

- ウンを含めて提示する。
- ・地域の教室や自主グループを紹介する。

⑧ 継続フォロー

- 継続フォローの重要性の説明と了解
 - ・いつでも相談できることを伝える。
 - ・これからも支援していくという姿勢・こちらの思いを伝える。
- 支援形態の確認
 - ・電話、メール、FAXなどの具体的な方法を確認する。
- 目標の再確認
 - ・1回設定した目標の達成度を確認する。
 - ・中間評価の時に自分の目標のところまで到達したことを話してもらえりような関係作りをしておく。
 - ・目標に対する到達点を自分でも評価してもらう。
 - ・成果を目に見える形で本人が感じられるように気づかせる。

⑨ 評価

- 目標達成の確認
 - ・これまでの目標達成状況、取り組みの満足度などを確認する。
 - ・期間中の保健指導や教室が、自分の生活にとってどうだったかを確認できるようにする。
 - ・今後の目標の提示を促す。
 - ・支援レターを郵送する。
 - ・次回の予定を説明する。
 - ・保健指導の内容や相手の語ったエピソードなどを記録して次回の保健指導に役立てる。
- 個人の健診データの評価
 - ・次回の健診データ等を活用して、客観的な評価を行う。

5) 「情報提供」に活用するための質問票

健診時に行う生活習慣に関する質問票は、「情報提供」、「動機づけ支援」、「積極的支援」の保健指導を実施する際に活用することができる。

「情報提供」の内容を判断するための質問票としては、個別に食生活、運動習慣等の情報を提供するために必要な項目（例えば、第2編第2章3）質問項目に挙げた15項目）が考えられる。

なお、健診時の質問票は受診者全員に行うことから、できる限り科学的根拠のある項目数に絞り、また、簡潔な表現とした。