

# 令和8(2026)年度 特定健診・特定保健指導従事者育成研修会（経験者編）実施要領

## 1 目的

保健指導従事者は決められた時間の面接、電話や電子メール等により、対象者の健康に関する関心を高め、健康行動を引き出す役割が期待されており、保健指導従事者は病態や食生活・身体活動・喫煙・アルコール等の生活習慣改善のための知識と技術を動員し、対象者の思いや生活背景を考慮しつつ、行動変容を促していくことが求められている。

このため、保健指導従事者が、対象者の病態や生活背景をより深く理解し、生活習慣改善の定着や前向きな自己決定を促す支援方法を習得することを目的とした研修会を実施する。

## 2 実施主体

栃木県

## 3 実施日時

令和8(2026)年8月4日(火) 9:25~17:00(受付9:10~)

## 4 実施場所

栃木県庁本館6階大会議室2(栃木県宇都宮市埜田1-1-20)

## 5 研修対象者及び修了証交付対象者

次の(1)又は(2)に該当し、特定保健指導の経験年数が3年以上で、かつ、本研修の全プログラムを受講できる者とする。

(1) 県内の医療保険者に所属する医師・保健師・管理栄養士等で、本研修の全プログラムを受講できる者

※市町等において生活習慣病対策を担当する医師・保健師・管理栄養士等含む

(2) 民間事業者において、医療保険者から委託を受け県内で特定健診・特定保健指導事業に従事する医師・保健師・管理栄養士等で、本研修の全プログラムを受講できる者

なお、①又は②に該当し、本研修の全プログラムを受講した者に対し、後日、栃木県知事名で修了証を交付する。

## 6 日程、内容及び習得目標

別紙「令和8(2026)年度特定健診・特定保健指導従事者育成研修会（経験者編）プログラム」のとおり。

※本研修のプログラムは、厚生労働省が示す「健診・保健指導の研修ガイドライン（令和6年度版）」における「経験者（保健指導経験年数3年以上）」向け研修の考え方及びプログラム例を踏まえて構成している。

## 7 研修申込

(1) 申込方法

栃木県ホームページ (<http://www.pref.tochigi.lg.jp/e09/choujyu.html>) より「受講申込書」及び

「別紙1 特定保健指導技術評価表」をダウンロードし、以下のメールアドレス宛てに提出。

→提出先アドレス：[kenko-choju@pref.tochigi.lg.jp](mailto:kenko-choju@pref.tochigi.lg.jp)

(2) 申込期限

令和8(2026)年6月12日(金)必着

(3) 定員

45名(定員を超えた場合は調整する)

## 8 留意事項

(1) 当日の資料等

後日メールにて共有するので、各自印刷して当日持参すること。

(2) 駐車場

ア 市町職員の受講者 →栃木県庁西駐車場

イ その他の受講者 →栃木県庁地下駐車場(研修会場の受付で駐車券の無料処理を行う。)

令和 8 (2026) 年度  
特定健診・特定保健指導従事者育成研修会（経験者編）プログラム

## 1 習得目標

- (1) 保健指導対象者の状況をアセスメントする技術の向上
- (2) 行動変容を促す保健指導の方法及びモチベーションインタビューの理論について理解を深める

## 2 テーマ

「対象者のアセスメントと自己決定を促す面接のポイント～行動変容につなげる面接技術を学ぶ～」

## 3 講師

神奈川工科大学健康医療科学部管理栄養学科 特任教授 饗場 直美 氏

## 4 日程及び内容

日程：令和 8 (2026) 年 8 月 4 日 (火)

時間	内容
9 : 10～9 : 25	受付
9 : 25～9 : 30	開会 あいさつ
(午前の部)	講義 (60 分)
9 : 30～10 : 30	「特定健診・特定保健指導、生活習慣病予防に関する最新情報」 ①食事摂取基準 2025 及びアクティブガイドの理解について
10 : 30～11 : 30	講義・演習 (60 分) 「保健指導初回面談におけるアセスメントの考え方～アウトカム評価につながるアセスメント～」 ①対象者の食生活診断のためのアセスメントのポイント ②対象者の意図への注目
11 : 30～12 : 30	昼食休憩 (60 分)
(午後の部)	講義・演習 (240 分)
12 : 30～13 : 50	「自己決定を促す面接のポイント ～行動変容につなげる行動科学理論の応用～」
(休憩 10 分)	①コーチング手法としての GROW モデルの活用
14 : 00～15 : 20	②具体的なカウンセリング手法：振り返り傾聴の実践
(休憩 10 分)	③継続的支援における自己効力感アップのための面接
15 : 30～16 : 40	④グループ内討議及び発表、全体共有
16 : 40～16 : 50	質疑応答
16 : 50～17 : 00	事務連絡・閉会・アンケート記入
17 : 00	終了

※ 本研修のプログラムは、厚生労働省が示す「健診・保健指導の研修ガイドライン（令和 6 年度版）」における「経験者（保健指導経験年数 3 年以上）」向け研修の考え方及びプログラム例を踏まえて構成している。

## 講師略歴

あ い ば      な お み  
饗場      直美

(神奈川工科大学 健康医療科学部 管理栄養学科・特任教授)

徳島大学大学院・栄養学研究科修士課程、医学研究科・博士課程修了後、国立公衆衛生院（現・国立保健医療科学院）研究員、MIT（マサチューセッツ工科大学）研究員、（独）国立健康・栄養研究所（現・国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所）・食育プロジェクトリーダー、栄養教育プログラムリーダー、神奈川工科大学教授を経て現在の同大学特任教授に至る。

免疫の基礎研究から、より実践的な栄養教育・食育に研究テーマを広げ、公私共に食育を実践。子どもから高齢者までの生涯を通じた健康づくりのための、科学的根拠に基づいた食生活を提唱し、行動科学理論に基づいた栄養教育の実践・評価や、食育における環境整備・評価、食行動と脳機能の関連性や免疫機能と食との関連性について幅広く研究している。管理栄養士、医学博士。著書：「お腹まわりにぐぐっと効く本」、「子どもの食育」、「病気予防百科」「栄養教育論演習（第2版）」「国民の栄養白書～サバイバル栄養の実践」他、NHK「きょうの健康」「名医にQ」「名作ホスピタル」「視点・論点」に出演。