会報 青森県在宅保健師の会
令和２年３月発行・第32号

「令和元年度都道府県在宅保健師等会全国連絡会」出席報告

会長　新井山 洋子

令和２年２月６日（木）東京都「全国都市会館」において開催され、39都府県から79名が出席しました。この連絡会は国保中央会が主催し、各都府県の在宅保健師等会の代表と国保連合会の担当者が集まり、最新の情報や活動のあり方などを共有することを目的に毎年開催され、本会からは千葉監事、事務局の大水主任主査と私が出席しました。

○主催者挨拶

国民健康保険中央会　理事長　原 勝則 氏

「在宅保健師等会の皆様は、地域住民として、かつ専門職として、無理せず楽しく継続して欲しい」

2040年を展望した全世代型社会保障計画による健康寿命の延伸の中で、一番大きな方策が令和２年４月からの「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」である。

今後、「通いの場」等の援助、普及、健康教育の実施などに地域住民として参加し、楽しみながら自分の健康保持をし行政と連携しながら進めて欲しい。在宅保健師等会の役割を果たすべき時が来たと考えている。

○都道府県在宅保健師等会全国連絡会会長挨拶

在宅保健師等会「あいち」　会長　丸山 路代 氏

今後始まる保健事業と介護予防の一体的実施により会の活動も変わってくるのでないかと思われる。課題は地域で様々だと思うが、楽しく持続的な活動を展開していただきたい。

○説明「保健事業を取り巻く国の動き」

国民健康保険中央会保健福祉部
主幹　小池 泰明 氏

「2040年を展望し、誰もがより長く元気に活動できる社会の実現を目指す」

2025年以降の現役世代の人口急減という新たな局面における課題への対応が必要とした上で、健康寿命延伸プランの予防を視点とした重点的な取り組みを展開し、2024年度までに高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施を全市町村で展開する。在宅保健師等会も「通いの場」等における医療専門職として健康教育・相談・健康状態等の把握などのコーディネーターとして関わって欲しい。

さらにマイナンバーカードの健康保険証利用をはかるため、2022年度中に概ね全ての医療機関等での導入を目指すなどが紹介された。

○講演「高齢者の保健事業について介護の現状から考える」

～医療専門職の果たすべき役割～

奈良県生駒市福祉健康部　次長　田中 明美 氏

奈良県生駒市（人口119､795人、高齢化率27.6％、要介護認定率14.2％）では、高齢者の機能を総合事業

で回復させ地域につないでいく仕組みにより効果を上げている。独自の体系図を考案し、平成27年度から総合事業を集中介入期（パワーアップPLUS教室）・移行期・生活期の３段階のメニューで実施している。

集中介入期（パワーアップPLUS教室）は、３か月間送迎し専門職やボランティアで機能回復を支援し元気になったら地域の「通いの場」へ帰る仕組みである。卒業した参加者は地域活動や一般介護事業ボランティアに約80%移行している。高齢者支援として、重症化しないよう事業や地域を組み立てている。

地域での「通いの場」として週１回「いきいき百歳体操」を展開。老人クラブ、自治会等と意義を共有し「手軽・身軽・気軽」を合言葉に地域力の向上を目指し、平成27年度２か所から現在79か所となり参加者が実人員1,000人を超える交流会を実施した。平成27年度以降、予防給付と総合事業の決算額が減ってきている。

在宅保健師への要望として、若手保健師に地域課題分析の考え方、事業立案など経験を生かしての提案や予算確保のための助言など時代が変わっても本質は同じなので市町村と協力し伝えて欲しいことが話された。

○事例発表

事例１「お元気ですか訪問、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」

大分県在宅保健師等「虹の会」
会長　日隈 桂子 氏

平成３年度設立、会員55名、令和元年度の後期高齢者医療広域連合委託モデル事業として、医療や介護につながっていない健康状態不明者への個別訪問事業を実施（対象者14名）。会の認知度が４割しかなかったが県セミナーでの結果報告後在宅保健師等への認知度が上がった。

今後の課題として国保連合会と市町村が連携した情報提供など関係機関とのさらなる連携強化が重要である。

事例２「神奈川県在宅保健師会『いちょうの会』の活動について～健康劇・特定健診等保険者支援～」

神奈川県在宅保健師会「いちょうの会」
副会長　斎藤 初代 氏

平成12年度設立、会員91名、神奈川県の健診等実施率の向上を目指し、特定健診・保健指導の電話での勧奨を行い、約30%が受診につながった。私達は地域の専門職として最新の知識を学びながら横のつながりを大事に楽しく活動していきたい。

