

令和5年7月発行 第45号

# 茨城県在宅保健師の会

会報



「あじさいの頃」作：久米郷子会員

## コロナ禍はパンデミックからエンデミックへ!!

茨城県在宅保健師の会 会長 照沼 美代子



5月5日こどもの日、端午の節句、古くは悪疫退散祈願の日とも云われていました。奇しくもWHO（世界保健機関）は5月5日に新型コロナウイルス感染症に関する緊急事態宣言を終了するが「脅威は去つてはいない」と警告しました。また、厚労省は5月8日午前0時より「感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律」に基づく危険性、重篤性、感染力に鑑み、感染症分類を2類相当から5類感染症に位置づけることを決定しました。

これからは、自己予防責任を前提としたエンデミック（地域別常在化）の生活が始まりますが、常に爽やかな日々でありますようご祈念申し上げます。

さて、3月14日（火）アダストリアみとアリーナ会議室において「令和4年度茨城県在宅保健師の会第2回研修会」を集合形式で開催することができました。午前の講演では「人類と感染症」と題してひたちなか保健所の所長牛尾光宏先生より、記念講演を聴講することができました。世界的にご活躍されている牛尾先生は、1995年から茨城県保健福祉部長などを務められ、厚労省で「活躍のち、2019年からひたちなか保健所長を本年3月まで勤められました。長きに渡り私達保健師もご指導を戴き感謝申し上げます。午後は「アトリエ翔」の主宰である安高洋子先生の手解きにより3Dアートを体験しました。短

時間でしたが、自分で創作した作品をお土産に持ち帰り、充実した一日を過ごすことができました。

また、本会では、令和3年5月に、茨城県国民健康保険団体連合会と関係機関、皆様の合意を得て「茨城県在宅保健師の会災害支援実施要項」を策定しました。これをきっかけとして昨年12月に茨城県社会福祉協議会の担当者との災害支援活動について情報交換を行いました。茨城県社会福祉協議会では、「災害は起こる」ということを前提に、平成18年に「茨城県防災ボランティアネットワーク」を設置して、発災時に様々な団体が連携できるような体制の構築を準備していること説明を受けました。災害フェーズは刻々と変化し、課題も多岐にわたるため、本会も23番目の団体として「茨城県防災ボランティアネットワーク」に参画する運びとなりました。その後、3月23日ザ・ヒロサワシティ会館において開催された茨城県社会福祉協議会が主催する「令和4年度茨城県防災ボランティアネットワーク研修会」に久米副会長、事務局と3名で参加しました。今後は、広く関係機関、関係団体と情報の共有と交流を深めながら年輪を積み上げていきたいと思っております。

本年も、令和5年度事業計画を、都道府県在宅保健師等全国連絡会、国民健康保険中央会、茨城県国民健康保険団体連合会の協力を戴き、引き続き皆様の声を聞きながら役員一同精一杯務めさせていただきますので協力のほどお願いし、新年度の挨拶を申し上げます。

令和5年7月吉日

## 令和5年度 会員の状況

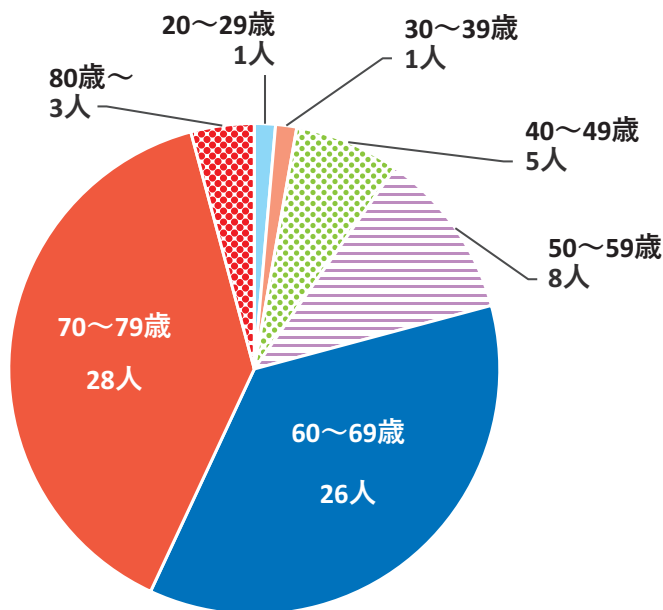
毎年実施している現況調査について、今回は令和5年3月17日にアンケートを送付しました。郵送・FAX・メールにより回答を受け付け、72名中50名の会員の皆様から回答をいただきました。ご協力ありがとうございました。

