

岩手県在宅保健活動者連絡協議会

会報ひまわり

第 33 号

令和 8 年度岩手県在宅保健活動者連絡協議会総会及び研修会



令和 8 年度岩手県在宅保健活動者連絡協議会総会及び研修会が令和 8 年 5 月 20 日に開催され、19 名の会員が出席しました。

総会では「令和 7 年度事業報告」及び「令和 8 年度事業計画」が承認されました。

また、研修会では参加者が 3 グループに分かれ意見交換会を行ったほか、東京都健康長寿医療センター研究所 青柳 幸利 先生から、「すべての病気が防げる長生き歩きとは～『中之条研究』25 年の成果～」と題してご講演をいただき、協議会の充実に向けて学びを深める研修となりました。



会長あいさつ

岩手県在宅保健活動者連絡協議会

会長 佐々木 順子

会員の皆様におかれては、ご多忙の中、多数お集まりいただき感謝申し上げます。



今年はクマによる人身被害、4 月 20 日に発生した三陸沖地震とその後に発令された「後発地震注意情報」、さらにはその最中に起きた大槌町の大規模火災など、会員の皆様方の中にも、不安と緊張した日々を過ごされた方もいたと思う。心よりお見舞い申し上げます。

岩手県が作成した「岩手県災害時保健活動推進マニュアル」を見ると、岩手県在宅保健活動者連絡協議会が「岩手県内が被災した場合の応援派遣調整の体系図」に記載されている。応援要請があった場合は、事務局から地区代表の方に連絡すると思うので、その時にはよろしくお願いしたい。ただし、災害が発生したときは、まず自分の命を守ってほしい。そのうえで、可能であれば、自分が住んでいる近場で、自身の資格を活かした対応をしていただくようお願いする。東日本大震災の時、私は避難所生活を送った。本当に命だけは大切にしたいと思う。

さて、令和 7 年 11 月 25 日に開催された「都道府県在宅保健師等会連絡会」に参加させていただいた。講演では、これからの保健活動について、2040 年にかけて高齢者人口が増える一方で、生産年齢人口は減少し、健康・医療・福祉に対応する人材が不足すると見込まれており、地域保健活動を維持展開していくために、自治体保健師の人材確保が課題となっている

ことが話された。実際、県内でも採用条件を緩和し、年間を通して募集をしても必要な人数を確保できていない現状が聞かれる。人材確保と人材育成を含めて、国は施策の優先順位や重点化を意識した効率的・効果的な保健活動を進めていく必要があるとし、2040 年を見据えた地域における保健師の保健活動のあり方が検討されているほか、「退職保健師（プラチナ保健師）の活躍等に関する実態調査」が行われていることが話された。これは、退職保健師の実態を把握し、その能力や経験を活かした働き方や職場環境のあり方を検討することを目的に行われたもので、市町村のマンパワー不足への対応として、退職保健師等が持っている能力、技術、技術的ノウハウを人材育成に活用した事業の推進を期待しているものとのことだった。

次に、私たちの在宅保健活動者協議会ですが、現在の会員数は何名だと思いますか。令和 7 年 5 月 1 日時点では 71 名だったが、令和 8 年 5 月 1 日時点は 57 名と 14 名減っている。近年は 65 歳まで定年延長され、自分自身が健康であれば、いつまでも働き続ける時代となっている。会員募集については、昨年 12 月に会員募集のチラシを作成し、岩手県国民健康保険団体連合会のホームページにも掲載をしている。また、このチラシは各関係機関に配布もされている。会員の皆様方も、様々な場で先輩や友人・知人にも声を掛けて、加入を勧めていただくようお願いする。

