

# 在宅保健師の会 おおさか

## CONTENTS

会長あいさつ	1
令和5年度総会及び令和4年度事業報告	2
記念講演会について	3
令和4年度第2回研修会について	4
全国連絡会の報告	5
新会員のご紹介	6
旧役員及び新役員の挨拶	7
INFORMATION	8



## 会長あいさつ



暑中お見舞い申し上げます。

本年4月の総会にて7代目会長に就任いたしました。大役を仰せつかり身の引き締まる思いです。会員の皆様には、日頃より大阪府在宅保健師の会の活動にご理解、ご協力をいただきありがとうございます。また、国保連合会のご協力、ご支援にお礼申し上げます。

お陰様で当会は、今年25年目を迎えることができました。この間、地方分権推進や経済の低成長、少子高齢化、価値観の多様化など、保健師を取り囲む環境は様変わりしてきました。加えて、新型コロナというかつてない健康危機は保健師のあり方を改めて考えさせ

## 大阪府在宅保健師の会 会長 清水 一二三

られるものとなっています。井伊久美子先生の記念講演(4月26日「新しい時代に対応した保健師の役割」)では、変わりゆく保健師活動に加えて、保健師の技術力を高める現場教育への課題が熱く語られました。改めて、この課題の解決にむけて当会として、「何をすべきか」、「どのような役割を担うべきか」が問われていると感じ、当会の活動が少しでも課題解決に向け役立てばと願っております。また、当会を築いてくださった先輩保健師の皆様の保健師魂を、次につないでいくことができればと思っております。

今後とも皆様のご支援とご指導、ご協力の程をよろしくお願いいたします。

# 令和5年度 総会開催

令和5年4月26日(水)大阪府在宅保健師の会総会を大阪府国民健康保険団体連合会3階会議室で開催し、会員38名の出席がありました。

池畑会長の挨拶に続いて、大阪府国民健康保険団体連合会 田中専務理事から御挨拶をいただきました。

続いて認定第1号「令和4年度大阪府在宅保健師の会事業報告(案)について」、議案第1号「令和5年度大阪府在宅保健師の会事業計画(案)について」をそれぞれ審議し、いずれも原案どおり承認・決定されました。

最後に、この総会をもって退任される池畑会長と沢田副会長から、そして令和5年度役員を代表して清水新会長から挨拶がありました。



## 令和4年度事業報告

役員会	令和4年4月22日 令和4年6月14日 令和4年7月22日 令和4年10月7日 令和4年11月4日(臨時) 令和4年12月13日 令和5年3月3日	<ul style="list-style-type: none"> <li>令和4年度総会・記念講演会について</li> <li>会報46号(夏号)、47号(冬号)の掲載内容について</li> <li>役員会予定表(案)について</li> <li>令和4年度第1回研修会について</li> <li>令和4年度第2回研修会について</li> <li>令和4年度活動状況調査について</li> <li>次年度役員改選について</li> <li>入会案内について</li> </ul>	大阪府在宅保健師の会 役員
総会	令和4年4月22日	<b>[認定事項]</b> 1 令和3年度大阪府在宅保健師の会事業報告(案)について <b>[議決事項]</b> 1 令和4年度大阪府在宅保健師の会事業計画(案)について	参加者31人
研修会等	令和4年4月22日 記念講演会	<b>[新型コロナ感染症対策から見えてきた健康づくりの重要性]</b> 八尾市保健所 健康まちづくり科学センター 総長 北村 明彦 氏	参加者49人 (内会員31人) 後日配信あり
	令和4年7月22日 第1回研修会	<b>[新しい生活様式の中でやる気を引き出し、効果をあげる保健指導の実践]</b> 独立行政法人国立病院機構 京都医療センター 臨床研究センター 予防医学研究室 室長 坂根 直樹 氏	参加者64人 (内会員42人)
	令和4年12月13日 第2回研修会	<b>[動脈硬化性疾患予防のための最新知見と効果的な保健指導について]</b> 地方独立行政法人りんくう総合医療センター 理事長 山下 静也 氏	参加者53人 (内会員36人) 後日配信あり
事業協力	特定健診未受診者 対策事業	<b>実施保険者 6 保険者</b> 忠岡町、岬町、大阪文化芸能国民健康保険組合、大阪府浴場国民健康保険組合、大阪木津卸売市場国民健康保険組合、大阪建設国民健康保険組合	協力者 延べ49人
	特定健診受診者の フォローアップ事業	<b>実施保険者 7 保険者</b> 岸和田市、枚方市、泉佐野市、和泉市、四條畷市、大阪文化芸能国民健康保険組合、大阪府浴場国民健康保険組合	協力者 延べ127人
	重複服薬者への 健康相談事業	<b>実施保険者 9 保険者</b> 吹田市、高槻市、茨木市、寝屋川市、羽曳野市、泉南市、能勢町、熊取町、岬町	協力者 延べ22人
	特定健診受診勧奨 (健康相談)等支援事業	<b>実施保険者 5 保険者</b> 和泉市、熊取町、岬町、太子町、千早赤阪村	協力者 延べ40人

