

会報 青森県在宅保健師の会

令和3年3月発行・第35号

東日本大震災から10年 ～被災地支援活動を振り返って～

今年は、それまで経験したことがない未曾有の被害をもたらした東日本大震災から10年となります。被災地では、今もなお復興支援が必要とされています。平成24年度から岩手県社会福祉協議会を通し被災者支援をして来た柴田ミチさんに活動状況を振り返っていただきました。災害への備えを再検討する機会になればと思います。



柴田 ミチ
(秋田県鹿角市)

月日の流れが速く、東日本大震災の発生からまもなく10年を迎えようとしています。あの日(2011・3・11の午後2時46分) 私達は「在宅保健師の会の役員会中」で、国保連合会の事務室の隣の会議室ですごい揺れに遭遇し、会議を中断してようやく家にたどり着いた体験を思い出しました。

生活支援相談員さん等への個別相談

岩手県社会福祉協議会が「被災社協職員のための支援プロジェクト事業」実施に当たって全国保健師長会等に支援協力を依頼したところ、全国から多数の師長会支部の申し出がある中から、青森県支部と埼玉県支部が選ばれて、特に被害が大きかった陸前高田市社会福祉協議会の「本部職員・生活支援相談員・ボランティア担当職員」を対象に、個別相談等の支援活動を行いました。

- 本会から7人、保健師長会青森県支部から1人の計8人で担当しました。平成24～26年度の3年間、陸前高田市・大船渡市・釜石市の3地域で個別相談や集団指導を実施しました。
- 地域全体が甚大な被害をうけて、さらに被災職員もつらい体験を抱えながら事業に従事しているので「気持ちを話せない方や、話しても被災を思い出して涙が止まらない方」「社協職員や相談員さんの家族の死亡を受け止める事が困難な方」の声を伺って、それでも毎日、支援者として活動されている姿に、人間の生きる力の素晴らしさを学びました。

また、陸前高田市の普門寺の住職さんの「生きている人が幸せになることが、亡くなった人への最大の供養です」と話されている教えに、共に共感し活動を継続しました。

民生委員・児童委員さんへの支援

震災を受けた岩手県沿岸市町村の「民生委員・児童委員」の皆様は、ご自分も被災し精神的負担を背負いながらも、担当地区の住民へ寄り添い、支援を継続しています。委員同士で話し合い、意見交換することで、活動上の課題や悩みを助言し合う「意見交換会」に、平成27年度から令和元年度まで助言者として参加しました。

- 活動での思いや喜び、感謝している事から「自然に感謝している」「主人や家族に感謝している」と話された委員さん達の顔が、生き生きしていることに感動しました。ここまで元気に活動出来るのは、家族の支えと協力があってエネルギーになっているとのことでした。
- 今後の委員活動に期待すること
震災だけでなく、台風の被害も受け、家族も地域もバラバラにされる事に遭遇する機会が増えていきます。人間は一人では生きていけません。皆で支え合い助け合い、心豊かに楽しく生活する為に、人々は手をつなぎ協力する事が重要です。委員の皆様には、「健康な体」で「人の話を聞ける心」を持って、これからも活動していただきたいと願っております。

大震災の支援活動の中で、「元気な笑顔で、皆で支え合う」事が必須であると学びました。これからも、常に防災意識をもって暮らしていきたいと思えます。

先輩諸姉と語る⑬



富岡 弘子さん
(八戸市)

左から 越後秀さん 富岡弘子さん 木村亮子さん

三八ブロック別交流会が始まる前にお話をうかがいました。人を惹きつける富岡さんの周りには、自然と人の輪ができます。富岡さんの保健師としての歩みをジェスチャーを交えながら話される様子には臨場感があり、当時まだ道路が舗装されていない是川地区を土ぼこりをあびながら訪問する姿が目につかぶようでした。今回は木村幹事と越後監事からの報告です。

