

# 栃木県市町村保健師業務研究会

## 保健師だより

発行  
栃木県市町村保健師業務研究会  
平成21年1月15日  
第2号

### 会長あいさつ

栃木県市町村保健師業務研究会 会長 斎藤 真理子（鹿沼市）

新春の候、会員の皆様におかれましては、何かとお忙しい日々をお過ごしとご推察いたします。今年度から、会長を務めさせていただくことになりましたので役員一同よろしくお願ひいたします。木村会長はじめ、制度改革等のあわただしい時期に役員としての務めを果たされました旧役員の皆様方には心より感謝申し上げます。

この研究会は、私たちの先輩が、国保連の協力を得ながら、昭和54年に「地域住民の保健衛生の向上を図る保健婦（当時の資料）業務の調査を行い、住民の健康保持増進と公衆衛生の向上に寄与すること」を目的に設立された会であります。設立総会に参加し、先輩の方たちの情熱と市町村保健師としてのプライドを「すごいなあ」と思ったことをなつかしく思い起こされます。来年は、会創立30年を迎える年ということになるようです。

初代会長は、鹿沼市の先輩である永田都賀子保健師が務められました。30年を迎える記念すべき年に会長を仰せつかった因縁を改めて感じているところであります。

最近の市町村保健師を取り巻く状況は、分散配置、医療制度改革による業務の変化などにより地区活動が出来にくくなっているなど、取り組むべき課題は多くありますが、市町村に位置づいているからこそ、住民の身近にいて、地域に出向き、住民や地域全体の健康状態の改善・保持・増進を図るために住民主体の活動が求められており、期待と果たすべき役割も大きいと感じております。

保健師の優れた実践活動事例（ベストプラクティス）から「みる、つなぐ、動かす」に注目して保健師活動のコアを抽出した「保健師のベストプラクティスの明確化とその推進方策に関する検討会報告」では、「みる」「つなぐ」「動かす」の中核は「つなぐ」ことであり、その前提として、現地（地域・家庭）に出向き現場に身をおいて置いた状況に「ひたる」ことによって問題の本質を解決したり解決の糸口を見出したりすること、対象者の困りごとに「ようそ」ことが大切であるとされています。

本会の平成20年度のスローガンでもある、保健師の専門性を發揮しながら、保健師活動の「みる」「つなぐ」「動かす」力を強化し、社会の期待に応えるために、役員の皆様方と力をあわせながら、本会の活動の充実と発展を図っていきたいと思います。

会員の皆様のご協力をよろしくお願ひいたします。

### 研究会活動報告

#### ～～保健師業務、技術の向上を目指して～～

##### 研修・広報班

研修・広報班 松岡 久子（宇都宮市）

当班では、栃木県市町村保健師業務研究会規約第4条(1)に基づき保健師業務研修、その他技術の向上を目指して研修の企画・運営・評価を行なっています。

今年度、第1回研修は保健師活動には不可欠な健康教育の成果の“鍵”を握るチラシの作成に着眼し「行列のできる講座とチラシの作り方」を計画しました。第2回研修は「保健師ライフをステキに彩る」～バーンアウトを考える～保健師の職場環境を改善する意識改革や、保健師のセルフケア能力の向上について学ぶ内容の企画をしました。

広報活動は、年1回「保健師だより」を発行し皆様にお届けいたします。会活動の周知、会員の声、市町の情報提供等、“読んでもらえる”役立つ広報を目指して発行に取り組んでいます。会員の皆様の期待に応えられるよう今後も研修・広報班一同務めてまいります。

##### 調査研究班

調査研究班 金井 美知代（那須塩原市）

乳幼児健康調査における母親支援等調査について2・3月に県内全市町の協力を得て実施することができました。子育てアンケートでは1歳6か月児健診受診児数2,937人のうち2,430件のアンケート協力がありました。また、母親支援状況報告もあわせて実施し、乳幼児健診時の保健師の活動の実態が見えそうです。

