



栃木県市町保健師業務研究会

# 保健師だより

発行  
栃木県市町保健師業務研究会  
令和5年3月1日  
第16号

## 《 会 長 挨 拶 》



栃木県市町保健師業務研究会 会長 生井 明美 (下野市)

日ごとに暖かさを増し、春めいてまいりました。

まず冒頭、今までに経験のない未曾有の災害とも言える、長引く新型コロナウイルスとの戦いの中、身を挺する覚悟で感染予防業務に携わりながらも、本会の運営につきましてご理解ご協力をいただいております会員の皆様、心より感謝申し上げます。

さて、本会は私たちの先輩方が国保連合会の協力を得ながら、昭和54年に「地域住民の保健衛生の向上を図る保健婦（当時の呼称）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。」を目的に設立されました。

令和4年度保健師活動調査（栃木県市町分）の結果によると、市町保健師の年代構成は、20代15.4%、30代38.1%、40代24.7%、50代21.8%となっております。30代が突出している要因は、近年の採用時年齢が20代後半や30代の割合が増加していること、並びに直近10年で多様化する住民ニーズへの対応のための自治体からの保健師需要の増大があげられます。

これにより年代のバランスが崩れ、各世代の社会情勢や文化に差異があることによる考え方の隔たり（ジェネレーションギャップ）があることは否めません。また、個々の自治体や関係機関の間で、率直に忌憚のない意見交換が可能な環境が整っているとは言い難いと感じています。

しかしながら、保健師は、あらゆる世代や健康レベルの住民が住み慣れた地域の中で安心して健やかに暮らせる地域づくりを推進するため、「見る」「つなぐ」「動かす」という3つの核となる保健師活動があることを忘れることはありません。

このようなコロナ禍の時代であるからこそ、各世代あるいは個々の、これまで培ってきた知識を存分に発揮し、より情報共有のための世代を超えたコミュニケーションを強固なものとし、自治体や関係機関と連携することが求められています。また、これらの連携を深め保健師個々のスキルアップを図ることにより、自治体の保健行政のレベルアップを成し遂げることが出来る組織として、本会が存在しているものと確信しております。

各機関の交流を深めながら活動していくことにより、経験を積み重ねるごとに「保健師になってよかった。」と言える、伝えられる保健師が増え続けることを願っております。

文末で恐縮ですが、会員のモチベーションアップのため、取り組んでいただいた役員の方々、並びに国保連合会の事務局の方々に深く感謝申し上げるとともに、「栃木県市町保健師業務研究会」に愛着を持っていただけるよう活動してまいりますので、引き続きのご理解ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

## 《令和4年度 調査研究班活動報告》

副会長 渡辺 理子 (矢板市)

調査研究班では、令和3年・4年度の2年間で「新型コロナウイルス感染症における保健師活動についての調査」をテーマに取り組んできました。

これまで経験のない感染症流行に対して、「各市町の感染症取組状況、保健事業の実施状況や保健師の関与を記録として残したい」また、「保健師が疲弊しているのではないか」との思いから市町調査・会員調査を実施いたしました。調査した結果には、公衆衛生の専門職として、住民の健康を守るという『保健師の魂』が詰まっております。

皆さまには感染拡大期第6波でご多忙中、調査にご協力いただきありがとうございました。お手元に届きましたら是非ご一読ください。

最後に、調査をまとめるにあたりご協力くださいました会員の皆さま、事務局の方々に改めて感謝申し上げます。



### ◎調査研究テーマ

新型コロナウイルス感染症における保健師活動についての調査研究

### ◎調査研究の目的

各市町の保健師が新型コロナウイルス感染症対策について、どのような体制で保健活動を行ったのか、各種保健事業への影響や対応、対応の困難さ、保健活動の課題、保健師の業務負担や心身への影響等を把握し、今後の健康危機管理体制の検討において活用できる基礎資料となることを目的に調査しました。

### ◎調査期間

令和4年2月7日～令和4年3月31日

### ◎回収状況

市町調査 対象者：25 市町 回答：25 市町（回収率：100.0%）

会員調査 対象者：504 名 回答者：373 名（回収率：74.0%）

### ◎調査を通じての結果・まとめ

新型コロナウイルス感染症が拡大する中で、当初は保健事業を中止・延期せざるを得ない時期があったものの、令和2年6月以降は多くの市町が緊急事態宣言下でも変更・縮小しながら継続していました。

