



つつじ会だより

静岡県在宅保健師の会「つつじ会」

No.29 令和3年度

「つつじ会」揺るがぬ保健師活動の根幹

静岡県国民健康保険団体連合会 事業課長 古川善之



日ごろより静岡県在宅保健師の会「つつじ会」会員の皆様には、本会の保健事業推進へのご支援、ご協力をはじめ、広く県内市町等における住民の健康保持・増進に多大なるご尽力をいただいておりますことに敬意を表しますとともに厚くお礼を申し上げます。

さて、2020年1月に国内初の新型コロナウイルス感染者の報道がされてから、早や2年が経過しました。その日以降、ニュース等で「コロナ」というワードを聞かない日はない日々が続いており、今後はコロナとの共存が社会生活の基本となりつつあります。

そんな With コロナの毎日に変化をつけようと、昨年5月に中型のスクーターを購入し、事務所まで片道1時間少々距離をバイクで通い始めました。30数年ぶりのバイクライフですが、車や電車では得ることのできない「風の匂い」を感じながら、季節の移り変わりを楽しんでおります。

30年と言えば、本年6月3日(金)静岡市内の日本平ホテルにおいて「つつじ会」の設立30周年記念と、保健・医療・福祉分野において日本で最も権威ある賞「保健文化賞」の受賞を記念する式典の開催を予定しておりますので、是非ご列席ください。

私と「つつじ会」ですが、会設立翌年の平成6年4月に企画調査課(現事業課)に配属され、病類別疾病統計のインプット票記入事務等のお手伝いをさせていただいたのが始まりで、平成11年には家庭訪問事業や修善寺町で開催した「つつじ会総会」の段取りなど、事務局として関わらせていただきました。

総会では会員の皆さんが持ち寄ってくださった、煮物・揚げ物・漬け物・フルーツなど盛りだくさんの手みやげを頂戴しながら、皆さんの貴重な体験談など笑いを交えて拝聴させていただきました。時間を忘れて歓談させていただいた夜は、今でも良い思い出となっています。

それ以来、久しぶりに事業課に戻って参りましたが、設立当初から続く家庭訪問事業は、時代背景により訪問の目的は変化するものの、会員の皆様の豊富な経験と実績に基づく住民の心を開かせる対話力、先輩方から受け継がれてきた「地域住民に寄り添う保健師活動の根幹」は全く揺らいでおらず、これが保健文化賞の評価に繋がったのではと感じております。

「つつじ会」は、地域の保健・福祉活動、国保保険者の保健事業はもとより、国保連合会にとっても欠くことのできないものとなっております。

今後とも、会員確保に向けた広報活動や資質向上のための研修事業・情報提供など、会の発展のため、一層のサポートに努めてまいりますので、引き続き各事業の実施にご理解とご協力をいただきますようお願い申し上げます。

末筆ではありますが、会員の皆様方の益々のご健勝とご活躍を心から祈念申し上げ、発行に寄せての言葉とさせていただきます。



記念式典会場の日本平ホテルと相棒

令和2年度 家庭訪問事業 松崎町

【事業名】	「特定健診受診者のフォローアップ等家庭訪問事業」
【目的】	特定健診の結果、受診勧奨判定値を超えたにもかかわらず医療機関を受診していない方に対し家庭訪問を実施し、「かかりつけ医」への受診勧奨を行うとともに、必要に応じて生活習慣の改善に向けた助言を行い、生活習慣病の発症予防・重症化予防を図る。
【訪問保健師数】	5名
【訪問件数】	45件
【期間】	令和2年9月～10月



松崎町は伊豆半島西南部に位置し、重要文化財や美術館等を有した観光地です。美しい海岸線や自然環境に恵まれ、四季を通じて過ごしやすいのどかな町です。いつ訪れても何かホッとさせる町で、訪れた人がそう思えるのは、住んでいる人々が生き生きといて活気があるからとっていました。今回、訪問事業で少し深く町に触れて、「町民満足度の高い町」づくりを掲げていることを知り、町と人々が醸成する雰囲気の良い理由がわかった思いでした。

