



会長ごあいさつ

大分県在宅保健師等「虹の会」会長 後藤 英子

例年のない暖かさで、春がもうそこまでやってきました。会員の皆様いかがお過ごしでしょうか。

の健康相談、行政からの委託を受けた特定健診未受診者訪問事業や適正服薬等訪問指導、ブロック研修会の開催等の取組へのご尽力に感謝申し上げます。

この度、6年間の長きにわたり会長を務めていただいた日隈前会長に代わり、会長を務めることになりました。どうぞよろしくお願いいたします。

また、昨年7月に開催した総会後の専門研修会は、今年度も市町村保健活動研究協議会との共催で開催しました。大分大学教育学部花坂教授による「相手の心に響く声づくり」というテーマの講演は、約7割の方から「とても参考になった」、「現役の保健師と再会することができ元気をもらった」という意見をいただきました。一方、現役保健師からは、「先輩方の元気なお姿にお会いでき、また頑張ろうと思いました」等の感想があり、合同研修会の意義を強く感じたところです。

まずは、昨年11月に発生した佐賀関大規模火災におきまして、被災された多くの住民の皆様並びに関係者の皆様には、心からお見舞いを申し上げます。

現在、「虹の会」の会員数は68名です。全国の都道府県在宅保健師等会は令和7年8月現在38団体、構成員3,281名ですが、各団体ともに、会員の高齢化、会員の減少、新規会員の確保が難しい等の共通した課題を抱えております。「虹の会」の活動を維持し、人材を確保するために、現役保健師や関係機関などへのPRを行っていく必要性を感じました。

同時に、会員の皆様には、避難所支援として緊急な協力依頼を行ったにも関わらず、多くの会員の方にご快諾いただくことができましたこと、厚くお礼申し上げます。大分市に「虹の会」として支援の申し入れを行ったところ、市保健所と病院、施設などの関係機関で、何とか対応できているとのことでした。会員の皆様にご心配いただいたこと、また、ご配慮に重ねて感謝申し上げます。

しかしながら、改めて、いつどこで起こるかわからない災害に対し、「虹の会」として何ができるのか、連絡網等の確認を含め、どう動くのか具体的に考えておく必要性を強く感じました。

会員の皆様は、地域での貴重な人材です。私たちの活動はささやかではありますが、今後とも地域住民の保健福祉活動に貢献できますようご協力をお願い申し上げます。

さて、会員の皆様に於かれましては、今年度もブロック別活動として地域のイベントや高齢者サロンで

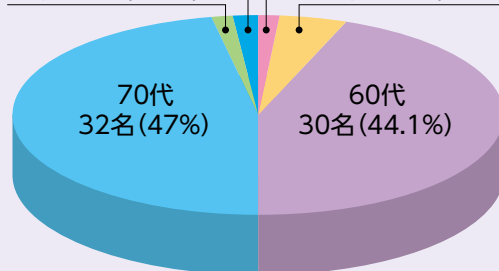
会員の状況

ブロック別・職種別会員数 令和8年3月1日現在

ブロック	保健師	看護師	管理栄養士	合計
中 央	11	0	0	11
速見・杵築・国東	12	5	0	17
県 南	9	0	1	10
豊 肥	16	2	0	18
日 田・玖 珠	7	1	0	8
県 北	2	2	0	4
合 計	57	10	1	68

年代別会員数

90代以上 1名(1.5%)
80代 1名(1.5%)
70代 32名(47%)
60代 30名(44.1%)
50代 3名(4.4%)
40代 1名(1.5%)



1 総会並びに研修会

令和7年7月10日(木)に大分センチュリーホテル「桜の間」で、会員17名が出席し、総会並びに研修会を開催しました。

また、昼食の時間にランチミーティングを行い、「虹の会」の活動について、意見交換を行いました。

近年、参加者が減少傾向です。「虹の会」として年に1度、全体で集まる貴重な場ですので、ぜひ積極的なご参加をお願いします。



ランチミーティング

総会後、昼食の時間を活用し、グループに分かれてミーティングを行いました。皆さんの地域での活動に対する思いは、熱く強く、各グループともに時間が足りないくらい話はずんでいました。他ブロックの方と交流する貴重な場だったと思います。

- | | |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. お久しぶり!私の周りで起きた(感じた)保健活動のトピック 2. 保健活動をしていて(第三者から見て)疑問に感じたあんなこと、こんなこと 3. それ(上記のこと)、どうすればいいと思う? | <ol style="list-style-type: none"> 4. 周りの人(「虹の会」・現職・事務局問わず)に、ちょっと聞いてみたい、あんなこと、こんなこと 5. あなたが考える今後の「虹の会」の活動を維持・推進できるために、必要なことって… |
|---|--|

ランチミーティングの主な意見(抜粋)

- 新人の教育・指導ができていない現場が多いと感じる
- 現職&在宅保健師と一緒に聴講できることはとても良い
- 市町村の保健師さんが忙しすぎるように思う。何か手助けできればと思う
- 地域・住民をトータルでみる事ができる保健師が育っていないことが心配

