

## 第2回栄養管理研修会 (管理栄養士・栄養士)

- 日 時 令和6年11月26日(火) 10:00～16:10
- 出席者 48病院52名、委員7名出席(うち会場20名、委員6名)
- 開催方法 ハイブリッド開催(会場:岡山県医師会館 401会議室)

**講演** ガッテン流!イケてる栄養指導・指導媒体で患者は変わる!  
～あなたの栄養指導、患者さんに伝わっていますか?～  
～&インチキダイエットの見破り方～

講師 元・NHK「ためしてガッテン」演出担当デスク  
経済産業大臣認定・消費生活アドバイザー 北折 一氏



従来型の保健指導は説明から始める場合が多い。しかし正しいことの説明より、裏技や秘策などの言葉の方が人の関心は高い。指導の場面では対象者の心の中に必ず、「聞きたいモード」をつくるのが大切であり、何を伝えるかではなくどう伝えるかが重要である。対象者が「共感」「なんだろー感」を感じるによって、「納得感」や「お得感」を得やすくなる。そのような構成にする必要がある。「○○しましょう」と対象者に行動変容を求めるだけでは指導の押し付けになってしまうため、避けたほうが良い。対象者ができるようなやり方を示し、ついついやってみようかと相手に思わせることが大事で、そのことが「行動変容」につながっていく。

指導媒体などの資料は、対象者の関心を引く「演題」を考えることが大事である。わかりやすくまとめたつもりでも、項目の「列挙」や表による説明は聞く側には心理的負担が大きい。受け取らない情報を多数押し付けるより、確実に役立つ情報に絞り込むこと。また伏字を入れる、資料の順番を変えるなどして、少しでも対象者を引き付ける工夫を積極的に取り入れることが肝要である

会場では実際の案内ポスターや指導媒体についてグループワークで改善点について意見を出し合い、対象者に伝わりやすい資料について実践的に学ぶことができた。また、困った症例を例題に挙げ、「共感」「なんだろー感」「納得感」「お得感」をどのように症例に応用できるかについて検討を行った。

(栄養管理委員 小田佳代子)

