

在宅保健師の会 おおさか

CONTENTS

会長あいさつ	1
令和6年度事業報告	2
令和6年度第2回研修会及び交流会	3
令和7年度総会・記念講演会	4-5
令和7年度第1回研修会	6
保健事業参加の声	7
会員のひろば	8-9
新会員のご紹介	10-11
新旧役員からご挨拶	11
INFORMATION	12



会長あいさつ



令和8年初春のお慶びを申し上げます。旧年中は国保連合会をはじめ関係機関の皆様、会員の皆様には本会の活動にご支援とご協力をいただき厚く御礼申し上げます。新しい年が穏やかな明るい年でありますようご祈念申し上げます。

さて、近年の気候変動は、私たちの身边にも大きな影響を与えています。度重なる地震や風水害、農作物の不作や熱中症など地球温暖化によるといわれる環境変化は、私たちの生活を様変わりさせています。また、科学技術の進歩は、AIの登場、インターネット普及による情報提供の方法等、私たち保健師が専門とする保健指導をもとて代わろうとしています。

また、令和8年度(2026年度)から子ども・子育て支援金制度が始まります。この制度は、医療保険の仕組みを活用し支援金を徴収するもので、今後の健康保険の制度の在

大阪府在宅保健師の会 会長 清水 一二三

り方をも変化させるものとなると思われます。

このような変化の中で、本会が少しでも皆様のお役に立てるようにと、疾病管理や健康増進、保健指導の在り方・考え方について情報を提供することなど、変化する時代に適した情報やスキルを提供できるよう一層務めてまいりたいと思っております。

また、会員の平均年齢は高齢化していますが、ますます元気に活動され、経験を積み重ねておられる方もたくさんおられます。交流を通してこれらの豊富な経験を共有し、会員同士、現役の保健師の皆様、他職種の皆様と情報を共有しながら互いのスキルを高めることができればと思っております。

改めて、私たち在宅保健師の会ができるることは何か、皆様方の忌憚ないご意見をいただければと思っております。そして、公衆衛生看護職の保健師として、今できることを摸索してまいりたいと思っております。

昨年度も多くの会員の皆様にご協力いただき、

事業運営ができたことに感謝申し上げます。

また、令和5年度に続いて交流会を開催することができ、

市町村保健師を含めて様々な方と交流できたとの声をいただいております。

在宅保健師の会をきっかけに、新たな活躍の場を見つけていただけたら幸いです。



令和6年度事業報告

役員会	第1回 令和6年4月22日 第2回 令和6年6月13日 第3回 令和6年7月19日 第4回 令和6年9月19日 第5回 令和6年11月21日 第6回 令和7年2月28日	・令和6年度研修会・交流会について ・会報第49号について ・次期役員改選について ・大阪府在宅保健師の会の方向性について ・令和7年度事業計画について 等	大阪府 在宅保健師の会 役員
	令和6年4月22日	【認定事項】 1 令和5年度大阪府在宅保健師の会事業報告(案)の認定について 【議決事項】 1 令和6年度大阪府在宅保健師の会事業計画(案)について 2 「大阪府在宅保健師の会」会則の一部改正(案)について	参加者46名
	令和6年4月22日 記念講演会	「-第2弾-エビデンスに基づいた行動変容につながる保健指導」 大阪大学大学院医学系研究科公衆衛生学 特任准教授 野口 緑 氏	参加者70名 (うち会員53名)
	令和6年7月19日 第1回研修会	「運動と生活習慣予防・介護予防との関連性」 ～インターバル歩行を学ぼう!～ 信州大学大学院医学系研究科 e-ヘルスサイエンス講座 特任教授 能勢 博 氏	参加者79名 (うち会員50名)
	令和6年12月23日 第2回研修会及び交流会	【研修会】 「脳活性化トレーニング」～子どもから高齢者まで使えるシナプソロジー～ 健康運動指導士 田口 たえ子 氏 【交流会】 ・「今日受講した感想」	参加者65名 (うち会員45名)
	特定健診受診勧奨 (健康相談)等支援事業	実施保険者 8保険者 八尾市、和泉市、羽曳野市、熊取町、岬町、太子町、河南町、千早赤阪村	協力者 延べ43名
事業協力	特定健診未受診者 対策事業	実施保険者 4保険者 忠岡町、岬町、大阪府浴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40名
	特定健診受診者の フォローアップ事業	実施保険者 9保険者 岸和田市、枚方市、泉佐野市、和泉市、四條畷市、能勢町、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、大阪建設国民健康保険組合	協力者 延べ121名
	重複服薬者への 健康相談事業	実施保険者 3保険者 茨木市、寝屋川市、熊取町	協力者 8名

