



た意見が交わされました。

研修の後半には、奥田先生から「災害対応に関わる市町保健師のメンタルヘルス支援」をテーマに講話をいただきました。

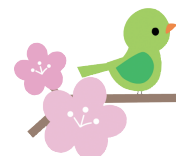
災害支援者は、時には家族の安否もわからないまま支援活動に従事し、現場で悲惨な状況に遭遇し、また、二次災害により命の危険にさらされる等、混乱の中で責任を伴う多くの業務に追われ、多様なストレスを抱えると言われています。その際の対応としては、自分自身に対して「災害発生時は支援者も含めて誰もが強いストレスを受ける可能性があり、不安や焦り等のストレス反応が出ることは当たり前である」と認識し、受け止めることが回復につながるということを学びました。今後、災害支援者として業務を行う際は、自身の不安や焦燥感等の感情に気づいたときは、未熟な自分が悪いのではないかと自分を責めるのではなく、当たり前の反応が起きていると受け止め、同僚も同じような状況にあることを意識し、組織として災害支援者のメンタルヘルス対策を検討していきたいと感じました。事後アンケートでは「災害時のメンタルヘルスは平時から風通しの良い職場を心がけることが大切だと感じた」「今日の学びを職場に持ち帰り、学びを共有したい」といった前向きな意見が寄せられました。

今回の研修会では、同じ県内で働く保健師が、普段なかなか交流が持てずにいることにも気づかされました。この研修会をきっかけに市町の枠を超えた保健師のつながりが強化されることを願っています。(令和2年1月29日)



研修会参加支援のご案内

今年度も日本公衆衛生学会への研修会参加に際し、負担金や旅費の支援を実施しました。次年度においても支援を予定しておりますので、ぜひご活用ください。



栃木県国民健康保険団体連合会からのお知らせ

本会では、令和2年度から重複服薬者等訪問指導等支援事業を開始します。当事業では、重複服薬者等に対して、文書による指導や訪問指導等を実施し、適正受診と適正服薬を推進するとともに、保険者及び地域の関係者に対する研修会を実施し、体制整備を図ります。

詳しくは、本会保健事業課(TEL 028-622-7248)までお問合せください。

編集後記

昨年は年号新たに令和の時代が始まり、令和初めての年度末となりました。

令和2年のあたらしい年を会員の皆様はどのような夢を持って迎えられましたか？

今年は「子年」です。子年は「繁栄」を意味する年でもあり、経済においても、家庭においてもそれぞれのフィールドでの活躍が期待されます。

保健師の皆様におかれましても、仕事とプライベートのますますのご繁栄をお祈りいたします。

(研修・広報班役員一同)



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2年3月16日
第13号

会長挨拶

栃木県市町保健師業務研究会会長 渡辺 良子(鹿沼市)



浅春の候、会員の皆様におかれましては、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。

日ごろより、本会の運営につきまして、ご理解・ご協力をいただき深く感謝申し上げます。

今年は東京オリンピック・パラリンピックが開催される記念すべき年です。また、十二支の最初にあたるねずみ年であり、新たなサイクルが始まる年で、未来の可能性を感じる輝かしい年になりそうです。

さて、令和の新しい時代がスタートした昨年は、大雨や台風による甚大な災害に見舞われました。各自治体では災害時の保健活動について、振り返りが行われ、活動体制等の課題が報告されています。地域によって被災状況が異なり、支援の方法は様々だと思いますが、当会では、台風19号上陸の際の対応について、各自治体の保健師が情報交換を行い、また、災害支援者のメンタルヘルスといった切り口から災害対応を考える研修会を実施することができました。今後も会員それぞれの経験を活かし、災害対策のスキルアップに取り組んでいきたいと思っております。

また、近年、生活習慣病の増加や急速な少子高齢化など住民の健康づくりを取り巻く環境や社会情勢が大きく変化しており、自治体保健師には、地域ケアシステムの推進、特定健康診査・特定保健指導、がん対策、自殺防止対策、肝炎対策、虐待予防対策等、複雑で多様化しているニーズへの対応に加え、持続可能でかつ地域特性を活かした健康なまちづくりの推進において大きな役割が求められています。

そのような中、現場では保健師免許取得までの教育課程や就職までの職務経験等の多様化により、保健師の能力が経験年数に依りて一様でないことから個々の能力把握が課題となっています。栃木県でも、保健師の現任教育指針の改定が行われ、その検討に当会委員も参加しています。今後はキャリアラダーやキャリアレベルを活用し、是非人材育成に役立てていただきたいと思います。

最後になりますが、「地域共生社会」の実現に向けて、多職種が地域に目を向け、地域を活動の拠点とし始めています。令和元年には、看護師教育の内容改定が行われ、看護師が、地域に目を向け、健康増進や予防に関われるよう能力開発が強化されています。多職種との連携は大切なことですが、保健師の強みである地域を診断する能力、必要な人材や資源を見つけて、つなぎ、事業として立ち上げる力を活かし地域の中での保健師の役割をしっかりと見出し、保健師の存在価値を守れるよう当会の活動のなかで、研修や考察を行っていききたいと思っています。

