



発行：秋田県在宅保健師等ゆずり葉の会

会長メッセージ

厳しかった冬の寒さもようやく峠を超え、春の音が聞こえてくるようになりました。日も長くなり木々や草花と同じく、縮こまっていた心身が少しずつ伸びていくことを感じます。雪国に生まれ育った私達は仕方が無いことですが、やはり冬は体調を崩しがちです。ご自愛くださいね。

さて、今年度を振り返ってみますと相変わらずのコロナ禍ではありましたが、様々なゆずり葉の会の事業も対面で行うことができました。中でもゆずり葉の会設立40周年記念事業としての記念誌作成では委員となられた5名の方々にたいへんご難儀をおかけしながらも5回の委員会を経て完成に至りました。記念誌は平成25年度から令和4年度までの主に10年間の軌跡をとりまとめながら、発刊にあたってのお祝いメッセージやお二人の会員への保健師活動インタビュー、歴代の役員の方々からの一言メッセージ等を頂くことができました。この10年間の出来事は過ぎてみればあっという間でしたが実に様々な活動を行ったことを今でも鮮明に思い出します。皆様のご協力に感謝です。

また、今年度は3年ぶりに会員研修会と会員交流会でもとても楽しい思い出作りができました。来年度も皆様方と一緒に会を進めていきたいと思っております。宜しくお願い致します。

令和5年2月記 会長 太田敦子

事業報告

○令和4年度 第2回幹事会 (予定)

R5年3月10日(金)午後1時より市町村会館で第2回幹事会を開催予定です。

協議事項

- (1) 令和4年度事業報告並びに決算報告
- (2) 令和5年度総会の開催方法
- (3) 令和5年度事業計画(案)
- (4) 令和5年度予算(案)
- (5) 役員(監事)の改選(案)
- (6) 叙勲祝賀事業(案)



いのでヒアリングをお願いしたい”と直接連絡がありました。それを承諾し 11 月 24 日に国保連合会で zoom によるインタビューを受けました。参加者は役員 2 名（太田、庄司）です。日看協は健康政策部保健師課の担当者 2 名でした。

約 2 時間にわたり上記の 3 事業はもとより、これまで実施してきた様々な会の活動全般についてインタビューを受け、在宅保健師の会が退職後も広範な保健活動を実施していることに驚きと、時に共感を得ながらのヒアリングでした。会活動を知ってもらう良い機会だったと思います。

○ 東北地方在宅保健師等連絡会議報告（zoom による開催）

昨年に引き続きリモート形式で 12 月 1 日（木）に開催され、当会からは会長他 4 名と事務局が参加しました。

内容

I 各県からの活動状況報告・意見交換

II 講演 1 「保健事業を取巻く動きについて」

国民健康保険中央会保健事業担当専門官 三好ゆかり氏

講演 2 「新型コロナウイルス感染症と地域保健活動」

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

各県の活動状況の報告と意見交換では、コロナ禍のため事業を中止したり、事業の回数を減らすなど工夫して活動している等報告され、他県の特色ある活動を知ることが出来て参考になりました。また新入会員減少等悩みも聞かれました。受託事業において、ゆずり葉の会が委託元（の市町村や企業）と直接契約して事業展開していることに他県からの注目が高く、たくさんの質問や賞賛をいただきました。

講演 1 では、国保中央会の三好ゆかり氏から令和 6 年度に向けた予防・健康づくりの国の動向について情報提供がありました。

講演 2 では、福島県立医科大学の山藤教授から新型コロナウイルス感染症の最新知識について伺う事が出来、とても貴重な学びの時となりました。

（講演要約）

- ・高齢者は緊急事態宣言下の外出自粛で筋力低下、嚥下機能低下、認知機能低下、交流・社会参加減少、要支援・要介護、フレイル、うつリスクが増加した。男性高齢者は、社会的孤立に陥りやすい。
- ・コロナ後遺症も増加。デルタ株では発熱、味覚障害、嗅覚障害が高く、オミクロン株では咳、倦怠感が高い。1 年後もまだ 1/3 に症状が残存。
- ・感染した高齢者はアルツハイマー発症のリスクが増加。
- ・ワクチン接種が重症化を防ぐ鍵。（デルタ株ワクチンは感染予防効果が高い。オミクロン株ワクチンは重症予防効果が高い。）
- ・抗原検査（症状ある人向け）：現在感染しているかがわかる。発症直前、直後は感度が低い。
- ・PCR 検査（症状ない人でも検出）：感染直前、直後でも感度が高い。感染性が低くなっても陽性となりやすい。
- ・感染予防対策：ワクチン接種、マスク、常時換気（少しの窓開け、暖房機近くの窓を開ける。空気の通り道を作る。）大声で話さない。マスクはずしての会話は×
- ・コロナ自宅療養期間は、10 日から 7 日に短縮
発症 5 日目以降に他者に感染させるリスクは 2 % 位。8 日目でウイルスは 16% の人に生き残

お祝いのことば



「秋田県在宅保健師等ゆずり葉の会」 設立40周年記念に寄せて

秋田県国民健康保険団体連合会 事務局長 工藤 学

この度「秋田県在宅保健師等ゆずり葉の会」が設立40周年を迎えられ、記念誌を発行されますことに心よりお祝い申し上げます。

会員の皆様におかれましては、現職保健師への知識の伝承と地域の保健活動に寄与することを目的に、昭和57年の設立以来、地域住民の健康保持・増進にご尽力いただいております。また、近年は、新型コロナウイルス感染症により制約のある状況でありながら、これまで培われた経験と確かな実績を活かし、ますます活動の場を広げておられることにあらためて敬意を表しますとともに、本会の事業運営につきましても格別のご理解とご支援を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、貴会の活動につきましては、平成28年より継続して取り組まれている「いきいき百歳体操」普及事業において、令和元年度に「健康秋田いきいきアクション大賞」優秀賞を受賞されるなど県内でも高く評価されております。また、令和6年度までに全ての市町村での開始を目指す「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」における「通いの場」での健康相談や個別訪問、新型コロナウイルス感染症対策にかかる業務への協力など、多くの場面において、地域住民の健康で安心できる生活のために大きく貢献されてきました。

人生100年時代を迎え、市町村が取り組む保健活動は、生活習慣病の発症及び重症化予防から、メンタルヘルス、認知症の予防まで多岐にわたり、保健師等医療専門職の人材育成・確保が課題となっております。会員の皆様の豊かな経験と広く専門的な知識は、現職の市町村保健師等の支えとして、また、地域住民の健康寿命延伸のために今後ますます期待されることと存じます。

結びに、設立40周年を契機として、貴会のますますのご発展と会員の皆様のご活躍を心より祈念申し上げ、お祝いの言葉といたします。

発刊に当たって



元地区幹事 島山 洋子

この会が40周年を迎え、記念誌発行と聞き、今更ながら月日の早さと時代の変化を思っています。これまでの歴代会長様、役員の皆様、ありがとうございます。その時代にあわせた新しい感覚で、私達会員をリードしてくれました。100名近い会員を守り、どう進むべきかを教えてくれました。

私が退職してからも、地域で元役場の保健師としての自覚を持ち続けて、地元の人達と仲良く健康づくりの一端をと活動できたのは、退職した保健師の会、ゆずり葉の会があったからと思っています。退職してからは、いろいろな事から遠ざかってしまいがちです。ゆずり葉の会から新しい情報や研修を受けて、仲間から刺激と励ましをもらい感謝しています。高齢化に向かい、問題は山積みしていますが、続く若い会員の活躍を願い、お祝いのことばといたします。ありがとうございました。



元地区幹事 菅原 澄子

ゆずり葉の会が早40周年を迎えられたことを心からお祝い申し上げます。関係機関のご協力と支援、会長を始め役員をされている方々のご協力に頭が下がります。

会が設立した頃から振り返ってみると「保健師活動の軌跡」をまとめられたり、「各地で健康づくりシンポジウム」を開催したり、会報を定期的に発行したりと驚くほどの活動ぶりに目を見張っているばかりです。会員である私たちも刺激を受け、地域活動を地味ながら続けております。これも、この会が素晴らしい会長に恵まれたことと、つくづく感じます。会の役員をされてきた方々の大変なご苦労があったことと存じます。私も地域活動を始めるようになって16年になりました。現在は旧神岡地区と自分の地元の町内で、体操を中心とした活動をしております。年々参加する地域の方々も高齢化し、我々も又、高齢化して活動を続けながらも、今後どのように運営したら参加者が止めないで続けてくれるか、悩みながらやっております。どこの会も同じような問題や困難を抱えながら続けているようです。私も今まで、この地域活動を一度も止めずに続けてきたのは何なのかと考えた時、参加者が終わって帰る時、体操や踊りが楽しかったと笑顔を見せる時です。笑顔を見る時、活動をしている意味を感じます。何でもそうでしょうが、細くても長く続けることが大切です。県内のゆずり葉の会員の方達も、各地でいろいろな地域活動をしておられると聞いておりますが、なかなか他の方々活動を詳しく知る機会がありません。残念です。話し合いの機会があれば参考になると思います。