○グループ討議・発表

高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施に対してどのようなことができるかなどのテーマで12Gに分かれ、活発な討議が行われた。国保中央会鎌形調査役から「在宅保健師等会の活動は少しずつ周知されて来ている。自分が住んでいる地域で何ができるのか今後始まる高齢者保健事業セミナーなど活用して欲しい」と講評があった。

（出席しての感想）

最新の情報や他会の活動状況を知ることができ有意義な連絡会でした。

参加した全国の会員の皆様はパワーが溢れていました。このような中で我が青森県在宅保健師の会の方向性を再確認でき、先輩保健師の皆様や青森県国保連合会の大きな支援を感じたところです。

「令和元年度東北地方在宅保健師等会連絡会議」出席報告

幹事　木村 亮子

12月５日・６日に仙台市「アパホテル（ＴＫＰ仙台駅北）」において、新潟県を含む東北７県の在宅保健師等会の代表者53名が参加し開催されました。本会から新井山会長をはじめ、北山副会長、三和幹事のほか事務局を含む７名が参加しました。

１日目

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

震災時、南三陸町にあった公立志津川病院に勤務。職員３名のほか入院患者106名中71名が死亡する壊滅

的な被害を受けた。発生時から町医療総括本部責任者として「災害関連死をいかに減らすか」「平時の医療体制に戻すこと」を念頭に指揮した。「医療支援チーム撤退」のタイミングは①医療の安定化（急性と慢性疾患の割合が平時に戻る、薬の安定供給等）②地元医療機関の再開③患者の足の確保が整った時であり、早期撤退（５月14日）実現の要因は、情報の共有一元管理、指揮系統の一元化、マスコミへの取材協力、医療・保健・行政の密な連携、避難民とともに生活しながら地元医師が指揮したことであった。地域・災害医療には限りがあり、保健・行政との連携が不可欠である。平時より顔の見える関係が協力を可能にした。住民に対し、直接足を運び現場を見る保健師は重要な役割を果たした。

災害関連死の主因は呼吸器疾患と循環器疾患である。南三陸町では震災後、DCAPネットワークシステム（個人認証カードを用いた家庭血圧管理システム）と心血管リスク患者を対象にABPM（24時間自由行動下血圧測定）を併用した厳格な血圧管理を行い、現在までの脳卒中発症者は１名である。現在、元気高齢者を目指し予防、健康づくりを視野に、いきいき百歳体操の自主活動を支援している。

講演②「東日本大震災の経験から～防災・減災に女性の視点で取り組む～」

特定非営利活動法人イコールネット仙台
代表理事　宗片 恵美子 氏

2003年に男女共同参画社会の実現に向け設立。震災

後は避難所等で女性の視点から活動を展開した。避難所では男性のリーダーが多く、女性の声は届かない現状だった。活動等で把握した課題として、避難所の仕切りがない、セクハラ・暴力は非常時だから見逃される、保育園・高齢者施設の被災により、女性が子育て・介護の担い手となり失業し、経済苦に追い込まれる等があった。

2012年に課題等を提言としてまとめ、2013年内閣府「男女共同参画の視点からの防災・復興の取組指針」に盛り込まれた。2013年から2015年まで実施した「女性のための防災リーダー養成講座」受講者による仙台市女性防災リーダーネットワークが組織され、防災知識の普及や地域づくり等が行われている。

２日目

講演③「国民健康保険の動向と在宅保健師等会への期待」

国民健康保険中央会　調査役　鎌形 喜代実 氏

国の動向（全世代型社会保障検討会議）と都道府県在宅保健師等会に係る調査結果（会報Ｐ８参照）について説明があった。国保中央会では、在宅保健師等会の設立経緯や活動状況から、今後も在宅保健師は地域に必要な人材であると考えており、活動しやすい体制、支援をしていく。