### 会員の年齢構成

令和5年5月時点 会員72名（前回調査以降5名入会、5名退会）

(名)

年代(歳)	令和4年度	令和5年度	増減
20～29	2	1	-1
30～39	1	1	±0
40～49	5	5	±0
50～59	10	8	-2
60～69	26	26	±0
70～79	25	28	+3
80～	3	3	±0
計	72	72	±0
平均年齢	65	66	+1



年齢別会員構成 (図1)

退職後の60歳代・70歳代の会員が半数以上を占めています。  
平均年齢は66歳となっており、徐々に高齢化が進んでいます。

### 居住地別会員数

				(名)			
県央地区	水戸市	12	県北地区	ひたちなか市	4		
	笠間市	3		常陸大宮市	1		
	鹿嶋市	1		那珂市	2		
	潮来市	0		東海村	1		
	神栖市	1		太子町	0		
	行方市	1		県南地区	土浦市	3	
	鉾田市	1			石岡市	4	
	小美玉市	1			龍ヶ崎市	1	
	茨城町	3			取手市	0	
	大洗町	0			牛久市	0	
城里町	1	つくば市	6				
県北地区	日立市	5	守谷市		0		
	常陸太田市	5	稲敷市		1		
	高萩市	0	かすみがうら市		1		
	北茨城市	0	つくばみらい市		1		
県西地区	県南地区	美浦村	0	県西地区	古河市	2	
		阿見町	5		結城市	0	
		河内町	0		下妻市	0	
		利根町	0		常総市	1	
		県外	古河市		2	筑西市	2
			結城市		0	坂東市	0
			下妻市		0	桜川市	2
			常総市		1	八千代町	0
			筑西市		2	五霞町	0
			坂東市		0	境町	0
桜川市	2		県外	1			
八千代町	0						
五霞町	0						
境町	0						

会員のいない地域があるので、健康づくり支援事業依頼があった際、近隣地域に在住の会員の方に依頼することがあります。例年皆様には快く支援をお引き受けいただいております。ありがとうございます。

現況調査集計結果

(返信のあった会員50名分の調査票から)

(1) 勤務形態

(名)

年代	常勤	非常勤	勤務なし	未回答
20～29歳	0	0	0	0
30～39歳	0	1	0	0
40～49歳	1	0	2	0
50～59歳	1	1	1	0
60～69歳	1	10	8	0
70～79歳	0	9	13	0
80歳以上	0	1	1	0
計	3	22	25	0

非常勤として働いていらっしゃる方が多くを占めています。



(2) 業務内容

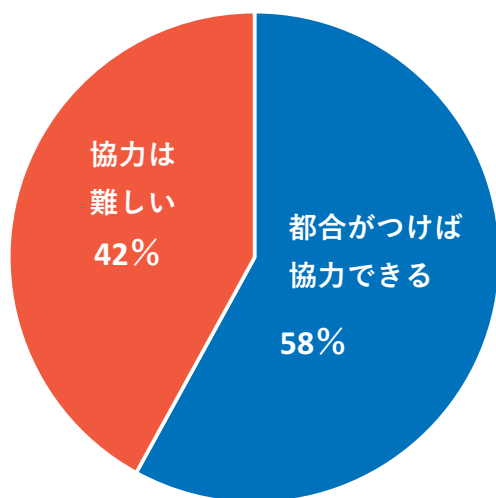
(名)

特定保健指導	母子保健	健康増進	産業保健	介護保険	学校保健	医療機関	事務	新型コロナ関連	その他
4	7	1	5	5	0	3	1	1	8

その他に関して

高校の講師、障害者介護給付費等審査委員会、ケアマネジャー、フレイル予防、家庭教育  
健診来所者の健康相談、ドッグ受診者の個別指導

(3) 健康づくり支援事業



健康づくり支援事業協力可否 (図2)

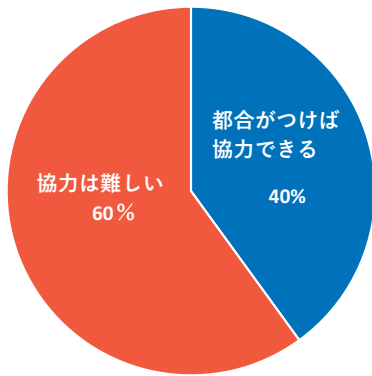
協力可能な事業 (複数回答可能)

