



ヘルスリテラシー 健康情報を読み解く力、伝える力

ヘルスリテラシーとは、健康の維持・増進のために情報を得て、理解し、使おうとする知識と技術です。地域保健を担っている医療従事者は、住民の方々に健康情報をわかりやすく伝えることが求められます。今回の研修では、ヘルスリテラシーの向上を促す方法の一つとして、住民向けリーフレットを取り上げ、より伝わりやすい言葉の選び方やデータの示し方などについて学びました。

講義の様子

講義では、はじめにヘルスリテラシーの定義や段階について学びました。多くの日本人はテレビやインターネットなどを活用して健康情報を集められますが、実際に健康を改善する計画や行動までつながっているとは限らないようです。講義の後半では、住民の方々に専門的な健康情報の伝える技法について学びました。



～講師紹介～



福島県立医科大学
総合科学教育研究センター
後藤あや

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、平成28年度より総合科学教育研究センター教授に着任し、現在に至る。平成24年から1年間、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。

グループワークの様子

グループワークでは、実際に福島県の妊婦さんにむけて作られたリーフレットを評価しました。全体の構成や、数値のレベル、図・イラストなどについて、伝わりやすくするにはどのようにすればいいのかを話し合いました。最後に、他のグループを訪れ、各グループの改訂案について意見交換をしました。



◀ 課題リーフレットをより伝わりやすくするための改訂案について話し合い。

▶ 課題リーフレットの評価中。スマホで「チュウ太の工具箱」を使い、文章の分かりやすさを測っています。



アンケート集計結果

アンケート回収数は、参加者20名中18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 時間配分は適切だった 進行は適切だった	100% 94% 100%
講義について 講義内容が理解できた 講義は今後の保健活動に役立つと思う 学んだことを同僚に伝えたいと思う	100% 100% 100%
話し合いについて 話し合いは今後の保健活動に役立つと思う	100%
あなたご自身について 研修を受ける前よりも、保健活動に対する自信が増したと思う 研修を受ける前よりも、健康に関して住民と話し合う自信が増したと思う	78% 72%
今後の研修に向けて 今日のような研修にまた参加したいと思う この研修への参加を同僚にお勧めしたいと思う	100% 100%

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

編集後記

ヘルスリテラシーのスキルを向上させることは診察や処置、健康相談などの多くの場面で患者さんや地域住民に説明が求められる医療従事者にとって重要なスキルだと思います。本日は教職員、学生さんを含め、わかりやすく健康情報を伝えるための工夫点について、楽しみながら学ぶことができました。（吉田）

* 復習ポイント *

- ・ 数値の難易度がもっとも高いのは？
- ・ 先行オーガナイザーとは？
- ・ マーカー法を用いるときのポイントは？