

在宅保健師の会 おおさか

平成29年1月

No.36

CONTENTS

会長あいさつ	1
平成28年度 活動状況調査結果	2
特定健診受診勧奨(健康相談)等支援事業 実施結果ほか	3
平成28年度 第1回研修会	4
生涯現役コーナー	5
平成28年度 保健事業に協力して	6・7
TOPICS	7
INFORMATION	8



会長あいさつ

会長 峯森 好美



謹んで初春のお慶びを申し上げます。
皆様方には平素から会の活動にご
支援、ご協力を賜り厚く御礼を申し
あげます。

昨年を振り返りますと、リオオリ
ンピック・パラリンピックにおける日
本選手の活躍で大きな感動と勇気をもたらした心に残
る一年でありました。一方酷暑の夏、熊本県や鳥取県
における地震の発生、台風による洪水など地球環境が
大きく変化していることを痛感した一年でもありました。
今年は穏やかで明るい一年になりますようにご祈念
申し上げます。

さて、我が国は世界に類のない超高齢社会に直面し
ており、医療・介護を必要とする人口は年々増加して
おります。国においては医療費の更なる増嵩が予想さ

れるため、医療費の適正化、健康の保持増進のための
保健事業のほか、地域包括ケアシステムの構築が進め
られているところです。当会においても、高齢者が住
み慣れた地域において健康で心豊かに生活するために
生活習慣病の重症化予防等の様々な保健事業への協力
を行っております。また、地域包括ケアには多職種地
域連携が欠かせないことから、昨年は当会の研修会に
おいて薬局を取り巻く国の動向やかかりつけ薬局・薬
剤師との地域連携について学びました。

今年、国保連合会が保険者支援として実施するパイ
ロット事業「糖尿病性腎症の重症化予防事業」は健康長
寿を目指す国の取り組みでもあり、当会としても協力
していきたいと考えています。

本年も会員の資質向上を図り、保健事業の発展に貢
献できますよう取り組んで参りたい所存ですので、よ
ろしくお願い申し上げます。

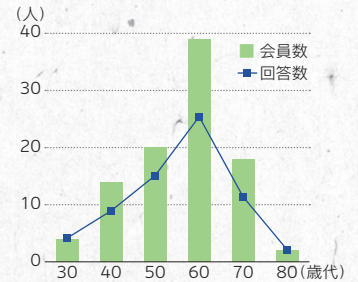
平成28年度 活動状況調査結果

平成28年10月に大阪府在宅保健師の会
会員の皆様にアンケートを行いました。

調査にご協力いただきました皆様、
ありがとうございました。
いただいた回答・ご意見等は、
今後の活動に活かしていきたいと思ひます。

会員の年齢構成 (回収率68%)

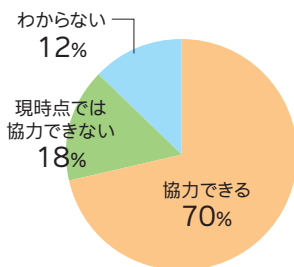
年代	会員数	回答数
30歳代	4	4
40歳代	14	9
50歳代	20	15
60歳代	39	25
70歳代	18	11
80歳代	2	2
計	97	66



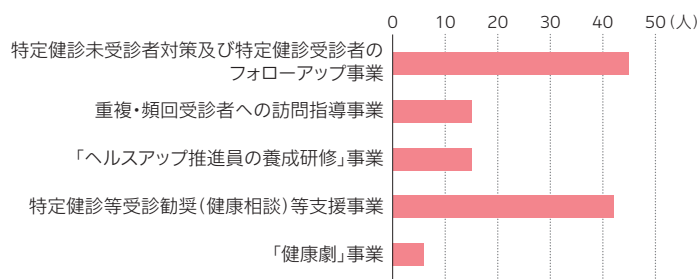
I 現状について

I (1) ご協力いただける事業や条件などについて

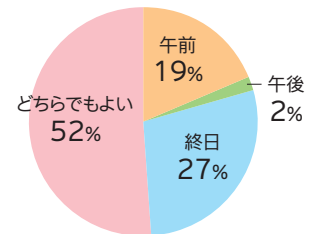
①保健事業へのご協力について



②ご協力いただける事業

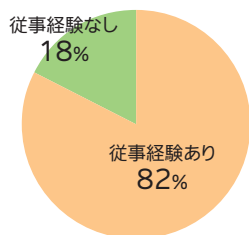


③協力いただける場合の条件(時間帯)

