



会長あいさつ

山形県在宅保健活動者連絡協議会(いつわ会)

会長 水上 由美子

会員の皆様いかがお過ごしでしょうか。日ごろより、地域での保健活動やいつわ会活動に御協力を賜り誠にありがとうございます。令和6年7月1日に全体研修会を開催しWebでの配信を行いながら多数の方にお集まりいただくことができました。詳細はこの号でお知らせいたしますので御覧下さい。

また、武田国保連合会事務局長の御挨拶の中で、特定健診について、厚生労働省より令和4年度の実施状況が発表され、市町村国保における受診率は、山形県は5年連続で全国第1位(50.5%)になっているとのお話がありました。いつわ会ははじめ諸先輩方が現役時代から地域住民の方々に対し、健康に対する意識や健診の大切さなどを浸透させてきた賜物ではないかという話をいただきました。さらに、令和元年度から準備を進めている「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」について、今年度中に全市町村で実施予定とのこと。すでに活動いただいている会員の方もいらっしゃると思いますが、一体的実施におけるハイリスクアプローチへの協力や特定保健指導、健康相談等ご依頼がありましたら御協力をお願いします。

いつわ会の役員会では、会員の皆様が地域で御活躍いただけることを願い、全体研修会に引き続き各地区でブロック研修会を計画しております。専門職で長年培ってきたスキルを活かしていただくために、是非研修会に御参加いただき、交流を深めながらお楽しみいただければと思います。

最後になりますが、7月の大雨被害に遭われた地域の皆さまの一日も早い復旧と復興を心からお祈り申し上げます。

令和6年度事業計画

「いつわ会」では会員のニーズに応えた研修会の開催や会員相互の交流、市町村等が行う保健事業の支援をしています。

事業名	日時
役員会	第1回 令和6年 4月11日 第2回 令和6年 6月13日 第3回 令和7年 1月
健康まつり等への支援	随時
救護	随時
高齢者地域サロン	随時
会報発行	2回発行予定(8月、3月)
いつわ会研修会	令和6年7月 1日
地区ブロック研修会	6ページ参照
東北地方在宅保健師等会 連絡会議(山形県開催)	令和6年12月5~6日
都道府県在宅保健師等会 全国連絡会	令和7年2月中旬
活動状況アンケート調査	令和7年3月

令和6年度いつわ会役員

(任期 令和5年4月1日~令和7年3月31日)



前列左から 佐藤(さ)幹事 今野(和)幹事
水上会長 鈴木副会長 小松幹事
後列左から 今野(さ)幹事 山田幹事 高橋幹事
竹田幹事 吉田幹事 白田常任幹事
都合により欠席 佐藤(泉)幹事

令和6年度 いつわ会研修会

日時 令和6年7月1日(月)

場所 ホテルメトロポリタン山形

今年度の「いつわ会研修会」は、59人(会員55人・会員以外4人)の参加を得て開催されました。そのうち22人はWebで参加しました。



開会の挨拶をする水上会長と国保連合会の武田事務局長

研修会日程

10:00 開会

あいさつ

10:10 講演

「心豊かに幸齢期を過ごすための暮らしの工夫」

講師 山形県立保健医療大学大学院
保健医療学研究科
教授 安保 寛明氏

11:30 情報提供

「感染症対策の動向」

説明者

村山保健所 保健企画課

感染症対策室

室長補佐 三浦 朗子氏

12:00 閉会

研修会の内容から

講演

「心豊かに幸齢期を過ごすための暮らしの工夫」



山形県立保健医療大学大学院
保健医療学研究科
教授 安保 寛明氏

【講演 概要】

- ストレスは『不快』というより『脳の疲れ』
- 心豊かに過ごすには、自分が感じていることを知ることから。自分の心の健康状態に気づけるように!
 - ・脳とところの健康を定期的に確認→最近(過去2週間)のくらしで、良いことがどれくらいあったか?自分で把握する。
- ストレス対処は計画的に(行き当たりばったりはだめ!)ストレスへの対処は大きく3方向
 - 1. 休息(心の充電をする) 2. バランスを整える(自分らしい時間を確保) 3. ストレッサーに立ち向かう
- 心理的危機にある人の応急処置

