広島県在宅保健福祉活動者の会　会報

陽だまり

第39号

令和8年(2026年)
10月発行

会長あいさつ



広島県在宅保健福祉活動者の会
会　長　村上　美惠子

令和八年度総会は守田常務理事様よりご祝辞を賜り、通常通り開催する事ができました。

また、昨年度からは事業計画に事業方針と重点項目を上程していますが、この「新規会員の加入促進」については会員の皆さまのご協力により少しずつ会員増加につながっています。

今年度も会場参加者の皆さまから「会員同士の交流を図る企画の実施」「圏域ごとにまとまっての研修会開催」等たくさんの貴重なご意見をいただきました。今後、理事会、専門部会で協議していきます。

午後からは国保連合会研修会場を特設高座として「健康寿命を延ばすエアリハ&転倒予防～人生100年時代の体の守り方～」のお話を日本でただお一人の「お笑い理学療法士」の日向亭葵先生をお迎えし、楽しく学ぶことが出来ました。研修終了後「みんなでやってみようエアリハ」をグループに分かれて行いました。短い時間でしたが、楽しくにぎやかに交流を図ることができました。

ここからは地区活動推進専門部会の活動についてお伝えします。

地区活動推進専門部会は当会の事業方針の「研修会及び地域活動等、様々な活動を通じて会員間の交流と多職種の連携を図る。」ため研修会の開催等協議・活動を行っています。

広島市佐伯区から始まった地区活動推進のための活動は広島市東区へと活動地域を広げ、牛田東三丁目集会所での「いきいきサロンさわやか」では地域の皆さまの希望に沿いながら関わらせていただいています。今年度は備北地区を選定し、地区理事さんと専門部会で地域の交流を図るための研修交流会を開催予定としています。近隣地域の会員さまにもご案内します。この事業も手探りですが、総会時に希望のあった圏域ごとの研修会開催になるかと思っています。地域によっては三職種の会員が揃っていません。近隣の皆さまの参加をお待ちしています。

また、広島市内での研修会は遠方で参加しにくい、地域の多職種との交流等を希望される会員の皆さまは是非身近な理事等にお声がけください。よろしくお願いします。

地域での三職種での活動は研修会とは違った学びがあります。

令和8年度総会の報告

日時：令和8年6月3日（水）10時30分
場所：国保会館　参加者数：20名

「令和8年度広島県在宅保健福祉活動者の会総会」を開催しました。

村上会長のあいさつの後、広島県国民健康保険団体連合会の守田利貴常務理事からご祝辞をいただきました。

議決事項では、令和7年度事業報告、令和8年度事業計画、役員の選任についての説明を行い、すべて原案通りに可決されました。（議決事項の詳細は次ページに掲載します）

また、参加会員からは、新規会員の加入促進や会員同士の交流等に関する多くの質問や意見が挙がり、活気のある総会となりました。





令和 8 年度総会議決事項



第 1 号議案　　令和 7 年度事業報告の認定について
第 2 号議案　　令和 8 年度事業計画の認定について
第 3 号議案　　役員の選任について

・令和 8 年度事業方針

1　地域住民の健康づくりを推進するため、研修会の開催により、地域保健に関する新しい知識や技術を習得し、地域の保健福祉活動に寄与する。

2　研修会及び地域活動等、様々な活動を通じて会員間の交流と多職種の連携を図る。

＜重点項目＞

新規会員の加入促進

・令和 8 年度研修会計画

	開 催 時 期	内　　容
第 1 回研修会	令和8年　6月3日（水）	講演「健康寿命を延ばすエアリハ＆転倒予防 ～人生 100 年時代の体の守り方～」 講師　おしゃべりテーションの会　代表 理学療法士／落語家　日向亭　葵　氏
第 1 回地区活動推進 専門部会研修会	令和8年10月15日（木）	・認知症予防に関する活動事例報告 ・講演「軽度認知障害の早期発見と最新の治療」 講師　井門ゆかり脳神経内科クリニック 院長　井門　ゆかり　氏
第 2 回地区活動推進 専門部会研修会	令和8年11月頃	「調整中」 ※備北地区（三次市）で開催予定
第 2 回研修会（福山市）	令和9年　2月頃	「調整中」

令和 8 年度役員体制
～地域の保健福祉活動の充実を目指して～

【理事】

会長	村上　美恵子	管理栄養士	広島西
副会長	阿川　眞澄	歯科衛生士	広島
副会長	古江　一子	看護師	広島
理事	荒巻　明美	保健師・助産師	広島
理事	栗原　里美	歯科衛生士	広島中央
理事	山口　保子	保健師	呉
理事	佐藤　百合子	看護師	尾三
理事	篠原　幸子	管理栄養士	尾三
理事	倉本　晶子	歯科衛生士	尾三
理事	伊達　隆子	管理栄養士	福山・府中
理事	半間　由実子	保健師	福山・府中
理事	川上　良美	保健師	備北

任期：令和 10 年度総会日まで

【地区活動推進専門部会員】

部会長	椎木　照子	保健師	広島
副部会長	宮下　政子	歯科衛生士	広島
部会員	吉光　成美	保健師	広島
部会員	高杉　まり子	管理栄養士	広島西
部会員	藏永　千栄	看護師	広島中央
部会員	光永　美恵子	保健師	広島北