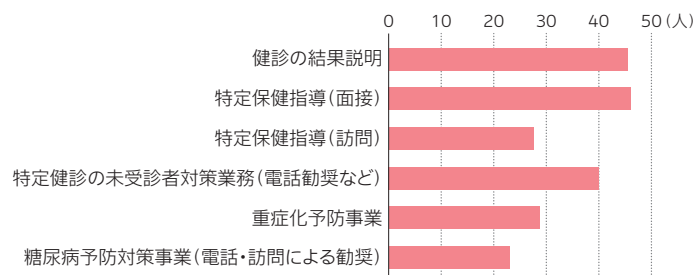


(2) 生活習慣病対策として「特定健診」事業などへの従事経験について

①特定健診・特定保健指導に係る業務への従事経験について



②-1. 下記業務への従事経験者

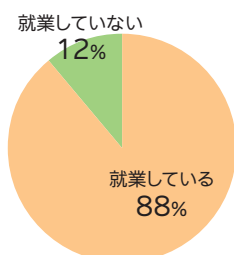


②-2. 「その他関連事業への従事」の具体例

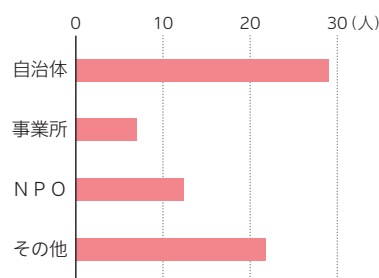
特定保健指導(面接)は初回は経験なしですが、6か月後面接は少しあります。
早期介入教室。イベント。受診動奨域の訪問

(3) 現在の就業状況や就業先などについて

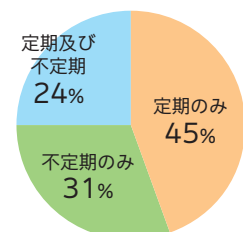
①現在の就業状況



②-1. 就業先について



②-2. 頻度について(就業者56人中)



〈主な就業先、業務内容〉

【自治体】特定健診・特定保健指導関係、介護保険認定審査会、重症化予防事業、母子保健業務 等

【事業所】産業保健(健康相談等)、特定健診・特定保健指導関係 等

【NPO】健康サポートDODO大阪、スマートらいふネット、児童虐待防止協会

【その他】医療機関、介護施設等、学校 等

特定健診受診勧奨(健康相談)等 支援事業 実施結果

在宅保健師の会の皆様にご協力をいただき、国保保険者が実施する「特定健診・特定保健指導」の実施率・利用率の向上をめざし、被保険者などを対象に受診勧奨及び生活習慣等の改善に重点をおいた健康相談を実施しました。今年度は8保険者で実施されたイベント等において、延べ55名の会員の皆様にご協力いただきました。

保険者名	日数	参加者数(人)	事業内容	従事者数(人)
岸和田市	2	250	健康測定機器による測定・健康相談	5
八尾市	1	254	特定健診受診勧奨・健康相談	2
和泉市	5	46	集団健診における・禁煙相談	9
羽曳野市	1	296	特定健診受診勧奨・生活習慣改善相談	9
島本町	1	181	健康相談	3
熊取町	7	640	特定健診受診勧奨・健康相談	7
太子町	6	325	特定健診受診勧奨・生活習慣改善相談	18
河南町	1	47	特定健診受診勧奨・健康相談	2

●使用機材(体成分分析装置、血管年齢測定、血圧計、体脂肪測定装置、脳年齢測定装置 等)

保険者からのコメント

在宅保健師による健康相談は高齢者を中心に毎年好評であり、ほぼ常時満席の状態でした。

栄養指導、運動指導、禁煙指導と広い観点から、一人ひとりにあった内容の指導をしていただき、参加者が熱心に質問する場面も多く見られました。

様々な相談に対して、具体的な対策や保健事業につなげてくださいました。また、数をこなさないといけな健診当日に、保健師だけでは手の届かない部分をきめ細やかにカバーしていただき大変助かりました。特に健康に興味がない方にも、今までの経験から個々に興味を引くよう対応いただいた結果、健診の結果説明会も多くの人で賑わいました。

体成分分析装置及び腹囲の測定結果に基づき、食生活や運動習慣など生活習慣について聞き取っていただき、その内容に応じた保健指導・健康相談、特定健診の受診勧奨を実施していただきました。



健康劇団「なにわびょうたん」笑顔の花を咲かせましょう!

