

島根県在宅保健師等の会

会 報

「ぼたんの会」

第21号

令和6年8月発刊

事務局：島根県国民健康保険団体連合会 事業課保健事業係

〒690-0825 島根県松江市学園一丁目7番14号 TEL 0852-21-2112/FAX 0852-21-2164

E-mail: jigyou@shimane-kokuho.or.jp ホームページ <https://www.shimane-kokuho.or.jp>



船通山（カタクリの花）/撮影「ぼたんの会」会員 星野由美

「地域の支援活動が続けていくために」

島根県在宅保健師等の会「ぼたんの会」

会長 永江尚美



コロナ禍での4年間は、対面での交流も控えるなど支援活動の縮小・中止を余儀なくされた状況でした。令和5年5月から新型コロナウイルス感染症が5類に移行後は、感染対策を行いながら様々な活動を対面で実施することができるようになり、嬉しく思っているところです。

さて、5月28日には、島根県健康福祉部健康推進課 片岡大輔課長にご臨席いただき、多くの会員の皆様のご参加のもとに総会を開催することができました。令和6年度の事業案・予算案について承認をいただきましたので、皆様の協力を得て計画を推進していきたいと思っています。

総会に続いての研修会では、正月早々発生した能登半島地震を受け、県庁健康推進課 加藤幸子 統括保健指導監から「島根県における災害対策及び災害時の保健活動」石川県能登町への支援」というテーマで、ご講演をいただきました。

講演を踏まえ、「ぼたんの会」として、いつ起こるかわからない災害に対し、日頃の備えに併せ「何が支援できるのか」「支援内容等の整理・確認」を進めていくことが必要であると感じております。

また、「ぼたんの会」設立当初の会員の方は80〜90歳代になられていますが、現在も現役で支援活動をされています。大先輩に支えられた「ぼたんの会」であることを実感すると共に、先輩の思いを大切にしながら地域に寄り添った活動を継続していくことの大切さを改めて感じております。今後も、会員自らの健康維持とやりがいを持ちながら、各地区の要望に応じた支援活動を進めていきたいと思っています。

令和6年度「ぼたんの会」総会

令和6年5月28日、松江市「島根県国保会館」において、総会を開催しました。

来賓の島根県健康福祉部健康推進課の片岡課長は、「ぼたんの会」の日頃からの支援に感謝を表され、今後も県民の健康づくりをリードしていただきたいと要請がありました。



議案

1. 令和5年度活動報告
2. 令和5年度決算報告
3. 令和6年度活動計画
4. 令和6年度予算
5. 役員体制

出雲地区 加茂幹事を議長に選任。議案1～5について審議し、全て承認されました。

令和6年度島根県在宅保健師等研修会

総会と同日にWeb併用で開催された国保連合会主催の在宅保健師等研修会には、県・市町村を含む約85名が参加し、研鑽を深めました。冒頭、主催者である国保連合会 星野事務局長から「市町村におけるマンパワー不足が指摘される中、地域に根付き住民に寄り添った在宅保健師等の活動は、ますます重要となっており、今後も地域住民の健康づくり推進に向けた支援をお願いしたい」と挨拶がありました。

研修会では、災害時の保健活動について講演がありました。

講演



◆演題 島根県における災害対策及び災害時の保健活動
～石川県能登町への支援～

◆講師 島根県健康福祉部健康推進課 統括保健指導監

加藤 幸子 氏

令和6年能登半島地震の発生後、支援活動に携わった加藤氏は、現地で活動した派遣者の様子を交えながら島根県における災害支援の実態について説明されました。

加藤氏は冒頭、災害時における関係機関の役割や、時期に応じた保健活動ニーズの違いについて説明され、災害時の保健活動における第一の目的は、防ぎ得る死と二次健康被害の最小化だと指摘されました。

続いて、派遣者同士の情報共有が効率化につながったこと、平常時からの市町村・保健所・県等関係機関との連携体制や役割分担の具体的な確認が必要であることなど、支援を通した様々な成果と課題の発見について振り返られました。

