

総括研究報告書

1. 研究開発課題名： 標準的な健診・保健指導プログラム（改訂版）及び健康づくりのための身体活動基準 2013 に基づく保健事業の研修手法と評価に関する研究
2. 研究開発代表者： あいち健康の森健康科学総合センター センター長 津 下 一 代
3. 研究開発の成果

【背景】特定保健指導には、対象者の身体状況や生活環境、意欲等に応じた支援が求められている。全国で特定保健指導に関する研修会は実施されているが、保健指導効果は指導者間差、機関格差があるため、人材育成を効果的に実施していくための方策が必要である。

【目的】保健指導者のニーズ・デマンドを整理し、特定保健指導に関連する研修会の課題を調査、分析した上で、研修プログラムの改善に向けた研修手法の開発とその効果検証をおこない、保健指導者に質の高い研修を実施するための研修の在り方を示すこととした。

【方法】①保健指導者の知識・スキルの習得度に関する調査票（基礎編 29 項目）を作成、職種別、経験年数別等の自己評価結果を比較。また一部事例においてビデオ撮影による客観的評価を実施、自己評価の関連や保健指導効果についての関連を調べた。②協会けんぽ支部別の保健指導効果を調査、その要因についてフォーカスグループインタビューを実施、考察した。③全国の都道府県・国保連の研修企画者、講師に対し、研修企画・内容・評価等における課題をアンケート調査した。また、研修企画者・講師対象のワークショップからニーズや意見を集約した。④研修の標準化を図るため、研修会講師向けのコアスライドや演習ビデオ教材、特定保健指導におけるアクティブガイドやワークブックを作成した。⑤演習ビデオを活用した重点プログラムの研修会や、禁煙に関する e-ラーニングの効果検証を実施した。⑥研修ガイドライン改訂に向けた検討ワーキンググループを設置、研修体系・研修対象の層別化・各層に必要な業務遂行能力や具体的な研修方法を取りまとめた。

【結果】①スキルに関する自己調査票（n=3,587）から職種別の苦手項目や得意項目が明確になった。評価票を汎用化するために、項目間の相関の有無や重要度を考慮し、21 項目に絞った「保健指導スキル評価票」を作成した。主観的評価と保健指導による体重減少の関連では「目的とスケジュールの説明」、「食行動目標と減量効果の提示」で有意な関連が、客観的評価では、「身体活動」の評価点と体重減少効果の間に関連が認められた（n=30）。②協会けんぽの支部別の保健指導効果の差は平均体重減少が最大 -1.9 kg から最少 -0.6 kg に分布、効果が出ている支部では OJT の体制、職場内コミュニケーションが良好であった。③企画者の調査では、研修ニーズの把握不足、評価の未実施、立案能力を獲得する場の不足、講師との調整不足があげられた。講師からは研修担当者との調整不足、標準化された資料の不足があげられた（n=175）。④研究班で作成した教材を活用する研修会增加した。⑤節酒分野のビデオを活用した重点プログラムでは通常の研修に比べ研修効果は高かった。e-ラーニングの実施は指導者の知識、態度、自信、行動の一部が有意に改善するだけでなく、受講者間の成績格差の縮小が示された。⑥研修体系について、研修実施機関別の研修目的と主な研修対象を整理した。対象は保健指導実施者（初任者・経験者）、保健指導チームのリーダー的な立場の者、事業運営責任者、研修企画者に層別化した。各層に必要な業務遂行能力はチェックリストを作成して確認できるようにした。

【考察】研修を企画する上で、従来の「情報提供型」から、対象を各職務や経験により層別化し各層に求められるスキルや業務遂行能力を獲得できる「目標達成型」にする必要性が明らかとなった。外部研修の参加だけでなく、OJT の計画的実施や自己学習の継続も必要であり、内外の学習の連続性が保たれることが重要である。本研究で開発した評価ツールを活用したニーズ把握や研修効果評価の実施、研修教材により研修の標準化に役立たせるための活動を継続するなど、保健指導者の実践に役立つ研修が広く実施されるよう研究成果を波及していきたい。