

保健師 職能委員会だより

第57号
令和3年
12月発行

公益社団法人神奈川県看護協会 保健師職能委員会 発行責任者:小田 真智子
〒231-0037 横浜市中区富士見町3番1 神奈川県総合医療会館内
TEL 045(263)2901 FAX 045(263)2905
E-mail:kanakan1@basil.ocn.ne.jp URL:https://www.kana-kango.or.jp

ごあいさつ

公益社団法人神奈川県看護協会
保健師職能委員長 小田 真智子



日頃より当委員会活動にご理解とご協力をいただきありがとうございます。
新型コロナウイルス感染症が猛威をふるい私たちの生活が一変しました。
あらゆるところで必要な感染予防対策が取られ、徐々にワクチン接種が進んできていますが、
まだまだ予断を許さない状況です。先の見えない中、様々な現場でご尽力いただいている看護
職の皆様に感謝と敬意を表したいと思います。
さて、当委員会では、引き続き「県民の健康的な暮らしの実現のため、予防的視点を踏まえ健
康課題の解決に向けて取り組み、具体的な保健師活動の技術や専門性の向上を図る」を目的に活
動を行っており、研修会等においては看護職の専門性やセルフケアに役立つような内容を計画し
ています。昨年度は、感染状況を鑑み、残念ながら中止とした研修がありましたが、今年度はオ
ンラインによる研修会の開催に取り組むなど、システムに不慣れなメンバーも奮闘し、工夫して
運営しておりますので、是非とも関心を持っていただき多くの皆様のご参加をお待ちしています。

令和3年度 保健師職能委員紹介

保健師職能委員長	小田 真智子	(川崎市多摩区役所地域支援課)
副委員長	川田 貴久江	(横須賀市民生局福祉部健康長寿課)
会 計	岩井 裕子 大林 八重子	(横浜市保土ケ谷福祉保健センター) (相模原市健康福祉局保健衛生部中央保健センター)
書 紀	中野 祐子 磯崎 夫美子	(茅ヶ崎市保健所保健企画課) (平塚保健福祉事務所秦野センター)
総 務	松坂 由香里 舟久保 麻理子 小比田 協子	(神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部看護学科) (藤沢市保健所保健予防課) (座間市健康づくり課保健予防係)

令和3年度 保健師職能委員会活動計画

県民の健康的な暮らしの実現、保健医療福祉の推進のため、専門職として専門性の向上を図ると共に、会員の交流を図ることを目的に、次のような活動を行っています。

(会員数 10月現在 719名)

	日 時	内 容	参加者数
職能集会	7月8日(木) 13:30～13:45	令和2年度活動報告・令和3年度活動計画	
講演会	7月8日(木) 13:45～16:30	エニアグラムを学ぶ(オンライン) ～ 個々の特性をいかしたマネジメントから職場を変える～ 講師：日本エニアグラム学会 副理事長 内田 智代 氏	46名
研修会	10月1日(金) 14:00～16:30	ひきこもりの理解(オンライン) ～ 「こもりびと」の気持ち・親の気持ち～ 講師：白梅学園大学 子ども学部子ども学科 長谷川 俊雄 氏	31名



☆研修実施報告は、県看護協会のホームページに掲載中です。

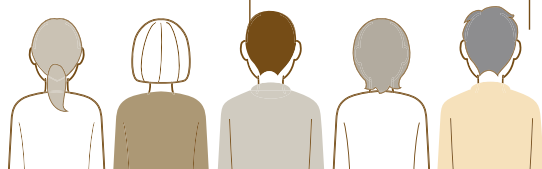
☆万が一研修会が中止になる場合は、研修申込サイトにご登録頂いたメールアドレスへご連絡します。また、看護協会ホームページにも開催中止について掲載致します。



[今後の予定]

研修会	12月17日(金) 14:00～16:30	ひきこもりの支援(オンライン) ～ 「こもりびと」を支える支援者の役割～ 講師：白梅学園大学 子ども学部子ども学科 長谷川 俊雄 氏
-----	--------------------------	---

会員交流	保健師職能だより 年1回発行
その他	関係機関・関係団体の会議等の協力 日本看護協会・県看護協会の活動への参加



令和3年度 保健師職能集会・第1回講演会報告

令和3年7月8日

神奈川県看護協会 第1研修室よりWeb配信

今回は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響を考慮し、初めてのオンライン開催となりました。

保健師職能集会

令和3年6月に神奈川県看護協会会長に就任された、長野広敬会長よりご挨拶をいただきました。長野会長からは、新型コロナウイルス感染症の対応に従事する看護職への労いの言葉をいただきました。また、保健師職能委員会の退任・新任委員について、新旧委員長より紹介をさせていただきました。