- 会報第46号、第47号発行
- 令和4年度都道府県在宅保健師等会全国連絡会の動画視聴(大阪府在宅保健師の会役員)
- 大阪府介護保険審査会委員(岡本まつ江、瀬戸節子)

## 令和5年度在宅保健師の会 記念講演会



【テーマ】新しい時代に対応した保健師の役割 ～保健師の元気は地域の元気～

【講師】香川県立保健医療大学 学長 井伊 久美子 氏  
日本看護協会 副会長



保健師活動は、国の動き・教育制度・人口構造の変化とともに課題も多種多様でさらに深刻化しています。このような状況において、今求められている保健師の役割について大きな視点から問題提起していただきたいと、井伊先生にご依頼しました。ご講義では、「時代とともに人口問題や健康課題等様々に変化するが、どの時代においても、地域のケア体制を構築することは保健師の役割」「実際やっていることをどう見せるかが重要」など、熱いメッセージを届けていただきました。

### 記念講演を聞いて

金子 由美子

「新しい時代に対応した保健師の役割」というテーマは、案内をいただいた時から大変興味深く、講演を楽しみにしていました。

ここ数年は配信等での参加が多かったのですが、久しぶりに会場で聞かせていただき、先生の熱い思いをより一層感じながら多くの事を学ばせていただきました。

講演で特に印象に残っているのは、就職氷河期を経験した団塊ジュニア世代が高齢者になる「2040年の課題」と新たな健康課題が次々と顕在化し積み重なっている「健康課題の複雑多様化」です。これらは、日頃何となく感じていたものの、しっかり理解できていませんでしたが、講演を聞いて自分の中で整理することができました。

これから迎える「超少子高齢多死社会」における仕事は、未知のこともあり難しいと思いますが、「選ばれる仕事として誇りをもつ」などの先生のメッセージに元気をもらえました。

### 井伊先生の講義を受けて

沼田 朝子

私が保健所で勤務していた数十年前も現在と変わらない基盤となる地区活動がありました。しかし、この変わらない地区活動だけではなく、国の施策や社会のニーズによって変わってきた活動もあります。現場では、これらが、一緒になって活動をしています。私が仕事を始めた頃、先輩からは地区に足を運び、住民と関わる仕事をするようにと言われました。これは住民の生活を理解するだけでなく、それに沿った活動を考えるという経験でした。この経験を実感して、仕事は楽しいと思い、保健師になって良かったと感じました。

現在従事している仕事は、一人の対象者の生活習慣の改善を支援していますが、この一人の対象者からも、新しい活動の展開があります。保健師の仕事は自由に活動をデザイン出来ると言われています。私も実感しています。

研修の翌日、人口減対応「猶予ない」と危機感を知らせる新聞記事がありました。今後、変化していく時代にどのような活動を、描がけるか、私自身も考える機会になりました。

【テーマ】「動脈硬化性疾患予防のための最新知見と効果的な保健指導について」

【講 師】地方独立行政法人 りんくう総合医療センター

理事長 山下 静也 氏



会員の皆様から「ぜひ山下先生のご講義を聴きたい」との強い要望があり、令和4年12月13日に第2回研修会の講師としてお招きしました。講義内容には「動脈硬化性疾患予防ガイドライン2022年版」などの最新知見が盛り込まれ、受講された方からは「保健指導場面だけでなく、自分自身や家族、周囲の健康を見直す機会になり、参考になった」との感想をいただき、好評を博した研修となりました。

