



愛知県在宅保健師会

第22号 令和2年10月

■発行 愛知県在宅保健師会「あいち」
名古屋市東区泉1-6-5
愛知県国民健康保険団体連合会内
TEL 052-962-1379

■発行人 丸山 路代

会長あいさつ

愛知県在宅保健師会「あいち」

会長 丸山 路代



今夏は連日の猛暑と新型コロナウイルス感染症とのダブルパンチで熱中症の疑いで救急搬送される人が急増しました。不要不急の外出を避け「ステイホーム」で、食事量の減少や身体活動の低下、社会性の低下から、フレイルの人が増えないか心配です。

新型コロナウイルス感染拡大により、本会の総会は書面表決となりましたが、皆様のご協力で総会は成立しました。ありがとうございました。

愛知県における新型コロナウイルス感染者数は七月以降急増しており、保健所をはじめ医療現場は対応に困難を極めています。保健所は、PCR検査陽性が判明すると、感染防止対策や今後の処遇についてきちんと説明するために家庭訪問等で、連日夜遅くまで走り回っています。私も、現職の頃、疫学調査の大変さを経験しているので現場での苦労がわかります。コロナ対策は先が見えず、感染不安を抱えての従事になるため、職員の心身の健康が心配です。現時点で本会への実働要請はありませんが、愛知県からの「新型コロナウイルス感染症対策における協力依頼」に十五名の応募がありました。

また、局地的な大雨により未だに避難生活を強いられている人たちがいます。台風シーズンを控え、避難所でのコロナ感染防止、健康観察・相談等、従来の避難所運営とは異なる対応が求められます。本会としても、今後支援体制を検討していきたいと思えます。

今年度の研修会は残念ながら全て中止となりました。他の事業はコロナの終息状況を見て対応していく予定です。こんな時だからこそ、会員の地域活動（サロンや健康教室等）情報を発信したいと思えます。役員会・委員会はテレワークで頑張ります。

私たちは、地域の人たちとの繋がりを大事にし、笑顔で過ごしましょう。

■ 会長あいさつ	1
■ 令和2年度在宅保健師会「あいち」通常総会「書面表決」結果	2
■ コロナ禍での役員会・委員会の取り組み状況	2

目次

■ 会員の活動紹介	
● 特技を生かした保健師活動	3
■ 就労アンケート結果 / お知らせコーナー / 退任役員 / 新役員紹介 / 新会員紹介 / 編集後記	4

令和二年度

在宅保健師会「あいち」

通常総会「書面表決」結果



令和二年度の通常総会は、新型コロナウイルス感染拡大防止の為に開催できず、議案については、郵送による書面表決を実施致しました。

会員の皆様のご協力により会員の過半数以上の投票数があり、総会は成立しました。

書面表決の結果

令和二年度四月三十日現在会員数
一三八名 投票数一〇四名
有効投票数九七名 無効投票数七名
(内訳 押印無六名 承認可否未記入一名)

有効投票者九七名全員から全議案の承認を得ることができました。

ご協力ありがとうございました。

なお第四・六条の改正については、議案説明にあるように、今後は事務局と本会が相互理解を深め事業の円滑な推進を図るために、事務局から副会長として役員会に出席したいとの提案があり、役員会においてもその必要があると判断し、今回書面表決で会員の皆様にお諮りしました。

