	うな関係作りをしておく ③目標に対する到達点を自分でも評価してもらう ④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：** 1）目標達成の確認 ①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 ②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 ③今後の目標の提示を促す ④支援レターを郵送する ⑤次回の予定を説明する ⑥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 2）個人の検査データの評価 次回の健診データ等を活用して、客観的な評価を行う　等の技術項目が挙げられている。

文献 8	
技術	主要な保健指導技術
著者	森　2008
タイトル	改訂新版　保健指導スキルアップワークブック　法研
保健指導技術の内容	保健指導に大切な 8 つの軸として ①信頼　②コミュニケーション技術 ③対象者の生活および環境の把握　④対象者自身の把握 ⑤企画技術　⑥知識 ⑦自信　⑧プロ意識を挙げている。 これらの主軸から、保健指導に必要な技術として、以下の 4 つの技術を挙げる。 **1. コミュニケーション技術：** 傾聴をはじめ、連絡のとり方、自分の気持ちを適切に表現する方法、対人スキル、分かりやすい説明など、良好なコミュニケーションを図るための技術は保健指導の全過程において重要な技術である。 **2. 対象者の生活および環境を把握する技術：** 実行可能な行動目標の決定を支援するためには、まず、対象者の生活パターンや環境を把握すること。 **3. 対象者自身を把握する技術：** 実行可能な行動目標の決定を支援し、かつ対象者に寄り添った支援を行うためには、対象者の健康に対する価値観や性格傾向などを把握することが必要で

ある。また、対象者の生活や環境の把握と併せて対象者を全人的に捉える視点が求められる。

4. 企画技術：

年間の全業務の中に保健指導をどう組み込むか、事前準備から評価までをどう実施するか、保健指導の場面で対象者を適切にアセスメントし、保健指導をどう組み立てるかなどは、保健指導の根幹となる技術である。

また保健指導技術のプロセスとプロセスに応じた必要な技術を下記のように示している。

保健指導のプロセス		必要な技術
健診結果のフィードバック	結果の確認	企画技術、知識
	対象者への予告	企画技術、コミュニケーション技術、信頼
保健指導の事前準備	呼び出し方法の決定	対象者の生活および環境を把握する技術 企画技術 コミュニケーション技術 信頼、知識
	内容の伝達	
	日時の決定	
	場の設定	
	指導案の作成	
保健指導の実施	導入	コミュニケーション、対象者の生活および環境、対象者自身を把握する技術、企画技術、信頼、知識
	対象者の把握	
	アセスメント	
	対象者への説明	ｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝ技術、企画技術、知識
	対象者の行動目標決定の支援	ｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝ、対象者の生活および環境、対象者自身を把握する技術
	まとめ	ｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝ技術、企画技術、信頼
保健指導の事後処理	面談記録の作成	企画技術
	実施した保健指導の情報の共有	
フォローアップ		企画技術、信頼

<引用文献>

1. 宮崎美砂子（2007）：メタボリックシンドローム対策総合戦略事業（モデル事業）の取り組みから．保健師ジャーナル；63（6）：492 - 496.
2. 麻原きよみ，大森純子，小林真朝，他.（2010）:保健師教育機関卒業時における技術項目と到達度．日本公衆衛生雑誌；57（3）：184-193.
3. 佐伯和子，和泉比佐子，宇座美代子，他.（2003）:行政機関に働く保健師の専門職務遂行能力の測定用具の開発，日本地域看護学会誌，6（1），32-39.
4. 大倉美佳（2004）：行政機関に従事する保健師に期待される実践能力に関する研究-デルファイ法を用いて-，日本公衆衛生雑誌，51（12），1018 - 1028.
5. 岡本玲子，塩見美抄，鳩野洋子，他.（2007）:今特に強化が必要な行政保健師の専門能力，日本地域看護学会誌，9（2），60 - 67.
6. 足達淑子（2007）：行動変容をサポートする保健指導バイタルポイント，医師薬出版株式会社，東京.
7. 金川克子（2009）：エビデンスと実践事例から学ぶ運動指導　行動変容につなげる保健指導　スキルアップBOOK，中央法規出版，東京.
8. 柳澤厚生（2008）：コーチングで保健指導が変わる!，医学書院，東京.
9. 金川克子（2007）：平成19年度厚生労働科学特別研究事業　生活習慣病予防における効果的な保健指導技術に関する研究　総括研究報告書.
10. 森晃爾（2008）：改訂新版　保健指導スキルアップワークブック，法研，東京.