

# 健康づくりを支える保健師の専門性 ～小林市の保健事業を通して～

小林市役所 健康推進課 峯田孝子

# 1 はじめに

平成25年に「地域における保健師の保健活動について」通知がされ、「市町村は実態把握及び健康課題の明確化、地域診断を実施し、市町村において取り組むべき健康課題を明らかにするとともに、各種情報や健康課題を住民と共有するよう努めること」となっている。少子超高齢社会による人口減少、疾病構造の変化、家族の変化、また、個人主義などにより個人完結型になり、周りの人々とのつながりが必要な時代である。そのような中、健康推進員は健康づくりを目的に養成され、平成20年に特定健康診査が始まり受診率アップに向けて育成強化され、現在は共生社会にむけて重要な人材である。また他にも様々な推進員が地域の健康課題に取り組んでいる。保健活動の本質を視点に住民間で問題解決できる仕組みづくり地域づくりを展開してきたので、現在までの経過をここに報告する。

## 2 小林市の概要

小林市は面積563.09km<sup>2</sup>で、宮崎県の7.3%を占める。

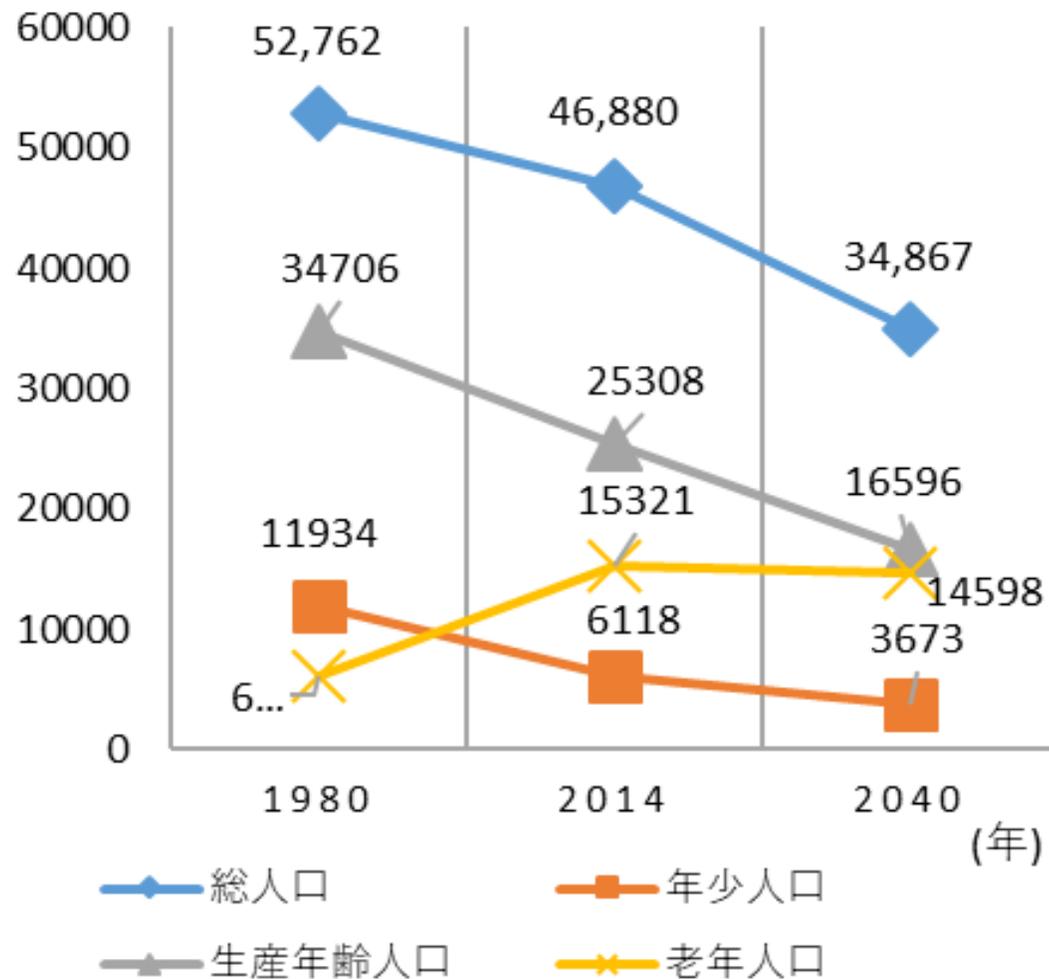
昼夜の気温差や夏と冬の寒暖差が大きく、霧の発生が多い地域。

平成18年に須木村と平成22年に野尻町と合併し現在に至る。

保健師数 14名 母子保健G・歯科感染G  