講演会 テーマ「エニアグラムを学ぶ

～個々の特性をいかしたマネジメントから職場を変える～

講師 日本エニアグラム学会 副理事長 内田 智代氏

エニアグラムは、自己成長とコミュニケーションのための人間学で、自分を理解すること・他人を理解することを学びます。「どうして自分はこうしたいのか」「何を大切に思っているか」「自分の価値観は何か」を深く掘り下げることによって、本当の自分を見つけていきます。その結果、他者のことも尊重し、自分の特性も相手の特性も理解し、受け入れられる組織づくりへつながっていきます。

エニアグラムとは、『自分探しの旅』です。人は9つのタイプに分かれます。人は奥深い存在で、タイプ1～9のすべてのタイプをもち、エニアグラムのタイプは、表面に現れる行動ではなく、“無意識の「動機」の違い”によって9つのタイプに分けられるとのことでした。

事前課題として、自分がどのタイプに当てはまるのかを検討し、申告していただきました。自分はどんな特性を持っているのかを知らず、他者を知り、豊かな人間関係へとつながっていきます。

受講生の皆様との双方向性のある講演会とするため、

Zoomのブレイクアウトルームを活用したグループセッションを複数回実施しました。グループは、同じタイプの方向士を同じグループになるようにしました。

「自分を文房具に例えると」「自分を動物で表すと」をテーマにグループセッションを行い、最終的には、「自分たちの強み・弱み」「自分の特性を職場でどのように活かすのか」までを話し合いました。

初のオンライン講座で、準備も今までと異なり、打ち合わせを重ねての開催でした。多くのお申込みをいただき、Zoomのログイン方法に関するご質問も少なく、受講された皆様のご協力に感謝いたします。

新型コロナウイルス感染症の対応で大変な毎日だと思いますが、仕事の内容ではなく、自分自身に目を向けた内容は、自分自身を振り返る貴重な機会となり、同じタイプの方とお話しする中で、リフレッシュにもなったのではないかと思います。講師とも、他の受講者とも交流できる内容となったと思います。

長野会長



内田講師



(注) 4 ページ以降「新型コロナウイルス感染症」を「新型コロナ」と表記しています。

コロナ禍における妊娠期からの切れ目ない支援

横浜市保土ヶ谷福祉保健センター 岩井 裕子

コロナ禍においても妊娠期からの切れ目ない支援のために、横浜市では「妊産婦等総合対策事業」として様々な事業展開をしています。

妊娠期には、緊急事態宣言中は母子健康手帳を郵送にて交付し、また、通年で両親教室のオンライン開催や保健指導の動画を配信しています。産後には、コロナ禍で里帰り出産ができない、親族のサポートが得られないなどの際、産前産後母子ヘルパー派遣や産後母子ケア事業を利用した時の自己負担費用を助成しています。ニーズは高く、保健師も事業者と連携しながら支援を行っています。

密を避けるために集合型の事業を縮小せざるをえない状況ですが、その最たる乳幼児健診では、同日に半数ずつ2回行う2部制や、受付時刻をずらしてのご案内などの工夫をするほか、並行して、市医師会・市歯科医師会のご協力を得て医療機関による個別の「特例健診」も実施しています。また各健診時の保健指導は、動画を作成し配信することで時間の短縮化を図っています。

保土ヶ谷区でも独自に子育てアドバイスの動画を複数作成・配信しており、生後2か月からの腹ばい運動は約8万6千回再生されるなど、乳幼児健診の狭間のニーズに対応しています。

茅ヶ崎市における母子保健活動

茅ヶ崎市保健所健康増進課 須田 真純

感染症対策として、母子保健事業も状況に応じて教室や相談事業を中止せざるを得ないなど、妊娠中、子育て中の方は、孤立しやすい状況となってしまいました。特に気になっていたのは、事情により本来保育園に預けることが必要なのに、新型コロナへの感染が心配で保育園を休むなど、母子で家にこもっている方が増えていることでした。訪問に行き、子どもの発達状況を確認しながら、母の話を傾聴し、子育ての不安やイライラを少しでもやわらげられるよう、各地区担当保健師は事業の合間をぬって訪問を重ねました。管内の陽性者が増えるにつれ、コロナ対策班への応援の頻度が増えたり、

ワクチン接種など、本来の母子保健担当以外の業務も増えた中で、優先順位を考えながら対応してきました。

また、教室や相談事業の中止にともない、オンライン教室やオンライン相談の体制を整備しました。まだ開始したばかりですが、1歳児の食事と歯の教室をZoomによるオンライン教室にしたり、妊婦さんや乳幼児の保護者を対象に、オンライン相談を開始しました。オンライン相談では、自宅での様子が見られるなどの良さも感じられています。これからも既存の事業にこだわらず、母子保健として何ができるか考え、妊産婦さんの安心や乳幼児の健やかな成長につなげていきたいです。