参加者アンケートから

- ・お話が楽しく聞きやすかった。気晴らしはストレス解消にならないことに驚きました。
- ・今日は演題にひかれて参加しましたが期待通りとても気持ちが充実し、温かい気持ちになりました。
- ・メンタルヘルスについて最近の対処法勉強になりました。すごく身近に考えられました。「暮らしの工夫」のフレーズが印象的です。
- ・ストレスの定義は脳の疲労であること、プラスの声かけ等今の自分を振り返る良い時間を過ごしました。今日の講演がストレス解消になりました。
- ・脳と心の健康の大切さがわかりました。知的好奇心を持ち続けたいと思いました。
- ・重いテーマなのに安保先生は始終笑顔で心をわかりやすくお話いただき元気が出ました。
- ・自分で知識としてわかっていてもなかなか気づかずにいることもあり、きちんとした資料で大変学びのよき機会になりました。
- ・丁度友人の介護疲労と自分の病気で限界の状態だったので参考になった。
- ・自分にあてはまることがいっぱいあった。他者への声のかけ方など具体的でしてみようと思った。

「感染症対策の動向」



村山保健所 保健企画課
感染症対策室
室長補佐 三浦 朗子 氏

【情報提供 概要】

<新型コロナ5類移行後の動き>

- 社会福祉施設等における感染症発生時の報告
- 健康危機対処計画(感染症編)の策定
- AMR(薬剤耐性)対策
- 結核、梅毒、サル痘、HIV感染者・AIDS患者、劇症型溶血性レンサ球菌感染症の動向

参加者アンケートから

- ・感染症対策の動向は毎年でも参考になると思います。
- ・山形県や全国の課題が理解できた。
- ・最近の情報でとても良かったです。知的好奇心が満たされました。
- ・統計資料とともに詳細に教えていただきたいと思っていました。感謝いたします。山形県でも流行というニュースを聞いて心配していました。
- ・最近の感染症の動向がわかり参考になりました。
- ・AMR(薬剤耐性)の事が気になり今後も継続して注目していきたいと思います。
- ・今でも結核が多く、梅毒が増えていること等最新の動向がよくわかりました。
- ・新しい情報を知ることができ現場で活かせるので良かったです。
- ・日頃感染症を担当しているため、最近の動向を伺うことができよかったです。課内でも共有していきたいと思います。

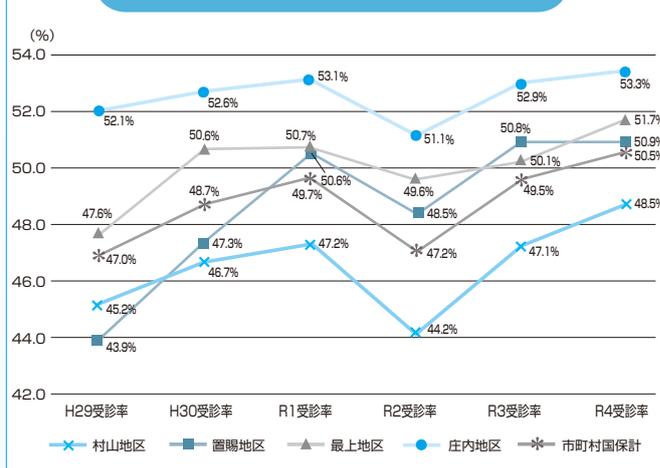


活動紹介

特定健診・特定保健指導受診率向上対策事業

山形県国保連合会では、市町村国保保険者の特定健診受診率及び特定保健指導実施率の向上により、生活習慣病の予防に寄与することを目的に事業を展開しております。また、いつわ会会員の皆さまには、市町村事業へ御協力をいただいております。市町村国保の令和4年度の受診率は、50.5%(全国1位)となっております。コロナの影響で令和2年度は下がりましたが、翌年度にはコロナ前の水準まで戻り、令和4年度はまた上昇しました。60%(国の目標)に向け、さらに受診率向上を図るため、通院中で健診未受診者を対象に医療機関と連携協力し、山形県と一緒に令和5年度からモデル事業に取り組んでおります。

特定健診受診率の推移(地区別)