令和 8 年 12 月 4 日に岩手県が担当となる「東北地方在宅保健師等会連絡会議」が Web 開催されることになっている。他県の活動状況等学びがあると思う。

最後に、岩手県在宅保健活動者連絡協議会の会員加入の 3 つのメリットを伝えたい。

1 つ目、会費は無料である。

2 つ目、自分のスキルアップのため、無料で研修が受けられる。

3 つ目、自分自身の心身の健康を保つことが出来る。他地域の方々との情報交換では元気をもらうことができると思う。

今後も、本協議会が継続するよう皆様のご協力をお願いし、挨拶とする。

事務局あいさつ

岩手県国民健康保険団体連合会

総務事業部長兼保健介護課長

佐藤 敬 司

本日はお忙しい中、県内各地からご出席いただき、感謝申し上げます。また、日頃より本会の保健事業に対して、多大なご理解とご支援賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、国においては、令和 6 年度から令和 17 年度までの 12 年間を期間とする国民健康づくり計画「健康日本 21（第三次）」が、また岩手県においては「健康いわて 21 プラン（第 3 次）」、さらに市町村においては、令和 6 年度から令和 11 年度までの 6 年間を期間とする「第 3 期データヘルス計画」がそれぞれスタートして、2 年経過した。そこでは、健康寿命の延伸や脳卒中死亡率の全国との格差の縮小という全体目標の達成を目指しているところである。

本会では、市町村等が策定したデータヘルス計画が PDCA サイクルに沿って効果的・効率的に事業が展開できるよう保健事業支援・評価委員会を設置して、保険者に対して委員から助言

を行うほか、事務局による事前打ち合わせやフォローアップなどの保険者支援を行っている。

自治体では 2040 年に向けて人材不足が課題となっており、特に保健師は人材不足である。皆様方には各地域での活動の中で、これまで培ってきた専門的なノウハウを発揮していただくとともに、豊富な知識と経験のもと、引き続き地域住民の健康づくりの支援や市町村等の保健事業の支援にお力添えをいただければと思っている。

本日の総会・研修会を通して、皆様方が効果的な活動を展開されるよう、また実りあるものとなるよう祈念して、開会の挨拶とする。



令和 8 年度総会

◆ 総会 ◆

議長に花巻地区の大原初美さん
を選出し、議案審議が行われ、
全て承認されました。



報告事項

報告第 1 号

「令和 7 年度岩手県在宅保健活動者
連絡協議会事業報告について」

<国保連合会保健事業への協力>

- ・岩手県国保連保健事業推進会議 会長出席
(4/22、10/23)
- ・岩手県国民健康保険フォーラム(後援)
(8/29)

<市町村及び社会福祉協議会等の 保健事業への協力>

- ・各種がん検診の問診業務等：釜石市
- ・特定健康診査の問診業務等：釜石市、軽米町、一戸町
- ・イベント参加者の救護活動：盛岡市、釜石市、久慈市
- ・介護予防教室に係る講師派遣：盛岡市、西和賀町

<岩手県事業への協力>

- ・地域づくりアドバイザーの推薦と事業協力
(4月～3月)
- ・令和 7 年度岩手県いい歯の日のつどい In カシオペア(後援)(10/19)
- ・令和 7 年度岩手県介護予防市町村支援推進会議(1/21)

<会報「ひまわり」の発行>

- ・会報「ひまわり 32 号」発行 (7/1)

<会議等への参加>

- ・東北地方在宅保健師等会連絡会議
(Web 開催 秋田県) 役員 4 名出席(12/4)
- ・令和 7 年度都道府県在宅保健師等会全国連絡会 会長出席(11/25)

<その他協議会に係る保健・福祉活動等>

- ・「岩手県在宅保健活動者連絡協議会会員募集案内」送付(12/16)

<地区ブロック活動>

○盛岡地区

- ・いこいの家：健康相談、血圧測定等(7 回)
- ・ひまわりサロン(6 回)
- ・市民体カテスト：血圧測定、救護活動(2 回)
- ・元気アップ体操教室：血圧測定、講話、いきいき百歳体操等(7 回)
- ・仙北地区子育てサロン支援
- ・高齢者サロン支援
- ・ボランティアまつり(活動紹介)
- ・みたけ認知症カフェ活動支援
- ・定例会(5 回)

○花巻地区

- ・介護予防教室「歯つらつ健口教室」(9 回)
- ・花巻とうゆう会支援(4 回)

○久慈地区

- ・定期オレンジカフェ：健康相談、健康チェック、趣味活動(11 回)
- ・出前保健室：健康チェック等(6 回)
- ・地区サロン：健康相談(2 回)
- ・イベント救護(3 回)