けんしんG・健康支援G

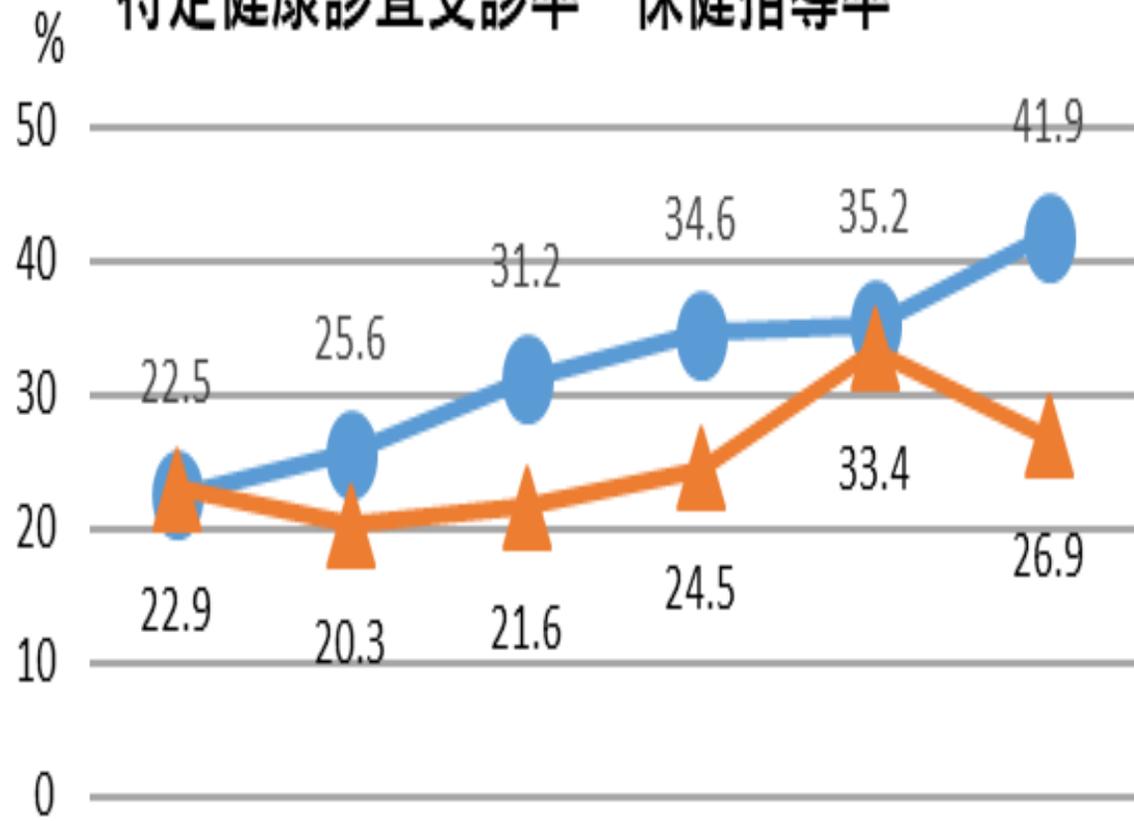
平成31年度より、  
長寿介護課へ保健師1名配置

### 小林市の人口構成の変化



※年少人口：0歳～14歳、生産年齢人口：15歳～64歳、老年人口：65歳以上

# 特定健康診査受診率・保健指導率

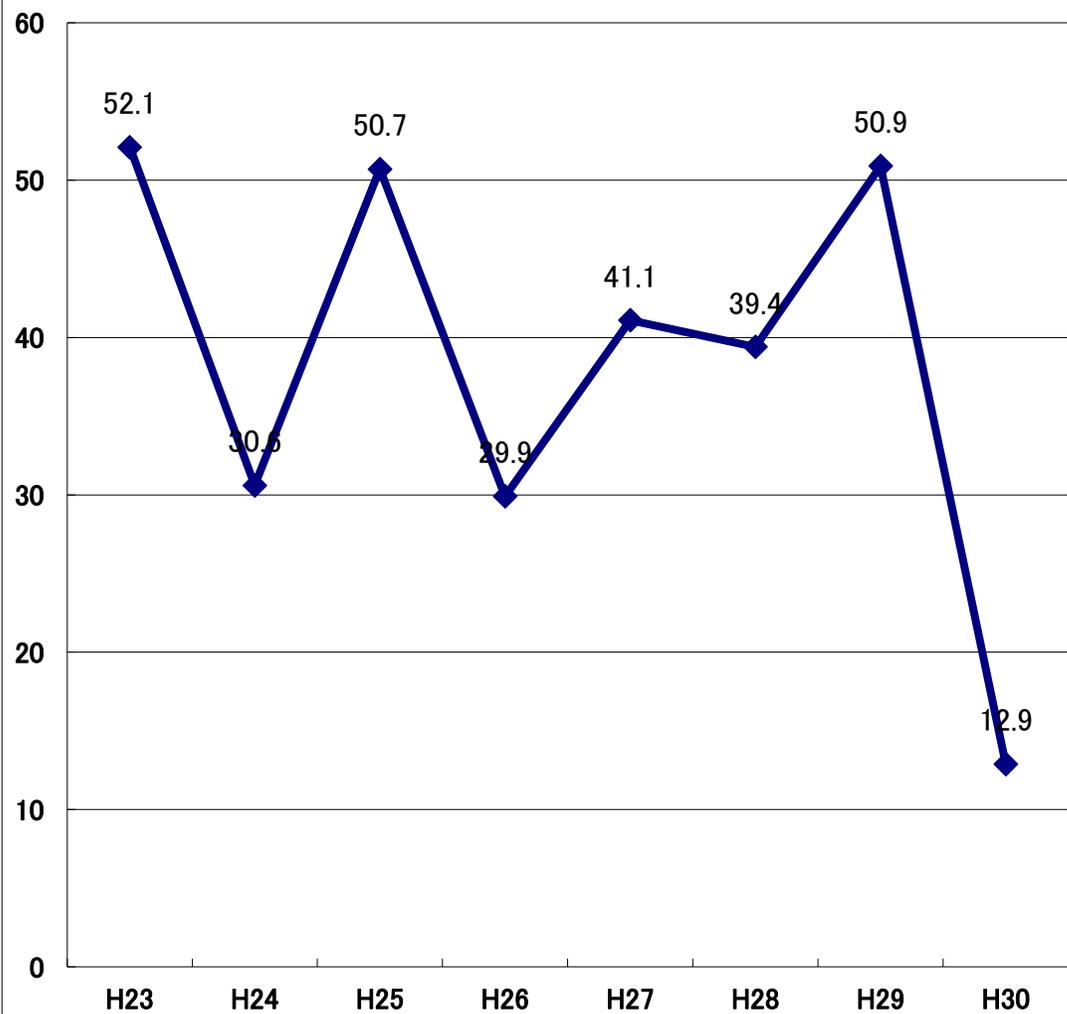


H24 H25 H26 H27 H28 H29  
● 小林市国保特定健康診査の受診率 (40歳~74歳)

▲ 小林市国保特定保健指導の実施率 (40歳~74歳)