今後私自身も、どのくらい続けられるか、わかりませんが、出来るだけ頑張っていきたいと考えています。地域のためにもありますが、自分自身のためにも止めては駄目だと考えています。今後とも会の発展と活動を期待しております。

っているが他者に感染させるリスクは低くなる。隔離解除されても 10 日目位まではあまり他者に接触しないことが望ましい。

○県健康づくり県民運動推進協議会での「がん検診促進活動」として会での取り組み

私達も統一テーマに参加してみよう！！



カードに同封した
啓発用パンフレット

スローガンとカード



1枚は会員用、1枚
は家族や友人用
しおり仕様
手作りです！

<アンケート結果> 80名に送付。回答は28名でした。

1. 3年度・4年度の、胃、大腸、肺、子宮頸、乳のがん検診受診の有無

両年度とも子宮頸がん検診の受診者が最も少なく、3年度は15人、4年度は予定も入れて18人でした。他の4検診は受けた者が20人前後でした。

2. 3年度に比べ4年度は受診済みと予定ありの合計が3年度を2~5人程上回っておりました。

3. 両年度とも“受けない理由”の「面倒だ」「必要性を感じない」は、3年度は各検診に記入されておりましたが、4年度は「面倒」が胃がん検診にのみ2名の記載でした。

<受診時に難儀したこと>・・・胃がん検診の発泡剤やバリウムはいつも難儀、台の上で逆さまにされ恐怖、便秘なので採便に難儀する、前日までに2本準備しておく。

<工夫していること>

予約を忘れない、胃検診では前夜から飲食しないよう自分に言い聞かせる、朝口にテープを貼る
<こんな検診なら受ける>

全ての検診を1日で、簡便で精度の良い検診（全身撮影、血液、尿検査など）、買い物ポイント付与

<受ける理由>

早く発見し治療を受け命を守る、健康体であるかの確認

○今後の動きについて

1 令和5年4月4日（火）国民健康保険団体連合会にて

午前9時30分 ~役員会

午後1時 ~ 監査(令和4年度事業並びに会計について)

2 令和5年度総会及び叙勲祝賀食事も 令和5年4月8日（土） 協働大町ビル（予定）

『省エネ生活の工夫をしてみましよう！！』

◆ごはんをつくるとき、食べるときの省エネ

- ・コンロの火はなるべく底からはみ出ないようにする。
- ・野菜の下ごしらえは電子レンジを活用。

◆エアコンの風向きは下向きにして空気を循環させる。

- ・オン/オフを繰り返すと電気代が余分に消費されてしまいます。

◆使わないコンセントは抜いておく。（待機電力がかかります。）



チン！

ECO



秋田県在宅保健師等

令和4年度

ゆずり葉の会

会報23号・設立40周年記念号



秋田県在宅保健師等ゆずり葉の会設立40周年記念誌

発刊に寄せて

秋田県在宅保健師等ゆずり葉の会 会長 太田 敦子

このたび秋田県在宅保健師等ゆずり葉の会（以下ゆずり葉の会）設立40周年の記念誌を発行することができました。これもひとえに秋田県国民健康保険団体連合会様から多大なご支援を頂いたおかげであり、心から感謝の気持ちを表します。

さてゆずり葉の会は、昭和57年に第一線を退いた後も専門職としてできる社会貢献と会員相互の親睦を図ることを目的に設立されました。設立後の40年間は世の中の様々な出来事により人々の暮らしや健康課題は大きく変わりましたが、先輩の皆様はその時々で県民の健康づくりのために在宅保健師等の立場で活動をなされ、10年前の平成24年度に30周年記念誌を発刊しそれまでの活動の様子を残してくれました。

歴代の会長・役員そして会員が溢れる思いで続けられた活動を繋ぎ、渡されたバトンの重みを感じながら私達も一生懸命10年を歩んで参りました。

特に秋田県の保健師活動の記録を残すためのDVDの作成や、長野県の保健婦資料館への視察旅行、その資料館には秋田県の資料等が全く無かったことを残念に思って始めた、埋もれている資料等を発掘しまとめた“埋もれているものを輝く宝にしよう”等の事業は今も印象深く心に残っております。さらに会員の学びや交流会の実施、そして数々の榮譽に浴された会員の方々と喜びを共に感じてきた10年間でもありました。

これからもゆずり葉の会の発展を祈りつつ、次の世代へバトンを渡す時まで活動のあゆみを続けていきたいと思っております。

最後に日ごろゆずり葉の会を支えて頂いております関係各所の皆様方に感謝申しあげ、変わらぬご支援を賜りますよう宜しくお願いし挨拶と致します。

「ゆずり葉の会」命名の由来



常緑樹のゆずり葉の木は、県内では新年の飾り物として、門松と共に飾られ、樹は、次の葉が育ってはじめて落葉する。これにあやかり、私たちが細々と続けてきた地域活動の中から、参考になることを伝えていきたいとの心を込めて命名したものである。

初代会長 岡本カネミ氏の手記より抜粋

お祝いのことば



「秋田県在宅保健師等ゆずり葉の会」 設立40周年記念に寄せて

秋田県国民健康保険団体連合会 事務局長 工藤 学

この度「秋田県在宅保健師等ゆずり葉の会」が設立40周年を迎えられ、記念誌を発行されますことに心よりお祝い申し上げます。

会員の皆様におかれましては、現職保健師への知識の伝承と地域の保健活動に寄与することを目的に、昭和57年の設立以来、地域住民の健康保持・増進にご尽力いただいております。また、近年は、新型コロナウイルス感染症により制約のある状況でありながら、これまで培われた経験と確かな実績を活かし、ますます活動の場を広げておられることにあらためて敬意を表しますとともに、本会の事業運営につきましても格別のご理解とご支援を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、貴会の活動につきましては、平成28年より継続して取り組まれている「いきいき百歳体操」普及事業において、令和元年度に「健康秋田いきいきアクション大賞」優秀賞を受賞されるなど県内でも高く評価されております。また、令和6年度までに全ての市町村での開始を目指す「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」における「通いの場」での健康相談や個別訪問、新型コロナウイルス感染症対策にかかる業務への協力など、多くの場面において、地域住民の健康で安心できる生活のために大きく貢献されてきました。

人生100年時代を迎え、市町村が取り組む保健活動は、生活習慣病の発症及び重症化予防から、メンタルヘルス、認知症の予防まで多岐にわたり、保健師等医療専門職の人材育成・確保が課題となっております。会員の皆様の豊かな経験と広く専門的な知識は、現職の市町村保健師等の支えとして、また、地域住民の健康寿命延伸のために今後ますます期待されることと存じます。

結びに、設立40周年を契機として、貴会のますますのご発展と会員の皆様のご活躍を心より祈念申し上げ、お祝いの言葉といたします。

発刊に当たって



元地区幹事 島山 洋子

この会が40周年を迎え、記念誌発行と聞き、今更ながら月日の早さと時代の変化を思っています。これまでの歴代会長様、役員の皆様、ありがとうございます。その時代にあわせた新しい感覚で、私達会員をリードしてくれました。100名近い会員を守り、どう進むべきかを教えてくれました。

私が退職してからも、地域で元役場の保健師としての自覚を持ち続けて、地元の人達と仲良く健康づくりの一端をと活動できたのは、退職した保健師の会、ゆずり葉の会があったからと思っています。退職してからは、いろいろな事から遠ざかってしまいがちです。ゆずり葉の会から新しい情報や研修を受けて、仲間から刺激と励ましをもらい感謝しています。高齢化に向かい、問題は山積みしていますが、続く若い会員の活躍を願い、お祝いのことばといたします。ありがとうございました。



元地区幹事 菅原 澄子

ゆずり葉の会が早40周年を迎えられたことを心からお祝い申し上げます。関係機関のご協力と支援、会長を始め役員をされている方々のご協力に頭が下がります。

会が設立した頃から振り返ってみると「保健師活動の軌跡」をまとめられたり、「各地で健康づくりシンポジウム」を開催したり、会報を定期的に発行したりと驚くほどの活動ぶりに目を見張っているばかりです。会員である私たちも刺激を受け、地域活動を地味ながら続けております。これも、この会が素晴らしい会長に恵まれたことと、つくづく感じます。会の役員をされてきた方々の大変なご苦労があったことと存じます。私も地域活動を始めるようになって16年になりました。現在は旧神岡地区と自分の地元の町内で、体操を中心とした活動をしております。年々参加する地域の方々も高齢化し、我々も又、高齢化して活動を続けながらも、今後どのように運営したら参加者が止めないで続けてくれるか、悩みながらやっております。どこの会も同じような問題や困難を抱えながら続けているようです。私も今まで、この地域活動を一度も止めずに続けてきたのは何なのかと考えた時、参加者が終わって帰る時、体操や踊りが楽しかったと笑顔を見せる時です。笑顔を見る時、活動をしている意味を感じます。何でもそうでしょうが、細くても長く続けることが大切です。県内のゆずり葉の会員の方達も、各地でいろいろな地域活動をしておられると聞いておりますが、なかなか他の方々活動を詳しく知る機会がありません。残念です。話し合いの機会があれば参考になると思います。

今後私自身も、どのくらい続けられるか、わかりませんが、出来るだけ頑張っていきたいと考えています。地域のためにもありますが、自分自身のためにも止めては駄目だと考えています。今後とも会の発展と活動を期待しております。

