



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 高山喜志子

新たな年羊年を迎え、より一層温もりのあるいつわ会活動を続けてまいりましょう。

1月30日、東京で都道府県在宅保健師等全国連絡会に出席しましたので、主なところを紹介します。

- 1、国保中央会飯山常務理事から社会保障制度に関する国の動きの説明があり、特に国保制度改革については国保制度の安定化を図るため運営のあり方を見直し、都道府県が中心的役割を任うこと。今まで以上にデータを活用した疾病予防・健康づくりの充実が求められていること。
- 2、お多福もの忘れクリニック本間 昭所長から、認

知症の人の支援・地域の役割では、介護保険法第一条にある“尊厳を保持”について力説され、早期発見・治療の意義・認知症者の医療とケアの目標を関係者が共有することの大切さそして医療とケアの連携不足を指摘されました。

- 3、1月27日、省庁間横断の国家戦略「認知症政策推進総合戦略(新オレンジプラン)」を決定したこと。戦略骨子は次のとおり。

- 1.認知症への理解を深めるための普及・啓発の推進
- 2.患者の状態の変化に応じた医療・介護の提供
- 3.就労支援など若年性認知症施策の強化
- 4.介護者の負担を軽減するための支援
- 5.患者や高齢者に優しい地域づくり
- 6.認知症の予防・診断・治療・介護法の研究開発
- 7.患者やその家族の視点を重視した施策展開

これらのことから、今後地域で今まで以上に私達の活動が期待されることを確信いたしました。

平成26年度事業(中間報告)

事業名	日 時	内 容
役員会	平成26年 4月 21日 6月 23日 平成27年 1月 26日	3回開催
いつわ会全体研修会	平成26年 7月 4日	講義、演習、実技、説明、展示
いつわ会ブロック研修会	平成26年10月	4回(置賜、最上、庄内、村山) 詳細は本誌2～3頁参照
救護スキルアップ研修会	平成26年 6月 10日	普通救命講習Iのプログラム
平成26年度特定健診に関する在宅保健師等研修会	平成26年12月 4日～5日	東北ブロック研修会(山形県より4名出席) 詳細は本誌4～5頁参照
会報発行	平成26年 9月 平成27年 3月	第1回目 全体研修会等 第2回目 ブロック研修会等
特定健診・特定保健指導受診率等向上対策事業協力	平成26年 5月～ 平成27年 2月	県内11保険者にて18名協力。 電話・訪問による勧奨と未受診理由の聞き取り
山形市健康づくり事業	平成26年10月	血圧測定、健康相談(2名協力)
南陽市高齢者サロン等事業協力	平成26年 5月～12月	健康講話・血圧測定・体力測定 (延べ15名協力)
救護協力	平成26年 6月～11月	球技等運動大会の救護・応急処置 (延べ12名協力)
健康まつりの支援(南陽市)	平成26年10月 4日	健康機材を使用した健康相談、栄養相談(2名協力)
やまがたピンクリボンフェスタ2014	平成26年10月 12日	展示・啓発ブースにおける保健指導(2名協力)

平成
26年度

いつわ会ブロック研修会

置賜ブロック

と き 平成26年10月1日(水)
と ころ 小国町健康管理センター
参集者 18名

1 講話

「置賜地区における歯科衛生士の活動分野の紹介」

講師／山形県歯科衛生士会置賜支部

支部長 今野さゆり 氏

色摩 和子 氏 菅井 昌子 氏

高橋しづ子 氏 宮嶋 恭子 氏



アンケートから

- みなさんがそれぞれイキイキ仕事を楽しみながら活動しているようでうれしく思いました。
- 会員和気あいあいと業務を改善するため職能を高め合っている様子が伺えてよかった。

2 講演

「住み慣れた地域で暮らすために」



講師／
小国町立病院
院長
阿部 吉弘 氏

アンケートから

- 難しい話も楽しく聞けた。データを基に自分のこれからの人生に役に立つ知識ありがとうございます。
- 医療対処行動に変化が少なかったことに今後の対応の参考にしていきたい。