市町村に対して

- 加入メンバーの紹介
- 虹の会の「力」「魅力」の情報発信
- 虹の会を活用した市町村の評価・要望

虹の会において

- 虹の会会員と現職保健師との意見交換が大切
- 昔の活動を思い出しながら「コア」な部分をしっかり語り合い、次に伝える場づくり
- 若い現役の保健師さん方に「虹の会」の組織や活動を知っていただくこと

ランチミーティングの様子



研修会 テーマ「相手の心に響く声づくり」

講師：大分大学教育学部 教授 花坂 歩氏

出席者：「虹の会」会員14名・市町村職員18名

会話の基本となる「一息読み」や発声・発音の基礎を学ぶことができ、個人練習やグループ交流での演習を実施し、声に磨きをかけることで、伝えたい言葉が相手に正しく伝わる事が確認できました。

また、音読や朗読は、腸活、姿勢、血流増加等、健康効果につながることもわかりました。



花坂 歩氏

意見・感想(抜粋)

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ● 楽しく、自分自身を見直す機会にもなりました。 ● 対人支援は保健活動の基本となるもの!声も保健活動の技術のひとつであると改めて感じることができました。 ● 最近、肺活動が低下していると自覚していましたが、今日の発声トレーニングで、このままではいけないと強く思いました。自分でできるヒント | <ul style="list-style-type: none"> ● を頂けたので、取り組んでいこうと思います。 ● 日頃、人の前で話す時、相手に言葉がうまく伝わっていないと自覚することが多くなったと感じていました。今回の講義の内容を日常練習し、会話に活かしていきたいです。 ● 演習が沢山あって、虹の会の方と交流でき、良かったです。 |
|---|--|

2 市町村保健事業への協力

日田・玖珠ブロック：「令和7年度九重町特定健診未受診者訪問事業」を実施して

九重町 江藤 清子

日田・玖珠ブロックでは、交流会や研修会、市町の委託事業等に取り組んでいます。

今年度は、九重町から特定健診未受診者訪問事業の委託を受けました。

9月に町からの事業説明、10月～2月に事業実施、3月に関係者でのカンファレンスと事業評価があり、対象者は40歳から54歳男性の特定健診未受診者23名で、日田市の会員1名、玖珠町の会員2名、九重町の会員4名の7名で対応しました。

私は、野上地区4名を受け持ちました。家事等もあるので無理をせず、11月から1日1件ずつの訪問を計画しました。昨年度も同様の訪問を行ったのですが、久しぶりの訪問に学生時代に戻ったような緊張感に包まれ、自分自身が若くなった錯覚も覚えました♪(笑)

訪問してみると、住民には町が健診をしている認識はあるものの、自分は健康だから必要性を感じない、受ける暇もないとの声も聞こえてきたため、健診の必要性や、地域の医療機関でも健診は受けられることなどを説明しました。

この訪問を通して、現職の時はこの対象者の親世代にアプローチしていたこと、若い世代の声をじっくり・ゆっくり聴くことがなかったなあと、改めて背筋を伸ばしました。自分自身の活動を振り返る、とても良い機会をいただきました。



【訪問の帰りで出会う「涌蓋山」】
九重町と小国町にまたがる標高1,500mの山
大分県側では「玖珠富士」、熊本県側では
「小国富士」として親しまれています！

ブロック活動の紹介

速見・杵築・国東ブロック 運営委員 小笠原 玉代

速見・杵築・国東ブロックは、研修を年2回行っています。

【1回目】令和7年4月19日(土) 講師：徳永 幸美さん(会員)

参加者：18名(会員14名)

タイトル：「笑いヨガで元気！元気！」【楽しく愉快的ひとときでした】

「笑いヨガ」は、終始笑い声に包まれ、皆さんの表情も自然とほころぶとても「愉快的ひととき」となりました。呼吸と笑いを合わせたシンプルな動きながら、体も心もじんわりと温まり「こんなに笑ったのは久しぶりー」という声が聞かれました。笑いの力って本当にすごいです。皆さんの笑顔があふれる、明るい時間となりました。今後も機会を見つけて行いたいと思います。



【2回目】令和7年10月5日(日) 講師：毛井 敦さん(PT) 参加者：14名(会員12名)

タイトル：「やってみよう！骨盤底筋トレーニング」【1日3回(1回につき30回)、閉めて緩めて】

思わず姿勢を正したくなる話が満載でした。「使っているつもりで使っていない筋肉なんですね」と皆さん納得の表情。

実技では「これで合ってる？」とそっと確認する声もあり、会場は静かな集中モードになりました。

見えないけれど一生付き合う大切な筋肉だからこそ、日頃から「良くする」努力以上に、「悪くしない」努力をする意識が大切だと改めて感じる時間となりました。会員からは「今日からこっそり鍛えます」という声も聞くことができ、「無理なく！こっそり！でもしっかり！」と、日常の中で取り組んでいける健康づくりのいいきっかけの一步になった研修でした。





