



鳥取県在宅等保健師の会

梨花りかの会

活動記録(令和元年～令和4年)

～コロナ禍における保健事業を振り返って～

はじめに

- 本会は「住民がいきいきと幸せに暮らす地域をつくる」ことを目的として、令和元年5月25日に発足しました。会発足以降、県内各所、様々な分野において“各自ができる時に、できる範囲で”心温かいサービスを住民に届けるような取り組みを実施し、年を追うごとに県内における役割と期待は大きくなっています。
- 会発足から今日までの全国的な保健事業の変化として、新型コロナウイルス感染症の出現が挙げられます。令和2年1月に国内で感染者が確認されて以降、3年余りが経過した現在においても、新型コロナウイルス感染症が保健事業へ及ぼす影響は大きくこれまでの保健業務に加え、コロナ対応業務も待ったなしの状況となり保健所及び市町村における業務負担は増大しています。このような中、本会への新型コロナウイルス感染症対応の要請は増え、約半数の会員が協力している状況でした。(R4.10月時点)
- この度、在宅等保健師としての保健活動の実際やコロナ禍における活動の軌跡や活動に対する思い、未曾有の新興感染症の感染拡大のうねりの中、“保健師”としてどういった思いで、どのように活動していったかなど、会員それぞれの声を集めて活動記録を作成しました。今後、「梨花の会」がより一層深化していくための一助となることを願い、ここに書き記します。



会長挨拶

私たち退職保健師の念願でありました鳥取県在宅等保健師の会「梨花の会」が発足して4年目を迎えようとしています。

この間、会員においては各々が可能な範囲でさまざまな活動をやってきました。

各々の現場で、これまで培ってきたスキルを発揮しながら各種事業に従事しておりますが、とりわけ令和2年(発足1年後)からは、新型コロナウイルス感染症対応業務が大幅に増加してきました。

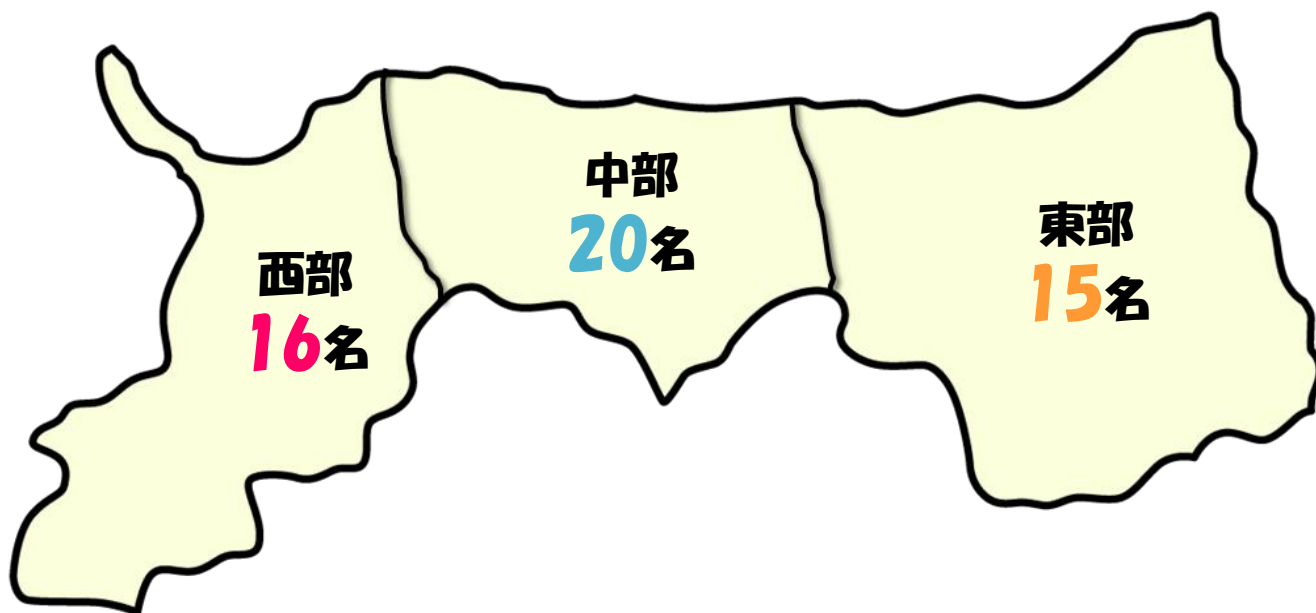
「梨花の会」のモットーとして、各々の活動を通しての「地域貢献」を掲げています。私たちは「保健師でありつづけたい」という思いを持ち活動しております。

