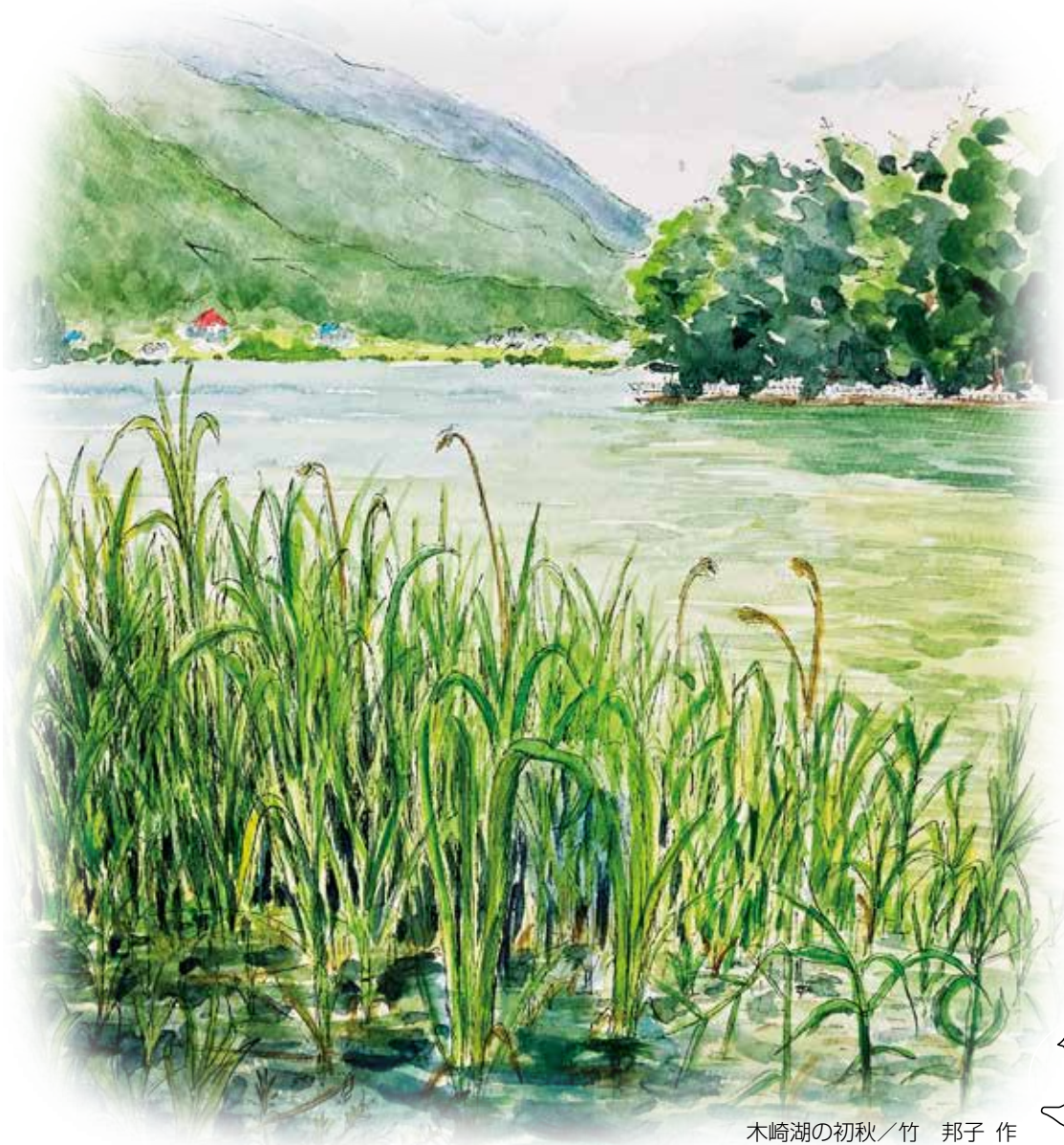


らいちょう会だより



木崎湖の初秋／竹 邦子 作



C O N T E N T S

総会報告	1
研修会報告	1
「新型コロナウイルス感染症の対応とこれからの行政保健師への期待」 「脳体カトレーナーCogEvo [®] <small>コグエボ</small> を利用した認知症予防への取り組み」	
活動報告	3
会員の声	4

