

三重県在宅保健師の会

ひまわりの会

第34号

2023年7月

会長挨拶

三重県在宅保健師の会

会長 松尾 みち子



続けながらの取組みになるのではないかと考えています。

総会・第一回研修会につきましては、昨年度に引き続き、今年度も顔を合わせての開催となりました。出席者から「研修会に参加して同じ保健師魂を持った仲間や先輩がいることに心強く感じた」という声が届きました。今後も、このような年代を超えたつながりを大切にしていきたいと思っています。

第一回研修会では、情勢報告として、三重県医療保健部健康推進課副参事兼健康対策班長の野村由里子氏から三重県保健師の活動体制や健康づくり対策についてのご講演を頂きました。冒頭で、「コロナ禍、保健所等職員が大変な思いをしている中、市町から保健師の応援派遣をして頂き、地域に根ざした保健師の活躍で大変助かった」とのお話がありました。地域を知り、ネットワークがある保健師だからこそできた活動に感謝です。

今年に入り、地震による自然災害も各地で多発しています。本県でも南海トラフ地震の確率が高く、平時からの備えが必要です。会としましては、発災時の協力的体制づくり、仕組みづくりも健康危機支援と併せて整えていかなければならないと考えています。

また、三重県後期高齢者医療広域連合の竹森さわか氏からは、「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施支援事業」の事業目的や各市町の取組み状況等についてご講演頂きました。事業推進にあたっては医療専門職の確保が課題ということで、本会との連携に期待が寄せられました。

今後県、市町等との連携強化を図り、会の目的である自治体のマンパワー対策、地域保健活動に寄与していく所存です。

最後になりましたが、国保連合をはじめ、関係機関の皆様には変わらぬご指導、ご支援に感謝いたしますとともにこれからもよろしくお願い申し上げます。

令和5年度 在宅保健師の会 (ひまわりの会) 総会

4月26日、三重県自治会館4階 第2・3研修室において、在宅保健師の会総会が開催されました。総会は瀬川副会長の司会進行により、松尾会長の挨拶、三重県国保連合会 植村事務局長の挨拶の後、定足数報告(会員59名、出席15名、委任状37名)があり、会長を議長に選出し、瀬川副会長から下記議案に関する説明を行い、原案通り承認されました。

議案

- ・令和4年度三重県在宅保健師の会事業報告について
- ・令和5年度三重県在宅保健師の会事業計画(案)について

令和5年度役員紹介

会長	松尾	みち子	(亀山市)
副会長	瀬川	博子	(菰野町)
幹事	本郷	温子	(津市)
	日野	里和子	(松阪市)
	明石	悦子	(亀山市)



令和5年度 第1回 研修会

総会の後、三重県医療保健部健康推進課 副参事兼健康対策班長の野村由里子氏から三重県保健師の活動体制、三重県健康づくり対策についてご報告いただきました。引き続き、三重県後期高齢者医療広域連合 事業課給付健康グループ 保健師の竹森さわか氏を講師に迎え、「**高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施について**」と題してご講演いただきました。

高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施は、健康寿命延伸プランにおいて令和6年度までに全市区町村で展開することとされ、三重県後期高齢者医療広域連合は令和2年4月から市町への委託を開始しました。本事業は、通いの場を充実・拡大し、身近な地域でサービスが受けられることで、虚弱高齢者及び在宅高齢者への健康支援を行い、健康寿命の延伸に繋げることを目指しています。

本県では、令和2年度から3市、令和3年度から2市町、令和4年度から7市町が実施しており、令和5年度以降に29市町すべてが実施することとなります。多くの市町が、低栄養、糖尿病性腎症、健康状態不明者対策、健康教育・健康相談を実施しています。

竹森氏は、市町において医療専門職の確保が困難という課題があることから、在宅保健師の会との連携に期待を寄せておられました。

講演の後、昨年度に川越町で支援いただいた伊藤環さんから、自宅でもできる運動などの健康教室や健康相談を行ったこと、本音を言ってもらうために一人ひとりとの信頼関係を大切に、丁寧な対応を心がけていることなどをお話いただきました。



野村由里子氏



竹森さわか氏

活動事例

四日市市

健康状態不明者対策

- 在宅介護支援センターの医療職（看護師）による自宅訪問
- 後期高齢者健康診査受診勧奨
- 医療受診勧奨
- 通いの場への参加勧奨
- 介護保険サービスの利用案内
- 生活保護、成年後見人制度等の必要な支援に向けた調整