最後には、島根県と「ぼたんの会」で締結している「災害時における協力に関する協定」についても触れられ、「今年度中に見直しを行う予定」と、災害発生時にスムーズな連携が図られるよう、連携体制の強化に向けた姿勢を示されました。

いつ災害が起こるか分からない現代において、いつ何時でも支援に向かえる体制整備が必要であり、その実態を知ることのできる大変貴重な講演でした。

IHEAT登録のお願い

研修会の最後には、島根県健康福祉総務課 課長補佐 古割 加奈 氏より、標記について依頼がありました。

IHEATへの登録は、感染症蔓延時の保健所支援を想定したものです。「ぼたんの会」会員に対し、「事前の登録により、有事の際には支援にご協力いただきたい」とお願いがありました。

「しまねリハビリテーションネットワーク」について

会長 永江 尚美

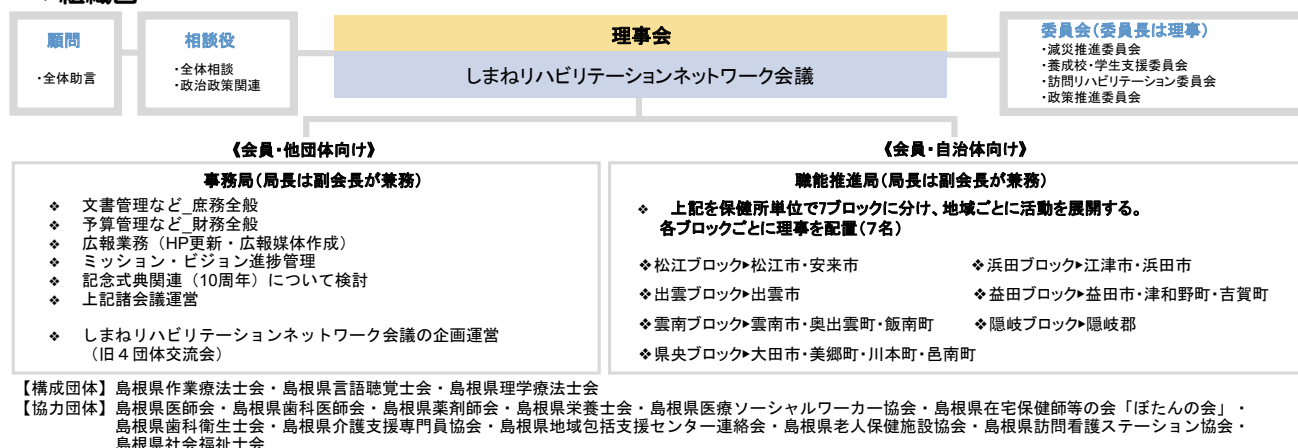
令和5年4月から「しまねリハビリテーションネットワーク」活動が開始され、協力団体として「ぼたんの会」も構成員となりました。

令和5年9月9日にホテル白鳥において、「令和5年度しまねリハビリテーションネットワーク会議」が開催され、「ぼたんの会」の活動紹介をさせていただきました。

「しまねリハビリテーションネットワーク」は、その人らしく「生きる・生きる」をミッションに、「共に学ぶ」「共に働く」「共に育て・支える」をスローガンに、構成団体・協力団体と、関係機関・多くの専門職・行政・地域住民と連携して、多様な人々が共に希望を持ちながら暮らすことができる社会を目指しています。

「ぼたんの会」の活動は、地域に生活する住民の心と身体の健康づくりを支援し、健康なまちづくり活動に寄与することを目的としています。その意味においても、新しく設立された「しまねリハビリテーションネットワーク」組織の一団体として協力しながら、協働した活動ができればと思っています。