この度、各々の分野における活動内容や思い考え等を会員から寄せていただき、「記録」(活動のあしあと)として作成することといたしました。この「活動記録」が「梨花の会」の道しるべとなり、会の発展につながっていくことを願うものです。

鳥取県在宅等保健師の会「梨花の会」
会長 美船 智代

会員数・会員状況

- 会員数:51名 (R5.3月現在)



役員紹介

会長	美船 智代	中部役員	前田 敦子
副会長	長谷川 ゆかり	中部役員	山崎 幸代
東部役員	橋本 佐恵子	西部役員	梅林 千恵
東部役員	山本 節子	西部役員	福岡 泰子

これまでの主な活動

● 市町村支援

協力先	内容	実績
琴浦町	健診(検診)時の問診	・R3:(日数)7日、(人数)計16人 ・R4:(日数)18日、(人数)計29人
米子市	健康イベント時の健康チェック	・R4:(日数)1日、(人数)1日
県、市町村、看護協会等 各種関係団体	新型コロナウイルス感染症対応業務 (電話対応、ワクチン接種に係る支援、 宿泊療養)	・R2~R4:各年、約20名前後が支援協 力。(事務局把握分のみ)
若桜町、智頭町	糖尿病性腎症重症化予防事業に係る 保健指導	・若桜町(R3~R4)対象者4名に対し、6 か月間の保健指導を実施。 ・智頭町(R4)対象者1名に対し、6か月 間の保健指導を実施。
相談会の実施	SNSを活用した相談の利用促進や相談 会を実施する機会を増やすことで、市 町村保健師が日頃抱えている悩みや 不安を、解決に導く一助とする。	県主催研修会に合わせて開催(R4.11) 7名の参加。
SNSを活用した相談 チャットの運用		R4.10月より運用開始

● 研修会への参加

研修会	参加人数
市町村保健師協議会研修会	計9名(R2~R4)
特定健診・保健指導従事者研修会	計8名(R2~R4)
高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施研修会	計2名(R3~R4)
新型コロナウイルス等対応人材育成研修会	計78名(R3~R4)

● その他

鳥取県市町村保健師協議会役員との意見交換会の開催(R2.11)
令和2年度都道府県在宅保健師等会全国連絡会における新型コロナウイルス感染症対応に関する事例発表(R3.1)
とっとりいきいきシニアバンクへの登録(鳥取県社会福祉協議会が運営)(R4.3)

活動記録

・ 東部地区

橋本 佐恵子

「できる時にできる範囲」で保健師になる

私は梨花の会発足と同時に入会し、東部地区の世話係となりました。もう一人の世話係の山本さんと相談し、看護協会で東部での集まりを開催、懐かしい皆さんとお会いできこれからどんな活動ができるかなと期待していましたが、新型コロナウイルス感染症の出現で集まることができなくなりました。

私も鳥取市保健所で電話相談対応業務に従事することとなり、令和4年9月末まで週に1～2回出勤していました。この時看護協会が実施された研修を受けることができよかったです。

令和4年10月からは糖尿病腎症重症化予防事業の保健指導に挑戦することとしました。6か月間、月1回対象者の人と面談や電話で話をしていくものです。始める前は不安もありましたが、国保連の2人の若い保健師さんや職員の方の支援があり安心して取り組むことが出来ました。また対象者の住む町の管理栄養士さんとも知り合え、自分自身の勉強にもなり貴重な体験となりました。