ゆずり葉の会 活動概要 (平成25年度～令和4年度)

年度	平成25	平成26	平成27	平成28	平成29	平成30	平成31	令和元	令和2	令和3	令和4				
自主事業	映像で見る秋田県の保健師の活動DVD作成事業 ※スギッチファンド助成														
	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;">  </div> <div style="width: 60%;"> <p style="text-align: center;">県外視察研修事業(長野県「保健婦資料館」)</p> <p style="text-align: center;">会員拡大推進事業(会員100人プロジェクト)</p> <p style="text-align: center;">「埋もれているものを輝く宝にしよう」事業</p> </div> <div style="width: 30%;">  </div> </div>														
	<p style="text-align: center;">地域づくりによる介護予防推進モデル事業(秋田市2カ所) 「いきいき百歳体操」普及事業 (秋田市・能代市・由利本荘市・横手市) ※令和元年度「健康秋田いきいきアクション大賞」優秀賞受賞</p> <p style="text-align: center;">受動喫煙防止「きれいな空気をありがとう」事業</p> <p style="text-align: center;">現職保健師との交流事業(座談会・研修会等)</p>														
	ゆずり葉の会40周年記念誌作成事業														
	地区支部活動(受託事業への参加、交流会等)														
受託事業	<p>会員研修会・交流会</p> <ul style="list-style-type: none"> 平成25年度: 「楽しくできる健康づくり…音楽に合わせた楽しいリズム体操」 平成26年度: 「保健師のフィーリングを高めよう」 <ul style="list-style-type: none"> ①「法話と吉水流詠唱・和讃」 ②美脳トレーニング 平成27年度: ①「アルコール依存症から学んだ保健指導」 平成28年度: ①「映像で見る秋田県の保健活動」活用普及 平成29年度: ②交流会(秋田市 割烹「松下」) 平成30年度: ②認知症の理解と予防 平成31年度: ②交流会(秋田市 割烹「松下」) 令和元年度: ①「埋もれているものを輝く宝にしよう」事業の研修会と展示 令和2年度: ②「宿泊交流会(内陸線、マダギの里、安の滝他)」 令和3年度: ③「宿泊交流会(鳥海山木のおもちゃ美術館、法体の滝、土田牧場他)」 令和4年度: ③「宿泊交流会(白神山地他)」 														
	ゆずり葉だよりの発行(年3回)														
	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20%; border-bottom: 1px solid black;">会員調査(隔年)</td> <td style="width: 20%; border-bottom: 1px solid black;">会員調査</td> <td style="width: 20%; border-bottom: 1px solid black;">会員調査</td> <td style="width: 20%; border-bottom: 1px solid black;">会員調査</td> <td style="width: 20%; border-bottom: 1px solid black;">会員調査</td> </tr> </table>										会員調査(隔年)	会員調査	会員調査	会員調査	会員調査
	会員調査(隔年)	会員調査	会員調査	会員調査	会員調査										
	表彰推薦(大臣・知事・公衆衛生協会長)														
総会・役員会・幹事会等															
協働連携・派遣事業	<p>県内避難者支援事業(家庭訪問・交流会・健康相談等) ※令和3年度～派遣事業に変更 (委託元: 秋田県被災者受入支援室、令和4年度～秋田県総務課被災者支援班)</p> <p style="text-align: center;">後期高齢者健康づくり訪問事業(委託元: 後期高齢者医療広域連合)</p> <p style="text-align: center;">住民とともに取り組む健康づくり研修会(大館市: 国保補助事業)</p> <p style="text-align: center;">住民とともに取り組む健康づくり研修会(鹿角市: 国保補助事業)</p> <p style="text-align: center;">フレイル健診(委託元: ㈱アルファシステム) (令和2年度: 4市3町、令和3年度: 3市1町、令和4年度: 6市2町)</p> <p style="text-align: center;">「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」に係る事業 (秋田市・潟上市・五城目町・大瀧村)(委託元: 事業実施市町村)</p> <p style="text-align: center;">地域づくりによる介護予防推進モデル事業(平成27年度～自主事業)(委託元: 秋田県・国保連)</p>														
	<p>地域健康づくりシンポジウム&がん検診推進タウンミーティング (大仙市・潟上市・男鹿市・秋田市・鹿角市・湯沢市・大館市)※国保事業</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 40%;">  </div> <div style="width: 55%;"> <p style="text-align: center;">秋田市飯島老人いこいの家「健康相談事業」 (依頼元: 秋田市社会福祉協議会)</p> <p style="text-align: center;">県内の技術専門学校での健康相談(依頼元: 秋田県産業労働部雇用労働政策課) (平成29年度～秋田、令和3年度～大曲・鷹巣)</p> <p style="text-align: center;">新型コロナウイルス感染症対策(派遣元: 秋田県看護協会) (コールセンター、フォローアップセンター)</p> <p style="text-align: center;">かかりつけ医と医療保険者との協働による「健康なまちづくり」構想モデル事業(リンクワーカー事業) (依頼元: 秋田県医師会)</p> </div> </div>														
	会報の発行(年1回)														
	<p>○学会発表</p> <ul style="list-style-type: none"> 第55回全国国保地域医療学会(平成27年10月2日～3日 埼玉県)(発表者: 副会長 太田敦子) ～地域健康づくりシンポジウム&がん検診推進タウンミーティング事業が市町保健師にもたらしたもの～ 第56回全国国保地域医療学会(平成28年10月7日～8日 山形県)(発表者: 書記 本間美佐子) ～会員調査による退職後の保健師活動の動向と力量形成について～ <p>○会議への派遣等</p> <ul style="list-style-type: none"> 都道府県在宅保健師等会全国連絡会役員会(東京都) ※平成27年度～平成28年度: 全国連絡会長として、佐藤潤子元会長が就任 東北地方在宅保健師等会連絡会議(新潟県を含め、毎年持ち回りで開催) ※平成28年12月1日～2日 秋田県で開催(ホテルメトロポリタン秋田) 秋田県等が開催する会議に関係団体として出席 														
															

写真で見るゆずり葉の会の活動（平成25年～令和4年）

平成27年度



「地域健康づくりシンポジウム&がん検診推進タウンミーティング事業が市町保健師にもたらしたもの」

全国国保地域医療学会発表（埼玉県大宮市）
「太田敦子」



DVD作成
「映像で見る秋田県の保健師の活動」

平成28年度

「会員調査による退職後の保健師活動の動向と力量形成について」



全国国保地域医療学会発表（山形県山形市）
「本間美佐子」



東北地方在宅保健師等会連絡会議（担当県）
12/ 1～2 ホテルメトロポリタン秋田

平成29年度



県外視察研修 「長野県保健婦資料館」



現職保健師との交流会



会員交流会（秋田市） 割烹「松下」

100人プロジェクト事業 （会員拡大推進事業）

目標①当面の会員数 100人を目指し会員を拡大する
目標②今後も継続的に会員を確保していく

*河西委員長外、松田、佐藤道、菅原、渡辺委員によるアイデア

平成30年度



会員交流会



「埋もれているものを輝く宝にしよう」事業

令和元年度



いきいき百歳体操

健康秋田いきいきアクション大賞受賞



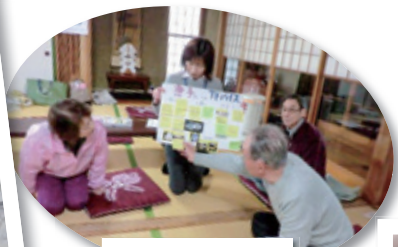
受動喫煙防止への声かけ運動

令和2年度



フレイル健診

フレイル予防事業



健康教育場面



教材～オーラルフレイル～

令和3年度



避難者支援事業

令和4年度




東北地方在宅保健師等会連絡会議(リモート会議)

ゆずり葉の会 活動状況 (平成25年度～令和4年度)

