

第 16 号

平成27年 4 月 発行

千葉県在宅看護職等の会
通称「まきの会」
連絡先 043-254-7347

ごあいさつ

千葉県国保連合会

事業課長 伊藤 佳明

このたび、四月一日付けをもちまして、千葉県国民健康保険団体連合会総務部事業課長に就任しました伊藤です。

千葉県在宅看護職等の会（まきの会）会員の皆様方におかれましては、

益々ご清栄のこととお喜び申し上げます。

日頃、国保連合会の保健事業に対しご協力を頂きまして、誠にありがとうございます。

また、地域活動につきましても豊富な知識と経験を踏まえ住民の健康保持・増進のためご尽力されていることに心より敬意を表します。

さて、国においては、今後の医療保険等の全体像や進め方を定める社会保障制度改革プログラム法に基づき議論が行われており、各医療分野、介護分野、少子化対策分野等で順次法改正が行われることとなっております。

国民健康保険制度については、昭和三十六年に国民皆保険を達成して以来の大きな改革となり、財政運営の責任を都道府県が担い、保険料の徴収及び保健事業については引き続き市町村が担い、両者が一体となって医療保険政策を推進する体制をつくることとし、平成三十年度からの導入がめざされているところであります。

このような中で、地域ケアに携わる貴会会員の果たす役割は、年々重要となっており、皆様が培ってこられた豊富な知識、経験は、本会の保健事業を始めとする健康増進政策に、大いに役立てていただきたいと切に願っております。

国保連合会といたしましても、会員のニーズに応えるべく、保健情報の提供やまきの会が実施する研修会、講習会のバックアップ等、まきの会の趣旨に沿った支援を行ってまいりますので、ご協力をお願いします。

終わりに、市町村を始め保健事業関係者から期待されておりますまきの会が、ますますご活躍、ご発展することを心祈念申し上げ、私のあいさつといたします。

会員のみなさまへ

会長 中村 榮子



平成二十六年度から会長に就任いたしました。日ごろから会員の皆様、それぞれの地域で活躍され、まきの会が発足して早くも十六年が経過しました、その間、国保連合会の皆様には大変お世話になり今日に至っております。ここに会報「まき」第十六号が発刊することができました。併せて厚く御礼申し上げます。

会の活動目的の一つであります研修会は、会員が希望される内容、又、地域や国の動向を見ながら研修内容を決め、年三回開催し平成二十六年度も多くの方たちが受講されました。又、県外視察では、埼玉県「青空会」と交流することができ、有意義な討論会になりました。会報の研修報告に掲載しておりますのでお目通しいただきたいと思います。私は、研修会等で久しぶりにお会いする皆様が元気な笑顔で話してきている姿を拝見しうれしく、自分の顔も自然に綻んで参ります。活発な情報交換をしていきましょう。

さて、平成二十七年一月三十日「平成二十六年度都道府県在宅保健師等会全国連絡会」が全国四〇県の会の責任者と国保連合会の方達が一堂に集まり連絡会が開催されました。国保中央会柴田雅人理事長と全国連絡会会長挨拶の後、研修会に入りました。内容について簡単に紹介いたします。

一「社会保障制度に関する国の動き」について常務理事の飯山幸雄氏からの説明

なぜ制度改革しなければならぬか。

高齢化の進展が想定以上に速く、歳入が苦しいのに歳出が多いことから国民健康保険財政が厳しい状況にある。国民健康保険制度の安定化が必要である。国では平成二十六年度に実施した低所得者向けの保険料軽減処置に加えて、平成二十七年から財政基盤を更に強化していく。又、平成三十年度から都道府県が財政運営の責任主体となり、市町村は地域住民と直接顔の見える関係の中で資格管理の他、保健事業等地域住民におけるきめ細かい事業を引き続き実施していくという役割を定めた。個人や保険者による予防・健康づくりの促進を一層推進する為に、データヘルスの推進、予防・健康づくりのインセンティブの強化、栄養指導等の充実の方向性が示された。

二「認知症の人の支援・地域の役割」

講師：社会福祉法人浴風会

認知症介護研究・研修センター長 本間 昭氏

認知症の人に対して地域がどう関わろうとしているか。認知症の人の尊厳とはなにか。生活の中で何をすれば尊厳をサポートできるか、世論と正論とは？認知症とはどんな人？等を学んでいきたい。又、道路交通法の改正が出されている。一定の病氣などに係る運転者対策、行方不明者等に関する市町村施策等データに基づいて説明があった。認知症の症状に関連する要因や治療の効果等が判ってきている。早期対応が効果あり、穏やかな生活を送ることが可能になる。又、関係者が認知症訪問の医療とケアの目標を共有し、関わりを持つていくことが基本的な対応であることを学び、今後更に国の動きを注視し、会の果たす役割を考え活動に生かしていきたいと痛感いたしました。

その他、事例発表とグループ討議が行われました。各県により活動に多少の異なりがありますが、それぞれの地域の特徴を出し活動されている様子が参考になりました。これからの活動に生かしていきたいと考えております。