経験したことがない感染症に対して、様々な情報が錯綜し、情報伝達が上手くいかない中で、住民への相談対応（苦情を含む）に苦慮した保健師が多くみられました。

気分が落ち込んだり、憂鬱な気分になった保健師は階層を問わず半数以上おり、メンタルヘルスにおいては、他部門との定期的な情報交換の場がある保健師のほうが良好な傾向が見られました。保健師はコロナ禍においても、新たな健康課題に着目し、住民の健康課題の解決に向けた取り組みを行っていました。業務量が増え、精神的不安を抱えながらも公衆衛生の専門職として、常に住民の健康に向き合っていることがうかがえました。

## 《令和4年度 研修広報班活動報告》

副会長 齋藤 順子（宇都宮市）

研修・広報班では、少子高齢化の進行、価値観の多様化、新型コロナウイルス感染症の拡大など地域保健を取り巻く状況の変化に柔軟に対応できるよう、保健師の個々の実践能力向上を目指した研修会を企画しております。

今年度におきましては、新型コロナウイルス感染症拡大に伴う新たな生活様式に対応した「ウィズコロナ時代でも活かせるおもしろ健康教育のワザ」と住民の複雑化・複合化した課題への対応スキルを高めるための「ケースワークに必要な知識と見立て」についての研修会を実施いたしました。

今後もより多くの会員の皆さまが、参加しやすく、満足度の高い、地域の活動に活かせる研修会を目指してまいります。

### ○ 第1回研修会（令和4年5月19日）

#### 「ウィズコロナ時代でも活かせるおもしろ健康教育のワザ」

講師：一般社団法人 おもしろ健康教育研究所 所長 伊藤 純子氏

副所長 高橋 佐和子氏

新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、新たな生活様式に対応した保健事業が求められています。ウィズコロナ時代において、多様化・高度化するニーズに的確に、より多くの住民に効果的・効率的に保健事業を実践していくための技術手法を学ぶことを目的として開催しました。オンライン研修としての開催でしたが、24市町72名の方にご参加いただきました。

おもしろ健康教育研究所、通称「おも健」は、「自分たちの健康づくりは自分たちで」というヘルスプロモーションの考え方を重視し、見て楽しく、参加してよかったと思えるおもしろい健康教育を全国で実践されており、今回は人を動かす教室づくりのポイントやオンライン健康教育のコツについて講話いただきました。

まずは健康教育を行うにあたり、次の5つのポイントについて講話がありました。

#### I 面白いかどうかは目的で7割決まる

目的があいまいな健康教育はおもしろくないため、「現状と、あるべき姿とのギャップ」を考え、データを分析してテーマ（目的）を明確化し、目標を設定する。

#### II 記憶に少しでも多く残す方法

情報を、たくさん並べるだけの健康教育は自己満足にすぎません。すべてを伝えようとする覚悟ができてこそプロ。健康教育で心の残る部分は全体の20%。盛り上がる場面とエンディングを強調する「PREP法」や、終わりよければすべてよし「ピーク・エンドの法則」を使い、最後に良い健康教育だったと思ってもらう。

#### III 「やれる気持ち」を高める方法

理屈からのアプローチや気持ちへのアプローチにより、動機付けや行動変容につなげていくだけではなく、自己効力感を高めるために、スモールステップを設定し、成功体験を積み、上手にほめることも大切。

#### IV 話に引き込み、集中力を高める方法

教育もエンタメを活用する時代。エンターメント・エデュケーション（E-E）理論の特徴は「娯楽や遊びが主な目的で、学ぼうとしたわけではないのに知識が身についている」ところ。日ごろから様々なエンターテイメントに触れる「感性の仕入れ」を積極的に行い、相手の価値観に寄り添うために、今流行っていることなどを取り入れることも、話をおもしろくする種になる。

## V 哲学がある健康教育は心を動かす

健康を考えることは、これまでの人生を省みる、あるいは将来の暮らしを思い描くという哲学的な側面を持っている。また、参加者を理解することが健康教育をするうえで最も大切なこと。プレッシャーをかけず、安心できるメッセージを送る。

