



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25年3月1日  
第6号

## 会長あいさつ

栃木県市町村保健師業務研究会会長 稲葉 節子

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。役員一同よろしくお願いたします。前小栗会長をはじめ、役員の方々には、心より感謝申し上げます。

平成23年度の会員数は、433名と公務員の人員削減が進んでいる中、市町村の保健師数が増加しているのは、複雑多様化する健康課題の解消に保健師への期待があるからだと思います。そんな中、保健師はすべて国等の事業に対応しようとするのではなく、住民を見ることを忘れず「科学的判断力」と「人間的感性」の両側面を持ち地域づくりを意識した効率的な予防活動に望んでいく必要があると思います。

関東甲信静地区市町村保健師協議会代表者会議では、①分散配置になり共有化が難しい②ひとり職場になり負担感が大きい③企画立案不足④自己研鑽不足などの課題があげられました。今後もあり方について検討することになっております。この会議は、他県の状況を知ることができ貴重であると感じました。全国保健活動協議会通常総会研修では、厚生労働省より平成25年度に新しい保健師活動指針が提示されること、健康日本21（第2次）の方向性について説明があり、推進する保健師にも期待されている講話がありました。それに対応する保健師の人材養成、スキルアップは、これまで以上に求められます。この研究会が意義あるものとなりますよう努めて参りたいと思いますので会員皆様のご協力をお願いいたします。



## 《調査研究班》

調査研究班 白井 雅子(下野市)

調査研究班では、23・24年度の2か年間にわたり「自信を持って保健師活動をするために～キャリア成熟度から探る～」をテーマに調査研究に取り組んでおります。

目的は、30代・40代の保健師は、仕事を任される機会や仕事量が増加し、中堅期としての期待がかけられている年代であるにもかかわらず、平成22年度本会が実施した「事業の多様化・分散配置における市町保健師のあり方に関する調査」では、仕事への評価を得られない、職場でのかけがえのない一員だと思えないと答える割合が高く、仕事への自信がみられなくなっているという状況にあることがわかりました。

また、その他の年代と比べ定年まで働きたいと思う割合が低いことも明らかとなり、この結果は、今後の保健師としての見通し、ひいては人生設計に迷っていることをうかがわせているのではないかと。

その背景には、家庭における役割の増加という負担や、公私ともに多忙である年代であることが、保健師のやりがいに影響していると想定し、人生設計の成熟度をはかる物差しとしてキャリア成熟度や、仕事・家庭における実態から手がかりを得て、保健師のやりがいを高める方策を検討するために、調査研究を実施しております。

皆様のお手元に届きましたら是非ご一読ください。

## 《研修・広報班》

研修広報班 白井 智子(栃木市)

研修・広報班では、保健師の技術・意識の向上を目指して年2回の研修会を実施しております。

本年度は、分散配置となっている保健師全員に共通するコミュニケーションスキルのアップを図るため、第1回研修会は「ハンドセラピー」の手技の実際を行いました。第2回研修会は、「カラーセラピー」と年代別情報交換を行いました。

また、年1回ですが、「保健師だより」を通じて、会員の活動の様子や会の活動を周知しております。皆様のお役に立つ情報が提供できますよう、研修・広報班一同、今後も研鑽してまいります。

### ◎第1回研修会

第1回研修会は、「保健指導に活用できるハンドセラピー」と題し、NPO法人ハンドセラピー・彩代表 押元則子氏より英国赤十字が開発したセラピューティック・ケアサービスの手法について実技を交えながら講話いただきました。ハンドセラピーは、どんな場所でも着衣の上からシンプルにできる手法であり、精神的に疲れている人やつらい状況に直面している人々を落ちつかせることができる手法です。和やかな雰囲気の中、実技講習を通して参加者同士がスキンシップによるコミュニケーションの有効性を実感することができました。



### ◎男性保健師情報交換会

下野市 田崎 卓

県内に勤務する男性保健師が増えてきている中、男性同士で情報を共有できる機会があるとよいとのきっかけから男性保健師10名が参加しました。

学習会には県北健康福祉センターの塚田部長を助言者としてお迎えし、性別からくる得手不得手がそれぞれにあること、それを踏まえた上で業務へ取り組むことが重要であることをご教授いただき、それぞれが日々の業務の中で感じている悩みや苦勞、体験談などを話し合いました。

率直に感じたのは「自分だけではなかったんだ」という感覚。特に母子保健における関わり方や、職場内における自分の立ち位置など、男性であるがゆえに抱えていた悩みや課題、対応を共有し合えたことは非常に良かったと思います。それと同時に、不思議と嬉しい想いも湧き上がったことを全員が感じたことでしょう。塚田部長から「男性ならではの感覚・感性を磨き、行政組織の中で保健師業務の理解と協力を得るため、組織内の架け橋となってほしい」とお言葉を頂き、おぼろげであった自分の役割が明確になり、とても有意義な学習会となりました。今回生まれた男性保健師のネットワークの連携・強化を図り、地域保健への貢献に努めていきたいと思えます。



