

令和3年1月発行 第40号

茨城県在宅保健師の会

会報

20周年
記念号



県花 バラ

茨城県在宅保健師の会設立20周年ご挨拶

— 共感を育み響を繋いで20年 —

茨城県在宅保健師の会 会長 照沼 美代子



初春のお慶
びを申し上げます。

本会は平成12
年3月21日、茨
城県国民健康保

険団体連合会の支援のもと、設立しました。寺門信子初代会長を中心に基礎を築いていただき、先輩諸姉と会員の皆様方のご尽力により、設立時の目標のとおり会員の豊富な体験と協調の結果、20年間の響を次の世代に繋ぐことができることに、幸いを感じます。

初期の10年間は、会員54名から、加入の増加と活動の定着化を図るため、会員研修会を中心に、重複・頻回受診者等の家庭訪問指導、又市町村が実施する健康まつりへの支援、健康劇を健康教育の媒体として、メタボ予防教育・認知症予防教育、他県の在宅保健師の会への視察研修等の活動をしてきました。

昨今の10年間は、国民生活の価値観の変化により生活習慣も変容してきました。その変化に基づき、活動も特定健診未受診者への電話による受診勧奨、特定保健指導の初回面接、従来からの重複頻回受診者訪問指導等に加え、平成26年から新たに入浴施設での健康相談事業を開始し、好評を得ております。

また、近年の自然環境の変動により多

発する災害の支援に、近隣市町村への支援活動を続けて実践していただける会員もいます。このような活動は本会も担う時期ではないかと判断し、平成31年度役員会において「茨城県在宅保健師の会が実施する災害支援の在り方」の検討をした上で、令和元年12月に災害活動に係る協力調査を実施しました。その結果、このたびの茨城県下各保健所においてコロナ禍の電話支援を適宜適切に実施することができました。

同時に、令和2年9月厚生労働省より保健所に係る「新型コロナウイルス感染症に関する今後の取組」について通知があり、恒常的に保健所支援のための人材確保が実施されることになり、調査協力をしたところです。

今後とも年齢に制限なく地域活動の基
本P(計画)D(実行)C(評価)A(改善)サイクルに長け、培ってきた知と技、心を活動に生かすため、会員相互が共感しながら、響を繋げていきたいと思っておりますので、皆様にはさらなる事業参画と研修会での研鑽と親睦をお願いいたします。

末筆ながら、日頃より本会の運営と発展にご支援を頂いております茨城県国民健康保険団体連合会事務局の皆様
に心から厚く感謝申し上げます。

令和3年1月吉日



茨城県在宅保健師の会 創立20周年にあたって

茨城県国民健康保険団体連合会
事務局長 菊池 勉 氏



茨城県在宅保健師の会が設立20周年を迎えられましたことを、心からお祝い申し上げます。

会員の皆様におかれましては、市町村および国保連合会の保健事業の支援をはじめ、県内各地で地域の保健活動に携わってこられたこと、また、今般の新型コロナウイルス感染症に関し、電話相談などの対応に従事され、地域医療を支えてくださっておりますことに、心から敬意と感謝を申し上げます。

さて、近年、生産年齢人口の減少、急速な少子高齢化の進展に伴う社会

保障費の増加、就業構造の変化など、国保を取り巻く環境は依然として厳しい状況が続いております。

このような中、人生100年時代を見据え、誰もがより長く元気に活躍できる社会の実現を目指すことから、すべての世代が安心できる全世代型社会保障構築のための政策として、「多様な就労・社会参加」「予防・健康づくり」「医療・福祉サービス改革」などが掲げられており、そのなかで、「予防・健康づくり」については「健康寿命の延伸プラン」を中心に進められ、取組の一つにインセンティブを導入するなど、医療保険者における事業の積極的な取組を推し進めております。

また、今年4月に施行されました「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」では、市町村に配置する保健師などの医療専門職について、地域の高齢者の健康課題を把握し、事業全体を企画・調整することや、通いの場などで高齢者に対し個別支援を行い、適切な医療・介護サービスに繋げるといった取組内容が明示され、市町村保健師の役割が重要視されております。

人材確保が難しい中で、保健事業を実施していくには、市町村保健師だけでなく住民や地域の様々な専門職の方々の力も必要となります。設

立当初から、会員の皆様には、国保連合会の健康づくり支援事業で、健康相談、重複・頻回受診者に対する訪問指導、特定健診未受診者に対する受診勧奨等、住民に寄り添った支援をしていただいております。地域の事業に積極的に取り組んで活躍してこられた会員の皆様の経験やお力、今後ますます、強く求められております。