保健師を目指したきっかけ

生まれた時から保健師になる定めだったかもしれませんが。助産を学んだ母から生まれた私は、虚弱でミルクも良く飲めない子どもでしたが（今も小柄であるけど）元気に育ちました。母親は娘3人全員を看護職にしたいと望んでいましたが、姉も妹も嫌と言い、残った私は在学していた商業学校から看護の道へ進みました。看護実習では鑷子（せっし）の扱いが不器用で、サイズの合う手袋もありませんでした。出産は真夜中が多く夜勤が苦手な私には助産師は向きませんでした。養護教諭は、校長の考え方で左右されることもあり、自分を活かせないと思いました。しかし、八戸市での保健師実習は楽しかったので、迷うことなくこの道へ進むことにしました。

保健師活動を振り返る

国保保健師として八戸市に採用されましたが、国保だけではなく、社保も乳児から高齢者、心身障害者、

結核、寝たきり、認知症までいろいろ対応しました。その中でも「もったら殺すな」運動では、担当地区の乳児や妊婦訪問等を年間1,000件位実施しました。八戸市の出生数は在職中のピークで年間4,700人位でしたが、乳児死亡も多かったです。姑さんは、お嫁さんの妊婦健診は、あまり勧めない状況がありました。家庭訪問では、福祉制度や障害年金の手続きなど社会資源に多数繋げました。訪問は歩きやバスで、ヒッチハイクでダンブに乗せてもらったこともありました。高血圧症の方に減塩・食事指導をしても聞き入れてもらえず「医者からは何も言われない」と怒鳴られたこともありました。嬉しかったこともたくさんありました。退職後に「貴女に子ども（現在は40歳に成長）の股関節脱臼を見つけてもらいました有難う」と声をかけられたことも嬉しかったことです。

後輩保健師に伝えたいこと

新型コロナウイルス感染症対策など大変な対応が求められ、マスコミにも取り上げられますが保健師に対する社会的評価は、それほど高くないと思います。「健康の押し売り業」と思って頑張っただけです。活動の対象は時代時代で変化しますが、基本は対人保健であると思います。保健師は、訪問しながら人々の生活を見ているから、対応するのが上手だと思います。また、人間として柔軟な対応が求められていると思います。

在宅保健師の会に期待すること

このような会は、栄養士、薬剤師にはないと聞きまし、20周年を迎えたことを誇りに思います。交流会や研修会では、良い刺激を与えてもらいたいと思っています。

取材を終えて

インタビュー中に時折、思いっきり笑う声が懐かし、臨床看護学の執筆者である吉田時子先生に直に学んだことや、花田ミキ先生、石崎教授など有名な方々の功績がすらすら出る記憶力の良さは、現役時代よりパワーアップしていました。「後期高齢者の仲間入りをしました」と話されていましたが、スイミングには、ほぼ毎日通い、認知症予防のためにとピアノを続けるなど底知れない若さと生きがいを感じ、私達も元気を貰いました。

会員の活動報告

1 「青森県国民健康保険団体連合会保健事業支援・評価委員会の委員として」

三和 千枝子（五所川原市）

当委員会は、平成26年度に青森県国民健康保険団体連合会に設置され、保険者がレセプトや健診情報を活用し効果的に保健事業が展開できるよう支援するという役割があります。

具体的には、保険者が計画・実施・評価する保健事業について対面により、どうすれば健康課題解決につながるかいろいろな情報をもとに支援します。

メンバーは、弘前大学・県立保健大学の関係者、8保健所長、県関係者、在宅保健師の会会員3名の計14名で、私は委員になって3年目になりました。初めは、事務局が整えてくれる資料やガイドラインを見ても理解できず、ヤバいと思ったことが多々ありました。

そんな中で、この委員会に保健師がなぜ入っているのか考えました。それは保険者が実施する保健事業をイメージでき、苦勞もやりがいも共有でき、当事者の立場にも立てるからではないかと思っています。