松崎町は平成25年には人口7000人を切り、高齢化率は令和2年4月値で47.3%と県内4位の高さで少子高齢化の先進地です。また、第2期データヘルス計画によると、循環器疾患の医療費が県平均より高く、生活習慣病が重症化した末の入院が多いと考察されています。加えて令和2年度はコロナ禍で観光産業の低迷など、産業経済面も健康とは言えない状況下であり、それ故にいかにも健康で何事もない普段の生活がどれだけ大事で尊いものかを、改めて確認し合うことになりました。

訪問は前年度の健診結果で医療機関受診勧奨値がありながら未受診の50人を選定して、5人の訪問保健師で9月から10月にかけて行いました。(訪問件数49件・訪問実施件数45件)松崎町の国保被保険者は60歳以降の比率が60%を超えており、訪問対象者も50代以下は1割強とここでも数字は高齢化を示していますが、実際に訪問してみるとみなさんの日常は、健康を考えながら暦年齢よりも若々しく体を動かす生活をされている印象を持ちました。

訪問の目的である受診勧奨に対し、訪問での聞き取りで「受診する気はない83.3%」、その理由を「どこも悪いところがない38.2%」、「生活改善努力をしている20.6%」、「医師から心配ないと言われている」と「医療不信・薬を飲みたくない」が同数の11.8%などと回答しています。本事業の報告書によると、実質的な訪問実施後の受診件数は3人と結果でした。この人数の評価はできませんが、数字に表れない訪問効果も個々のやり取りの中に多くあったはずと確信しています。

訪問は現役の時から手ごたえを感じ大事にしてきた事業です。今回も人々の生活や人生に触れることができ、その素晴らしさを実感しましたが、個人の力量に負う所が大きい保健指導を「訪問事業」として行う私は、保健師として個別支援の質をどう確保していくのかを改めて問い返す日々でした。専門職としての知識や技術の向上は、常に私たちに課せられた課題であると実感しています。

最後にコロナ禍のため報告会が急遽中止になるなど、町も事務局も普段以上の労力を割いていただきましたことに感謝申し上げます。有難うございました。

(浅賀勢津子)



令和3年度 家庭訪問事業 牧之原市

【事業名】	令和2年度と同じ内容で実施
【目的】	
【訪問保健師数】	5名
【訪問件数】	49件
【期間】	令和3年10月～12月



牧之原市は県中部の南に位置し、陸・海・空の玄関口を持っています。平成17年10月に榛原町と相良町が合併して誕生し、人口44,333人（R3.6）、高齢化率は31.6%（R3.4）で県より1.7ポイント高い市です。主な産業は第3次産業が46.9%と一番多く、次が第2次産業で1次産業は13.1%と想像していたより少ないです。国保加入率は24.3%（R3.4）で年々減少しており、平成30年以降の加入者は65歳以上が一番多くなり逆転しています。国保加入世帯は37.8%で、農業・漁業は家族に一人は国保の人がいる状態です。健康課題としては高血圧、糖尿病予備軍が多く、循環器系疾患による医療費が高くなっています。

今回は人間ドック受診者を対象に訪問しました。新型コロナウイルスの感染状況により実施時期は遅れ、10月～12月上旬となりました。52名訪問し49名実施、男性31名、女性18名で、平日なかなか会えない男性への訪問は貴重な機会でした。60～74歳が3/4、40～59歳が1/4でした。同市は既に平成27年度より生活習慣病重症化予防事業に力を入れており、特定健診受診率が上がり医療費が減少した実績があります。今回の訪問では市と打ち合わせの上、「尿検査」と「お塩のとりかたチェック」も併せて行いました。人間ドック受診者は健康意識が高い人が多いと思いましたが、医療機関を受診している人は多くありませんでした。その理由として自覚症状がなく毎年人間ドックを受けている安心感があるからか、また結果説明時に医師から「これ位なら心配ないよ」等、医療機関への受診を直接勧められておらず、健診結果が「受診勧奨値」であることを知らない人もいました。結果説明時の医師の言葉は説得力があり受療行動に繋がる大事な機会です。医師との連携は重要不可欠だと思います。