国保連合会といたしましては、引き続き、会員の皆様が積極的に活動できるように支援して参りたいと考えております。

最後になりますが、茨城県在宅保健師の会の益々のご発展と、会員の皆様のご健康とご活躍をご祈念申し上げます。

会活動の追懐と期待

第二代会長 浅川 京子



茨城県在宅保健師の会が設立20周年を迎えられましたこと心よりお喜びを申し上げます。

私も定年後、会員として、地域の健康づくりの一端を担うことが出来大変嬉しく思っております。特に健康劇の上演、重複・頻回受診者訪問指導、健康まつりでの保健指導が心に残っています。

今後も更に会の活動に期待が高まるでしょう。資質の研鑽に努め頑張ってください。

会設立十周年の頃

第三代会長 福島 愛子



「あなたの保健師のキャリアにひと花咲かせませんか」

加入の動機でした。時代の要請に応える学習、新鮮でした。市町村の保健活動の支援では、皆熱心に取り組みました。

当時、本県主催の「ねんりんピクク2007」が開催され、各種健康相談に参加、健康劇の上演では、観客の拍手に支えられたこと等楽しい思い出です。

最後になりましたが、会の益々の発展と関係する皆様のご健勝をご祈念申し上げます。

在宅保健師の会の地域に密着した活動を願いつつ

第四代会長 渡邊 純子



在宅保健師の会設立20周年記念おめでとうございます。この会が国保連合会の

多大なるご支援と会員の皆様のご協力により、今日に至りましたことを共に喜びたいと思います。私が入会したのは、平成20年4月でしたが、間もなく「役員になってね!」と言われ、考える暇もなく役員になりました。

当時の在宅保健師の会は「健康劇」の脚本を作り、公民館等で公演し健康教育をしていました。劇のタイトルは「高血圧」・「糖尿病」・「認知症」等で、役員会の日の午前中は劇の練習、午後は役員会と一日がかりでした。

10周年記念をお祝いした後、当時の役員は全員お辞めになり、「あなたは、続けなさい!」と言われ、前後左右の覚えていない私だけが残され、平成23年4月から平成29年3月までの3期6年間、会長を務めさせていただき、役員の方々と会員の皆様に助けられながら任期を終了しました。

会長になって、一年に一度、全国会長会に出席させていただくようになり、在宅保健師仲間の多岐にわたる自主的活動を知りました。多受診世帯の訪問や健康まつりへの参加は全国的にどの県でも実施されており、それ以外に県独自の活動をしておられることに心動かされました。茨城県ではどんな活動をして地域住民に貢献すべきか考え「入浴施設における健康相談を全県下に広めたい!」との思いから、市町村にお願いして廻りました。1市町村1年間のみのサービスタとして、会員のおられる場所を考えて進めましたが、なかなか広がりを見ないのは残念です。

思いがけないコロナ禍の中で在宅保健師の会の活動も制限される状況下にありますが、この機会に今後の在宅保健師の会独自の活動及び地域住民へのサービスタを考える良い機会となることを願っています。

「茨城県在宅保健師の会」歴代役員一覧（敬称略）

Table with 9 columns: 任期年度, 会長, 副会長, 副会長, 幹事, 幹事, 幹事, 幹事, 幹事. Rows list presidents and officers from H13 to R2.

会員からの一言メッセージ～



(カッコ内 入会年)

石岡市 **大内 喜枝子** さん (H13)

「定年退職して二十年」

茨城県在宅保健婦(師)の会設立は、平成12年3月、記念写真が創刊号に掲載されており、久しぶりに懐かしい方々の顔をしみじみ眺めてしまいました。

私の定年退職は、翌13年4月、すぐに入会させていただき、近隣市町の乳幼児健診・介護認定審査会委員を何年か手伝わせていただきました。

市町村合併により、保健師が充足され認定審査会のみになりました。しかし後期高齢者になった頃から夜の運転に危険を感じるようになり、辞退。

最近は、のんびりと自分のための健康づくりに公民館等での活動に参加していました。今年は新型コロナの関係で全てが3月からストップ。やっと7月から少しずつ開始された状況です。