平成28年12月12日、熊取町で行われた「ヘルスアップ推進員の養成研修」事業(※事業の詳細は、7ページをご参照ください)の最終日に、健康劇「みんなに伝えたい、広めたい。健康づくりの大切さ～健康づくりの



かきくけこ～」を公演しました。

講座参加者は、劇の中にたくさん盛り込まれた健康に役立つ情報に真剣

に耳を傾け、公演後に質問をする方もいらっしゃいました。劇の後半で実施した笑いヨガでは、会場いっぱいに素敵な笑顔が広がり、大きな笑い声が響きわたりました。劇団員と観



客の垣根を越えた一体感を強く感じた公演となりました。



第1回 研修会

高齢化や医薬分業の伸展等により、薬剤師及び薬局を取り巻く環境は大きく変化しています。平成27年10月には厚生労働省において「患者のための薬局ビジョン」が策定されました。本ビジョンでは患者本位の医薬分業に向けて、かかりつけ薬剤師・薬局の今後の姿が示されています。

今回の研修会では、国の動きを受けた大阪府の方向性及び薬剤師の専門性を発揮した活動実態についてご講義いただき、今後専門職として薬剤師とどのように連携していくのかを考えるきっかけとなりました。

(保健事業専門員 管理栄養士 中西)

日 時：平成28年9月16日(金)

参加者：在宅保健師27名、市町村職員20名

第1部テーマ：「患者本位の医薬分業の実現に向けて」

講 師：大阪府健康医療部薬務課 総括主査 岡本 智子

患者のための薬局ビジョンについて

本ビジョンは、かかりつけ薬剤師・薬局機能を明記し、将来に向けた薬局再編の姿を示している。

かかりつけ薬剤師・薬局が持つべき3つの機能として「服薬情報の一元的・継続的把握」「24時間対応・在宅対応」「医療機関等との連携」、患者等のニーズに応じて充実すべき2つの機能として「健康サポート機能」「高度薬学管理機能」を掲げている。

現状では多くの患者が門前薬局で薬を受け取っている。しかし、今後は患者がかかりつけ薬局を持ち、どの医療機関を受診してもかかりつけ薬局が服薬情報の一元的・継続的な把握や、在宅での対応を含む薬学的管理・指導などの機能を果たすことを目指している。

患者のための薬局ビジョン推進事業

平成28年度、大阪府ではモデル事業として「多職種連携による薬局の在宅医療サービスの推進事業」を実施する。内容は、薬局薬剤師による服薬指導・残薬リスクの啓発、服薬に問題のある(残薬がある)方に対する残薬調整の推進とその検証を行う。

なお、この事業の結果得られた情報については多職種への提供を行う。このような情報共有を通じて、医療関係者や介護関係者との信頼関係を構築することを目指している。



第2部テーマ：「かかりつけ薬剤師・薬局との連携」 ～適切な服薬支援をするために～

講 師：一般社団法人大阪府薬剤師会 常務理事 道明 雅代

薬剤師・薬局の今後の姿

社会の変化・医療構造の変化に伴い「医療機関完結」から「地域完結」へ、「治療」から「予防」へと変わってきており、薬剤師・薬局にも予防の視点が必須である。薬物治療だけでなく、発症前からのライフステージを通じた関わり、地域の保健・衛生との関わりが今、薬局に求められている。

在宅高齢者への対応

現在は病院で亡くなる方が多いが、平成19年の調査では、60%以上の国民が「自宅で療養したい」と回答した。

在宅医療で薬剤師ができることは、単に薬の管理だけでなく、服用した後の効果、副作用、そしてADLやQOLへ薬が与える影響を薬学的な知識に基づいて評価しつつ、服用状況を管理する薬学的な管理である。

食欲の低下や不眠、運動機能の低下、認知機能の低下など、体調の変化には、薬の副作用によるものがある。保健師として患者と関わる中で、患者の体調の変化に気がついた時には、薬や飲み方を変えることで解決する場合があるので、薬剤師に相談してほしい。