情報交換（グループワーク）・全体会

テーマ：災害支援について

７グループに分かれて情報交換し、５つの保健師グループから発表があった。

（国保中央会鎌形調査役からの講評）

災害支援においては、傾聴、訪問など今までのスキルを活かせる内容が多く、健康の専門知識は不安な住民から求められる力であり、さらに皆様の経験や活動が活かせる場面があるのではないかと感じた。国保連合会、国保中央会でも在宅保健師の力を発揮してもらう仕組みづくりを検討する必要がある。今回の意見を参考に議論を前進させたい。

（感想）

情報交換会で釜石市の保健師から支援活動の際、自身も臨死体験したと聴き、「自分だったらどうしたかな？」と考えさせられました。夜の歓迎交流会では、宮城県の「やっぺえ！体操」を全員で踊り、盛り上がりました。心身ともに充実した２日間の研修でした。

雪の少ない今冬の青森市より路肩に雪の目立った七戸町で１月某日、静かに微笑む阿部ユミさんからお話を伺いました。北山副会長からの報告です。

１　保健師を目指したきっかけ

旧天間林村で兄２人、姉１人の４人兄弟の末っ子として生まれました。小さい頃は痩せて病気がちだったので病院を受診する事が多く、看護婦さんにとても親切にしてもらいました。その頃から看護婦さんに親しみを持っていました。

そんなこともあり、高校の先輩がいた国立弘前病院付属看護学校に入学しました。看護学校の寮生活は色んな経験が出来て面白かったです。看護学校の３年間、看護実習を通し「自分は看護婦という仕事は合わないかもしれない。保健婦がいいな」と考えこの道を選ぶ事になりました。看護学校では柴田さんは一級後輩です。また、公衆衛生看護学部では、若佐さんと同期でした。

２　保健師活動の体験を振り返る

昭和40年に県農地部開拓課上北地方農林事務所野辺地営農指導所に配置となり昭和45年の身分移管により七戸保健所勤務になるまで開拓地保健指導員として働きました。先輩保健婦と２人で野辺地、横浜、東北、六ヶ所の開拓地を担当し、舗装されていない悪道をヘルメット姿でバイクで走り回り、帰ると土煙で鼻の穴が真っ黒でした（笑）。また、冬は雪上車で仕事に行ったこともありました。昭和44年に結婚しましたが独身時代は、受胎調節の指導は先輩が頼みの綱でした。また、東北町の美須々地区の人たちには「（吉永）小百合ちゃんが来た」と言われ歓迎されました。

当時は、生活に密着した仕事が多く、簡易水道関係、季節保育所の開設や企画、栄養士と一緒にキッチンカーの計画などなど。泊りがけでスライドを持参し数か所掛け持ちしたあの頃は「おらほの保健婦」と呼ばれ充実していたと思っています。

昭和45年に開拓から七戸保健所勤務となりましたが抵抗なく職場に慣れる事が出来ました。七戸保健所には奥山さん、熊谷さん、苫米地さんがいました。いろんな事は忘れましたが、アルコールのケースが亡くなった時は自分の関わり方を深く考え悩みました。でも結核の患者さんでなかなか来てくれない人が自分が関わった事で受診してくれた時はとても嬉しかったことを覚えています。東北町駐在の時に、大同生命の医学助成研究にアルコール関係で応募し、助成金を活用して沖縄へ研修旅行したり、活動に必要な冬用の長靴やジャンバーを購入するなど楽しく働く事が出来ました。また、冬道で車が一回転するなど怖い思いもしましたが、その頃は全然苦労と考えませんでした。2003年（平成15年）に退職するまで派遣、駐在、総務企画室など情勢の変遷とともに歩みましたが楽しく仕事が出来ました。

３　後輩保健師に伝えたいこと（メッセージ）

今、自分は七戸町で障害者相談員、手をつなぐ育成会の事務局長として地域に少しでも役立ちたいと活動しています。後輩の保健師たちを見ると複雑な現状の中でよくやっていると感心しています。自分のモットーは「どうせやるなら楽しく仕事を」です。後輩のみなさんも自分で選んだ仕事ですから楽しく仲間と力を合わせて働いていて下さい。

４　在宅保健師の会に期待すること

看護学校のクラス会を毎年実施していますが年々人数が減って寂しくなりました。

在宅保健師の会の総会に行けば、仲間に会えるのでとっても楽しみです。やはり会の存在は必要だと思っています。

年に１回でも顔を合わせてお互いに元気であることを分かち合う事は大切だと思います。一緒に私たちの会を盛り上げて行きましょう。

５　取材を終えて

おだやかな笑顔としっとりした雰囲気を今でもそのまま持ち続けている阿部さん。静かにひとこと一言大事に話してくださいました。でもその内に秘める硬い意志を今でも持ち続けている事を感じました。

