

ゆずり葉の会



令和元年度の振り返りと新年度への期待

会長 佐藤 潤子



令和になって初めてのお正月。穏やかに明けましたが、1月16日中国武漢で発生した新型コロナウイルスによる肺炎が26の国・地域に広がり、波乱含みの幕開けとなっています。

昨年はまた、全国で大きな災害が続きました。自然災害は今後も多発すると予測されております。昨年12月仙台で開催されたブロック会議でも災害時の保健活動がテーマになり、国保中央会としても、災害時の活動のあり方に、何らかの指針を示す必要があると鎌形調査役が述べられました。在宅保健師としてできることを、皆様と共に真剣に考えていきたいと思えます。

さて、会員皆様の日頃の会活動へのご理解、ご協力に心から感謝申し上げます。令和元年度事業を振り返りますと、「埋もれているものを輝く宝にしよう」事業は、長野の「保健婦資料館」に贈る資料の選定も進み、今年度中に送る段取りをしています。被災者支援、後期高齢者訪問指導等順調に実施できました。ご協力ありがとうございます。加えて、途中から依頼のあった「飯島老人いこいの家における健康相談」、「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」事業への取り組みを進めているところです。

会員交流会は、由利本荘地区会員の努力もあり、素晴らしい旅になりました。新年度候補地は「白神」との声も上がっています。「いきいき百歳体操」推進事業は、各地区で着実に進められており、多くの地区で県民の笑顔を見ることができ、大きな励みになっております。また、分煙対策の「きれいな空気をありがとう」事業ですが、県条例も制定され対策も進んでいることから、当会としてはこの活動にピリオドを打つことにいたします。現職保健師との交流事業は、「宝事業報告書」を渡しながらか各保健所を地区幹事さん方に訪ねて頂き、課長さんや保健師の皆様にお会いして情報交換を行った所です。現職との交流は様々な形で今後も続けていく必要があると考えております。

新年度は、「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」事業について、市町村への協力を積極的に行うと共に、これまでの「いきいき百歳体操」をはじめ、県民が心も身体も元気に過ごすことができるよう支援をしていきます。

今年は東京オリンピックの年、選手の活躍にワクワク、ドキドキしながら元気をもらい、役員一同、ワンチームとして新たな気持ちで役割を果たして参りますので、ご協力よろしくお願いいたします。

令和元年度事業について

1. 「埋もれているものを輝く宝にしよう事業」

今年度は昨年度会員、非会員、現職保健師の方々から提供して頂いた資料を会員研修会で、DVDは鑑賞、資料は展示を行い間近で見いただきました。

その後66点の資料を長野県の保健婦資料館へ寄付しました。

2. 「いきいき百歳体操」推進事業の進捗状況

能代市（2箇所）・秋田市（2箇所）・由利本荘市（1箇所）・横手市（1箇所）計6箇所で着実に進められています。その他事業に関わる動きは次のとおりです。

【秋田市下北手地区におけるデモンストレーション】

11月7日 下北手地区から要請があり、コミセンで「いきいき百歳体操」の実技を行いました。参集者は下北手各地区の会長さんと住民40数名。その後、地区からDVDが欲しいという希望があり、お渡ししましたので、今後の広がり期待しています。

【いきいき百歳体操担当者会議の実施】

11月28日現在、取り組んでいる地区の担当者（地区幹事）を対象に会議を行い、体力測定方法の再確認や事業評価のあり方について検討しました。

各地域で実施している体力測定を同一方法で実施し、このデータを用いて事業評価も行うこととしました。



〔秋田市下北手地区におけるデモンストレーションのひとコマ〕

3. きれいな空気をありがとう事業

この事業は、飲食店での受動喫煙防止を目的としています。平成30年度、令和元年度に実施しました。会員が飲食店を利用し受動喫煙が心配されるような状況を見かけた時、その場でひと声かけて受動喫煙を呼びかける「声かけ運動」です。

この2年間で声をかけた飲食店は20件でした。飲食店側の反応は全体的に概ね好意的でした。すぐに対策実施にはいかないまでも、保健師が声をかけることで「たばこの害」について考える機会になったと思われます。