最上ブロック

と き 平成26年10月2日(木)
と ころ 最上広域交流センター ゆめりあ
参集者 18名

1 実技

「サロンにも活かせる！ 一花の山形!しゃんしゃん体操(第二)ー」

講師／最上町社会福祉協議会

主任健康運動指導員 沓沢 保代 氏



アンケートから

- 参加した人が楽しく体を動かすことができるような声掛けのしかたや運動を苦手に思っている方々に対しての導入の仕方が大変良い勉強になりました。
- 家でもできる運動も聞けてよかった。

2 講演

「うつと不安 臨床現場のスケッチ」



講師／
医療法人社団清明会新庄明和病院
医師
池谷 龍一 氏

アンケートから

- 大変良くわかりやすい。昔のうつ、現代型うつがわかりました。
- 実践に基づいた講演で今現在抱えているメンタルヘルスについてわかりやすく理解できた。心の病は深く関わり方の難しさを実感しました。

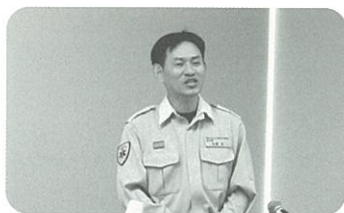
庄内ブロック

と き 平成26年10月10日(金)

ところ 東北公益文科大学内
酒田市公益研修センター

参集者 16名

1 講演 「当地区の救急出動の実態から 思う事」



講師／
酒田地区広域行政組合
消防署南分署
佐藤 良 氏

アンケートから

- 現場で実際に体験したことに基づくお話はとても有意義でした。とっさの場合にどんなことをやればよいのかということが頭にすっと入った講演でした。
- 若い頃?に常識にしていた事が今ではちがうことを教えてもらいました。

2 講演 「庄内に魅せられて」



講師／
東北公益文科大学
特任講師
中原 浩子 氏

アンケートから

- 自分の住む庄内の良さを再認識しました。すごく感銘しました。
- 中原先生の庄内に寄せる思いにただ感動。有難い気持ちでいっぱいになりました。
- 毎日暮らしている庄内をこんなに好きな人がいて改めて嬉しく思います。自分の足元をもっと好きになり、誇りをもちたく思います。

村山ブロック

と き 平成26年10月20日(月)

ところ 山辺町保健福祉センター 「輝らり」

参集者 19名

1 講話 「ロコモ予防の栄養」



講師／村山保健所
健康増進主査 山口 有紀 氏

アンケートから

- 高齢者への栄養指導の要点がわかって良かった。ながら運動はぜひ実施したい。

2 調理実習 「ロコモ予防の食事」

講師／管理栄養士 島貫久美子 氏



アンケートから

- 身近にある食材でとても簡単にカルシウムたっぷりのおいしい料理ができました。講師の先生もわかりやすく説明してくれて身近に感じました。

3 ロコトレ(おさらい) 「花の山形!しゃんしゃん体操(第二)」



アンケートから

- 後藤さんのポイントの説明がよかったです。復習出来てよかったのでこれからも研修の合間に取り入れてもらいたいと思います。

4 講演 「地域における認知症ケア」 ～認知症の現状の理解と地域の支え合い～

講師／小規模多機能型居宅介護事業所フラワーみつえ
管理者 高橋 明美 氏



アンケートから

- 症例をあげて説明してくれてわかりやすかった。安心できるサポートと認知症の人への対応の心得。驚かせない・急がせない・自尊心を傷つけない事を学んだ!

平成26年度 特定健診に関する在宅保健師等研修会

報告

東北ブロック

と き／平成26年12月4日～5日
ところ／青森国際ホテル

東北6県に新潟県を含めた7県の在宅保健活動者のための、特定健診・特定保健指導に関する研修会が、平成26年度は青森県において開催され、山形県より4名の会員が参加いたしました。

