普段の保健指導でも活用できる部分を学んだ。保健指導スタッフとの出会いが貴重だった。
新しい環境での指導がとても良い経験になったから。
「2」と評価した理由
これまで実践していたことが本格利用されるので有れば、とても嬉しいと思い参加した。
2箇所目で会社の取り組みや社員の意識の違いの様なものを感じることができました。
病院に勤務しており、罹患した方を普段は対象としているので、罹患前の方が仕事をしながらどのような生活をしているのか。食事や疾患に関してどれぐらい関心があるのかを把握することができました。
いろんな職種の人と話ができて良かった。ナトカリについて理解を深められた。
Na/Kを健診に導入できたら対象者がどのように受け止めるかを知る貴重な機会になった
ナトカリでの保健事業運営が実感できた
他の職域のスタッフとのコミュニケーションの場にもなった。

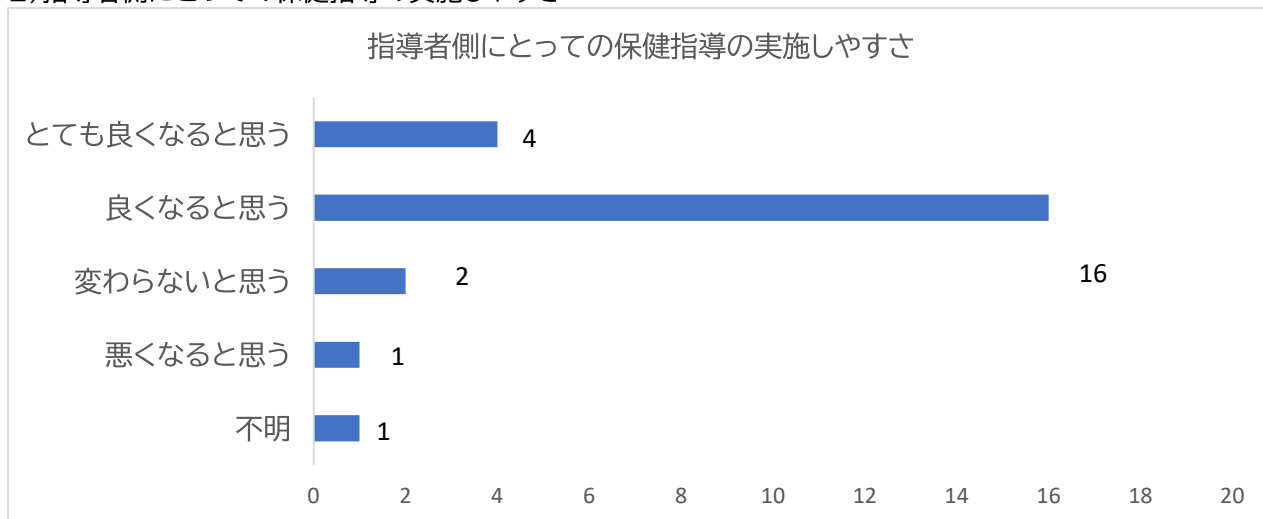
2025年度 第3、4回目調査分のみ

当日検査結果表の1ページ目「当日の尿ナトカリ比の結果」改訂について

20. 昨年度の保健指導の実施状況や対象者の理解状況と比較して、今年度はどのような印象をもたれましたか
1) 全般的な記載内容のわかりやすさ

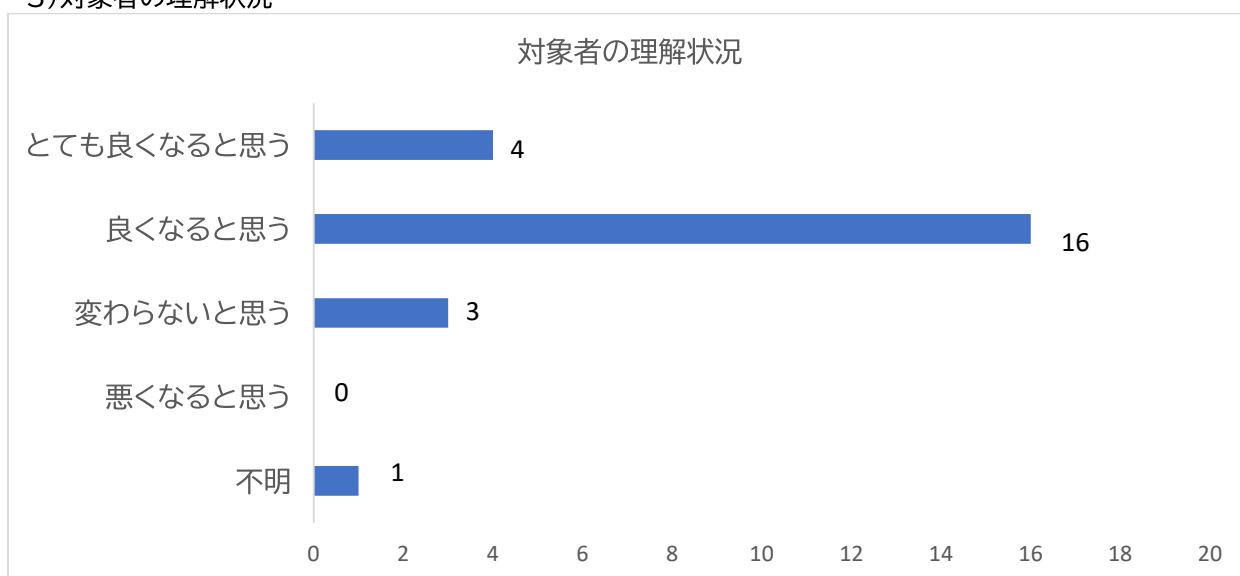


2)指導者側にとっての保健指導の実施しやすさ



(件)

3)対象者の理解状況



(件)