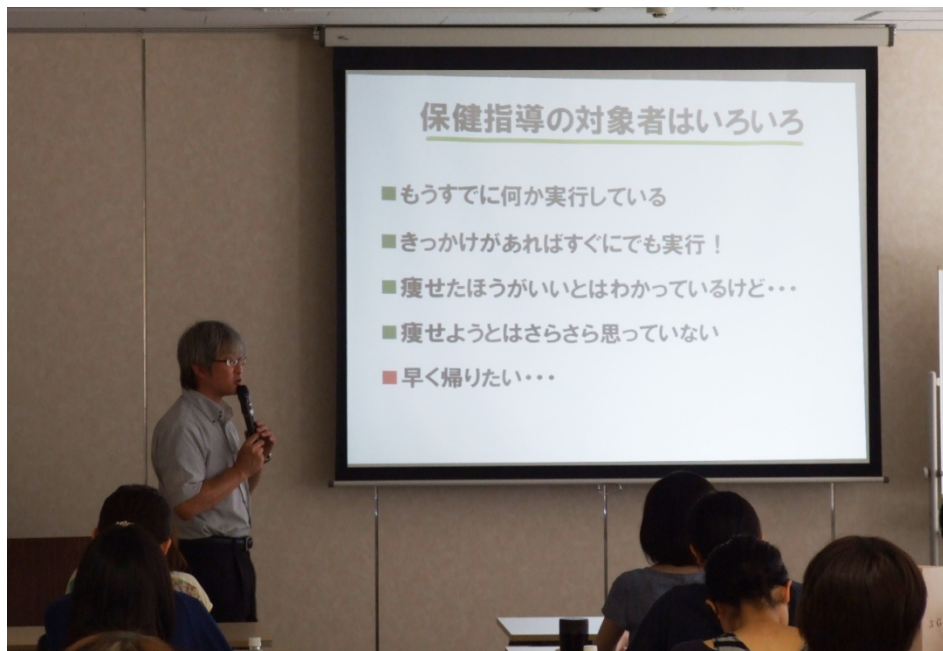


生活習慣病予防に関する保健指導を学ぶ

特定健診・特定保健指導初任者向け研修会



特定健診・特定保健指導初任者向け研修会（２回目）は、８月３０日（金）に府国保連合会で開かれ、４５名の看護師・保健師・栄養士が出席した。



同道予防医学研究室研究員

午前の研修会では、独立行政法人国立病院機構京都医療センター予防医学研究室研究員・医療法人健幸会兼田医院事務長の同道正行氏が「メタボリックシンドロームの概念」「行動変容に関する理論」と題した講演を行った。講演では、対象者の気持ちや行動変容をさせるためには知識・感動・行動の３つが必要であると説明した。また、講演中のアイスブレイクでも、実際に保健指導中に使えるアイスブレイクを実演し、笑顔と笑い声が絶えなかった。



松岡管理栄養士

午後は、独立行政法人国立病院機構京都医療センター糖尿病センター管理栄養士の松岡幸代氏が、「生活習慣病予防に関する保健指導～食生活編～」と題して講演を行った。講演では、保健指導の一環の栄養指導で実際に出会った人たちの言動や栄養の指導のコツを説明した。また、普段食べているお菓子を媒体としてカロリーがどれだけ含まれているのかの確認を行った。思っていた以上にカロリーが高いため、皆が驚きの声を上げていた。

