会報
あいち

愛知県在宅保健師会
第28号 令和8年10月



■発　行　愛知県在宅保健師会「あいち」
名古屋市東区泉1-6-5
愛知県国民健康保険団体連合会内
TEL 052-962-1379
■発行人　河合　美子

会長あいさつ



愛知県在宅保健師会「あいち」
会長　河合　美子

7月に発生した熊本地震、8月の千葉豪雨等、自然災害への備えの重要性を益々実感しています。会員の皆様、お元気でお過ごしでしょうか。

さて、5月26日の総会では、令和7年度の事業報告と令和8年度の事業計画、会則の一部改正について承認を得、新役員5名を迎えました。前役員の皆様には大変お世話になりました。会則の一部改正は、昨今の雇用形態や働き方の多様化により正規雇用であっても短時間勤務やダブルワークが可能な職場もあることから、会員要件を拡大するもので、活動の活性化につながることを期待しています。また、令和8年度の会の活動目標は、①会員への情報提供 ②活動の活性化 ③保険者支援の充実 ④災害避難者支援事業への協力です。活動の活性化や研修事業の充実として、愛知県市町村保健師協議会と連携した活動に向けての協議や、愛知県健康対策課が実施する母子保健関係の研修への参加、さらに会員の活動状況や研修等の情報提供を会報や研修会時の掲示等で周知していきます。研修会は、多くの方が参加できるようオンライン含め年3回、母子保健関係、災害、健康づくりを予定しています。

総会後の講演会は、「音楽を使ったフレイル予防を実践～音楽ケア体操～」と題して、(一社)認知症・フレイル予防推進協会音楽ケア体操中部地区担当講師の秋山聖氏をお招きし、講義と演習を行いました。講義では、音楽の効果や科学的根拠、音楽は楽しく無理なく誰でも参加しやすく、できなくても目立たずプライドを傷つけにくいため、高齢者の集団の場に適していること等を学び、演習は、歌や軽い動き・手づくり楽器を使った実践的な内容で、大変好評でした。今後の研修会にも多くの方の参加をお待ちしています。

最後になりますが、関係する機関や団体の皆様との連携や情報共有をしていく中で、在宅保健師会の活動を活性化し、会員個々が可能な範囲で研修や地域活動に参加していただくことで、市町村等保険者支援につながればと思います。愛知県国保連合会をはじめ、関係者の皆様、会員の皆様のご協力、よろしくお願いします。

目次

■ 会長あいさつ ･････････････････････ 1
■ 令和8年度在宅保健師会「あいち」通常総会報告 ･･ 2
■ 退任役員／新役員／新会員紹介 ･････････････ 2
■ 講演会
「音楽を使ったフレイル予防を実践～音楽ケア体操～」････ 3
■ 第1回研修会
・第1部「乳幼児健診の意義～こども未来戦略を踏まえて～」･･ 3
・第2部「乳幼児健診における保健師の役割
～5歳児健診から学ぶ～」･･ 4
■ お知らせコーナー/編集後記 ･･････････････ 4

令和8年度 在宅保健師会「あいち」 通常総会

令和8年度在宅保健師会「あいち」通常総会が5月26日(火)国保会館で出席者25名、委任状53名で開催されました。

会長の挨拶に続き、来賓挨拶として、愛知県国民健康保険団体連合会総務部保健事業課　丹羽諭課長が「各分野で人材不足が課題となっており、保健師等専門職の不足が顕著になっている。現在の連合会の支援体制では保険者対応に限界があるため、引き続きご協力を願いたい」と述べられました。また、愛知県保健医療局健康医務部医療計画課　中根恵美子担当課長からは、「保健師の役割はより重要になっており、約10年ぶりに保健師活動指針が改正された。在宅保健師会の方は豊富な現場経験があるため、知識・技術・精神を後輩へ伝えていただきたい」とエールを送られました。最後に、愛知県市町村保健師協議会　水野晴子会長から「若い世代の働き方や家族の形、価値観の多様化に伴い健康課題が変化している。こうした多様な健康課題に対処するために、在宅保健師の知識や経験が重要である。今後も指導や協力をお願いしたい」とご祝辞をいただきました。