特定健診・特定保健指導等支援事業実施状況

平成二十六年特定健診・特定保健指導等支援事業実施状況

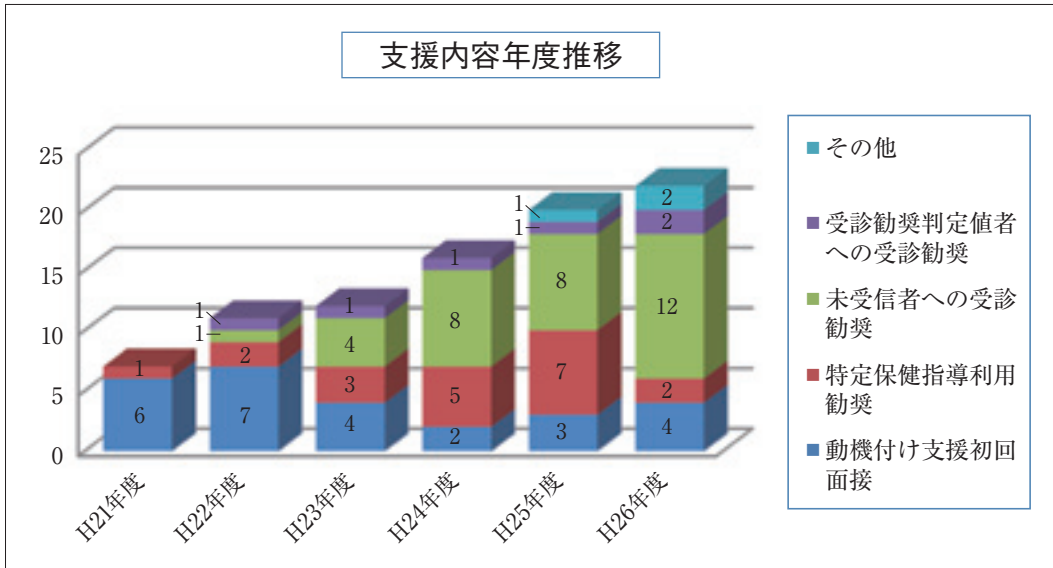
在看会員十七人で、二十二市町へ支援を実施し、延べ一〇八回（八十九日）支援を行った。

*実績は在看会員と国保連合会保健師含む。

	市町村名	支 援 内 容	派遣数 (人)	実施日数 (日)	面接 (人)	電話 (人)
1	栄 町	特定健診未受診者に対する受診勧奨(電話)	5	4		587
2	大 多 喜 町	特定健診未受診者に対する受診勧奨(電話)	5	4		542
3	大網白里市	特定健診未受診者に対する受診勧奨(電話)	3	4		353
4	勝 浦 市	特定健診未受診者に対する受診勧奨(電話)	5	4		851
5	市 原 市	特定健診未受診者に対する受診勧奨(電話)	5	4		611
6	九十九里町	特定健診未受診者に対する受診勧奨(電話)	4	4		563
7	長 南 町	受診勧奨値の者(治療中を除く)への受診勧奨(面接)	5	4	20	
		HbA1cが保健指導値の方への保健指導(面接)			2	
8	御 宿 町	特定健診未受診者に対する受診勧奨(電話)	5	4		633
9	白 井 市	特定健診会場における特定保健指導	4	4	18	
10	富 里 市	結果説明会の利用勧奨 (情報提供者のうちコントロール不良等の者)(電話)	5	4		140
11	香 取 市	特定保健指導(動機付け支援)における初回面接	5	4	14	
12	睦 沢 町	特定保健指導(動機付け支援)における初回面接	6	4	44	
		その他			17	
13	東 金 市	特定健診未受診者に対する受診勧奨(電話)	5	5		414
14	我 孫 子 市	特定保健指導の利用勧奨及び未利用者の指導(電話)	3	3		43
15	八 千 代 市	特定健診未受診者に対する受診勧奨(電話)	5	4		859
16	習 志 野 市	受診勧奨判定値の者への受診勧奨(電話)	5	5		223
17	木 更 津 市	特定健診(集団)の結果説明会での個別相談希望者	10	5	19	
18	旭 市	特定保健指導の利用勧奨及び未利用者の指導(電話)	5	4		182
19	鋸 南 町	特定健診未受診者に対する受診勧奨(電話)	5	4		521
20	南 房 総 市	特定保健指導(動機付け支援)における初回面接	5	4	13	
21	八 街 市	特定健診未受診者に対する受診勧奨(電話)	5	4		738
22	多 古 町	特定健診未受診者に対する受診勧奨(電話)	3	3		539
			108	89	147	7,799

二 支援市町数年度推移（主な依頼内容別）

支援希望市町は年度毎に増えている。支援内容は、当初、動機づけ支援が七町中六町と圧倒的に多かったが、徐々に未受診への受診勧奨が増え、平成二十六年では十二の市町が希望している。



特定健診・特定保健指導等支援事業に参加した会員の声を紹介します。

特定健診・特定保健指導等支援事業に参加して

管理栄養士 小澤 陽子

平成二十六年三月から在宅看護職等の会に加えて頂き、白井市の特定保健指導支援事業に参加しました。

白井市では特定健康診査の集団健診会場で生活習慣問診の回答・腹囲・血圧値でメタボリックシンドロームに該当する可能性の高い方に対して保健指導を行います。私はこの面談の業務に携わりました。後日、血液検査の結果によりリスクが追加し継続支援の対象となる方には、早いうちに生活習慣の問題点を自覚して頂くという点と、健診



白井市にて動機付け支援を行う筆者（中央正面）

を受けたままにさせないという点でとても良い方法だと思いました。国民健康保健の加入者で自主的に健診を受けるのは年

輩の方が多い傾向にあり、保健指導を受けることへの抵抗感を持つ方は少ない印象でした。若い世代と異なり近い将来に低栄養の問題もあり得るため、嗜好品に偏らずにバランスのとれた食事が摂れているか、身体活動量が不足していないか等にも注意しながら面談を行いました。受診者に感謝の言葉も頂いて、この事業に携われたことを嬉しく思いました。