具体的対策については、全国展開しているチェーン店等は積極的な取り組みが見られた一方、個々の店主に対策が委ねられている現状では「そのうち」「状況を見てから」等の答えが聞かれ、たばこ対策に対する理解不足が対策の遅れに繋がっていると感じました。

幸い、秋田県では令和2年4月から「秋田県受動喫煙防止条例」が施行されます。今後は個々の飲食店に受動喫煙対策が義務付けられることになります。このことで受動喫煙防止の重要性が各飲食店に浸透し、対策が一層推進されることに期待したいと思います。

4. 「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」事業について

令和元年12月から、五城目町と大潟村からゆずり葉の会が委託を受けて事業を実施しております。この事業は高齢者に対する個別支援（ハイリスクアプローチ）と、通いの場等への積極的な関与等（ポピュレーションアプローチ）の取り組みを行い、健康長寿をめざします。

【個別支援】

KDBシステムを活用して抽出された対象者に対して、低栄養防止・重症化予防等を行う訪問、適正受診等促進のための訪問、健康状態不明者の訪問等を行います。2町村からは、健康状態不明者に対する家庭訪問で、計19件を会員6人で実施しました。

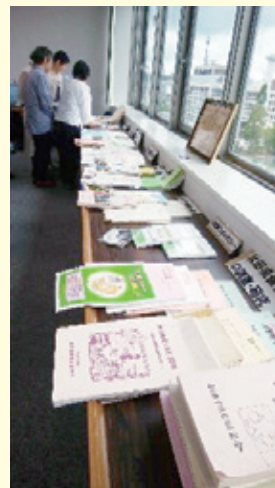
【通いの場等での関与】

フレイル予防のための啓発（低栄養、筋力低下の状態に応じた支援）と、脳トレ等について講座を開催しました。（五城目町のみ）令和2年1月から3月までの実施回数は延べ15回、参加者延べ214人、会員6人が従事しました。



令和元年度会員研修会報告

昨年の8月23日(金)に令和元年度の会員研修会が秋田県市町村会館5階で、14名の会員が参加し開催されました。研修会では午前は「1000年後の未来へー3・11保健師たちの証言」のDVD鑑賞、午後からは「埋もれているものを輝く宝にしよう事業報告会」が行われました。報告会では3人の方から事業に対する思いを寄せた発表がありました。佐藤潤子会長からは「保健師活動の草創期にふれて」と題して保健師活動に対する思いを資料から読み取ることができたこと、太田敦子副会長からは「佐々木テル氏（太田副会長の母）への思い」と題して保健師として活動した母への思いを語っていただき、会員である成田あさ子さんからは「秋田保健活動研究会ー秋田PHC研究会ーの思い出」と題して、保健師活動の原点は人との関わりが大切であることを語っていただきました。また、現職保健師一名の参加もあり交流しました。研修会では「宝事業」の物品展示も行われ有意義な研修でした。



令和元年度会員交流会

(由利本荘・にかほ地区担当)

令和元年度の会員交流会は、1 日目は「鳥海山木のおもちゃ美術館」「法体の滝」「土田牧場」「にかほ市のさんねむ温泉」での交流・宿泊、2 日目は「中島台・獅子ヶ鼻湿原」「鳥海山麓元滝伏流水」で自然の中で会員同士の交流の良い機会でした。

令和 2 年度は能代・山本地区の担当の予定ですので、能代・山本地区の皆様よろしくお願いいたします。



現職保健師からのメッセージ



秋田県保健師会 会長 佐藤真紀子 (山本地域振興局福祉環境部)

今年度の全国保健師長会東北ブロック研修会で、大場エミ氏が「今こそ、現役・OB・研究職の保健師が力を合わせて、これからの保健師の課題に取り組むことが必要」と力説していました。貴会佐藤会長のお姿とも重なり、世代を超えた保健師のつながりを大事にしていかなければ！と改めて感じています。今後も御支援・御指導のほど、お願いします。



秋田県看護協会保健師職能委員会 委員長(職能理事) 鹿子沢真由美 (秋田市福祉保健部)

令和元年度から、職能委員会を担っております。昨今、保健分野や福祉分野などで連携やつながりが強調されています。ゆずり葉の会や秋田県保健師会と連携しながら、研修会などの事業を実施していきたいと考えております。