【退任理事】

大久保　邦子	歯科衛生士	福山・府中

お世話になりました



「令和８年度第１回広島県在宅保健福祉活動者の会研修会」報告

日時：令和８年６月３日（水）13 時～14 時 40 分　場所：国保会館　参加者数：41 名

講演
「健康寿命を延ばすエアリハ＆転倒予防
～人生 100 年時代の体の守り方～」
講師
おしゃべりテーションの会　代表
理学療法士／落語家　日向亭　葵　氏

日向亭氏は日本でただ一人の「お笑い理学療法士」として、自身で考案された落語とリハビリを融合したオリジナル体操「エアリハ」を、身振りとおしゃべりを交えながら紹介されました。

また、特設の高座で落語を披露いただき、笑いの絶えない講演となりました。

講演後にはエアリハを日常で実践できるよう、参加者がグループになって復習を兼ねた実践を行いました。

簡単に実践でき、フレイル予防に役立つ「エアリハ」を楽しく習得できた研修会となりました。





日向亭　葵　氏





講演後，エアリハをグループで実践しました

参加者の声

講演
「健康寿命を延ばすエアリハ＆転倒予防
～人生 100 年時代の体の守り方～」に参加して
東広島市会員　宮澤　千鶴

「48 秒に１回笑いが起きる」という講師の日向亭葵氏は、和服姿でのご登壇。

人生 100 年時代において、健康寿命を延ばすためには、身体的・精神的・社会的に元気を保ち、フレイルを防ぐ生活習慣を身につけることが大切であるとお話しされました。

エアリハは道具を使わない想像力で行なう健康体操。

また、安全に考慮した動作設計・落語の要素を生かした笑いとの一体感、そして誰でもいつでもできるパーフェクトな設計。

転倒予防ワーク

・ゴムチューブ（両手でゴムチューブを引っ張るイメージ）１日３回ご飯を食べる前に実施

・コーヒーカップ（頭の上にコーヒーカップを乗せたイメージ）トイレで便座へ座る時に実施

一見簡単そうですが、すぐにはリアルなイメージができず苦戦。ワーク終了後は体がぽかぽか温かく感じて効果が実感できました。

本日学習したことを、「１日の目標」として冷蔵庫に貼り習慣化していきたいと思います。

その他には、落語の歴史、小噺、クイズ等盛り沢山の内容で参加者を巻き込み笑いの連続、あっという間に時間が過ぎて行きました。

これほど始終笑いの絶えない研修会は初めてでした。貴重な機会をいただきありがとうございました。



令和 8 年度広島県在宅保健福祉活動者の会会員調査結果

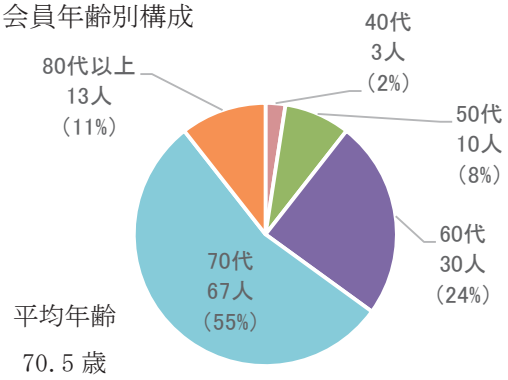


会員の皆様の現況等を把握することを目的に会員調査を行い、結果の一部を掲載いたします。
調査結果は今後の活動の充実を図るための参考とさせていただきます。ご協力ありがとうございました。

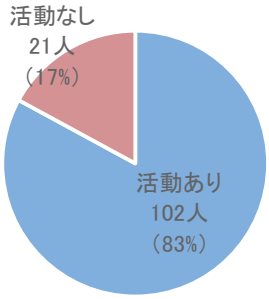
1. 概要
　⑴　調査期間　令和 8 年 3 月 27 日～4 月 30 日
　⑵　調査方法　アンケート用紙配布
　⑶　回 答 率　96.9%（調査人数 127 人中、123 人回答）

2. 回答状況

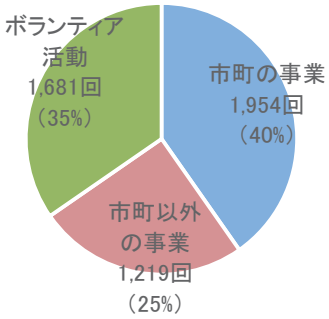
⑴　会員年齢別構成



⑵　活動の有無



⑶　年間活動実施回数



⑷　活動の内訳（上位項目のみ）

市町の事業…訪問事業 416 回、健診業務 411 回、サロン 190 回
市町以外の事業…サロン 402 回、訪問事業 190 回、健康教室 74 回
ボランティア活動
　小児対象 134 回…子育て支援、発達障害支援、放課後児童クラブ
　高齢者対象 1,049 回…サロン、介護予防、健康相談
　一般対象 498 回…特定健診、食事指導、がん患者支援
　※近所の人への声かけや見守り等の活動も含む

広島県国民健康保険団体連合会
総務部　保健事業課
〒730-8503
広島市中区東白島町 19-49 国保会館
TEL：082-554-0772
FAX：082-511-9121
E メール：jigyou@hiroshima-kokuho.jp
HP：http://www.hiroshima-kokuhoren.or.jp

会員募集

広島県在宅保健福祉活動の会「陽だまりの会」では、随時、会員を募集しています。

広島県内にお住いの常勤で勤務されていない在宅専門職（看護職・栄養士職・歯科衛生士）の方で、研修会で知識などを深めたい方、地域活動をしたいとお考えの方は、事務局まで御連絡ください。



広島県国民健康保険
イメージキャラクター
「コッピー」

お知らせ

退会を申し出られたにも関わらず本誌が届いた方は、御面倒をおかけしますが、事務局まで御連絡ください。