母子を取り巻く現状については、あらゆるところで報告がされているところですが、栃木県全市町の実態が少しでも報告できるよう、また乳幼児健診・相談や育児支援活動に反映できるよう、メンバー一同頑張っているところであり、現在統計分析しまとめの作業中であると経過報告いたします。





栃木県市町村保健師業務研究会

# 平成20年度総会報告

## スローガン

1. 資質の向上に努め、さまざまな分野で保健師の機能を發揮しよう。
1. 変革の時代、保健師の「みる」「つなぐ」「動かす」力を強化し社会の期待に応えよう。

平成20年5月20日(火)とちぎ健康の森大會議室にて、平成20年度栃木県市町村保健師業務研究会総会が開催され、会員405名のところ出席者65名、委任状296名で総会は成立了しました。

木村君子会長の挨拶に始まり、来賓として栃木県保健福祉部次長・栃木県国民健康保険団体連合会事務局長の祝辞をいただきました。その後、総会議事に入り第1号議案からその他議案まで議案書は承認されました。(詳細は平成20年度総会資料を参照)

総会終了後は、復命伝達(全国市町村保健活動専門研修外4件)・調査研究報告・第1回研修会が開催されました。

## 研修会報告

### ☆☆第1回研修会☆☆

第1回研修会は、「行列のできる講座とチラシの作り方」と題し、NPO法人男女共同参画おおた理事 牟田静香氏より講話をいただきました。講師の魅力的な話術とチラシ作成の演習で受講者一同、満足度ほぼ100%の声、久しぶりのヒット企画でした。

受講者の感想は……

- ・講師の熱意が伝わり、“楽しく・分かりやすかった”という声が多数ありました。
- ・広報、チラシづくりの奥の深さ、大切さを改めて実感すると共に作り方のポイントも分かり今後の仕事に十分生かせることを学びました。
- ・チラシの効果を実際に確かめて見たい。 ……等の多くの感想がありました。



### ☆☆第2回研修会☆☆

第2回研修会は、平成20年11月18日(火)に「保健師ライフをステキに彩る」～バーンアウトを考える～と題し、国立保健医療科学院疫学部部長 今井博久氏より講話をいただきました。

受講者の感想は……

- ・何となく抱えていた思いが、自分だけでないことが分かったことは、一番心強く感じました。
- ・仕事の分散化により、コミュニケーションの低下は、どこの職場でもあるということがわかりました。また、保健師間のコミュニケーションの大切さ、多職種とのコミュニケーションの必要性を再確認しました。



……などの感想がありました。

保健師がバーンアウトしないため、意欲を維持するための十か条を紹介します。

〈意欲を維持するための十か条〉

- |                       |                      |
|-----------------------|----------------------|
| ①職場の信頼できる人間関係         | ⑥住民から頼られる、支援の効果が見える  |
| ②保健師同士の仕事の共有、方向性の一致など | ⑦住民との関わり             |
| ③職場内で評価してくれる、認められる    | ⑧私生活の充実・ストレス解消法をみつける |
| ④自ら興味のある仕事を見つける       | ⑨ストレスコーピング・自己のコントロール |
| ⑤目標となる先輩の存在           | ⑩家族の応援・仲間の気遣い        |

# 今、保健師に期待すること

足利市長 吉谷宗夫

栃木県市町村保健師業務研究会「保健師だより第2号」を発刊するにあたり、栃木県市長会を代表して御挨拶申し上げます。

健康であることは、生活をしていく上で最も大切なことであり、すべての基本です。そして、それは住民が幸せで暮らせる魅力あるまちづくりに繋がっていきます。

時代の変革の中で、地域保健を取り巻く社会情勢は大きく変わり、複雑化・多様化し、保健師の業務も家庭訪問から始まり地域の健康づくり、介護保険、障害者支援、特定健診・特定保健指導等様々な領域に広がり、保健師への期待が高まっています。そこで、今後、ますます分散配置における人材育成の取組みが重要になってきています。