研修内容

- 講演
「健やか力を高めよう
～健康教養向上にむけての取り組みと実践～」
一般社団法人青森県薬剤師会
衛生検査センター所長 川村 仁 氏
- 講演
「特定保健指導における運動指導」
NPO法人青森県健康・体力づくり協会
理事長 近藤 文俊 氏
- 講演
「国保保健事業と在宅保健師の役割」
国民健康保険中央会常勤参与 鎌形喜代実 氏
- 青森県在宅保健師の会活動報告
 - 1 会の活動の概要について
青森県在宅保健師の会 会長 山崎 正子 氏
 - 2 地域の保健・福祉活動
「松島会館いこいの集い」
青森県在宅保健師の会 幹事 山谷紗千子 氏
 - 3 DVD映写
「あしたにむかって～ある保健婦の一日～」
- グループ討議
「在宅保健師等会の課題と対応策について」
- グループ発表及び助言
助言者
国民健康保険中央会常勤参与 鎌形喜代実 氏



研修会報告



東北ブロック研修会に参加して

看護師 安達 寿子(村山地区)

12月4日、5日の青森市で開催の「特定健診等に関する在宅保健師等研修会」に出席いたしました。国保中央会常勤参与の鎌形喜代実先生の御講演では、全国の在宅保健師等会の状況、医療介護サービスの2025年問題の状況、市町村国保の特定健診の状況等をとてもわかりやすくお話いただき改めて在宅保健活動者の役割を実感しました。

二日目のグループ討議では市町村(現役保健師)との連携、会員の高齢化、新規会員不足についてグループ毎に話し合い、現職と一緒に研修会を実施している、会員更新の有無の確認をしている、会のパンフレットを作成し新規会員の参加を呼びかけている等の意見が出されました。鎌形先生からは在宅の会の独自の事業が市町村保健師の良い刺激になる、他県の会との交流がより元気な活動につながる等のアドバイスを受けました。

最後に印象に残った先生の言葉を紹介します。「自分の体を見つめ変化を認めそれにあった行動をする、社会参加を積極的に行い維持向上をしていきましょう。」

みなさんいつわ会の研修会にも是非参加しましょう!

研修会報告

特定健診等に関する在宅保健師等研修会に参加して

管理栄養士 石黒 重子(置賜地区)

この研修会に参加させて頂き、複数の職種の会だけではなく、早い時期から保健師の方のみの会で精力的に活動されてこられた会もあるということをはじめて知りました。主催県である青森の「在宅保健師の会」は、参加人数も多いこともありましたが、活動内容もパワー溢れるもので圧倒された思いです。

一日目の三人の講師の先生方の講話、運動の実技は、特定保健指導を行うにあたり、疑問に思っていたことや、不安に感じていたことなどを解決して下さることが多くありました。

二日目のグループ討議においては、テーマとして各グループとも「現役保健師との連携」、「会員の高齢化・新規会員不足」について話し合わせ、現役と在宅の人達の研修会や交流会を持つことで、互いの現状を知り、顔をつないでおくことが大切ということで一致しました。それにより、新規会員の増加につながるのではないかと、またそれには、会員同志が楽しく活動していくことが一番大事だとも。全くそのとおりだと思いました。

今回の研修会の参加者は、ほとんどが保健師の方でしたが、仕事に対しての情熱のすごさを身にしみて感じました。私も今回得たことを今後の活動に役立てて参りたいと思います。研修会に参加させて頂きありがとうございました。

研修会報告

やる気パワーと熱気の中で

保健師 渡辺 幸子(最上地区)

突然の大雪、青森も真冬空でした。研修一日目は講演が三題。「特定保健指導における運動指導」では、高齢者への指導は形こだわっても無理があること、形よりも伸ばしたい部分が伸びるようポイントを押さえて指導すべきであること。また、効果が見えない運動は長続きしないものである…という内容のお話がありました。会場ですぐに効果が確認できるストレッチ体操を体験し、大いにもりあがりましたが、運動音痴で体の固い私にも納得のいくものでした。懇親会では、参加者のパワーに圧倒されっぱなし、特に青森の皆さんの豪快さ、羨ましいと思うほどの郷土愛にあふれた話しぶりとお国自慢が印象的でした。