「令和7年度都道府県在宅保健師等会全国連絡会」に参加して 大分県在宅保健師等「虹の会」会長 後藤 英子

令和7年11月25日、国民健康保険中央会の主催による全国連絡会が、各県の会長並びに国保連合会職員を対象に、東京のサウスヒル永田町にて開催されました。この連絡会は、平成18年度に情報交換と連絡協議を目的とする全国組織として設立され、九州管内では、現在、大分県と長崎県の2県で活動しています。

会議の冒頭で、国民健康保険中央会の原理事長より、次のような熱い思いのあふれる内容のご挨拶をいただきました。

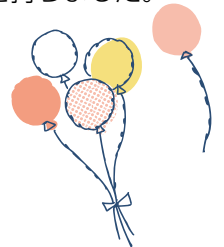
- ①オンライン開催から、6年ぶりの参集開催となったこと
 - ②「顔を合わせて直接話し合いたい」との声が多くあったこと
 - ③在宅保健師等会の活動は国においても、重要な“人材バンク”と考えていること
 - ④この連絡会の維持運営については、全国から意見集約を行い、連合会とともに協議したいと考えていること
- また、厚生労働省健康・生活衛生局健康課の後藤友美保健指導室長から「これからの保健師活動－退職保健師の活動への期待」と題してご講演をいただきました。在宅保健師等会には、自治体におけるマンパワー支援や、地域活動支援、人材育成支援や統括保健師支援など経験等に応じた役割を發揮して欲しい旨の話がありました。

活動報告では、前役員7県からの報告を受けました。香川県「オリーブの会」では、ACP（人生会議）の教材を活用して、「人生会議」を行うことにより、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるような支援に取り組まれているとのことでした。

グループワークでは、「在宅保健師等会の活動」の進め方について意見交換が行われ、新たな事業でなくても、保健師の経験値を生かした活動の継続、現職に活動を知ってもらうための会報の配布や、現役保健師との交流・声かけ等が必要だとの共通認識を持ちました。

初めて参加した連絡会でしたが、研修後の情報交換会でも他県の方と交流することができ、今後の活動の参考にしたいと思いました。連合会の皆様には、会議出席にご配慮いただき、感謝申し上げます。

初めて参加した連絡会でしたが、研修後の情報交換会でも他県の方と交流することができ、今後の活動の参考にしたいと思いました。連合会の皆様には、会議出席にご配慮いただき、感謝申し上げます。



ブロック別 新入会員さんから一言！

日田・玖珠

渡辺 淳子 さん
令和7年3月末の退職以降、トレーニングジムでの運動にハマってます。会の活動をとおして、町民の方々や会員の皆さまと触れ合う事を楽しみにしています。

畑山 伸恵 さん
九重町役場で26年間、保健師として地域保健に携わりました、畑山伸恵と申します。退職後も学びと交流を大切に、皆さまと情報交換できれば幸いです。

小栗 明美 さん
現役を引退し健康と新たな人間関係を求めて太極拳クラブに入会したところ、神品先輩より虹の会への入会を勧められました。他に厚生学院の同級生もいることから入会することにしました。宜しく願いいたします。

内柳 知恵美 さん
早期退職した私が入会なんておこがましいと思っていましたが、ある方から「そんな関係ないのよ！繋がり大切だし、いろいろな情報が入って楽しいから入ったら？」と背中を押していただきました！新たな出会いにワクワクです！よろしくお願い致します！

山本 八重美 さん
38年間勤務した県を退職し、既に4年が経ちました。諸先輩方を見習い、まだまだがんばる所存です。どうぞよろしくお願いいたします。

小野 美香子 さん
豊肥保健所を退職後、再雇用非常勤として同所に勤務して2年になります。諸先輩のような活躍にはおよびませんが、セカンドステージでの輝きを磨くため「虹の会」に入会させていただきました。今後ともよろしくお願い致します。

豊肥

会員募集のお知らせ

「虹の会」では、市町村をはじめとする地域の保健事業支援や、そのための研修及び会員相互の交流を図ることを目的に活動しています。

保健師・看護師・管理栄養士として勤務経験のある方をご存知でしたら、ぜひ事務局までご紹介ください。

編集後記

今年度、役職定年し、5年ぶりに健康推進課で「虹の会」事務局担当となりました浅野です。よろしくお願い致します。

原稿執筆・写真提供にご協力いただいた会員の皆様、ご協力ありがとうございました。虹の会の活動は、地域住民にとって、必要不可欠な活動だと思えます。今後も事務局として、虹の会の活動支援を継続していきたいと思えます、よろしくお願い致します。

発行 事務局

大分県在宅保健師等「虹の会」
大分県国民健康保険団体連合会 健康推進課
大分市大手町2-3-12 (大分県市町村会館内)
TEL.097-534-8471 FAX.097-535-7031