生涯現役コーナー

活躍されている先輩保健師の紹介コーナーです。
在宅保健師の様々な場での活動を知っていただき、世代を超えて健康課題に取り組む保健師の実践活動を共有し、公衆衛生看護の発展に寄与していきたいと考えています。

第7回

私の生涯現役への挑戦



鹿田 キヨ野 さん

介護保険制度発足時

介 護保険法の施行された年に退職した。当時の社会情勢は、介護保険施行に向けて、国民、行政共に関心が高まっている最中であった。この頃は、家族の介護負担は増大し、高齢者に対する虐待の深刻化や社会的入院の増加など社会的に大きな問題となっている状況にあった。そんな中、介護認定審査会委員の保健関係者の確保の協力依頼を受けた。退職先輩保健師に出務をお願いすることになったが、各市が一斉に保健師の確保に奔走されているため容易ではなかった。そこで数か所の市を兼務するトレード方式で数人の先輩保健師に受け入れていただくことができ、私も数市に参加し今日に至っている。介護認定審査会の運営は各々市により、違いがある。私自身、事前に準備を念入りにし、疑問点や不足情報等を点検し、ばらつきをなくすべく努力をして出務している。

介護保険に関連する体験

市 町村はサービスの提供のため、ヘルパーの確保も急務な状況下であり、某市のヘルパー養成研修会に講師として参加した。女性の受講生は、社会参加の一助として、男性は第2の人生の生き甲斐(ボランティアの心)を求めて福祉関係分野へ参加しようとの目標をもっている方が多く、とても熱心であった。また私自身も学ぶことの多い体験であった。しかし資質の向上の観点から大学に介護福祉士の教育コースが開講されるようになり、市での養成は中止されることになった。地区事情に精通した身近なところでの研修はそれなりの意義があったのではないかと思った。

介護保険審査会での体験

大 阪府の介護保険審査会の専門調査委員として、市の認定に関する不服事例者宅への調査訪問に従事した。認定調査は全国一律の基準で実施され、対応困難な事例については各市の関係者会議等のネットワークの中で処遇について十分議論検討されていると伺っている。その地区、その方自身の事、家族等の個別事情は概況や特記事項に記載されているが、十分に反映されていないということにより申請されている事例が多かったように思う。市の訪問調査員の苦労や困難さ等を知る体験だった。

地元での活動

退 職後10年以上すぎ、地元の老人会で健康づくり推進委員として、市の高齢福祉課の若い保健師さんと活動を共にする機会がある。当地では全国に比べて取り組みが遅く、老人会全体へ健康づくりの大切さを浸透すべき段階で、地域づくりは今後の課題であると思っている。

後期高齢者になった現在(今)

介 護保険関係の仕事、特定保健指導の体験から、自分自身は一病息災の精神をもってマンネリになりがちな生活習慣を点検しつつ健康的に過ごしたいと思っている。在宅保健師の会やNPO法人等の多くの仲間とともに学び、実践することは健康寿命を延伸させ、豊かな人生を得て、社会の活力になるのではないかなと思う。

また、若い保健師からの声や業務に向ける姿勢にも動かされ発奮している。これからも前向きでありたい。

平成28年度 保健事業に協力して

大阪文化芸能国民健康保険組合の 特定健診受診者のフォローアップ事業に参加して

安齋 郁恵

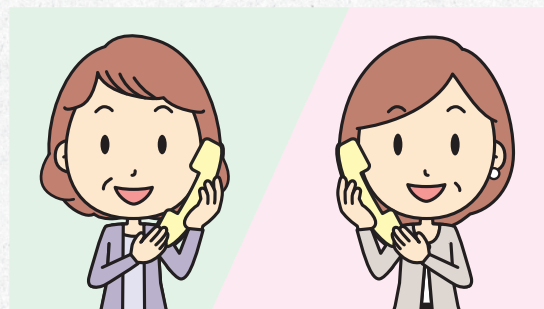
大阪文化芸能国民健康保険組合の加入者で、平成27年度に特定健診を受診し受診勧奨判定値だった方に対し、28年6月に1回目の電話による医療機関受診勧奨が行われ、10月には未受診だった方等にフォローを実施しました。私は10月のフォローに従事し、その後の医療機関の受診の有無や今年度特定健診を受けられたかどうかを確認し、必要な保健指導を行いました。

