

標準的な健診・保健指導プログラム（暫定版）	修正案
	<p>さらに、保健指導を実施する者は、保健指導のための一定の研修を修了していることが望ましい。</p> <p>4) 保健指導のプロセスと必要な保健指導技術</p> <p>①効果的な保健指導の準備</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 保健指導の環境整備 <ul style="list-style-type: none"> ・場の設定をする。 ・都合の良い時間帯の設定をする。 ・実現可能な1人あたりの時間の設定をする。 ● 対象者の資料の確認 <ul style="list-style-type: none"> ・健診データ、質問票、前回までの保健指導記録を読む。 ● 対象者に活用できる資源のリストの準備 <ul style="list-style-type: none"> ・教材、指導媒体、活用すべき社会資源のリストを準備する。 ● 保健指導担当者間の事前カンファレンス <ul style="list-style-type: none"> ・必要に応じて指導内容を担当者間で確認をして指導にのぞむ。 <p>②対象との信頼関係の構築</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 自己紹介 <ul style="list-style-type: none"> ・さわやかな挨拶をする ・保健指導実施者としての立場や役割、目的、タイムスケジュール等を説明する。 ● 話しやすい雰囲気づくり <ul style="list-style-type: none"> ・非言語的アプローチを含めて、ねぎらいと感謝で迎えるなどの雰囲気づくりをする ・対象者のペースを重視する。 ・ユーモアや状況に応じて例示などを用いる。 <p>③アセスメント（情報収集・判断）</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 対象者の準備段階や理解力、意欲の確認 <ul style="list-style-type: none"> ・健診結果とその推移を確認する。 ・健診結果のもつ意味を本人と一緒に確認する。 ・これまでの健診受診歴、病歴の確認、質問票など記載事項の確認、生活習慣について気をつけていることなどを確認する。 ・家族歴や家族の状況などを確認し、疾病に対する関心を探りながら話す。 ・健診結果を活用してわかりやすく病態を説明する。 ・絵を描いたり、教材を活用したりしてイメージを持たせる。 ・他の検査結果とも関連づけながら、予防に向けての関心や注意を促す。 ● 対象者のこれまでの生活習慣の振り返り <ul style="list-style-type: none"> ・保健指導実施者は、対象者とこれまでの生活習慣を振り返り、生活習慣と健康や検査結果との関連性について振りかえり、対象者の関心の有無を把握する。 ・保健指導実施者は対象者の行動変容のステージの段階を理解する。