特に印象に残っているのは、次の3つです。

① 日本人は欧米諸国よりコレステロール摂取量が高い

1970年代にファストフードが日本に上陸以降、日本人のコレステロール量が増加し、高コレステロール血症が著明に増加。

② 家族性高コレステロール血症(Familia Hypercholesterolemia:FH)の診断には、アキレス腱の肥厚の有無を見ること

FHの患者を見たら、その家族親族にいる「隠れた」患者を見つける努力をする。

③ 「コレステロール値は高くてもよい、薬で下げすぎは悪い」という日本の週刊誌は間違い！従来の「コレステロール値が低いと死亡率が上昇、脳出血の発症率増加」というのも間違い！

脂質異常治療薬により高LDLコレステロール血症を改善すると、冠動脈疾患による死亡率は低下。

今回の研修では、動脈硬化が起こる原因やその危険因子、ガイドラインに基づく診断基準や治療など最新知見を学ぶことにより、益々食事や運動などの生活習慣の見直しが大切であることを再認識できました。詳細については、講義の中でも説明された「動脈硬化性疾患予防ガイドライン2022年版」をご参照ください。(日本動脈硬化学会のホームページからも閲覧できます)



**大切なポイント**

LDLコレステロール値が正常な人はコレステロール摂取量に、もの凄く神経質になる必要はありません

しかしながら、高LDLコレステロール血症の人はコレステロール摂取に注意するだけでなく、動物性脂肪(飽和脂肪酸が多い)の摂り過ぎにも注意が必要です

脂質を減らすだけでなく、包括的な食事内容の改善を試みること、例として食物繊維を多く含む大豆製品、海藻、野菜類を増やすことが大切で、これらは血中LDLコレステロール値を下げる事が明らかにされています

# 令和4年度都道府県在宅保健師等会全国連絡会の報告

今年度もコロナ禍のためDVD視聴形式による開催となり、3月2日役員全員で視聴しましたのでご報告いたします。

講演1は、厚労省健康局五十嵐保健指導室長より、『保健事業に関する国の動向』について、冒頭、厚労省の人材バンク(IHEAT)に多くの会員が登録し、保健所等業務への協力が得られたことに、在宅保健師等会に謝意がありました。「地域における健康危機管理体制強化」として、これまでの新型コロナ対応の課題等を踏まえ、感染症まん延時等に地域の保健師等専門職が保健所等の業務支援する仕組みであるIHEATが地域保健法に法定化されて恒常的な制度となり、研修等支援の責務が規定されました。「地域における健康づくり施策の動向」では、第4期特定健診・特定保健指導の大きな変更点として成果が出たことを評価する体系へと見直し、アウトカム評価(腹囲2cm・体重2kg減等)を導入、2024年度開始に向けてプログラム改修中と説明がありました。

講演2は、自治医科大学看護学部春山早苗氏より「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、フェーズ4～5の慢性期(復旧復興期)は、被災者の健康生活上の課題や影響が長期化するため、生活基盤が整っていなくても保健活動により安心できる地

域にする。被災地のニーズに応じて「地域を知っている」在宅保健師による支援に期待するとのお話でした。

次は事例報告で、茨城県在宅保健師の会から「災害支援実施要項策定への道のり」として、茨城県は世界的にも地震の多発である地域であることを踏まえ、会員の声から、災害支援には活動基盤が必要であるため、会として災害支援実施要項を策定した報告でした。また、在宅保健師会「あいち」からは、「健康生活をサポート：みんなの保健室」の報告でした。NPO法人で保健・医療・福祉の専門職が運営し、買い物ついでに誰でも立ち寄ってもらえる場所とし、定年後も在職時に培った知識・技術・ネットワークを活かして地域保健に携わる喜びを感じているとの事でした。

在宅保健師として、やりがいを地域で見つける。活動のヒントを得て、大いに刺激を受けました。

コロナ禍、疲弊する保健所の役に立ちたい。現場の支えになれないか。全国の在宅保健師の思いが形になり、IHEATの法定化とスキルアップとして研修の責務が規定されたのは良かったと思います。