在宅保健師の会から手伝う意向があるかの調査がありました。20年ものんびりと勝手気ままな生活を送ってきた私にとっては当然のことですが、一日中働くことへの億劫さがあり、遠慮させていただきました。

研修受講するのは、大好きで学ぶことは楽しいのですが、そろそろ会員卒業の時期なのでしょうね。

会のますますのご発展を祈念しております。

桜川市 **鈴木 房枝** さん (H19)

私が在宅保健師の会のことを知ったのは、退職してからのことでした。

しかも国保連合会に再就職し、当会の事務局を担当することとなって、平成13年に設立するまでの大変なご苦労があったことを知りました。

茨城県全体を把握することは難しく会員をまとめることには最もご苦労されたようでした。

設立当初より市町村支援として健康まつり、重複・頻回受診者訪問指導等の活動がスタートし現在に至っています。

また平成17年頃から健康劇を手掛け台本作成や小・大道具の準備と出演も役員を中心として実施していました。私もスタッフの一員として上演を希望する市町村や他県の在宅保健師の会にと出向いて活動してきました。

その他、年2回開催される研修会は、内容の充実はもちろん会員相互の親睦の機会となっていることは、素晴らしいことです。

水戸市 **久米 郷子** さん (H18)

私は定年2年前まで町役場の保健師として働いていました。退職後声がかかるままに、色々な所で働きました。(パートですが) 4年位いた協会けんぽでは訪問先が毎回違い、店やセキュリティのすごい警備会社やITの会社等、様々です。

事業所訪問をして考え方や働き方の違い、色々な人がいるのだと、つくづく感じました。

今は退職して家庭に入るという人は少ないと思います。産休の職員の代わりにきてもらいたいとか、声がかかるでしょう。他の世界に飛び込むのもおもしろいですよ。

～20周年記念



小美玉市 **岡根 せつ子** さん (H13)

あれ、もう20周年!!
 市町村に入職し、退職してからも国保連合
 会とは、種々、お付き合いをしていただき、「我
 ながら長く続けられたものだな……。」と思っ
 ています。そして、今まで周囲の皆様にあた
 たい眼差しで導かれ、のびのびと、お仕
 事をさせていただきました事が走馬灯の様に思
 い出されます。有難う御座居ました。
 今後も常に前向きに、楽しい事、嬉しい事
 を優先に考え、残りの人生を過ごしたいと
 思っております。

茨城町 **黒須 道子** さん (H17)

20周年を迎えるというのに“コロナ”
 の災難。何が起こるか想定できない世の
 中になりました。普通のことだ幸せだっ
 たんだと気づいたり、またこんな生き方
 もあるんだと考えなおすことも多くあり
 ます。落ち着いたら、みんなと密になっ
 て顔を合わせ、おしゃべりできる日を楽
 しみにしています。

常陸太田市 **佐藤 享子** さん (H22)

20周年、節目の年を、皆様と迎えることができたこと、感慨深いものがあります。
 退職してからの10年、本会の皆様と研修会でお会いし、元気をいただいています。
 年2回発行される会報では、会長さんの言葉・会員さんの声など、日々活躍されて
 いる様子が伺えます。
 令和2年度は、コロナ禍の中、健康づくりも新しい生活様式で対応していかなければ
 なりません。仲間、友人、家族の大切さを日々、噛みしめている次第です。

石岡市 **渡邊 純子** さん (H20)

「平凡な日々を楽しみながら」

一日の始まりは、ブログを書くことからはじまります。テーマは日々のニュースや
 個人的生活からの、たわいもないできごとを書いていきます。こうしたブログを書い
 ている方は日本中で約43万人もいます。そうした中で私のブログは毎日フォロワー
 600位で多くの人々が読んでくださっていることがわかります。それに励まされて
 日々何とか書いています。

また、介護認定委員・心のホットライン相談者も長年継続しています。更に東日本
 大震災の被災地へのボランティア活動も継続しており、毎年1回夫婦で石巻に10日間
 ほど滞在して、公民館等で健康教育を行っています。更に月1回ですが、つくばの高
 齢者施設でのボランティア活動も継続しています。息子3家族との交流を楽しみ、ひ
 孫の来訪を喜びながら、80歳を生きています。

笠間市 **鶴田 ふく** さん (H22)