そのような思いもあって、対面支援では支援を希望する保険者が聞きたいと思っていることに耳を傾け、頑張っていることを言葉にするようところがけています。

委員会名が保健事業支援・評価委員会と硬いですが、事務局のバックアップとチーム力があり保険者には頼りになる組織となっています。



つがる市への支援の様子

2 「公衆浴場健康相談会」

浪内 妙子（五所川原市）

新型コロナウイルス感染拡大防止が叫ばれている中、個々のマスク着用、開催会場側の体温測定、手指消毒、席の配置等のご配慮をいただきながら、令和2年11月13日（金）五所川原温泉大広間において健康講話をメインとした健康相談を実施しました。23名の出席がありました。（65歳以上の女性がほとんどでした。）

対面しながら従来の相談体制をとることはできませんでしたが、健康講話の前後に血圧測定し、普段の数値との比較や治療状況、体調等を聴取しました。「家では正常なのに今日は高くてびっくりした」と、複数回測定した方が多く見られました。測定した数値は通院時等の参考にするために記録してもらいました。健診結果についての相談もありました。

健康講話は国保連合会から提供されたパンフレット等を使用し、「あなたの血圧大丈夫？」のテーマで実施しました。血圧の分類、正しい測定の仕方、血圧を高めるリスクとその対応、生活習慣を改善するための工夫等を話しながら、出席者からは「青汁は飲んでいいの？」「減塩しょうゆは血圧にいいの？」「毎朝歩いているので血圧は正常」等の質問や体験談等が出されました。

健康づくりのために、食事や運動等実践している人が多く健康への関心の高さがうかがわれました。

テレビや雑誌等の健康情報が溢れている昨今ですが、正しい知識を持つことの大切さを再認識しました。

3 「中泊町健診結果説明会に従事して」

この度、本会事務局から健診結果説明会の事後指導への協力打診があり、中泊町の担当保健師から連絡を頂き従事することになりました。昨年からのコロナ禍で、健診日程にも変更があり受診者へのタイムリーな結果説明会開催日を計画する難しさがあったか、従事する日が二転三転と変わることもありました。8月から10月まで7回従事し、今年1月に「2月に小泊での開催」の予定でしたが、3月上旬に変更との連絡を頂きました。今年度は、保健事業全般の運営で大変ご苦労をなされているのではないかと察した次第です。

健診結果説明会への従事は、退職後2回目でしたが blanks が大きく、冷や汗をかきながら面接に臨んでいます。今回の冷や汗は、面接で町内の精密検査医療機関を問われた時に五所川原の医療機関名を告げてしまい相談者から「以前、中泊の開業医さんでやったこ

井沼 登志子（五所川原市）

とがある」と言われ、運動について尋ねると「〇〇教室に参加している」とのことで町主催の運動教室があることを理解しました。また、血液検査項目について問われた時はすぐ答えられず、事後指導に臨むにあたっての情報不足を感じました。町保健師にそのことを話したところ「大丈夫ですよ」と親切に力づけて頂いたのですが、面接内容が相談者に対して不安を与えたのではないかと反省しております。それでも、面接が相談者とかみ合った時は、保健師冥利で嬉しくなりました。

五所川原市からの移動は、津軽平野のど真ん中を車で走り季節を満喫でき、最高のストレス解消になりました。3月の事後指導は冷や汗をかかぬよう臨みます。



4 浪岡地区「ひまわりの会」の紹介

私の愛する細野・相沢地区の「ひまわり会」は、元細野小・中学校の一部を借り、月1回の高齢者の集いを始めて3年目を終えようとしています。この事業は社協の「こころの縁側づくり、事業に則り、当地区の民生委員2名が先頭に立ってすすめています。主な内容は、折り紙や新聞紙等を使つての作品づくりや、社協からの連絡事項、軽い体操等です。

相沢地区はJR浪岡駅から約8km、細野地区は更に

奥瀬 郁子（青森市）

3～4km離れている浪岡一の豪雪地帯です。（私は細野地区に居住）戸数は両地区合わせて83戸、人口は184人と少ないのですが、4カ所に散在しているため、会場まで車の送迎が必要となり、私は運転手と軽い体操を担当しています。