対象者の方にとっては2回目の電話で受け入れもよく、受療状況や生活改善の様子をお話しくださり、保健指導も自然に受け入れていただきました。「この電話をしてもらって助かります」と感謝の声をもらい、大きな驚きと保険者や国保連合会への信頼度の大きさを実感しました。

個人情報保護法の影響もあり、電話でのフォローの難しさを知っていましたので、受療勧奨に留まらず一

歩踏み込んだ生活改善への話ができうれしく思いました。顔の表情も見えず、声のトーンや本人からの話の内容で、ある程度の信頼関係を築きながら話せることができることを学ばせていただきました。

対象者の方にとって、電話がかかってきてよかったと感じてもらえるよう、これからも支援ができればと思います。



四條畷市の 特定健診未受診者対策事業に携わって

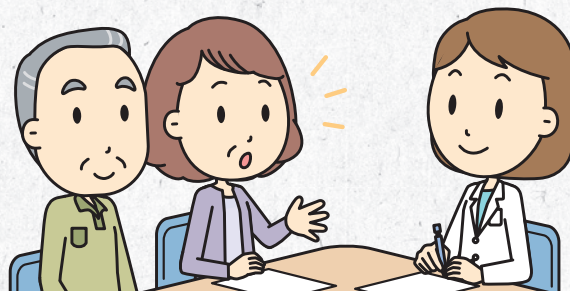
浦田 洋子

7月と8月に四條畷市の特定健診の受診勧奨を担当した。かかってくる電話に過敏にならざるを得ない昨今の状況の中で、電話で目的が達せられるかと心配が大きかった。しかし、四條畷市からの依頼で受診を勧奨するために電話をしていることを伝えと、快く受け入れてくださる方が多く、その後はスムーズに話を進めることができた。受診勧奨だけでなく、途中で健康相談を受けることもあり、嬉しい反面、所要時間が気になったりもした。ねぎらいや感謝の言葉をかけてくれる方もあり、頑張ろうという私のモチベーションも上がり、言葉かけの大切さを反対に学ばせてもらった。

健診受診に至りにくい理由は様々あったが、健康への関心が低いわけではなく、多くの方は食事や運動面への取り組みを実施されていた。その取り組みが健診

結果を活用して個々の状態に合ったものになれば、健康づくりの効果が大きいことを伝え、一人でも多く健診受診に繋がるよう受診勧奨に努めた。

今後も特定健診受診率向上へ貢献できるよう、事業に携わっていきたいと思う。



熊取町「ココカラぴんぴん！元気リーダー養成講座」に協力して

中野 律子

熊取町におけるヘルスアップ推進員養成講座に久しぶりに協力させていただきました。

今回は全7回の講座も5回目とのことで、参加されている住民の方も和気あいあい自分がすべきことをよく理解されており、健康くまとり探検隊のフォローもありスムーズに進行されていました。

私が参加したグループワークでは、少ない人数で切磋琢磨されていましたが、在宅保健師として参加者の発言や行動を間近でサポートすることができ、良い経験をさせていただきました。参加者の思いを言語化し共通認識することで、目的(マップの作成)を達成でき、ある程度納得のいく作業ができたと思います。これも「健康くまとり探検隊」としての自主グループが長年継続され、現在も会員の変化はあるものの脈々と受け継がれている歴史があるからこそと思った次第です。この歴史の積み上げをさらに発展させていくことが、熊取町の健康指標を伸ばし「住んで良かった。住みたい町へ」となっていくのではと確信します。

参加者がこの講座のみで満足されるのではなく、「健康くまとり探検隊」等の自主グループ活動へと繋げてい

くことができれば、町が仕掛けた「ねらい」が成功することと思います。そのためには今一步、継続した意識付けが重要であり、町の保健師さんと共に一歩ずつ前進していけたらと思った一日でした。



「ヘルスアップ推進員の養成研修」事業

地域の保健活動を推進するために、特定健診受診者等を対象に生活習慣の改善に重点を置いた教室を実施し、さらに教室修了者による地域における健康づくりの普及を図ることを目的としています。