VOL

63

総 会 報 告 総会を終えて

役員 森崎 恵子

令和5年度総会は、7月7日会員数62名のうち出席者20名委任状提出者31名により市町村会館で開催されました。今年度の新入会員は1名です。今年度の主な活動は「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」や従来から実施している「特定健康診査・特定保健指導等受診勧奨事業」です。併せて生涯現役を目指すよう、会員研修の内容を検討しています。

さて、会員の昨今の状況は、何らかの仕事をしながら、また地域や家庭内での役割を果たしながら、らいちょう会に参加している方が増えています。このことから、会員数及び役員数も減少しており令和5年度は会長職を決めずに役員全員で運営する体制としました。

最後に当会の事業等の運営にあたり、国保連合会の日頃からのご支援に感謝するとともに、会員皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

研 修 会 報 告

春

テーマ 新型コロナウイルス感染症の対応とこれからの行政保健師への期待

講師 富山県厚生部次長

守田 万寿夫 氏



コロナが発生してから4年が経過し、令和5年5月8日に感染症法の5類感染症に移行した。世界の感染状況は、感染者数が約8億人。死亡者数が約700万人。県内の感染者数は第8波まで24万人を超え、5類感染症移行後は推計値で動向を見ている。現在（※研修会時）、県内は横ばい状態にある。

コロナの感染可能期間は発症2日前から発症後7～10日程度まで。ウイルス排出量は発症前にピークがあり、多くの感染者クラスターを作る。密閉・密集・密接の3密回避やマスク・検温・手洗い等の徹底が叫ばれてきた。

当初は20%がコロナ肺炎を発症し、5%が人工呼吸管理（エクモ）に移行した。重症化率は高齢者と基礎疾患のある人に高かった。県内でも大規模なクラスターが発生し、老人保健施設では周囲から介護スタッフを支援する籠城作戦をとり、医療崩壊はしなかった。治療薬とワクチンの開発が進み、感染力は強いが毒性は低下し、療養方法は入院・ホテル・自宅療養へと変化した。

前職でいた高岡厚生センター管内では、コロナ禍前から介護や障がい者施設を対象に感染対策支援の研修会と出前研修でラウンドを実施していた。その基盤がありコロナ対策を行っている。感染対策支援はセンター内各班の保健師が連携して担っている。

現在、県では他職種の振替による保健師の需要が増大し、保健師に求められる機能が変化している。行政現場で求められる能力は行政（地域）を見る・つなぐ・動かす能力であり、目指す行政保健師のリーダー像は、保健・医療・福祉の理論・制度・現場を熟知し、政策・事業を立案できる行政官である。期待している。（役員 記）



研 修 会 感 想

滑川市 石原 和子

令和2年からの新型コロナウイルス感染症により、誰もが日常的に影響を受けた。人類未踏現象下で、保健師事業は対応の長期化で心身の疲労・孤立感・出口が見えない不安等々測り知れないことが多くあった。状況下、会議や研修会の開催中止等、従来業務の見直しを行う機会になったのは事実である。

しかし、市町村保健事業は、母子健康診査・がん検診・特定健康診査等なくすことができない必須事業が多い。中止と延期の狭間でより一層の創意と工夫が求められた。

コロナ対策で、①行政を見る力 ②行政をつなぐ力 ③行政を動かす力という保健師の他職種との調整能力が大きく評価された。今後も、IT等を活用し、理論・制度・現場を熟知し、企画立案と実践ができる行政保健師が求められる。

ともかく、住民の暮らしの中で行政に保健師がいて良かったと実感してもらおう。それぞれの所属で役割を十分に果たす後輩がいることは、嬉しいし、たくましく見える。



年間活動 7月 総会・研修会
11月 研修会
2月 らいちょう会だより63号発行

8月～2月 協力事業
・特定健診等受診勧奨事業
・高齢者の保健事業と介護予防の
一体的実施事業
・医療フォーラム北陸ルネサンス

秋

テーマ ^{コグエボ}脳体カトレーナーCogEvo[®]を利用した認知症予防への取り組み

講師 株式会社トータルブレインケア常務取締役事業本部長

竹内 信哉 氏



認知機能とは一連の情報処理（情報獲得→理解判断・学習思考→行動・発信）の過程であり、人間の活動そのものである。私たちは見る・聴く・臭う・触る・味わうの五感を使いながら、暮らしの中で計画力・見当識・注意力・記憶力・空間認識力の5つの認知機能を組み合わせながら日々の生活の課題に対応している。

脳体カトレーナー CogEvo[®]では、この5つの認知機能の「見える化」を図るとともに、①認知機能の変化を早期にチェック（数値化）②認知機能別トレーニングが行える。