年3回程度の役員会では会長さんはじめ役員の方からパワーをもらい、国保連の方から国や県の動向を教えていただきのんびりとした毎日とは違う非日常を感じています。

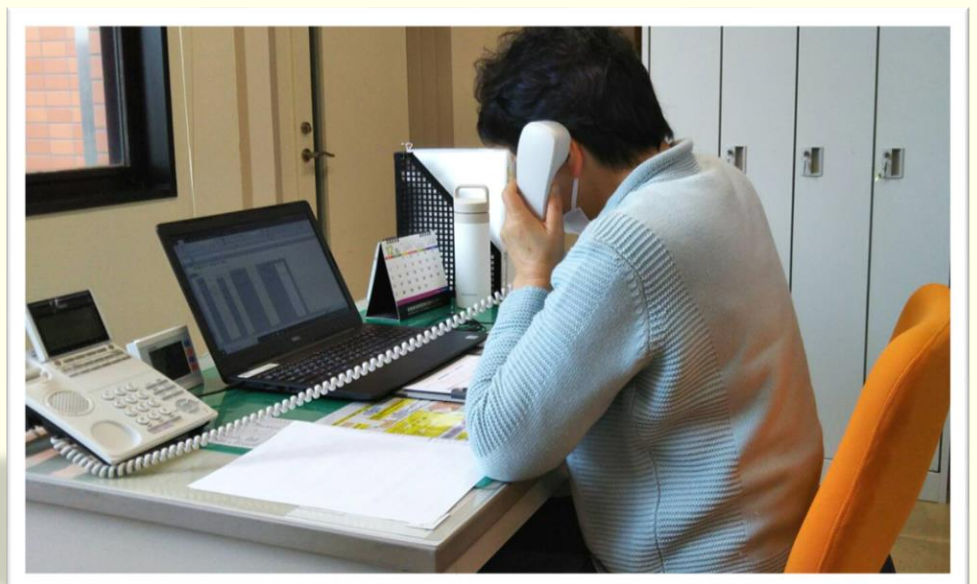
このような活動を通して感じたことは、超少子高齢化社会の今、健康を守り増進するといった場での保健師への期待の大きさ、また保健師として活動するには生涯勉強が必要であるということです。年を重ねても今までの経験が活かされる場があるなら、健康に留意して会の活動に参加したいと考えています。決して無理はせず「できる時にできる範囲で」保健師になりたいと思います。

山本 節子

梨花の会発足当初からの会員です。定年退職後は保健事業への協力は希望せず、一住民として何か地域に貢献できればと思いました。介護や看取りも終え、自分の時間が増えました。町内会活動や手話関係の活動などをしていると、独居者の死、認知症在宅介護、聴覚障がい者の防災対応など保健師として考えている自分に気付きます。周りからも次第に保健師としての意見を求められることが増えました。すると、新しい情報・正しい情報を探すようにもなりました。

今はコロナ禍4年目に突入し、コロナ電話相談に協力することになりましたが、今思うのは、保健師として長年培った知識や経験は、特別な事業でなくても様々な地域活動・地域生活の中で発揮できるということです。

梨花の会が提供してくれるオンライン研修や仲間の保健師の様子がとても支えになりますよ！



(コロナにおける電話対応業務の様子)

山口 るり子

H31年3月で退職し、2年母の介護をすることができました。

1年目は、月10日程度で5か月間、佐治で発掘の仕事をしました。ガリヤスコップで土を掘ったりの土方作業でしたが、紅1点であった私は、力仕事など気遣ってもらいましたが良かったです。

現場では、できるだけメンバーに声掛けをしたり、何人かいる喫煙者に喫煙の話をしたり保健師の能力も発揮できよい経験でした。そして仕事が終わって再会した時「タバコやめたで」と報告をもらい嬉しかったです。

