

書評 BOOK REVIEW

『特定保健指導マニュアル』

(奈良昌治 監、高橋英孝 編)



- A4判、122頁
- 定価 3,570円
- 医歯薬出版

御承知の通り、2008年4月より厚生労働省による「特定健診・特定保健指導」の制度が発足。本制度は近年増加の著しいメタボリックシンドローム対策を主眼としている。日本人間ドック学会は本制度の理念に賛同し、2007年7月より特定保健指導を担当する実践者の養成研修を開始。2009年7月現在で医師、保健師、管理栄養士の合計3,631名を「人間ドック健診情報管理指導士(通称・人間ドックアドバイザー)」として認定した。また、2009年5月より、既認定者の更新研修としてプラッシュアップ研修会も始まっている。

本書は、この研修会対策委員会委員長である東海大学医学部基盤診療学系健康管理学教授の高橋英孝先生が中心となり、特定健診・特定保健指導に役立つ資料を選別し、編集したものである。通読して感ずることは、わかりやすい図表が多く、目次から探したい項目を選び、その内容を理解するのに便利なハンドブックである。

本書は、基礎編、実践編(1~2)、応用編(1~2)の3編に分類されている。基礎編は、厚生労働省が発行した『標準的な健診・保健指導プログラム

(確定版)』と、その後にバージョンアップした手引書およびQ&A集を一括し、8項目に細分している。基本的な事項を再確認するのに便利である。実践編では、特定保健指導の初回面接から最終評価までの支援ポイントを、簡潔な文章で順序良くまとめている。

目標達成の鍵は、初回面接の上手、下手にかかっていると言つても過言ではない。また、具体的な目標設定にあたっては、性格、体力、生活環境などを参考に運動中心型(運動7割、食事3割)か、食事中心型(食事7割、運動3割)のいずれかを対象者と話し合つて決めるこをすすめている。実行しようと思っている人には分かりやすいアドバイスであり、積極的支援の事例と共に熟読して頂きたい。この章の最後に、日本人間ドック健診協会による本制度のアンケート調査結果を紹介している。システムが複雑すぎ、そのためには継続支援が困難との回答が多く、今後の検討課題である。

応用編では、それに答えるかのように編集者自身が直接関与した2施設で、実施率の高い積極的支援対象者への継続支援方式を提示している。東海大学八王子病院方式は、対象者が人間ドックを特定健診とした人に限定している。個別面接を3ヶ月間に計3回実施し、その間に往復はがきによる支援を行う“個別支援コース”である。三鷹市医師会方式は、国民健康保険の被保険者を対象、3ヶ月間に初回面接1回と、その後はグループ支援2回と往復はがきによる通信であり、“グループ支援コース”と言える。

このように、対象者の違いにより当事者がお互いに話し合い、より適合したシステムを構築することが成功の秘訣と言えよう。本書は、特定健診・特定保健指導を担当する実務者とそれを統括する管理者のために編集されたものであり、実践にあたり必携の書として推薦する。

(日本人間ドック健診協会理事長・牧田総合病院附属健診センター院長、 笹森典雄/ささもりのりお)

* * *