(名)

健康まつり・入浴施設等における健康相談・保健指導	26
重複・頻回受診者に対する訪問指導	7
特定健診未受診者に対する受診勧奨	9
特定保健指導の初回面接	14
通いの場等での健康状態の把握 (高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施にかかる支援)	20

市町村への健康づくり支援事業への協力については、都合がつけば協力できると回答された方が6割近くを占めています。協力可能な事業については、どの事業についてもご協力いただける人数を確保できております。

(4) 災害支援活動について



災害支援活動協力可否 (図3)

都合がつけば協力できると回答された方で、支援が可能な場所などの条件としては、「居住地の近くなど、特定の地域であれば協力可」とされた方が多くいらっしゃいました。

支援が可能な範囲などの条件

(名)

居住地の近くなど、特定の地域であれば協力可	14
勤務日以外・勤務先の許可があれば可	2
とくに希望条件なし	1
未回答	3

令和4年度 第2回在宅保健師の会研修会報告

3月14日に、アダストリアみとアリーナにて、令和4年度第2回在宅保健師の会研修会が開催されました。

新型コロナウイルス感染症という想像もなかった現実が、最近やっと以前の日常に戻りつつあり、安心して過ごせるようになりました。今回、新型コロナウイルス感染症をきっかけに、感染症について基礎から学ぶことが出来て興味深い研修会でした。

(文・黒須道子)

感染症法の改正で、2類相当から5類へと改正されるが、課題も多い。感染症危機管理統括庁の創設もあるが、早く新型コロナウイルス感染症の撲滅の時代を迎えることを期待したい。

④ COVID-19の今後の見通し  
 コロナワクチンは、今は海外開発のもののみであるが、今後日本のワクチンを開発し日本で自給できるようにするのが望ましい。

③ 伝染病と感染症の違い  
 伝染病は、感染源や病原巣から宿主への「伝播」現象を重視。感染症は、宿主の「感染」という事実に着目、病原体の発見による概念と用語。たとえば、破傷風は感染するが、伝染はしないので感染症です。

② 歴史に残る感染症  
 8億年前に宇宙が誕生し地球が生まれ、30〜40億年前に人類が発生し、そして微生物が発生した。



ひたちなか保健所 所長 牛尾 光宏 氏

① 微生物の発生  
 親指位のビックバンから13変えたこの数年間、改めて感染症とは何なのか、歴史を振り返りながら学びました。

「人類と感染症」

《参加者の声》

- ・ 分かりやすい講演でした。なかなか聞くことのできない先生のご講演を聴講することができ、ありがとうございました。
- ・ この時期に牛尾先生のお話を聞くことができ参考になりました。感染症の歴史に触れたことで今後の方向性を考える整理となります。
- ・ 大変興味深いお話で最後まで分かりやすくとても良かったです。
- ・ 人類の発生から感染症の基礎や概要等基礎的なものから学ぶことができ良い研修でした。
- ・ とても素晴らしい講演でした。すべてのお話に感動しながら聴かせていただきました。またいつか聴けるといいなと思います。
- ・ 改めて感染症の歴史、人間の生活の影響等を学ぶことができました。
- ・ このようなお話の教育を受けたことはほとんどありませんでした。自信を持って生きることの助になりました。

「3Dアート」の体験

アトリ工翔 主宰 安高 洋子 氏



昨年秋に偕楽園公園センターで、安高洋子先生のグループ展を見て感動しました。立体的な絵、浮かび上がる絵とも彫刻に近いとも思いました。安高洋子先生は、渡米中に3Dアートに出会い習得され、帰国後は水戸市、ひたちなか市、笠間市で教室を開催しています。3Dア

トは、デコパージュ、シャドーボックスとも言われ、紙に描かれた絵を何層か重ねて作るアートのことです。重ね絵にすることで陰影ができ、立体的に見えます。材料は、カラーペーパーとポスターや絵はがき、塗り絵など作りたいデザインと同じものを3〜5枚ほど用意します。立体的に見せたいところの絵をカッターナイフで切り取ります。切り取った同じ絵をシリコンで貼り合わせ高さを出すことで、立体的に見えます。重ねる枚数が多ければより立体的になっていきます。最後に出来た作品の高さに合わせて額縁を作るとのことです。