都道府県在宅保健師等会について

全国39都府県に在宅保健師等会が設置されており、構成員数は3,434名。令和3年度の調査と比べ会員数が減少した県は22ありました。山形県は、会員数234名で全国で最も多く、会員数も増加しておりますが、会員のいる地域に偏りがあり、減少している地域もあるため、今後市町村等のニーズに対応できなくなる可能性もあります。(令和5年度都道府県在宅保健師等会活動調査より)



令和5年度「いつわ会会員活動アンケート」集計結果 (抜粋)

- I 調査期間 令和6年2月から3月
- II 配布数246 回答数150 回収率61%
- III 調査結果

1 令和5年度に行った保健活動内容(複数回答)

市町村保健事業関係 4,830回/年 100人

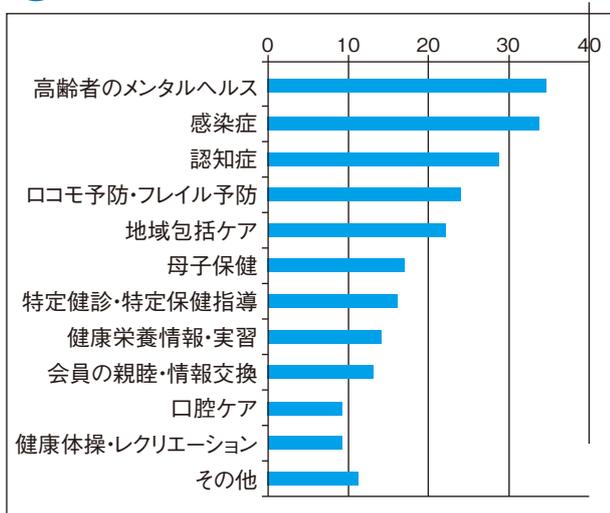
- 1位 乳幼児健診・母子歯科事業など(39人)
- 2位 新型コロナウイルス感染症事業(28人)
- 3位 介護保険関係(25人)

その他(地域・施設) 2,692回/年 77人

- 1位 地域での支援・ボランティア(41人)
- 2位 民生委員等地域の委員(18人)
- 3位 事業所における保健指導等(17人)

※ 新型コロナウイルス感染症が5類に移行後、乳幼児健診・母子歯科事業への協力が一番多くなり、コロナ禍前に戻ってきております。また地域や施設でのボランティア活動等は、昨年と同様ですがコロナ禍前より減少しております。

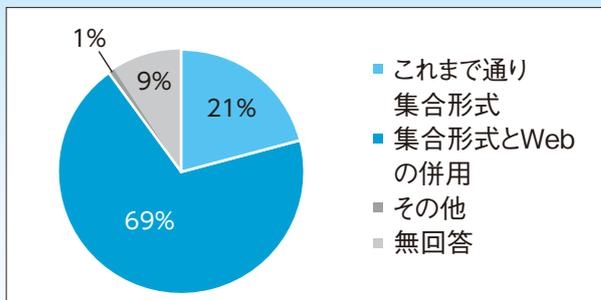
2 全体研修会の希望内容について(複数回答)



