

福島県在宅保健師の会「絆」会報

会長あいさつ 嵯峨圭子

平成最後となる在宅保健師の会「絆」の総会が9月1日に開催されました。総会では、皆様からのご意見・ご質問等をいただきました。このことを真摯に受け止め、今後の活動に生かしていきたいと考えております。

在宅保健師の会が誕生して来年で20年、9月の総会に併せて20周年記念事業の開催を計画しております。

具体的な内容は、記念講演、祝賀会等を検討しておりますが、プロジェクトチームを結成して(絆の役員が、その任にあたります。)会員の皆様からの声、意見等をいただきながら、まさに記念すべき事業に作り上げたいと考えておりますので、よろしくお願いいたします。

これからも地域の保健活動に寄与すると共に、会員の親睦、交流を図りながら、なお一層の「絆」づくりに努めてまいります。



平成29年度東北地方在宅保健師等会連絡会議

平成29年12月7日～8日 山形県開催

ホテルキャッスル(山形県)において、12月7日は「地域支援力アップ! 薬剤師・薬局活用術」のテーマで山形県薬剤師会岡寄副会長と「運動と栄養でフレイル予防」というテーマで山形県立米沢栄養大学加藤准教授お二人から講演をいただき、他県の会員の方と交流を深めました。翌日は「国民健康保険の動向と在宅保健師等会への期待」と題して国民健康保険中央会の鎌形調査役よりお話をいただき、今後の活動等テーマに分かれて情報交換を行いました。

【研修会に参加した会員の感想】

○山形市にて東北地方在宅保健師等会連絡会議が開催されました。福島県の在宅保健師の会に入会して日の浅い私は、他の県の活動内容、会員の状況を知ることが、とても参考になりました。どこの県でも新規会員の加入者不足には、悩んでいるようです。定年しても再雇用、新たな活動の場を求めるのが、常識になっ

ている現在、保健師職だけでなく医療職全般の人たちが加入している県もあり、新たな方向性も見つけていかなければならないのかとも思いました。又、国民健康保険の動向や薬剤師が地域に出向き、新たな分野で活動していることなど、最新情報を知り、視野を広げる良い機会となりました。

(佐藤公子さん:浜通り地区会)

○初めて他県の方々の地域保健活動の生の声を聞けた有意義な会議で時間が足りないほどでした。また、今回の研修講演内容については、明日からの健康づくりに生かせるものであり、2日間貴重な体験をさせていただきました。

(吉田良子さん:浜通り地区会)

○会議に出席する機会を与えていただき、誠にありがとうございます。2日間の研修の中で特に印象に残ったのが、山形県立米沢栄養大学の准教授、加藤守匡氏の講演でした。加齢に伴う下肢筋力の低下を、適切

な栄養補給と、適切な運動を実践することにより、ストレスも改善され、良好なストレス反応により、競技成績も向上しフレイル予防につながるとの事でした。

早速福島に帰ってきて、自分の職場の職員に、①ストレッチ運動②筋フィットネス③混合フィットネス④日常生活でのための、運動の実践用動画解説書を一人一

人の職員に配布し、現在実践してもらっています。私自身も日に日に体力の衰えを感じる今日この頃、先生の健康運動を取り入れて、快適な毎を送りたいと思います。

(丹治洋子さん: 県北地区会)

平成 29 年度都道府県在宅保健師等会全国連絡会

平成 30 年 2 月 2 日ビジョンセンター永田町にて

平成 30 年 2 月 2 日(金)ビジョンセンター永田町 801 会議室において、平成 29 年度都道府県在宅保健師等会全国連絡会が開催されました。その内容を紹介します。

- ① 「保健事業を取り巻く国の動き」を国保中央会飯山常務理事から、わが国の財政事業では社会保障費がアップしていることや公債費(借金)が収入の 34.5%を占めている事、持続可能な医療保険制度を構築するために医療制度改革が行われている等の説明がありました。
- ② 「保健事業は今！！～第 3 期特定健診特定保健指導・糖尿病性腎症重症化予防・高齢者の保健事業(フレイル)～」テーマで、あいち健康の森健康科学総合センター長津下一代氏から保健事業をめぐる動向や、保険者努力支援制度について、糖尿病性腎症重症化予防、高齢者の保健事業(フレイル)について講演がありました。
- ③ 国民健康保険中央会の成瀬保健師から、平成 29 年 10 月に実施された「都道府県在宅保健師等会に係る調査結果について」説明がありました。在宅保健師等会は 40 都道府県に設置され、3,793 人の会員がいます。年齢構成は、60 歳代が一番多く 43.9%を占めています。会員の職種では、保健師が 79.9%を占めています。
- ④ 事例発表は、富山県の在宅保健師らいちの会の吉居会長から「特定健診等受診勧奨事業の取り組みについて」紹介されました。また、長野県在宅看護職信濃の会の矢口会長から「保健補導員への支援について」発表がありました。
- ⑤ 「今後の在宅保健師等会の活動の取組について」グループ討議を行いました。各在宅保健師等会の運営状況により内容が違うことから一概には言えませんが、特定保健指導及び重症化予防に係る支援を実施している県が複数あることが分かりました。