コロナ禍での役員会・委員会の取り組み状況

新型コロナウイルス感染症に伴う行動自粛により、2月17日の編集委員会以降、会議はすべて中止となりました。その後の会の取り組みの概要は以下のとおりです。

年月	国・県の動き	役員会・委員会の動き	備考
R2年 1月	1/16 国内1例目感染者発生 以後連日感染者発生 1/31 WHO緊急事態宣言		
2月	2/14 愛知県内で患者発生 以後連日発生 2/25 厚労省クラスター対策班設置	2/17 編集委員会を開催 すこやか情報交換会中止のため、 直ちに電話等で令和2年度の従 事者を調整し確定作業を行う	2/26 名古屋市より3月の「すこやか 健康教室」中止との報告あり
3月		3/2 テレワークで編集委員会を開催 (会報21-2号校正) 3/16 テレワークで役員会を開催 (総会議案書、すこやか資料の検討) 3/30 会報21-2号発刊 「すこやか健康教室」資料に従事者に送付	3/25 事務局より総会中止と夏頃ま で研修会・会議等中止との指 示あり
4月	4/7 国は7都府県に緊急事態宣言 発出 4/16 緊急事態宣言全都道府県に拡大 愛知県は特定警戒都道府県に 指定 	4/6 テレワークで総会議案書の検討 総会中止に伴い議案説明書等の検討 4/20 テレワークで役員会・委員会開催 (議案書等最終確認) 総会資料修正文書を事務局と確認 4/30 総会資料一式会員に送付	4/3 名古屋市より5、6月「すこやか健康 教室」中止の報告あり 4/20 愛知県より、新型コロナウイルス感 染症対策における協力依頼あり (協力可能な応募者15名) 4/24 事務局より書面表決実施を示 唆され、それに伴い会則改正 の指示もあり
5月	5/25 緊急事態宣言解除		
6月		6/8 テレワークで編集委員会開催	
7月	7/22 GoToトラベルスタート (東京除外)	7/27 テレワークで研修委員会開催 テレワークで編集委員会開催	
8月	8/6 愛知県緊急事態宣言 発出	8/17 テレワークで編集委員会開催 (会報22号の校正・22-2号の検討)	8/4 名古屋市より、「すこやか健康教室」 年度内中止の連絡あり 8/13 事務局より年度内の研修中止の指 示あり

「特技を生かした保健師活動」

〜 童謡をオカリナで伴奏 〜



今回は、会員の久保仁美さんが趣味の「オカリナ」を使って施設訪問を行っている様子を紹介します。残念なことに、コロナ禍であったので書面と電話での取材をしました。

● オカリナを始めたきっかけは？

友達に誘われてオカリナ教室に参加し、その音色の魅力に惹かれた。日頃、教室の先生からボランティア活動を勧められており、たまたま七年前に前任の保健師からケアハウスの健康教室を引き継ぎ、現在に至っている。

● どの様な方法で実施しているの？

蒲郡市のケアハウスで月一回、午後二時間程行っている。

参加者は五名程度(男女半々)で七五歳以上の方が集まってきている。

● どんな内容で行っているの？

- ・季節に応じた健康の話
- ・椅子に座って出来る健康体操
- ・誤嚥予防のお口の体操
- ・オカリナの伴奏で歌を唄う
(毎回童謡を二曲)
- ・血圧測定と個別相談



● 参加者の反応はどうですか？

「昔歌った歌だね」と昔を懐かしむ声が聞かれたり、歌詞カードを見て、「改めて歌の情景を思いながら歌える」等、楽しい時間を過ごしてもらえていると思う。

参加者の状況をみてテンポを合わせているので、歌の苦手な方も聞いているだけでなく、伴奏に合わせて声を出すことができ、無理なく自由に声を出す事ができている。皆と一緒に歌うことができる楽しい時間になっているとの声がある。

● 活動の中で、心がけている事はどんなことですか？

その日に集まった参加者の様子を見て歌の早さなどを変え等、全員が声を出せるように心がけている。ストレスの発散や誤嚥防止、唾液の分泌促進等を期待して行っている。

また、ケアハウスの利用者は、個々の生活が中心であり、家族の事情で面会の機会のない方もおり、血圧を測りながらの相談では会話も楽しめるように個別に丁寧に対応している。

月に一回であるが、話ができ、オカリナの音色に癒されながら歌う楽しい時間になりたいと思っている。

● 活躍の様子を聞き取ってみて感じた事

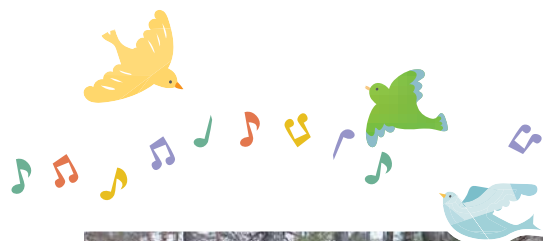
今回は現場の取材が出来ず残念でした。オカリナは簡単に持ち運びができ、また、会場の準備も必要なく、当日の参加者の顔ぶれに応じた伴奏も行う事ができる大変便利な楽器であると思いました。