・ 会員情報交換会

○二戸地区

- ・ 一戸町特定健診の支援（延べ 18 日）
- ・ 軽米町特定健診の支援（9 日間）
- ・ 管内保健師研修会及び情報交換会
- ・ 会員情報交換会

○沿岸地区

- ・ 釜石市特定健診・がん検診（乳、肺、子宮）問診等
- ・ 釜石市イベント救護
- ・ 釜石市民体力測定

○県南地区

- ・ サロン：認知症予防（3 か所、31 回）
- ・ 百歳体操：フレイル予防、認知症予防
（2 か所、68 回）
- ・ ヨーガで健康づくり（2 か所、102 回）
- ・ 自分の足でいつまでも歩くために（17 回）
- ・ 重度障がい者団体支援（3 回）
- ・ 足からの健康について研修会
- ・ 交流会 5 回、通信発行 6 回

議決事項**議案第 1 号**

「令和 8 年度岩手県在宅保健活動者
連絡協議会事業計画について」

令和 8 年度事業計画**I 基本方針**

市町村における保健・福祉活動の重要性を認識し、住民の健康づくりを支援するため、豊富な知識と経験を活かし、地域の保健・福祉活動に寄与するとともに、会員の

資質向上と親睦を図るため下記の事項を推進する。

II 目標

1. 高齢者の健康づくりについて、介護予防の面から支援する。
2. 地域の食育活動をととし、若い世代からのメタボリックシンドローム等の対策につなげる。
3. 保健推進委員や食生活改善推進員等の住民組織活動を協力・支援し、地域保健活動のさらなる活性化につなげる。
4. 地域保健活動を推進していくための新しい知識・技術を習得し、新規会員への加入の促進に努める。

III 具体的実施事項

1. 役員会等の開催
 - ・ 役員会 年 3 回（5 月、11 月、3 月）
2. 総会の開催
 - ・ 総会の開催 年 1 回（5 月）
3. 研修会の開催
 - ・ 研修会の開催 年 1 回（総会時）
4. 国保連合会保健事業への協力
 - ・ 岩手県脳卒中予防県民大会への協力
 - ・ 岩手県国保連保健事業推進会議への参画
 - ・ 岩手県国民健康保険ファーストフォーラムへの後援
5. 市町村及び社会福祉協議会等の保健事業への協力
6. 岩手県事業への協力
 - ・ 地域づくりによる介護予防推進支援事業のアドバイザー推薦及び事業協力
 - ・ 岩手県介護予防市町村支援委員会への参画

7. 会報「ひまわり」の発行

- ・ 年 1 回の発行（7 月）

8. 会議・研修等への参加

- ・ 東北地方在宅保健師等会連絡会議
- ・ 都道府県在宅保健師等会連絡会

9. 会員相互の情報交換

- ・ 地区ブロック単位の電話連絡網の活用

10. その他、協議会が係わる保健福祉活動等

- ・ 地区活動の推進
- ・ 新会員加入促進に向けた取組



議案第 2 号

「役員改選について」

（任期：令和 10 年度総会まで）

地区名	氏名（職種）
盛岡地区	佐々木 順 子（保健師）
	佐々木 みや子（保健師）
	赤 石 幸 絵（保健師）
花巻地区	大 原 初 美（保健師）
	狩 野 和 子（管理栄養士）
久慈地区	藤 原 みよ子（保健師）
二戸地区	中 里 早 苗（保健師）
沿岸地区	植 田 幸 子（保健師）
	吉 川 晴 美（看護師）
県南地区	小野寺 ヨシ子（保健師）
	小野寺 壽 子（准看護師）