ゆずり葉の会の主な活動		秋田県の主な施策	国の主な施策
平成25年度	<p>○ 自主事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・会員研修 「楽しくできる健康づくり・音楽に合わせた楽しいリズム体操」健康運動指導士 佐々木もと子氏 ・会員調査 (会員の動向調査) ・表彰推薦 (厚生労働大臣表彰 1名 公衆衛生協会会長表彰 1名) <p>○ 受託事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・県内避難者支援事業 (県被災者受入支援室 平成24年度～健康相談 家庭訪問) <p>○ 派遣事業・協働連携事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域健康づくりシンポジウム&がん検診推進タウンミーティング(大仙市 湯上市 男鹿市 秋田市) ・都道府県在宅保健師等会全国連絡会 ・東北地方在宅保健師等会連絡会議 (新潟市 4名) 	<p>・「秋田県保健師団体連絡会」が県看護協会主催で発足</p> <p>・県と全国健康保険協会秋田県支部と「秋田県民の健康づくり推進に向けた包括的連携に関する覚書」締結 (26年2月24日)</p> <p>・秋田県認知症疾患医療センター開設 (25年～30年 9か所)</p> <p>・県地域医療再生計画によりドクターヘリの運用開始 (H24～)</p>	<p>・第2次「健康日本21」スタート「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」他</p>
平成26年度	<p>○ 自主事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・会員研修 「保健師のフェーリングを高めよう」 ①法話と古水流詠唱・和讃 能代市 光久寺住職 成田幸弘氏・あさ子氏 (会員) ②美脳トレーニング (株) セルフアドバンス協会代表理事 水科江利子氏 ・表彰推薦 (厚生労働大臣表彰 2名 公衆衛生協会会長表彰 2名) <p>○ 受託事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新 後期高齢者医療健康づくり訪問事業 (後期高齢者医療広域連合) ・県内避難者支援事業 (県被災者受入支援室) ・新 「地域づくりによる介護予防推進モデル事業」住民主体の健康づくり支援 (男鹿市) (いまい百歳体操 通いの場づくり支援) <p>○ 派遣事業・協働連携事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域健康づくりシンポジウム&がん検診推進タウンミーティング (鹿角市 湯沢市) 最終年度 ・都道府県在宅保健師等会全国連絡会 (男鹿市の事例発表) ・東北地方在宅保健師等会連絡会議 (青森市 4名) 	<p>・国保連に「保健事業支援・評価委員会」設置</p> <p>・国保連 保健師 1名から2名体制に</p> <p>・「地域づくりによる介護予防支援モデル事業」26年度～28年度</p> <p>・日本人男性の平均寿命80.21初の80歳超え</p>	<p>・介護保険法改正</p> <p>・地域医療・介護総合確保推進法が成立。法に基づき「地域における医療及び介護を総合的に確保するための基本的な方針」を告示</p>
平成27年度	<p>○ 自主活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新 「映像で見る秋田県の保健師の活動」DVD作成事業 (ヒギッパッド・助成金) ・会員研修 「アルコール依存症から学んだ保健指導」秋大 熊澤由美子氏 「認知症の理解と予防」正木みえ子氏 ・会員調査 (集計結果28年度総会で報告) ・表彰推薦 (厚生労働大臣表彰 1名 公衆衛生協会会長表彰 2名) <p>○ 受託事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新 住民とともに取り組む健康づくり研修会(国保補助事業 大館市) ・「地域づくりによる介護予防推進モデル事業」住民主体の健康づくり支援 (秋田市土崎相染新町 下北手) <p>○ 派遣事業・協働連携事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・後期高齢者医療健康づくり訪問事業 (後期高齢者医療広域連合) ・県内避難者支援事業 (県被災者受入支援室) ・派遣事業・協働連携事業 ・都道府県在宅保健師等会全国連絡会 会長に佐藤会長就任 (27年度～28年度) ・全国保地域医療学会にて 太田副会長発表 (埼玉県) ・「地域健康づくりシンポジウム&がん検診推進タウンミーティング」が市町村にもたらしたのもの ・東北地方在宅保健師等会連絡会議 (福島市 4名) 	<p>・広域連合で保健事業実施計画策定。広域連合と介護保険の地域支援事業を行う市町村が連携を図るなど医療介護連携を推進</p> <p>・地域包括ケアシステム保健師研修事業 4事業開始 (秋田県基金)</p> <p>・健康づくりに関する調査の実施</p> <p>・健康づくり政策推進の基礎資料として3年ごとに実施</p> <p>・秋田県障害者計画の策定 (改訂版)</p>	<p>・国保法等改正により、後期高齢者医療広域連合は、高齢者の心身特性に並び、中略、健康保持増進のために必要な事業を行うよう努めなければならず。(28年4月1日施行)</p>
平成28年度	<p>○ 自主事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・会員研修 「福祉住環境について」池田信子氏 (秋田市 割烹 松下) ・27年度作成DVD関係者へ配布 ・秋田県看護協会主催保健師職能交流会での発表 太田副会長 「DVD」から見た地域に根付いた保健師活動 ・表彰推薦 (厚生労働大臣表彰 2名 公衆衛生協会会長表彰 2名) <p>○ 受託事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・県内避難者支援事業 (県被災者受入支援室) ・後期高齢者医療健康づくり訪問事業 (後期高齢者医療広域連合) 	<p>・県民健康・栄養調査実施 (28年10月～11月)</p> <p>・訪問看護ステーションシステム導入 (秋田県看護協会)</p>	<p>・65歳以上が総人口の4分の1超える。6月</p> <p>・社会保障・税番号制度 (マイナンバー) の創設</p>

ゆずり葉の会の主な活動	秋田県の主な施策	国の主な施策
<p>○ 派遣事業・協働連携事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全国保地域域医療学会にて 本間書記発表（山形県） 「会員調査による退職後の保健師活動の動向と力量形成について」 ・県内避難者サポーター養成講座（3回）受講 ・東北地方在宅保健師等会連絡会議（秋田県担当で開催 メトロポリタン秋田 役員・会員14名参加） <p>○ 自主活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新 ①会員拡大推進事業・会員100人プロジェクト ②現職保健師との交流事業（座談会、研修会等） ・会員研修 長野県「保健婦資料館」視察、見学 9/4～5 参加者 11名 ・会員調査 ・表彰推薦（厚生労働大臣表彰 1名 公衆衛生協会長表彰 2名） ○ 受託事業 ・住民とともに取り組み健康づくり研修会（国保補助事業 鹿角市） ・県内避難者支援事業（県被災者受入支援室） ・後期高齢者医療健康づくり訪問事業（後期高齢者医療広域連合） ○ 派遣事業・協働連携事業 ・東北 秋田県立秋田技術専門学校「健康相談」開始 ・東北地方在宅保健師等会連絡会議（山形市 4名） ・都道府県在宅保健師等会全国連絡会 	<p>・秋田県糖尿病重症化予防モデルプログラム策定（県、県医師会、県糖尿病予防対策推進会議）</p> <p>・県「健康寿命日本一」事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・医療保険、経済、健康づくり団体等からなる「秋田県健康づくり県民運動推進協議会」設立 ・県人口100万人割れ 8月 	<p>・改正健康増進法施行 分煙・喫煙対策強化</p>
<p>○ 自主活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新 ①「いきいき百歳体操」普及事業 4か所で実施 ②「埋もれているものを輝く宝」による事業 ～会員 非会員 現職保健師から多くの資料提出あり～ ③受動喫煙防止「きれいな空気をあがりたう事業」啓発用「コンパクト」作成 <p>・現職保健師との交流会（現職 6名 会員 9名参加）</p> <p>・会員研修 ①DVD鑑賞「保健師さんご多忙」②いきいき百歳体操推進について</p> <p>・会員交流会（阿仁 打当温泉）</p> <p>・表彰推薦（厚生労働大臣表彰 2名 公衆衛生協会長表彰 2名）</p> <p>○ 受託事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・県内避難者支援事業（県被災者受入支援室） ・後期高齢者医療健康づくり訪問事業（後期高齢者医療広域連合） ○ 派遣事業・協働連携事業 ・東北地方在宅保健師等会連絡会議（盛岡市 4名） 	<p>・県「健康寿命日本一」を旨として「健康秋田いきいきアクションプラン」策定（平成30年～令和4年）</p> <p>・「めざせ健康寿命日本一」ロゴマーク作成</p> <p>・金足農業高校 甲子園で準優勝</p> <p>・秋田県自殺予防対策計画策定</p> <p>・健康づくりに関する調査</p> <p>・5月1日より、年号が「令和」となる</p>	<p>・受動喫煙防止法施行</p> <p>・成人年齢 18歳に引き下げる 改正民法成立 6月</p>
<p>○ 自主事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・会員研修 「埋もれているものを輝く宝」による事業実績の展示。 集まった資料の内から、6点を長野県 保健婦資料館へ寄贈 ・いきいき百歳体操（秋田市土崎相模新町 下北手地区） ※「いきいき百歳体操」健康秋田「いきいきアクション大賞」の部「優秀賞受賞 ・「きれいな空気をあがりたう」事業 令和元年度で終了 ・現職保健師との交流会 ・会員交流会（由利本荘市 法体の滝他） ・表彰推薦（厚生労働大臣表彰 2名 公衆衛生協会長表彰 2名 秋田県知事表彰 3名） ○ 受託事業 ・新 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施（五城目町 大湯村） ・後期高齢者医療健康づくり訪問事業（後期高齢者医療広域連合） ・県内避難者支援事業（県被災者受入支援室） ○ 派遣事業・協働連携事業 ・秋田市内 飯島老人いこいの家「健康相談」開始 秋田市社協より依頼 ・秋田県立職業訓練校（秋田校）健康相談事業 ・東北地方在宅保健師等会連絡会議（仙台市 4名） ・都道府県在宅保健師等会全国連絡会 	<p>・「健康寿命日本一」を旨として「健康秋田いきいきアクションプラン」策定（平成30年～令和4年）</p> <p>・「めざせ健康寿命日本一」ロゴマーク作成</p> <p>・金足農業高校 甲子園で準優勝</p> <p>・秋田県自殺予防対策計画策定</p> <p>・健康づくりに関する調査</p> <p>・5月1日より、年号が「令和」となる</p> <p>・新設新型コロナウイルス県内関係者1例目発症 2年3月6日 同月に6名発症</p>	<p>・国保法改正（2年4月1日施行） 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施等</p> <p>・元年12月 中国 武漢で原因不明の肺炎の集団感染を報告。2年1月10日 中国当局は新しいタイプのコロナウイルスであることをメディアで報告。（厚生労働省 検疫所）</p> <p>・2年1月16日 新型コロナウイルス国内1例目発症 ・2年3月改正新型コロナウイルス対策特別措置法成立</p>

