

会長挨拶



山形県在宅保健活動者連絡協議会 (いつわ会)

会長 水上 由美子

新型コロナウイルス感染もまだ沈静化せずに不安の残る日々ですが、令和4年度のいつわ会事業につきましては、全体研修会をZoom参加者を含めて3年ぶりに開催することが出来ました。また、庄内と置賜の2地区でブロック研修会も実施し、久しぶりに会員同士の交流と親睦を深めることが出来ました。更に、庄内地区を中心に健康イベント、スポーツ大会等の救護依頼が30件以上あり、コロナ感染症予防の規制も徐々に緩和されているように思います。

コロナ感染対策に関わる支援として、保健所支援のための人材バンク(IHEAT)に多くの会員から登録いただき、令和4年度は感染拡大により保健所の積極的疫学調査等に協力し活動

を行ったという報告がありました。また、登録の有無にかかわらず市町村の予防接種業務等に多くの方が従事されました。

ところで、山形県(戸沢村)は国民健康保険の発祥の地です。保険証一枚あれば誰でも医療機関を自由に選んで受診でき、医療費の自己負担は1~3割で済みます。問題点も指摘されておりますが、それでも日本人の平均寿命の伸びは皆保険の賜物でしょう。令和4年度の全国の出生数は80万人を割る予想とのこと。国民皆保険を持続するためにも、健康に関心を持ち病気を予防し、元気な毎日を過ごすため、いつわ会の皆様の出番はまだ多くあるようです。

今年は卯年、ウサギの年は「飛躍」や「向上」の年と言われております。皆様にとってこれまでの御苦労が実を結ぶ年になり、明るく健康な良い年でありますよう心から願っております。

令和4年度事業(中間報告)

令和5年2月現在

事業名	日時	内容
役員会	令和4年 4月 14日 令和4年 6月 10日 令和4年 12月 22日	3回開催(12月は書面協議)
いつわ会全体研修会	令和4年 7月 6日	講演、活動報告、情報提供
いつわ会ブロック研修会	令和4年 10~11月	2回(庄内、置賜) 詳細は本誌2頁参照
特定保健指導従事者研修会	令和4年 11月 10日	保険者協議会主催の研修会にてWebで参加(17名) 詳細は本誌3頁参照
令和4年度東北地方在宅保健師等会連絡会議	令和4年 12月 1日	開催県:福島県(Web会議) 山形県から8名参加 詳細は本誌4~5頁参照
会報発行(第39・40号)	令和4年 8月 令和5年 3月	いつわ会全体研修会等 ブロック研修会等
救護協力	令和4年 6月 ~ 令和5年 2月	運動・スポーツ大会の救護・応急処置 (延べ38名協力)
会員活動アンケート調査	令和5年 3月	

令和
4年度

いつわ会ブロック研修会

庄内ブロック

とき 令和4年10月21日(金)

ところ なの花ホール(三川町)

参集者 17名

※当日参加できない方にも希望者に実技指導を収録したDVDを配布

1 講話と実技

「コンディショニングでこころもカラダも元気に!」



講師/
健康運動指導士
澤田 美佳 氏

アンケートから

- 呼吸法と簡単な運動で姿勢が良くなることを学び良かったです。
- あちこちガタが来たので筋肉を整え心地良く生活したい。
- 右肩～右膝痛みあり受診中です。無理なくできるコンディショニングでスッキリしました。
- これから老後になるにつれて体の変化が起こる中で今回の研修内容はとても勉強になりました。
- 軽快な話とわかりやすい説明で、少し汗ばみながら運動することができました。
- 明るい講師から元気をもらいました。DVD有り難いです。活用してまいります。



2 情報交換等

「いつわ会活動について」

- いつわ会会員数の推移について
- いつわ会活動内容と今後の活動について

置賜ブロック

とき 令和4年11月8日(火)

ところ えくぼプラザ(南陽市)

参集者 22名

1 講話と実技

「ロコモを防いで延ばそう健康寿命」



講師/
公立置賜総合病院リハビリテーション部
技師長(作業療法士)
井上 健 氏

アンケートから

- 話がおもしろくすぐ自分にできることだった。みんなにも教えてあげたくなった。
- トイレの自立の大切さを今まであまり意識してなかったなので、両親に教えたい。
- 非常に参考になるお話で楽しく聴かせていただいた。ありがとうございます。普段歩いていないので、意識的に手を後ろに振りながら歩きたいと思う。
- 講師の先生の話が分かりやすかった。日常でちょっと視点を変えるだけで鍛えられる事が理解できた。「実行できるかな?」という気持ちが、「やろう!!」と思う気持ちになった。
- デイサービスに勤めているので、今日お聞きしたことを参考にしながら、利用者の方々にも勤めていきたいと思う。
- 百歳体操をサロンで実施していますがそれぞれの体操の中に、本日の運動のよさを解説し、『立ち上がり～座る』の中で膝の曲げ方いかんでとても良い体操に変身することに気づいた。今後トライ!
- 先生の話が実体験・経験からなので分かりやすく、面白かった。健康寿命を延ばす国の方向性が示されたものの、どのように取り組めば良いか思案しており、あまり難しく考えず出来ることから始めることが大切だと感じた。