多気町

低栄養への取組み

- 対象者1人につき、6か月間に3回の訪問（または電話）指導
- 必要に応じて医療の受診勧奨や栄養指導等に連携

伊賀市

健康教育・健康相談の取組み〈通いの場（いきいきサロン等）参加者を対象とする〉

- 地域の課題に対応した健康教育等
- 血圧高値の人に対する生活指導・受診勧奨
- 後期高齢者健診の質問票を利用した生活機能チェック
- 介護予防リーダーのボランティアを実施主体としたフレイル予防目的の運動教室

参加者の声...

「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施について」の講話を竹森保健師さんより聴かせていただきました。2045年には三重県では高齢化率が38.3%になり、75歳の平均余命が男性は12年、女性が16年伸びるとの話をお聞き、社会が急激に高齢社会へ変化していることを実感しました。

国は其中で2040年までに男女とも健康寿命を3年以上延伸し、75歳以上とすることを目指しています。そして、介護予防・フレイル対策・認知症予防の柱の中に「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」の取組みを位置づけて推進していくとのことでした。三重県ではこの一体的な実施を令和5年度以降にはすべての市町で実施する予定です。講師の方から実施の推進について「在宅保健師の会（ひまわりの会）の協力を期待を寄せている」とのお話もありました。今回の研修で学んだことを今後の活動などに活かしていきたいと思えます。

望月 寿子

令和5年度 第2回研修会 のご案内

日時：令和5年9月12日(火) 午後1時30分～午後3時30分終了予定

場所：三重県自治会館 4階 第2・3研修室

内容：①講演：「自分に合ったストレスとの付き合い方」

講師：三重県立看護大学 精神看護学助教 精神看護専門看護師 荒木 学氏

②座談会

令和4年度 都道府県在宅保健師等会全国連絡会概要報告

新型コロナウイルス感染予防のため、昨年度に引き続き、DVDによる資料と解説録画の配布での対応となりました。以下に概要を報告いたします。

講演

「保健事業に関する国の動向について」

厚生労働省健康局保健指導室 室長 五十嵐 久美子 氏

令和5年4月1日から施行する感染症法等の改正に①平時からの計画的な保健・医療提供体制の整備、②地域における関係者間の連携強化と行政権限の見直し、③保健所の体制・機能の強化が盛り込まれた。

また、令和6年度から始まる第4期特定健診・特定保健指導に向けて、介入成果に着目したアウトカム指標「腹囲2cm・体重2kg減」の導入等の見直しが行われた。

「コロナ禍を踏まえた保健師等による災害対応・市町村支援等について」

自治医科大学看護学部長 春山 早苗 氏

発災後の慢性期対応では、個別の実情を踏まえた保健活動が求められる。コロナ対応については、令和4年12月に感染症法が改正され、国及び保健所を設置する地方公共団体に人材バンク（IHEAT）^{アイヘート}要員への研修等への支援が義務化された。在宅保健師もIHEATに登録することにより、健康危機に対する知識やスキルを獲得することができ、他職種やその他の関係者と協働する経験が災害時にも役立つものと思う。

事例発表

「災害支援実施要項策定への道のり」

茨城県在宅保健師の会 会長 照沼 美代子 氏

災害時に県内被災地の会員から支援要請を受けたが、会として災害支援活動をした経験がなかった。災害時の支援活動基盤の必要性を実感し、災害活動をするための支援実施要項を策定し、災害支援協力が可能と回答があった会員を登録して災害時に備えている。

今後の課題としては、災害支援研修の担保、登録会員へのサポート体制の構築等がある。

「健康生活をサポート『みんなの保健室』」

在宅保健師会「あいち」尾張西地区 監事 柴田 悦代 氏

愛知県北名古屋市のNPO法人 地域福祉サポート「おれんじの輪」の活動として、「みんなの保健室」を開所した。活動目標を「健康寿命の延伸」とし、地域を限定せず、年齢や障害の有無で分断しない敷居の低いよりどころを目的に活動している。在職時に培った知識、技術、ネットワークを活かした活動、行政ではできない小回りが効いた活動、タイムリーに事業を計画し実施することをモットーとしている。