今はコロナ相談等の仕事をしながら、佐治地域の活性化につながればと“さじみズ”グループで活動しています。

今後も少しでも若い方の応援や自分自身の生きがいを見つけながら、自分のできる範囲でボチボチやっていけたらと考えています。



※R5.1~2月に寄稿いただいた内容を掲載しています。

・ 中部地区

前田 敦子

「深く長い息」

気がつくと、両肩が上がり、いかり肩になっている。息を深く吐くと肩がフワーと下がる。どうやら浅い呼吸をしていたようだ。

現職保健師の皆さん、明けても暮れても続くコロナ対応業務。肩に力が入りすぎていませんか。息を詰めてお仕事されていませんか。

現在私は、毎日介護、時々自分事、ちょっぴり保健師の日々を送っています。介護の隙間時間にできること。それは、新型コロナウイルスワクチン接種業務への協力でした。

接種会場での予診確認は、正確かつ迅速に対応することは勿論ですが、ついつい日常生活の在りようを聞いてみたくなるのは、保健師だからなのかどうか。。。

車椅子の両親と子供連れの一家、隣人に付き添われての独居の方、2回目と3回目のワクチン接種の間に脳梗塞を発症された方等々、様々な背景を抱えて来られます。ここで出会った皆さんが、今後どうか健やかに過ごされますようにと願って、にっこり微笑んでみたけれど、フェイスシールドとマスクの下だからわかったかなあ～。

ちょっぴり協力の保健師活動。どうやら私の「すこやか」につながっているような気がする。さあ、息を長く吐いて、疲れた心と体を解き放ってみよう。



※R5.1～2月に寄稿いただいた内容を掲載しています。

令和2年にスタートして以来、3年余りの間、保健所や看護協会（県庁コンタクトセンター）で県民の相談対応に従事してきました。

変異株の出現により、感染状況が目まぐるしく変化していく中、県民にとっては不安な日々が続き、様々な相談内容が入ってきました。感染者及び家族の「やり場のない心情」を思いっきりぶつけられることも多々ありました。そんな中で、この業務に従事して背中を押していただいたひと言があります。「あー良かった。色々話を聞いてもらって、気持ちが楽になりました。これで安心して療養ができます。ありがとうございました。」

相談業務は、「特効薬」ではないけれど、「社会的処方」（傾聴と共感）としての役割を果たせるのでは、と改めて「保健師であること」の意義を強く抱いたひとコマがありました。



・ 西部地区

木下 美和子

「保健師として地域の中での喜び」

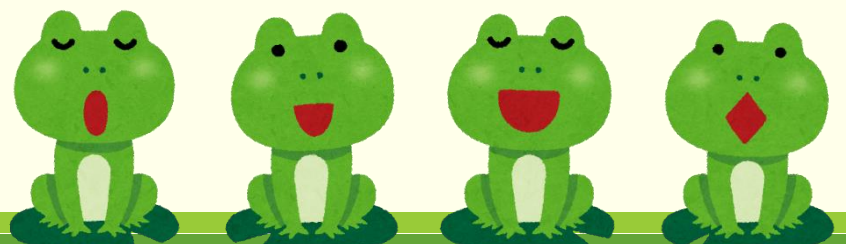
コロナ禍の中で、西部地区活動としてなかなか集まりももてず1人の保健師としての状況を記します。

退職後、居住地境港市から声を掛けてもらい母子健診に出席、また「境港市健康づくり推進員」として地区担当保健師と連携し、つながりを大切に少しでも地区活動のお手伝いができる喜びを日々感じています。

先日(2023.1.29)は健康まつりに参加し、健康講座をはじめ血管年齢測定やフレイルチェック、ベジチェックをしてもらい、自分の健康を確かめる良い機会を得ました。まず自分が元気、健康でなくては笑顔が出来ませんからね。

また、「地域ふれあいの家(社福主催、月1回開催)」にも参加し「ボケない小唄、ボケます小唄(お座敷小唄の替え歌)」で紹介、皆で合唱しました。

これからも地域で健康の大切さを少しでも広められたらと思っています。



※R5.1～2月に寄稿いただいた内容を掲載しています。

西山 直子

コロナ禍の2021年6月に入会させていただき、折しもの第5波の中、在宅療養者の健康観察業務の機会を得、入会の実感と現役世代支援の充足感を抱くことができました。

現在は、介護と孫育て応援をしつつ、ご縁のつながった市町でささやかに現役世代支援を続けています。

保健師業務従事の機会を得、事務局さんから研修機会もたくさん提供していただき、入会目的の2つは叶いました。

残る1つ、最大の目的、生活圈鳥取県内の保健師ネットワークに参加し交流学習を深めるについては、コロナ禍後のこれからの期待しています。現役時代を鳥根県下で過ごした私としては、鳥取県内の保健師たちと出会い交わり、保健師として地域住民として、「いきいきと幸せに暮らす地域をつくる」ことについて学び合っていけることをとても楽しみにしています。