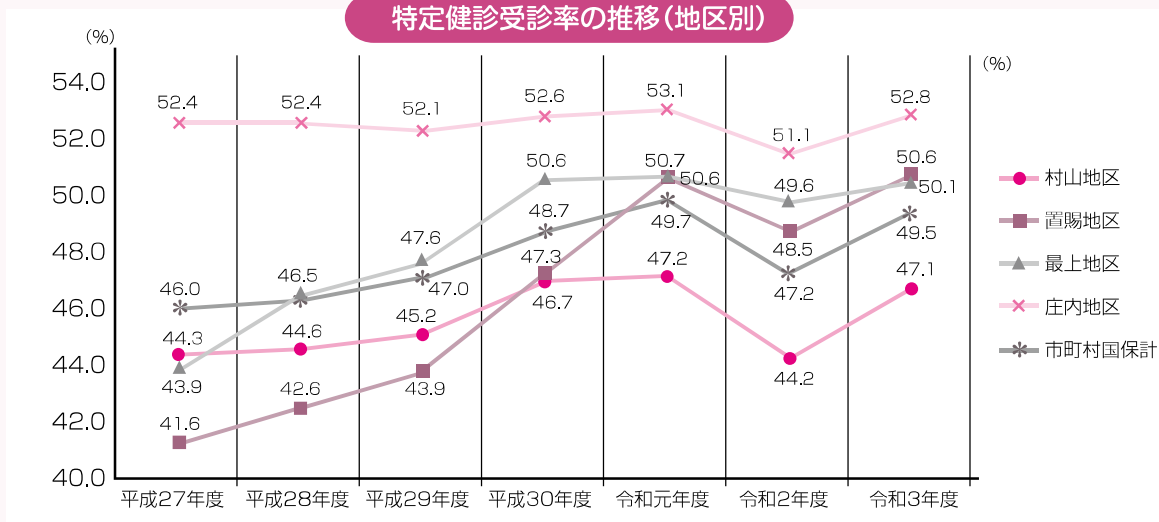


いつわ会 活動紹介

令和4年度特定健診・特定保健指導受診率等向上対策事業

平成24年度より国保連合会事業として、電話による受診勧奨について実施を希望する保険者から受託を開始。令和3年度よりは会としての受託は行っておりませんが、保険者と協力し、特定健診受診率を向上させるため、いつわ会会員が電話による受診勧奨を実施しました。令和元年度の山形県市町村国保の受診率は、49.7%(全国1位)と上昇しましたが、令和2年度コロナ禍の中多くの市町村で受診率が減少しました。令和3年度は、ほぼ元年度の受診率まで回復しましたが今後も60%(国の目標)に向け、引き続き取り組みが必要です。

特定健診受診率の推移(地区別)



特定保健指導従事者研修会への参加

市町村業務支援者に保険者協議会主催の研修会(Web開催)を御案内し17名の会員が参加しました。内容は有限会社クオリティライフサービス代表取締役 小島美和子氏より「時間栄養学を活用して特定保健指導の成果を上げる」、長井市より「特定保健指導率向上に関わる取り組み」及び鶴岡市より「特定保健指導における委託機関との連携及び評価について」の事例報告をいただきました。また、国保連合会より「保険者協議会医療費等統計資料について」情報提供を行いました。

参加しての感想

時間栄養学を活用した特定保健指導の実際がとても分かりやすく実践的だと感じた。朝食の大切さ、体内時計のリセット、夕食の時間等自分の生活でも新たな取り組みをしてみようと思った。委託機関への視察が特定保健指導実施率向上に効果がありとても良い取り組みだと感じた。

救護活動事業

コロナ禍の中、運動・スポーツ大会等が再開し、感染防止対策を取りながら中体連や野球、水泳大会、新たなスポーツフェスティバルの救護活動を行いました。

実施しての感想

当日は、台風前の異常気象のせいか高温で発汗量も多く、熱中症対策も視野に入れ、凍らせたタオルや保冷パックを持参し対応しました。幸い安静と声かけで快方に向かいました。