平成 29 年度福島県在宅保健師の会「絆」総会

平成 30 年 9 月 1 日(土)福島市男女共同参画センターで、平成 29 年度福島県在宅保健師の会「絆」総会が会員 20 名の出席により開催されました。

○平成 30 年度総会は、平成 31 年 9 月に福島市内のホテルで 20 周年記念事業と併せて開催予定です。

○20 周年記念行事は、プロジェクトチームで企画していきます。

○平成 30 年度事業内容については、健康劇を中心に活動することで了解が得られました。

○協議事項について

下記の①から④の事項について役員会で引き続き検討することになりました。

- ① 地区会活動状況の載せ方について
- ② 20 周年記念行事について
- ③ 新規事業の掲載の仕方について
- ④ 会員の職種等について



平成29年度福島県在宅保健師の会「絆」研修会

平成30年9月1日(土)総会に引き続き「運動と栄養でフレイル予防！」というテーマで、山形県立米沢栄養大学健康栄養学部健康栄養学科教授の加藤守匡氏に講演をお願いしました。先生からはパワーポイントを使って山形県内での活動や軽い運動でも継続することにより筋力アップにつながるという説明がありました。その後、実際にボールを使って運動を実施しましたが、ボールをうまく扱えず笑いが出る場面もありました。



会員の皆様からは、「話だけでなく、実際に運動を体験できてよかった」「実技があり、すぐ実行できそうなものが取り上げられていた」「必ずしもフィットネスに通わなくても手軽に運動できると思った」「日常で簡単に出来るもので筋力アップできることが分かった」等の感想が寄せられました。

福島県在宅保健師の会「絆」各地区会の皆様の状況について
～H30年8月現在 回答率48.5%～

平成29年度総会の出欠報告時に会員の皆様にお聞きしました。仕事だけでなく、地域の様々なボランティア等で忙しくされている状況が伺えました。

○仕事の有無について

地区会	会員数	仕事を していない	仕事を している	勤務形態			回答数
				週1～2日	週3～4日	その他	
県北地区会	23	7	6	2	3	1	14
県中・県南地区会	16	4	2	0	2	0	6
会津地区会	11	2	2	0	2	1	4
浜通り地区会	18	6	3	1	2	0	9
合計	68	19	13	2	11	3	33

○仕事の内容について

地 区 会	週1～2日	週3～4日	その他	仕事の内容
県北地区会	2	3	1	①大学の教員②育児相談・事業所の健康管理③電話支援業務④介護相談員⑤糖尿病重症化予防の訪問
県中・県南地区会	1	1	0	①介護相談員②相談業務
会津地区会	0	0	2	①幼児健診の手伝い
浜通り地区会	1	0	2	①被災者サポート事業・郡山市協力看護師・看護学校非常勤講師・健やか訪問②事業所の健康相談及び教育
合 計	4	4	5	

○ボランティア活動について

県北地区会	①サロンのスタッフ②ひびきの会の理事③ももりん体操のサポーター④町内会の役員・地区組織の役員等
県中・県南地区会	① きいきサロン・食事サービス手伝い・敬老会等の手伝い②町内会の健康運動教室③森の案内人・野鳥ガイド
会津地区会	①日本赤十字活動②食生活改善推進員・読み聞かせ③認知症カフェ・グループホームの年中行事
浜通り地区会	①地区住民支え合い活動(サポート登録)②地区の高齢者のつどい・訪問・高齢者・障がい者施設へのボランティア③ファミリーサポート・母子支援、認知症カフェ④自然観察を含めた森の案内人

☆新会員5名です。

皆様、よろしく申し上げます。

在宅保健師の会「絆」では、会員の申し込みを随時受け付けています。

皆様のお知り合いの方がいらっしゃいましたら、申し込みの書類等を送りますので、事務局まで連絡をお願いします。

県北	菅野誓子	二階堂愛子	県中・県南	猪越京子	岡崎恵子	浜通り	石井美奈子
----	------	-------	-------	------	------	-----	-------

編集後記

○今年は、9月に20周年の記念行事があります。

会員の皆様と一緒に考えながら、進めていきたいと思っていますので、会員の皆様ご協力
よろしく申し上げます。（宮田）

発行

福島県在宅保健師の会「絆」会報 第18号

発行日：平成31年1月

事務局：福島県国民健康保険団体連合会

事業振興課保健事業係

〒960-8043 福島市中町3番7号

TEL024-523-2754 FAX024-523-2704