



総会報告

令和6年度
長野県在宅看護職信濃の会

長野県在宅看護職信濃の会会則 新旧対照表

※ 線は改正箇所

新	旧
(幹事会) 第5条 この会に幹事をもって組織する幹事会をおく。 2 幹事の選出は、各支部から1名とし、総会の議決により選任する。 3 幹事は会務を分担し、担当支部の会務を統轄する。 4 (削除) (役員の選任) 第6条 この会に次の役員をおき、総会の議決により選任する。 会長 1名 副会長兼会計 1名 書記 1名 監事 2名 2 監事の職務のうち、1名は顧問が兼務することができる。 附 則 この会の会則は、令和7年4月1日から施行する。	(幹事会) 第5条 この会に幹事をもって組織する幹事会をおく。 2 幹事の選出は、各支部から1名とし、<u>会長、副会長、書記、会計、監事を互選された支部はさらに1名選出し</u>、総会の議決により選任する。 3 幹事は会務を分担し、担当支部の会務を統轄する。 4 幹事は役員を兼ねることはできない。 (役員の選任) 第6条 この会に次の役員をおき、総会の議決により選任する。 会長 1名 副会長 1名 書記 1名 <u>会計 1名</u> 監事 2名

令和7年3月5日、長野県自治会館2階大会議室において総会が開催され、会員36名が出席しました。平澤会長からの挨拶後、来賓の長野県健康福祉部医師・看護人材確保対策課寺島課長補佐より祝辞が述べられました。議長には上小支部

の宮入典子会員が選出され、令和6年度事業報告・決算等について審議を行い、いずれも原案どおり可決承認されました。なお、第6号議案より会則の一部改正が行われ、新旧対照表のとおり役員の体制(人数)が変更となりました。

役員就任あいさつ

副会長を仰せつかって

副会長兼会計

須佐 千代栄
(佐久支部)



佐久支部会長さんより今年度の役員をお願いしたいと連絡をいただきました。喜寿を過ぎた私の出番ではないと思いますが、他に引き受けてくれる人がいないとので、お受けしました。

総会や研修会、支部活動などから会員の皆様が生きがいを持って活動されているのを見聞きし、お互いが刺激し合えるのではないかと思います。

中々新会員が増えないなどの悩みはありますが、専門職として培ったものを地域にお返しできる喜びもあります。そのための場づくりや事業展開に少しでもお役に立てるよう、微力ながら頑張りたいと思います。仲間の輪を広げ、楽しく活動できるように皆様のお力をいただきたいと思ひます。



学びの場として

書記 曾根 亮子
(松塩筑支部)



2年間監事として県内の皆様と研修をして様々な刺激を受けました。今までの常識が

誤っていたり、コロナ感染症や認知症対応、その家族の方々を全力で支えてくださる熱意に感動しました。

最近急激に認知機能が衰えた高齢二人暮らしの両親の所へ、仕事の合間に介護に通っています。「娘が側にいるので助かる」と言ってくれますが、夫の協力や介護保険制度があるからこそ、仕事ができています。この制度を使用した生活をいつまで続けていけるか心配です。本人も家族も支えられる社会が発展していく事を願っています。

先日、ある映画で命を守る為にやる事を全部やると使命感をもって取り組む姿が描かれていました。看護職である私達も同じ様な気持ちで仕事をしていると思います。

県内の会員の皆様の支えのもとに今回も書記として役員を続けることになりました。よろしく願いいたします。

監査委員会をお受けして

監事 富澤 治子
(須高支部)



信濃の会への入会は、18年前です。病院の定年退職の直前に先輩に誘われてでした。

当時、私は通所介護の開設をしたいと考えていました。病院で働いていた私は、地域との関わりがあまり無かったので参加させていただく事になりました。しかし入会はさせていただけでしたが、新しい事業への取り組みに日々追われてボランティア活動への参加はほとんどできません。

社会との接点

監事 金子 和江
(長水支部)