今後、地域の災害等健康危機に際して本会がどのような取り組みができるか考えていくことが求められていると感じました。 役員 沢田恵美子

## 令和5年度 国保連合会事業説明会

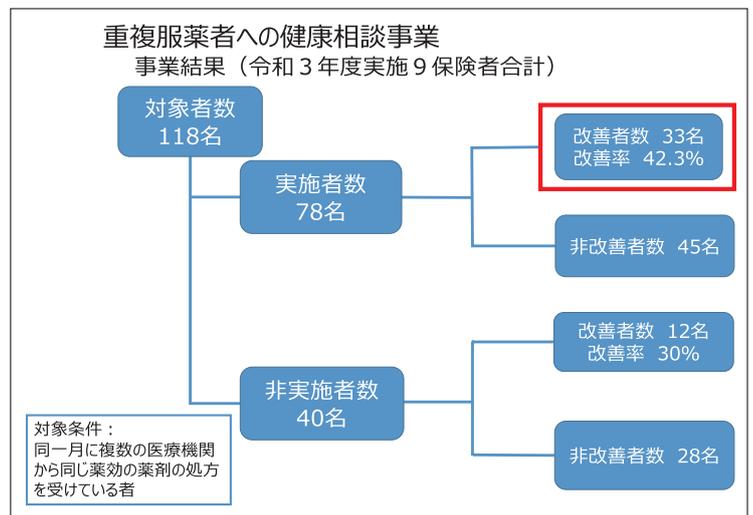
大阪府国保連合会では保険者支援として、「特定健診未受診者対策事業」「特定健診受診者のフォローアップ事業」「重複服薬者への健康相談事業」「特定健診受診勧奨(健康相談)等支援事業」の保健事業を実施しています。

今年度は4月18日(火)に、25名出席の中事業説明会を開催し、各事業内容の説明とともに、令和3年度保健事業の結果報告をしました。

令和3年度特定健診未受診者電話勧奨結果を表に示しています。A町・F組合は、電話勧奨ありの人の受診率が高くなっています。しかし、D組合は不在者で受診した人が4人と少数でしたが、受診率は最も高くなりました。また、重複服薬者への健康相談結果は、電話相談による改善率が42.3%で電話相談のできなかった人に比べて1.4倍(昨年1.3倍)の改善率でした。今回事業説明会に参加された方から「参加して結果を出している事がわかり、事業に対しての励みになりました。」と感想をいただきました。今年度も事業への沢山のご協力ありがとうございました。

表 令和3年度特定健診未受診者電話勧奨結果

保険者(実施者数)	電話勧奨あり受診率	電話勧奨なし受診率【留守録】	電話勧奨なし受診率【不在】
A町(368)	12.0%	3.3%	3.1%
D組合(98)	13.2%	8.3%	40.0%
F組合(709)	30.8%	24.2%	14.0%



新規入会者の多くが  
会員のご紹介を  
きっかけに  
入会されています。

# 新会員のご紹介

令和4年5月から令和5年4月までの間に、新たに入会された会員をご紹介します。  
新会員の皆様から入会動機や会に期待すること等を投稿していただきましたので、ご紹介します。

## ●●金原 令子さん●●

保健師として社会復帰する日を夢見てこれまで育児に専念しておりました。在宅保健師の会に入会させていただき、先輩保健師の方々が生き生きと活躍されている姿を拝見し、とても良い刺激をいただきました。講演会や講習で新しい知識を得て予防事業など様々な方面から人々の健康づくりの一助になれるよう自己研鑽してまいります。よろしく願いいたします。

## ●●北本 さゆりさん●●

行政保健師として勤務した後、保健師養成の仕事に従事し、現在は病院で保健師兼研究補助の仕事をしています。学生に同行した地域実習では、各市町村で地域特性に応じて工夫されている事業を間近に拝見し、自分も実践者として関わりたいという思いが強くなりました。幸い時間に余裕ができましたので、在宅保健師の会に登録いたしました。これまでの経験を活かしつつ、また現場で学ばせていただきながら活動していきたいと思っております。どうぞよろしく願いいたします。

## ●●蔵屋 美樹さん●●

現在、市の非常勤保健師として勤務しております。職場の回覧で会のことを知りました。そして、職場の同じ非常勤保健師さんも入会されているとのことで、入会してみようかなと思って申し込み致しました。