※ 「高齢者のメンタルヘルス」の希望が一番多く、次に「感染症」「認知症」と続いています。

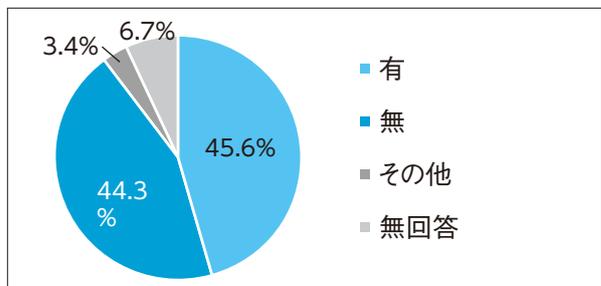
3 全体研修会の参加形式

※約7割の方が集合形式とweb併用開催を希望しています。



4 Zoomを使用できる環境

※使用できる環境にある方とない方が半数。

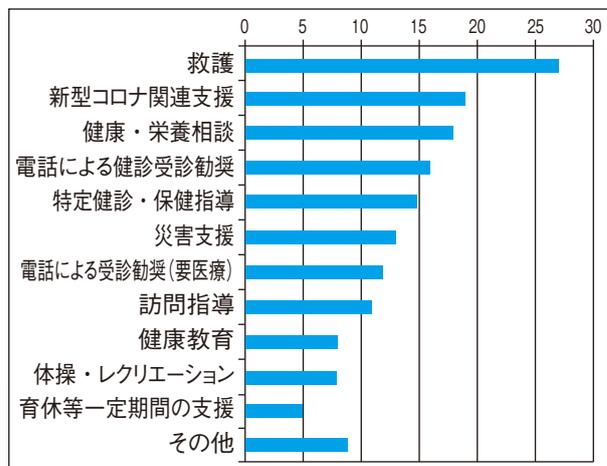


5 市町村等へ支援協力について

回答者150名のうち、支援協力できる54名

- 1位 救護(27人)
- 2位 新型コロナ関連(19人)
- 3位 健康・栄養相談(18人)

支援協力できると答えた54名の項目内訳(複数回答)のグラフです。



※ 昨年度より支援協力できると答えた方が減少しました。支援協力の項目では、「救護」が最も多く、次に「新型コロナ関連支援」、「健康・栄養相談」と続いております。



6 いつわ会活動への要望、近況等

寄稿は令和6年3月(敬称略)

管理栄養士 **西村恵美子**

このたび入会いたしました。どの程度活動できるかは不安ですが、多職種の皆様からパワーをいただければ幸いです。現在、栄養士会の栄養ケアステーション事務局を担当しておりますので、よろしく願いいたします。今後の目標は、減塩と野菜摂取等、広報活動をして健康寿命の延伸につながればと思っています。

助産師 **景澤志津子**

研修会の際に歯科衛生士さん(村山)よりいただいた布で作ったアクセサリーはとても嬉しかったです。娘さんのワンピースや洋服などを使って作られたのことで、そのことも感動いたしました。作り方など教えていただきたいと思いました。またそのことを皆様に伝えてお渡しいただき感謝いたします。たまにコンサートも最後に2~3曲聞いてみたいです。

保健師 **水上由美子**

いつもありがとう♡大谷くんの結婚のニュースを見ながら書きました。コロナもインフルエンザも学校や保育所では流行しています(2月現在)が、年に一度のいつわ会研修では、今年は1日コースで昼食をはさみながら、ゆっくり皆様と情報交換できる感染症の状況になっていれば良いなと願っています。

保健師 **吉田美智子**

いつわ会ができる災害支援のことを学びたいと思います。いろいろな方がボランティアで石川県に行っていると思います。いつわ会が石川県に行けるとは思いませんが、同じようなことが山形で起こった時いつわ会にできることはないだろうかと考えています。高齢者は邪魔になるかなあ?とったり…

保健師 **後藤 順子**

65歳で退職してから2年がたちます。週5日、どうにか働いていますが、足腰のおそろえはかくせません。これから暖かくなったら、しっかり身体を動かそうと思っています。免疫力アップにむけて日々取り組んでいこうと思います。

看護師 **鈴木 京子**

全体研修会Webで参加しました。会場からの質問に1つ1つ答えていただいたのがとても良かった。前の生活に戻れなくても時代の変化を受け入れてそこから何かを学び進んでいくことが大事だとつくづく感じます。

保健師 **佐藤 節子**

昨年の最上ブロック研修会とても素晴らしかった。もっと参加してくださればよかったとつくづく感じさせられました。また、第2弾として井上先生の講話と実技お聞きしたいです。(認知症の進行や予防のための視点からも含めてお願いしたい)

保健師 **渡部 京子**

高齢者となりかかりやすい病気など予防について带状疱疹のワクチンがあるということを知った。2年経つがまだ痛い。

保健師 **大竹 美喜**

楽しい研修会には参加したいと思う。実際に見たり聞いたりするのは身につきます。会員の皆様にお会いできるのも楽しみの一つです。

看護師 **奥村 秋**

長年地区中体連大会の救護係を引き受けてきましたが、現役を離れ大部時間が経過しており自身の年齢も考え一人体制の業務は不安を覚えるようになりまして。二人体制なら何とかなるのではと思うこの頃です。

助産師 **渡部泰恵子**

全体研修会・ブロック研修会の開催はとてもありがたいです。研修会を受講する機会も少ない中で、タイムリーな内容で刺激をもらえました。Web開催も自宅で受講でき会場に行き来する時間なくゆとり聞けました。