新型コロナウイルス感染症に係る保健所支援のための人材バンクについて

令和2年度保健所支援のための人材バンク登録(IHEAT)に32名の会員の方の登録をさせていただきました。令和4年度は感染拡大により、保健所から支援要請があり保健所にて活動を行いました。また登録の有無にかかわらず市町村のワクチン接種に御協力頂きました。

令和4年度 東北地方在宅保健師等会連絡会議 **報告**

と き／令和4年12月1日(木)
ところ／山形県国保会館

東北6県に新潟県を含めた7県の在宅保健師等会のための連絡会議が福島県主催で開催(Web)され、92名の参加があり、うち山形県より8名の会員(役員)が参加いたしました。

会議内容

- 各県の活動報告
- 意見交換会

(主な内容)

- ・コロナ禍を踏まえ、通いの場における活動で何か工夫している点について
- ・現職保健師の育成への在宅保健師の関わりについて

講評・助言／国民健康保険中央会

保健事業担当専門幹 三好 ゆかり 氏

- 講演

「保健事業を取り巻く動きについて
～令和6年度に向けた予防・健康づくりの
動きを踏まえて～」

国民健康保険中央会

保健事業担当専門幹 三好 ゆかり 氏

(主な内容)

- ・都道府県在宅保健師等会の全国設置状況(全国41団体 3,633名)
- ・令和6年度に向けた予防・健康づくりの動き
- ・一体的実施の実施状況と今後の動き

- 講演

「新型コロナウイルス感染症と地域保健活動
～コロナ禍による高齢者の健康への影響と
介護予防・生活習慣予防の観点から地域の
保健師活動に求められるもの～」

福島県立医科大学 総合内科・臨床感染症学講座

教授 山藤 栄一郎 氏

(主な内容)

- 1. コロナ禍がもたらした社会的影響と健康への影響
- ・高齢者は外出自粛で筋力低下
- ・活動頻度や参加が減少した人は、要支援・要介護、フレイル、うつであるリスクが高い。

2. 保健師活動を行う上で必要なコロナの知識

- ・新型コロナウイルスの後遺症
- ・検査、治療、ワクチンについて
- ・感染対策のポイント

- 報告

「都道府県在宅保健師等会全国連絡会について」

都道府県在宅保健師等会全国連絡会役員

新潟県在宅保健師の会「燈々会」会長

- ・今年度の連絡会議は令和5年2月頃、講演や事例発表の資料と説明動画を収録したDVD配布予定

参加しての感想

- ・オンライン会議は、1日で終了することができ役員も多く参加できた。
- ・講演「新型コロナウイルス感染症と地域保健活動」を聴いて、これまでの対応が間違っていたり無駄な事をやっていたことに気づかされた。
- ・保健事業を取り巻く国の最新の動きや他県の活動状況がわかった。東北以外の他県の活動はどうしているのかと思ったが、東北が特に活発だと知った。今後の活動に活かしたい。



【会議参加者】

前列左から 武田幹事 水上会長 鈴木副会長 井上幹事
後列左から 今野幹事 長南幹事 鈴木幹事
白田常任幹事

報告

副会長 鈴木 式子(置賜地区)

今年で2回目のWeb会議で福島県の皆様には大変お世話になりました。新潟県を含む東北6県の会長より日々の活動報告を受けました。各々の県において違いはあるものの自分達が今まで経験してきたことを活かし地域住民の方々の健康をサポートしている様子が手に取る様に分かりました。同じ様なことは出来ませんが私達いつわ会も研修会等を通して、住民の方々に還元していきたいものと思います。

また、昨年に引き続き国保中央会保健事業担当専門幹の三好ゆかり氏の講演を頂きました。内容として大きく在宅保健師等会の状況についてや、保健事業を取り巻く動きについてお聞きしました。一番印象に残ったことは、平均寿命と健康寿命の推移でした。男性では平均寿命が81.41歳に対し健康寿命は72.68歳、女性は平均寿命87.45歳に対し健康寿命は75.38歳です。誰しも健康で年を取りたいと思うのは当然です。地域づくりやまちづくりを通じて地域住民が相談や支援が受けやすい環境づくりが大切であるとのことでした。各々の自治体でそれらの人材育成も急務と思います。

