



出前講座報告書

平成29年11月10日 相双保健福祉事務所いわき出張所

NO. 7

健康情報を使う力、伝える力：ヘルスリテラシー

住民の方々が健康に関する情報をうまく使えるように、保健師には健康に関する情報をわかりやすく伝えることが求められます。本研修では、相双保健福祉事務所いわき出張所にて、ヘルスリテラシーの基礎知識について学びました。

伝えるスキル

使うスキル



<https://www.hsph.harvard.edu/healthliteracy/overview/>

講義の様子

講義では、まずヘルスリテラシーの定義や日本人のヘルスリテラシーについて学びました。健康に関する情報は、専門用語や様々な意味をもった数値を含みます。保健師にとっては馴染みがある言葉も住民にとっては馴染みがなないことはよくあります。よりわかりやすく馴染みのある言葉に改訂するためにヘルスリテラシーが重要です。

講義の後半では、健康に関する情報をわかりやすく伝えるための具体的な技術について学びました。

Reading Tutor 

リーディング チュウ太 日本語 / English / Deutsch

入力された文章

放射性ヨウ素が大量に体内に入ると、小児甲状腺がんになる可能性が増します。

級外 5 (5)

ヨウ	1
大量	1
体内	1
小児	1
甲状腺	1

単語レベル: ★★★★★ 難しい

総数	語彙総数	級外	N1
23	21	5	2
109.5%	100.0%	23.8%	9.5%
(20)	(18)	(5) (2)	
111.1%	100.0%	27.8%	11.1%



▲文章の語彙レベルを調べるチュウ太の結果画面（上）。単語レベルの★の数を減らすため、どれだけ文章を簡単にできるか挑戦しました（下）。

～講師紹介～



福島県立医科大学
総合科学教育研究センター
後藤あや

平成7年山形大学医学部卒業、平成10年米国ハーバード大学公衆衛生大学院修士課程（国際保健学）修了、平成12年山形大学大学院医学研究科博士課程（公衆衛生学）修了。

米国ポピュレーション・カウンシルのベトナム支部勤務を経て、平成14年より福島県立医科大学医学部公衆衛生学講座、平成28年度より総合科学教育研究センター教授に就任し、現在に至る。平成24年から1年間、ハーバード大学公衆衛生大学院武見国際保健プログラム研究員。福島県の県民健康調査「妊産婦に関する調査」の副室長兼任、日本公衆衛生学会モニタリング・レポートシステム委員。

専門領域は、母子保健、国際保健、疫学、人材育成。

グループワークの様子

グループワークでは、より伝わりやすくするにはどうすれば良いのかを、実際に配布されている健康情報の冊子を見ながら、グループの人と意見交換しました。

イラストやグラフはまず目につきやすいのか、注目する人も多かったようです。なかには「絵が現代っぽくない」なんて意見もありました。読む人に興味を持ってもらうためには、どんなイラストを選ぶのかもポイントになると思います。



▲講義で習ったツールを駆使して、わかりやすく健康情報を伝える工夫を話し合いました

アンケート集計結果

アンケート回収数は、参加者11名中11名でした。

評価項目	そう思う*
研修の資料や進行について 配布資料は適切だった	91%
時間配分は適切だった	91%
進行は適切だった	100%
講義について 講義内容が理解できた	91%
講義は今後の保健活動に役立つと思う	100%
学んだことを同僚に伝えたいと思う	100%
話し合いについて 話し合いは今後の保健活動に役立つと思う	91%
あなたご自身について 研修を受ける前よりも、保健活動に対する自信が増したと思う	73%
研修を受ける前よりも、健康に関して住民と話し合う自信が増したと思う	73%
今後の研修に向けて 今日のような研修にまた参加したいと思う	100%
この研修への参加を同僚にお勧めしたいと思う	100%

* 5段階評価：「1. 全くそう思わない」～「5. 大いにそう思う」の4と5の合計

編集後記

私も、実際に伝える側になってみると、わかりやすく伝えることや関心を持ってもらうことの大変さを思い知らされます。スマートな文章やわかりやすい図表に憧れますが、出来上がりはついつい凝りすぎたり、まぬけになったりと、どうもうまくいきません。今回の研修に参加していて、実際に使われている冊子からの学びの多さを改めて知りました。試しに駅や大学にあるフリーペーパーとかでも、手に取って見たらおもしろいのかも。皆さんも気が向けばぜひ。(小林)

* 復習ポイント *

- ・ヘルスリテラシーのユニバーサル・プレコーションとは？
- ・わかりやすい文章にするための望ましいレベルは？
- ・インフォグラフィクスとは？