特定健診特定保健指導等支援事業に参加して

吉野 貞子



今回初めての参加で、三か所の市町を受け持たせていただきました。業務は受診率向上を目的に電話で未受診者の現在の状況を確認し、参加を促すものでした。感想として、担当者から関係資料をいただき、説明を受けてかわるものでしたが、対象者の顔の见えない中で健診を促すことの難しさも感じました。特に行政に対する不満をこの際ということで話す人がいた時は、各担当者の事業や住民への周知に向けた努力や工夫を無駄にしないように伝えたいと思いながらも自分の知識不足や認識不足で十分に説明できるかなという懸念をもちながら関わった気がします。案ずるより産むがやすしではありましたが、今後も健診を通した健康づくりに向け、行政への信頼をもって進められるよう援助していきたいと思いました。

「保健指導に役立つ」

糖尿病の最新知識」

「健診結果を踏まえて生活習慣を見直す」

講師：公益財団法人ちば県民保健予防財団

総合健診センター副センター長

内科・循環器科医師 角南 祐子氏



平成二十六年五月十五日（木）千葉県国保会館で開催された第一回業務研修会に参加しましたので、内容を報告します。

二 全身性びまん性に動脈硬化を起こす厄介な疾患

軽度の肥満でも糖尿病になり易い。誰でも食事をするとき食物中の糖分が吸収されて血糖値は上昇される。この時健康な人はインスリンが働いて二〜三時間後には正常値（ 100 mg/dl ）に戻り 140 mg/dl を超えることはない。この値を超えてしまうことを食後高血糖と言う。空腹時血糖値だけではなく食後二時間値と HbA1c 値を同時に診る必要がある。

合併症の有無を診断する為に一〇項目（眼底所見・尿たんばく・腎機能・微量アルブミン尿・血算・血清脂質・肝機能・胸部X線・心電図・血圧）の検査が必要である。眼底検査により失

一 増え続ける糖尿病

図1・図2参照

膵臓の β 細胞機能の低いアジア人（日本人含む）は、昔農耕民族であった為、必要以上にエネルギーを蓄える必要がなく、少量ずつのインスリン分泌で体調を維持してきた。欧米人と違い膵臓が小さくインスリン分泌機能も低い為食後高血糖を起こしやすい。また、



図1

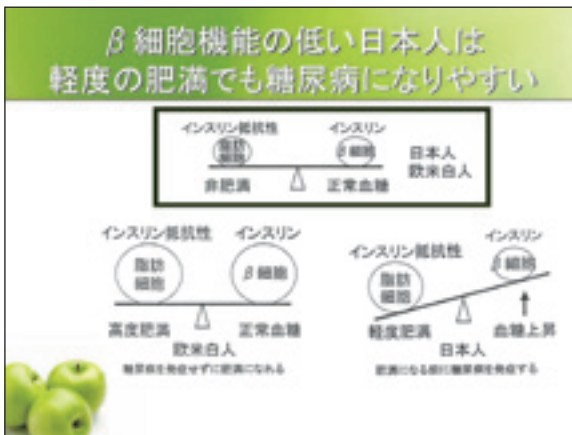


図2

・患者さんが感じる症状



・周りの人にもわかる症状



三 低血糖の症状

図3参照

明原因第1位である正常圧緑内障をみのがしたくない。また心電図検査によりアテローム血栓性脳梗塞・ラクナ梗塞・心原性塞栓症を早期発見・治療すれば治療効果が高い。

図3

四 低血糖になったときの対応

- ・すぐに糖分をとる。(ブドウ糖が一番いいが、なければジュースや角砂糖でもいい)
- ・できれば血糖値をはかる。

五 食事と体重管理のポイント

- ① 一日の摂取エネルギーを適正範囲にインスリンの必要量を減らして臍臓への負担を軽くする。
〔腹八分目〕〔避けよう揚げ物・油もの〕〔食材に注目！カロリーとコレステロールに気を付けて〕
- ② 栄養バランスのとれた食事を規則正しく肥満を予防し、治療効果を高める。
- ③ ゆっくりと、時間をかけて血糖値を急げない食べ方を心がける
 - ・野菜から食べる、炭水化物は最後に少量。
 - ・食物繊維の多い食事と同様に食後の高血糖や中性脂肪の吸収を抑える。

六 糖尿病の運動療法

- ① ブドウ糖・脂肪酸の利用を推進し、インスリン抵抗性（インスリンの効きが悪い状態）を改善する効果がある。
- ② 強度は、運動時の心拍数が一分間一〇〇～一二〇拍以内、自覚的に「きつい」と感じない程度とする。
- ③ 歩行運動では一回一五～三〇分間、一日二回、一日の運動量として男性九二〇〇歩、女性八三〇〇歩以上を目標とする。

- ④ 一週間に三日以上実施するのが望ましい。
- ⑤ インスリンやSU（スルホニル尿素）薬を用いている人では低血糖に注意する。

研修を終えて

今年四月に日本人間ドッグ学会と健康保険組合が共同で設置した小委員会が健康診断検査二十七項目の「基準範囲」の中間報告が出された。今回出された基準範囲案は血圧、コレステロールなど多くの項目で現在の診断基準より緩めの数値となっていた。このことに驚きを隠せずにいる矢先の研修であったので大変よい学習の機会となった。指導対象者の皆様の検査数値を追うのではなく生活習慣を傾聴し、良きアドバイスをしたいと思っています。

