特定保健指導技術評価表（研修受講前後）

御自身の保健指導技術について、各項目の習熟度を１（低い）～４（高い）であてはまる数字を記入ください。

「受講申込書」と併せて御提出願います。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No. | 項目 | 受講前 | 受講後 |
| 低い　高い | 低い　高い |
| １　２　３　４ | １　２　３　４ |
| １ | 健診結果と生活習慣の関連について、対象者にわかりやすく説明できる |  |  |
| ２ | 初回面接において、対象者との信頼関係を構築することができる |  |  |
| ３ | 食行動と食事量をアセスメントし、食習慣改善の必要性を判断できる |  |  |
| ４ | 設定した目標の食行動を実行すれば、程度の減量効果を期待できるか、わかりやすく示すことができる |  |  |
| ５ | 身体活動量・運動量をアセスメントし、運動習慣改善の必要性を判断できる |  |  |
| ６ | 設定した目標の身体活動・運動を実行すれば、どの程度の減量効果を期待できるか、わかりやすく示すことができる |  |  |
| ７ | 対象者の生活習慣や背景、行動変容のステージや健康に対する価値観等対象者の健康課題について総合的なアセスメントができる |  |  |
| ８ | 対象者の状態にあった保健指導方針を判断することができる |  |  |
| ９ | 対象者の生活状況を踏まえて何から改善することが可能か共に考えることができる |  |  |
| １０ | 目標及びその目標が達成されるための生活習慣の具体的内容を対象者と一緒に設定することができる |  |  |
| １１ | 自らの健康問題への気づきを促す支援ができる |  |  |
| １２ | 対象者の病態を適切に判断し、医療機関への受診勧奨、保健指導等の対応について適切に判断できる |  |  |
| １３ | 対象者が成果を目に見える形で感じられるよう、数値や体調、気持ちの変化への気づきを促すことができる |  |  |
| １４ | 生活習慣の改善を支援するための効果的な学習教材等を準備することができる |  |  |
| １５ | 社会資源等を効果的に活用した支援ができる |  |  |
| １６ | 面接（対面、オンライン）やグループ支援、電話、メールなど適切な方法を選択して継続的な支援ができる |  |  |
| １７ | 行動ステージが無関心期の人に対して適切な対応ができる（本人のできることに目を向けることができる） |  |  |
| １８ | 自らの保健指導を評価し、保健指導方法の改善に活かすことができる |  |  |