本会の設立当時の先輩保健師の努力が今日に引き継がれて20周年を迎えましたが、この間、保健事業を中心に地域社会に貢献できましたことを大きな喜びと感じております。

しかし、2020年のコロナ禍によって役員さん達のご苦勞も大変なものと推測されます。会報を拜読して、照沼会長さんのメッセージから全体の動きが理解でき、又会員さんの中でも、新型コロナ感染症に取り組んでおられる方もおり、活動範囲が広がって、重要な役割を担っていることを認識いたしました。

本会は、役員さん達の熱意と会員さんたちの協力が大であり、なおかつ国保連合会や本会事務局の皆様方のお力添えがあってこそ、成果をみることができるとしております。

ひとりひとりがいきいきと活動できますように心から願っております。

つくばみらい市 **直井 和子** さん (H13)

健康まつり相談事業への参加、重複頻回受診者への訪問指導等微力ながらの支援。また、会員相互の交流を兼ねての研修会での学び。新しい知識や情報収集に努めたあつという間の20年間でした。会報綴りをひもとき、設立総会の先輩諸姉の御立派な写真に感銘です。

平成12年の保健婦等老人介護臨床研修で県立保健婦学院第1回卒業（昭和30年）生の田代きよ子様の実習風景のスナップは誌上で驚きの再会です。

斎藤玲子様“白衣脱ぎ実習終わりぬ寒茜”のうたに、我庭の霜降る前見事に咲き誇る皇帝ダリアを眺めてペンを走らせています。

会員皆様の会報表紙の作品を今後も楽しみにしながら、会の発展を祈念し、かつ役員の皆様の御努力に感謝いたします。

稲敷市 **松田 照恵** さん (H14)

「人生の糧」

保健所に勤務して週3日から4日、結核患者さんの在宅への家庭訪問を行ってまいりました。時期は結核流行の絶頂期でした。

ある時、婦長から開放性の患者を入院させるようにと指示を受け、その家族の家庭訪問をしました。入院治療の必要性を説明し、入院を促したのですが、入院後その患者さんは痩せて顔色が悪く無表情で過ごしていました。

私の行動は正しかったのだろうか自分の行動に疑問をもちました。

保健所に勤務して2年半後に、個別指導より大勢の健康指導がしたい思いが強くなり、退職し農村地帯の小学校の養護教諭になりました。

学校の健康診断にあわせ、児童全体の検便も始まりました。検査の結果は、蟯虫卵の寄生が42%と報告されたのです。びっくりして集団駆除を実施しました。

この治療を毎年行い9年目には2%に減少しました。そうした経験も重ねながらやがて定年を迎えました。

退職後、訪問介護の仕事をしてまもなく在宅保健師の会に誘われたのがきっかけで入会し、入会後は多受診、乱受診の保健師訪問ができました。

私は今、病院に勤務しておりますが、入会して19年間、会の各種研修会、時々の仕事にも参加させていただいたことは励みになり、今後の生き方も明るく過ごす「心の糧」になると考えております。在宅保健師の会に深く感謝いたします。

日立市 **小角 和子** さん (H29)

「会に参加して」

会員歴がまだ浅く、活動らしい事は何もできていません。

今回、会から声かけがあり、週2回保健所での新型コロナウイルス感染症相談業務の機会を得ました。この年齢になっても資格を生かすことが出来、社会参加させていただけることに感謝しております。研修に参加し、仲間との交流を楽しませてもらい、会に参加してよかったと思っています。これからもよろしく願います。

在宅保健師の会20周年おめでとうございます。

城里町 **仲主 静子** さん (H29)

在宅保健師の会へのお誘いを頂き入会しました。年2回の研修会では、会員の皆様と交流ができること、また、キャリアアップできることを楽しみにしています。

在宅保健師会員として、中央保健所で週2回、新型コロナウイルス感染症対策「電話相談の対応」をしています。微力ですが、会員の皆様と共にコロナ禍の中頑張っている医療及び福祉等関係者の皆様に応援し、地域社会に貢献したいと思っています。これからもよろしく願います。

鉾田市 **小沼 文子** さん (H29)

退職してしまうと、同じ仕事をした人達との交流も遠のき、淋しくなります。

会員になって、まだ2年くらいですが、研修等でお会いする機会をいただき嬉しいです。

お元気に活動している先輩をみると、私も“まだまだ頑張るぞ”と勇気をいただきます。

今年のこの新型コロナ感染症禍の中で現場での保健師の大変な状況を報道等で見ると、[在宅保健師の会]ができて20周年、この年に会として支援ができたということは、嬉しいです。

桜川市 **高松 静江** さん (H31)