役員一同頑張っていきますので、会員の皆様のご協力をどうぞ宜しくお願い致します。



《調査研究班》

副会長 大西 美歩（大田原市）

今年度から2年間にわたり、「地域共生社会における保健師の役割」をテーマに調査研究を実施します。

本会のスローガンに『地域を「みる」「つなぐ」「動かす」住民力を引き出す保健師活動を展開していきましょう!』とあります。また、厚生労働省においては、「地域共生社会」の実現を掲げ、その具体化に向けた改革を進めています。それらを踏まえ、これからの地域づくりの方向性や保健師としてどのように関わればよいのか考察していきたいと考えています。

会員の皆様にはアンケート調査にご協力いただきましてありがとうございました。今後は、結果をもとに視察を予定していますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

《研修・広報班》

副会長 伊東 知美（佐野市）

研修・広報班では、会員の皆様がより質の高い保健活動ができるよう、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います。

保健活動は、本人や家族のみならず、地域全体を捉え、関係機関と円滑に連携しながら必要な社会資源を活用して支援していく必要があり、様々な健康課題に柔軟に対応できる幅広い専門知識が求められます。さらに、最近では、災害時の保健活動も重要視され、現場では、状況に合わせた的確な判断や先を見据えた対応が求められるようになりました。

研修は、そのようなことを踏まえた内容で企画しておりますが、次年度も研修会に参加して良かったと思っただけの内容となるよう検討して参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

《令和元年度研修会報告》

◎第1回研修会 「災害時に求められる保健師の役割」

講師：国立保健医療科学院健康危機管理研究部 上席主任研究官 奥田 博子 氏



奥田先生は、阪神淡路大震災が起きた時、被災者と支援者の両方の立場をご経験されており、今回の研修では大変貴重なお話を聞くことができました。

はじめに、災害時の保健活動に関連する法令「災害救助法」、「災害対策基本法」についてご説明いただきました。そこでは災害時要配慮者や避難行動要支援者への対策、福祉避難所、DHEAT（災害時健康危機管理支援チーム）の指針、また、保健師は自治体行政職員としての役割と専門職（公衆衛生看護師）としての役割があることが示されていることを学びました。

つづいて、災害時の保健活動は、刻々と変化する状況の把握と分析、迅速な判断と優先順位の見極めが必要であり、これらの対応を行う上では自治体職員や住民、ボランティア等災害対応にかかわる者すべてがクロノロジーと呼ばれる経時活動記録を活用し、情報共有することが重要であるというお話を伺いました。



災害時保健師はDHEAT等で派遣された専門職に対して指示すること多くを求められます。そのため、保健師にとって平時の保健師活動を通じた地区診断がいかに大切かを再確認し、被災時の「受援体制の構築」を検討していきたいと感じました。

参加者からは「平常時から災害時に動ける体制を作っておくことが大切だと知った。」「クロノロジーや受援体制整備の必要性を知ることができてよかった」など、たくさんの感想・意見が寄せられ、今後活かせる研修となりました。（令和元年5月31日）

◎第2回研修会 「発達特性のある子どもとその家族支援」

講師：西真岡こどもクリニック 理事長 仲島 大輔 氏（小児科専門医・医学博士）



仲島先生には外来診察等での経験をもとに、発達特性のあるお子さんや保護者への支援方法を具体的に、わかりやすく説明していただきました。

子育てにおいて、褒めることが良いと言われていますが、発達特性のあるお子さんへの関わりにおいても「褒める」ことで、成功体験を増やし、自己肯定感を高め、「してほしくない行動」を減らすことができるとうかがいました。

また、私たちが支援の場面で、よく使う「様子をみましょう」という言葉について、どのような状況まで様子をみるのか、どういう時に相談するのか、見通しを立てて具体的に説明がないと保護者を不安にさせてしまうことを学びました。

そして、西真岡こどもクリニックでは保護者が疲弊しないように、地域の保健師や保育施設・学校等の多職種と連携しながらチームで支援しているとうかがいました。

参加者からは、「家族への関わり方や、具体的な説明の仕方など参考になった」、「発達特性のある子どもの対応について具体的な話が聞けて良かった」など、たくさんの感想が寄せられました。

本日の講話から、地域で暮らす子どもとその家族の困り感を理解し、本人の自尊心を下げないように配慮しつつ、家族が疲弊しないように注意を払い、医療、福祉、教育、地域といった各分野の専門職が連携、協働し、チームで支援することが求められていることを再確認できました。（令和元年10月24日）



◎第3回研修会 GW「台風19号の災害保健活動を振り返って」

講演「災害対応に関わる市町保健師のメンタルヘルスについて」

ファシリテーターおよび講師：災害支援のあり方検討委員会

委員長 春山 早苗 氏 副委員長 安齋由貴子 氏
委員 奥田 博子 氏 委員 島田 裕子 氏

令和元年10月、日本に上陸した台風19号は記録的な豪雨、河川の氾濫を招き、栃木県の各地にも浸水等の甚大な被害をもたらしました。

この研修会では、その当時の各自治体の保健師活動を振り返り、また、平時にどのような準備をしていたのか、情報交換を行いました。

今回、台風上陸に際し、気象庁は3日前に警戒を呼びかける異例の会見を行いました。その直後に全庁的な対応が検討された自治体もありましたが、多くの保健師は、振り返りの中で「上陸前の準備が十分でなかった。懸命に対応したが、平時の備えが重要だと実感した」と話していました。そして、これから先、またいつ起こるかわからない地震や自然災害に備え、「もっと情報交換をし、自治体を越えて一緒にマニュアル作成を行いたい」「災害時の保健師活動について継続して学びたい」といっ