ご指導、ご協力くださいますようよろしくお願いいたします。

「令和元年度・東北地方在宅保健師等会連絡会議」に参加して

由利本荘・にかほ地区幹事 河西 淑子

令和元年度の連絡会議は 12 月 5 日～6 日、仙台市で 53 名、秋田県からは 5 名(会長他 4 名と連合会担当 1 名)が参加、東北各県の活動状況や国の動き、国民健康保険中央会の取組等貴重な情報と学び新たな気づきを得た。

研修テーマは「自然災害の発生危機と災害支援」

講演 1 「被災者の命を守るためにまず何をすべきか？」

宮城県災害医療コーディネーター／南三陸病院 副院長 西澤 匡史氏

講演 2 「東日本大震災の経験から一防災・減災に女性の視点で取り組む」

NPO法人イコールネット仙台 代表理事 宗片 恵美子氏

講演 3 「国民健康保険の動向と在宅保健師等への期待」

国民健康保険中央会 調査役 鎌形 喜代実氏

講演 1 の災害医療については、災害関連死を減らし平時の医療体制に戻すことの重要性、望ましい避難所環境として確認すべき項目の紹介、災害時関連死としての血圧管理の新たな取り組み(DCAP ネットワークシステム)等の紹介があった。

講演 2 では、震災と女性に関する調査から男女共同参画の視点で防災・災害復興の提言、女性防災リーダー養成と、女性防災ネットの設立等の情報が提供された。

また、中央会の調査役からは最新の厚生労働省の動きとして、全世代型社会保障制度の検討会議の様子や 2019 骨太方針の概要、高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施について詳しい資料で説明があった。

2 日目のグループワーク「災害支援」をテーマに活発な意見交換がなされ各県、各自が何をすべきか宿題を持ち帰った。

貴重な学習の機会を頂いたことに感謝します。

後期高齢者健康づくり訪問事業

この事業は、後期高齢者医療広域連合からの委託を受け継続実施している事業です。対象となった高齢者の家庭を訪問し、本人やその家族からの健康相談に応じ必要な保健指導を行います。令和元年度の訪問実績は別表のとおり 63 件でした。訪問については 16 名の会員からご協力いただきました。

家庭訪問では「腰・ひざ・下肢の痛みが、高齢者の活動性の支障になっている。」「食事内容が偏っていたり、栄養面で心配な事例が多い。」等の実態を感じています。

「薬を飲んでいるからそれで安心だ。」という人も少なくありません。高齢者の生活習慣は一概に変わるものではありません。しかし、家庭訪問で対象者がそれぞれ歩んできた人生に触れながら健康相談にのることは、これからを元気に過ごすための大きな力になります。これからも会員の皆様のご協力をお願いします。

地 区 名	訪 問 件 数
秋 田 市	50 件
能 代 市	6 件
由利本荘市	5 件
五 城 目 町	2 件
計	63 件

被災者支援事業について

平成 24 年度から、個別の訪問支援、定期健康相談、全県交流会における健康相談等に継続して関わっております。3.11 に因んで遊学舎で開かれた「語り継ごう in あきた」や「つながる秋田七夕交流会」にも参加し、県内避難者の方々と交流を図り相談に応じました。

新入会員



○田口美智子（秋田・男鹿・南秋地区）

昨年 3 月に退職し、悠々自適の日々を送っていましたが、物足りなさを感じ、7 月に再就職しました。現在県職員のストレスチェックに関する業務を担当しています。ゆずり葉の会に入会しましたが、参加、協力出来ず、心苦しく思っています。先輩方の熱心な活動にはただ感服するばかりです。

「学び」 続けること



○工藤 聖子（秋田・男鹿・南秋地区）

昨春、県の定年退職にあわせ入会しました。

現役時代、様々な研修会でゆずり葉の会の先輩方が最前列席で聴講している姿を見て、「すごいなあ」と思うことがたびたびでした。

退職後の自分は新しいことへの意欲が薄れかけていましたが、たまたま受講した「依存症」の研修で、現役時代には通説とされていた支援は逆効果になるという話を聞き、経験だけにあぐらをかいては、危険だと痛感したところです。同時に若い世代と一緒に学んでいた先輩方の姿が思い起こされ、勇気づけられもしています。