昨年度入会して以来、わずかでも社会参加できていることに日々感謝しながら過ごしています。

茨城県からの要請を受け、5月中旬より新型コロナ対策の要員として、筑西保健所に週1回通っています。

7月に入り陽性者が再び増加傾向となり、先の見えない現状ではありますが、微力ながら応援していきたいと思っています。

常陸太田市 **後藤 サカエ** さん (H31)

入会して、温泉施設での健康相談で少しでも協力(?)できたかなと思いきや、新型コロナウイルスの影響で中止となり、今はなつかしく思うばかりです。

会員の中には感染予防の現場で協力されている方もいらっしゃるようで、大変なご苦労されていると思い感謝の気持ちでいっぱいです。

水戸市 **沼野 みえ子** さん (H31)

皆さま、こんにちは。茨城県在宅保健師の会創立20周年おめでとうございます。

高校まで東海村で過ごし、その後、東京や埼玉、新潟で学業や仕事を行い、自由の身になって終の棲家を構えたのが、水戸市でした。

何のつながりもない地にきて一段落したころ、頭をかすめたのが、在宅保健師の会に入会しよう!でした。おかげ様で所属の欲求が満たされ、少しずつ環境に馴染むことができています。

これからも在宅保健師の会とのつながりを大切にしながら、少しでも地域貢献していければと考えております。

どうぞよろしく願いいたします。

茨城県 **佐藤 睦美** さん (H12)

20年前、在宅保健師の会のお誘いを受けて、入会しました。

そのご縁で、介護保険に関する仕事の紹介があり、今も続けています。

新しい制度を勉強しながら、保健師の経験を生かせる場をいただきました。

その後、在宅保健師の会主催の介護予防マネジメントの研修を東京で受講し、全国の在宅保健師の方達と交流する場もありました。

定期的に会の研修会のお誘いがあり、講義や実習、時には楽しい作品づくりの時間を持っています。ここでも知識や経験をいただき、前向きで明るい保健師仲間と接し、励まされています。私のような他県からの転入者にとって、同業者と知り合える在宅保健師の会は、沢山のプレゼントをいただける場です。

これからも会の継続とさらなる発展をお祈りいたします。

河内町 **秋山 幸子** さん (H31)

20周年おめでとうございます。この会が20年もの間続いてきたのは、ひとえに関係者や先輩保健師の方々の功績の賜物であろうと存じます。感謝申し上げます。

私は、定年退職後に働くつもりはありませんでしたが、退職にあたり何かの際には役に立てればという気持ちで、この「在宅保健師の会」に入会しました。昨年も数日間、近隣市町村で国保の保健事業で訪問指導をさせていただきました。久しぶりに新鮮な気持ちで充実した時間を過ごすことができました。

そして今年、コロナが発症し、会の協力要請に応える形で、竜ヶ崎保健所に5月から週2日間従事することになりました。保健所での主な業務は、有熱者などの電話による保健相談や要検査の人の帰国者・接触者外来への繋ぎなどです。相談は円満に収まるものばかりでなく、時にはストレスが溜まるような電話対応もあり、日々職員の皆さんが苦勞している様子を垣間見えています。