どうぞよろしくお願いいたします。



※R5.1～2月に寄稿いただいた内容を掲載しています。

梨花の会設立経緯

【設立背景】

当時、40の都道府県に在宅保健師の会があったが、鳥取県にはなく、県の保健師の活動を統括する医療政策課の保健師や保健所の健康支援課長の間では、保健師の仲間として退職後もつながりを持ちたい、また、長年培ってきたスキルを活かせる組織を作りたいという思いから在宅保健師の会の設立の時期を覗っていた。

折しも、特定保健指導の強化が叫ばれ、OB保健師への期待が強くなっていたことや、県・市町村共に採用人数が多い時期の保健師が退職する時期となっていることなどから、ここ数年に会を設立しないと以降の設立は困難であると考え、活発な活動をされている島根県在宅保健師等会「ぼたんの会」の事務局（島根県国民健康保険団体連合会）に出向き、設立の経緯や活動について伺いました。

また、会設立の一番の懸案となっていたのは事務局をどこが担うかであったが、国保連合会に新たに就任された常務理事のご理解をいただき、鳥取県国民健康保険団体連合会・鳥取県保健師現任担当課・鳥取県看護協会・OB保健師有志が協力して鳥取県在宅保健師会の設立準備を行うこととなった。

【経緯】

- 平成30年4月27日 鳥根県在宅保健師等の会「ぼたんの会」を訪問
鳥根県国保連合会に4名(看護協会、県、在宅、連合会)訪問し、「ぼたんの会」木村会長、事務局担当者から設立経緯等を聞き取り。
- 平成30年4月以降 県・看護協会において情報収集を開始
県・看護協会です各市町村・県の保健師を通じ、退職保健師の情報収集を開始
- 平成30年11月 県、国保連合会と協議を開始
キーマンを軸に会員を集め、それぞれが納得し、自主的な活動が継続できる会の設立を行うためには十分に検討を重ねる必要があり、準備期間を1年とし、在宅保健師会設立時期を2020年4月予定としたい。
- 平成30年12月11日 鳥取県在宅保健師会立ち上げに向けた協議①
- 平成31年1月22日 鳥取県在宅保健師会立ち上げに向けた協議②
 - ・名簿を作成する。
 - ・市町村に関して、東部、中部、西部のキーマンを決め、担当を決めて声をかける。
 - ・趣意書の作成について、圏域のつどいの計画。
 - ・設立総会の開催について
- 平成31年3月 各圏域別に「在宅保健師のつどい」を開催
 - 東部 3月2日(土)午後2時～4時 参加者14名
 - 中部 3月2日(土)午前10時～12時 参加者10名
 - 西部 3月3日(日)午前10時～12時 参加者9名
- 平成31年2月4日 鳥取県在宅保健師会立ち上げに向けた協議③
 - ・在宅等保健師の会に求めるニーズ把握の為のアンケート調査の実施
 - ・圏域のつどいの開催
- 平成31年4月4日 鳥取県在宅保健師会立ち上げに向けた協議④
 - ・規約案の作成
 - ・設立総会の準備
- 令和元年5月25日 鳥取県在宅等保健師の会設立総会



編集後記

皆様におかれましては、公私共に新型コロナウイルスの感染症の影響を受けた3年余りであったと推測いたします。梨花の会にとっても今年度、会を設立して3年目となりますが、会員相互の交流活動が思うように実施できない状況が続き、新型コロナウイルスと奮闘する日々でした。

今回活動記録という形で、これまでの会員の皆様の日々の様子や保健活動への思いなどを共有することができたことを大変嬉しく思います。また、皆様の日々の活力につながるものが作成できたのではないかと思います。

令和5年3月発行

発行者：鳥取県在宅等保健師の会「梨花の会」
(事務局：鳥取県国民健康保険団体連合会)

TEL:0857-20-3682 FAX:0857-29-6115