



出前講座報告書



福島県立医科大学

性差医療センター
災害医療総合学習センター
医学部公衆衛生学講座

平成27年11月26日 県中健福祉事務所



テーマ

ヘルスリテラシー ～健康情報を使う力、伝える力～

ヘルスリテラシーは、健康に関する情報を住民が入手して、理解し、使おうとする知識と技術だけでなく、保健医療従事者側が伝えるスキルまでをも含みます。今回の研修では、食をテーマに伝え方を学びました。

講義の様子

いつもは2回シリーズで行っている内容を、1回に詰め込みましたが、皆さん疲れを見せずに演習に取り組んでいました。前半の内容は、ヘルスリテラシーの概念と重要性、情報のわかりやすさを評価するツールについてでした。後半の内容は、情報をより分かりやすく改訂するテクニックについてでした。



4グループに分かれ、持ち寄った資料を評価して、より分かりやすくするにはどうすればいいか話し合いました。主な意見は、イラストの使い方、ポイントを絞ること、具体的な表示についてでした。



アンケート集計結果

参加者は30名、アンケート回収は29名でした。

評価項目	(そう)思う(※)
研修の資料や進行について	
配布資料は適切だった	93%
時間配分は適切だった	82%
進行は適切だった	90%
研修の内容について	
ヘルスリテラシーの基礎について理解できた	86%
ヘルスリテラシーの技術について理解できた	79%
講義は今後の保健活動に役立つと思う	97%
話し合いは今後の活動に役立つと思う	100%

*5段階評価：「1. 全くそう思わない」～「5. 大いにそう思う」の4と5の合計

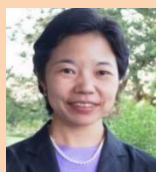
<復習ポイント>

- ・ヘルスリテラシーの意義は？
- ・情報のわかりやすさを評価するツールは？
- ・分かりやすく伝えるポイントは？

お気に入りのツールとして圧倒的に人気だったのは、先行オーガナイザーとマーカー法でした。自由記載では、すぐに活用したいという意欲、また、相手を意識した資料づくりに関する意見が聞かれました。

「すぐに業務に活かせるので有意義でした。」
「情報発信の大切さがわかった。どんどん発信していきたい。」
「自分の作ったものが伝わっているかどうか、考えながら文章をつくりたいと思います。」

講師紹介



福島県立医科大学
医学部公衆衛生学講座
後藤あや先生

平成7年山形大学医学部卒業、平成10年米国ハーバード大学公衆衛生大学院修士課程（国際保健学）修了、平成12年山形大学大学院医学研究科博士課程（公衆衛生学）修了。米国ポピュレーション・カウンシルのベトナム支部勤務を経て、平成14年より福島県立医科大学医学部公衆衛生学講座、現在、准教授。平成24年から1年間で、ハーバード大学公衆衛生大学院武見国際保健プログラム研究員。福島県の県民健康調査「妊産婦に関する調査」の副室長兼任、日本公衆衛生学会モニタリング・レポートシステム委員。専門領域は、母子保健、国際保健、疫学、人材育成。

編集後記



これまでは主に保健師を対象としていたのですが、今回はじめて食の専門家を対象にヘルスリテラシーの研修を行いました。時間もいつもより短いので、できるだけポイントを押さえて、食生活を意識した演習にする工夫をしました。情報の伝え方を教える研修なので、それが分かりにくいとどうしようもないですが、皆様にそれなりに評価していただくことができて、安心しました。ヘルスリテラシーは、ツールの使い方さえ分かれば、後は、職場の仲間と話し合いながら、伝える情報を整理して、伝え方を工夫していくことが大事になってきます。ぜひ活用を続けてください。（後藤）



出前講座は「福島県保健師現任教育指針」の枠組みで行っています。