保健師 **瀬尾千代子**

90歳代の方もめずらしくない時代となりました。長生きできても自立生活ができないのは論外です。身体的には何とか動けても心理的にはだんだんと弱くなります。こんな状態に、カツ、を入れてくれるような元気の出るお話が聞きたいです。

保健師 **叶野 真弓**

まず自分達がつながれるとよいと思います。

保健師 **原田 真弓**

今年初めて高年齢労働者の転倒リスク評価チェックの実施があり、労災リスクがある責任を実感しました。自身の健康増進と老化予防もおろそかにできません。

保健師 **佐藤さえ子**

おかげさまで、適度に(?)忙しい日常を過ごしています。頭の体操にもなり、趣味も楽しみながら年齢を重ねているなど実感です。

保健師 **高山 正子**

いつわ会のアンケートや研修会の案内をいただくと、自分は長年保健師として保健活動を担ってきたことを再認識することができます。

★ 村山ブロック

日時 10月9日(水) 10時15分～12時
場所 山形県国保会館(寒河江市)
内容 ○講話 「耳からつくる元気な心と体
 ～ヒアリングフレイルって何?～」
 講師 NPO法人日本ユニバーサル・サウンド
 デザイン協会
 理事長 中石 真一路 氏

★ 最上ブロック

日時 9月27日(金) 13時30分～15時
場所 新庄市生涯学習センター(わくわく新庄)
内容 ○健康運動の講話と実技
 「フレイル予防体操でステキな
 セカンドライフを送りましょう」
 講師 畑中 千賀子 氏
 ○活動紹介
 最上地域在宅医療・介護連携拠点
 『@ホームがみ』

★ 置賜ブロック

日時 9月11日(水) 10時～12時
場所 南陽市赤湯公民館(えくぼプラザ)
内容 ○健康運動の講話と実技
 「がんばらないセルフコンディショニング
 ～一生涯元気に動くために～」
 講師 山形済生病院健康増進センターめぐみ
 健康運動指導士 遠藤 美子 氏
 ○情報提供
 「山形県難病相談支援センター活動に
 ついて」

★ 庄内ブロック

日時 10月17日(水) 13時30分～15時
場所 なの花ホール(三川町)
内容 ○講演 「認知症疾患医療センターの現状と
 認知症ケア」
 講師 日本海総合病院 認知症看護認定看護師
 佐々木 恵理子 氏
 ○講話と実技
 「鶴岡市介護予防体操の取組」

他ブロックへの参加も可能です。御希望の方は、事務局まで申し込み下さい。(連絡先下記参照)

会員の状況

会員数 245名
 (令和6年7月1日現在)

令和6年10名の方が
 新たに入会されました。
 皆様どうぞ
 よろしく願います。

職種・地区別

	村山	最上	置賜	庄内	合計
保健師	41	13	15	26	95
助産師	13	1	0	6	20
看護師	16	7	8	32	63
准看護師	3	2	3	1	9
管理栄養士	9	5	5	6	25
栄養士	2	1	2	0	5
歯科衛生士	13	3	9	3	28
合計	97	32	42	74	245

年齢構成(平均年齢 69歳)

年齢階層別	人数
40歳未満	0
40～49歳	5
50～59歳	21
60～69歳	116
70～79歳	80
80歳以上	23
合計	245

お知らせ

東北地方在宅保健師等会連絡会議が、12月5日(木)～6日(金) にホテルメトロポリタン山形で開催の予定です。東北各県と新潟県の在宅保健師等会の会長さん他役員等が参集します。5日の講演は会員も参加可能です。また、第65回山形県国保地域医療学会は、11月30日(土)にホテルメトロポリタン山形で開催予定です。今後、皆様に御案内をいたしますので、ぜひ御参加ください

会員募集

入会費・会費無料

あなたも 楽しく活動してみませんか?

今までの専門職としての経験を、自分の住んでいる地域の健康づくりに役立てましょう。お知り合いの方にぜひ御紹介をお願いします。

事務局

〒991-0041
 山形県寒河江市大字寒河江字久保6番地 国保会館内
 山形県国民健康保険団体連合会 事業推進課保健事業係
TEL 0237-87-8002
FAX 0237-83-3353

申し込み、問い合わせは、事務局連絡先まで

印刷 コロニー印刷