国の主な施策	秋田県の主な施策	ゆずり葉の会の主な活動	
<ul style="list-style-type: none"> ・4月全都道府県に緊急事態宣言発令 ・2020東京五輪・パラリンピック延期 ・市町村において、介護保険の地域支援事業や国民健康保険の保健事業の一体的な実施のための法改正（4/1施行） 	<ul style="list-style-type: none"> ・新型コロナウイルス感染症緊急包括支援事業実施 ・帰国者・接触者相談センター設置 ・4月 秋田県受動喫煙防止条例施行 ・県内のイベント中止、縮小、県外との往来など警戒レベル設定 ・竿灯まつり、大曲の花火中止（令和2年 3年） ・3年2月 県内医療従事者対象新型コロナウイルス予防接種先行接種開始 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自主活動 <ul style="list-style-type: none"> ・ゆずり葉の会総会は新型コロナウイルス感染予防のため書面総会 ・「いきいき百歳体操」普及事業 8か所実施 ・会員研修（中止） ・表彰推薦（厚生労働大臣表彰2名 公衆衛生協会会長表彰3名 秋田県知事表彰3名） ○ 受託事業 <ul style="list-style-type: none"> ・後期高齢者健康づくり訪問事業（後期高齢者医療広域連合） ・県内避難者支援事業（県被災者受入支援室） ・高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施（秋田市 五城目町） ・新 フレイル健診（フレイル）（4市3町） ○ 派遣事業・協働連携事業 <ul style="list-style-type: none"> ・秋田市内 飯島老人いこいの家「健康相談事業」継続 ・秋田県立秋田技術専門学校（秋田校）「健康相談」継続 ・新 新型コロナウイルスコールセンター協力事業（秋田県看護協会より受託） ・新 新型コロナウイルス健康フォローアップ事業協力（秋田県看護協会より受託） ・在宅保健師等会 全国連絡会 東北地方とも 中止 	
<ul style="list-style-type: none"> ・東京五輪・パラリンピック開催 ・11月12日 新型コロナウイルス感染対策本部において、感染拡大を防止しながら、日常生活や社会経済活動を継続できるよう、行動制限の緩和に取り組む方針決定 	<ul style="list-style-type: none"> ・健（検）診受診勧奨事業 R3年度～19.5医療機関 ・「新・減塩音頭」歌詞募集及び完成（9月） ・「秋田県口腔保健支援センター」開設 ・健康づくりに関する調査実施 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自主事業 <ul style="list-style-type: none"> ・ゆずり葉の会総会は、新型コロナウイルス感染予防のため書面総会 ・「いきいき百歳体操」普及事業 能代市 五城目町 秋田市、由利本荘市 ・会員研修 現職保健師との交流会 中止 ・表彰推薦（厚生労働大臣表彰2名 公衆衛生協会会長表彰2名 秋田県知事表彰3名） ○ 受託事業 <ul style="list-style-type: none"> ・県内避難者支援事業（県被災者受入支援室） ・後期高齢者健康づくり訪問事業（後期高齢者医療広域連合 3年度で終了） ・高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施（秋田市 五城目町 湯上市） ・フレイル健診（フレイル）（3市1町） ○ 派遣事業・協働連携事業 <ul style="list-style-type: none"> ・新 かつりつけ医と医療保険者との協働による「健康なまちづくり」構想モデル事業（医師会等） ・秋田県立技術専門学校（秋田校 大曲校 鷹巣校）「健康相談」継続・開始 ・秋田市内 飯島老人いこいの家「健康相談」継続 ・東北地方在宅保健師等会連絡会議 リモート会議実施（新潟県担当） 	
<ul style="list-style-type: none"> ・新型コロナウイルス 7月～第7波 ・改正母子保健法（産後ケア事業実施） ・10月11日～水際対策大幅に緩和。入国者の上限撤廃 ・令和5年1月～新型コロナウイルス感染症「5類」への移行に向けて検討開始 	<ul style="list-style-type: none"> ・秋田県医療的ケア児支援センター「コロナシ」開設 4月 ・竿灯まつり・大曲花火など県内イベント開催 ・令和4年10月30日現在 県内新型コロナウイルス感染者累計 113,253人 ・新型コロナウイルス感染による死亡累計 256人 ・「サキホコレ」新品種米 本格デビュー 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自主事業 <ul style="list-style-type: none"> ・ゆずり葉の会総会は、新型コロナウイルス感染予防のため書面総会 ・ゆずり葉の会設立40周年記念誌発行 ・「いきいき百歳体操」普及事業 ・会員研修会 ①認知症の理解と予防の実践方法について 講師：役員 ②ダンスゼミ 講師：渋谷智美氏 ・表彰推薦（厚生労働大臣表彰2名 公衆衛生協会会長表彰1名 秋田県知事表彰3名） ○ 受託事業 <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業（秋田市、五城目町） ・フレイル健診（フレイル）（6市2町） ・県内避難者支援事業（県総務部総務課被災者支援班） ○ 派遣事業・協働連携事業 <ul style="list-style-type: none"> ・秋田県立技術専門学校（秋田校 大曲校 鷹巣校）「健康相談」継続 ・秋田市内 飯島老人いこいの家「健康相談」継続 ・東北地方在宅保健師等会連絡会議 リモート会議（福島県担当） ・都道府県在宅保健師等会全国連絡会 	

歴代会長及び平成25年度からの地区幹事と地区活動

歴代会長	 昭和57年～平成3年 岡本カネミ	 平成4年～13年 佐藤 ユキ	 平成14年～17年 信太 アイ	 平成18年～24年 池田 信子	 平成25年～令和2年 佐藤 潤子	 令和3年～ 太田 敦子
鹿角・大館	 平成22年～26年 近藤 長子	 平成27年～29年 中村みえ子	 平成30年～ 上野 静子	<p>会員は4名です。地区内での活動はありません。 「ゆずり葉の会」会報を届け近況を話す程度です。 私は平成30年の入会と同時に地区幹事をしていますが、前幹事の中村みえ子さんには今でも幹事会の半分は出席していただいています。定年退職後もほぼ現役並みに働く人たちが今後増えてくると思います。ゆずり葉の活動に参加できる期間が短くなりそうです。</p>		
北秋田	 平成24年～令和元年 庄司 光子	 令和2年～ 松橋セツ子	<p>令和2年度から、それまで頑張ってくれた庄司さんから引き継ぎましたが、コロナ感染が長引いており地区の皆さんとの顔合わせも出来ない状況です。この2年間は会費納入のお願いと研修会のお知らせの連絡が主な役割でした。早くコロナが落ち着き会員の皆さんと会えるようになることを願っているところです。</p>			
能代・山本	 平成24年～ 松田かよ子	<p>ゆずり葉の会へ入会当時は8名だった会員も、今年度は4名と半減してしまい寂しい限りです。震災の被災者支援、後期高齢者の方々への健康支援、埋もれている物を宝物にしようなどの活動は保健師の誇りに満ちてとても勇気づけられています。一方、能代・山本地域での活動はと言うと、小栗さんを中心としたいきいき百歳体操の継続が主で、あとは、年に一度の総会へ出席出来なかった会員への個別訪問での声かけをしています。</p>				
秋田・男鹿・南秋	 平成24年～ 大島 良子	<p>現在会員数30名。看護師の皆さんも会員になられて嬉しく思います。新型コロナウイルス感染症の拡大とともに対面での活動が出来なくなり、顔合わせも兼ねてお抹茶を頂きながら近況報告をしたのが、数年前となってしまいました。最近では、会費未納者の方に訪問しながら、元気確認をすることで、先輩の皆さんとお会いし嬉しく思っています。会の活動でも皆さんから訪問活動等多くの協力を頂いています。楽しく続けていけたらと思います。</p>				
由利本荘・にかほ	 平成24年～29年 大場トシ子	 平成30年～ 河西 淑子	<p>代々の先輩から地区幹事を引き継ぎ6年目、現在17名の会員です。世情が穏やかな頃は総会や小旅行などで楽しく交流をしておりましたが、今般のコロナ禍で年1回の顔合わせがやっとの状況です。それでも会員はいきいき百歳体操、コロナ対策事業等々地域からの要請に元気に活躍しております。保健婦魂未だ健在の面々です。次へバトンタッチが楽しみです。</p>			
大仙・仙北・美郷	 平成18年～29年 菅原 澄子	 平成30年～ 高橋久美子	<p>地区幹事になってから数年経過しました。その間会員数も増減があり、なかでも新規加入者がいるととてもうれしく思います。現在会員12名です。その中の4名がいきいき健康教室を行っています。熱中症アラートやコロナの流行状況を考慮しながら行っています。また、他の会員の方々も、それぞれの依頼に応じて、これまでの経験を生かして活躍されています。</p>			
横手・湯沢・雄勝	 平成23年～令和2年 渡辺 健子	 令和3年～ 照井 富子	<p>地区会員は5名で、40周年に相応しい会員の中で幹事だけが会員歴一桁と新参者です。事業として「県内避難者こころの寄り添い事業」及び今年度横手市で実施した「フレイル健診」への協力をしております。会員が少なくまた、高齢化もありゆずり葉の会としての地区活動は難しいですが、会員は全県の仲間との交流の場となっているようです。後輩にはゆずり葉の会に入会して頂きたいところですが、先輩も後輩もそれぞれ地域で資格を生かした保健活動や社会活動に従事している方がほとんどです。</p>			