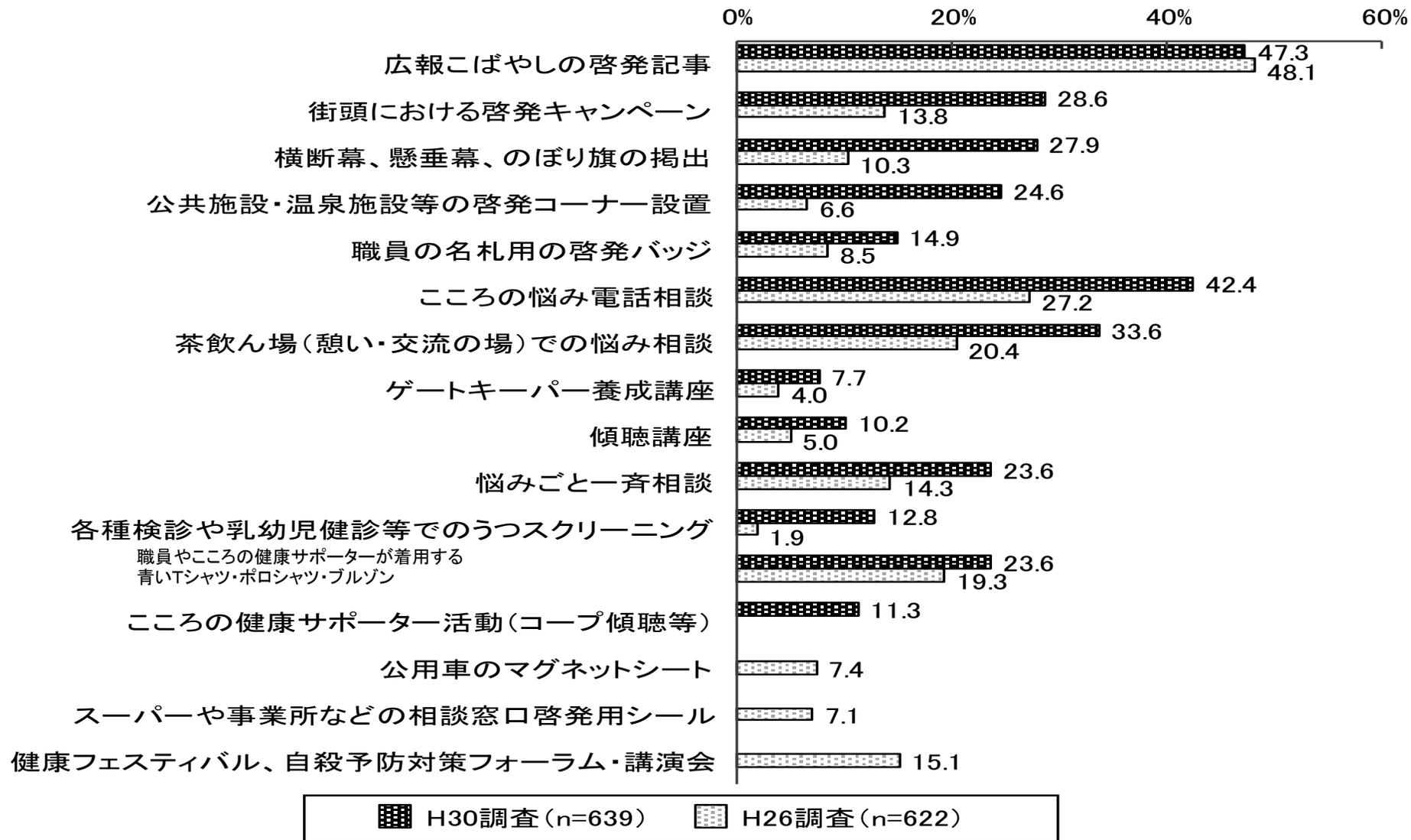
## 自殺死亡率の推移



\* H30警察庁統計（住民）



# 自殺対策事業の認知度



※H30調査は、各事業について「知っている」「知らない」を選択する形式で、「知っている」の割合  
H26調査は、知っている事業を全て選択する形式で、「知っている」の割合

### 3 対象と方法

生涯健康づくり推進協議会・自殺対策協議会

健康推進課・長寿介護課・スポーツ振興課

小林市社会福祉協議会・小林市地域包括支援センター・のじり地域包括支援センター

年度	打合	内 容	参加者数
27	3	各推進員の活動紹介 地域での健康づくり GW	71名
28	2	地域を元気にしよう会 医師講演包括ケアシステム GW	120名
29	7	地域を元気にしよう会 関係図作成 GW	81名
30	6	活動誌 発行	—