○熊谷 悦子（由利本荘・にかほ地区）

これまでは、先輩たちがイキイキ活動してらっしゃる姿が眩しくて、敷居が高く入会を控えておりましたが、看護学校同期の上野静子さんの一言で入会しました。名ばかりの会員…。定年退職後 2 年の再任期間を経て、鳥海山木のおもちゃ美術館のスタッフとして 1 年間働き、現在は、おもちゃ学芸員としてボランティア活動をしています。保健師以外の仕事をしてみたいと考えていましたが、やっぱり保健師。市の赤ちゃん訪問と高齢者訪問、近所の通所介護事業所の手伝い…。老親の世話を片手間に、インターバル速歩を楽しみアクティビティケアを学び、好きな仕事ができる毎日が本当にありがたいです。

「絵本の奥深さにふれて」



○吉田 幸子（北秋田地区）

絵本の読み聞かせサークルに所属し、退職後は小学校と中学校で絵本ライブを実施しています。

絵本の読み聞かせによる認知症予防に取り組んで、東京都健康長寿医療センター研究所の協力の元、年末にはジョイントライブを実施しました。

昨今、大人のための絵本が次々と出版されており、本屋さんや図書館に行くのが楽しみの一つになっています。

入会の呼びかけにご協力を！

会員数は現在は85名。各地区幹事さんを中心とした地道な声かけで、毎年3名くらいの方に入会していただいています。しかし、途中で退会される方もあり、全体数は少しずつ減ってきている状況です。

◎ひとりでも多くの新規会員を！

定年退職をされた後輩の方々を見ますと、この後も再雇用等で働き続けたり、家庭に入られたり様々です。「ゆずり葉の会」はそれぞれの事情に合わせた活動が可能です。再雇用の方も大歓迎。新しい方が入り新風を入れていただくことは、会活性化の大きな原動力になります。そのためには、**なんといっても身近な人からの声かけが一番！**

会員の皆様、あなたの後輩やお知り合いに「ゆずり葉の会」をPRし、入会を呼びかけていただけませんか。宜しくお願いいたします。

◎会を辞めないで！

最近、長年会員として活動して下さった先輩会員の中から退会される方が見られますが、どうぞ会を継続して下さるようお願いします。「ゆずり葉の会」が社会から求められる内容も、高齢化に伴い健康長寿を目指す内容がどんどん多くなっています。そうした要請に応えるためにも、先輩方からアドバイスをもらい、見守っていただくことが大きな力となります。伝統ある「ゆずり葉の会」を輝かせるために、これからも宜しくお願いします。

鹿角・大館地区

中村みえ子

同期生が、友達（男）の現在の写真から友達の小学校卒業時の写真を抽出することができたとのこと。（パソコン上で）「数ある同期の写真の中から抽出できた。AIはすごい」と言っていました。

女性を何人か試みたが抽出できなかったとのこと。さすがのAIも女性の50数年の変化には対応できなかったようです（笑）。時代の流れには驚くばかりです。地球の温暖化をAIは救ってくれないのでしょうか。今年こそ災害のない年でありますように……。

会員メッセージ

クローバー①愛情②信頼③
勇気④希望を添えて。

近況

田村 キミ

遠住みの孫の男児誕生を待つ我家の居間には白のブーゲンビリヤが咲き充ちて華やいです。孫が結婚して4年振り、長く生きているお蔭でこんな喜びを味わっております。まだ見ぬ新しい命を待ちつつ無心になって小物作りに励んで居ります。

保健師は人々を元気づける！

成田あさ子



沢内村は村民の命を守るため保健師を雇用し、乳幼児死亡ゼロを達成するなど、保健活動のすぐれた村として名高い。私は看学時代、沢内村の取り組みをモデルにした「いのちの山河」という映画に出会い、保健師という職業に憧れ、私の天職になった。

昭和34年公開の「にあんちゃん」の映画に、東京から赴任してきた若い保健師が登場する。今村昌平監督が映画の中で描こうとしたのは、「保健師は理想に燃え、人々を元気づける」ということであつた。それは、どの事業にも真摯に取り組むゆずり葉の会員の皆様の姿勢と重なる。