○会報第49号発行

○令和6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）

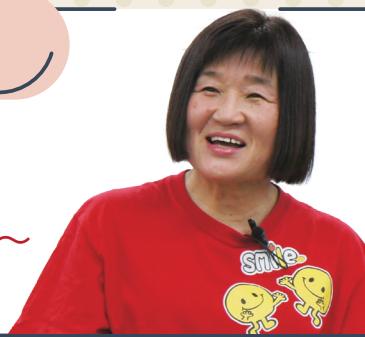
令和6年度 第2回研修会及び交流会

とき:令和6年12月23日(月)

テーマ:脳活性化トレーニング

～子どもから高齢者まで使えるシナプソロジー～

講師:健康運動指導士 田口 たえ子 氏



脳活性化トレーニング「シナプソロジー」を受講して

四條畷市健康福祉部高齢福祉課 西條

シナプソロジーについては、本市の健康教室で、体験したことがありました。子どもから高齢者まで使えるメソッドであり、地域の高齢者の居場所で脳機能や精神の健康づくりにも必要性を感じており、実践方法に興味があったため参加させていただきました。

特に興味深かったのが、スペースを問わず、1人でも複数人でもできること、また媒体を用意しなくてもできる気軽さと汎用性の高さです。「上手くできない」ことで脳が活性化、適度に混乱し新しい刺激を受



けているということを前向きに伝え、笑いながら楽しくできるメソッドで、エビデンスもあり、現場で取り組みやすいと思いました。

受講後に、インストラクター養成コースに参加し無事合格、早速現場で実践しました。対象者の理解度や認知の状況、人数によって臨機応変に工夫することが求められますが、楽しく脳の活性化を図り、市民の健康寿命延伸につなげていきたいと取り組んでいます。

「脳活性化トレーニング ～子どもから高齢者まで使えるシナプソロジー～」を受講して

千早赤阪村民生部健康課 上嶋

先日は、とても楽しい講演をありがとうございました。笑いが絶えない研修会でした。

私は、健康増進事業を担当しており、「おもしろそう」と思って参加しましたが、「事業で実際に使えるのかな。」と心配でした。実際に受けてみると、元々脳トレなどは、得意でないタイプであることも原因かもしれません、スペースアップしていくと本当に難しかったです。けれども、初めて会ったほかの参加者の方と、失敗しても笑いあい、楽しく実践できました。今回体験させていただいたシナプソロジーは、様々な年齢や姿勢、場所などに制限されることなく、道具も使わずに実施できるとても良い方法だと思いました。交流会では、シナプソロジーを実施する際には、失敗したときに落ち込んでしまう人へフォローが必要ではないかという意見も出たので、その点に留意して、今後、健康教室などに取り入れていきたいと思います。



令和7年度 総会

令和7年4月21日(月)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41名の出席がありました。

清水会長の挨拶に続き、大阪府健康医療部健康医療総務課 田中参事、大阪府国民健康保険団体連合会 田中専務理事からご挨拶をいただきました。

続いて、認定第1号「令和6年度大阪府在宅保健師の会事業報告(案)の認定について」、議案第1号「令和7年度大阪府在宅保健師の会事業計画(案)について」、議案第2号「令和7年度大阪府在宅保健師の会役員の選任(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武部副会長と川村副会長から、そして令和7年度役員を代表して清水会長から挨拶がありました。

令和7年度 記念講演会

とき:令和7年4月21日(月)

テーマ:超高齢社会におけるエイジングケアとは
～百寿高齢者ヘインタビュー等の
研究から見えてきたこと～

講 師:大阪大学大学院人間科学研究科 教授 権藤 恭之 氏



講演概要

心理学を基礎とした長年の老年学の研究から、理想的な年の取り方がある。それは、①PPK(ピンピンコロリ)と②FFS(フニャフニャスルリ)の2つ。

高齢者の重要な事実(健康長寿研究)