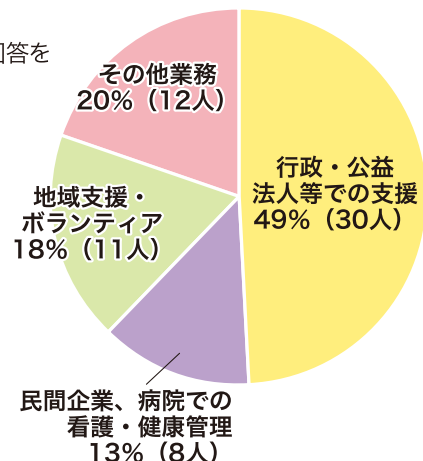
ひまわりの会に関するアンケート調査結果

今年3月に、総会の案内とともに送付したアンケートにご協力いただきありがとうございました。アンケートには52名の方にご協力をいただきました。

現在の仕事について（回答人数：46名）

回答は、4グループに分類し、その結果は下図のとおりです。
ボランティアと市役所等行政での支援業務等複数のグループにあてはまる回答をしている方は、それぞれに計上しています。
各項目の内訳は、下記のとおりでした。

行政・公益法人等での支援	乳幼児健康相談、家庭訪問、介護予防、特定保健指導など
民間企業、病院での看護・健康管理	職員の健康管理、特定保健指導、デイサービスなど
地域支援・ボランティア	絵本読み聞かせ、母子支援、地域サロンなど
その他業務	自営、審査委員、評議員、法人役員など



◎令和5年度会員登録状況 (6月末現在)

	人数	割合
30歳代	2	3.4%
40歳代	5	8.5%
50歳代	11	18.6%
60歳代	20	33.9%
70歳代	19	32.2%
80歳以上	2	3.4%
合計	59	100%

新会員 募集しています!!

ひまわりの会は、研修会の開催や国保連合会が支援する県内各市町保険者への保健事業支援に協力しています。

お近くに在宅で活動してみえる方や、退職された方がいらっしゃいましたら、ぜひお誘いください。お問い合わせや、ご入会希望の方は事務局（国保連合会保健介護福祉課）までお知らせください。

新会員からの一言

堀内 咲子 さん (津市)

入会のお誘いをいただきありがとうございます。総会で懐かしい先輩方にお会いでき、とても嬉しかったです。今後ともどうぞよろしく願います。

田中 孝子 さん (松阪市)

令和5年3月末日をもちまして定年退職いたしました。家庭の事情もあり、どれだけ会への協力が出来るかわかりませんが、新しい情報や知識の習得にも努めていきたいと思っておりますので、よろしく願います。

千原 寛子 さん (大台町)

お世話になった大先輩にお誘いいただき、今年度より入会させていただきました。よろしく願います。

新堂 愉香子 さん (津市)

4月からも、再任用で引き続き川越町で勤めておりますが、諸先輩方と一緒に学べることに、嬉しく思います。どうぞよろしく願います。

西山 雅予 さん (大台町)

今年から入会させていただきました。懐かしい保健師の先輩との交流が楽しみです。よろしく願います。

中村 たか子 さん (大紀町)

今年3月に大紀町を定年退職し、入会させていただきました。再任用で働いておりますが、皆様よろしく願います。

編集後記

コロナも落ち着き、3年3か月ぶりに5類移行となりウイルス対策も緩和され、町には活気や賑わいが徐々に戻りつつあることを実感しています。特に外国人観光客が増えています。

私は5月の連休には大阪の孫達と天王寺動物園、通天閣、買い物、食事等に出かけ、楽しく過ごしました。また日を変えて、奈良の興福寺、東大寺を訪れ多くの国宝の仏像を拝仏してきました。先人達の巧みな技に触れ感銘しました。身の引き締まる思いと同時に心が素直に清められました。年齢とともに、体を動かすたびに「ぎこちなさ」を感じていた私でしたが、沢山歩いても疲れより、心身のリフレッシュができました。

人との交流や、笑い、ひまわりの会に参加できることに私は「幸せだなあ」と感じている今日この頃です。

日野 里和子

ひまわりの会 事務局新メンバー紹介

事務局長：植村 郁矢

事務局次長兼保健介護福祉課長：海住 哲司

健康づくり係

係長：長谷本 親乙

主任：桑原 真未

主事：大平 真鈴

松下 梨花

保健師嘱託員：津田 真理

主に上記メンバーにて運営いたします。
どうぞよろしく願います。