

令和5年度保健師研修会報告（保健師職能委員会）

1. 日 時：令和5年8月5日（土）13:00～16:00
2. 会 場：岩手県看護研修センター
3. 目 的：長引く COVID-19 への対応により多忙を極めていた保健師の声の中で、活動への疲弊感や閉塞感、職種同士のコミュニケーションや人材育成機会の減少等の課題について聞く機会が少なくない。保健師の業務も徒前の活動への転換を図るとともに、コロナ禍で生じた新たな健康課題や健康危機管理への備えや対応を強化した活動が求められている。そこで、個々の能力や組織パフォーマンスの向上に有効なコーチングスキルについて学び、よりよいコミュニケーションにより職場内の活性化と保健師自身のモチベーションやキャリア開発への意欲向上を図る。
4. 参 加：23名：（内訳）来場10名、zoom13名（13回線）
（保健所4名、県1名、市町村7名、教育機関1名、産業保健1名、検診機関1名、病院2名、その他6名）

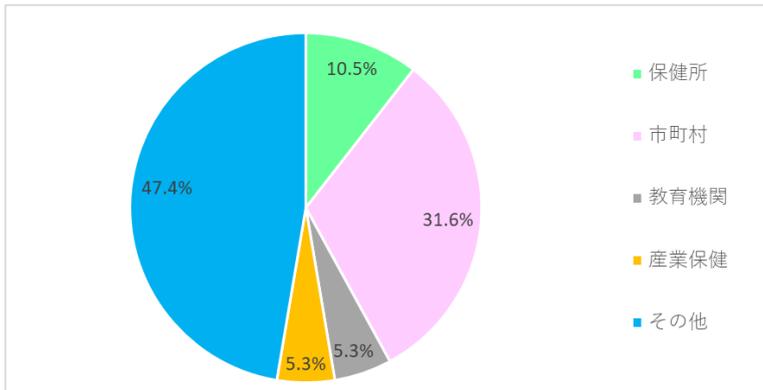
5. 実施内容

（1）講 演

テーマ「人・組織が持っている力と可能性を引き出すコーチング」 - 一人ひとりの新たな発見や気づきを促し、パフォーマンス向上を目指して-	
講 師 公立大学法人岩手県立大学看護学部 助教 中野 千恵子氏	
要旨	<p>コーチングとは、「答えはその人の中にある」という原則のもとに相手が状況に応じて自ら考え、行動した実感から学ぶことを支援し、相手が本来持つる力や可能性を最大限に発揮できるようサポートするためのコミュニケーションであること。コーチングにかかせない3つの要素として①双方向②現在進行形③個別対応であり、コーチングで扱うテーマは、「重要で急がないこと」である。カウンセリング、コンサルテーション、メンター、ティーチングとコーチングの違いや、コミュニケーションの振り返りを行いました。</p> <p>演習では、Zoom参加者、会場参加者それぞれ、聞き役と話し役、観察者役の3～4人に分かれて演習を行いました。聞き手役は、話し役の話を承認し、話し役に質問することで、話し手はより深く様々な角度から考え、気づきを早めて答えを見つけることが出来ると体験しました。閉ざされた質問ではなく、開かれた質問を投げかけていくことが、コーチングのスキルの1つであるとも学びました。</p> <p>また、話し手の発言に対してリフレーミングをして伝え返すことで、マイナスな出来事であってもプラスの出来事に心理的に変化を与えることができるため、リフレーミングを取入れていくことはコーチングには必要であると感じました。</p> <p>目標達成型コーチングの手法では、相手が達成したい目標は何か、目標を達成することで相手にどんな意味があるか、現状はどうか、現状と目標の差が生じている原因は何か、その差を埋めるために何が必要でどう行動すればいいかを相手に投げかけていくため、参加者からは、「保健活動の業務に反映させていきたい」「家庭でも取り入れていきたい」といった感想が聞かれました。</p>