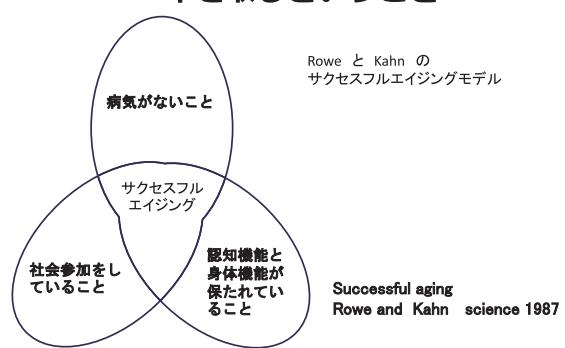
<体の面>

- ・最近の高齢者は若くなっている
- ・活動は高齢者の健康維持に重要
- ・超高齢者の要介護率は高い

<こころの面>

- ・高齢になるほど若く感じるようになる
- ・加齢に伴い幸福感は高くなる
- ・加齢に伴う喪失によって獲得するものがある

年を取るということ



調査研究の結果を、RoweとKahnのサクセスフルエイジングモデル(年を取るということが、①病気がないこと、②社会参加をしていること、③認知機能と身体機能が保たれていること、3つの要素を持ち合わせる)から見ると、超高齢者ではサクセスフルエイジングはほぼ不可能だ。

そこで、「百寿者にとっての幸福感の構成要素」について13人の百寿者の語りを分析したところ、百寿者の幸福感は、様々な喪失(身体機能の低下、社会的地位の喪失、他者との交流頻度の低下)に直面し、制限が多い生活の中で、「前向きな気持ちで生きること」、「他者との良い関係を築くこと」などポジティブな感情を自ら生み出す適応的な姿勢から生じることが示唆された。

つまり、加齢に伴って機能は低下するが、加齢によって考え方方が変わることで「体の元気のなさ」を補うことができる。

そのことを踏まえると、超高齢化社会においては新たなサクセスフルエイジングのモデルが必要で、一見丈夫そうだが機能を保とうとするため折れる可能性があるPPKと、一見弱そうだが柔軟に対応し、嵐に強いFFSが同時に存在することが理想的な年の取り方である。

(2つの理想的な年の取り方)

PPK (ピンピンコロリ) FFS (フニャフニヤスルリ)



<会員の感想>

- ・あまり聞いたことがない内容で興味深くよかったです。
- ・年を取るイメージが変わりました。
- ・楽しい講演でした。自分も高齢になってミスをすることが多くなり、退職しましたが、自分を褒めてあげたいと思いました。
- ・考え方の幅が広がりました。
- ・自分自身の事としてとても参考になりました。
- ・自分も高齢者になり、考えていることは同じだと思いました。
- ・老年的超越への変化のために支援者としてできることは、何だろう?と考えさせられました。
- ・年をとって幸せと思える、とても励みになったように感じます。
- ・とても興味深い内容で、わかりやすかったです。
- ・幸福、幸福長寿という新たな視点を得られて、今後の活動に大いに生かせそうです。
- ・老いることの不安はあるが、考え方で不安は和らぎました。ピンピンコロリがいいと願っていましたが、フニャフニヤコロリもありかと思いました。
- ・フニャフニヤスルリ、老いの在り方について新たに学びました。
- ・超越感、とてもよくわかります。投げやりではないが、「ええやん」と許す、自分の健康も周りのこと。そんな感じでしょうか。認知機能の低下もあるのかもしれません、こだわりが少なくなるような感じでしょうか。超越感があれば、みんなが幸せになれるけれど、超越感を獲得できない人もいるのでしょうか?また、教えて獲得できるものではない中で、どうやったら、どう働きかけたら、獲得を促せられるのか、今までの生き方や環境に影響しているものでしょうか。
- ・自分の親にも、今の気持ちを聞いてみたいと思います。また、自分自身は意識して変えないといけないのかとも思いました。
- ・楽しかったです。どう生きていくかのヒントになりました。

<市町村職員の感想>

- ・サクセスフルエイジングの考え方を初めて知りました。
- ・安心して長生きしてもらえる社会を実現したいです。
- ・近年、超高齢化社会が進んでいる中で、保健師としてどう向き合っていくか等考える機会になりました。
- ・高齢者の方の介護予防や、年齢を重ねることへの気持ちの変化等を知ることができ、関わる際にどのような声かけをすべきかの参考になりました。
- ・老年的超越について、大変興味深かったです。男女差があるのが面白かったです。
- ・老年的超越に至るプロセスやきっかけについて、お伺いしたいと思いました。経済や社会的な要因は簡単には変えられないで、きっかけやプロセスを活かして事業ができないかと思いました。
- ・保健師としての健康寿命の延伸に目線が行きがちだが、気持ちの有り様や「高齢者の幸福とは」と改めて考えさせられました。