今は母子保健分野で勤務していますが、以前、看護師で勤務していた時は外科や内科病棟など経験していました。会で成人保健指導など、どういった活動をされているのか研修などを通して知りたいと思っています。何かできることがあればやってみたいなども思っています。

## ●●森田 有紀さん●●

私は、以前病院で看護師として勤めていましたが、今は地域の住民の方との関わりを大切にしたい保健センターの非常勤として働いています。今回入会しようとした動機は、保健指導と一緒に働かせていただいた方の勧めがあったからです。その方は、常に生活状況を考え、相手の立場にあった指導を行っており、私もあのような保健師として住民の方と関わりたいと思いました。

入会することで、今日の保健事業の状況を知り、講演に参加し、精一杯勉強したいと考えています。そして日々関わらせていただいている個々の事業に活かしていけたらと考えています。  
よろしく願いいたします。

## ●●山内 江美子さん●●

これまで長年行政の保健師として仕事をしてきましたが、退職直前はコロナ感染症対応で思い通りの保健師活動が出来なかった思いがあります。退職し1年間は看護師業務にも携わりましたが、やはり保健師として住民にかかわりたいという気持ちがありました。

また、新しい知識を得る場もなく不安に思うこともあったので、貴会に入会することで色々な面で刺激を受けることが出来ればと期待しています。プランクもあり新たな業務に関して自信はありませんが、皆様に教えていただき保健師として活動が出来ればうれしく思います。今後ともよろしく願いいたします。

## ●●西口 美和さん●●

在職中は在宅保健師の会の皆様方、並びに大阪府国保連合会の事務局の方には大変お世話になりました。この場を持ちましてお礼申し上げます。

先日の井伊先生の講演では、保健師の役割、仕事の重要性を再認識させていただきました。新たな健康課題が次々と顕在化する中、保健活動の対象も内容も拡大の一途をたどっています。

前職では、もがきながら35年間保健師活動を送ってききましたが、退職した現在は心と身体にも少し余裕を持つことができましたので、微力ながら府内市町村の保健師活動のバックアップをさせていただけたらと思っています。今後ともよろしく願いいたします。

## ●●濱田 貴美恵さん●●

自治体保健師として長年勤務し、令和3年度末にリタイアしました。一年間はコロナ禍で生まれた小さな孫たちのお世話しようと決めていましたので、慌ただしくも、楽しい日々を過ごしていました。今後はプライベートと両立させながら、健康を支える仕事を続けられればと、在宅保健師の会に入会させて頂くことになりました。最新の情報や知識を学びながら、新たな気持ちで活動したいと思っています。どうぞよろしく願いいたします。



### ●● 徳永 羊子さん ●●

在宅保健師の会の皆様、今回入会させていただきました。今まで声掛けをしていただいたにもかかわらず、タイミングを逸していました。研修は充実していると聞き及んでおり、楽しみにしております。保健師の力量を少しでも高めて微力ながら活動できたらと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

### ●● 嶋田 菜穂美さん ●●

2020年春、退職後直ぐに初めての新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言が発出されました。感染拡大を警戒しながら、短期間の仕事や地域活動に参加するうちに3年が経過していました。

今回、古くからの友人に誘われ、入会させていただきました。研修会は貴重な機会となるため、とても楽しみに思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

## 新旧役員からのごあいさつ

### ～ 退任役員 ～

平成29年度より幹事を2年、会長を4年務めさせていただきました。6年間にわたり皆様に大変お世話になりました。事務局の皆様、役員の皆様、会員の皆様のご支援・ご協力に心より感謝を申し上げます。至らない点多々あったと思いますが、皆様の温かいサポートを受けて充実した時間を過ごさせていただきました。役員会では、他府県の会の活動情報から当会の役割や方向性、会報の情報提供や交流、研修内容など真剣に議論したこと、研修会の講演依頼に難色を示されていた講師が再々のアタックで講演を承諾され、皆で大喜びしたことなどを思い出します。

同じ目標に向かって議論し協力し合った時間は、本当に貴重な経験となりました。会の継続・発展のためには、会員の皆様の協力が不可欠と実感しております。これからも新役員のもと、皆で力を合わせ、さらに会が発展していきますよう祈念いたします。 池畑 久美