このような機会が得られたのもこの会に入会したおかげかと思えます。今後も、この在宅保健師の会が大勢の会員により活発な活動が続いていくことを願っております。

群馬県 **北村 京子** さん

茨城にしばらく住んでおりましたが、現在は群馬で活動しています。

保健師以外に社会福祉士や看護師として講師をしたり、専門職後見人としての活動を行っています。

人の健康の支援には、社会的問題や心理的問題の解決も必要と感じ、心理士などのキャリアも生かして支援を続けています。

後見人や健康づくりの講話や相談などがあれば、是非お声かけください。

10年間の活動のあゆみ ～10周年その後～

1. 研修会一覧

| 年度 | 開催日 | 研修会テーマ | 講師 |
|----|--------|--|--|
| 22 | 7月13日 | 講演Ⅰ「医療の専門的見地からの認知症の診断と治療 認知症の予防」 | 日立梅ヶ丘病院 院長 岡田 正勝氏 |
| | | 講演Ⅱ「住民参加の介護予防」 ～超高齢社会を乗り切るために～ | 茨城県立健康プラザ 管理者 大田 仁史氏 |
| | 10月19日 | 「気になる子ども」の配慮と支援 ～学習障害・ADHD・高機能自閉症児の正しい理解 と対応方法 脳に効く プロに学ぶハンドマッサージ ～介護予防のためのおしゃれ講座～ | 茨城大学教育学部 准教授 新井 英靖氏 サロンドエステ ルミエール 関 純子氏 |
| 23 | 2月24日 | 思わずうなずきたくなる声のルール ～健康相談場面で活用できる言葉づかい～ | 茨城放送プロモーション 赤坂 芙三枝氏 |
| | | 楽しく歌って心も体も健康に ～正しい呼吸法と表情筋トレーニング～ | NHK文化センター水戸教室 いきいきヴォイストレーニング講師 加藤 圭子氏 |
| 23 | 10月6日 | 保健指導に活かす放射線の基礎知識 子どもへの健康影響 | 茨城大学理学部 准教授 中川 尚子氏 |
| | | 運動実技で学ぶ 「ロコモティブ・シンドローム（運動器症候群）」 | 健康総研 代表取締役 健康運動指導士 菅野 隆氏 |
| 24 | 3月2日 | 介護予防における口腔ケア ～講義と実技で学ぶお口と歯のエステ～ | 茨城県歯科医師会 8020・6424情報センター 歯科衛生士 藤田かおり氏 |
| | | パステルシャインアート ～介護予防のための癒し（セラピー） | パステルシャインアート・ アドバンスセラピスト 在宅保健師の会 宮崎 潤子氏 |
| 24 | 9月20日 | 最新の予防接種制度と感染症の現状 | 茨城県保健福祉部保健予防課 健康危機管理対策室 係長 青木 和子氏・主任 栗田 順子氏 |
| | | 特定保健指導に使える！ ～笑い筋体操と呼吸法で血糖値改善～ | 特定非営利活動法人 笑い筋体操ハッピーネット インストラクター 上原 栄子氏 |
| 25 | 2月25日 | タッピングタッチ基礎講座 ～こころほぐれるホリスティック（統合的）ケア～ ラフターヨガ（笑いヨガ）体験 ～心身晴れ晴れ（はればれ）笑いの効果～ | タッピングタッチ協会認定インストラクター・ ラフターヨガインターナショナル認定ラフター ヨガリーダー 園田 清一氏 |
| | | 茨城県における特定健診・保健指導事業の成果と プログラムの改正点 特定健診受診率・特定保健指導利用率 県内トップを維持する秘訣 アルコールに関する保健指導 ポイントと改正点 たばこに関する保健指導 ポイントと改正点 | 茨城県国保連合会 保健事業課 叶多 博美氏 常陸大宮市健康増進課 副参事 岡崎 悦子氏 茨城県国保連合会 保健事業課 川田 ゆきこ氏 (株)日立製作所日立健康管理センタ 主任医長 草野 涼氏 |
| | 3月6日 | ～転倒予防・認知機能向上に役立つ～ ～一歩前に踏み出すためのスクエアステップ | スクエアステップ協会理事長 筑波大学 准教授 大藏 倫博氏 |
| | | 医療費適正化に係る重複・頻回受診者への訪問指導 について | 茨城県国保連合会 保健事業課 課長補佐兼係長 秋山 浩一氏 |
| 26 | 10月6日 | 腰痛・膝関節痛の予防について 健康長寿に向けた食とからだづくり ～老化予防とメタボ対策～ | 日立メディカルセンター 健康運動指導士 有吉 詠子氏 東京都健康長寿医療センター研究所 研究部長 新開 省二氏 |
| | | 大子町における特定保健指導の実際 発達障害児の理解 | 大子町健康増進課 係長 菊池 光子氏 茨城キリスト教大学児童教育学科 准教授 中島 美那子氏 |
| 27 | 9月30日 | 職場のメンタルヘルスとストレスチェック ～保健師の皆様を対象として～ カウンセリングの神髄 ～つらい・苦しいから始まる物語～ | 茨城産業保健総合支援センター 産業カウンセラー 田村 清俊氏 茨城キリスト教大学 カウンセリング研究所 カウンセラー 北川 恭子氏 |
| | | 認知症サポーター養成講座 これだけは伝えてください、糖尿病予備群の方へ 糖尿病予防、重症化予防、糖尿病性腎症透析予防 | 水戸市西部高齢者支援センター センター長 石橋 さつき氏 水戸協同病院 看護師 鈴木 さゆり氏 那珂記念クリニック 院長 遅野井 健氏 |