午後は、福島県立医科大学臨床感染症学講座教授 山藤栄一郎氏のコロナ感染症についてのお話でした。新型コロナウイルス感染症が発生し3年目になります。今まさにタイムリーな話題で皆さん真剣にお聞きしました。ワクチン接種も進んでいますが、ワクチンは感染予防だけでなく重症化や死亡率を下げるのが目的であるとのこと。一度罹患するとせきや倦怠感等の後遺症が続く人が3割もいるとのこと。内服薬が早く一般的になることを望むばかりです。最後に終息はあるのかとの質問に「ウイルスは変異を続けて行くのでなくなる。人々が気にしなくなった時がその時ではないか」とのことです。これからも基本的な感染対策を怠らず日々生活していきたいものです。



Web会議の様子

報告

幹事 武田 孝子(村山地区)

東北地方在宅保健師等会連絡会議が、今年度は福島県が担当県でWeb会議で12月1日(木)に開催されました。各県からは自粛しながらの活動状況の報告でした。各県それぞれの会は、これまでの歩みで築かれた独自性が目立ち、地域活動(通いの場等)や健康教育等様々な形で地域に根差し展開されていました。リモートではありましたが、その前向きな取り組みに熱意を感じながら刺激を受けました。

国保中央会の三好ゆかり氏の講演では、人生100年時代の到来を踏まえて、若いころからの生活習慣病の重症化予防や加齢による健康リスクへの健康支援と、高齢者の健康とフレイル状態等の包括的把握が重要であり、「国保」と「ヘルス」と「介護予防」と連携し幅広く一体的な取り組みが全国の市町村で推進されています。その「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」が令和6年度までにすべての市町村において実施することを目指していると語られました。そこに必要なマンパワーの支援や地域づくり支援として在宅保健師等の介入が期待されているようです。その時に、私は何に関わることができるだろうかと考えさせられました。

「新型コロナウイルス感染症と地域保健活動について」山藤栄一郎氏の講演から感染対策のポイントは①常時換気が大切。換気が悪いと空気感染を起こす。②マスクは不織布(個人の感染対策)、マスクしていない時が要注意。N95マスクはフィット性が重要。③パーティションの高さや配置により換気の妨げもある等日常の感染対策の重要性を確認できました。

今回の会議に参加して、山形県の「いつわ会」は5つの職種から構成されていますが、その職種の専門性を活かしてよりよい活動が出来る会であることを改めて誇りに思いました。そして私は、保健師としての自分自身を再度見つめ直すことが出来ました。貴重な会議に参加できる機会を与您いただきありがとうございました。

会員の状況

会員数 226名 (令和5年2月1日現在)

年齢構成 (平均年齢 69歳)

年齢階層別	人数
40歳未満	0
40～49歳	4
50～59歳	19
60～69歳	108
70～79歳	73
80歳以上	22
計	226

職種・地区別

	村山	最上	置賜	庄内	合計
保健師	37	13	15	24	89
助産師	9	1	0	5	15
看護師	14	9	9	33	65
准看護師	4	2	3	1	10
管理栄養士	6	4	4	5	19
栄養士	2	0	1	0	3
歯科衛生士	13	3	9	0	25
合計	85	32	41	68	226

新入会員 (令和4年入会)

	村山	置賜	庄内	合計
保健師	1	1	1	3
助産師	0	0	1	1
看護師	0	0	3	3
管理栄養士	0	0	1	1
歯科衛生士	2	3	0	5
合計	3	4	6	13

令和4年13名の方が新たに
入会されました。
皆様どうぞよろしくお願いいたします。

お知らせ

市町村保健事業担当者の皆さんへ!

いつわ会では、健康・栄養相談、訪問指導、その他の保健事業に保健活動者を派遣しています。健康イベント等の際、健康相談、救護等に依頼してみませんか？
今年度退職予定(再任用の方も含む)の方、是非いつわ会に入会をお願いします。

会員の皆様へ

令和4年度は、3年ぶりにいつわ会の全体研修会及びブロック研修会を開催しました。開催にあたっては、感染対策のため、開催時間を短縮したり、ハイブリッド形式での開催やDVD配布等工夫して実施したところです。次年度の全体研修及びブロック研修会開催については、新型コロナウイルス感染症の感染状況等を踏まえながら検討していきます。また、毎年御案内しております、山形県国保地域医療学会は、令和5年10月開催の予定としております。

会員募集

入会費・会費無料

あなたも
楽しく活動してみませんか？

随時、新入会員を募集しています。
今までの専門職としての経験を、自分の住んでいる地域の健康づくりに役立てましょう。
お知り合いの方にぜひ御紹介をお願いします。

事務局

〒991-0041

山形県寒河江市大字寒河江字久保6番地 国保会館内
山形県国民健康保険団体連合会 事業課保健事業係
TEL0237-87-8002 FAX0237-83-3353

印刷 コロニー印刷

申し込み、問い合わせは、事務局連絡先まで