(2) 参加者アンケート結果 (回収 : 19 人) 回収率 82.6%

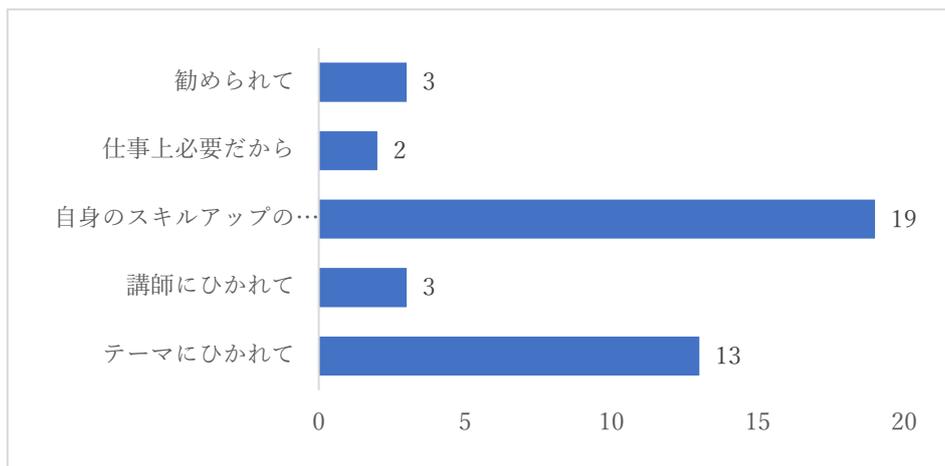
①所属について



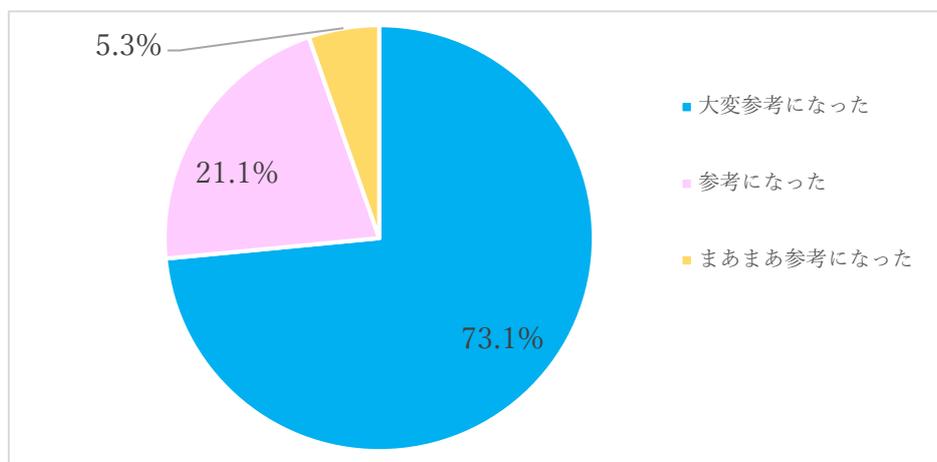
※その他：県、病院 (2)、会計年度職員 (市町村)、検診機関、委託型包括支援センター、個人会員 (3)

参加者の所属は、行政、教育機関、産業、医療など幅広い分野で働く保健師の参加であった。

②参加の動機 (複数回答あり)



③講演の内容について



- ・自身のコミュニケーションの振り返り、コーチングとしてのことばの投げかけ、引き出し方を学べた。

- ・普段のコミュニケーションの振り返りをするきっかけとなった。
- ・実践も体験でき有意義な研修だった。仕事や家庭でも活用していきたい。
- ・リフレーミングや質問の仕方など日常生活や仕事での人間関係に即、とりいれられる内容だった。また、とても心地よい時間を過ごすことができた。
- ・コーチングスキルを使いこなすポイントについて、エクササイズを通して学習できたため、理解しやすく、実践してみる意欲が沸いた。家庭、職場内、業務上の対象者とのコミュニケーションを図るうえで、大いに活用できると思った。
- ・コーチングの理論について、わかりやすく学ぶことができた。今後の仕事や日常の生活にも生かすことができると思った。
- ・自分自身の思いを振り返ることに繋がったため。心地よい時間を過ごすことができた。
- ・コミュニケーションスキルを学び、業務に活かせる内容だった。
- ・意識しながら質問することが大事だと感じた。また日々の業務や生活の中で生かしていきたいと感じた。ありがとうございました。
- ・コーチングの概要を理解することができた。
- ・コーチングについては何度か学んでいるが、実践しながら自分の知識やスキルをアップデートしていくことが大切だし、先生の豊富な経験から、新たな気づきや学びを得ることが出来た。
- ・自我流になりつつある面談支援の対応にコーチングを学ぶことで、対象者が良かったと思える相談に活用できるかなと感じた。意識して活用できるよう練習していきたいと思う。
- ・演習があり、体験しながら学ぶことができた良かった。未来志向型の考え方や効果的な質問の仕方を参考にしていきたいと思った。
- ・自分の業務、日常生活でのコミュニケーションを振り返りながら講演や演習に参加することができた。今後の生活や業務でのコミュニケーションにおいて、意識して活用したいと思った。
- ・コーチングという言葉はきいたことがあっても実際にどういうものであるか学んだことはなかったもので、コーチングを知る機会となった。
- ・どこでも、過程は大事にされていないと思う。結果だけが重視されていると思う。
- ・面接時に役立てられそうなことを学ぶことができた。
- ・普段の会話の中から相手の中にある答えを見つけるよう、質問することが必要であり、より深く様々な角度から考えさせることができる。
- ・質問する時に、オープンクエスチョンで書くことで、相談内容やアセスメントを深めることができるので、仕事にいかしていきたい。