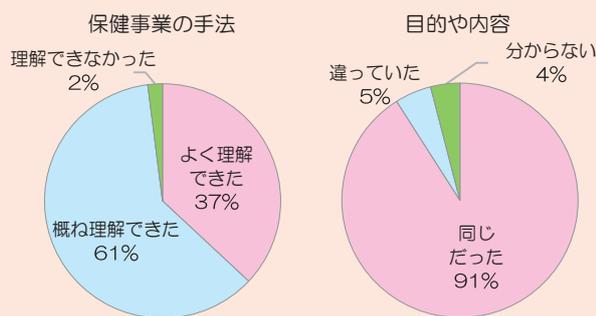
最後に、実際の健康教育を体験させていただきました。その中でZOOMを利用した健康教室のコツとして、音源や映像の調達方法やテーマに合わせたスライドの作成方法などを学びました。実際に、自分が小学生になったつもりで先生方が行う健康教育を聞いていると、ドラマで使用された音楽や、テーマに沿った画像が使用され、先生2人の掛け合いでの説明もとても楽しく、あっという間に時間が過ぎました。「健康教育を行う人が本当に楽しくなければ対象者の心は動かない」という先生の言葉の通り、これまでにない研修会をやってみようという挑戦が大切だと感じました。

### ◎第1回研修会 アンケート結果

参加者72名、回収数71名、アンケート回収率98.6%

#### 1 研修の理解度

ウィズコロナ時代の新たな生活様式に対応した保健事業の手法への理解度は、「よく理解できた」「概ね理解できた」を併せ 98%の方が理解できたと回答がありました。

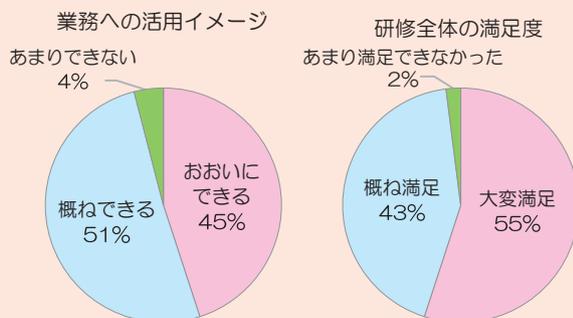


#### 〈主な意見・感想〉

- コロナ禍でのオンライン講座や教育の企画検討する際の視点について学べた。
- コロナ禍では、対面よりも内容が伝わりづらいことも多いが、効果音などを使用し、印象に残るようポイントを繰り返し伝えるなどの工夫が大切であることを学べた。

#### 2 業務への活用

業務への活用イメージは、「おおいにできる」「概ねできる」を併せると 96%の方がイメージでき、研修全体の満足度も「大変満足」「概ね満足」を合わせると 98%の方が満足と回答がありました。



#### 〈主な意見・感想〉

- 「主催者側が楽しんでいなければ対象者の心は動かせない」というのは、健康教育だけではなく、各種事業にも通ずるものがあると思います。
- 対象者主体の健康教育の重要性について改めて学ぶことができた。

## ○第2回研修会(令和4年11月4日)

### 「ケースワークに必要な知識と見立て ー特に子ども虐待問題を中心に考えるー」

講師：風の木クリニック院長 高橋 和巳氏

少子・高齢化や核家族化が進行し、児童虐待、不登校、ひきこもり、精神障がい等、様々な問題をもつ家族が増えている中で、保健師は、問題の本質を的確にとらえ、支援に結びつけることが求められています。今回は、その中でも、子どもの虐待ケースに必要な知識と見立て方について学ぶことを目的として研修会を開催しました。ハイブリット方式で実施し、21市町、135名（内訳：WEB122名、来会13名）の方にご参加いただきました。



始めに、高橋先生の数多くの臨床経験から、様々な場面で問題となる困難事例の8割は境界知能（IQ.70～85）・軽度知的能力障害（IQ.50～70）である印象が強いこと、この2つを合わせて「軽度」知的能力障害として認識することで、対象者への理解が深まるとのお話がありました。「軽度」知的能力障害は、一見「普通の大人」に見えるため、その理解で相談・助言・援助等を実施するとトラブルが起こりやすいようです。

まずは、能力や対人関係等の特徴を捉えて適切に関わることが大切であることを学びました。虐待については、なぜ虐待が起こるのかというプロセスを丁寧に説明いただき、虐待は、どの家庭でも起こり得るものではなく、虐待をする親には決まった「タイプ」があることについても学びました。

虐待をする親（主に母親）への見立ては3つあり、1つ目は、「軽度」知的能力障害による養育能力不足・精神的な未熟性によるもの、2つ目は、これまで虐待の研究でも指摘されてきた「虐待の世代間連鎖」や心的外傷（複雑性PTSD）によるもの（本研修では「被虐ママ」と表現）、3つ目は、精神疾患によるものです。