これからも私たちを導いてください。

令和元年度表彰受賞者の紹介

本 会 か ら 推 薦

越後秀さん

(1)　**公衆衛生事業功労者厚生労働大臣表彰**

多年にわたり健康増進や疾病予防等の公衆衛生事業のために献身的活動を続け(20年以上)、その功績が特に顕著であり、その事業に携わる者の模範となる個人または団体に対し、厚生労働大臣が表彰する制度。

越後 秀 氏（三戸町）

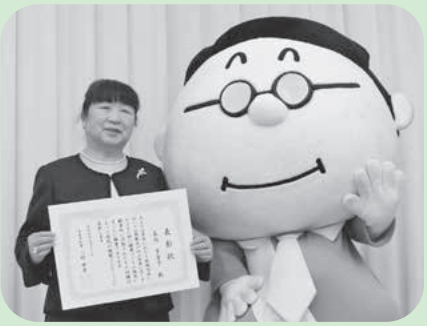
※新型コロナウィルスの影響により、２月26日東京都で予定されていた表彰式は中止となりました。

(2)　**青森県健康づくり事業功労者等表彰**

多年にわたり健康増進や疾病予防等の健康づくり事業のために献身的活動を続け（10年以上)、その功績が特に顕著であった個人または団体に対し、青森県知事が表彰する制度。

長内 多香子 氏（平川市）

表彰式　令和元年９月13日　青森市　ラ・プラス青い森


長内多香子さん

コーヒーブレイク

<ゆかいな仲間たち旅行記>

幹事　三和 千枝子

昭和48年度採用保健所保健師の集まり。

メンバーは12名。毎年集まるようになったのは還暦から、２年に１回は長すぎると。

幹事は好きなように会場と日時を設定し、連絡する。（それがいい！）

家族のことはあまり話題にならない。

この頃は、病気と付き合って長生きできるための情報交換が中心である。

運動は大事だが、衰えを考えてホドホドに。（自覚、自覚）

避けられない病気だってある。早期受診、治療継続だよね。（んだんだ）

皆の顔を見て互いに自分は若いと感じ、酔いつぶれる人もいれば裸になる人も？

今年は多くのメンバーが古希になる。場所は下北かな。楽しみ。

令和２年度総会並びに研修会のご案内

日　時：令和２年５月28日（木）10時30分～14時30分

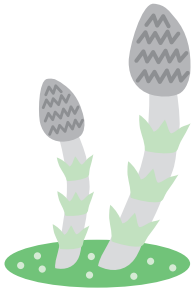
場　所：ラ・プラス青い森　２階　「メープル」

内　容：〇令和２年度総会

〇研修会テーマ：「防災力を高めよう！（仮題)」

講　師：能登 富枝 氏（防災士）

〇交流会・情報交換会（グループワーク）



会員の活動報告

1 令和元年度青森県新任等保健師育成支援事業（トレーナー事業）

今年度のトレーナー事業は６市町（トレーナー保健師８名、149日間）２保健所（トレーナー保健師２名、32日間）で実施しました。

今回は、町村合併以降はじめて保健師全員が本庁舎の同じフロアに配置されて活動しているおいらせ町の新任保健師と指導保健師、トレーナー保健師の川村悦子会員から声を届けていただきました。

＜トレーナー保健師：川村 悦子 会員＞

退職する時に再任用をしてほしいというような話をされたが、趣味三昧を決めていたためきっぱり退職した。なぜか罪悪感が残った。

あれから４年間、趣味を活かした生活を満喫していた。その私が突然一本の電話でまた保健師に戻ろうとは、今になってもなぜ引き受けたのかは不明である。

おいらせ町は、地域も役場保健師も知っている。派遣保健師として数年勤務していたこともある。私で本当にいいのか？と思いながらも、どちらかというとわくわく胸を躍らせて出かけてしまった。そして役場の保健師に大歓迎され、調子にのってしまった。