④保健師研修会で今後取り上げてほしい研修テーマ、講師等

- ・複雑多重課題を抱える母子への関わりに関する保健師のアセスメントや支援技術向上に関するテーマ。最近の児童虐待事例からみる保健師に求められる役割とスキル。
- ・県内保健師同士の交流
- ・保健師のキャリアラダーに沿った研修内容 あらゆる場で働く保健師の情報共有
- ・(例です) (1) 保健師の研究活動の取組み方 (2) 保健活動の伝承について
- ・メンタルヘルスマネジメントや精神疾患に関するもの。
- ・自殺対策関係の研修
- ・意思決定支援について 清水哲郎先生

⑤今回の保健師研修会への意見・感想

- ・ 参集での参加が多いと、もっと情報交換が出来ると感じた。
- ・ GWでは、オンラインのほうが周囲の音が入らずにワークに集中できる環境になるなど、メリットも感じた。 コロナの感染拡大が収束してきた状況ではあるが、今後の研修開催でも、適宜、オンラインの有効活用を図ることが重要だと思った。
- ・ ハイブリッドでの開催は難しいと感じた。
- ・ zoom 参加したが、ハイブリッド形式にしていただき、参加しやすかった。
- ・ 参加者が少なくて残念だった。もっと現職の方々にも参加していただきたかった。
- ・ 企画と開催に感謝。 個人情報時代になっているが、あらかじめグループ分けの名簿があり助かった。 職能委員の皆さんの紹介や、参加者の自己紹介とかあっても良かったと思う。 会場参加者の様子がわかったほうが臨場感があった。 暑い中での準備等、改めて有難うございました。
- ・ 研修会開催ありがとうございました。 行政保健師がメインの研修内容がこれまでは多い印象だったが、今回の研修は他の分野で働く保健師にも活用できる内容で、参加して本当に良かった。
- ・ 楽しく学ぶことができた。 ハイブリッド方式だと、移動時間もなく気軽に参加できたので良かった。 オンライン参加ではグループワークのやり方が、はじめはよくわからなかったのが大変だったが、2回目はスムーズにできたので、オンライン参加でも大丈夫だった。
- ・ 演習の流れが分からず戸惑ってしまったり、時間配分が上手く調整できず、全員が話をできないということがあった。 自己紹介や役割分担の時間を作るなどして頂けたら、もっと全員が参加できる演習になったのかなと思った。
- ・ グループワークの際に、自己紹介をしたり役割分担を決める時間を最初に設けていただけると、スムーズにとりかかれたと思う。 今は何の時間か（話す時間か、共有の時間か等）がわからず、時間が経過してしまったのがもったいなかった。
- ・ 個人会員として参加。 このような学びを深められている方は、きっといつも住民の皆さんの健康を第一に考えていると、皆さんの御意見を伺い思った。 研修内容について仲間にも伝え合えるとよい。 ありがとうございました。
- ・ 保健師も、地域住民や関係機関などと協働して地域づくりをいていくので、言葉のキャッチボールが続く配慮を学ぶことができた。 演習では、先輩方もチャレンジされている姿を感じることができて、また助言もいただき、励みになった。

(3) 当日の様子