受診勧奨値であることを理解できるように説明できたのは43名、そのうち医療機関を受診した人は12月時点で15名（訪問前受診8名を含む）でした。1回の訪問で行動変容をさせることは難しいと痛感しました。訪問後直ぐに対応が必要なケースもあり、報告会を待たずに関係者と連携することができました。コロナ禍での訪問に不安や心配がありましたが、穏やかな住民性で受け入れも良く無事終了でき、報告会がオンライン開催となったことも初めての体験でした。

重症化予防においては健診有所見項目と病態生理との関連を明確にし、適切な看護判断ができることが重要であると思います。また家庭訪問は効率が悪いかもかもしれませんが、訪問しなければ分からない家族状況・生活環境等の社会的・経済的要因や本人の思いなどが把握でき、広い視野での相談が出来ます。地道に歩く家庭訪問は大切な事業だと感じています。今後も効果が上がる保健指導を目指して研修を重ねていきたいと思っています。

今回の訪問にあたり、牧之原市の職員の皆様、国保連合会の皆様には大変お世話になりました。心より感謝申し上げます。

(甲賀礼子)



令和3年度 全体研修会

開催日: 令和3年11月10日(水)

場 所: 静岡県国保会館別館

講 演: 「現場で役立つフレイル予防」

講 師: おおとみりウマチ整形外科

在宅医療介護推進部 部長 理学療法士
アスレチックトレーナー 柔道整復師

倉田 卓 氏
八木 湧気 氏



令和3年11月10日(水) 全体研修会を開催しました。コロナウイルスのため、令和2年7月以来の研修会となりました。今回はオンライン配信もあり、初めてのハイブリット開催でした。参加者は22名、WEBの参加は4名でした。

講演テーマは「現場で役立つフレイル予防」、講師におおとみりウマチ整形外科、理学療法士の倉田卓先生と、アスレチックトレーナーで柔道整復師の八木湧気先生をお迎えしました。実技を交えて、フレイルの理論や、現場で指導されていることを中心に講義してくださいました。

フレイルとは年齢とともに心身の活力が低下した状態のことです。それは、加齢により筋肉量が低下するサルコペニア、運動器の障害のために移動機能の低下した状態であるロコモティブシンドロームと関連しています。転倒、骨折、寝たきり予防を意識して自立した生活を長く送ることができるよう、フレイルのサインに早く気付くことが大事です。リハビリテーションは、起こりうる変化を遅らせることができるかもしれません。

その視点から実技では、①腹筋、大腿四頭筋、大殿筋、中殿筋を鍛えるトレーニング、②姿勢改善ストレッチ、③変形性膝関節症、座骨神経痛、腰痛に効くテニスボールを使ったマッサージを教えてくださいました。実際に体を動かして効果を確認しながらポイントを押さえていきました。

注意点やアドバイスとして次の点を教えていただきました。

- ◆手足の向きや位置など、細かいポイントを押さえないと効果が出ない。
 - ◆効果が出てきたら、さらにその上のトレーニングに進み、個別に対応していく。
 - ◆回数は少なくてもいいので1日のセット数を多くすることが大事である。
 - ◆継続できる工夫として、スタンプカードを付けて楽しく取り組む。
 - ◆靴はすべてが柔らかく曲がるもので、大きすぎないほうがよい。靴ひもは足先を緩め真ん中を締める。
- 講師のお二人には会員の質問にも丁寧に答えていただき、終始和やかな雰囲気で行われました。

今回は初めて WEB 配信を取り入れましたが視聴者からの意見を反映して、今後の研修会では選択肢の一つとして考えていきたいと思っております。(鈴木文子)