今回は、くまのぬいぐるみを持ったウサギが、小さな額縁の中に描かれている絵を使用しました。このウサギと同じ絵が3枚あります。立体的に見せたいところをカッターナイフで切り抜きます。そして、ウサギのシャツは3枚重ねて貼ります。高さの必要ない部分は2枚重ねて貼ります。切り抜いた部分はヘラで丸みをつけ、シリコンを厚めにつけて高さを出します。小さなウサギが出来上がり、スプレーをかけてツヤ出しをします。乾いたら額縁の中のウサギにガラスの上からシリコンで固定して出来上がりです。次の日まで横にしたまま固定させます。

仕上げまで一時間半、3Dアートを体験させていただきました。

(文・久米郷子)



同じ絵を3枚用意



同じパーツを重ねて高さを出す



スプレーでツヤだし



出来上がり

《参加者の声》

- ・初めての体験でしたが、ひとりひとり丁寧に指導いただき完成させることができ満足でした。
- ・珍しい経験ができて良かったです。
- ・楽しかったです。玄関に飾ります。
- ・はじめての体験でした。もっと強力なメガネが必要だと思いました。作品を作るというのは楽しいことでした。
- ・3Dアートははじめての経験で面白かったです。
- ・楽しかったです。今年の干支を選んでいただけたのも記念になりました。

### 令和4年度 茨城県防災ボランティア ネットワーク研修会

講演 『災害時の多機関協働について』  
講師 にいがた災害ボランティアネットワーク  
理事長 李 仁鉄 氏

令和5年3月23日(木)にザ・ヒロサワシティ会館にて標記研修会が開催され、本会より照沼美代子会長と久米郷子副会長が参加しました。災害に備えるためには、平常時から災害支援の取り組みを進める必要があります。多様な組織のネットワークを災害時に効果的に活用するためには、まず、お互いのことを知ることからはじめ、連携体制を構築することが重要であると説明されました。また、災害時には、被災者のさまざまな支援ニーズが発生し、さらに、フェーズに応じて変化していくため、茨城県内の各団体においても今回の研修会をきっかけに顔の見える関係を作り、災害発生時にお互いに協力できる連携体制を構築していただきたいと話されました。(事務局)

## 令和5年度 第1回在宅保健師の会研修会のご案内 (予告)

日時：令和5年9月29日(金) 13時30分～  
場所：茨城県市町村会館 2階 201会議室  
内容：講演 山口 やち彖 氏 (元茨城県副知事・現清真学園理事長)  
リフレッシュ体操 健康運動指導士 仲主 静子 氏  
(日本健康運動指導士会 茨城県支部理事・在宅保健師の会 幹事)

※詳細はおってお知らせします。  
皆様でお誘いあわせの上、是非ご参加ください。共に学び、楽しいひと時を過ごしましょう♪

## 茨城県在宅保健師の会 会員募集のお知らせ

茨城県在宅保健師の会では、保健師としての知識や経験を活かして活動できる方を募集しています。

- ・入会費・年会費：無料
- ・会報(年2回発行)：無料
- ・研修会(年2回)：基本受講無料(研修内容によって費用がかかる場合があります。)

☆お仕事に必要な知識の習得を目的としたものや、ご自身の健康づくり、レクリエーション的要素のあるものまでバリエーション豊富で役に立つ内容です☆

お問い合わせ・  
お申し込みは  
事務局までどうぞ!

☆入会案内・入会申込書はこちらから☆➡

茨城県国民健康保険団体連合会ホームページ  
<https://www.ibaraki-kokuhoren.or.jp/>



**発行**  
茨城県在宅保健師の会事務局  
(茨城県国民健康保険団体連合会 保健事業課内)  
〒310-0852  
茨城県水戸市笠原町978番26  
茨城県市町村会館4階  
電話：029-301-1553  
Fax：029-301-1575  
Email：jigyoku@ibaraki-kokuhoren.or.jp  
URL：https://www.ibaraki-kokuhoren.or.jp/zaitaku\_hoken\_kai

**編集後記**  
4月から嘱託保健師として勤務しております佐藤陽子と申します。在宅保健師の会事務局として、会員の皆様とお話させていただくたびに、皆様のパワーを感じると同時に、保健師の素晴らしさを再認識させていただいております。まだまだ、至らない点が多いですが、皆様のお役に立てるよう日々精進して参りたいと思いますので、よろしくお願いたします。