先輩から受け継いできた信濃の会を次の方へバトンタッチしてほっとしていたところ、

監事をやることになりました。自分のやりたいことだけの生活は「最高!!」と思っていましたが、お受けすることとなりました。

した。地区の総会・学習会・社協の土日に行われる事業への参加程度でした。そんな中でも、先輩方の活動には刺激を受け、学ぶことが多かったです。

手探りの状態での通所介護は何とか継続する事ができ、15年を機に管理者の交代をすることができました。信濃の会に対してはお役に立てず心苦しい思いがありました。今回は役員として声を掛けられ、迷いつつお受けし、はじめて全体の総会に出席しました。私に出来るだろうかと不安になりましたが、お受けしたからには何とか無事務めたいと思いますので、よろしく願ひします。

昨年までは案にできていたことがだんだん難しくなり不安を感じることが多くなってきました。今までは誰でも向かう道と頭では理解してきただけでしたが、いよいよ私もそこへ突入してしまいました。億劫になったり、避けて通ろうとした。保健活動の専門性は今の私にはなくなってしまうが、社会とつながる場であると前向きにとらえ、楽しくやっていきたいと思ひております。こんな私ですが、どうぞよろしく願ひいたします。

役員退任あいさつ

習活七年に感謝

佐久支部 堀米 きみ子



役員7年、この3月で卒業させていただきます。途中コロナ禍という歴史上にも残る感染

症にも遭遇し、多くの行事が中止となった。その中で実際、会議や研修会等で役割は果たせたが、自分に問うてみた。事務局担当者の綿密な準備と資料、他役員の方々の進行によって滞りなかったと結論する。心からの感謝を申し上げ、会の発展と会員皆様方の活躍をご祈念したい。

期間中、たくさんのお習活をいただいた。役員、会員の生き様にも通じる物事への取り組み方に気迫が伝わってきた。現役時代ならそれもありだが、退職し何年か経過したにもかかわらず、培ってきた土台を基に行政・地域に活動の輪を広げている事実を知った。これはたぶん看護職という使命感（職業病とも）が、潜在的に根底にあるのかも、という思いに到達。ちがうよという方は、あとでソツと耳打ちしてほしい。

役員退任にあたり

上小支部 近藤 久代



在任中は会長さんをはじめとした国保連合会事務局の皆様には大変なご尽力を賜り、書記の任務を遂行する事ができました。感謝申し上げます。

大先輩から在宅看護職信濃の会への入会を勧められ、ほどなく上小支部役員から信濃の会役員（書記）の大役を引き受け、何もわからずとも、役員会、研修会、総会の司会を何とか務めることができました。当初、新幹線で上田駅から長野まで10分、駅からぐるりん号で（当初100円でした）途中から普段の運動不足を感じながら自治会館まで歩きました。が、だんだん書類が重くなり、天候が悪くなければ自家用車で通いました。帰りは松代のパーキングで一休みして帰る事をルーティーンにしたり、振り返ってみると、楽しみながら役員を務めさせていただいていました。今後は、信濃の会の一会員として継続したいと思っております。今後、益々信濃の会の会員が増え、発展されますよう祈念いたします。

看護職の経験を高齢者の生きがいの一助にできれば

大北支部 薄井 百子



長年にわたり会計を務めさせていただきました。当初、会計は看護師が担うとの話があり引き受けました。実際には会計業務に直接かかわることはなく、総会においての予算・決算の確認と報告を行うことが役割でした。事務局の

ボランティアで運をつかもう

中高支部 高橋 秀子



6年間も監事を務めさせていただき、お世話になりました。会計処理

は事務局がきちんとやってくださるので安心ですが、監事はやはり事業の内容を知っていて知識も豊富で、在宅看護職信濃の会での経験もある方が適任だと思います。監事の方はご苦労様ですがよろしく願います。私は、次は中高支部の幹事を務め

方々のスムーズな運営に心から感謝申し上げます。

この度、令和7年度から会則変更の討議がなされ副会長が会計を兼務することになりました。会員の方々の高齢化もあり、役員の簡素化も必要になった経緯でもあります。今後は支部幹事を1年させていただき、すので宜しくお願いいたします。

