

シャイン研修

先輩に聞く！保健師面談の工夫とホンネ

シャイン研修とは、産業保健師を対象に“輝く 明日の私と仕事”をテーマにした体験型研修です。このレポートでは、11月に行われた研修の一部をご紹介します。

テーマは、保健師面談

保健師面談は、健康診断後のフォローや、健康課題の整理、メンタルヘルスの早期発見など、従業員が健康に働き続けるための支援を担う場です。面談ごとに背景や状況は異なり、どこに焦点を置き、何を根拠に判断し、どのように次の支援につなげるかが、保健師に求められているスキルです。

一方、研修事前アンケートでは、「時間配分が難しい」「そもそも自信がない」「記録整理に迷う」など共通の悩みがあがり、経験年数を問わず“面談をどう組み立てるか”に悩む声が多いことが改めて示されました。

今回のシャイン研修では、先輩保健師の実際の事例を通して、面談の進め方や判断のプロセス、伝え方の工夫など、日々の業務で直面しやすいポイントを学びました。

面談の“型”をつくる

面談をスムーズに進めるためには、事前に全体の流れをとらえておくことが重要です。目的を整理し、導入・情報収集・サポートや目標設定・まとめ・記録整理などを見通すことで、限られた時間でも慌てず内容を充実させることができます。

また、健康診断事後措置など、身体面での健康支援の途中で、メンタルヘルスの課題が浮かび上がることもあります。従業員からの急な訴えに備え、うつ病・希死念慮を含むアセスメントの視点を常に持つておくことが重要です。

研修では、メンタルヘルスかどうか迷う場面で、どのように対応するのかを具体例とともに共有し、「一連の流れがつかみやすくなった」という声が聞かれました。面談の型とメンタルヘルスの見立てを併せて押さえることで、保健師としての支援の選択肢が広がります。

つながりで深まる

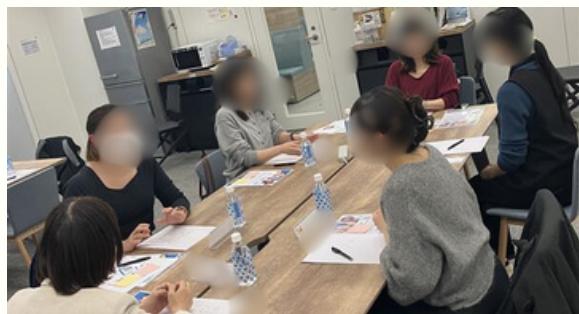
シャイン研修の全体を通して、他社事例に触れながら、保健師が抱える悩みや工夫を共有できたことが印象的でした。自分の職場とは異なる状況を知ることで視野が広がり、「同じ課題に悩んでいる保健師が意外と多い」と気づけます。また、実務の悩みを率直に話し合う中で、面談の捉え方を見直すヒントが生まれ、次の一步が見えやすくなります。今後も、つながりを通じて学びが広がる機会を届けていきます。次回のシャイン研修もお楽しみに。

開催日時：2025年11月21日 18:30-20:00

開催方法：アポプラスキャリア株式会社 本社内

講師：久保さやか 看護師 保健師

アポプラスキャリア株式会社 エグゼクティブアドバイザー



参加者の感想



保健師面談について、知識をたくさん吸収し、何を大切にしたら良いのか、ポイントを見つけることができました。事前準備がとても大切だと思いました。



参加者同士で、お互いに悩みを聞き合うことができました。経験を積んでも、迷うことや不安になることもあるのだと分かり、安心しました。

お問合せ先

アポプラスキャリア株式会社

ヘルスケアソリューション事業部

健康経営推進部

〒100-0005

東京都千代田区丸の内三丁目3番1号

新東京ビル7階

TEL 0120-842-862



アポプラスキャリア 株式会社