

# 平成30年度 宮城県栄養士会並びに 宮城県栄養士設置市町村連絡協議会合同研修会

## 保健指導に活かすコーチングアプローチ ～ 効果的な面談 ～

講師 株式会社アライブ・ワン  
代表 後藤 美香 氏

平成31年1月10日 仙台市青葉区柏木のフォレスト仙台の会議室にて宮城県栄養士設置市町村連絡協議会と合同で研修会が開催され、48名の方に参加をいただきました。

生活習慣病予防等の保健指導の場面では、行動変容になかなかつながらない様々な困難ケースに、日々悩みながら対応している現状からテーマを設定しました。

今回の研修は、コーチングの技法を通してアプローチの手法を学ぶ内容とし、前半はコーチングについて講義と演習を通して理解を深め、後半は事例を基に、グループワークで支援方針を検討しました。



後半のグループワークでは、参加者から提供していただいた実際の事例について、教えて頂いたばかりの“コーチング”意識しながら話し合うことができました。

参加者からは、「自分や相手のタイプを知り、それに合わせた指導が大切だとわかった」、「肯定的な言葉づかいが効果的と学んだ」、「これまでの業務の振り返りになった」等、すぐに業務に活かせるとの感想が多く寄せられました。

今回のテーマは保健指導でしたが、それ以外の場面でも活用できそうだと満足度の高い研修会となりました。



前半の演習では、2～3人でロールプレイを行う中で、自分の普段の面談を思い起こして新たに気づいたり、反省したりしながら講義の内容を確認することができました。

(文責 奥田 朋子)