

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。

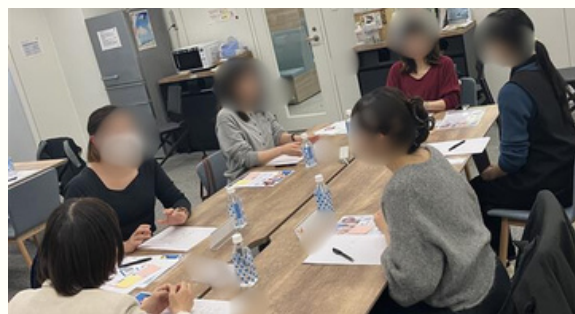
開催日時：2025年11月21日 18:30-20:00
開催方法：アポプラスキャリア株式会社 本社内
講師：久保さやか 看護師 保健師
アポプラスキャリア株式会社 エグゼクティブアドバイザー

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」など共通の悩みが上がり、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、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、次の一歩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。

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