令和元年4月より4年間役員を務めこの度退任となりました。

はじめ微力な自分で大丈夫か不安でしたが、事務局の皆様、役員の皆様、会員の皆様のご協力で支えていただきました。

コロナ禍の中、総会や研修の相次ぐ中止で会員同士が会えない状況から、役員会で検討しコロナウイルス一筆投稿を募集。たくさんの思いが寄せられ疲弊する保健所への思いも語られ、IHEATに繋がりました。

研鑽と交流。研修や健康相談の場も会員間の交流の機会になると考えます。在宅保健師の会が新役員のもと、さらに発展していきますように祈願いたします。

皆様、大変お世話になりました。 沢田 恵美子

### ～ 新任役員 ～

私は在宅保健師の会に加入して5年目を迎えます。国保連合会で電話勧奨や保健指導を行う合間に、一緒になった保健師とお話することがとても楽しく、いろんな仕事や趣味を持たれていて刺激になっていました。保健師仲間はどこか共通するものがあり共感することが多々ありました。この度、在宅保健師の会の幹事を引き受けさせていただくことになりました。皆様のお知恵をお借りしながら微力ですが、やらせていただきます。よろしくお願いいたします。 辻 恵子



今年度より幹事をさせていただくことになりました。昨年入会してからまだ日が浅く、在宅保健師の会の具体的なことはほとんど分かっていませんが、先ずは少しでも各種保健事業に参加したいと思っています。

令和5年1月の会報では、会員の83%が就業されており、かつ、就業以外の地域活動をしている方は30%おられました。私自身現役を離れて4年目になります。現役時代とは異なり、新しく入ってくる情報量が激減している事を痛感しています。このことから、在宅保健師の会会員の皆様方の期待に応えられるような研修会の検討や会員相互の交流の強化について考えていきたいと思っています。

清水会長、先輩役員の皆様と事務局の協力のもと、会員の皆様とともに学ばせていただきながら役割を果たしたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

大巻 悦子

# INFORMATION

## 令和5年度役員紹介

令和4年度をもちまして池畑会長、沢田副会長が退任されました。

長きに渡りご尽力いただき、ありがとうございました。

そして、このたび新たに辻幹事、大巻幹事にご就任いただき、令和5年度からは、清水会長、武部副会長、川村副会長を含めた5名の皆様に、役員として活動していただくこととなりました。

### 退任役員



沢田元副会長、池畑元会長

### 令和5年度役員



大巻幹事、川村副会長、清水会長、武部副会長、辻幹事

## 大阪府在宅保健師の会 入会のご案内

保健師としての豊かな知識・経験を生かして地域住民の健康づくりに取り組みませんか？興味のある方は下記事務局までお問い合わせください。

### 主な活動

- 連合会事業への参加
- 研修会への参加
- 情報交換や会員相互の交流 など

### ホームページのご案内

連合会ホームページ内に入会案内及び会則等を掲載しています。

## 令和5年度事業計画(抜粋)

- 役員会(6回)
- 都道府県在宅保健師等会全国連絡会
- **第2回研修会・交流会(予定)**

**【日時】** 令和5年12月19日(火)

14時00分～16時30分

**【場所】** 調整中

**【講師】** 日本笑いヨガ協会会長

高田 佳子 氏

**【内容】** 調整中



4年ぶりに  
交流会を開催  
いたします。  
皆様のご参加をお待ち  
しております。

## 活動紹介コーナーへの 寄稿者募集

あなたの趣味やサークル活動等を投稿してみませんか。

最近ハマっていること、俳句づくり、山歩きで訪れたお気に入りスポット等、是非ご紹介ください。お気軽に下記事務局まで。メールでもOKです。

(できれば写真を添えていただけると嬉しいです)



### 発行

**【事務局】**

大阪府国民健康保険団体連合会

総務部 事業課 保健事業係

〒540-0028 大阪市中央区常盤町1丁目3番8号(中央大通FNビル内)

TEL (06)6949-5375

FAX (06)6949-5370

H P <https://www.osakakokuhoren.jp/>

MAIL [hoken@osaka.kokuhoren.jp](mailto:hoken@osaka.kokuhoren.jp)