その他：報告

「令和 7 年度地域づくり

アドバイザー事業について」

地域づくりアドバイザー

の赤石幸絵さんより、令和
7 年度の活動内容を報告い
ただきました。



総会終了後に開催された役員会で
新会長、副会長が決定しました。

会 長 佐々木 順 子

副会長 中 里 早 苗

小野寺 ヨシ子

2 年間、よろしくお願いいたします。



地区活動の充実にむけて

◆ 意見交換会 ◆

参加者が 3 グループに分かれて「各地区の活動報告（会員勧誘のノウハウ等）」をテーマに、それぞれの地域の活動報告をしながら、意見交換、情報交換を実施しました。

全体報告では、地域で一緒に活動する中で声をかけて多職種と繋がりを作ったり、この会の存在をお知らせしていくことなどの意見が出されました。

＜ 会員の声 ～総会・研修会アンケートから～ ＞

- ・各地区の活動内容など生の声が聞けて、とても元気になった。
- ・互いの活動内容や考えを聞くことができ、とても参考になった。

健康長寿のための運動

◆ 講演 ◆

「すべての病気が防げる長生き歩きとは
～『中之条研究』25 年の成果～」

講師：東京都健康長寿医療センター研究所

「中之条研究」部門長 青柳 幸利 氏

2000 年度から 20 年以上にわたり、群馬県中之条町（人口：約 1 万 6 千人）で 65 歳以上の住民を対象として行っている研究について、実際の住民とのやりとり等を交えながら、研究目的や方法、効果等の説明がありました。

基礎編として、典型的な日常身体活動と発症しやすい病気の関係や 1 日あたりの歩数・中強度活動（早歩き）時間と予防できる病気について説明があり、実践編として、運動のタイミン

グと睡眠の関係や 1 日 8,000 歩・早歩き 20 分を達成するコツについてのお話がありました。

効果的に生活習慣病を予防して健康長寿を実現するには、年（週）平均で「1 日 8,000 歩 / うち 20 分の中強度身体活動（速歩き）」の実践ということでしたが、まずは 1 日 2,000 歩・速歩き 5～10 分の増加から取り組んでいきたいと思いますということでした。

＜ 会員の声 ～総会・研修会アンケートから～ ＞

- ・毎日の日常生活を何事もなく過ごせる方法はないかと思い受講しました。大変参考となりました。



令和 8 年度事業計画

地区	内容
盛岡	・元気アップ教室 6 月～月 2 回 ・介護予防体験教室 ・市民体力テスト支援（参加者の血圧測定等） ・ボランティアまつり ・定例会 4 回
花巻	・元気でまっせ体操 ・ヨガ&ストレッチ運動 ・花巻とうゆう会の主催する健康づくりセミナーへの参加
久慈	・定期オレンジカフェ 年 12 回（健康相談、作品づくりなど） ・地区サロン（健康相談、百歳体操） ・救護活動 ・会員交流会
二戸	・会員情報交換会 ・現役保健師研修会 ・保健師との交流会
沿岸	・イベント開催に伴う救護 ・各種健診（検診）などの問診 ・情報交換など打合わせ会 ・その他保健事業の支援
県南	4 月 総会とお花見会 6 月 そば打ち体験 8 月 RFL 準備 9 月 RFL 参加 10 月 勉強会・交流会 12 月 料理教室 2 月 ヨガ講習・次年度計画

令和 7 年度東北地方

在宅保健師等会連絡会議

令和 7 年 12 月 4 日秋田県において Web 開催され、東北各県より在宅保健活動者が約 60 名参加しました。本県からも 4 名の役員が出席しました。

○各県からの活動状況報告、意見交換

講評（助言）

国民健康保険中央会 保健福祉部保健事業課

参事 山口 道子 氏

○報告「都道府県在宅保健師等会全国連絡会役員について」

○講演「国保保健事業の動向と在宅保健師等会活動の今後の展望」

国民健康保険中央会 保健福祉部保健事業課

参事 山口 道子 氏

○特別講演「頼り上手は頼られ上手～受援のススメ～」

講師：神奈川県立保健福祉大学大学院

ヘルスイノベーション研究科

教授 吉田 穂波 氏

＜参加者の感想＞

東北地方在宅保健師等会連絡会議に参加して 副会長 小野寺 ヨシ子

令和 6 年の山形市で開催されたこの会議に直接会場に行き、生の声を聞き、色んな情報交換が出来てとても勉強になったので、令和 7 年も参加を希望しました。令和 7 年以降この会議はウェブでの会議と言われていましたが、情報交換は直接会って触れ合いながら出来るものというのが、私の第一の感想です。

会議の伝達、講演は、聞くことが主なので勉強になり良かったのですが、意見交換は代表者

が話して終りという状況でほとんどが終了してしまいもったいなかったなと思いました。

各県の情報交換は、共通の課題として新規加入会員が少ないことが挙げられていました。また、各県の活動の特徴がそれぞれあって、元気で活動していると感じた県は青森でした。