君塚 雪子記

「育てにくさをかかえた

母子への支援」

「乳幼児健診等を通し、安心して子育てできるよう支援するには」



講師 臨床心理士

寶川由美子氏

平成二十六年七月二十六日（土）千葉県国保会館で開催された第

二回業務研修会に参加しましたので内容を報告します。

一 目立たないけど、とっても大事なんです。

（一）乳幼児健康診査の意義

乳幼児相談や育児相談は地域の子供とその家族に出会うチャンスであり、子どもの疾病や発達の異常などを早期発見するとともに、適切な育児指導などによる不安解消することにより、子どもの健全な発育や発達を促進する。

（二）育児相談の意義

- ① 全ての子供と親に労いと祝福を伝える事は大きなサポートになる。
- ② 子どもの成長及び養育状況等を確認し、「きずな」を育てるための介入が必要か、想定していない出来事が生じていないかを判断しサポートする。

二 子供と向き合う視点

「ふつう」の発達を理解した上でみる事、子供の置かれている現状を把握し子供を人生の流れの中で捕える事が大事です。微妙な遅れを感じる時、「大丈夫ですよ、もうちょっと様子をみましょう」と投げかけると、親は大丈夫という言葉を聞き大丈夫としてしまふ。

相手にきちんと伝わるように話さないと、後々の専門的支援が遅れてしまったりする事につながる。

三 育てにくい子供、育てにくいと感じている親

育てにくい子ども

- ① 土台には、個性や、子どもの気質の違いがある
- ② 「手のかかる子」「時間のかかる子」
- ③ 親子で歯車の速さが違う、逆回りなど愛着形成が不十分

気質のとらえ方

- ① 活発さの高低
- ② 周期リズム（食事、睡眠、排泄）の規則性
- ③ 興味の持ち方、接近や回避のしかた
- ④ 環境の変化への順応（慣れやすさ、にくさ）
- ⑤ 感情の表出のしかた（反応の強さ）
- ⑥ 普段の機嫌のよさ（気分のあるりよう）
- ⑦ 敏感性（刺激や変化に過敏・鈍感）
- ⑧ 気の散りやすさ（外からの刺激に妨げられるかどうか）
- ⑨ 注意の範囲と持続性

育てにくいと感じている親

- ① 愛着形成のための母親の感性はどうか（感度の良さ・悪さ、受容・拒否、協調性・介入干渉、近づきやすさ・無視）
- ② 親子の関係が条件付きになっていないか
- ③ 親の育児不安や緊張はどうか
- ④ 子どもの持つ特性で育てにくくないか
- ⑤ 親が、子どもの成長についての不安や子どもの問題（疾患や障害）の否認はないか

⑥ 親自身の過去の愛着に関連した心的外傷体験や未解決の問題が残っている場合、子どもへの不適切な養育になりやすい

四 支援者としての不可欠な視点

（一）親と関わるときに：

- ① 母親を育児の主体者という役割から阻害しない
- ② 指導ではなくて、パートナーシップで支える
- ③ 「困った親」は、「困っている親」である
- ④ パーフェクトでなく、グットイナフマザーが基本
- ⑤ 親も子も、「ありのまま」を「あるがまま」に受けとめる
- ⑥ ストレスの受け方は個人差がある
- ⑦ 親自身の性格や行動特性に配慮する
- ⑧ 裏に潜む不安や不信は、不満に急変する

要注意！ 聞き手サイドの思いこみや否認

（二）『特記すべき』とき

- ① 過保護、過干渉な関わりがある
- ② 虐待の疑いがある
- ③ 親の精神的な安定度をみる
- ④ 経済的、家族構成的な要因、精神疾患のあるとき

（三）『ここに寄り添いながら』関わるには

- ① 関わるときの距離が大切
- ② その人の力に合わせて、スペースを与えること

※講演の後、二事例（児の発達に遅れがあるのに母が問題意識を感じていない事例、児の発達には問題ないが母親の訴えが多く精神的に不安定な事例）を設定し、それぞれ会員が保健師役と母親役に扮しロールプレイが行われました。講師からの助言として、不安をたくさん持っている人には一つの不安に絞る、それを軽減して帰すことが良い。また、複数の不安を一つ

に絞りにくい場合、五つの不安を六つにしてはいけないが五つで帰すのは良い、ちょっと軽減させてあげる事が良いと話されました。



以上の内容を、省略した箇所はありますがユーモアを交え話していただき充実した研修でした。これからの健診業務に生かしていきたいと思えます。

長野 弘子記

在宅看護職等の会視察研修報告

大 録 麗 子

隔年で実施される在宅看護職等の会の県外視察研修は、今回は、埼玉県「青空会」との交流会でした。青空会は、県を四つに分け其々のブロック毎に、自分たちにとって有益な情報や知識を、自由な発想で計画し学ばれているとのこと。介護用おもつは乳幼児のそれよりむしろ市場が大きく種類も豊富、そこで研究開発に携わっている企業の担当者から直接お話を聴いたり、或いはおいしいお茶の飲み方を本場の茶師から教わったり・・等私も聴いてみたいと思う内容ばかり。わが千葉県も研修会場が遠すぎて参加しにくいとの意見も会員の皆様からいただいております。役員会で、ブロック毎の研修も検討してみようとの意見が出たばかりでした。将来に向け活発な「まきの会」の活動をささえていく研修のあり方を検討していけたら・・と思った交流会でした。

楽しみだったのは一日目昼食の川越名物のいも膳のさつま芋料理。一度は賞味していただきたいですね。

埼玉県国保連合会の職員の方々の暖かい気配りのもと、埼玉県「青空会」会員の方々と有意義な情報交換することが出来、また、研修に参加された「まきの会」会員の方々と親睦を深めることが出来、とても充実した研修でした。