地域の人々の健康な生活を支える行政保健師として、また、個人として様々な人生経験を積み、住民である生活者の視点を持ち、専門的な能力、つまり、地域を「みて、きいて、つないで、うごかし、つくって、みせる」を發揮し、効果的な健康施策の確立を目指して活躍することを期待しています。



## 職場からのメッセージ

- 記載内容 ①仕事の内容 ②今、苦労していること  
③保健師仲間へのメッセージまたは、後輩に伝えたいこと  
④最近感動したこと……等

### 小山市健康増進課

福原 円

- ①今年度から始まった特定健診・特定保健指導に特化した組織として健診推進室という課内室ができました。そこで、特定保健指導を実施すると共に、ポビュレーションアプローチを担当する市民健康係と連携してメタボ対策を行っています。  
②特定保健指導では、相手の関心度が違うため、相手に合わせた介入方法の難しさと改善した生活習慣をいかに継続してもらうかという大きな課題を抱えています。  
③「一期一会」この瞬間は二度とないと思って、誠意を持って人と接したり、この仕事を一度きりと思って丁寧に……そうしたら悔やまない生き方ができるかなと思います。  
④ここ1ヶ月、朝ウォーキングを始めました。毎日いろいろな人たちと声を掛け合うようになって、知り合いが増えました。ちょっとずつ地域に溶け込んでいく気がして嬉しいです。

### 宇都宮市子ども発達センター

山越 聰子

- ①子どもの発達等について保健・福祉分野の様々な支援を総合的に行う拠点施設です。  
子どもや保護者、幼稚園等、関係機関（者）と連携し発達相談から支援、個々の状態に応じた療育の提供を一貫して行っています。  
また、当施設は、障がい児通園施設の他、公立保育園・子育てサロンも併設し、障がい児と健常児の交流を日常的に行い、共に生きる社会を目指した事業を行っています。  
②様々な障がいや個性にあわせた対応の難しさを痛感しています。  
また、日々の面接記録に追われ、いかに時間を有効に使うか、頭を悩ませています。  
③保健師の仕事には「人とのつながり」が大切だと、最近とても実感しています。職種や立場が違っても、共通の「思い」があれば、いい仕事ができるものです。多くの専門職がいる発達センターだからこそ、感じられることかもしれません。  
④定期的に相談来所している6歳の男の子から「折紙のメダル」をもらったことです。

### 足利市人事課

今里 澄江

- ①職員の「健康に関すること」「病気・出産・育児等休暇取得に関すること」「安全管理・公務災害に関すること」「福利厚生・共済組合の事務の一部」を担当しています。  
②健康増進課時代は、同じ視点を持つ仲間に囲まれ、目指す方向が示された中で仕事をしていたので「何を目指して、どんな仕事をするのか」を考え、それを職場で共有することが難しいと感じています。  
③どの職場にいても、仕事をする上で必要なことは同じだと考えています。仲間と協力して、目標に向かって働くことで楽しく働けると思います。  
④「全国いきいき公衆衛生の会サマーセミナー」で沢山の生き生きとした人と出会ったこと。みんなパワフルだなあと感心しました。

### 那須町保健福祉課

山田 則子

- ①保健師は、保健センター（ゆめプラザ・那須内）6名・介護保険1名・地域包括支援センター1名に配置されています。当センターでは地区分担制を主に、事務処理を業務で分けているといった体制です。  
②市町村合併が進む中、小規模な町で他市と同様の保健事業ができるのかと苦労しています。  
③仲間へ…バーンアウトしないためにも、時々情報交換し、気軽に愚痴をこぼしたりしましょう。聴いてくれる仲間がいることが支えになっています。ありがとうございます。  
後輩へ…保健活動は一人では出来ません。仲間も含めて多くの職種や人材と一緒に組んで、「きらきら輝く、ピカピカな笑顔を目指して」とともに活動していきましょうね。  
④最近好きなアーティストのコンサートに行き感動しました。また、明日も頑張ろうという気持ちにさせてくれます。そして、誘ってくれる友人に感謝！！