また、継続することで経年変化も確認できる。

現在、CogEvo[®]は全国約50の自治体で認知症・フレイル予防事業に、また企業では健康経営分野・ヒヤリハット分野等に導入されている。

研修会では参加者全員、脳体カトレーナー CogEvo[®]を体験した。

※脳体カトレーナー CogEvo[®]は（株）トータルブレインケアの登録商標です。

※研修サポート：（株）ウェルクル

（役員記）

研修会感想

富山市 井澤 朋子

認知機能の衰えを指摘されるのではないかとドキドキしながら脳体カトレーナー CogEvo[®]を体験した。

計画力、見当識、注意力、記憶力、空間認識力の5分野に分けてチェックを受けた。結果は日ごろ感じている苦手な部分が見える化されたと思った。

コグエボはゲーム感覚で取り組むことができ楽しい検査だと思う。しかも、結果から日常生活で起こりうるリスク（転倒、火の不始末など）を明らかにし、且つ、トレーニングメニューもあるという。是非、このソフトを購入し脳の衰えをストップしたい心境である。



活 動 報 告

今年度は、特定健康診査・特定保健指導受診勧奨事業と、4年ぶりに医療ルネサンス北陸フォーラム（国保連合会・読売新聞東京本社北陸支社主催）で、健康相談コーナーを運営しました。

■ 特定健康診査・特定保健指導等受診勧奨（電話による受診勧奨）

市町村	A 市	B 市
対象者	特定保健指導対象者	
内 容	特定保健指導利用勧奨 期間：令和5年8月～令和6年1月の6日間 時間：12：00～19：30	特定保健指導利用勧奨 期間：令和5年12月の2日間 時間：14：00～18：00
結 果	739件（1月末現在）	15件（12月末現在）

特定健康診査・特定保健指導の受診勧奨事業に参加して

南砺市 高田 美智子

この事業に参加して2年目になるが、対象者に電話をする時はいつも緊張している。

日中の電話は不在が多く、「自分で気を付ける」「忙しい」「通院している」等と断りも多い。しかし、「わざわざありがとうございます。いつ行けばいい？」と予約されると苦勞が報われた気になる。

新規・継続を問わずに、参加してみようと思う方が一人でも二人でも増えることを願っている。利用者と特定保健指導のささやかなつなぎ役に過ぎないが、住民の健康づくりになることを思い電話をかけている。

射水市 熊本 秋美

保健師による未利用者訪問で、不在票の投函直後の方への受診勧奨だったので、受け入れは良く説明を聞いていただきました。

電話では、健康のことを相談される方が多く、保健師と地域との関わりを感じ、丁寧に対応しました。しかし、「すでに取り組んでいる」、「以前受けて忙しくて時間がない」と話されると、個人データより経年変化を捉え、もう一歩踏み込んだ受診勧奨ができなかった自分のスキルを反省し、向上させる努力をしなければと感じました。

■ 医療ルネサンス北陸フォーラム（健康相談コーナー）

日 時	令和5年11月20日（月）12：15～13：25
場 所	タワー111 スカイホール（3F）
内 容	血管年齢測定と健康相談 被測定者 54名 北陸フォーラムに参加された方で希望者に血管年齢測定と保健指導を実施しました。測定者からは、「日頃から運動や食事に注意しています！」と健康意識の高い方が多く見受けられました。保健指導では食事や運動への心がけや健康診断受診勧奨をしました。その後、講演会・対談では日常生活のなかでのフレイル予防について学習しました。（役員 記）



医療ルネサンス北陸フォーラムに参加して

富山市 野村 博美

人生100年時代を元気に乗り切るためにと題しての講演前、血管年齢測定を実施し、1人がモニターに入力しもう1人が結果について保健指導を2人1組体制で行う。血管年齢測定は指先に専用の機械を付けて血管の脈波により血管年齢が表示されるタイプのものである。

新聞で講演会を知り、石川県からご夫婦で参加された方、この血管年齢測定をしたくて早く来られた方、指先の冷えにより何度も測ることになってしまった方ら多数参加された。

実年齢と比べてどうなのか今の状態を測るために、真摯な測定と指導を心掛けた。少しでも若い年齢を期待するも僅差の「年相応」で一喜一憂するが、今の状態を維持することで今後「若い血管年齢」判定となることを目指そう。今日のフレイル対策を活かして予防活動を目指したい。