会員の職種は青森・福島・新潟は保健師のみ。秋田は保健師と看護師のみ、他の県は岩手同様多職種の方が加入して活動していました。そして、現役の後輩と交流できている県は青森でした。お互い情報交換することで刺激になりいきいき活動出来ていると感じました。現役世代から頼られている様子も窺えました。

私達の活動は、持っている技術等を後輩に繋げ、後輩にも生き生きした活動をしてほしいと願っていますが、うまくいっている所とそうでない所での差があるなあと感じました。

定年が 65 歳まで伸びると、退職と同時に前期高齢者になります。技術があることで定年後も働いている方が多い昨今でもあり、新入会員が増えないひとつの原因となっているのかなとも感じました。

この会は必要ですが、会の継続を考えた時に、どう自分たちが活動すればよいのかを考えさせられた一日でもありました。

来年の開催県は岩手。交流をするために、どうあれば良いか、予算の関係で、リモートも覚悟しながら、楽しい交流の場が作れるよう、皆さんで努力していきたいと思いました。この会議が開催されるために、国保連が予算獲得してくれていることに心より感謝申し上げます。昨年の参加で、岩手の国保連は私達に結構予算を獲得してくれていることを他県の方々と話して強く感じました。国保連には今までと同じように私達の勉強の場を確保していただくよう切に望みます。

この会議に参加させていただきありがとうございました。

令和 7 年度都道府県在宅保健師等会連絡会

○講演「これからの保健師活動—退職保健師の活躍への期待—」

厚生労働省健康・生活衛生局健康課

保健指導室 室長 後藤 友美 氏

○事例発表「香川県在宅保健師会『オリーブの会』活動状況報告」

香川県在宅保健師会「オリーブの会」

会長 起 弘美 氏

○活動報告「在宅保健師等会の活動」

在宅保健師等会役員会前役員 7 名

○報告「令和 7 年度都道府県在宅保健師等会に係る調査結果の報告」

国民健康保険中央会 保健事業課

○意見交換「在宅保健師等会の活動」について

<参加者の感想>

都道府県在宅保健師等会全国連絡会に参加して

会長 佐々木 順子

令和 7 年 11 月 25 日（火）、東京都永田町サウスビルに於いて 6 年振り参集形式で都道府県在宅保健師等会全国連絡会が開催され、会長として参加させていただきました。

この会は、平成 10 年頃より国保中央会が新・国保 3 % 推進運動の展開に合わせ市町村支援のためのマンパワーとして、各県在宅保健師等会の設置を促進しました。全国連絡会は会員の要請により平成 10 年頃より会の連絡会として、中央会が主催していた会を平成 18 年に情報交換と連絡協議を目的とする全国組織として設立しております。開催当日は、全国 37 団体会員 3,281 名のうち、37 団体、事務局含め 73 名の出席となりました。ちなみに岩手県在宅保健活動者連絡協議会は平成 16

年2月に設立し、会員数68名（令和7年12月1日現在）、県内6ブロックに分かれて活動しています。国民健康保険法に基づく保健事業の実施に関する指針に国保連合会は、保健事業の実施体制を強化するため在宅保健師の派遣、専門的技術や知識を有する保健師等による保健事業従事者に対する研修の実施等、市町村及び組合が行う保健事業のPDCAサイクルに係る取組等を支援する事業を行うこととされています。今後、2040年には、高齢化の進行、生産年齢人口が減少し、人口構造も変化し、社会環境も変化していく中で保健、医療、福祉に対応する人材が不足することを見据え、地域保健活動を維持していくための自治体保健師の確保（現在、年齢制限等採用条件緩和した募集をしても応募はいまいち）と人材育成の施策を効率的、効果的に進めていく必要があることから、令和7年度に退職保健師の実態を把握し、その能力や経験を活かした働き方や職場環境のあり方を検討することを目的に「退職保健師（プラチナ保健師）の活躍等に関する実態調査」が行われました。私達の在宅保健活動者連絡協議会は、2040年に向けて、ますます社会からも必要とされる専門職集団であることを確信しました。全国の会長が一堂に会し、国の動向、国民健康保険の状況と将来の動向を知り、在宅保健師等会に期待すること等を私達の会そのものの活躍する場での基盤を理解する上でDVD、ウェブ会議とは違う五感で感じる希望と活力をもらえ、この会へ参加させていただいた联合会様、大変ありがとうございました。感謝です。