| 年度 | 開催日 | 研修会テーマ | 講師 |
|----|--------|---|---|
| 28 | 10月5日 | メタボリックシンドロームの食事栄養指導 | 茨城県栄養士会 糸澤 由布子氏 |
| | | 生活習慣病を予防する身体活動・運動に関する 保健指導 | (株)健康総研 代表取締役 菅野 隆氏 |
| | 3月3日 | 茨城県災害時保健対応マニュアルについて | 茨城県保健福祉部保健予防課 大竹 美記氏 |
| | | どならない子育て練習法 ～子育て支援とペアレント・トレーニング～ 笑いヨガ | どならない子育て練習法トレーナー 笹川 寛氏 ラフターヨガ リーダー 喜田 ひろ子氏 |
| 29 | 10月30日 | 在宅における口腔ケア | 茨城県歯科衛生士会 歯科衛生士 岩村 昌子氏 |
| | | がん看護相談の現状 | 茨城県立中央病院 がん看護専門看護師 柏 彩織氏 |
| | 3月5日 | 成年後見制度について | 水戸市社会福祉協議会 立原 理好氏 |
| | | 栄養指導のポイント―若年層と高齢者― | 茨城県栄養士会 佐藤 光恵氏 |
| 30 | 7月31日 | 生活習慣病予防のための栄養・運動指導法 | 茨城県栄養士会 佐藤 光恵氏 |
| | | 美しい塗り絵の世界 | 大人の塗り絵クラブ 認定講師 岩淵 幸子氏 |
| | 2月25日 | 介護保険サービスの中の保健師の役割 | 在宅保健師の会 会員 皆川 智恵子氏 丸山 由美子氏 |
| | | ラフターヨガ パートⅡ ～心身ともにスッキリ元気に～ | ラフターヨガ リーダー 喜田 ひろ子氏 |
| R1 | 7月22日 | 「がん」て何？ | 水戸保健所 所長 土井 幹雄氏 |
| | | どこででもできる心とからだのリフレッシュ | 茨城県在宅保健師の会 会員 健康運動指導士 仲主 静子氏 |

2. 健康相談（入浴施設における血圧測定）

| 年度 | 実施場所 | 実施回数 | 利用者延べ人数 |
|----|-----------------|------|---------|
| 26 | 小美玉市 小美玉温泉ことぶき | 3 | 82 |
| 27 | 小美玉市 小美玉温泉ことぶき | 9 | 246 |
| | 笠間市 いこいの家「はなさか」 | 3 | 83 |
| 28 | 笠間市 いこいの家「はなさか」 | 12 | 283 |
| 29 | 城里町 ホロルの湯 | 12 | 415 |
| 30 | 城里町 ホロルの湯 | 12 | 309 |
| | 大洗町 ゆっくら健康館 | 11 | 181 |
| R1 | 常陸大宮市 四季彩館 | 10 | 346 |

3. 重複・頻回受診者訪問指導事業

| 年度 | 派遣先 | 訪問件数 | 派遣会員数（人） |
|----|------------------------------------|------|----------|
| 22 | 城里町、常陸太田市、石岡市 | 34 | 6 |
| 23 | 城里町、常陸太田市 | 15 | 4 |
| 24 | 笠間市、常陸太田市 | 20 | 2 |
| 25 | 笠間市、常陸太田市、常陸大宮市 | 45 | 5 |
| 26 | 笠間市、常陸太田市、牛久市 | 95 | 4 |
| 27 | 笠間市、常陸太田市、牛久市 | 67 | 3 |
| 28 | 笠間市、常陸太田市、龍ヶ崎市 | 34 | 5 |
| 29 | 笠間市、常総市、常陸太田市、那珂市、 鉾田市、龍ヶ崎市 | 101 | 8 |
| 30 | 笠間市、常総市、常陸太田市、龍ヶ崎市、土浦市 | 81 | 8 |
| R1 | 笠間市、常総市、常陸太田市、龍ヶ崎市、鉾田市、 古河市、五霞町 | 46 | 12 |

4. 特定保健指導（初回面接）

| 年度 | 派遣先 | 件数 | 派遣会員数（人） |
|----|---------|----|----------|
| 30 | 桜川市 | 76 | 9 |
| R1 | 桜川市 | 34 | 8 |
| | つくばみらい市 | 69 | 11 |