健康志向は地域の高齢者層には必須となっています。引き続き、できることはやるの気持ちで会員を増やしていきたいと思っております。

ることになりました。以前から幹事は支部の活動をまとめていく役割で大変だと思っていましたのでとても荷が重いと感じています。ですが、自分も楽しみながら、会員さんと交流して教え合い、少しでも豊かな人生につながっていければいいな、そしてそれぞれができるボランティアをやっていければいいなと思います。大谷選手はあんなに実力があるのに「ゴミを拾うのは運を拾っている」と言っていたそうです。私も見習って今できるボランティアを続けたいと思います。お天道様がきっと見ていてくれることを信じて、人助けと花を育て「ゴミを拾います。

令和6年度長野県在宅看護職信濃の会 第2回研修会報告

総会終了後に標記研修会を開催し、会員37名が参加しました。

《講演》

演題 「認知症の方との向き合い方～ピアサポートについて考える～」

講師 認知症の人と家族の会 長野県支部代表

長野県宅老所グループホーム連絡会 理事

若年性認知症支援コーディネーター 伝田 景光 氏



「寄らし、暮らし、夢ひろば」が13年目を迎えました

中高支部 眞篠 淳子

通称「夢ひろば」は、地域の皆さんの寄り拠として、平成25年7月2日に開設し、男女・年齢を問わず、交流の場としてフラッと来てお茶のみ、おしゃべりなどに利用していただいています。土日・祝祭日とお盆、正月を除いて毎日午前中に開設し、ボランティアスタッフ14名で運営しています。利用者は高齢者が多いですが、ミニ会議やミニ学習等にも活用が広がりました。

また、「むじカフエ」と称して月1回ボランティア講師を迎え、懐かしい昭和の歌を中心に皆で思い切り大きな声で歌います。体でリズムをとり、懐古に浸り、想い出を語り合いながらのひと時を楽しみ、参加された皆さんは満足気に帰っていかれます。近年知って得する学習会では、①認知症学習と②血圧と食べ物についての学習会を月1回の頻度で開催しています。それぞれ参加は自由です。その中の認知症学習の様子を紹介します。

認知症学習会（愛称…忘れな草の会）は、毎月1回10～15人程の参集

があります。介護経験者や、ちょっと気になっていいる人（MCC?）、健常と思われる人などが「認知症ってどうなるの?」「認知症になっても地域で安心して生活していくために」など、それぞれの経験や心配、不安などを、笑いも交えて和やかな中にも時に真剣に語り合います。この学習会は今月で20回目の開催となります。また、知識の習得、不安の軽減、対応の仕方など認知症について知ることができたので、この思いを広げていこうということになり、認知症で多く見られる症状と困り事の中から3つ程選び、人形劇をすることにしました。ストーリーを考え、人形作りにも取り掛かっており、これからが楽しみです。これらの活動には村役場の保健師や栄養士にも共に活動してもらっています。

在宅看護職信濃の会での認知症に関する研修は日頃の活動に示唆を与えていただき、特に3月の「若年性認知症支援コーディネーター」の活動の様子には多くを学びました。活動のきっかけや気付き、考え方など、

多くのものを得られる研修は本当に楽しみです。

このような活動を通して、多くの人たちと関わり、お互いに学び合い、理解し合いながら、自らも含めて認知症の発症を遅らせることができることへの期待を胸に、発症した人たちを地域の一員としてサポートし、見守り、家族や介護者の良き理解者になり合えることを思いながら、活動を続けていきたいと思っています。



研修会の様子

第69回長野県国保地域医療学会報告

第69回長野県国保地域医療学会が6月28日～29日にかけて、辰野町民会館にて開催されました。「地域医療の原点から近未来に向かってーこれからの見据えた地域医療とはー」をメインテーマに掲げ、基調講演、シンポジウム、研究発表を行い、特別講演には「高齢者終身サポートを取り巻く現状と課題」と題し、日本総合研究所 創発戦略センター シニアスペシャリストの沢村香苗氏にご講演いただきました。

2日間にわたる学会は延べ260人ほどの参加となり、盛況を博して閉幕しました。

(長野県在宅看護職信濃の会会員6名参加)