## 健康推進員

各種健(検)診受診勧奨の街頭PRや地域での健康増進に関する活動を実施

## 食生活改善推進員

ベジ活PRや幼少期～高齢者への食育教室、近所への家庭訪問、イベントでの食育活動・振る舞い等を実施

## こころの健康サポーター

自殺予防やこころの健康に関する知識の普及・街頭PR、傾聴活動、地域サロンでの絵本・紙芝居の読み聞かせ等を実施

## 母子保健推進員

こんにちは赤ちゃん訪問や子どもの各種健診時の介助を実施

## スポーツ推進委員

サロン・茶飲ん場での運動指導など、市民の体力維持向上を目指して活動実施

## 貯筋運動指導員

貯筋ステーションでの指導。自主活動に向けてサロン出前講座等を実施

## のじりオレンジの会 (認知症サポーターリーダー)

傾聴訪問や地域での見守り活動、認知症カフェの運営。  
認知症の人とその家族を支援する地域活動を実施

## のじりさざんかの会 (生活・介護支援サポーター)

高齢者の見守り、傾聴訪問やイベント行事等の協力。  
貯筋ステーションや茶飲ん場の補助等の活動を実施

## 校区・地区社会福祉協議会

「地域や暮らしのこまり事が早期に発見・解決され、住み慣れた地域でその人らしく、暮らし続けられる福祉のまちづくり」を実現するため、それぞれの地域に合った「地域ネットワーク」を構築し、地域の課題解決に向けた取り組みを地域ごとに推進する組織

## ふれあい・いきいきサロン

地域の人々が住み慣れた地域で、支え合い安心して暮らせるよう、福祉の増進、健康の維持、寝たきり予防、認知症予防、ふれあいの創設のために、住民主体で事業を企画運営し、楽しい仲間づくり等の活動をする団体で、市内で約100団体が活動を実施

## 民生委員・児童委員

地域住民を支援するボランティアで、地区ごとに配置され、地域の皆様の身近な相談相手。高齢者や障がいのある方への支援や、子育て、介護の不安など、生活や福祉全般に関する相談・援助活動を実施