先輩の皆様の活動を目の当たりにして、その人らしく精一杯生き抜くことの大切さを感じる今日この頃です。

ケアマネ業務

松田かよ子



主人が立ち上げた居宅介護支援事業所で、ケアマネ業務をしています。二人で一人前にもならないようなケアマネですが、関わっていく中で、ご本人、ご家族の方々が明るくなり良い関係性が築かれていくことに、励まされています。

北秋田地区

インド旅行

庄司 光子

昨年3月末に、熟女3人で「一度は行きたいインド」ということで行ってきました。ガンジス河の祈りの儀式、世界遺産の数々、タージ・マハルの美しさ等を観た。そして、貧富の差の大きさ、日常の環境の違い等を体験し、今の幸せを実感した旅でした。

能代・山本地区

私の信条

小栗 将子



私の主治医は年賀状に「いろいろあっても負けないことが勝利です」私は主治医に家庭のこと、体調のことなど相談していて、年賀状の片隅に一筆書添えてくれました。今年の目標はこれにしよう。四つ葉の

池田 信子

間もなく 80 才にゴールします。どんな人生をプレゼントされるか楽しみです。いかりや悲しみはあまり想像できませんが、何を喜び何を感謝し何を想像していくのか、まるで未知の道に足を踏みいれるようなワクワク、ドキドキの気持ちです。先輩達ヨロシク。

鑑 妙子



ゆずり葉の会長はじめ役員の皆様には、新規事業の開拓や実践、本当にご苦勞様です。超情報化社会になっている今、健康長寿へのかかわりは益々必要です。そのためにも健康的な日々を過ごしたいと思っています。

大切な思い出



40 年間続いた研修仲間との年 1 回の集いがメンバーの高齢化により今年で終了となった。何とも淋しい限りである。全国に散らばるメンバーのご当地訪問や観劇・勉強会等どれも忘れることのできない大切な思い出である。再会を誓い合っの別れとなった。

伊藤 幸子

遠藤 睦子

同じ職場を退職した中学時代の同期生 4 人で隔月のお茶会を楽しんでいます。話題はもっぱら、知り合いの近況や孫のこと、親の介護、そして自分の健康等々話題はつきず、あっという間に 3 時間が経過してしまいます。

食べてはしゃべる、しゃべっては笑う。そして『じゃ、また次回！』

このつながりが私の心のリフレッシュになっています。

太田 敦子



“アメニモマケズ”の一節「良く見聞きし分かりそして忘れない」が好きです。物事にいつまでも興味を持ちこれまで知らなかった事が分かるということは快感であり、年を重ねてなお大事なことだと思います。

いつか先輩が話されておりました「賢くなるためにいつまでも研修会には参加する」と。まさに様々な催しや学習の場にできるだけ足を運び、「良く見聞き」することは人間を賢くしてくれるでしょう。また「分かる」為には右から左へとスルーしないようしっかりと頭の奥にしまい、時に引っ張り出して活用します。引っ張ることを忘れてしまったらおしまいですがね（笑）。頭の柔軟頑張ります。

懐かしいひと時



春日 静子

今、「紙しばい」を作っています。一体化事業（会報 2 頁参照）で使う健康教育の媒体です。画用紙に向い色を塗っていると、ふっと学生時代的美智子先生の授業が思い出されました。いろんな媒体作りしたっけなア。懐かしいひと時です。

「あっちー」

岸 マサ

今年の夏、次女の思いがけない入院で 1 歳 6 ヶ月の孫の面倒をみることになりました。家の中でも「あっちー」、外で遊んで「あっちー」、台所の火のそばにきては「あっちー」と連発。言葉らしい発音がなかった孫が「あっちー」を発していました。孫をおんぶしたり、抱っこしたりつらい日々でしたが、これはパワーリフティングだと思い体力づくりに切り替えて孫も私も暑さを克服し楽しい日々を過ごしました。今年はほんとうに暑い夏でした。

岸 ちあ子

ゆずり葉だより 18 号の記事で、懐かしい想いに浸りました。顕彰碑のテル婦長さん、釜ヶ台の小笠原スイ子さん。若かった私達に、黙って背中から教えて下さった先覚お二人を、有難く感謝の気持ちいっぱい、思い出しました。