そういえば現役時代はこの事業の担当だった。急いで渡された資料をむさぼるように読んだ。あの時とあまり変わっていないような感じを受けた。（実際は変化していた）よしいける！と思ったが、いかんせん「人見知りであり、自己否定感が強い」という性格だったことが頭をよぎった。そして新任保健師と会ってみると年齢差40歳！大卒！で可愛い！これで対等に話ができるのか不安のスタートだった。やはり、なかなか顔を見て話せないとか、質問されたらどうしようとか、モヤモヤする不安を持ちながら最初は出かけていた。そうしてようやく慣れたころで終了した。本当にこんな私でよかったのかな。新たな罪悪感を感じた。（そんな貴女が良かったのです!!：事務局）

**＜新任等保健師：おいらせ町環境保健課
健康長寿推進室保健師：川島 優花 さん＞**

トレーナー保健師の川村さんに支援していただいた時間は非常に貴重な時間でした。訪問までの道中では、業務を行う上での疑問や自分自身の不安をたくさん聞いていただきました。ネガティブな性格の私と、明るくポジティブな川村さんは対照的だったと思います。

一緒に行った訪問先では「固い！」と言われることもありましたが、「できているから大丈夫だよ」と励ましてくださることもありました。訪問先では川村さんのユーモアあふれる話し方に自分も楽しませていただきましたが、訪問後のカンファレンスでは、私にはない広い視点で対象者やその周りの環境を観察していることを知り、いつも驚くと同時に経験の差を感じさせられていました。そして川村さんは「活動の根拠を知ること、経緯を知ることが大事」といつも口癖のようにおっしゃっていました。これを肝に銘じ、私も後輩ができたら言い伝えていきたいと思います。

最後に、トレーナー保健師を引き受けてくださった川村さん、大変ありがとうございました。トレーナー事業を受けさせてくださった先輩方、国保連合会の皆様、県や保健所の先輩保健師の皆様にも

上列左から
　川﨑主任保健師、蛯名主任保健師、柏崎主任保健師、二本柳主任保健師、清水保健師
下列左から
　柏崎環境保健課長、川村トレーナー、川島保健師、昆健康長寿推進室長

感謝申し上げます。保健師１年目を卒業するにはまだまだ課題が山積みですが、２年目には地域の保健師としてもっと力強く活動していきたいです。

＜指導保健師：おいらせ町環境保健課健康長寿推進室主任保健師　川﨑 真由子 さん＞

おいらせ町では、新採用保健師１名を迎え、今年度初めてトレーナー事業を活用させていただきました。

今年度４月からの民生三課のワンフロアー化により、分庁舎から本庁舎に引っ越しをして、落ち着かない中での指導スタートになり、トレーナー保健師の川村さんには、大変ご負担をお掛けしたことと思います。

新任の川島さんは、母子保健事業の町内全地区の妊産婦及び新生児訪問指導事業の担当をしていることから、トレーナー事業を通じて「地区」を知るために、「一川目地区」を重点的に家庭訪問しました。ケースや地区組織の方々への家庭訪問を通じて、地域の声を聴くノウハウや地域の特徴の捉え方、視点等、丁寧にたくさんのアドバイスをいただきました。経験豊富な先輩と過ごした時間は今後の保健師活動において大切な財産になることと思います。

お陰様で川島さんは一生懸命業務に取り組み、１年目とは思えないほどしっかりとしていて２年目以降も大変楽しみな存在です。

これからもトレーナー事業での学びを生かし、様々な経験を通じて、私達も含め一緒に成長していければと思います。

結びに川村さんをはじめ、国保連合会及び県、保健所の担当者の皆様には大変お世話になりました。ありがとうございました。

2 「第17回日本ヘルスプロモーション学会　学術大会」報告

～つなぎ続けるヘルスプロモーション　活動継続の力　実践活動報告～
「青森県在宅保健師の会の取り組み～地域づくりへの在宅保健師の役割～」

令和元年11月16日・17日、日本ヘルスプロモーション学会学術大会が青森市で開催されました。当学術大会は平成15年に東京で第１回が開催されて以降毎年継続開催されており、今回青森での開催は第４回（平成18年）に続き２回目となるもので、大会２日間を通して学会関係者等140名超が参加したほか、本会からも会員８名の参加がありました。