保健活動についてのインタビュー

【鈴木フミ子氏】（大仙市在住）



令和4年7月27日（水）10時～12時 自宅にて インタビュアー：加藤真理子会員

加藤：鈴木さんは、初め保健所に勤められ、神岡町に移られたと聞いておりますが、移られたきっかけ等をお聞かせください。

鈴木：私の保健婦人生は、昭和23年秋田保健所からスタートしました。

当時はまだ、保健所保健婦の仕事も保健活動も手探りの状態でした。そんな時、県庁の担当課から「特定地区の保健活動モデル事業」を実施するよう話があり、旧和田町（現秋田市河辺町和田地区）に駐在し活動を始めましたが、活動は手探りの状態でした。結核患者や低体重児の家庭訪問をとおして、地区の健康問題を解決するために衛生教育や栄養指導、健康相談も実施しました。この時の駐在保健婦の経験が、大きかったと今も思います。



その後、結婚を契機に大曲保健所に異動。神岡町長からの懇願があり、昭和31年に神岡町の最初の保健婦として着任しました。しかし、神岡町のことは全くわかりませんでした。そこで、秋田保健所時代の駐在保健婦の活動の経験から、各町内会長、婦人会長に会い顔見知りになり、若妻会を作り仲間づくりをして、住民を知ることから始めました。

当時は、若妻会の事務局も担い、仲間づくりとリーダーの育成に努めました。そして、町の社会教育担当等と連携しながら、町全体への保健婦の認知度を上げながら活動を推進していきました。

加藤：神岡町は母子保健活動とりわけ愛育班活動（平成7年度に保健文化賞を受賞）を推進してきました。愛育班活動を始めたきっかけや活動の実際についてお聞かせください。

鈴木：昭和38年に結核予防婦人会が設立されました。神岡

町では、結核予防にとどまらず健康全般に活動を広げる組織として位置づけておりました。そんな時に組織育成の研修会で伊藤玲子先生（当時衛生科学研究所）から「愛育班活動」についての貴重な情報を得て、昭和48年に先生から愛育会での研修受講を勧められました。私は愛育班活動を究極の健康づくりと理解し、結核予防婦人会活動と愛育班活動を集約し母子保健だけにとられない、健康づくり全般を担う住民主体の地区組織として昭和53年に名称を「神岡町愛育会」とし、組織活動を実践しました。愛育班活動を推進するために、町の他組織の会議等で講話活動を行い、愛育班活動への理解が深まり、愛育班員の意欲も高まりました。そのような活動の中で、特に嬉しかったのは「班員の記録への保健婦のコメントがとても勉強になった」と言われたことや「次は私の番だ」と班員の2年の任期交代を待ちわびている」との住民からの声でした。

平成18年の町村合併に伴い、残念ながら愛育班活動は終了となりました。でも、この活動が残した財産は今も生きていますと実感しています。

加藤：後輩たちに伝えたいこと、託したいことをお願いします。

鈴木：私は住民の健康づくりの支え手は、保健師だと思っています。組織づくりが健康づくりです。保健師活動の基本は住民との連携による組織づくりです。次の人を育てながら、引き継いでいって欲しいと願っています。

平成14年から今も住民や後輩の保健師たちと「生き生き健康教室」を開催しています。とても、楽しいです。今でも住民の方と道で会うと皆さん、私の名前を呼ばず「保健婦さん」と呼びます。それは無上の喜びであり、神岡町の保健婦で良かったと心から思っています。

【インタビューを終えて（加藤真理子）】

凜とした佇まい、活動に対する強い信念と神岡町と住民に対する深い愛溢れる言葉の数々は鈴木さんが保健婦として生きた証であり、今も現役である証そのものでした。『地域を知ることは人を知ること』、『保健師活動の基本は組織づくりにある』、今だからこそ心に染み入る言葉でした。

保健活動についてのインタビュー

【大場トシ子氏】（由利本荘市在住）



令和4年7月12日（火）10時～12時 本荘しんきんプラザにて インタビュアー：齊藤フデ会員

齊藤：まず、大場さんのこれまでのあゆみについて教えてください。

大場：私の職歴を振り返ると、行政の保健師として地域保健38年、退職後は自動車販売健康保険組合で社員の健康管理を10年経験しました。

私は昭和43年に本荘市役所に採用され、当時保健師は8名の地区担当制でした。卓越した指導力を持つリーダー岡本カネミさんの下で、業務の共有、意思統一を図るための定例会の開催や業務に関わる記録様式の統一等、重要なことを沢山学びました。特に記録を重んじ、担当地区外の住民の対応でも健康状況が分かるように、個人ファイル、世帯ファイルを大切にしました。この事が昭和52年NHKの「明るい農村」の番組で「9000人の健康日誌～ある保健婦の記録～」のタイトルで放映され、当時の日本看護協会会長さんに地域に密着した保健活動だと評価されたことを覚えています。

齊藤：本荘市は「健康本荘21計画」の作成を住民参加で進められたと聞きましたが、具体的な話をお聞かせください。

大場：平成13年10月、地域診断事業の話があった時、当初、全員が取り組みに賛成する雰囲気ではなかったのですが、課長が、一人ひとりの思いを聴いて実施することを決断したのです。スーパーバイザー池田信子先生のエネルギーある指導の下、住民に対して課題を投げかけるだけでは育たない、行政も方向性を持ちながら住民と話し合いを重ね、理解を深めてこそ住民主体が実現できることを学びました。

平成16年2月、「健康本荘21計画」冊子完成。この事業に関わった住民さんから、あの時はお祭り気分、御神輿を皆でかついでいるようで楽しかったねと言われ、思いを新たにしているところです。

齊藤：大場さんは、健康づくり体操の組織づくりと育成指導を続けておられますね。このことについてお聞かせ頂けませんか。

大場：平成7年に養生体操の組織を立ち上げ、現在10道場、130名の会員がおります。現役時代に力を注いだ住民主体の組織づくりを、一住民として組織化実現したいと思っていました。

養生体操の前身は、愛媛県発祥の「生命（いのち）

の貯蓄体操」ですが、高齢者の健康づくりに適し、体操をやる事で血行がよくなり筋力や持久力もつきフレイル予防にもなります。高齢者になった自分と重ね合わせ、無理せず楽しく続けようと励まし合っているところです。

齊藤：後輩に伝えたいこと、引き継ぎたいことをお願いします。

大場：お話ししたように地域診断事業を踏まえ、住民の力量のすごさを感じることができました。住民は保健活動の力強いパートナーです。是非、住民と同じ目線で物事を見、サポートしていくように努めてほしいと思います。

また、保健師自身、研修会等にはできるだけ参加してほしいし、人脈を持っている事で助かる事が多いです。そして、合併で旧町に配属されている保健師は、地域に住んでいる方々の大事な情報の提供者として大いに協力してもらいたいと思います。



【インタビューを終えて（齊藤フデ）】

にこやかに穏やかな表情で、保健師活動についてほとぼる情熱をもって熱く語ってくれました。保健師活動における住民との連携、組織づくりに、一会員、一住民として関わっている今も現役の保健師だと感じました。最後に大場さんが言われた『保健師という職業はとてすばらしい。私は生まれ変わった次の世でも保健師という職業に就きたい』という言葉に、とてもうれしく感動しました。

新入会員



「よろしくお祈いします」

○佐々木月野 (大仙・仙北・美郷地区)

会報で諸先輩の活動を拝見し、深い感銘と共に、今後へのチカラを与えられました。

R 4年4月より、自宅敷地内の古民家を改修し、小さな居場所作りを夫婦で始めました。地域の交流スペースとして活用できたらと考えています。

会員メッセージ

鹿角・大館地区

還暦からのスタート



上野 静子

年末に「医師として～還暦からのスタート」というTV番組を見て、久々に感動しました。60才で晴れて医師として働くも65才で定年。でも再任用で今も働いています。志があればまだまだできると元気をもらった67才の正月です。



中村みえ子

最近家でテレビを見ることが多くなり、高齢者をターゲットにしたコマーシャルの多いことに驚いている。関節痛・シミ予防・シミ隠し・血糖値改善・血圧低下・抜け毛防止さらに尿漏れパットまで、まだまだある。身に覚えのあることばかりなので、つい試したくなる。しかし、先日、保健センター主催の薬剤師の講演会に参加し、“そんな効果があるのであれば、治療薬として使われているはず”の言葉に納得。

今の生活習慣を見直し、現実を受け入れながら改善に向けた日常が必要であると、保健師活動の原点を思い知らされた。

北秋田地区

名ばかりの会員94才



奥山 ミヨ

前会長潤子様にはご苦労様、現会長敦子様にはご期待。会員の皆様のご活躍に感謝感謝です。会の一層の発展を祈念します。

3年前の運転事故で腰椎圧迫骨折。あるがままの生活からあるべき生活に努力中です。

新型コロナウイルス感染

河村 光子

12月14日、夫が陽性の判定を受け、心疾患があるため入院し、最新の内服薬の処方を受け、幸いにも翌日で退院できました。90歳の義父は予防接種のおかげで、私もなんとか切り抜けました。看護、医療の現場の皆様から感謝です。



畠山 洋子

私はコロナ感染予防に心がけ、今日一日楽しみながら残りの少なくなった人生をと思って過ごしました。これからも外気を吸って歩きたいと。そして健康寿命を伸ばせたら最高だと願っています。どうぞよろしく！



アツという間に1年!!