青空会の方と有意義な話し合いが出来ました



平成二十七年二月七日（土）に千葉県青少年女性会館において開催された第三回業務研修会について報告します。

「高齢者における

摂食障害とその予防」

～窒息・誤嚥性肺炎・低栄養等を予防し、健康な生活を送るために～

講師 東京歯科大学摂食・嚥下リハビリ

テーション・地域歯科診療支援科

准教授 石田 瞭氏



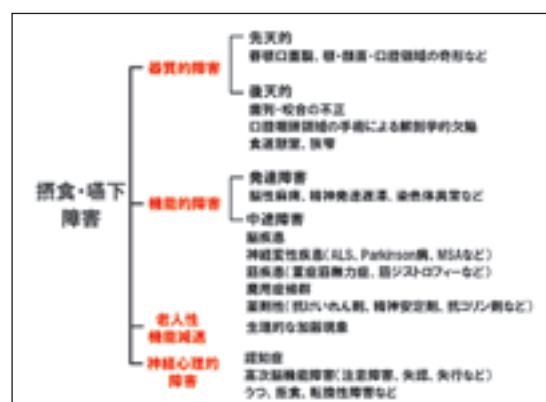
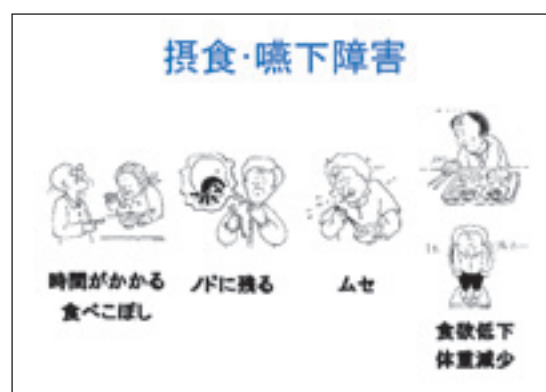
石田先生は、外来診療の他、病院から半径十六kmの範囲（市川・八千代・市原）で訪問診療にもご活躍です。

いつまでもおいしく食べたいーというのは何気ないことで元気な時には気づかないけれど、実は大変なことです。できるだけ食べ物を口からとるといことは、単に栄養をとるだけでなく、楽しみになったり日常の生活リズムを作ったり、行事や嗜好等で変化をもつ食事をとることになり、たとえ摂取量は少なくとも「その人らしくいる」ことにつながる大切なことです。

一 摂食・嚥下障害

脳疾患など後天的障害所以のものが多数

誤嚥は健康な人にもおきている。咀嚼してひ



摂食・嚥下リハ (最低限留意したい項目)

1. ポジショニング(姿勢)
2. 食形態
3. 一口量・ペース
- +
4. 口腔ケア
5. 余裕があれば・・・間接訓練

用として、近年、「地域医療の会」が盛り上がりを見せている。

二 摂食・嚥下リハビリテーション

まずは食べ物を使わない筋トレのような基礎訓練をして、次になるべく早い時期に食べ物を使う直接訓練へ移行することが大切。

① ポジショニング(姿勢)

お腹や腰の折れ目に注意して足や腰にクッション等を挟み、首がやや前屈になるように調整するとよい。

② 食事の形態

食事の硬さは個々の状態により工夫が必要だが、食欲をアップさせる方法の一つとして、見た目は食材の形があるのに箸などをあてるとホロツとくずれる「ソフト食」「摂食回復支援食」というのがある。

また、利用者のムセが始まるのは水分補給のときからなので、初期の摂食嚥下障害のある方であれば少しトロミをつけるだけでよい場合もある。

③ 一口量・ペース調整
 少しずつしっかり飲み込むのを確認しながら安全に行うのが望ましいことから、必要とする栄養量は取れない場合もある。

三 口腔ケアの大切さ 就寝前が重要

二〇本以上自歯を有する割合は年々増えてきているが、四ミリ以上の歯周ポケットを有する者の割合もまた同様に増えている。近年はインプラントの技術も進んでおり自歯と見間違ふほどだが、自歯より炎症を起こすことも多い。誤嚥性肺炎の原因は、食べ物や胃食道逆流症の他に就寝中に汚れた唾液を呑み込むことにより発症が見られるので、就寝前の口腔ケアは大切である。手入れの方法として一本でも自歯や残根があれば、柔らかい布ではなくブラシを使って清掃することが望ましい。

四 基礎訓練の紹介

がるぶ(ごくつと飲み込む)トレーニングや「ちば☆はつきりことばエクササイズ」などで、呼吸法や口↓舌↓ほほ↓のどの訓練をすることは食

事をスムーズにし、誤嚥性肺炎の予防にもつながる。
 時間をかけながらも食べたいと思うものを食べられることを長く続けられるように、今後地域で支える体制づくりができればよいと思うとのことでした。

おわりに

講演後には「歯あわせ体操」のDVDを見ながら、舌と顔面体操、唾液腺マッサージやバタカラ発声をやりました。
 元氣だと思ふ時期からの予防が大切なのでおしゃべりに体操に口腔ケアをして、いつまでもおいしく食べたいものです。

