昭和50年４月24日　第三種郵便物認可
「健康かながわ」の購読料については、
健康診断の料金に含まれています。
毎月１回15日発行（１部90円）
平成24年12月15日
第537号

健康かながわ

公益財団法人　神奈川県予防医学協会
予防医学事業中央会神奈川県支部
全国労働衛生団体連合会会員
編集・発行人＝土屋尚
発行所＝〒231－0021横浜市中区日本大通58
日本大通ビル　045（641）8501（代表）
http://www.yobouigaku-kanagawa.or.jp

特定保健指導の質の管理と評価

産業医科大学　産業生態科学研究所教授・
産業医実務研修センター長
森晃爾

特定健診・特定保健指導が始まって5年。厚生労働省は、今年4月、「健診・保健指導の在り方に関する検討会」で中間とりまとめを公表。それを受け、第2次の方向性も出され、受診勧奨や保健指導の必要性が謳われ、保健指導の重要性は今後も増してくるだろう。今月号では、産業医科大学教授の森晃爾・産業医実務研修センター長に「特定保健指導の質の管理と評価」について執筆いただいた。

なぜ、保健指導の質の管理が必要か？

あたり前のことかもしれませんが、健康診断そのものには受診者の健康度を向上させる効果はなく、その結果に基づき受診者が何らかの行動を起こして初めて健康度の向上が期待できます。それを支援するのが保健指導です。平成20年度から導入された特定健診・保健指導の制度では、その成果が医療保険者ごとに評価されるようになりました。

医療保険者の中では、自前のスタッフで保健指導を行うところも一部にありますが、多くの保険者で保健指導は外部委託されています。そして、複数の保健師や管理栄養士などの保健指導実践者が関わり成果を上げようとするわけですから、保健指導は個人技ではなく、チームまたは組織での取り組みであり、質の管理を行うことがとても重要なことといえます。

保健指導の質の管理の基本

組織として保健指導を提供する際、質の管理の方法を考える上で、二つの事柄について理解しておく必要があります。

一つは、人的サービスの質の管理にはマニュアル等によってプログラムを標準化する方法と、サービス提供スタッフの教育研修によって能力の向上を図る方法があり、保健指導のような専門職が関わるサービスにおいては、後者の視点が重要ということです。

もう一つは、どのような製品やサービスでも最初から完璧な品質を実現することは不可能であり、PDCA（Plan-Do-Check-Act）サイクル（**図1**）を廻しながら、継続的に質の向上を図ることが重要ということです。

すなわち保健指導では、保健指導実践者の能力の向上を重視しながらも、指導プログラムも含めてそれぞれについて、PDCAサイクルを廻して質の管理を図ることが必要です。

表１　質の高い保健指導プログラムの条件

- □ 行動科学理論に則っている。
- □ 最新の科学的エビデンスに則ったわかりやすい教材を用いている。
- □ 対象者との関係づくりが適切にできる。
- □ 達成可能な行動目標の設定を支援している。
- □ 保健指導の継続性を維持するため、次の機会または他の保健指導者との間で情報の共有を可能とする記録様式になっている。
- □ 保健指導実施後のフォローアップが効果的に行われている。

プログラムの質の管理

プログラムについての質の管理を行うためには、まずプログラムそのものの標準を決めなくてはなりません。質の高いプログラムには、少なくとも**表1**のような要素が必要と考えられます。また、これらの要素を考慮に入れた標準プログラムを作成しても、最初から完成品を作ることは不可能ですし、科学的エビデンスや制度も新しくなる可能性があります。

PDCAサイクルを廻して改善を図ろうとする場合、特に重要なことは見直しの機会を確保することです。見直しの機会には、成果の評価や苦情や問い合わせ、保健指導実践者の発案、制度や基準等の変更などがあります。

このうち、成果の評価は大変重要な機会となります。継続的改善のための成果の評価は、組織としての目標を立てた上でその達成度を評価することが基本であり、目標は評価指標と目標値で構成されます。とはいっても、最初から特定保健指導の最終的な目的である生活習慣病の有病率の減少（アウトカム）の指標のみでは、目標としては妥当ではなく、プロセス評価（システムの手順どおりに活動が実行されているかどうかの評価）やパフォーマンス評価（目的を達成する上で行われる活動の成果が上がっているかどうかの評価）など、様々なレベルの評価指標を組み合わせて評価することがよいでしょう。