5. 特定健診未受診者勧奨（電話による）

| 年度 | 派遣先 | 架電回数 | 派遣会員数（人） |
|----|--------|------|----------|
| R1 | ひたちなか市 | 491 | 7 |
| | つくば市 | 614 | 16 |

6. 健康まつり

| 年度 | 実施市町村 |
|----|-----------------------|
| 22 | 水戸市、阿見町、常陸大宮市、土浦市、牛久市 |
| 23 | 水戸市、土浦市、牛久市、常陸大宮市、阿見町 |
| 24 | 水戸市、土浦市、牛久市、常陸大宮市、阿見町 |
| 25 | 水戸市、茨城町、土浦市、 |
| 26 | 茨城町、土浦市 |
| 27 | 茨城町、土浦市、阿見町 |
| 28 | 茨城町、土浦市、阿見町 |
| 29 | 茨城町、土浦市 |
| 30 | 土浦市 |
| R1 | 土浦市 |

7. 他県との交流

北関東三県連絡会 …令和元年11月25日 於：栃木県国保連合会



H29 健康相談 城里町「ホロルの湯」



北関東三県連絡会



H25 第2回研修会
～転倒予防・認知機能向上に役立つ～
一歩前に踏み出すためのスクエアステップより



H23 第2回研修会
「介護予防のおける口腔ケア」

「茨城県在宅保健師の会」会則

(目的)

第1条 本会は、地域における保健活動の重要性を認識し、地域住民の健康づくりを支援するため、豊富な経験を生かし、地域の保健活動に寄与するとともに会員の相互の連絡調整を図る。

(名称及び事務局)

第2条 本会は、「茨城県在宅保健師の会」と称し、事務局を茨城県国民健康保険団体連合会内に置く。

(会員)

第3条 本会の会員は、原則として茨城県内に居住する保健師であって、保健師として県、市町村及び事務所等に勤務したもので、本会の趣旨に賛同するものをもって会員とする。

(事業)

第4条 本会の目的を達成するため、次の事業を行う。

- (1) 市町村が実施する保健活動の支援
- (2) 保健活動に関する情報交換及び調査研究
- (3) 研修会及び講演会等の開催
- (4) 会報の発行
- (5) 関係機関との連絡調整
- (6) その他目的を達成するために必要な事業

(役員)

第5条 本会に次の役員を置く。

- (1) 会長 1名
- (2) 副会長 2名
- (3) 幹事 若干名

役員は、会員の中から互選し、任期は、2年とする。ただし、再選を妨げない。

(役員会)

第6条 本会に次の役員会を置く。

- (1) 役員会は、事業の企画及び事業執務に伴う関係機関との連絡調整を行う。
- (2) 役員会は、事業の円滑な推進を図るために必要な事項について協議する。
- (3) 役員会は、その他必要とする事項を検討する。

(費用弁償)

第7条 次の各号に掲げる場合は、茨城県国民健康保険団体連合会旅費規則により、費用弁償する。ただし、事務局の保健師についてはこの限りでない。

- (1) 役員が役員会に出席した場合
- (2) その他必要な場合

(経費)

第8条 この会の運営に要する経費は、茨城県国民健康保険団体連合会が負担する。

(委任規定)

第9条 本会の運営についての必要な事項については、役員会において協議する。

付 則

この会則は、平成12年3月21日から施行する。

付 則

この会則は、公布の日から施行し、平成14年3月1日から適用する。

付 則

この会則は、公布の日から施行し、平成25年4月1日から適用する。

発行

茨城県在宅保健師の会事務局
(茨城県国民健康保険団体連合会 保健事業課内)

〒310-0852
茨城県水戸市笠原町978番26
茨城県市町村会館4階

電話：029-301-1553
Fax：029-301-1575
Email：jigyoun@ibaraki-kokuhoren.or.jp

【20周年記念事業実行委員】

照沼美代子・鈴木房枝・久米郷子
岡根せつ子・黒須道子・佐藤享子
渡邊純子・大内喜枝子・仲主静子

とを願いつつ…
お忙しい中、歴代の会長やたくさんの会員からメッセージを頂き、ありがとうございます。記念すべき20周年に、百年に一度ともいえるパンデミックに見舞われた今年。医療機関だけでなく、地域の健康を守る保健所が大変な仕事をされている中、在宅保健師の多くが支援の名乗りをあげ、現場に向いている姿は、頼もしい限りです。早くコロナ禍が落ち着いて、平和な日常が戻ってくることを願っています。

編集後記