### こんな保健師になりたい 鹿沼市健康課 濱口 美佳

私は、今年の4月からがん検診や結核検診を担当しています。先日、先輩保健師と同伴訪問をしました。始め、住民の方はとても不安そうな顔をされていました。しかし、話を聞いているうちに、今まで不安に思っていたこと等を少しずつ話され、帰る際には「ずっと心配だったけど、安心した。来てくれてよかった。」と笑顔で言いました。私も先輩のような住民の思いを聴き、住民の方にとって身近な保健師になりたいと思いました。

保健師は、住民の健康に携わる素晴らしい職業だと感じております。様々な人との出会いを大切にし、価値観を広げ、自分自身成長していきたいと思います。

### 保健師になって感動したこと

大平町健康福祉課 長野 幸

保健師になって印象深いことは、住民の方からお礼のメールを頂いたことです。わからない事を先輩に指導いただき連絡や確認を行って、返事をした結果としてお礼をいただきました。

お礼のメールを下さった方は、以前町で行っていた教室へ通われていた母親で、保健師の仕事や役割に対して理解があり、先輩方が良い関係を築かれていた結果として、より好意的な印象を持っていただけたのだと思ひます。

これからも、先輩方の姿勢を見習い、いつも笑顔を大切に住民の立場で考え、行動することができる保健師になりたいです。

## トピックス

真岡市福祉課地域包括支援センター 細 島 弘 子

真岡市では、平成19・20年度モデル事業で「認知症地域支援体制構築等推進事業」を受けており、その取り組みについて紹介します。

○人口67,084人・高齢化率17%（平成20年8月1日現在）

高齢者に占める認知症と診断されている割合 7.8%

○これまでの活動

1. 認知症サポーター養成の講師を務めるキャラバン・メイトの育成

2. サポーター養成講座の開催

3. 認知症地域資源マップの作成……認知症に関する情報・医療機関・相談窓口や介護事業所、認知症サポーター養成講座を修了した事業所、ボランティア団体などを、真岡市公式ホームページと一体的に公開しております。

<http://moka.ninchishou.info/>

4. 認知症ケア等のサポート

5. 認知症を抱える介護者家族の交流会の開催

6. 傾聴ボランティアの育成…等

今後も、地域包括支援センターでは、市民の皆様や事業所の皆様と一緒に高齢者が住み慣れた地域で安心してその人らしい生活を継続するため、この事業を継続して行きたいと思います。

## ミニ情報

○ 来る平成22年度「関東甲信静地区保健活動業務研修会」の開催地が、栃木県が当番県になります。平成21年度には、当業務研究会も「実行委員会」を立上げ、その準備を始めると共に県総ぐるみで他県の皆様を歓迎しましょう。

○ 国や全国保健師長会など保健師教育の臨地実習を巡り、さまざまな議論が起こっています。学生のモチベーションの低下、実習場所の確保の難、見学中心の実習…等の問題を指摘する声も少なくなく現制度を見直す時期に来ています。

今後、あらゆる場で現場保健師や大学教員等との意見交換会、研修会の開催が計画されると思います。臨地実習を受け入れている現場の保健師として質の高い後輩を迎えるためにも保健師教育についての課題として共に考えていきませんか。

○ ホン（本）との出会い。

あなたも地域看護のフロントプランナー～～挑み続ける保健師から～～

望月 弘子+宮崎和加子（著） 日本看護協会出版会

こんなおもしろい看護師がいる！

自分の看護を創りたいあなたに 是非、個人または職場で一読を。

## 役員紹介

今年度の役員につきましては、「平成20年度栃木県市町村保健師業務研究会総会議案書」P39をご覧下さい。

## 編 集 後 記

“平成21年”新しい年を会員の皆様は、どんな夢をもって迎えましたか。

今年は丑年です。牛は古くから天神様のお使いとして大変尊ばれてきました。粘り強さと誠実が特徴で、また牛をなでると学業や成長が上るといわれています。

試してみてはいかがですか。

明るい一年になるよう期待をかけて、今年“モー”がんばりましょう

（松岡 記）