松橋セツ子

今年度こそはと、4月から自由な時間があると楽しみにしていたが、何やかんやと暦がうまっていき、とうとう今年ももうすぐ終り。

元気に過ごせたことが一番良かった。来年は意識して“外出”を心掛けて過ごしたいと思っています。

近況報告



吉田 幸子

今、絵本の読み聞かせサークルに所属し、小学生から大人までを対象にしています。

大人が読んで楽しめる、考えさせられるコンテンツが散りばめられた絵本を見つけ、自宅では音読、他所では読み聞かせを楽しんでいます。

能代・山本地区

ふるさとの山に感謝



成田あさ子

石川啄木の歌集「一握の砂」の有名な「ふるさとの山に向かい言うことなし ふるさとの山はありがたきかな」の詩に、平井康三郎作曲の日本歌曲「ふるさと」があります。心にしみいる詩とメロディで、この曲を口ずさんでいると支えて下さる家族、姉妹、友人等々に感謝の気持ちが沸き起こります。そして、私にとってのふるさとの山は能代公園から眺める「白神山地」です。学生時代に登った「白馬岳」も心に残っています。皆様にとってのふるさとの山はどこですか？

コロナ感染



松田かよ子

フレイル健診従事予定の朝に発熱。皆様にご迷惑をおかけしてしまいました。改めて業務従事者として感染予防の徹底をと、反省させられました。今後、健康に留意しながら、何かお役に立てるように努めてまいります。

秋田・男鹿・南秋地区



鏡 妙子

これまでできたことが少しずつできなくなってきている。今冬は、除雪作業と軽度生活援助に頼ることにした。買い出しはAコープの宅配にし、早く春の訪れを待っているこのごろである。

池田 信子

ゆずり葉からお便りが届いた。懐かしい顔がいっぱい浮んできた。「どうしてる?」「お元気かな?」旅行、研修会の夜の集い、祝賀会の余興、いろいろなことが思い出され、笑顔になった。時間はたっぷりある。今日は、ゆずり葉の出会いを思い出す日にしよう。

『70歳が老化の分かれ道』を読んで

伊藤 幸子

今売れ筋の和田秀樹の本を読んだ。人生100年時代、カギとなるのが「70代の10年間」の過ごし方にあるというのだ。「意欲の低下を防ぐ」「蛋白質を摂る」「運動機能を維持する」などの大切さを再認識した。努力あるのみ。

白神山地最高!!



太田 敦子

3年ぶりの会員交流会、秋田市から仲間3人を乗せて藤里へ。宿で温泉に入り12名の方々と夜の懇親会、そして翌日晴れの白神山地へ。釣瓶落とし峠からの景色は心に焼き付いています。シャラシャラと落ち葉を踏みしめながらの散策はすばらしいものでした。

春日 静子

現職としての活動を終えた後「保健師として活動する機会」と「仲間との繋がり」を与えてくれた場が「ゆずり葉の会」でした。細々ながら、これからも自分のペースに合わせて参加したいと思っています。そのためにはまずは“健康第一”。痛感するこの頃です。

鹿子沢 真由美



この3月で再雇用5年となり、2度目の退職を迎えます。保健行政をめぐる制度が日々変わっていく中で、今後はゆずり葉の会の大先輩の背中を追いかけ、少しでもお役に立てる会員になればと思っていますので、よろしくお願いいたします。

あちらこちら

工藤 聖子

日常のしなければならぬ諸々の間隙を縫って、高地から遠くの山並みを眺めたり、古い街道筋を巡ることを非日常の楽しみとしています。体の節々が痛いですが、足腰の立つうちにあちこち訪ねられたらと思います。

会員研修会に参加して

嵯峨 司子



8月23日の会員研修会に参加しました。久しぶりにお会いするメンバーの面々に心が弾む思いがしました。研修会の内容も良かったのですが、直接お会いできたことが最大の喜びでした。

記念誌編集に携わって

佐藤 潤子



編集に携わって感じたことは、やはり記録の大切さです。10年間の会報とゆずり葉だよりをめぐって活動を振り返りましたが、記録保管の大切さと編集委員の努力に、ただただ頭が下がりました。

助けられた孫の命

澤木みわ子



年の瀬に、15歳の孫が高熱を出した後全身状態が悪化し集中治療室でお世話になりました。一時は命が危ぶまれましたが、高度医療の恩恵を受け徐々に回復し、新年を迎えることができました。また、心の通ったチーム医療の素晴らしさに感謝でいっぱいです。

清水 昱子

夏の豪雨、最近の寒さ等気候変動で一年があつという間に過ぎました。コロナ禍で町の集団予防接種のお手伝いに行ったりしましたが、最近は県外にいる子供達にも会いに行けず、家での生活が多くなりました。

一期一会

庄司 光子



ミルハスで、80歳過ぎのご婦人と隣席になり舞台のことやいろいろ雑談をしました。帰り際に「頼まれることがあったら受けたほうがいいですよ。日々が楽しくなります。」という言葉頂きました。心に残った一言です。

田口 美智子



名前だけの会員でしたが、昨年からの会の活動に携わらせていただきました。あまり話したことのない先輩たちとの交流で新たな発見もあり、楽しんでいます。年々入会する会員が減少しています。もっと多くの方が入会し共に活動してくれることを願っています。

難波 はつ子

ミルハスのグランドオープン新日本フィル特別公演に出かけました。公演の最後に指揮者が観客めがけて花束を投げたのです。それが見事、天からの贈り物のように私の前に届いたのです。夢のような出来事でした。

シラネアオイの花

宮腰 玲子



以前から、シラネアオイを育てているがなかなか難しい。薄紫色の花と大きな葉が風に揺れる様は、何とも美しく、心を和ませてくれる。山野草は山の土壌が適しているが、我が家でも2年3年と咲かせてみたいと思う。

渡辺 美和子

色々なことが起きる毎日ですが、時々「知足」「日は好日」と口に出して唱える自分がいます。少し落ち着くのです。他の皆様が元気で活躍する姿に驚き、励まされながら私も一日一日を焦らずゆっくり過ごしていきたいと思えます。今年もよろしくお願いいたします。

由利本荘・にかほ地区

楽しんでいる事

大場トシ子



筋力低下を感じウォーキングを始めた。雄大な鳥海山を眼前に子吉川の川面には白鳥や鴨の大群が羽を休めている様等移り行く季節を肌で感じている。又、モニカという名のラブラドルと会えるのも楽しみといえる。

未知との遭遇

河西 淑子



自分自身もさることながら周囲の知人親族の不測の事態がとみに多くなっている。まだ見ぬ先の世界がどのようなものか、未知との遭遇は不安もあるが楽しんで迎えたものだと思うこの頃である。

“かけっこ”の一年もあと少し、来年は？

齊藤 フデ



家事と介護の毎日の中で、少しの野菜作りと体操で気分転換を図り、ワクチン接種のお手伝いも少しと、日々“かけっこ”の一年でした。

記念誌作成の一員として、会の事業の多彩さを勉強させて頂きありがとうございました。

佐藤 道子

一昨年来、コロナ感染症対応の支援にあたり、久しぶりに緊張感と手応えを感じる機会がありました。同じ目的に向かい一緒に保健業務を行うことで、若い保健師の方々の頼もしさや力に触れることができました。退いた身としては「保健師力」が脈々と流れ続けていることに感じ入り、安堵感を覚えた機会でもありました。

宝池 律子



1日1週間1ヶ月がなんと早いこと又一語文の時期が来てしまいました。これからは、あちこち病みながら皆から元気をもらって八十路坂道をゆっくりと登って行きます。コロナが早く終息しますように!!

今年は卯の年

本間美佐子



我が家には卯年が2人、昭和生まれと平成生まれ、年の差が60歳、つまり私と孫娘。日々の生活を大切にしながら、兎のように飛躍する年になれば嬉しい限りです。

健康づくりの一年に!!

正木みえ子

去年は体調を整える期間でした。受診勧奨の心のこもった葉に感謝です。

抗がん剤治療中の友人がいて、回復を願うばかりです。検診の受診と健康づくりで、心も体もははれれの一年でありますように!!

