

## 令和2年度 特定健診・特定保健指導実践者育成研修 Q&A②

(当日回答したものは省いています)

### 1日目「健診・保健指導の理念・制度・仕組み」等 崎村 詩織 氏 Q&A

#### ①初回面接の分割実施をどのように行えばよいのでしょうか。

##### (1) 行動計画の立て方

初回面談分割の場合でも、暫定的な行動計画は立てる必要があります。後日、データがそろってから行動計画を完成させます。

##### (2) 面接時間の目安

初回面接は20分以上で、分割の2回目の面接については時間の規定はないと思います。

##### (3) 分割実施の場合の初回面接と実績評価機関が異なる場合の連携

分割実施の場合の初回と継続・評価機関の引継ぎ・連携は必須です。これは保険者がマネジメントすることになっていて、原則、委託元の保険者が、双方の連携がうまくいくように調整役となり、引継ぎの資料やフォーマット等を整えていく必要があります。

#### ②積極的支援における支援方法をどのように選ぶとよいのでしょうか

効果という点、個別面談が、効果がやはり高くなると現段階では言われています。ただ、利便性を考えると、コロナの影響もありスマホ等での支援が増えると思っています。今後、スマホやアプリを使った保健指導の効果検証のデータがそろってくると思います。

#### ③柔軟な運用による特定保健指導のモデル実施はどのように選択すればよいのでしょうか

モデル実施（ポイントによらない支援）は、保険者が事前にどんなモデル実施をするか、計画書を厚労省に提出する必要があります。提出していない保険者は、モデル実施はできません。そのため、支援者がモデル実施かポイント実施かを判断するというより、委託元の保険者が決める想定です。

モデル実施について、2018年度は228、2019は205保険者が導入しているそうです。

④なぜ、第三期からは特定健診・保健指導実施計画期間が6年になったのでしょうか。

医療費適正化計画が6年一期に改正されたことを踏まえ、第三期（2018年度以降）からは実施計画も6年を一期としています。

⑤対象者にいろいろ提案しても拒否され、目標を立てるのに苦労することがあります。どのような提案をすればよいかわからないのですが…。

目標が立てられない人・・・います。難しいです。でも、来てくれたことは素晴らしいことなので、それは認めましょう。目標は、高くないあたりの成功事例を具体的に提示することは、比較的効果があるかなと思います。

⑥生活習慣改善への意識が低い方へのアプローチ方法で、大切なことは何でしょうか。

健康に関する関心が低い人は思いのほか多いです。その人にとって優先順位の高い項目、仕事や趣味にも着目し、それを長く、より楽しく続けられるために、今、生活習慣を変えることが重要ということをも本人に、ストーリーとして理解してもらうことが大切だと思います。

「なぜ」「自分にとって」生活習慣の改善が「今」必要かということを理解してもらうには、医学的知識より、本人の送りたい生活、めざす生活に着目することも有効だと思っています。

⑦保健指導をする中で常に意識していることがあれば教えてください。

その人の「価値観」を大切に、尊重することです。相手への尊重・尊敬の念があるかないかで、その人に伝わり方や信頼感が変わっていると思います。

人間、正しいことを正しく伝えることも大切ですが、信頼感・好感を得ている人から伝えられたことを信用する傾向にあるので、信頼感を大切にしています。