シンポジウム
「近未来を意識した地域医療の方向性と課題」

令和6年度都道府県在宅保健師等会全国連絡会報告

令和6年度都道府県在宅保健師等会全国連絡会がDVD視聴にて行われました。

なお、YouTubeによる動画配信もありますので、YouTubeのQRコード、もしくはDVDの貸し出しを希望される場合は、事務局(TEL: 026-2338-1553)までお問い合わせください。

《講演》

①「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施について」

厚生労働省保険局高齢者医療課

一体的実施調整官 宇野 薫氏

②「介護予防に関する国の動向について」

厚生労働省老健局老人保健課

介護予防栄養調整官 齊藤 陽子氏

《事例発表》

①「秋田県在宅保健師等『ゆずり葉の会』の活動について」

②「和歌山県在宅保健師の会『まりの会』の取り組みについて」
「重複・多剤服薬者、頻回受診者対策事業を通して」

③「愛媛県在宅保健師等会の再設置からの活動状況について」

令和5年度在宅保健師等を活用した特定健診受診勧奨事業について

受診勧奨事業は、特定健診の受診率向上を図るため、長野県在宅看護職信濃の会の会員が希望市町村に赴き、未受診者等に対して電話による受診を促す取り組みとして、平成29年度より実施しています。令和5年度は1市を支援いただきましたので結果を以下の表にまとめました。

(統計は毎年実施後の翌月の秋頃に報告されるため、令和5年度の結果をまとめています。)

市町村	受診勧奨対象条件										
A	① 40歳～74歳のA市国民健康保険被保険者 ② 過去3年間で受診歴があるが、今年度未受診										

市町村	特定健診 受診率 (令和5年度 法定報告)	受診勧奨 対象条件	受診勧奨対象者合計			電話がつながった人数			不在人数		
			A1	B1	B1/A1	A2	B2	B2/A2	A3	B3	B3/A3
A	44%	①②	1,029	49	4.76%	520	49	9.42%	509	—	—

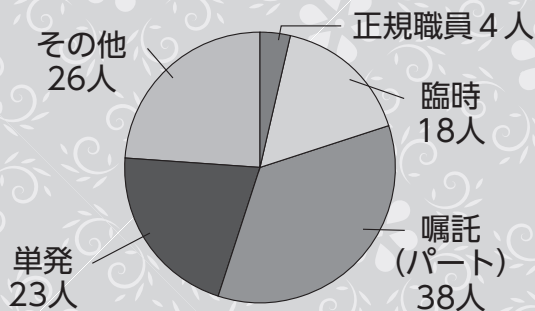
令和6年長野県在宅看護職信濃の会会員活動状況

令和6年度に行いました調査の結果をお知らせします。

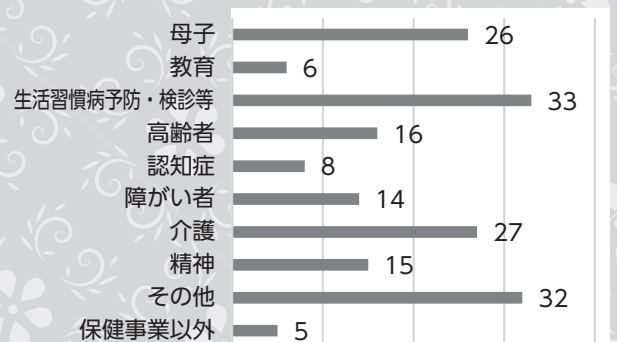
調査期間 令和6年1月～12月 回答数 会員91名
調査対象 会員130名 回答率 70%