保健指導実践者の質の管理

組織としてサービスを提供する保健指導実践者の質の管理は、２段階で行うことが基本となります。一つは新入職員などに対する最低限の品質保証のための教育研修であり、もう一つはすべての保健指導実践者の資質向上のための研修機会です。

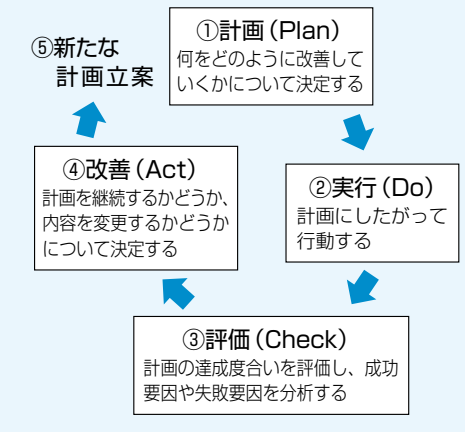
資質の向上ためには、PDCAサイクルを廻す必要がありますので、単に知識を与えるような研修を行うだけでなく、個々の保健指導技術を評価できるような場が必要です。これには、研修場面でロールプレイを行い、相互に評価する方法や指導者がスーパーバイズする方法があります。いずれの場合も、本来あるべき保健指導の標準的な流れや評価指標を明確にした上で評価を行い、本人に改善すべき課題についてフィードバックすることが必要です。

このような保健指導実践者の質の管理の取り組みには、いくつかの抵抗要因があります。一つは、心理的抵抗であり、これまで自分の技術について評価を受ける機会が少なかった中堅層以上に発生しやすい抵抗です。二つ目は忙しい実務の中における時間的な抵抗です。三つ目は技術的な抵抗です。ロールプレイやスーパーバイズの方法について研修を受けたことがあるスタッフがいない場合には、研修担当者を決めて、研修方法についての研修を受けるなどの努力が必要になります。

質の管理のための組織的な取り組みの重要性

保健指導の質の管理は、保健指導サービスを提供する組織にとって、とても重要なことです。そのことがわかっていながら、プログラムの質の管理も、保健指導実践者の質の管理も、それらを継続的に実施することは大きな負担でもあり、容易なことではありません。組織のトップがリーダーシップを発揮し、担当者を明確にして、組織的に取り組むことが不可欠です。

図１　PDCAサイクルのイメージ



［参考図書］
1　保健指導スキルアップワークブック　編著　森晃爾　法研
2　保健指導サービスの評価と改善　編著　森晃爾　医学書院

序章

最高の脳活性

米山　公啓（医師）

アイダホにある犬の格好をしたホテルへ行ってきた。アイダホ？犬の格好をした？と疑問だらけであろうが、ある本の表紙に犬の格好をしたホテルが載っていて、あまりに面白そうなホテルなので、わざわざアイダホまで行ってきたのだ。

脳活性には新しい経験が重要であるというのは、世界の脳科学者の共通の考え方だ。いまだに脳トレというものがまかり通っているが、海外の論文では簡単なことが脳を刺激するという考え方は否定されてしまった。

やはり難しいことや、ちょっと大変なことをやっていかねば脳活性にはならないのだ。

ということもあり、空港からレンタカーで2時間近く走ってようやく犬の格好をしたホテルに到着した。

元大工さんのご主人が10年前に作り上げたもので、ビーグル犬の格好をしていて、一組しか泊まれない。8畳のベッドルームに6畳のバスルーム、さらに犬の顔に相当するところに小部屋があって、垂直の階段を上がって入って行ける。

周囲は草原と麦畑だけで、何もない。朝食だけはオーナーの奥さんが、パンとフルーツ、ゆで卵などを冷蔵庫に入れておいてくれる。

この何もない空間に立ちつくす犬の格好をしたホテルだからこそ面白いのだ。街中にあってもダメだろう。

旅は空間体験であり、それが全く異質のものであればあるほど刺激的である。パッケージツアーではこれはなかなか望めない。好奇心を満たす旅は充実感も大きい。また新しいものを探さねば。