## ◎第2回研修会

カラーセラピーは、自分に似合う色を探すのではなく、色を生活に活用し色の持つ意味から自分を見つめる力をUPし、他者理解を高めるものです。

情報交換会は、年代別に分かれて、特にテーマは設けず、「今のわたし」をざっくばらんに話す時間としました。同じような悩みや状況が確認できることで安心感や今後の活動につながったようです。

以下は各年代別の感想です。

他市の職員と交流することができ、それぞれの市の大変さを知ることができました。同じ世代同士、保健師として働くうえで、学びになる交流会でした。またこの様な機会を設けていただきたいです。

(20代女性)

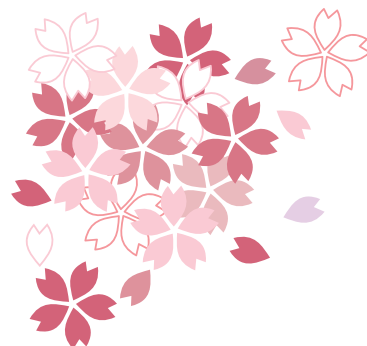
年代別のフリートーキング、ありそうでなかった新鮮な感じで参加させていただきました。

同年代の保健師が同じような事で悩んでいて大きくなすいたり、ピンチの乗り越え方や気持ちの切り替え方について聞いて励まされました。

前半の研修会が自分の心と向き合う内容だったので、より効果的に感じました。

たまには良いかと思いました。

(40代女性)



職場では同年代の保健師が少ないので、同じ30代の保健師同士で話ができ、日頃仕事で感じていることや共感できることも多く、よい意味で刺激になりました。

明日からも頑張ろう!!という気持ちになりました。

(30代女性)

新人教育についての悩みについておはなししました。

その他、日々の業務について“おしゃべり”できたことがよかったです。

(30代女性)



仕事は30年選手で、定年までのカウントダウン開始。

家庭では子育てを終え、ふと振り返ると更年期まただ中。

今の私は一体なんだろう～  
何か楽しみを見つけなくちゃ

親の介護と仕事だけの人生になってしまう  
ちょっと焦っている50代です。

運動でも、芸術でも、旅行でも何か自分に合った趣味を見つけて『癒し』をもらいながら前進していきたいですね。

(50代女性)

## 「保健師のあゆみ 第2編」の編集に携わって

宇都宮市 岩渕 文子

戦後から昭和53年までの保健婦活動をまとめた「とちぎの保健師のあゆみ」=平成15年発刊=の続編を編集するとのことで、平成23年4月から24年度の2か年にわたり、在宅保健師の会「つゆくさの会」の大先輩の方々、事務局である国保連合会のかたとともに、市町村保健師業務研究会の会員として編集作業に携わらせていただきました。

今回は、昭和53年から平成9年の15年間における住民の健康づくりを中心とした保健師活動の変遷について、既存の資料や関係者のインタビュー等を資料として編集したのですが、昭和53年といいますと今から30年以上も前の事、私がまだ学生だった頃の時代からでしたので、新人だった頃にご指導いただいた先輩諸姉のお名前がたくさん出てきて、とても懐かしく感慨深い時間でもありました。

年号が「昭和」から「平成」に変わったこの15年間には、国保保健婦の市町村保健婦への身分移管、市町村保健センターの設置、老人保健法の制定、精神保健法の制定、そして保健所法から地域保健法に変わり県内11あった県保健所が5つの県健康福祉センターに組織改編され、中核市保健所が誕生しています。そうした時代の流れとともに、「脳卒中ワースト1の返上」や「乳児健診の導入」「精神障害者の社会復帰事業」など各分野での取り組みが掲載されています。

平成13年には「保健婦」から「保健師」に名称が変更され、県内49あった市町村も合併で今では26市町になっています。保健師の分散配置や世代交代がすすみ、保健師活動も大きく様変わりしている昨今、先輩保健師の足取りを辿っていただき、今後の保健師活動の道しるべとなることを願っています。



栃木県市町村保健師業務研究会

### 「続・とちぎの保健師のあゆみ」編集委員

岩渕 文子 (宇都宮市)	矢口 富子 (芳賀町)
高橋 千春 (鹿沼市)	斉藤 利江 (さくら市)
奈良部 始子 (栃木市)	小林 敦子 (足利市)

### 編集後記

“平成25年”新しい年を会員の皆様は、どんな夢を持って迎えましたか。

今年は巳年です。巳年は古くから、草木の成長が極限に達し、次の生命が作られ始める時期とされています。私達も情報を取り入れ、新しいことにチャレンジしていけるといいですね。

保健師として成長するためにも、自分を“巳(み)がいて(磨いて)”いきましょう。

(研修・広報班役員一同)