遠藤 成子記

摂食回復支援食とは通常の食事を取る事が難しい方の食べる機能と栄養状態の回復を支援するための食事です。

摂食回復支援食

語源:「I eat」

食べる楽しさと
いきいきとした生活を
提供します



1. ポジショニング

基本は正中位です



①椅子に深く腰掛ける
②胸の中心と口の中心を一直線にする
③肩、肘、手関節、腕関節を一直線にする
④あごを引く

①寝床にベッドの端から位置を合わせる
②お尻が足元にずれないようにする
③胸の位置がずれないように肩はクッションで支える
④背中や手足を伸ばし上げないようにする
⑤あごが引けるように顔の裏を調整する

3. 一口量・ペース調整

目安

- 多すぎず少なすぎず
- スプーンの先のほう半分位の位置にのせる

ねらい

- 適切な一口量によって誤嚥・嚥下残留を減らす

注意事項

- 1回嚥下した後、口の中(舌の上)に残留している場合は、一口量が多いと判断する
- むせる混声になる場合は一口量の変更を考慮する

2. 食形態

主食

常食(並食)
 全粥 …… 嚥下力の弱い人用
 (7・5・3分) …… 胃腸の弱っている人(胃・十二指腸潰瘍等)
 ミキサー粥
 流動食 …… 口から食べられない人が鼻腔から

副食

常食(並食)
 一口大 …… 噛み切れない・箸で切れない
 きざみ食 …… 嚥下力の弱い人用・硬い物なし
 極きざみ食 …… 嚥下力のとても弱い人用・硬い物なし
 ミキサー食 …… 嚥下力の弱い人用・硬い物なし
 濃厚流動食 …… 口から食べられない人が鼻腔から



歯あわせ体操

平成二十六年 千葉県在宅看護職等の会会員状況 調査アンケートまとめ

一 目的

会員の具体的活動状況を把握し、会の果たす役割を明らかにし、今後の活性化について検討する。

二 調査年月日

平成二十六年六月二十五日～七月二十六日

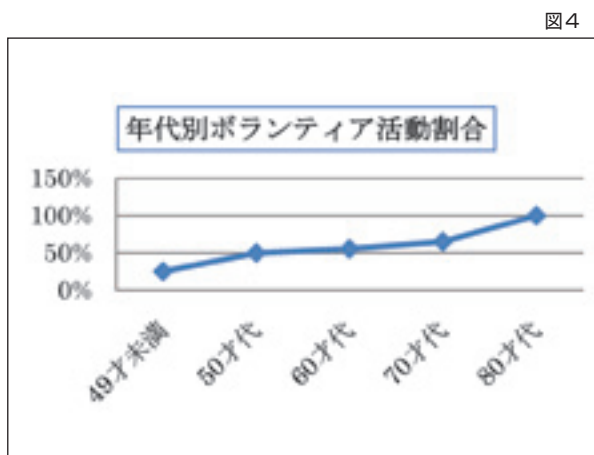
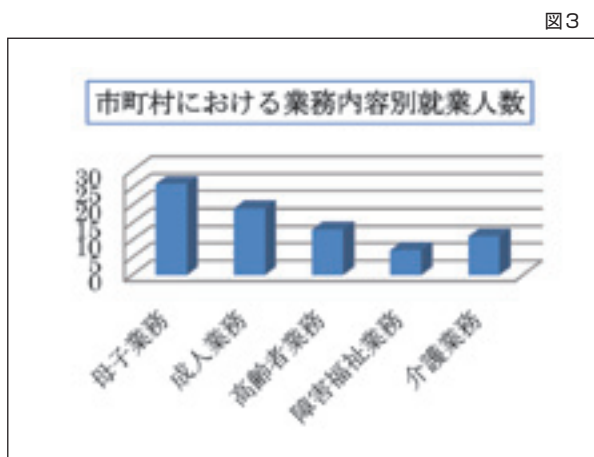
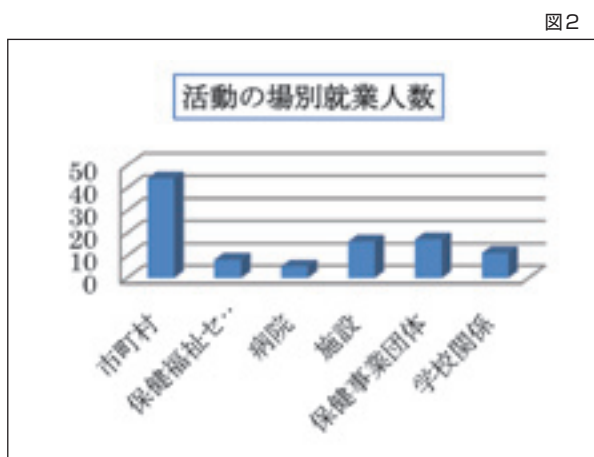
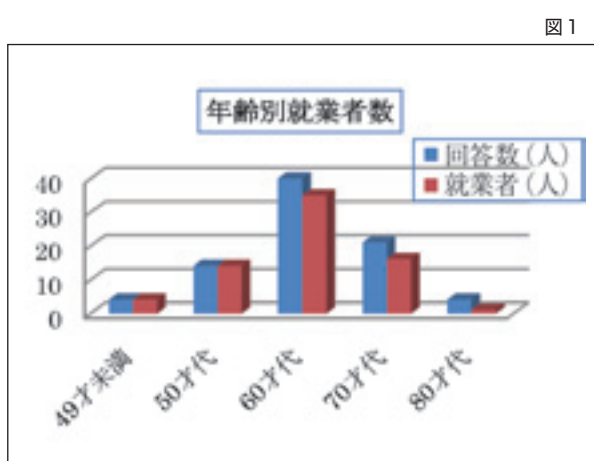
三 調査対象者