令和7年度 第1回研修会

と き:令和7年9月11日(木)

テーマ:こころとからだのセルフヒーリング
～治癒力(健康パフォーマンス)を高めるために～

講 師:ナチュラル心療内科 院長 竹林 直紀 氏



研修を受けて

沢田 恵美子

薬に頼らない治療。こころとからだ(身体相関)同時にアプローチする。自分の心身の不調をどのようにとらえ行動するか。回復力は自分自身が持っている。ストレスケア3つの要素(栄養・思考・行動)、栄養では神経伝達物質の材料としての栄養素や体調不良と低血糖症の関連を知ることができました。

思考を変える。「できない」→「今はしない」、「どうしよう」→「何とかなる」、プラス感情を伴う言葉に置き換える。ポジティブな言葉を使う練習をする。

ストレス、緊張と緩和、深呼吸、吐く息を長くなど、こころと身体のバランスを整える。

色々な治療法があることを学び、日ごろの活動や自身の健康面の参考にしたいと思いました。

研修会を受講して

橋本 千佳

竹林先生が最初に語られた「世界に目を向ければ薬を使わずに心身の不調は治されている。」という言葉が深く心に残っています。

大きな視野を持ちながら自分ができることを意識化する大切さと、ストレスに対するセルフケア技法の実際を学ぶ機会となりました。

講義の中で行動・思考・栄養の面からの自分で実践できるストレスケアについて理解しやすく教えていただき、デモンストレーションで姿勢と感情の関連も実際に知覚でき、セルフケアの有用性を実感しました。またマスメディアの思考への影響、自律神経の社会交流的な働きについては新しい学びでした。学んだことは保健師活動の中でも、自分の生活の中でも活かていきたいです。

こころとからだのセルフヒーリング

山下 典子

こころとからだの治癒力を高める機会をいただいて、長く生きてきて知らず知らずのうちに、からだを楽にして、こころを落ち着け、気分の良くなることを色々試してきたと思います。先生の講演にうなずき、新しい分野として切り開かれてきた薬を使わないホリスティックな統合医療で多くの病気の人たちが安堵を得ていることを感じました。

研究所のホームページで示された3つの輪を通して、私たちのからだを構成する約37兆個の細胞の働きを向上させて、様々な病気を治す療法だと知ることが出来ました。

保健師が従事している重症化予防と共に食事やサプリメント、生活習慣に関わることではあるが、医師や療法士との連携のもとで食事、運動、睡眠、日常生活に潜むストレスにも注意が払われた予防活動に取り組めたらと思います。保健師生活を振り返っての反省は、栄養の働きについてもっと分かりやすく伝えられたら良かったと思います。

保健事業参加の声



今回は、介護保険審査会と
特定健診受診勧奨(健康相談)等支援事業に
ご協力いただいた会員の方に、
従事しての感想をご投稿いただきました。

介護保険審査会

大阪府在宅保健師の会では、平成19年度から大阪府介護保険審査会へ委員を選出し19年目になります。大阪府介護保険審査会について、ご存じでしょうか。少しご説明したいと思います。

介護保険審査会とは、都道府県ごとに設置されており、審査請求された案件について、処分を行った保険者(市町村)に事実確認を行ったうえで、法律や条例に照らして違法または不当な点がないかどうかを審理し、裁決する機関です。

審査請求ができる処分は(1)保険給付に関する処分(被保険者証の交付の請求に関する処分及び要介護認定又は要支援認定に関する処分を含む。)と、(2)保険料その他介護保険法の規定による徴収金(財政安定化基金拠出金、納付金及び介護保険法第157条第1項に規定する延滞金を除く。)に関する処分の2つがあり、審査会ではこれらを審理します。大阪府介護保険審査委員は36名で、被保険者代表3名、市町村代表3名、公益代表(法律3名、医療9名、保健9名、福祉9名)から構成されています。本会では、保健分野の公益代表として、3年任期の2名を3年毎に選出しています。