## ひまわりの会（認知症サポーターリーダー）

認知症に関する啓発、見守り声かけ訓練。認知症の方の見守りや訪問活動、認知症カフェの運営

## 青空会（介護予防推進員）

介護予防にかかる様々な活動を実施。貯筋クラブや太極拳教室、ゴールデンエイジ大会の協力

## ひだまりの会（傾聴サポーター）

月一回の定例会を行いながら、認知症の方やうつ・閉じこもり傾向のある方の自宅への訪問

## NPO法人ハートム

### 自殺対策相談業務

- ・茶飲ん場（市内8カ所）
- ・こころの電話相談（毎週月曜20時～22時）
- ・啓発活動
- ・自殺防止パトロール

# 4 結果

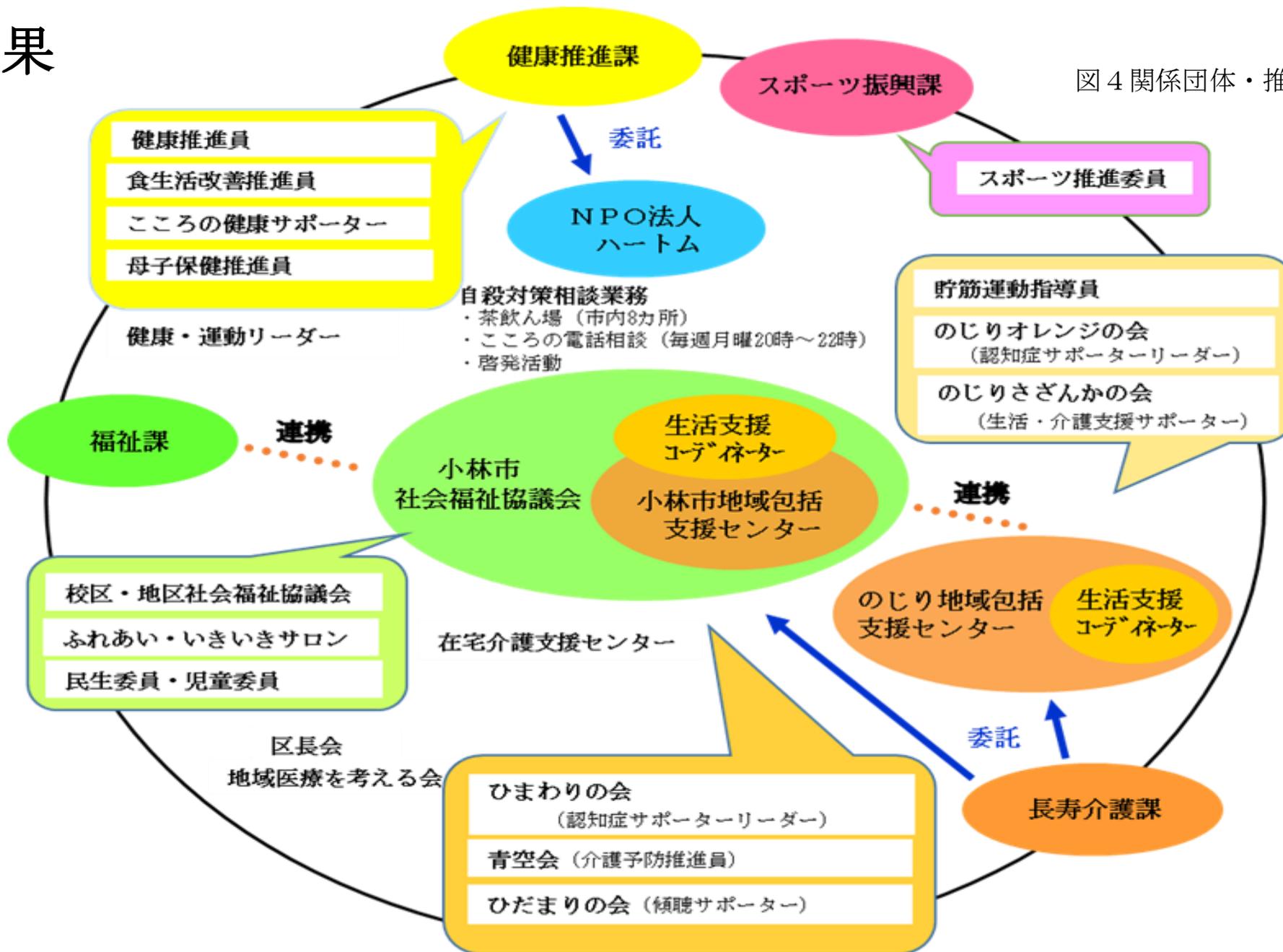


図4 関係団体・推進員等関係図

住民のリーダーの横の連携が取れ、それぞれの目的を知り、共有することができた。

また、関係団体の事業を知ることで、協力体制を確認しながら日常の業務を見直し、既存事業の見直しや、資源や人材、優先順位を考慮しターゲットを絞り、対象に見合った保健事業に組み替えることができた。現在包括支援センターより、運動教室の案内、自殺対策の居場所づくり等が一覧表になり毎年発行されている。

## 5 考察

市町村保健師は住民と顔の見える関係にあり、日頃より**健康相談・教育**等で人を知ることができる。**集団**教育をしながら**個人**を見、推進員へ協力依頼できた。各種推進員が多くなることで、地域の**健康問題**に**早期**に気付き、つなぐ仕組みができる。つまり、生活習慣の改善や適切な医療・悪化、重症化予防、自殺予防ができることになる。これらが、保健活動の本質「みる」「つなぐ」

「動かす」②予防的介入の重視③地域活動に立脚した活動の展開になる。しかし、これには保健師の力量も必要である。学生時代から保健師として社会情勢を踏まえた長期的な将来を見据えることができる保健師像を得ることに期待する。

また、連携・改善する方法として「見える化」することで促進することができたと考える。地域の健康を守るうえでも「見える化」は重要な視点で

みる・つなぐ・動かす →→→

方法・個から集団・健康レベル・関係機関・保健師としての自分

## 6 おわりに

今回「地域を元気にしよう会」にかかわってくださった皆様に心から感謝いたします。

### 参考文献

- 1) 原田正樹：地域共生社会の実現に向けて その背景と方向性 保健師ジャーナルVol.74No.10 P818 - 823
- 2) 尾田進：「地域における保健師の保健活動に関する指針」のポイント  
保健師ジャーナルVol.69No.7 P496 - 503