会の登録者は15人で、いわゆる高齢者の女性のみですが、最高年齢者は89歳です。高齢者といえども、農業従事者も半分程度おり、それが終わった人は家庭菜園や花壇の手入れ等身体や頭を使っています。社協の某保健師から「平均年齢は高いが、握力や脚の筋力は他地区よりも強い。畑仕事や雪片付けを熱心に続けている人が多いからではないか」とお褒めの言葉をいただきました。

ちなみに、当地区は昨年2月をもって終了した知る人ぞ知る「細野相沢冬物語」を17年間継続しましたが、来場者500人、ボランティア、地区住民含むスタッフ100人と村の人口を大幅に越えるビックイベントがありました。（グラウンド使用）この大イベントを長年支えてきたのはまさしくこのひまわり会の女性達だったということをつけ加えたいと思います。



ひまわりの会 軽体操をする様子

令和2年度表彰受賞者の紹介

本会から推薦



左 高坂恵美子さん 右 奥瀬郁子さん

(1) 公衆衛生事業功労者厚生労働大臣表彰

多年にわたり健康増進や疾病予防等の公衆衛生事業のために献身的活動を続け（20年以上）、その功績が特に顕著であり、その事業に携わる者の模範となる個人または団体に対し、厚生労働大臣が表彰する制度。

高坂 恵美子 氏（むつ市） 奥瀬 郁子 氏（青森市）

※新型コロナウイルスの影響により、例年東京都で行われている表彰式は中止となりました。

(2) 青森県健康づくり事業功労者等表彰

多年にわたり健康増進や疾病予防等の健康づくり事業のために献身的活動を続け（10年以上）、その功績が特に顕著であった個人または団体に対し、青森県知事が表彰する制度。

鳴海 寧子 氏（五所川原市）

表彰式 令和2年9月1日 青森市 ラ・プラス青い森



鳴海寧子さん

コーヒーブレイク



三密を避ける畑のお茶会

坂本 りつ（六戸町）

今年の春は例年と違う。新型コロナのおかげで簡単に近所の家にも上がり込めなくなった。一気に一人暮らしの私には発語タイムが無くなった。毎日、あまり得意でない家庭菜園に出るしかない。菜園にしては少しばかり広めの畑で時間を潰すだけ。時々菜園続きの隣のおばあさんとの交流が言葉を発する機会となる。「おはよう」「何植えたの?」「じゃ私も植えてみる」結果は今一。そのうちに「これ食べて」と声掛け。見事に育った野菜を抱え込みながら、「お返しは?」「私にできるものは?」と自問自答。唯一の趣味?早速仕込みにかかる。失敗した時はそれなりの話題になる。この不出来作品を持ち隣の畑に侵入。

畑での休憩は、「三密にはならない」と言い訳しつつ会話が弾む。そのうちに1人、2人と集まってくる。パンの講評から始まり、それぞれの物忘れした自慢話?近所のおばあさん方の安否確認と気が付けば一時間は越している。今日はこれで言葉を発したなと思う日々。でも今年ほど近所の高齢者の方々と、ゆっくりとお話したことがなかったなと。野菜作りを教えてくれ、話し相手になってくれた高齢者の方々へ「ありがとう明日も、パンづくり頑張るからね」と。新型コロナに翻弄されながらも地域の人たちとの交流の機会に感謝かな?