地区活動紹介～久慈地区～

本協議会は、以下のとおり、県内6つの地区に分かれて活動しています。会員は主に居住市町村の地区に所属し、地域の身近な専門職として、地域の保健活動支援や、自主活動を行っています。

今回は、介護や福祉などの地域の事業所と連携した健康づくり支援をしている「久慈地区」の活動を紹介します。

地区名	該当市町村
盛岡	盛岡市・八幡平市・滝沢市・ 雫石町・葛巻町・岩手町・ 紫波町・矢巾町
花巻	花巻市・北上市・遠野市・ 西和賀町
久慈	宮古市・久慈市・岩泉町・ 田野畑村・普代村・洋野町・ 野田村
二戸	二戸市・軽米町・九戸村・ 一戸町
沿岸	大船渡市・陸前高田市・ 釜石市・住田町・大槌町・ 山田町
県南	奥州市・一関市・ 金ケ崎町・平泉町

○久慈地区 藤原 みよ子

1. 定期オレンジカフェ

久慈市の市日（いちび）に合わせて、毎月 1 回、街中（まちなか）の社会福祉協議会の場所を借りて健康相談を開催。市日（いちび）に来る買い物客をターゲットに血圧測定、健康相談を実施。近頃は参加者も減少し固定高齢者となっているが、参加者は生きがいづくりと喜んでいる。

新しい人たちの参加勧奨が課題である。

2. 地区サロンにて健康相談

各々会員が所属する地区において、年 1～2 回、ボランティア健康相談を実施。
会員が得意な趣味活動をおりまぜながら、血圧測定、健康相談、百歳体操などを実施。
参加者は高齢者が主であるが地区の気軽な相談の場となり好評である。

3. 各種大会に伴う救護活動

従来、市の保健師、看護師に要請依頼があり対応していた救護活動の支援。
各種大会は、土日の開催が多く、市の保健師、看護師の休日出勤の軽減を図る観点から喜ばれている。

主な救護：小中学校水泳大会、あまちゃんマラソン大会、もぐらんぴあ駅伝競走大会

4. 会員の交流会

年 3～4 回開催。近況報告、活動の報告、会の活動についてなどの話し合いを行い交流している。

※市町村からの直接依頼の事業はないが、会員が市内のデイサービス、NPO 法人たぐきり、NPO 法人元気てらす緑などの事業所に携わっているので、連携し久慈地区の健康づくりを支援したり、今後の方向性を考えたり意見できている。
また、この会は何より会員の生きがい対策（介護予防、認知症予防）につながっていると感じている。





足腰に痛みをかかえながらも健康第一と思って、過ごしていましたが、今は「病気があっても病人にならぬよう」心掛けなければと思う毎日です。只今その「妙薬」探し中です。皆さん教えてください。(一関市)

役員の皆様御苦勞様です。時々仕事をしていますので、自分のできる範囲で活動に参加したいと思っております。今年度もよろしくお願い致します。(盛岡市)

12 月初めインフルに感染、身内のイベント、自身の体調と考える事が多々ありました。インフルは県外で孫からの感染でした。油断大敵で来年は早めに予防接種をしようとか心しております。(紫波町)

お知らせ

新会員募集中！

～一緒に学び、活動してみませんか？～

「岩手県在宅保健活動者連絡協議会」は、専門職としての豊かな経験を生かし、市町村をはじめとする地域の健康づくりに取り組んでいます。

保健事業支援に必要な研修や情報提供、会員相互の交流をはかりながら楽しい活動を目指しています。

<入会の要件>

- ・県内で活動できる保健師・看護師（准看護師）・管理栄養士（栄養士）・歯科衛生士・助産師の資格を有する方

※臨時・嘱託で勤務されている方も入会できます

◆◆◆お問合せ、入会につきましては、

事務局までご連絡ください。◆◆◆

会員登録状況

(令和 8 年 6 月 1 日時点)

会員 59 名

保健師	26 名
看護師・准看護師	18 名
管理栄養士・栄養士	8 名
歯科衛生士	6 名
助産師	1 名



担 当 岩手県国民健康保険団体連合会 総務事業部 保健介護課 保健係
住 所 岩手県盛岡市大沢川原 3 丁目 7 番 30 号
T E L 019-623-4324 F A X 019-622-1668