久保さんのお話を聞き、趣味や得意な事を、自身の楽しみだけでなく、在宅保健師として保健指導に役立てる生かし方もある事を気づかせていただきました。

また、地域住民の方を対象に演奏会を行ったり、各地へ出かけて演奏したりとアクティブに活動されており感動しました。



地域での演奏会活動



オカリナの知っ得

オカリナは(Ocarina)イタリア語で「小さながちょう」といった意味があり涙滴状の形をした物が一般的だが、丸形や角形なども存在するようです。指穴の数や配置も決まっているわけでもなく六個から十三個程度の指穴を持つオカリナが多いようです。

オカリナの素朴な音は、虫の音や鳥の声に近く音色は自然の中に引き込まれ癒し効果があるようです。このことから施設での高齢者の気持ちを和らげ、心豊かに過ごせる時間を提供している事はとても有用なことだと思いました。

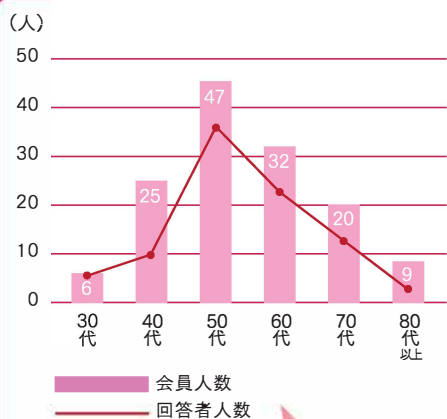


野外での演奏風景

在宅保健師就労状況 アンケート結果

令和二年四月に在宅保健師会「あいち」の会員の皆様にアンケートを行いました。
二〇名から回答がありました。

会員の年齢層



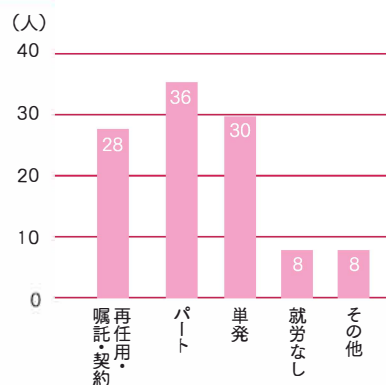
ボランティア活動は地域での健康体操等高齢者を対象にしたものが多いようです。

その他:子ども食堂等

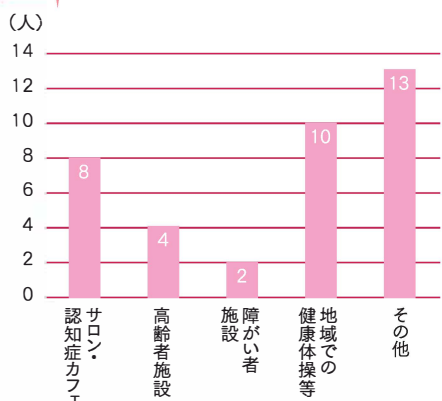


会員の年齢層・就労状況とも昨年とほとんど変化ありませんでした。

就労状況



ボランティア活動場所別人数 (複数回答可)



お知らせコーナー

令和2年度の研修会は中止いたします

令和2年11月9日(月)に「健康寿命を延ばすための筋肉貯筋」と令和3年1月29日(金)に「おいしく食べ続ける為に、日頃から行える口の体操」の研修会を予定していましたが、新型コロナウイルスの感染拡大防止の為に、今年度の研修は見合わせる事となりましたのでご承知おきください。

【退職役員】

幹事(研修) 菅田千恵子
幹事(研修) 杉浦千枝子
幹事(編集) 長谷川由紀枝

役員としてご尽力いただきありがとうございました。



【新役員紹介】

尾崎恭子 赤羽治子



浅井八広



渡邊千春



【新会員紹介】

豊田市 安藤ソノミ
名古屋市 杉本かおり

編集後記

コロナ禍での会報作りは、編集委員・事務局とリモート会議・メールや電話等を駆使したやり取りで行いました。そのため十分な検討が出来ていない部分もあるかと思えます。

今回は、未曾有の出来事の中で在宅保健師会としての動きを会報を通して残しておきたいという思いで発刊しました。