▼組織図



隠岐地区の連携活動

隠岐地区幹事 山本 久美子

隠岐地区は昨年度5月の総会で、隠岐ブロック理事である島前病院の間理学療法士から「しまねリハビリテーションネットワーク」の組織や活動内容について説明を受け、今後の活動を協働していくことを話し合いました。また島前では7月に理学療法士会の6名の役員に来島いただき、介護予防活動について意見交換を行いました。そして島後地区ではリハビリ職の方から研修・指導を受け、現役の保健師と協働し、地区サロンを支援する活動を継続しています。

今年度は隠岐ブロックで、さらに関係機関・職種と連携強化する活動が計画されていますので、協力団体として住民主体の楽しく効果的な介護予防に発展するよう活動していきたいと考えています。



出雲地区の連携活動

出雲地区 勝部 かつこ

令和4年度の出雲地区の研修会に講師として理学療法士会の方々4名が来てくださったのが連携の始まりです。「いつでも協力しますよ」との言葉に、依頼がしやすくなり、会員が運営、支援しているサロンでの助言指導や、地域で実践しておられる場に参加し、学び・交流するなど日々連携が深まっています。7月は理学療法士会の啓発強化月間で、16日には多伎町の健トレクラブで膝・腰痛予防体操等指導いただきました。やったことのない体操を習うことができたことと好評でした。あと2か所のサロンにも来ていただく予定です。連携していくことで、介護予防の取り組みが充実し、地域の皆さんの元気で楽しく続けていく活力にもつながっています。



地区活動報告

松江地区の活動

松江地区幹事 徳若 光代

平時から「災害看護支援に向けての学び」を継続しています!!

新型コロナウイルス感染症蔓延から収束までの期間、多くの会員が松江保健所で電話相談等を支援しました。改めて、平時から現職保健師等と顔の見える関係づくりや、災害支援対応の必要性を痛感しました。早速、地区研修で、「松江市における災害支援体制について」と題し、松江市健康推進課の堀江保健専門官を講師に迎えて具体的な災害支援体制や保健師の役割等を聴き意見交換をしました。研修アンケートでも満足度が高く好評でした。研修終了の翌月には、能登半島大規模地震の発生がありました。今後も継続的に災害支援研修や防災訓練参加等を検討したいです。



鳥取県在宅等保健師の会「梨花の会」の皆様が視察に来られました!!

令和5年11月9日鳥取県在宅等保健師の会「梨花の会」役員の視察がありました。午前中は、大日なごやか会の健康サロンに参加をしてもらい、童謡を歌って手足のストレッチや、自己紹介等のおしゃべりで和やかな雰囲気を体験してもらいました。午後は国保連合会に移動して、ぼたんの会の活動紹介や、認知症予防啓発の紙芝居を上映後、活発な意見交換となりました。

「梨花の会」の皆様から、「自分自身も楽しく参加する、気負わずに取り組む、身近な所で継続させる等ヒントを得ることができた。早速、健康サロンを取り組んでみたい。」と感想をいただきました。今後も「梨花の会」の皆様と継続的な活動交流ができることを願っています。

「いきいき百歳体操」を通してふれあいの場づくり

浜田地区幹事 尾原 直子

我が小集落では、市が介護予防事業の一環として進めている「江津版：いきいき百歳体操」の教室を令和元年12月に下大貫倶楽部で発足して、今年で5年になります。回数も週1回から週2回の開催となり、参加者は、女性のための60代から90代で毎回平均10人程度参加されていますが、男性の参加がなく、課題の一つです。

内容は、「百歳体操」に加え、「ラジオ体操」や「笑いヨガ」「カミカミ体操」も取り入れ、約1時間程度行っています。体操終了後は、参加者の要望を取り入れ、市保健師さん等によるフレイル予防の話や駐在さんの話を聞く日、会食会や茶話会などのお楽しみの会の日を設けています。参加者の情報交換やふれあう憩いの場にもなっています。

参加者の皆さんからは「歩行時、ふらつきがなくなった。早く歩けるようになった。転ばなくなった。出かける機会が増え、皆さんと会えて嬉しい。連帯感が生まれ、お互いの気遣いや助け合いがより強くなった。」などと感想をもらっています。皆さんが楽しそうにやってきて笑談されている姿を見ると元気をもらい、やってよかったとつくづく感じています。