正月テレビを見て

佐藤 潤子



令和になって初めてのお正月、皆さんはどのように過ごされたでしょうか。私は 1 月 4 日と 5 日テレビで、映画「ALWAYS 三丁目の夕日」3 本を見て久しぶりにほのぼのとした気分になることができました。物語のバックに東京タワー建設が入り、それが完成して見物に行くシーンや東京オリンピックの開催なども織り込み、冷蔵庫、テレビ、洗濯機いわゆる三種の神器が各家庭に入り、日本の景気が上り調子で活気に溢れていたころの物語です。皆、お金がなくても心が豊かで他人を思う気持ちが温かく、見終わった後ほっこりとさせられる映画で、今の時代こそこういう人情を大切にしたいとつくづく思われたことでした。

佐藤 ユキ



私が県庁保険課に在籍していた時のことですが、疾病統計を 3 か月かけて作り上げました。当時、コンピューターはなく、せいぜい電卓が出てきた頃でした。難儀しましたが、いまでも「よくやった！」と自分をほめてやりたい出来事です。また、秋田保健所（当時）では、色々な準備をして移動保健所を開設し従事したことが思い出です。私は今、施設で元気に暮らしています。

（以上は、ユキさんから電話を頂きお話を聞いた中から、今まで頑張ったことの思い出を文章にしたものです。）

母の介護から思うこと

坂本 優子



私の母は、自宅で病氣療養中のところ、歩行時に転倒し、右大腿骨を骨折したことから、「寝たきり」になりました。このため、在宅ケアを受けながら、自宅で介護することを家族で決めました。そして、医療スタッフの方々や、訪問ケア等の多くの皆様に支えられて、自宅で最後まで母を看取ることができました。思えば、母の在宅療養は 10 年ほどになりますが、母の最期の言葉は「ありがとう」でした。この言葉に、今も支えられています。



椎名テル子

月日の経つのは早いもので、あっという間に1年が過ぎてしまいます。高齢になると刺激が少ない生活を送っているせいか、特に強く感じます。ゆずり葉のおたよりで、会員の皆さまの活動を知りますが本当に良く、がんばっているなあと思います。無理が効かない年齢になっておりますので、年相応の暮らし方が求められる今日この頃です。



清水 昱子

亥年も終わり、12年後の年女の時も元気に迎えられたらと思う。年齢というものには、若い時は解ったような顔をして、話したり、年配の人の話に同調していたが、実際のところは、その年齢に自分がなってみなければわからないものだと思最近はずづしく感じている。先のことは誰もわからない。ただ祈のみです。

由利本荘・にかほ地区



今泉 榮子

主人がパーキンソン病の治療を始めてから1年3ヵ月になりました。病気による運動症状が顕著なため、介護保険のお世話になっています。頑固な主人が素直に介護保険の受入れを決めたのは、介護保険に携わるスタッフの方々の丁寧な説明とやさしさに接してくれたお陰と感謝しています。老々介護を実感しています。

たわいのない事で



大場トシ子

朝ドラを楽しみにしている私は午前7時すぎになるとテレビの前に座る。「スカーレット」で演じたイッセー尾形の発する「えーよ」が気に入って、私達夫婦の会話もよしとする事は「えーよ」と声高に発してにやりとしているこの頃である。

『生涯現役』と日々精進



河西 淑子

退職から10余年、お蔭様で健康で大きな事件事故もなく今日を迎えた。一昨年から本会の事業「いきいき百歳体操」を毎週1回やっている。参加者から楽しい、効果があるとの声も聞かれ体操の後の脳トレゲームも好評でかるた句作【体も心も輝くいきいき百歳体操（渡辺）】【今日もいきいき体操 うれしい効果（木村）】【仲間と過ごすいきいき体操生きる糧（伊東）】等々も出て主催者冥利。

田口 明子

昨年の11月「メマイ症」という病気で病院に入院することがあったが、諸検査ではどこにも異常所見は見られず、ただ自覚症のメマイと吐気あり、それに歩行困難を伴っていたため、症状改善の治療が必要と10日間の入院生活をした。入院3日目以降からようやくフラつきが減少、自分で動くことが可能に…自分の日頃の不摂生がこんな事態を招いて周囲に迷惑かけてしまったことを深く反省させられた10日間でした。