新会員の声

～小矢部市地域包括支援センターの紹介～

入会しました。よろしくお願いします。

砺波市 金岡 亨子



地域包括支援センターは
小矢部市総合保健福祉センターの中にあります



閉じこもり予防教室レインボーサークルでの
「100歳プラスワン体操」の様子

皆様、ご無沙汰しております。

令和2年度末に定年退職し、このたび会へ入会いたしました。よろしくお願いいたします。現職時代は、長年にわたり多くの皆さまに支えていただきましたことを深く感謝申し上げます。

さて、私は現在、再任用職員として、小矢部市地域包括支援センター長を拝命し、従事しています。

ご承知のとおり、地域包括支援センターは、医療・保健・福祉・介護の関係機関と連携し高齢者をとりまく健康、生活、権利などを守るために置かれている相談機関で、①地域のネットワーク構築機能 ②ワンストップサービス窓口機能 ③権利擁護機能 ④介護支援専門員等支援機能の4つの機能を果たすことに加え、「在宅医療・介護連携推進」「生活支援体制整備」「認知症総合支援」「地域ケア会議推進」などのそれぞれの取組について、一体的・包括的に推進することが求められています。

【小矢部市地域包括支援センターについて】

当センターは小矢部市健康福祉課内に設置され、必須配置の専門三職種のうち主任介護支援専門員は、保健師が必要な研修を受講しての配置です。地域包括支援センターの運営（包括的支援事業）のほか、機能訓練や閉じこもり予防教室、介護予防ケアマネジメント事業など（介護予防・日常生活総合事業）を実施しています。

ここ数年は、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策や新型コロナウイルスワクチン接種事業に追われながら、健康福祉課職員一丸となりがん検診、母子健診、介護予防事業などを実施しつつ地域包括支援センターを運営してきました。

総合的な相談支援の充実や専門性の強化に努めながら、さらには「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」を本年度から本格実施し、フレイル対策や疾病の予防・重症化予防等に取り組んでいます。

【これから】

近年、地域包括支援センターは、「高齢者」という属性にかかわらず、地域の様々な相談を受けとめ対応する、または適切な関係機関へとつなぐ機能と役割が求められています。医療・保健・福祉・介護の関係機関等の連携を一層はかりながら、地域共生社会の実現を目指してまいりたいと考えております。



人材育成事業
市内介護事業所新任職員対象に初任者研修を開催

会員の声

「射水市異文化交流事業」

～外国人ヘルプデスクの紹介～

射水市 熊本 秋美

射水市の外国人住民数は3,344人で、富山市、高岡市に次ぐ県内第3位。また、人口に対する外国人の割合は3.6%で県内第1位です。(令和5年10月31日現在) ベトナム、フィリピン、パキスタンなど約40か国の外国人住民が生活しています。

「射水市外国人ヘルプデスク」は令和4年10月から外国語が話せる相談員と日本人相談員の2人1組で相談業務にあたり、担当課や専門機関につなぐ役割をします。相談内容は、在留資格更新に関する手続きが多く、中には、日本の生活に慣れず悩んでいる方、新型コロナウイルス感染症の影響で解雇され経済的救済を求める相談など、市の



窓口だけでは解決できない相談もあります。つたない片言英語でジェスチャーを交え安心して相談できる雰囲気づくりを心掛けています。

先般、ベトナム人相談員に義理チョコをプレゼントしたところ、そのお礼に「バインチョン」というもち米をバナナの皮で包んだベトナムのチマキを頂きました。お正月などお祝い行事に欠かせないもので、塩味のみ味の付けで日本のチマキとは全く違う味がしました。また、他の相談員と交流する機会も増え、独自の習慣を教えてもらったり、異国の食文化に触れたりしています。



新規会員募集
しています!

保健師としての知識・経験を生かし地域の健康づくりに貢献しつつ、会員相互の交流をはかる楽しい会に参加しませんか？
入会希望の方は下記事務局までご連絡ください。

編集後記

令和6年の穏やかな元日を、突然、地震が襲いました。初めて体験する震度5強の揺れの中、なすすべもなく茫然としていました。会員の皆様はご無事だったでしょうか。被災された皆様方にお見舞い申し上げます。(南砺市 高田 記)



富山県在宅保健師らいちょう会

(事務局) 富山県国民健康保険団体連合会
〒930-8538 富山市下野995番地の3
(富山県市町村会館内)

(事業課) TEL: (076)431-9829
FAX: (076)431-9836
Mail: jigyou01@toyama-kokuhoren.or.jp