ここでは、令和4年度から6年度の3年間、審査会の委員を担当いただいた瀬戸節子さん、岡本まつ江さんから、一言ご感想をいただきました。

瀬戸 節子 様々なケースが審査会で審議され、その中で感じたことは、調査の実態と、介護給付・予防給付、要介護保険該当・非該当についての判定に関することです。本人や家族の認識と判定との間の差について考慮しながら、審査する難しさを感じました。

岡本 まつ江 審査会に参加するために、再度介護保険制度について読み直してみました。
審査資料の把握、保健分野の視点から見てどう判断するのか、法的根拠はどうなのか等色々考えさせられることが多くありました。その中で審査することと、今後考えられる介護状態の軽減や悪化の防止のために、予防的視点も重要だと思いました。

特定健診受診勧奨(健康相談)等支援事業

健康相談に従事して5年目になります。特定健診時の健康相談ですので、健診結果BMIと腹囲、血圧のみで対象者との面接、指導になります。情報量の少ない中、1人10分～20分位で瞬時に信頼関係を築き、問題点・課題をつかみ、目標設定、行動変容への足がかりになるようにする、そして記録時間も含みますので、正直大変です。後日の結果返し時、市町村の保健師さんが対応されるのでその繋ぎではありますが、これで良かったのかと毎回反省しています。市町村の保健師さんは、結果返しの用紙やパンフレット、また展示物など来所者にいかに伝え、健康に留意してもらうかの工夫をされ、感心させられます。また、地域・人を知っている保健師さんの一声で来所者の表情も和らぎ、生活の振り返りのきっかけと次の健診にも繋がるなと思う様子を何度も拝見しました。

願うことですが、やはり地域の保健師の数を増やし、対応できることが一番望ましいと思いました。(大阪府作成の禁煙パンフレットは、ダウンロードして使用できますのでお勧めします。)

荒崎 雅子

会員のひろば

このコーナーでは、会員の皆様の絵画や俳句、絵手紙、生け花などの創作活動や、ボランティア活動、サークル活動、スポーツ活動など様々な活動をご紹介します。

〈私と健康劇団〉

私は、定年後も縁あって、元の職場で週に2~3日働いています。在職時代から健康づくり応援団と関わり、住民さんたちと共に公私とも健康づくりのお手伝いをしてきました。その一つが、健康劇団です。この劇団の目的は、健康情報をわかりやすく劇にし、地域の皆様と共に考え、つながり、正しい知識を啓発することです。例えば、糖尿病をテーマにした劇「人生そんなに甘くない」です。

「人生の甘い・辛い」と「糖質の甘い」を掛け合わせ、糖尿病の知識をシナリオに取り入れ、演じています。劇団では、発声練習、演技指導、シナリオ作成、舞台づくりなど、住民さんと共に多くを学び、楽しみを分かちあっています。町の広報誌にも「見つけてやいましたナイスな人たち」と掲載されたこともあります。この活動で、住民の皆様へ少しずつですが糖尿病の知識が広がっているような気がします。

私は、この活動を通して、保健師として、一人の人間として、住民さんと向き合え、「住民さんと共に」を実感させてくれていると思っています。ありがとうございます。



健康劇仲間

そして、現職時代と違い、また一味違った住民さんとの関わりができる、ネット社会にあっても、直に人の温かさを感じながら住民さんとお話しし、向き合えることに、この上ない充実したひと時を感じています。