在宅保健婦等ゆずり葉の会交流会に参加して

宝池 律子

秋晴れの良い天気恵まれ行く先々の紅葉もすばらしく楽しい2日間を過ごすことが出来ました。1日1万歩以上



歩くことが出来足腰等の痛みもなくこれもひとえに週1回のいきいき百歳体操のおかげと、真に継続は力なりと頑張っているところです。喜寿をむかえた今年、いつまでも自分の足で歩き、自分の手で食べ、用を足せる様に自分で出来る事を頑張っていきたいと思っています。本荘由利担当とはいえ、おんぶにだつて河西さんには大変お世話になりました。参加の皆さん元気を有難うございました。

本間美佐子



退職して早くも8年を経過しました。日々をふり返ってみると、ほぼ月1回の役員会で会の運営や会員の皆様の近況を耳にすると保健師は生涯保健師なんだという思いが強く感じられます。これからも健康には留意して又一年、年を重ねたいと思います。

知的障害者授産施設でのボランティア

正木みえ子

月2回の活動で、20代30代の彼らは明るく畑仕事が大好きだが、肥満・糖尿病・痛風と課題は多く、家族の課題までも背負っている若者も複数います。職員との連携プレーで少しでも改善できるよう対応しているところです。

大仙・仙北・美郷地区



小松 京子

昨年10月ゆずり葉会員交流会に参加して、鳥海山の雄大さに感動し、参加の皆様方の元気パワーをもらい、もう少し頑張ろうと思いを新たに2日間でした。今年も日々新たな発見をして元気で楽しく暮らしたいものです。

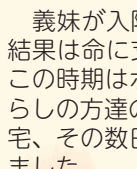
少しずつ片付けを



高橋久美子

4月から年金生活になります。それに合わせて金融機関のしほりこみをしています。クレジットカード等の整理もしています。全く未使用のカードがみつかったりして…。

横手・湯沢・雄勝地区



高岡和賀子

義妹が入院したと連絡をうけ師走に上京してきました。結果は命に支障ありませんでほっとしているところです。この時期はボランティアの行事として70才以上の一人ぐらしの方達の家庭訪問の計画でしたので、心配しながら帰宅、その数日後に私の担当の90才の女性が施設に入所しました。