今回の学術大会開催にあたって、本会も後援しており、大会２日目に行われたパネルディスカッション「つなぎ続けるヘルスプロモーション　活動継続の力　実践活動報告　地域～在宅～職場～学校」では、新井山会長がパネリストの１人として会の活動を発表しました。パネリストそれぞれの立場から健康づくりへ向けた取り組みについて報告された中で、新井山会長からは「青森県在宅保健師の会の取り組み～地域づくりへの在宅保健師の会の役割～」と題して、在宅保健師が保健師として生涯地域に果たす役割や保健師の知の伝承を担う存在であること、またこれからの地域の健康づくりに大いに寄与する重要な存在であり、本会はその機能を担っていると発表されました。新井山会長の聞く人を惹きつけるプレゼンテーションに会場から笑い声が溢れ、参加者の心に残る発表となりました。

学会全体を通し、ヘルスプロモーションの観点からの様々な取り組みが発表され、また、どの演題も興味深く内容の濃いものでした。今回は青森開催ということで中路重之先生や椎葉茂樹先生など、本県の公衆衛生を牽引してきた方々からの講演もあり、青森県で健康づくりに取り組む関係者を励ます内容の学術大会でした。

お知らせ

「都道府県在宅保健師等会活動調査結果」(概要)について

令和元年９月に国保中央会が実施した、全国の在宅保健師等会の活動状況の調査結果についてお知らせします。

項　目	回　答　状　況
設置状況	設置あり：40都府県、設置なし：７道県【北海道、山梨、徳島、愛媛（活動は継続)、佐賀、熊本、沖縄】
会員数	3,707人【前回（平成29年度）調査時より96名減少】
職能別	保健師81.1%、看護師9.1%、その他（栄養士、歯科衛生士など）9.9%
会費徴収	あり　17団体、なし　23団体
保険加入	あり　34団体、なし　６団体
主な活動	総会、役員会、研修会、会報誌の作成、市町村の特定健診・保健指導に関する事業、地域活動（サロン等)、後進育成　等
災害の活動	県との災害協定あり　２団体、支援策あり　６団体、 直近２年間に支援依頼あり　６団体
活動の課題	会員の高齢化と減少（28団体)、活動参加者の減少・固定化（21団体）
新規会員拡大に向けて取り組んでいること	個人へ呼びかけ、会報・チラシを配付、入会案内を送付、関係者が集まる場で周知、ホームページを活用など
手応えのあった活動	特定健診受診勧奨11団体、健康劇・紙芝居８団体、地域活動（サロン等）６団体

「地域の保健福祉活動」助成団体の募集について

会では会員が身近な地域で自主的に取り組んでいる保健福祉活動に少しでも手助けになればと考え、平成11年度から予算の範囲内で助成事業を実施しております。これまで18団体に活用いただいたところです。興味のある方は事務局までご連絡下さい。

第４回役員会報告

２月28日（金)、国保連合会８階会議室において、令和元年度第４回役員会が行われました。

今回は主に役員が参加した各種研修会の情報共有や、来年度の総会へ向け、今年度の事業実績や次年度の事業計画の他、総会当日のグループワークのテーマの検討などが行われました。

また、今年度の新規会員加入促進に向け、活発な意見交換がされました。

募集しています!!

クラス会や、地域の活動、趣味、個人的な活動、旅行などなど･･･

「みんなに聞かせたいちょっといい話」ありませんか？

会報は会員皆様の交流の場です！いつでもお待ちしています！

編集後記

- 今年の青森は雪が少なく「今年は楽だな～」との声が聞かれる一方で、どこか物足りなさも感じた冬でした。
- そんな中、新型コロナウイルスの影響は世界中に広がり、世の中は落ち着かない春を迎えようとしていますが、役員会では新井山会長が「こんな時だからこそ私たち在宅保健師は元気にしなぐ（逞しく）いきましょう！」とあいさつし、在宅保健師が地域を元気にしていこうとする頼もしさを感じたところです。
- 春には新入会員を迎え、５月の総会・研修会では会場いっぱいに皆様の笑い声が響き渡ることを楽しみにしております！

青森県在宅保健師の会　＜事務局＞　青森県国民健康保険団体連合会　〒030-0801 青森市新町2丁目4-1　青森県共同ビル3階
TEL 017-723-1336　FAX 017-723-1095　E-mail kokuho@aomori.kokuhoren.jp