大仙・仙北・美郷地区

加藤真理子



新米会員の私は、今回、ゆずり葉の会40周年記念誌の編集委員を担当しました。懐かしい方々と会い、語り、改めて保健師の仕事の奥深さ、味わい深さに心動かされました。人と人の繋がりは宝物です。

継続していること

高橋久美子



30歳代から生け花、62歳からスロージョギングを週1回、65歳から白髪染めをやめたこと、66歳から秋田県自動車販売健康保険組合に週2日ほど事務手伝いと特定保健指導に行っています。

横手・湯沢・雄勝地区

大先輩達を偲んで

高岡和賀子

今年もゆずり葉のニュースを楽しみにしています。この名称は、今は亡き矢島・本荘HCの佐々木係長又県庁の柏倉先生の考案で名付けられ、現在も継続されていることに大きな感銘を受け、会長さん役員の皆様に感謝します。

サプリメント

照井 富子



新聞・テレビ・スマホどれを見ても載っているサプリメントの宣伝。若返り、病気が治るなど、医師が薦める血圧が下がるものまで。

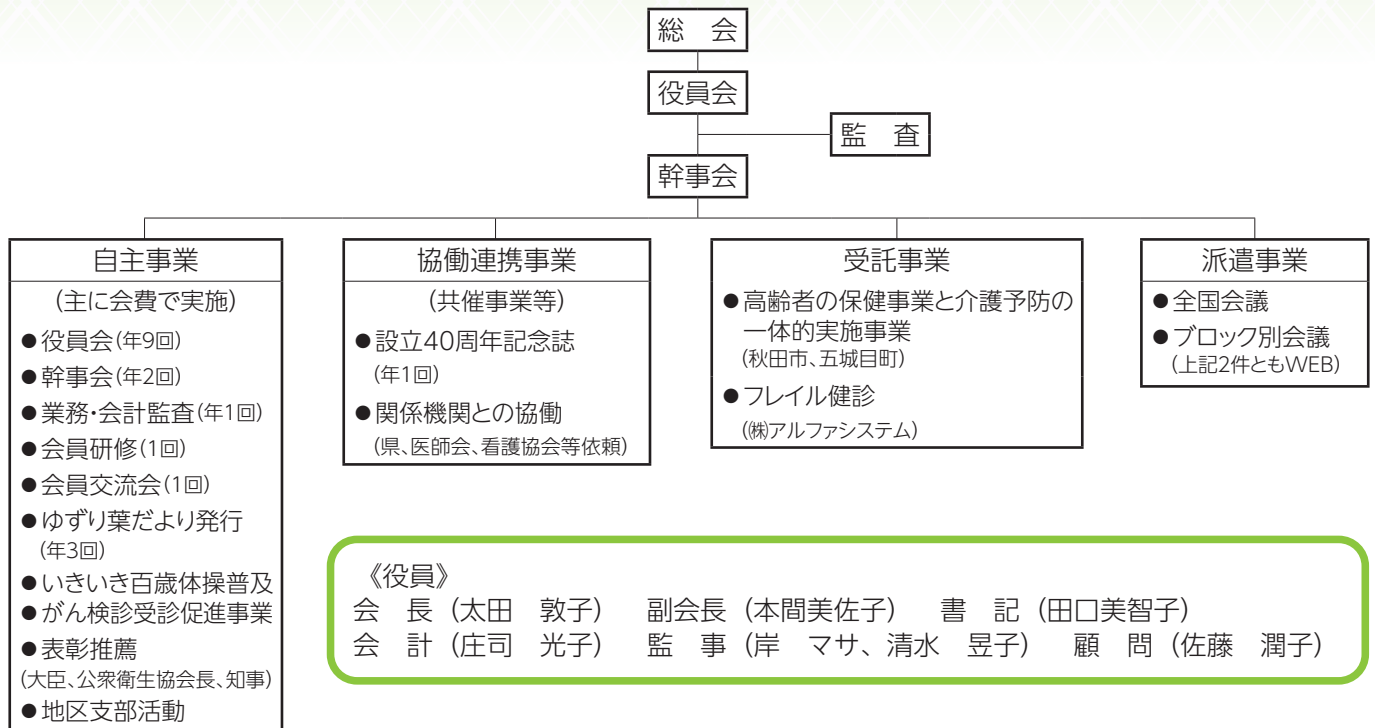
つい手を出したくなるけど、個人差や個人の感想と言われれば、やっぱりそうかと納得。

在宅保健師等ゆずり葉の会 年度別役員名簿

		平成24年	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年
顧問		信太 アイ	池田 信子	池田 信子		池田 信子	
会長		池田 信子	佐藤 潤子	佐藤 潤子		佐藤 潤子	
副会長		佐藤 潤子	太田 敦子	太田 敦子		太田 敦子	
常任幹事（H26～書記）		河西 淑子	本間美佐子	本間美佐子		本間美佐子	
会計幹事（H26～会計）		田口 明子		岸 マサ		春日 静子	
地区 幹事	鹿角・大館	近藤 長子		近藤 長子	中村みえ子	中村みえ子	
	北 秋 田	庄司 光子		庄司 光子		庄司 光子	
	能代・山本	松田かよ子		松田かよ子		松田かよ子	
	秋田・男鹿・南秋	大島 良子		大島 良子		大島 良子	
	由利本荘・にかほ	大場トシ子		大場トシ子		大場トシ子	
	大仙・仙北・美郷	菅原 澄子		菅原 澄子		菅原 澄子	
	横手・湯沢・雄勝	渡辺 健子		渡辺 健子		渡辺 健子	
監事		岸 ちゑ子		岸 ちゑ子		岸 マサ	
		竹内 淑	工藤 蓮子	工藤 蓮子		鈴木 幸子	
会員数		97	80	91	90	88	93

		平成30年	平成31年 令和元年	令和2年	令和3年	令和4年 ()は地区別会員数
顧問		池田 信子		池田 信子	佐藤 潤子	佐藤 潤子
会長		佐藤 潤子		佐藤 潤子	太田 敦子	太田 敦子
副会長		太田 敦子		太田 敦子	工藤 聖子	本間美佐子
書記		本間美佐子		本間美佐子		田口美智子
会計		春日 静子		庄司 光子		庄司 光子
地区 幹事	鹿角・大館	上野 静子		上野 静子		上野 静子（4）
	北 秋 田	庄司 光子		松橋セツ子		松橋セツ子（8）
	能代・山本	松田かよ子		松田かよ子		松田かよ子（4）
	秋田・男鹿・南秋	大島 良子		大島 良子		大島 良子（30）
	由利本荘・にかほ	河西 淑子		河西 淑子		河西 淑子（17）
	大仙・仙北・美郷	高橋久美子		高橋久美子		高橋久美子（12）
	横手・湯沢・雄勝	渡辺 健子		渡辺 健子	照井 富子	照井 富子（5）
監事		岸 マサ		岸 マサ		岸 マサ
		清水 昱子		清水 昱子		清水 昱子
会員数		89	85	83	81	80

秋田県在宅保健師等ゆずり葉の会組織・実施事業等一覧（令和4年度）



会員数（令和5年1月末現在）

地区名	鹿角・大館	北秋田	能代・山本	秋田・男鹿・南秋	由利本荘・にかほ	大仙・仙北・美郷	横手・湯沢・雄勝	計
人数	4	8	4	30	17	12	5	80
地区幹事	上野 静子	松橋セツ子	松田かよ子	大島 良子	河西 淑子	高橋久美子	照井 富子	



編集後記

(40周年記念誌編集を担当して)

平成25年度から令和4年度までの10年間の活動の歩みをここにまとめることができました。編集委員の皆様にご心からお礼を申し上げますと共に、会報の頁を倍に増やしていただき記念誌の内容に厚みを加える事が出来ましたことに事務局の国保連様に、深く感謝をいたしております。

委員の皆様には、ご多忙にも関わらず、10年間の活動の歩みを丁寧に拾い上げ記録に残してくださいました。委員皆様の感想ですが、

- ゆずり葉の会の地域への熱心な関わりを改めて知ることができた
- 会の活動の多様さと幅の広さを知った
- 市町村の活動にも協力している
- 時代の流れに沿った活動を展開し国や県の活動に呼応して取り組んでいる

等々口々に語ってくれ、会に対する理解が深まったことを知り嬉しく思います。

今回の10年の歩みを土台に、次の10年に向かって、ゆずり葉の会が更なる活動へと進化していくことを心から期待します。

- 編集委員名：委員長佐藤潤子（会顧問）
 河村光子：北秋田地区会員
 宮腰玲子：秋田・男鹿・南秋地区会員
 齊藤フデ：由利本荘・にかほ地区会員
 加藤真理子：大仙・仙北・美郷地区会員



祝 令和3年度表彰受賞者

〔叙勲（瑞宝単光章）〕

令和3年4月受章

大場 トシ子

祝 令和4年度表彰受賞者

〔叙勲（瑞宝単光章）〕

令和4年11月受章

庄司 光子

〔厚生労働大臣表彰〕

令和4年12月受賞

春日 静子

河西 淑子

〔日本公衆衛生協会長表彰〕

令和4年12月受賞

工藤 聖子

〔秋田県知事表彰〕

令和4年10月受賞

成田 あさ子

遠藤 睦子

本間 美佐子



ご意見・ご要望、会員の活動報告など なんでも事務局へお寄せ下さい。