坂本さんが作ったおいしいそうなパン

令和2年度青森県新任等保健師育成支援事業(トレーナー事業)

今年度のトレーナー事業は9市町村(トレーナー保健師11名、159日間)5保健所(トレーナー保健師5名、55日間)で実施しました。

今回は、23年ぶりに新人保健師が採用され、事業を活用した外ヶ浜町から報告します。

【トレーナー保健師：青森県国保連合会 事業振興課 大水 美保】

今までトレーナー保健師といえば、会員の皆様のよ
うなベテラン保健師が担う役割と認識してしま
いで、初めは「私なんか、とんでもない！」と思
い、外ヶ浜町に対しては恐縮の気持ちでいっば
いでした。しかし、トレーナー保健師となった以
上、終了時には町に「事業を活用して良かった！」
とさせていただきたい！今私ができることを精
一杯やるしかない、という気持ちで、月2回ほ
ど全16日間外ヶ浜町に通わせていただきました。

外ヶ浜町にとっては20数年ぶりの保健師採用
です。新人の吉川保健師は物腰が柔らかく、人の
話をじっくり聴くことができ、洞察力もあります。
さらに9年間の看護師経験もあり、最初から「
任せて大丈夫だ」と思わせてしまう安心感があ
りました。でも吉川保健師にとっては何が大き
いのか分からず、詳しい説明がないまま、目の
前の事業に追われることへの不安があると話し
てくれました。そうだ、「保健師として」は1年
目だった…。私は自分の対応を反省させられま
した。それからは、できるだけ丁寧に話し合い、
保健師としての考え方について議論する時間を
大事にしました。

吉川保健師とはたくさん家庭訪問をし、道中
様々な話をしました。庁舎内にいるよりも外に
出た時の方がお互い本音で話せたことも、大
事な時間でした。彼は地域に出るといきいきし
そうで「外ヶ浜町で保健師になれて良かった！」
と言ってくれたことは、トレーナー保健師とし
て何より嬉しい言葉でした。

保健師1年目の吉川保健師は、時には悩ま
ながらも、いつも楽しそうでした。それは外ヶ
浜町の先輩保健師が、彼を大事に思い、孤独に
させない雰囲気を作っているからだと感じてい
ます。私にとっても初めてのトレーナー保健師
という経験は、毎回これでいいのかと迷いなが
ら手探りでもあり、外ヶ浜町の先輩保健師に
助けられながら、学ばせていただきながらでき
たことだと、改めて感謝しています。

外ヶ浜町の未来を担う頼もしく優しい保健
師が外ヶ浜町に来てくれて、本当に嬉しい！
トレーナーとしての支援は終わりますが、吉川
保健師とは、これからもお互いに気軽に相談し
合える保健師の仲間でありたいです。

【新任保健師：外ヶ浜町福祉課 保健師 吉川 直希】

私の保健師活動は、新型コロナウイルス感染症
の影響によって、住民の方々と積極的に交流する
ことが難しい状況下でスタートを切りました。

早く地域に馴染みたい、という焦りや不安が
強まるなか、6月からトレーナー事業が開始と
なり、トレーナー保健師の大水さんにご指導い
ただくことになりました。大水さんは、来庁さ
れるたびに励ましの言葉やお心遣いをいただき
、私の緊張を和らげてくださいました。また、
社会人としての心構えや保健師活動における
視点、住民の方々に寄り添う姿勢など、保健師
として大切なことを教わりました。特に、家
庭訪問や健康教育の際には話の引き出しの多
さに驚かされるとともに、対人支援の技術を
多く学ばせていただきました。事業の後半に
実施した地区踏査では、地区を診断して健康
づくりの支援につなげる一連の過程を経験し
、保健師として自信が持てるようになりました。

感染症拡大防止に配慮しながらの保健師活
動に戸惑うこともありましたが、住民の方々と
一緒に活動することで地域への愛着も増し、
ようやく外ヶ浜町の保健師の一員となること
ができたように感じます。

最後に、大水さんをはじめ、県及び国保連
合会の皆様、東地方保健所の皆様、外ヶ浜町
役場の皆様、あたたかいご支援をありがとう
ございました。この経験を忘れず、目標とし
る「正確な知識や技術を身につけて住民に安
心感を与えられる保健師」に少しでも近づけ
るように努力したいと思います。



上列左から
伊藤保健師、安藤主任保健師、對馬主任保健師、野口主任保健師、
掛村主任保健師、若山保健師
下列左から
瀧本主任保健師 吉川保健師 大水トレーナー保健師