調査対象者…二二一人

回答者数…八四人

四 調査結果

(一) 年齢構成



(二) 就業状況について 図1

四十九才未満四人、五十才代一五人、六十才代四〇人、七十才代二一人、八十才代四人

① 就業している人は七〇人（八四・三％）、就業していない人一三人（一五・七％）で八割以上の人が就業している。

年代別にみると、四十九才未満四人中四人（一〇〇％）、五十才代一五人中一五人（一〇〇％）、六十才代四〇人中三五人（八七・五％）、七十才代二一人中一六人（七六・二％）、八十才代四人中一人（二五％）で、七十才代でも七割以上の人が就業している。

② 活動の場（複数回答）

活動の場としては、（市町村四四人・保

健福祉センター八人・病院六人・施設一五人・保健事業団体一七人・学校関係一人）となっており、五二・三％の人が市町村に勤務している。図2

市町村に勤務する四四人の内訳は、（複数回答…母子業務二六人・成人業務二一人・高齢者業務一三人・障害福祉業務七人・介護業務一人）となっており母子業務が一番多い。図3

(三) ボランティア活動について 図4

ボランティア活動している人は四五人（五三・六％）で、活動内容としては、高齢者から母子関係、町内活動と多岐にわたっている。年代別にみると年代を重ねるにつれて高くなっている。

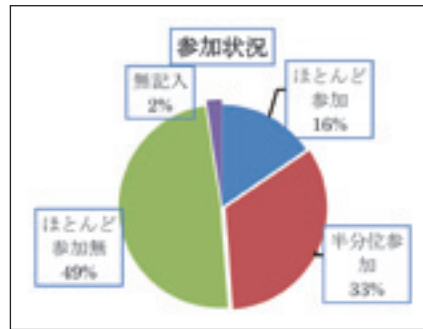
(四) 今後の保健事業の協力について

① 参加状況

ほとんど参加十三人、半分位参加二十八人、ほとんど参加なし四一人、無記入二人ほとんど参加しなかった人が半数近くになっている。

② 参加しなかった理由（複数回答）

日程が合わない三十八人、聞きたい内容ではなかった一人、会場が遠い四人、その他六人、無記入三十三人
その他には、多忙等があげられている。



(五) 会への意見・要望

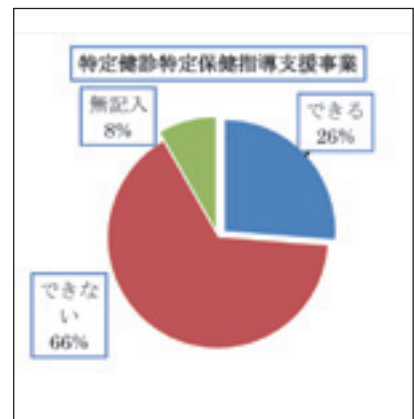
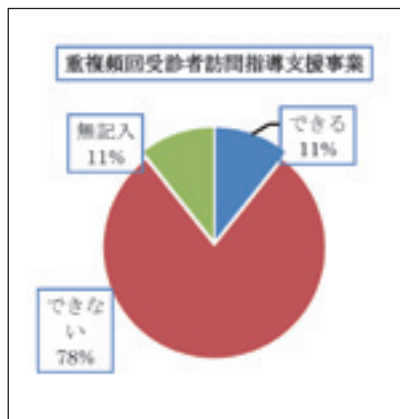
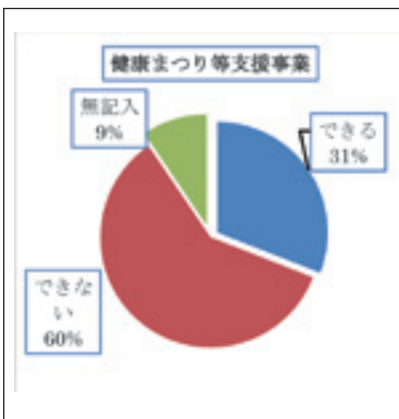
① 今後受けた研修

認知症はじめ高齢者関連の研修に関する要望が多かった。その他特定保健指導関連、カウンセリング、母子関連などもある。

② 会への要望

旭市、我孫子市、鴨川市、館山市、柏市の会員からはブロック別研修を望む声があげられていた。

(六) 今後の保健事業の協力について



【まとめ】

一 会が果たす役割

会が果たす役割としては、国保連合会保健事業に寄与し、県内の保健事業推進に向け、経験、知識を活かし地域に貢献していくことが重要課題である。

アンケート結果によると、会員は仕事やボランティア活動を活発に行っており地域の健康づくりに大いに貢献していると考えられる。ただ、国保連合会保健事業への協力に関しては、多忙のためか積極的な参加意向を示す人は多いとは言えない。今後も、事業協力については、研修や会報等で会員の理解が深まるよう図っていききたい。

二 今後の研修・情報提供について

高齢者から母子関連、疾病予防の最新情報、カウンセリング関連等様々な要望が寄せられているが、限られた回数の中で少しでも多くの会員の要望に応えられるよう検討し企画していく。また、国や県の新たな施策についてもタイムリーに伝えられるよう努力していく。

千葉市から離れた地域に住む会員は研修に参加しにくいと考えられる。アンケートでも、遠方に住む会員からはブロック別研修を望む意見があったので、今後の検討課題としていきたい。

三 会員の増員を図るために

会としては会員増を図るため、市町村への働きかけ・連合会ホームページの利用・会員のくちコミ等のPRをしてきた。アンケートによる意見を参考に、今後も非常勤職員への声掛け、退職職員への案内等働きかけを強化していきたい。