先生には、それぞれのタイプ別に、特徴や助言指導の効果、親との関係の持ち方で注意すべきこと、支援の方針等、詳細に教えていただきました。

困難事例の中でも特に虐待の対応は、日々悩みながら支援を実施することが多いと思います。今回の講話では、日頃感じていた困難事例を「見立て」という枠組みを持ち、アセスメントしていくという新しい学びを得ることができ、今後に生かせる、大変有意義な研修となりました。

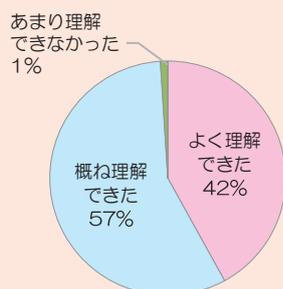
## ◎第2回研修会 アンケート結果

参加者135名、回収数120名、アンケート回収率88.9%

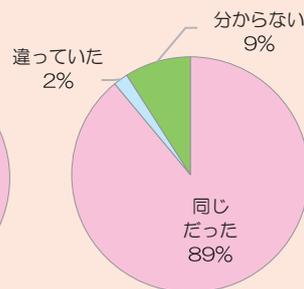
### 1 研修の理解度

ケースワークの知識と見立てについての理解度は、「よく理解できた」「概ね理解できた」を合わせて99%の方が理解できたと回答がありました。

ケースワークの知識と見立て



目的や内容



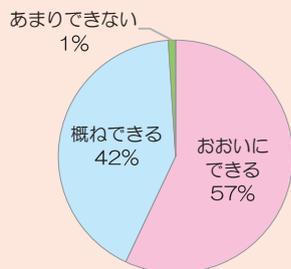
### 〈主な意見・感想〉

- 自分が困難だと感じていた過去の事例について、今回の講義を聞いて「そうだったのか」と腑に落ちる部分が多かった。
- 困難事例について、上手く伝わらない、相手も動かない、などのジレンマを、今回の講義にて整理ができた。

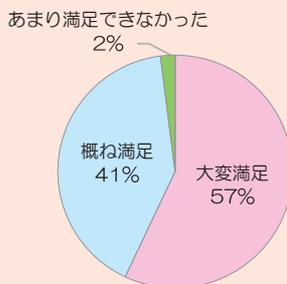
## 2 業務への活用

業務への活用イメージは、「おおいにできる」「概ねできる」をあわせて99%の方がイメージでき、研修全体の満足度も「大変満足」「概ね満足」をあわせると98%の方が満足と回答がありました。

業務への活用イメージ



研修全体の満足度



### 〈主な意見・感想〉

- 母子健康手帳交付時、虐待のリスクを把握するのに役立ちそうだと感じた。
- ケース支援を行う上での見立てや支援、新任者教育等において活用していきたい。
- 困難事例に出会ったときに抵抗感を抱きやすいが、「見立て」に着目することで保健師の負担が減りやすいため、保健師間で共有したい。

## 《全国規模学会等のご案内》

今年度は、オンデマンド配信が実施された日本公衆衛生看護学会学術集会参加費の支援を実施しました。次年度においても全国規模学会等への参加支援を予定しております。

## 《栃木県市町保健師業務研究会 会員の皆さまへ》

本会は、保健師の資質向上のため、栃木県国民健康保険団体連合会（以下、国保連合会）が設立した「国保保健師」の会が昭和54年に身分が移管され「市町村保健師」となり、現在の「栃木県市町保健師業務研究会」となりました。市長会及び町村会からの負担金並びに国保連合会からの交付金により事業が運営されており、調査研究や研修会を行い、住民の健康の保持増進と公衆衛生の向上に寄与するため、保健師の資質向上を目的に活動しております。

自然災害や感染症対策等の観点からも行政における保健師活動の重要性は年々増していると感じられます。今後も市町間の連携を深め、より実効性の高い保健活動を実施してまいりたいと思いますので、会員の皆さまにおかれましては、ご意見・ご要望等がございましたら所属支部の役員へお知らせください。



### 編集後記



災害、感染症の流行、戦争と、未来への不安を拭えない時代ではありますが、ワールドカップで見た新しい景色のように、希望を持ち続けることで、必ず未来を切り拓くことはできるはずです。私たち保健師活動も、未来へ向けて、住民の力になれるような活動であり続けるよう、希望を持って邁進していきましょう。2023年は卯年、その跳躍する姿のように、飛躍、向上できる年になりますよう、会員の皆さまのご活躍をお祈りいたします。

(研修・広報班役員一同)