1. 就労状況について（複数回答可）

①勤務形態



②業務分野



③具体的な業務内容 ※一部抜粋

母 子	乳幼児健診・相談、児童虐待対応（要保護児童対策地域協議会の運営）、子育て支援、マタニティー相談、母子保健、産後ママヘルプサービス 等
教 育	大学教育・研究、非常勤講師、保健室支援（児童の保健室支援）、スーパーバイザー
生活習慣病予防	特定健診業務（保健指導・受診勧奨事業・結果説明会）、がん検診、婦人科健診、ヘルススクリーニング問診、健康相談、社員の健康管理、ふれあい広場（健康相談・骨密度測定）、ヘルスアップ事業、産業保健 等
高 齢 者 ・ 介 護	骨太教室（健康チェック）、地域包括支援センター業務、高齢者訪問、ゲートキーパー（65歳を迎える人の教室）、自主活動音楽カフェ、介護初任者研修会講師（大学）、介護予防事業（須坂市すこやかふれあい広場）、介護認定審査委員会委員、介護施設業務、介護支援専門員、介護予防事業、介護保険認定調査、介護入門研修講師、阿智村社会教育研究集会、ケアマネ業務 等
認 知 症	オレンジカフェ研修支援、レクリエーション（脳トレ）、認知症対応・介護施設（宅老所・通所）での看護師業務及び介護、社会福祉協議会デイサービス 等
障 が い 者	グループホーム、障がい者施設看護師、相談支援専門員（サービス利用等計画作成）、療育相談、「障害者支援スポット」における相談支援 等
精 神	自殺予防・メンタル相談、企業のメンタルヘルス相談、家庭訪問指導、憩の家（精神障がい者の集いの場）、精神障がい者デイケア（阿智村 花桃バス） 等
感 染 症 ・ 救 護	コロナワクチンコールセンター、感染症診査協議会、ツールド・美ヶ原自転車レース、セイジ・オザワ松本フェスティバル、国営公園、スポーツ大会、球技大会 等
委 員 等	民生・児童委員、保健補導員、健康長寿延伸計画策定委員、青木村男女共同参画計画策定委員、人権擁護委員、南信州地域合同カンファレンス 等
医 療 関 係 等	自己導入の介助（小学生）、医療業務（スキー障害診療）、あち訪問看護ステーション管理、こぞうの会（関節疾患の対応学習）、保健室業務（施設） 等
保 健 事 業 以 外	イベントまるごとつながるフェスタ（血圧測定）、犯罪被害者支援条例策定委員、地区長寿会役員会、退公連盟上田支部役員会、JA 女性部支部・生活班活動、社協評議員

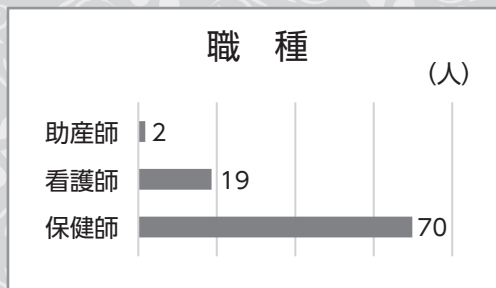
2. ボランティア活動について

- ① 支援人数 53 人
 ② 支援回数 (合計) 2,164 回
 ③ 具体的な内容 ※一部抜粋

母 子 児 童	ひとり親家庭の会、親と子の相談場所と居場所 (一般社団法人の運営)、子どもの居場所拠点事業受託・PHN 有資格者「だん暖」、子ども食堂、地域カフェ、子ども劇場イベント付き添い指導、登校時の見守り、おもちゃの広場、子どもの居場所運営「お寺カフェ」(不登校の小中学生)、夏休み「てらこや」運営、保育園・小学校応援隊 等
教 育	佐久性を語る会 (定例会)、同和教育推進 (一般住民)、就学支援委員会、小学校目を守る紙芝居実施 等
生活習慣病 予 防	地区健康体操役員、武石たのしい会企画運営、健康づくり・介護予防教育、豊野地区健康相談、保健指導員活動の際の在宅高齢者への健康相談・健康教育、福祉のまちづくり事業 (ふれあい広場) における健康相談、学習会開催・運営 (夢ひろば) 等
地 域 ・ サ ロ ン	地域住民を対象とした地域の中での居場所づくり (高齢者中心の地域カフェ)、えんがわお茶飲みサロン、晋平の里コーラス、ささえ愛なかの「地域お助け隊」、地区いきいき体操・脳トレ・紙芝居等、鬼無里の湯ふれあいサロン (高齢者の介護予防)、なっちょ隊 (フレフレサポーター・自主活動グループお楽しみ会)、まるっと中野フェス (コーヒーボランティア)、わいがや座談会、お寺サロン運営「高齢者の学びサロン」、いきいきサロン、高齢者おでかけサロン 等
高齢者・ 認知症・ 介 護	健康体操指導、訪問型高齢者の話し相手、サンタ隊高齢者訪問 (健康相談)、病院の付き添い、買い物ボランティア、社協いきいき外出救護、配食弁当調理、介護予防のためのボランティアの会への参加 (あおぞらの会)、高齢者介護予防事業、介護予防臨床美術講座、紙芝居 (介護施設)、デイサービス・オレンジランチ支援 等
障がい者	ぶれジョブ (定例会)、引きこもりの方の居場所でのボランティア 等
精 神	メンタル相談・自殺予防カウンセリング、森林セラピー、精神障がい者施設でのボランティア 等
そ の 他	ゲートキーパー、映画「生きる」上映浅麓実行委員会 (東日本大震災のドキュメンタリー映画の準備から上映まで)、スコール活動、民生委員活動の際の保健相談・指導、介護施設のボランティア (舞踊等)、小学生体験学習 (舞踊)、社協心配事相談、うえだ人権推進会議、更生保護、犯罪被害者支援、保護司、高山村ボランティア団体の業務、地区の食堂運営、がんピアサポーター、鬼無里福祉隊 (地域の福祉検討・有識者として) 等
保健事業 以 外	交通安全、小・中学校読み聞かせ、小学校花壇ボランティア、地域の草むしり、保育園の園庭草とり・窓ふき、地区道路脇の花畑の管理 (ローズガーデン)、青木村女性の会・女性団体連絡会役員、女と男うえだ市民の会運営委員、落語会運営、人権擁護委員 (人権相談等)、開発途上国子ども支援、ラウンドトレイル、郷土食料理講習会 等