私的なことですが、家事労働に追われ多忙な毎日を送っております。

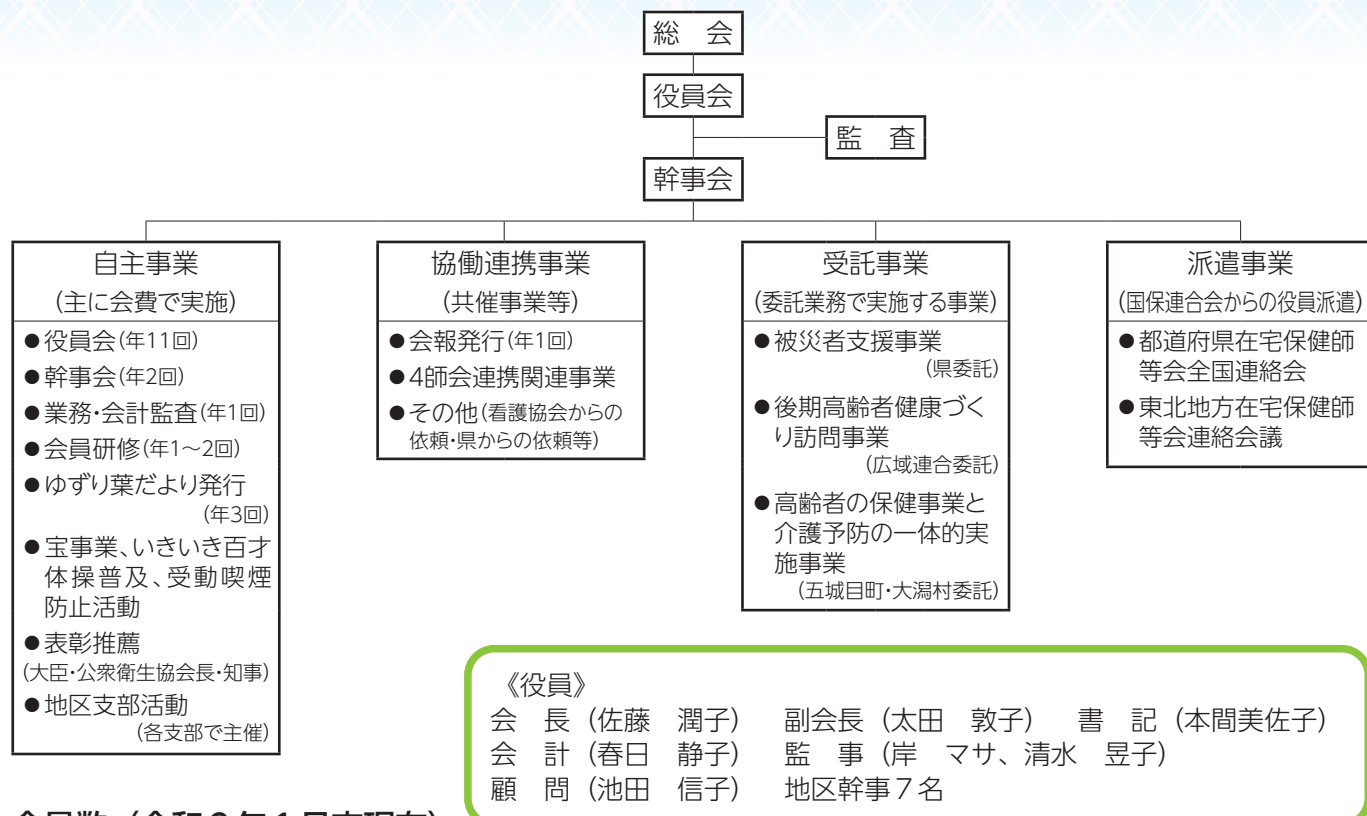
「高齢者の若者も先行き心配」

照井 富子

高齢者の一人暮らし、高齢者世帯が増加しており生活や健康面で心配な状況が身近に多く見られます。自分も含め健康で毎日を送ることが目標です。

若い方々との接触で、朝食抜き、昼食はカップラーメン、夜はお酒を飲んでごはんは食べないなどを伺い、ビックリ仰天！私ならとくに倒れています。将来どうなることやら？

秋田県在宅保健師等ゆずり葉の会組織・実施事業等一覧（令和元年度）



会員数（令和2年1月末現在）

地 区 名	鹿角・大館	北 秋 田	能代・山本	秋田・男鹿・南秋	由利本荘・にかほ	大仙・仙北・美郷	横手・湯沢・雄勝	計
人 数	4	10	7	28	20	10	6	85
地区幹事	上野 静子	庄司 光子	松田かよ子	大島 良子	河西 淑子	高橋久美子	渡辺 健子	



編集後記

元号が変わって早くも2年目を迎えています。元年には新天皇の即位式をはじめ消費税増税などがあり社会情勢もさまざま変化してきました。

令和元年度の事業を振り返ると令和2年度に新たに始まる「保健と介護の一体化事業」のモデル事業として後期高齢者医療広域連合からの依頼により大潟村、五城目町の高齢者訪問や健康教育を行いました。また、会員交流会など思い出に残る事業も行うことができました。

ゆずり葉の会の活動はこれからも会員同士の和を大切に魅力ある会に行きたいものです。

この場をお借りして、ご支援を頂いている国民健康保険団体連合会に感謝を申し上げます。



秋田県在宅保健師等ゆずり葉の会
会報編集委員一同（事務局並びに役員）

祝 令和元年度 表彰受賞者

〔厚生労働大臣表彰〕

令和2年2月受賞

佐 藤 孝
小 松 京 子

〔日本公衆衛生協会会長表彰〕

令和2年2月受賞

齊 藤 フ デ
遠 藤 睦 子

〔秋 田 県 知 事 表 彰〕

令和元年11月受賞

太 田 敦 子
清 水 昱 子
大 島 良 子

7名の会員が栄えある受賞です。
心よりお祝い申し上げます。

ご意見・ご要望、会員の活動報告など なんでも事務局へお寄せ下さい。