出し物の「スコップ津軽三味線」でも会員一人一人が本当に楽しんで参加している様子を見て大いに見習うべきものがありました。

二日目の事例発表は、回想法を取り入れた活動の報告でしたが、自分も楽しみながら地域で活動をしているとのこと、県により活動方法もいろいろあることを知り、非常に興味深く感じました。グループワークでは、持っている力を地域活動につなげるた

めの市町村との連携について話し合いましたが、独自の活動を積極的に推進したい…という考えを持たない私にとってメンバーの話は別世界のものでした。自分達のできる事のPR紙を公民館に掲示して活用を呼びかけている、という話に至っては…素晴らしい!このパワーはどこから??とただただ感心するのみ。国保中央会の鎌形先生の講演の中に「こういう場に参加することで元気がもらえる!…すぐに覚めるけどネ!!」という話がありました。まさにそのとおりで研修時の熱い気持ちは早くも冷めてしまいましたが、各地域のいろいろな活動の姿を記憶に留めて、これからの励みにしたいと思っています。

久々に貴重な体験ができましたことに心から感謝申し上げます。

研修会報告

大先輩方に圧倒された二日間

保健師 沼澤富美子(最上地区)

職場の後輩の手伝いなら少しは出来るかなと思いながら退職して三年目。最上地域で特定健診・特定保健指導受診率等向上対策事業を実施した自治体があったことから、電話や訪問による受診勧奨に関わりました。その縁で声がけいただき参加した久しぶりの県外研修はとても新鮮でした。県により会の構成職種の違いや、保健師でもその県の活動の長い歴史や特徴が現在の会の活動内容にも反映するのか相違が伺えましたが、圧倒されたのは大先輩方のはつらつとしたパワーと、後輩や地域のために役立ちたいという意欲です。新会員となり初めての地区の集まりで、本当に久しぶりに先輩方にお会いした時の気持ちが蘇りました。70~80歳代が中心になったという青森の会員による余興「スコップ三味線」では、自らも楽しみながら他県からの参加者を心からもてなそうとする気くばりがあふれていました。

会の活動の課題として、会員の減少・高齢化、会としての活動が少ない等があげられていました。会に参加することで先輩方からは人生の先輩としても元気がもらえる、会としての活動は少なくとも個々の活動を集計すれば膨大な数になるのではないかと、退職時の新しい会員増で高齢化も解消! というのが私達のグループ討議内容でした。

いつわ会研修にも御無沙汰で恥ずかしながら国保連といつわ会の関連が国保法の指針に基づいていることを講演で知りました。改めて国保連に感謝するとともに、今後も研修等に参加し元気をもらいながら、つながりを大切に過ごしていきたいと思っています。



やまがたピンクリボンフェスタ 2014に参加

10月12日(日)、秋晴れの日には8回目の『やまがたピンクリボンフェスタ』が開催されました。



ピンクリボン運動として山形市内中心街をウォーキングをする「ピンクウォーク」をしている会員達の雄姿です!



すれ違う市民の方に「おっぱい風船」と背中にメッセージを貼って乳がん予防の呼びかけをしています



山形市七日町にある『ほっとなる広場』の「乳がん予防啓発・展示コーナー」では会員2名が乳がん自己検診法の普及等を行いました。

『花の山形!しゃんしゃん体操』 普及取組み紹介コーナー

9月11日(木)、山形市内高原ネオポリス公民館におうかがいし、いつわ会会員の田中裕子さん(新庄市在住)による口コモ予防に関する健康教育を取材させていただきました。その中で『花の山形!しゃんしゃん体操』の実技指導が行われました。



「石臼をひくように大きく回してくださいね~」



最後はみんな笑顔でクールダウン!

平成26年12月末現在会員数

職種別

	村山	最上	置賜	庄内	合計
保健師	37	16	11	18	82
助産師	5	1	0	1	7
看護師	19	6	8	13	46
准看護師	4	2	1	0	7
管理栄養士	14	3	8	5	30
栄養士	3	1	2	0	6
歯科衛生士	11	3	6	0	20
合計	93	32	36	37	198

会員募集

あなたも
楽しく活動してみませんか?

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中で、
健康づくりに役立てましょう。

申し込み、問い合わせは、右記の事務局連絡先まで▶

事務局

〒991-0041
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