「江津版：いきいき百歳体操」は、江津市が済生会江津総合病院の理学療法士の先生とタイアップして作成されたもので、無理なくできると喜ばれています。江津市各地区で行われており、介護保険の認定者の減少や骨折者の減少など効果が出ていると聞き、ますます頑張れます。江津市や自治会などの関係団体の支援を受けて開催できていることに感謝します。



新しい仲間が増えました

新会員から一言

松江地区

恩田 恵子 さん

この度、先輩保健師さんからお声がけをいただき入会させていただきました。私は長く産業保健師として働いてきましたが、3年前に中国電力を最後に退職して、今はご縁をいただき、松江保健所で産休代替の任期付き保健師として働いています。これから少しずつ「ぼたんの会」に参加させていただくことで保健師活動の奥深さや楽しさを学んでいきたいと思います。どうぞよろしくお願いします。

松江地区

渡部 明子 さん

今年度、「ぼたんの会」に入らせていただきました、渡部明子です。

昨年度より週に4日勤務の会計年度職員となり、現在松江市鹿島支所で勤務しています。今までで一番長い通勤距離で25km、40分かかります。また、初めて勤務する地区でいろいろ四苦八苦しながら仕事をしていますが、若い保健師さんたちに刺激を受けながら、また昭和の保健師活動の話をしながら…これも脳トレの一つと思い、もう少し頑張ろうと思っています!!

休日は趣味のガーデニングで心を癒しています。

出雲地区

岩野 真保 さん

先輩からの心躍る力強いお声がけをいただき、職場のある出雲地区の方で入会させていただきました。

県保健師の時代には、ぼたんの会の皆様に本当にたくさん助けていただきました。その仲間に入れていただきうれしく思います。

保健文化賞を受賞された折に、知事への報告の場と同席させていただきましたが、その際に当時の溝口知事から「君の将来の道は開けていますね。」と声をかけられたことを思い出しました。

平日は島根大学医学部で働かせていただいておりますが、地域で生き生きと活躍されている先輩方に少しでも近づけるよう、学ばせていただきます。

どうぞよろしくお願いします。

出雲地区

林 清子 さん

この度、先輩会員の方々に声をかけていただき、「ぼたんの会」に入会させていただきました。

現役中にも先輩方とお仕事をご一緒させていただくことも多かったのですが、いつも助けていただいた感謝と同時に、長年活動されている姿にこちらも元気を

もらっていました。

現在は、時々保健所へお手伝いに出かけたり、家の用事や頼まれている地域の役などもあり、参加できる活動に制限もありますが、まずは会の一員として名前を連ねさせていただき、少しずつでも一緒させていただけたらと思っています。

どうぞ、よろしくお願いします。

出雲地区

福岡 紀子 さん

この度、「ぼたんの会」へ新規入会させていただきました。以前から、お世話になっている先輩の保健師さんに、入会のお誘いを受けていたことと今年度末で再任用が終了することから、人生の新たなステージへ踏み出せたらとの思いからでした。

これからは生涯現役を目指し、先輩の皆様に一歩でも近づけるよう背中を追いかけたいつもりです。どうぞよろしくお願いいたします。

雲南地区

岡田 志保 さん

令和4年3月末に雲南市を定年退職しました。在職中は保健事業を展開する中で、市町村合併、大規模災害への対応、新型コロナウイルス対応等、就職した当初には想像もしなかった様々なことに遭遇しましたが、諸先輩方をはじめ様々な方々に支えていただきました。

今回入会させていただいたのも、尊敬できる先輩方とのつながりがあったからです。これまでのつながりを大切にして地域の健康づくり活動に貢献できるよう笑顔で活動に参加できればと思っています。