平成26年度千葉県在宅看護職等の会「まきの会」活動状況

1. 総会及び業務研修会

- 1) 日程：平成26年5月15日（木） 会場：国保会館 出席者38名
内容：基調講演 演題「保健指導に役立つ糖尿病の最新知識」
講師：公益財団法人 ちば県民保健予防財団 総合健診センター副センター長 角南 祐子 氏
- 2) 日程：平成26年7月26日（土） 会場：国保会館 出席者27名
演題：「育てにくさをかかえた母子への支援」
講師：臨床心理士 寶川 由美子 氏
事例をもとにロールプレイ及び意見交換
- 3) 日程：平成27年2月7日（土） 会場：千葉県青少年女性会館 出席者34名
演題：「高齢者における摂食・嚥下障害とその予防」
講師：東京歯科大学摂食・嚥下リハビリテーション地域歯科診療支援科 准教授 石田 暁 氏
在看会員による健口体操

2. 視察研修

- 日程：平成26年10月15日（水）・16日（木） 出席者13名
視察地：埼玉県国民健康保険団体連合会
内容：埼玉県在宅保健活動者の会「青空会」との情報交換及び交流

3. 特定健診・特定保健指導等支援事業

- 1) 研修
日程：平成26年6月6日（金） 会場：国保会館 出席者13名
内容：標準的な健診・保健指導プログラム（改訂版）、県内市町村における特定健診・特定保健指導実施結果、平成25年度特定健診・特定保健指導支援事業実績、平成26年度特定健診・特定保健指導支援事業等について説明及び情報交換
- 2) 支援内容等
日程：平成26年5月22日（木）～平成27年1月30日（金）
派遣数：在看会員と国保連合会保健師で、22市町に延べ108回支援を行った。
支援内容：①特定健診未受診者への受診勧奨 12市町
（東金市 勝浦市 市原市 八千代市 八街市 栄町 多古町 大網白里市 九十九里町 大多喜町 御宿町 鋸南町）
②動機付け支援における初回面接 4市町（白井市 睦沢町 香取市 南房総市）
③特定保健指導の利用勧奨及び未利用者の指導 2市（我孫子市 旭市）
④受診勧奨判定値の者への受診勧奨 2市町（習志野市 長南町）
⑤結果説明会の利用勧奨 1市（富里市）
⑥健診結果説明会での希望者への保健指導 1市（木更津市）

4. 健康まつり事業等支援事業

- 日程：平成26年7月6日（日）～平成27年1月31日（土）
派遣数：在看会員と国保連合会保健師で、7市町に延べ14回支援を行った。
支援市町：木更津市、野田市、鋸南町、習志野市、神崎町、四街道市、睦沢町
内容：生活習慣病予防ミニ健診での結果説明と保健指導、骨密度測定及び結果説明
脳年齢計測定と指導 体組成計測定と指導 血圧測定と保健指導等

5. 重複・頻回受診者訪問指導支援事業

- 支援保険者 九十九里町 支援回数2回

6. 関係機関研修会等への参加

- 1) 乳幼児をもつ現代の母親が感じる「困った行動・育てにくさ」の理解とその対応について（主催：千葉県市町村保健活動連絡協議会）
平成26年8月20日（水） 会場：千葉市保健所 出席者4名
- 2) 生活習慣病予防への挑戦（主催：千葉県市町村保健活動連絡協議会）
平成26年10月17日（金） 会場：千葉市保健所 出席者4名
- 3) 公衆衛生を担う保健師の人材育成（主催：千葉県市町村保健活動連絡協議会）
平成27年1月21日（水） 会場：千葉市保健所 出席者1名
- 4) 特定健診・特定保健指導の実施に向けた人材育成研修会（主催：千葉県医療保険者共同事業推進協議会）
平成26年9月29日（月） 会場：オークラ千葉ホテル 出席者2名

7. 会報「まき」の編集 第16号の発行

新入会員紹介

平成二十六年度

芝崎 江美子 池澤 文江
渡辺 路子 小関 宏子
中村 孝子 長谷川 喜美子
恩田 郁代

編集後記

三月の声を聞く頃になると、俄かに春の気配を感じるようになり心も浮き立ってきます。梅の花がほころび、桜の開花ももうそこまで来ているのでしょうか。

私は今年度、重複・多受診者の訪問指導という得がたい経験をさせていただきました。「重複・多受診の方には、軽い気持ちで病院受診を重ねているのではないか」という単純な思い込みを心から恥じました。お話を伺うと、痛みや苦しみから逃れるため、やむを得ず多くの医師の力を借りざるを得ない状況におかれている方がとても多かったということです。国保連合会での厳しいレセプト点検や、お薬手帳の普及等のおかげで、医療機関でも重複処方を避ける努力がなされるようになったり、治療の専門分化が進んで、同じ薬をあちこちで処方されることは少なくなっているという印象を持ちました。むしろ、この事業は、医療の狭間でもがき苦しんでいる方に光を当てることとなり、当事者や家族の思いに寄り添い支援していくという保健師本来の役目が求められている事業であるとの思いを強くしました。お目にかかった一人ひとりがその後どうされているのか案じられてなりません。是非在宅看護職の皆様のお力をお借りし、多くの苦しみの中にいる方たちをサポートする体制が整うと良いと思っています。

一年間の活動の集大成を収めた「まき」発行にあたり、日ごろより全面的にご支援・ご協力をいただいている千葉県国保連合会及び関係各位の皆様には厚くお礼申し上げます。そして、今後とも宜しく願っています。

（大録 麗子記）