

講座名	人生 100 年時代を健康に生きる力（ヘルスリテラシー）向上講座専門医が教える「肝臓の健康を守るコツ」
講師名	島袋尚美（名桜大学人間健康学部看護学科准教授）
日時	令和 3 年 9 月 29 日（水） 14：00～16：00
講座の概要及び所感	<p><講座の概要></p> <p>本講座では、肝疾患予防に関する取り組みとして、住民の健康に生きる力（ヘルスリテラシー）の向上を目指し、健康情報を「見える化」して分かりやすく伝え、「今すぐ生活に活かせる」実践的予防知識（コツ）を学ぶ。</p> <p>対象者：健康を気にしている方、肥満や脂肪肝が気になる方、普段の生活でお酒の飲み方や健診結果等で肝機能低下が気になる方（その家族）</p> <p>○肝臓を知る・肝臓と生活習慣（飲酒）の関係・肝治療の現場では（前城医師） ○肝炎医療コーディネーターの仕事・相談窓口の案内・相談のコツ（漢那看護師） ○AUDIT で対象を焦点化！！減酒支援・保健指導のコツ（島袋）</p> <p><所感></p> <p>当初の計画では対面での研修会の予定であったが新型コロナウイルス感染症感性拡大の影響があり、オンライン（Zoom）による開催に変更した。オンラインにすることで一般の住民を対象とすると Wi-Fi 環境や PC などの準備が十分でないことが考えられ、肝疾患予防や相談業務に関わる保健師や看護師、栄養士などの専門職を対象に変更して周知した。研修は資料の提示などもスムーズに実施できた。情報伝達が一方向になりがちなオンライン研修ではあったが想定以上の方が参加された。本研修からつながりができ、施設に出向き再度詳しく研修する機会を得た。</p>
参加人数	20 名（オンライン） 内訳：伊江村 3 名 恩納村 6 名 本部町 4 名 伊是名村 3 名 国頭村 3 名 ANA1 名