その後、河合会長を議長に選出し、令和7年度事業報告に続き、令和8年度事業計画、会則の一部改正、役員改選について協議し、承認されました。

令和8年度から「高齢者介護予防活動支援事業」を新たに活用する柴田悦代さんから、地域で実践している活動を紹介いただきました。

孤独・孤立防止と健康支援を目的に、在宅保健師、介護福祉士、栄養士等のスタッフのほかに市民も含め多数の人材で、「歌声サロン」「多世代交流の地域活動」「学校でのレクリエーション」「認知症啓発活動」等年間54回活動している。今回の助成金は、令和7年度から実施している高齢者を対象とした歌声サロン(年24回開催)の活動に充て、活動冊子を作製し、参加者に配布予定。

退任役員

役員としてご尽力いただきありがとうございました。

- 幹事・飯田　優子
- 幹事・柴田　悦代
- 幹事・阿部　早苗
- 幹事・夏目　昭子
- 幹事・今泉　英子



出席者全員で写真を撮りました。

新会員紹介

- 名古屋市・近藤　あゆ子
- 蟹江町・北岡　美音
- 東海市・小島　修子
- 半田市・藤田　千晴
- 瀬戸市・河田　美佳
- 日進市・倉留　幸恵
- 春日井市・深澤　泰子
- 蒲郡市・成瀬　和歌子
- 豊橋市・本塚　真弓
- 豊橋市・鈴木　沙央理
- 豊橋市・谷本　恵理子

新役員紹介


幹事:北岡　美音


幹事:近藤　あゆ子


幹事:本塚　真弓


幹事:成瀬　和歌子


幹事:藤田　千晴

講演会　令和8年5月26日(火)

「音楽を使ったフレイル予防を実践」

～音楽ケア体操～」



(一社)認知症・フレイル予防推進協会　音楽ケア体操
中部地区担当講師　秋山　聖　氏

音楽療法や高齢者ケアを現場で実践してこられた経験から、科学的根拠に基づいた講演と実技演習をしていただいた。人数・状況がさまざまな対象者であっても、笑いの渦を起こし、健康に役立つ教室を私たち保健師が伝えていけると実感した内容であった。

音楽の身体・認知・心理・社会的効果

・声を出して歌うことでストレス発散、発声筋・腹筋エクササイズ
・音楽やリズムに合わせることで有酸素運動、脳トレに
・多人数での体験を共有し、社会的交流や孤立予防に役立つ
・昔の歌や楽器演奏は感情表現や過去の記憶想起にも効果的
・血圧・脈拍などの生理面でリラックスや安定をもたらす
・セロトニンの分泌を促し心身のバランスやモチベーション維持にも好影響

実践プログラム例(輪になって)

発声や滑舌練習、歌唱(選曲は皆で声を出しやすい曲、参加しやすい曲)、少し筋トレになる軽い身体運動。

リズム楽器活動(小さくて軽いシェイカーを回しながらのリズム遊び)、答えやすいテーマで個人が発表する場面の設定で個人にも注目。

音楽活動は楽しく無理なく誰でも参加しやすい健康増進の有効な手段である。



★講演会受講者数21人

受講者の声

・実際の体験を多くできたので、サロンなどで活用できる。
・エビデンスも押さえていただけて良かった。

講演会での体験を地域のサロンで実践してみて(研修委員S)

★地域のサロンで「あんたがたどこさ」の歌とお手玉でコグニサイズしたら、笑顔でいっぱいになりました。

★次の手順でトイレットペーパーの芯でシェイカーを作ってみました。



①トイレットペーパーの芯の片方の穴をホチキスで止める。
②音の元(軽石や鈴等何でもOK)を芯の中に入れる。
③トイレットペーパーの片方の芯を最初に閉じた方向の90度回してホチキスで閉じ、かわいくコーティングして出来上がり。

講演会　令和8年7月13日(月)

第1部「乳幼児健診の意義」

～こども未来戦略を踏まえて～」



愛知県健康対策課母子保健グループ
主査　末藤　則恵　氏

子どもと保護者が孤立しがちな現代社会において、妊娠・出産から就学前まで切れ目のない子育て支援が重要とされている。

国の「こども未来戦略」や少子化対策を背景に、5歳児健診などの新しい事業が市町村で拡大していることや地域の関係者が連携し、子どもの成長を支える体制強化等、最新の母子保健の現状と切れ目のない支援について、次の内容で講演していただいた。