学 習 会

開催日：令和4年2月10日（木）

活動内容：ドキュメンタリー映画「終わりの見えない闘い」の上映、意見交換会

開催形式：WEBによる開催（参加者15名）

学習会では初めての試みとしてWEBによる学習会を開催しました。新型コロナウイルス感染症対策最前線の保健所で闘う保健師たちを撮影したドキュメンタリー映画「終わりの見えない闘い」の上映会を行いました。終了後、多くの意見（下記参照）が出され、地域に根差した保健師の役割について改めて考える機会になりました。

<保健師・保健師の役割について>

- ・保健師が困難な状況の中でも、常に前を向き、お互いに励まし合っていたことが印象的。過労死ラインを越えている現状。改めて保健師の仕事はチームワークであると感じた。
- ・映画の内容があまりに重く、保健師の役割について改めて考える機会となった。
- ・住民に寄り添うこと、保健所や保健師が「住民の命の砦」であるという言葉や、電話対応しかできない状況においても、常に心を寄せた対応をしていた。
- ・若い保健師も「生活支援者」としての役割を大切に支援していた。
- ・法律の縛りがある中、いつも前向きに仕事しようとしていた。

<今後の政策や国への要望>

- ・1つの区や保健所ではなく、国は災害として取り組んでほしい。国や経済の問題も感じた。
- ・地域保健法の改正で保健所は統廃合。保健所数は大幅に減少。脆弱性が浮き彫りとなった。
- ・「マニュアル」は後からできるものだと感じた。マニュアルができるまでは、手探りで、出来ることをやる事しかないと感じた。
- ・疫学調査のやり方が状況によってコロコロ変わり、スタッフには相当の負担となった。現場のスタッフの声が国に届くような体制にしてほしい。保健師も声を上げていくことが大事であると感じた。

<その他>

- ・とにかく涙が止まらなかった。・感染症は10年に一度は繰り返されると言われている。現場にカメラが入るのは大変なストレスだが、この映画を製作してくれたこと、上映会を開催してくれたことに感謝したい。
- ・コロナ禍が始まってから、マスク不足に始まり、現在は検査キットが足りていない状況。人的資源は常に不足し、常に何か足りない状態が続いている。この状況を見ているだけで、申し訳ない思いだった。
- ・保健所長のお言葉で、「コロナだけやってもダメで、どの層でどういう生活をしている人に感染が広がっているのかによって、地区特性を踏まえたケースワークが必要。同じ感染症とは思えないほど、症状に個人差がある。」普段から地道な仕事が必要であると感じた。

令和3年度 公衆衛生学会

第80回日本公衆衛生学会総会

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、第80回日本公衆衛生学会総会はハイブリット形式にて開催となりました。つつじ会からは2名の会員が参加しました。

- 日程 令和3年12月21日～23日 (東京都 京王プラザホテル)
- 令和4年1月21日～2月28日 (WEB配信)

第80回日本公衆衛生学会総会がハイブリッド形式で開催されました。一般演題は総会開催直前から、講演・シンポジウムは年明けて約1ヶ月間のオンデマンド配信により、何回でも視聴することが出来ました。さらに、オンラインであっても“顔の見える学会”を目指し、一般演題発表では、発表動画の作成、若しくは、ナレーション付きのスライドの表紙に顔写真を掲載することが課せられました。発表のハードルがやや高まった感はありますが、視聴者には嬉しい配慮です。

今総会では、「社会の組織的な取り組みと協働で人々の健康をまもる」をテーマに、9つの講演、40余のシンポジウム、1047題の一般演題等々と多彩なプログラムが盛り込まれておりました。

学会長は、「公衆衛生学の基盤：統計と調査」と題し講演されました。データは制度・政策の立案、評価、改善の基盤であり、データの利用可能性がその国の制度の成熟度を決める！と、きっぱりと述べられたのが印象的でした。

