

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ブ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っても過言ではない。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って決めることをすすめている。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法を提示している。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/さきまりのりお)

* * *