この活動以外にも、私の生まれ故郷で誕生した「琵琶湖の葦笛」を学び、友人のグループと、町のサロンで音楽を披露するなど交流活動もしています。

これらの活動が、私の健康づくりであり、生きがいかなと思います。

瀬戸 節子



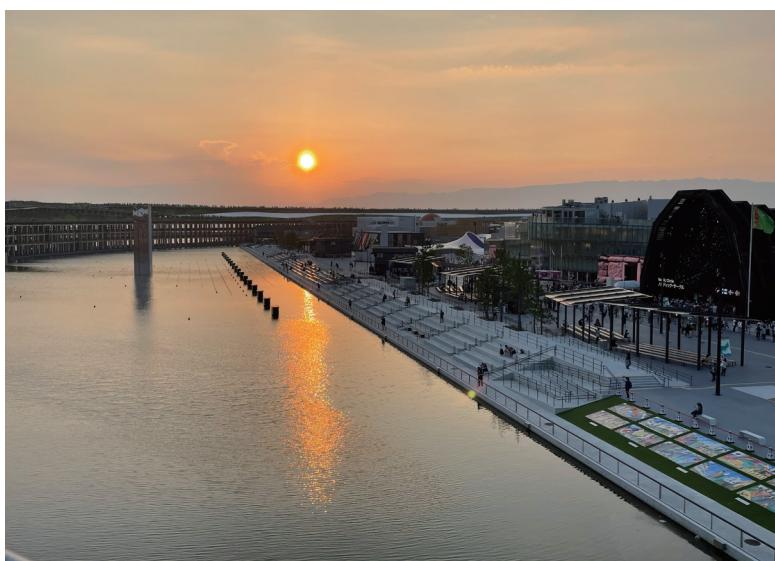
〈大阪・関西万博2025三昧(ざんまい)の思い出〉

振り返れば、開幕2年前に期待に胸を膨らませ通期パスを購入し、1年前には万博ボランティアに応募し事前研修を受け、ユニフォームが届いた時には記念写真を撮り、4月に壮大な大屋根リングを見た時から万博三昧の半年間がスタートしました。

万博ボランティアでは医療救護施設等を選択し、幸いなことに大きなアクシデントもなく計10回参加することができました。活動内容は、軽作業で救護室のベッドや手すりの消毒、車いすの介助等でしたが、体調を崩された80歳代男性が55年前の万博の思い出話から、「大屋根リングだけは観て帰るわ。」と元気になられた姿など忘れられません。また、友人や高齢の方々をアテンドし20回以上来場しました。入場チケットの購入やパビリオン予約などデジタル操作が多いので、お手伝いしながら一緒に各館を周り、世界の料理を食べ、リング上からの見事な夕陽や花火など非日常の景色を楽しみ、感動を共有しました。

大阪にいながら世界旅行ができた、大阪・関西万博2025!あつという間の半年間でしたが、世界158の国・地域の歴史や文化、いのちをテーマにした展示はもとより、見たことのない踊りや音楽を堪能させてくれた各国に心より感謝すると共に、地球上のすべての国が万博に集う仲間のように平和に安全に過ごせるよう願い、私の万博も閉幕しました。

今津 弘子



大屋根リングから観た夕陽

作品紹介〈4コマ漫画〉

出かける前のチェック
—わすれもの—



高齢者大学似顔絵漫画講座に通った学びをもとに作りました。

作:清水一二三

新会員のご紹介

令和6年9月から令和7年8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本会に期待すること等をご寄稿いただきました。



遠藤 玲子さん

この度、在宅保健師の会に入会させていただきました。この会には先輩保健師の勧めと、国保関係の仕事に従事していた経緯もあり入会しました。ただ、この十数年は母子保健業務が中心の担当だったため、老成人業務からは遠ざかっており、不安はあります。研修の機会もあるとお伺いしているので、新たな知識も得ながら活動出来ればと思っています。よろしくお願ひします。

大野 桂子さん

行政保健師を令和7年3月末に退職しました。すでに入会していた先輩方より入会を勧められたこと、退職後も少しは保健師の仕事に携わってみたい気持ちがあり、入会させていただきました。これまで国保関係の業務には従事しておらず不安ですが、最新の知識を得ながら、少しでも健康づくりのお役に立てればと思っています。よろしくお願ひします。

田代 佳都子さん

長年勤めた行政保健師を退職し、初めは「ゆっくりしたい」という気持ちでいっぱいでしたが、前回の会報で同級生やお世話になった方のお名前を見つけて、皆さんと研修会で学び、もう少し保健活動に向けて、皆さんと研修会で学び、もう少し保健活動に向けて、皆さんと一緒に活動を始めた時に、在宅保健師の会にもご協力いたしました。国保保健事業を関わられたらと思い、入会しました。国保保健事業を担当していた時に、在宅保健師の会にもご協力いたしました。在宅保健師の会のことを、既に会員になられている方と、お仕事で一緒に活動を始めた際に教えていただき、入会しました。お仕事経験の幅が広がればいいなと思っています。また、研修会などもあるとのことで他の会員の方とも交流できればと思っています。よろしくお願ひいたします。

堂園 圭子さん

在宅保健師の会のことを、既に会員になられている方と、お仕事で一緒に活動を始めた際に教えていただき、入会しました。お仕事経験の幅が広がればいいなと思っています。また、研修会などもあるとのことで他の会員の方とも交流できればと思っています。よろしくお願ひいたします。