3. 会員の構成 (回答者のみ)

年 代	人 数
30 歳代	1
60 歳代	31
70 歳代	53
80 歳代	6



調査にご協力いただき、ありがとうございました！

令和7年度長野県在宅看護職信濃の会 役員・幹事名簿

職 名	支部名	氏 名
会 長	上伊那	平 澤 かほる
副会長兼会計	佐 久	須 佐 千代栄
書 記	松塩筑	曾 根 亮 子
監 事	須 高	富 澤 治 子
〃	長 水	金 子 和 江
幹 事	佐 久	中 山 松 枝
〃	上 小	宮 入 典 子
〃	諏 訪	伊 藤 暁 子
〃	上伊那	田 中 玲 子
〃	飯 下	山 本 昌 江
〃	松塩筑	古 畑 崇 子

職 名	支部名	氏 名
幹 事	木 曾	
〃	安曇野	
〃	大 北	薄 井 百 子
〃	千 曲	村 田 文 子
〃	須 高	目 黒 敦 子
〃	中 高	高 橋 秀 子
〃	長 水	戸 谷 美知子
〃	飯 水	武 田 民 江
顧 問		矢 口 洋 子
顧 問		菊 池 智 子
顧 問		金 子 和 江

令和7年度長野県国民健康保険団体連合会 事務局名簿

職 名	氏 名
事務局長	土 屋 淳 子
保健事業課 課長	関 口 博 史
保健事業課 課長補佐	轟 幾 代
保健事業係 担当係長	原 田 大 樹
保健事業係 主査	塚 原 めぐみ
保健事業係 主事	下 城 涼 子
保健事業主任専門員(保健師)	田 中 ゆう子
保健事業専門員(保健師)	小 山 佐知恵

令和7年度役員会より



後段左から 富澤、金子
前段左から 曾根、平澤、須佐

編集後記

編集委員 中山 松枝
(佐久支部)

『老いは脚からやってくる』

以前より興味があったインターバル速歩を5月より開始しました。社協の募集ですが信大とタイアップして血液検査や身体計測を開始前と終了後に実施し、最後に約5ヶ月間の各人のトレーニングの結果を聞く事が出来ます。

私は思っていたより歩く時間が取れずトレーニング不足に陥っていますが、アプリのアドバイスを「頑張りましたね」などと優しい言葉を見るとめげずにやる気が出ます。

このインターバル速歩は、アプリの効果検証を目的とする臨床研究ですが、私のトレーニングがどんな評価をされるのか？今から楽しみにしています。



題字揮毫

第二代会長 林 操