【指導保健師：外ヶ浜町福祉課

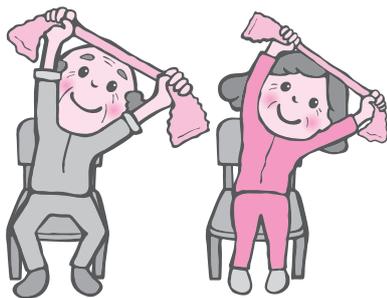
主任保健師 瀧本 深雪】

外ヶ浜町は3町村合併した町。保健師は、健康づくり事業を行う保健班と地域包括支援センターに分散配置され、ほぼ同世代の7人で町の保健福祉行政に携わってきました。保健師採用を切望して数年。ようやく叶った新採用は23年ぶりでした。

私達が新人の頃は、駐在保健師、県保健所との共同活動、業務連絡会等、町村の若い保健師への支援が所属を越えてあり、多くの先輩方に見守られ支援していただきました。さて、今度は私達の番。しかし、私達が先輩から指導されたように手厚く指導することは難しいのではと思い、トレーナー事業を受けることにしました。

トレーナー事業では家庭訪問や健康教育の基本的な対人支援のほか、吉川保健師が受け持っている一つの地区に対して、地区踏査訪問やその結果説明会までの一連の流れを大水トレーナーの支援により経験できました。地域を深く知り、住民の声を聞き、事業へつなげていく基本を学ぶことができたのは、トレーナー事業の成果だと思っています。

また、トレーナーの活動日誌やカンファレンスの様子からも、大水トレーナーにはとても丁寧に支援していただいたと感じています。長年、同じ時代に同じような境遇で保健師活動をしてきた私達は、保健師間で話す時も簡単な言葉で通じ合う部分が多かったように思います。でも、より具体的に伝えること、新人だからこそ懇切丁寧な指導が必要なことを気づかされました。私達の足りない部分を大水トレーナーに補ってもらい、「保健師の吉川です」と自信に満ちた吉川保健師の声を聞くたびに、トレーナー事業を受けて本当に良かったと改めて思います。



【プリセプター：外ヶ浜町福祉課

主任保健師 掛村 香寿美】

平成合併後、初の「新採用保健師」は特別な存在です。もうすぐ1年を迎えますが、様々な困難を乗り越えながらも「やりがいを感じている」とキラキラした眼差しで語る姿は頼もしくもあります。

トレーナー保健師は、私自身が先輩方から学んだまさしく「知の伝承」であると思います。

たくさんのことを丁寧に伝えていただいたことに深く感謝すると共に、次は私達がバトンを受け取ってより強く、太く伝承する番です。

「ワクワクしていた」自分の新採用時代を思い出し、残りの保健師人生と一緒に走り抜きたいです。

【プリセプター：外ヶ浜町福祉課

主任保健師 野口 三菜子】

20年以上採用が無かった当町に、待望の保健師が採用になったと同時に、新人教育には「トレーナー事業」を活用した方がいいと即答しました。

誠実で頑張り屋さんの吉川保健師ですが、トレーナー保健師の支援回数が増える度に、さらに仕事に積極的に取り組む姿勢、意欲が増していくのがわかりました。大水トレーナー保健師には、保健師活動の基本や町で働く保健師像を細かく支援していただき、報告書を拝見するたびに自分自身も気づかされ、この事業を活用して本当に良かったと思っています。ご指導ありがとうございました。

【プリセプター：外ヶ浜町福祉課

保健師 伊藤 加乙里】

「一番若い保健師です」と言い続けて23年(笑)、今年度ステキな後輩、吉川保健師が町に来てくれました。何事にも前向きで、町民とも積極的に交流する吉川保健師は頼もしい存在です。今回、地域のことをよく知っている大水トレーナーが町に関わってくださり、吉川保健師や大水トレーナーの記録を見るたびに私自身学びが多かったです。吉川保健師の思いを受け止め、話を聞き、寄り添い、熱心に指導してくださり、本当にありがとうございました。