清水 美子さん

長年勤めた行政を退職して、今は産業保健で、パート勤務で働いています。職員の健診結果を見て、若くても大丈夫かなと感じる方が多いのが多く、アプローチするにしても自身の知識不足を感じる日々です。もう少し学ばないと、他はどうされているのかな…と思い、参加させていただくことにしました。

色々な職場で経験を積まれた先輩方にお会いでいるのも楽しみにしております。どうぞよろしくお願いいたします。

高橋 朋子さん

長年行政保健師を続けていましたが、その中でも長く福祉分野にいました。専門職として視野を広げながら、知識・スキルを高めつつ、他機関・多職種との連携の大切さ、楽しさを感じて仕事をしていました。

しかし保健師同士で他分野への理解が難しくなり、仕事を続けていくことに困難を感じて退職しました。現在では、大学の看護学部や保健所等でアルバイトをしながら自分の役割を模索しています。こちらで交流、勉強できたらと思っています。よろしくお願いします。

畠中 好美さん

学生時代の友人のお誘いもあり、入会させて頂きました。自治体保健師在職中は仕事のやりがい、職場や家族のサポートもあり、充実した時間を過ごせました。退職後は、近隣自治体の乳幼児健診業務に携わっています。空き時間には運動を継続し、リフレッシュと健康寿命の延伸を心がけています。今年度からは日本語ボランティア養成講座を受講し、地域で子育てる外国人の支援にも関わりたいと思っています。在宅保健師の会では、会員の方々との情報共有や学びの機会を得て、少しでもお役に立てればと思っています。

藤江 芳子さん

私は3月に退職し、すでに入会して活動されている保健師より在宅保健師の会の活動内容を聞いていたこと、また保健師の仕事に少しでも携わっていければと思い、入会させていただきました。退職前、特定保健指導に従事していたこともあり、相談事業については大体理解でき、少しでもお役に立てればと思いました。研修等新たな知識を習得する場に参加させていただきながら、相談事業に貢献できればと思っています。

N.Hさん

長年、行政保健師の仕事に携わってきました。現在は仕事を減らし、ゆったりと仕事をさせてもらっています。

職場の先輩が入会されており、お説明いただきため、今回入会させていただきました。在宅保健師の会では、皆様とともに実践に即した、最新の情報等を学ぶ機会がありますが、お報を得ながら、少しずつになるとは思いますが、お役に立てるように参加していきたいと思っています。どうぞよろしくお願い致します。

新旧役員からご挨拶

～退任役員～

私は6年間役員を務めましたが、この間に役員会や研修会、事業への協力を通じて多くのことを学べたことに感謝しています。役員会では事務局から提示される最新の情報や中央から届く国の動向、全国の在宅保健師等会の活動報告、そして役員会での議論などから、在宅保健師への期待の大きさ、役割について学び、考える機会を得ました。国から期待されていることと、会員の皆様の知りたい、学びたい、交流したい、力を活かしたい…といった想いに応えるために努めたつもりです。新体制になり、清水会長のもとでパワーアップしたメンバーの柔軟な発想で、会の活動がより充実されることと期待しています。

退任後は会員として地域の健康活動に少しでも貢献できたらと思っていますので、今後ともよろしくお願ひいたします。

武部 ひとみ

このたび、役員を退任することとなりました。4年間ではありましたが、役員として、会員の皆様の暖かいご支援をいただき、会活動に参画できたことを幸せに思っています。

役員へのお話をいただいたとき、自身の知力、体力、気力の衰えに加え、親の介護や孫の守（子育て支援）等、時間的な制約もある中で役割を担えるのか戸惑いましたが、役員や会員の皆様、そして、事務局のご支援をいただき、何とか4年間の任期を終えることができ、多くのことを学び考える機会となりました。心から感謝申し上げます。

最後に、新役員のもと、会員が支えあいながら力を合わせ、大阪府在宅保健師の会が発展していくよう願っています。

川村 律子

～新任役員～

今年度より在宅保健師の会の幹事をさせていただくことになりました。

現役を離れて8年目となり、今は趣味の歌を何人かの先生に習って仲間と歌ったり、おしゃべりしたりして過ごすことが一番の楽しい時間です。また、保健師の方々との接点が少しずつ減ってきて、同じ視点で話し合える人が、だんだん少なくなっているを感じています。

