



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3年3月1日
第14号

会長挨拶

栃木県市町保健師業務研究会会長 伊藤 洋子（真岡市）



早春の候、会員の皆様におかれましては、ますますご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。
2020年の年明け早々から始まった新型コロナウイルス感染症の拡大は、人々の健康や生活、経済活動に深刻な影響を及ぼし続けています。

私たち保健師自身も先の見通しの立たない状況の中、不安や戸惑いを感じながら、それぞれの部署や組織横断的に、人材や業務の調整、組織間や関係機関との連携を図り、感染拡大防止対策や地域外来検査センター業務、新しい生活スタイルに対応した保健事業の展開など、住民の不安を軽減し、生命と生活を守るための保健活動に懸命に取り組んできたところであります。

本会活動におきましても、例年どおりの総会や研修会活動ができない状況の中、どうにか皆さんに学ぶ機会の提供ができないかと役員及び事務局で検討し、オンライン開催となった第79回日本公衆衛生学会総会及び第9回日本公衆衛生看護学会学術集会への参加支援を行いました。また、公衆衛生活動の基盤である人と人が繋がる機会が制限された「自粛生活」においては、子育て家庭や高齢者世帯の孤立化、不登校やひきこもり、DVや虐待、経済的貧困家庭等の増加が危惧されます。複雑・多様化したニーズに対応していくための「地域共生社会」実現の重要性を実感し、コロナ禍ではありましたが、本会活動の「地域共生社会における保健師の役割に関する調査・研究」を継続し、理解を深めるための研修会と視察研修を実施いたしました。

急速な少子高齢化、刻々と変化する社会情勢の中、スピード感をもって対応することが求められる新型コロナウイルス感染症への危機管理対策と平行して、高度で複雑化した健康課題への保健・医療・福祉・介護等との連携及び、住民との協働による効率的・効果的な地域保健活動を展開することがこれまで以上に求められています。また、ワクチン接種やコロナ禍の新たな局面に対応する組織内、自治体間の体制整備など、保健師の果たす役割は増大しています。

保健師は、地域の人々の生命と生活を地域の人々と共に守る仕事です。保健師のコアであり、本会活動のスローガンである「地域を『みる』『つなぐ』『動かす』住民力を引き出す保健活動を展開していきましょう!」、「行政保健師として住民の命、健康を守る責任と向き合いきましょう!」を合言葉に、仲間同士分かち合い、エネルギーをチャージし、この局面を共に乗り越えてまいりましょう。

今後も、当会が市町保健師のモチベーションを高め、人材育成やスキルアップの一翼が担えるよう、役員一丸となって活動の充実と発展に向け取り組んでまいりますので、会員の皆様のご協力をお願いいたします。



めるための普及啓発活動もしています。

ポラリスに寄せられた相談のうち最多を占めるのがひきこもりと不登校相談です。また、令和2年度から「中高年のひきこもり相談支援」も開始となったことから40代以上の相談が増えているそうです。社会に出るきっかけを失ってしまった若者の状況や支援の現状、行政との連携事業についてお話を伺いました。



ポラリスでは、学校復帰や就労を前提とせず、本人が元気になるためにできることを増やす支援を大切にしているそうです。支援のポイントとして心がけていることは「長いスパンで成果をみていくこと」、「細かな指標を設定し状態の変化をみていき少しでも状態が変われば効果があると認めていくことを心がけている」ということでした。例えば、スモールステップとして家族内で役割を持つことも重要だそうです。そうすることで、外に出るなどの次のステップにつながると強調されていました。

しかし、本人はもちろん家族もそれを理解し実行し継続していくためには1度や2度の支援では難しく、長期的な支援には、ひきこもりサポーターの関わりや様々な関係機関と連携していくことが必要と話されていました。

今回の視察や研修から、当事者本人や家族ひとりひとりに寄り添っていく支援が必要だと感じました。

研修会参加支援について

今年度は、オンライン開催となりました日本公衆衛生学会総会および日本公衆衛生看護学会学術集会参加に際し、参加費等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、統計データを見やすいグラフとして作成した「目で見える栃木県の医療費状況 令和元年度分（令和2年度作成）」を令和3年1月に本会ホームページ（<http://www.tochigi-kokuho.jp/guide/medemirur1.html>）に掲載いたしました。

保険者における健康課題の把握等にご活用ください。

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。

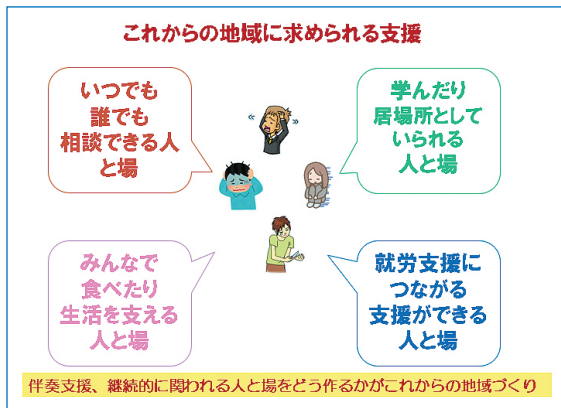
編集後記

新型コロナウイルス感染症の流行という未曾有の事態発生から1年が経過。コロナ禍で様々な制限がある今、人とのつながりの大切さがクローズアップされています。

私自身も上司や同僚との雑談でほっと一息ついていきます。明るい笑いを生む上司やモノマネの上手い上司の陰で、難しいことが多い中でも職場は笑いが絶えません。

笑う門には福来たる！笑顔は免疫力を高めます。私達保健師が大事にしているコミュニケーションの力で、新年度も頑張っていきましょう。

（研修・広報班役員一同）



保健師は、家族の想いに寄り添うとともに、自室にこもり、家族との会話がなくなる“混乱期”では、家族が当事者に対して「おはよう」「行ってくるね」というような何気ない声掛けなどの対話を繰り返すことで信頼関係につながることや、何かしかなど動き出すことをほのめかす“ためらい期”が、支援機関や居場所の情報提供の目安であることなど、ひきこもり当事者の変化に合わせた対応等について、支援していくことが必要であると感じました。