シンポジウムでは、新型コロナ感染症対策が多面的に取り上げられました。市民公開シンポジウム「地域が求める公衆衛生人材」での尾島俊之先生の御発言をお伝えします。『ポストコロナの予測のつかない健康危機に向けて、公衆衛生人材に求められる“力”がある。それは、疫学・情報分析力に加えての、支援・受援力、レジリエンス力、行動変容力である』と。

総会のテーマである“社会の組織的な取り組み”に着目しての視聴では、「フィンランドのネウボラから学ぶ児童虐待予防のセーフティネット」シンポジウムで、「担当保健師による全ての子どもをもつ家族への健康支援システムの構築」と題し、島田市から先駆的取り組みの報告がありました。妊娠期からの母親や家族と担当保健師との継続的な関わりにより、対象者の些細な変化に気づき、早期予防的介入が可能に。低リスクのケースにも目が行き届きます。また、児の成長と育児スキル向上の喜びを母親と共感できることが、担当保健師の仕事のやりがいに通じ、他の業務にも好影響を与えているということでした。

シンポジウム「住民主体の多様な通いの場・居場所の展開～その概念整理とPDCAサイクルに沿った評価～」では、1軒の空き家が地域共生の家へ、さらに、仕事創生の家へと進化していく様子に圧倒されました。一般演題につきましては、紙面の都合上、残念ながら割愛させていただきます。

最後に、学びの機会を与えて下さった連合会事務局、つつじ会の皆様に心より感謝申し上げます。

(杉山淑子)



受賞

第72回保健文化賞

受賞内容

「在宅保健師の家庭訪問事業」

第72回保健文化賞贈呈式

●贈呈式

令和3年12月20日（明治記念館）

●天皇皇后両陛下への拝謁

令和3年12月21日（皇居）



令和3年12月20日贈呈式にて



令和3年12月21日 皇居にて記念撮影

保健文化賞の主権は第一生命保険株式会社、後援は厚生労働省・朝日新聞厚生文化事業団・NHK 厚生文化事業団であり、今日の保健衛生分野において最も権威のある賞として認められています。全国在宅保健師等会では島根県に次いでこの受賞となりました。「保健師の家庭訪問」に対する受賞は全国初めてのことです。

皇居において天皇皇后両陛下への拝謁を賜り、「大事なお仕事ですね、継続を願っています」というお言葉を直接いただく栄誉に浴しました。

今後も住民・行政・国保連合会と協働し、地道な活動を続けていきたいと思っております。

（会長 鈴木富士子）

県知事表敬

令和4年1月18日(火)静岡県庁

初代会長 松下とき子さん(右から2番目)と共に、静岡県 川勝知事に保健文化賞の受賞報告を行いました。



つつじ会設立30周年・保健文化賞受賞記念式典

日時：令和4年6月3日(金)

会場：日本平ホテル(静岡市)

編集後記

静岡は桜と菜の花の季節を迎えています。新型コロナウイルスや災害との闘いに終わりは見えませんが、会員の皆様には、各市町において感染予防対策や保健事業へのご尽力頂き感謝申し上げます。

今年度の全体研修会・学習会は事務局の御協力を頂き、ハイブリット形式(参集とWEB)で開催いたしました。コロナ禍の中だからこそ、少しでも現場で役に立つ研修内容や情報をお届けしたいと思えます。来年度は「つつじ会設立30周年・保健文化賞受賞記念式典」を行います。久しぶりに皆様とお逢いできますことを楽しみにしております。

(鈴木富士子)

「つつじ会」会員募集

つつじ会では、今までの経験を活かし、一緒に活動していただける方を随時募集しています。身近に関心のある方がいらっしゃいましたら、つつじ会役員まで御連絡ください。3月1日現在の会員数は42名です。
☆静岡県国保連合会ホームページ内のつつじ会案内もぜひご覧ください。

令和4年3月発行

発行責任者：静岡県在宅保健師の会

「つつじ会」会長 鈴木富士子

発行者：静岡県国民健康保険団体連合会

総務部 事業課

〒420-8558

静岡市葵区春日2-4-34

TEL 054-253-5576

FAX 054-253-5507