本会の役員に参加させていただき、会の皆様、事務局の方々と協力しながら、保健師の視点を大切にしていく活動のお手伝いをすることができるようにと思っていますので、よろしくお願ひいたします。

天見 佳子

令和5年度に在宅保健師の会に入会し、保健事業に携わらせていただいております。

ここでは新しい出会いがあり、様々な分野で保健活動を続けておられる方々とお話しすることができ、とても刺激を受けましたし、頑張ろうという気持ちを持つことができました。

また、新たな知識を学ぶ機会もあり、活動を支援していただけることにも感謝しています。正に在宅保健師のための活動の場であると実感しています。

今年度より幹事を引き受けさせていただくことになりました。微力ではありますが、少しでも皆様のお役に立つことができれば幸いです。どうぞよろしくお願ひいたします。

濱田 貴美恵

INFORMATION

令和8年度 国保連合会の保健事業に係る説明会（予定）

とき：令和8年4月中旬
場所：大阪府国民健康保険団体連合会 3階会議室

令和8年度総会・第1回研修会（予定）

とき：令和8年4月下旬
場所：大阪府国民健康保険団体連合会 3階会議室
内容：総会

【認定事項】

1) 令和7年度大阪府在宅保健師の会事業報告について

【議決事項】

1) 令和8年度大阪府在宅保健師の会事業計画について

第1回研修会

テーマ及び講師は検討中です

新旧保健事業専門員からご挨拶

岡森 幸予

2014(H26)年4月～2025(R7)年3月末まで10年間、お世話になりました。きっかけは、まだ市町村において健康リーダーの育成講座が盛んだった頃、在宅保健師の会会員として事業協力をさせていただいたことでした。専門員としての初仕事は、富田林市でのパイロット事業。前任の専門員、国保連合会職員、市らと協働で構築した計画に沿って、特定健診受診勧奨、保健指導、健康相談会ほか、様々な事業を会員の皆様とともに実践させていただきました。全て1からの作業にワクワクしたことを昨日のことのように覚えています。これまで皆様の保健指導を身近で学ばせていただいたことは、自身の宝物です。時代の流れとともに、国保連合会が求められる役割も変化していますが、在宅保健師の会に寄せられる期待は今後も大きいと考えます。今後はまた一会員としてお世話になります。どうぞよろしくお願ひします。

田平 昌代

2025(R7)年4月より保健事業専門員として皆様にお世話になっております。市町村で長らく勤務し、この度、縁あって皆様と再会することとなりました。私が保健師になって数年のころ、在宅保健師さんたちとともに健康教育を開催し、そのパワーと意気込みに尊敬の念を抱いておりました。国保連合会に来てからもそのパワーには全く衰えを感じず、さらなる活躍への意欲やお姿を拝見し、私自身も身の引き締まる気持ちになっております。まだまだ、自分に何ができるのか、悩みながら従事しておりますので、ご指導のほど、よろしくお願ひいたします。

編集後記

会員の皆様には、総会・研修会への出席、保健事業に参加していただきありがとうございます。「在宅保健師の会おおさか」の発行も今回で50回目となり、国保連合会事務局ご協力のもと、編集内容を検討してまいりました。会の活動になかなか参加できない会員の方にも、会報を見ていただくことで会員間の繋がりのお役に立てばと考えています。

会員の平均年齢も高齢化が進んでいますが、様々な形で頑張っている会員もたくさんおられます。会員間の縦横の繋がりを強化できる方法を模索しているところです。皆様からのご意見をお聞かせください。

令和7年度役員の紹介

令和6年度をもって武部副会長、川村副会長が退任されました。長きにわたりご尽力いただき、ありがとうございました。

新たに天見幹事、濱田幹事にご就任いただき、清水会長、大巻副会長、辻副会長を含めた5名で、役員として活動してまいります。

退任役員



(左)武部元副会長
(右)川村元副会長

令和7年度役員



天見幹事、大巻副会長、清水会長、辻副会長、濱田幹事

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
- ・時代に合った専門職としての活動に向けた知識や技術習得のための研修会への参加
- ・情報交換や会員相互の交流 など

会員の皆様へ：保健師の資格をお持ちの方が身近にいらっしゃいましたら、是非ご紹介ください。



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。

※退会を希望される方は、退会届を事務局にご提出ください。

ホームページのご案内



国保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。

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