令和3年度総会並びに研修会のご案内

日 時：令和3年5月27日(木) 10時30分～14時30分

場 所：ウェディングプラザアラスカ

内 容：○令和3年度総会

○研修会テーマ：「青森県の保健師活動の現状(仮)」

講 師：青森県がん・生活習慣病対策課

副参事 舘田 有佳子 氏(予定)



報告**「青森県新任等保健師育成支援事業及び
保健所保健師等育成支援事業に係る令和2年度トレーナー保健師会議」**

3月8日、青森市内において標記会議が開催されました。初めに県がん・生活習慣病対策課から事業の実施状況が報告されたあと、「支援先の人材育成体制」や「保健師人材育成のOJTとして大切なこと」について意見交換しました。出席したトレーナー保健師からは従事して気づいたことや、今後改善してほしいことなど、次年度以降の事業実施へ向け、参考となる意見が多く出されました。

同課青木主幹からは「保健師愛あふれるトレーナー保健師さんの支援を受けた新任保健師達が、保健師の視点・姿勢・考え方を学び、保健師らしく成長しているなあと感じます。県担当者として、トレーナー保健師さんには感謝の気持ちでいっぱいです！」とのコメントをいただきました。

**「地域の保健福祉活動」
助成団体の募集について**

会では会員が身近な地域で自主的に取り組んでいる保健福祉活動の支援を目的に予算の範囲内で助成事業を実施しております。これまで19団体に活用いただいたところです。興味のある方は事務局までご連絡下さい。(令和2年度は5団体を助成。)

第4回役員会報告

3月4日(木)、国保連合会8階会議室において、令和2年度第4回役員会が行われました。

今回は活動報告のほか、来年度の総会へ向け、今年度の事業実績や次年度の事業計画、また総会時の研修内容等について検討されました。その他新規会員のお誘い方法など、活発な意見交換が行われました。

お知らせ**「お世話になりました！」**

保健活動推進専門員 梅庭 牧子

このたび、6年間の長きにわたり勤務させていただきました国保連合会保健活動推進専門員を退職することになりました。会員の皆様には折に触れご支援ご協力いただき誠に有難うございました。思い返せば、会設立20年記念誌作成に際し、会の歴史を振り返る機会をいただき、生涯、保健師を貫く先輩諸姉の熱い思いに魂を揺さぶられ、交流会等で聞きする数々の楽しいエピソードに元気を頂きました。また、鬱蒼とした山林なんのその、風雨に負けずに向かった家庭訪問を通して「やっぱり、保健師〜！」を感じられた事や突然のお願い電話にも「いいよ!!」とお返事をいただいた事など沢山のお助けウーマンの支えがあって、なんとかやって来られたと改めて会員の皆様に深く深く感謝いたします。これからは一会員として皆様からお聞きした日々の過ごし方を参考にしながらも、まずは自分の心身をリフレッシュして、時にはお助けウーマンになれるよう精進したいと思います。皆様のご健康と益々のご活躍を祈念しております。

会員近況アンケート回答のお願い

会員の皆様の近況を把握するとともに、会の今後の活動に役立てるために、アンケート調査を実施します。同封した返信用封筒をご使用になり回答して下さるようお願いいたします。

結果は会報第36号(令和3年8月発行予定)にてお知らせする予定です。

回答期限：令和3年4月28日(水)

編集後記

- 長きにわたり本会を支えてこられた、事務局の梅庭保健活動専門員が3月末で国保連合会を卒業されます。それに伴い事務局も4月から新体制となりますが、これからも諸先輩の皆様のお力を借りながら、一緒に会を盛り上げていきたいと思っておりますので、今後ともよろしくお願いたします。
- 5月には2年ぶりに総会・研修会を開催する予定です！ステイホームでますますパワーアップした(?)元気な皆様にお会いできることを、楽しみにしております。