①現状の課題と社会背景
②国の動きとこども未来戦略
③切れ目のない支援の意味と実践
④今後の展望と研修参加の呼びかけ



第1回研修会　令和8年7月13日(月)

第2部「乳幼児健診における保健師の役割」

～5歳児健診から学ぶ～



名張市立病院　副診療部長
小林　穂高　氏

名張市立病院小児科で、発達障害、不登校、虐待、子育て支援に多職種連携で取り組み、2012年から三重県名張市の5歳児健診に携わって来られた実践をもとに講演いただいた。

名張市は、障害の有無に関わらず全ての子どもが社会参加できるよう、地域のソーシャルキャピタル(つながり、支え合い)を重視し、5歳児健診は、発達障害の早期発見のみならず、子育てや親子関係に支援が必要な家庭を見つけて、適切な支援・連携につなげることを目的として実施されている。

具体的には、事前に保護者に健診の説明をした上で、保護者は立ち合いをせず、多職種(保健師、保育士、教員、発達支援センター職員)のチームが、保育園・幼稚園等を巡回し、園の協力のもと、集団場面と個別場面の観察とカンファレンスを実施し、必要に応じて医療機関と連携する。健診後は、学校への移行シート(子どもの困り感や配慮事項、保護者の願いなどをまとめた書類)を作成・共有し、また、支援の継続・途切れ防止を図るため、チームが各園や小学校へ年2回定期巡回をし、支援状況を確認している。先生の話のポイントは、次のとおり。

5歳児健診を伴走型支援に組み込む

保健・福祉関連の連携で、子どもの発達・子育て支援を地域ぐるみで推進する。

多職種連携のコツ

持続可能な多職種連携システムには、Win Winの関係が大切なのでお互いの支援にのりしろを作る。

健診の意義と保健師へのエール

・健診や支援は手段である。目的は子どもの権利やウェルビーイング(幸福)を守ること。そのために伴走型の支援、専門性に裏打ちされた「あたたかなおせっかい」(気づき・出会い・つなぐ)を重視し、人と人との関係性を大切に。

・健診は発達障害の早期発見のみならず、困り感や子育て困難家庭への支援も重視する。

・子どもにとっての最善を常に考えながら、保護者の思いを丁寧に受け止め、真摯に向き合う。

・地域に合った連携と独自に工夫した支援体制づくりの構築を。

★講演会後の質疑において

支援環境、家庭・保護者対応、健診の実施方法、体制整備、情報伝達とフィードバック、専門職の役割等、多角的視点から現状と課題、様々な対応事例や今後の連携について熱心に答えていただいた。

★研修受講の状況

受講者数79名　在宅保健師30名
市町村保健師49名

行政による子どもの支援のコツとは

壁がなく
(多職種間の)



途切れない
(年齢や制度の切れ目で)



小林穂高, 教育と保育と医療の壁は高くない!?―5歳児健診事業と子ども発達支援センター所属の教員が子ども支援を円滑にする―, 小児の精神と神経59(4):366–372, 2020

受講者の声

・web研修は、仕事仲間同士で意見を交わしながら有意義に視聴できた。

・「子どもにとっての最善」を改めて意識し、フォロー体制の整備に力を入れていく必要があると感じた。

お知らせコーナー

第2回　研修会・交流会

■日　時：令和8年10月8日(木)
午後1時30分～4時

■会　場：国保会館北館5階

■テーマ：「災害避難時の命を守る
～日頃の生活に取り入れておくこと～」

■講　師：レスキューストックヤードボランティア
看護・福祉チーム
看護師、防災士　藤井　文香氏

第3回　研修会・交流会

■日　時：令和8年11月26日(木)
午後1時30分～4時

■会　場：国保会館北館5階

■テーマ：「若さを保つためのこころとからだのメンテナンス
～脳と腸の関係を中心に～」

■講　師：名古屋大学大学院　医学系研究科付属
健康医療ライフデザイン統合研究教育センター
特任教授　水野　正明氏

編集後記

総会では「高齢者介護予防活動支事業」の報告があり、在宅保健師としての地域活動力に感嘆しました。また第1回研修会では5歳児健康診査における保健・医療・福祉・教育のさらなる連携した支援の重要性を感じました。今後も研修会と保健活動を通して、保健師としての向上を図れる会であるよう取り組んでいきたいと思います。