どうぞよろしくお願いいたします。

雲南地区

細田 典子 さん

今年度から「ぼたんの会」に入会させていただきました。現在は再任用職員として雲南市役所で保健師として働いています。

先輩の皆様とお話をさせていただくとなぜか「ほっ」とする自分がいます。やはり何か深いご縁があるのかなと感じると同時に繋がれていることを嬉しく思っています。まだ、活動への参加は難しい部分はありますが、様々なことを学ばせていただきながら少しずつ「ぼたんの会」に関わらせていただきたいと思います。どうぞ、よろしくお願いします。

雲南地区

山根（小砂）祐子 さん

先輩方には、在職中多方面でお世話になり深謝しております。また、生涯現役で様々な活動をしておられた姿から多くを学ばせていただいております。今回、お声がけにより末端に加えていただくこととなりました。微力ではありますがよろしくお願いいたします。

私事、長年の痛みが限界に達し令和元年に人工関節の身に…。3年度末で雲南市を早期退職し、旧姓使用もなくなりましたが、時々地域の皆様等から馴染みの名前で呼ばれています。現在は無理のない範囲で介護保険事務のお手伝いや畑仕事、地域の皆様との介護予防等に勤しんでおります。

益田地区

加藤 富子 さん

大先輩方にお声かけをいただき、風呂敷に包んでいた想いをぼたんの花咲く土の上でそっと開いてみようと思います。まずは1年が私の目標です。

暮らしを生きる責任も「組織的努力」を遠く離れる方向で「個々へ」求められる流れを強く感じる現在です。

「ぼたんの会」の組織に関わらせていただく中で、諸先輩方をはじめ、みなさまからパワーをいただきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。



益田地区

河野 睦美 さん

吉賀町役場を定年退職して2年目の夏が来ました。この間、自身の充電期間として、充実した時間を過ごしました。

このたび、現役時代にお世話になった先輩にお誘いをいただき、はつらつとお元気で活躍されている姿に大変感銘を受け、この会に入会させていただきました。これから先輩の皆さんと一緒に活動できることをとても楽しみにしています。どうぞよろしくお願いいたします。

益田地区

山本 ひとみ さん

退職して2年目、退職後の生活にも慣れて、いろいろなことに目を向ける余裕も出てきた絶妙なタイミングで本会入会のお声がけをいただき、この度入会させていただきますこととなりました。

これまでの仕事優先の生活から、退職後は家庭や自身を優先していきたいと、現在は日程調整可能な仕事やボランティアを少しずつさせていただきながら、日々の家事や自分の時間を楽しみ、また孫の守など子どもたちからの要請があれば優先的に応じています。

今後は加えて、保健師の先輩方との交流を楽しみながら、いづらかでも地域の保健活動に関わらせていただけたらと思っています。

会員数 147名（令和6年8月現在）

役員体制

「ぼたんの会」役員									
会 長		永 江 尚 美							
副 会 長		山 本 久美子							
地区幹事	松 江	徳 若 光 代	大 田		小 川 和 美				
	隠 岐	山 本 久美子	浜 田		尾 原 直 子				
	出 雲	加 茂 尚 美	益 田		長 野 知恵子				
	雲 南	田 中 衷 子							
監 事		妹 尾 美智子				大 家 眞木子			

広報委員

松江地区	岩 本 美智子
出雲地区	勝 部 かつこ（新）
浜田地区	河 野 洋 子（新）



編集後記

7月の大雨により被災された県内各地の皆様にお見舞い申し上げます。

さて、5月に初めて県の総会に出席し、ぼたんの会と島根県との災害協定、感染症危機に保健所を支える専門職の人材バンク（I H E A T）など、私たちへのさらなる期待を感じました。また、県・市町村を問わず一緒に事業を実施した方々と思い出話に花が咲き、元気を沢山いただきました。

今年度、新たに11名の方に入会いただきました。嬉しい限りです。今後、入会案内チラシも作成します。新たなつながりが広がると良いなと思っています。「みんなで」「楽しく」「継続して」を心にゆっくり進んでいきましょう。

広報委員 勝部 かつこ