今年度は熊取町において、参加者の運動や食生活などの生活習慣を改善するとともに、教室でのグループ活動を通して自主グループ活動へと発展させ、地域での健康づくりの輪を広げることをめざしました。

TOPICS

「糖尿病性腎症重症化予防の取り組みに向けて」

平成28年4月20日「糖尿病が重症化するリスクの高い未受診者・受診中断者を適切な医療に結びつけるとともに、糖尿病性腎症で通院する患者のうち、重症化するリスクの高い者に対して保健指導を行い腎不全、人工透析への移行を防止すること」を目的として策定された「糖尿病性腎症重症化予防プログラム」について、国民健康保険中央会主催で保健師研修会が開催されました。

(※プログラムの詳細はインターネットにて「厚生労働省、糖尿病性腎症重症化プログラム」で検索していただけます。)

広島大学大学院の森山美智子教授による「病期に合わせた保健指導と行動変容」という講義では、われわれ保健師が専門職として押さえておくべき「保健指導の重要点」について学びました。

①科学的根拠に基づく指導 - 診療ガイドの活用

「糖尿病診療ガイドライン2016」「慢性腎臓病 生活・食事指導マニュアル」ほか

②対象者の病期を判定し、病期に合わせた指導 - 糖尿病性腎症/CKDのステージ表と治療・生活指導基準表を参照

③対象者の危険因子を総合的にアセスメントする

④自己管理能力を高める指導

⑤かかりつけ医と専門医のコミュニケーションを橋渡しする

これらは、従来の生活習慣病における保健指導にも通じるところです。

糖尿病性腎症重症化予防における国の動きを受け、各市町村では地域の実情に応じた取組を求められており、保健師がもつ専門性への期待はますます高まっています。来年度は国保連合会でも新たな保険者支援として本事業を実施する予定です。

在宅保健師の皆様には、これまでと同様に国保事業へのご理解と一層のご協力をいただきますようよろしくお願い申し上げます。(保健事業専門員 保健師 岡森)



INFORMATION



平成28年新会員のご紹介(敬称略)



お名前	住所地
池畑 久美	京都府
山下 典子	松原市
三浦 順子	河南町
石崎 和子	大阪市
吉岡 和恵	奈良県

お名前	住所地
山下 幸子	泉佐野市
沢田 恵美子	大阪市
曾我部ゆかり	東大阪市
安達 邦子	大阪市
久保 喜美子	堺市

平成29年度総会・記念講演会

とき:平成29年4月下旬

場所:大阪府国民健康保険団体連合会 3階会議室

内容(予定):

総会

【認定事項】

- 1)平成28年度大阪府在宅保健師の会事業報告について

【議決事項】

- 1)平成29年度大阪府在宅保健師の会事業計画について
- 2)平成29年度大阪府在宅保健師の会役員改選について

記念講演会

【テーマ】社会構造の変化と
保健師活動(仮)

【講師】㈱日本総合研究所 主席研究員 藻谷 浩介

大阪府在宅保健師の会 入会のご案内

保健師の
皆様へ

在宅保健師としての豊かな知識・経験を生かして地域住民の健康づくりに取り組みませんか?

在宅保健師の会の主な活動として

- 連合会事業への参加
 - 時代に合った専門職としての活動及び知識の習得のために研修会への参加
 - 情報交換の場としての活用
- 等多岐にわたる会の活動があります。

保健師の資格をお持ちの方が身近にいらっしゃいましたら、是非ご紹介ください。

編集後記

お正月は神様から新しく魂をいただき、前の一年で衰えた魂を更新する節目の時で、そのいただく魂こそが「お年玉」なのだそうです。さて、私ごとですが、昨年の秋から「はかるだけダイエット」を実行中です。体重を記録して、間食は控えて、ご飯はゆっくり食べる、休日は走りに行く。その甲斐あって少し体重は落ちたのですが、最近は停滞気味…だんだんと気力も落ちてきました。さあ、あらたまの年の初め。気分を入れ替えまたがんばろ〜。

発行

【事務局】

大阪府国民健康保険団体連合会

企画事業室 企画事業課 保健事業係

〒540-0028 大阪市中央区常盤町1丁目3番8号(中央大通FNビル内)

TEL (06)6949-5375

FAX (06)6949-5326

H P <http://www.osakakokuhoren.jp/>