「ひきこもり支援は“人生支援”、いつどこで困るかわからない。だからこそ、家族以外の第三者が支援することが大切であり、孤立させない仕組みづくりをする必要がある。」と先生がおっしゃっていました（スライド 2 参照）。

今回の講話から、ひきこもり支援は当事者が徐々に人や社会とのつながりを持てるよう、長期に渡って支援する必要があるため、官民、多職種、他機関が連携して支援することが大切であると感じました。

（令和 2 年 11 月 10 日）

【アンケート結果】

- 今までモヤモヤしていた不登校、ひきこもり支援の現状や支援のポイントなどが大変わかりやすく学ぶことができた。
- 行政の壁があるかもしれないが、保健師は問題発生前から母子保健では常に伴走者になるべきであるため、再認識していきたい。
- 今までの考え方（視野）が狭かったと感じたが、保健師として何ができるか今後考えたい。
- 制度の狭間にいる方への支援が埋もれてしまい、行政として動きがとりにくいと感じることも多かったが、「官民連携」という話を聞いて、もっとできることがあるかもしれないと考えることができた。



《令和 2 年度調査研究事業視察》

◎視察先：栃木県子ども若者・ひきこもり総合相談センター 「ポラリス☆とちぎ」



第 1 回研修会後の令和 2 年 11 月 30 日（月）、宇都宮市戸祭にある栃木県子ども若者・ひきこもり総合相談センター、通称：「ポラリス☆とちぎ」（以下ポラリス）を調査研究班が視察し、中野謙作センター長からお話を伺いました。ポラリスは子ども・若者育成支援推進法に基づく「子ども・若者総合相談センター」と、「ひきこもり対策推進事業実施要領」に基づく「ひきこもり地域支援センター」としてそれぞれ県からの委託を受け、事業を実施しています。

ポラリスでは、不登校、ひきこもりなど様々な悩みや困難を抱える子どもや若者とその家族の相談に応じています。相談業務だけでなく、ひきこもりサポーター養成、家族支援、就労支援など業務は多岐にわたります。また、家族セミナーや、講演会などの事業を通し、ひきこもりの家族に寄り添い、社会の理解を高

《調査研究班》

副会長 大西 美歩（大田原市）

調査研究班では、令和1・2年度の2年間で会員の皆様のご協力のもと「地域共生社会における保健師の役割」についての調査を実施させていただきました。昨年度実施したアンケートでは、支援ニーズの複雑化、地域資源の不足、地域組織の育成・協働が、共通課題であることが明らかになりました。行政だけでなくボランティアグループやNPOなどとの連携が求められている現状から、具体的な協働事例について知るために、地域におけるひきこもり支援の拠点として活動している「ポラリス☆とちぎ」の視察見学を行いました。報告書が出来上がりましたら、ぜひ御一読いただけますと幸いです。

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様、事務局の方々に改めて感謝申し上げます。

《研修・広報班》

副会長 伊東 知美（佐野市）

研修・広報班では、調査研究班で実施した地域共生社会に関する調査研究をもとに、「ひきこもり支援」をテーマにした研修会を企画しました。今年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、研修会は1回のみで開催となりましたが、「地域共生社会」への理解が深まる有意義な研修会だったと思います。

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することが求められます。

研修は、このようなことを踏まえた内容で企画しております。次年度も、研修会に参加して良かったと思っていただける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2年度研修会報告》

◎第1回研修会 「子ども若者・ひきこもり支援の現状と課題」

講師：栃木県子ども若者・ひきこもり総合相談センター「ポラリス☆とちぎ」センター長 中野 謙作 氏



本研修は、複雑化した支援ニーズを抱えがちなひきこもり支援方法を学ぶとともに、より一層「地域共生社会」への理解を深め、日々の保健行政に資することを目的として実施しました。

中野先生からは、長きにわたる相談支援等の経験をもとに、様々な問題を抱える家族や当事者への支援方法を事例も交えながら、具体的にわかりやすく説明していただきました。

不登校、ひきこもり、子どもの貧困、全てに共通しているのは、社会的孤立です。社会的自立を促進するためには、まず社会的孤立を防ぐことが課題です。当事者がひきこ

もる行為は「自分を守るため」であり、当事者と支援者両者におけるキーワードは「安心・安全」です。支援者は、当事者の安心・安全を守りながら、当事者に寄り添った支援を行うことが大切となります。

ひきこもりの支援というと復学・就労などにつなげることを思い浮かべがちですが、「社会の枠に合わせるのではなく、ひとりひとりの方向性に寄り添っていく支援」が必要です。まずは家族支援を行い、「家族の中で安心・安全が確保できれば次の段階に進む」ことを学びました（スライド1参照）。

家族はどのように子どもと向き合うか

- ・就労、就学を目標としない
- ・安心できる場づくりと関係づくり
- ・家族(同居家族)が同じ方向性を持つ
- ・「行きたくない」を尊重する
- ・どうすれば元気になるかを考える

- ・対話を繰り返す＝信頼関係の回復⇒家庭が安全
- ・安心できる休養期間を約束し、必要なら環境調整
- ・信頼関係が修復しない限り就労、就学の話はしない
- ・適度な距離を保ちつつ関わりを続ける

スライド1