神奈川県児童相談所における 新型コロナ濃厚接触児童の一時保護対応

神奈川県中央児童相談所 子ども支援第一課 山岡 明美

神奈川県児童相談所（以下、児相）は、令和3年4月に大和綾瀬地域児童相談所が新設され、6児相となりました。保健師は各児相に1名配置され、保健、医療に関する専門性を生かしながら支援チームの一員として活動しています。児相は、通常0～17歳までの子どもに関する家庭の相談等に応じていますが、令和2年5月から通常業務に加え、新型コロナにより保護者が不在となった子どもの一時保護対応が始まりました。この対応にあたり、児相保健師は、一時保護施設の感染対策整備、感染症予防マニュアルの作成、福祉職員（児童福祉司、児童心理士等）への

研修等を行い準備しました。新型コロナによる一時保護が決まると、6児相から保健師と福祉職が一時保護施設に招集され、活動します。令和3年9月までに、17名の子どもを一時保護しました。中には、泣き続ける幼児やゾーニングの理解が難しい障がいを持った子どもの感染対策に苦慮することもありました。この一時保護体制は2年目となりましたが、子どもと職員の安全に配慮し、県児相全体で非常事態に取り組んでいます。



感染防護した
児相の福祉職員

新型コロナウイルス感染症の自宅療養者への支援について

相模原市中央高齢・障害者相談課 中村 結佳

昨年12月頃からの新型コロナウイルス感染者数の増加（いわゆる第3波）により自宅療養者も増えたことから、相模原市では市内の関係各課の協力により見守り体制を強化しました。具体的には、

- ① 自宅療養者で、自身でセルフチェックができない高齢者等の方に対して各区の高齢・障害者相談課等の保健師が直接訪問し健康観察や安否確認を行う。また、県からのパルスオキシメーターが届くまでの間、状態に応じて市の機器を貸し出し、使用方法の説明、酸素飽和度の測定を行う。
- ② LINE や電話などで健康状態について回答のない方、また発生届受理後に連絡が取れない方へ安否確認のために、各区の生活支援課（生活保護のケースワーカー）等が中心となって訪問（居宅内には入室しない）を行う。

①②ともに各区で実施することで移動時間が短縮され早

めに対応ができること、また①については、感染症対策課からの依頼を中央高齢・障害者相談課（以下「中央」という。）が集約し、中央から各区に対応を依頼することで効率よく対応できるようにしました。

1月下旬から開始した①については、疫学調査実施直後に入院の必要性の判断のため訪問することが多いですが、中には療養期間終了まで毎日自宅訪問し健康観察を行う方もいます。また、療養期間中よりケアマネジャーやかかりつけ医等の関係機関と連携し、療養終了後にスムーズに引き継げるよう調整も行っています。

当初は高齢者が中心でしたが、現在は全ての自宅療養者に対応しています。（対応件数は少ないですが）最近では相模原市医師会の協力もいただきながら体制の強化につなげているところです。引き続き関係部局が連携し日々改善しながら自宅療養者への支援を実施したいと考えています。

コロナ禍における市職員による高齢者個別訪問

藤沢市高齢者支援課 内田 美奈子

新型コロナによる自粛生活の長期化により、高齢者のフレイル状態が心配されました。そのため、保健師を含む市職員が、介護保険サービスなどを利用していない、85歳以上の一人暮らし高齢者を個別に訪問し、高齢者のフレイル状態の把握を行い、困り感に対応することとしました。

実施時期は、令和2年6月～9月、対象件数は1,050人、実際に対面もしくはインターホン越しで状況把握できた方は63%の665人でした。具体的な内容としては、「体調の変化」「別居家族からの支援」「近所のつながり」「友人関係」「活動状況」「生活面の困り感」などを確認し、必要時、福祉サービスや相談窓口の紹介などを行いました。

高齢者に実際にお会いし、コロナ禍の日常について話を伺い、生活状況を確認することにより、「コロナ禍の自粛生活による高齢者の気力・体力の衰え」は予想どおりでしたが、その影響の受け方には個人差があり

ました。また、高齢者が住み慣れた地域で一人暮らしを続けるためには、「別居家族の時折の支援と近所づきあい」「電話やメールでの人とのつながり」「若い頃から続けている趣味やスポーツ、その活動の仲間とのつながり」などが重要であることがわかりました。さらに、自粛期間中に、転倒・骨折された方が複数いたため、本市の介護保険の認定状況を調べたところ、要因が骨折の方が多くいることがわかりました。このことから、今年度から転倒予防アクションプランとして、介護予防事業の柱として転倒予防の普及啓発に力を入れることとしました。

今回、コロナ禍における高齢者の安否確認を含むフレイル状態の把握がきっかけであった高齢者個別訪問でしたが、市側に多くの気づきと、高齢者が在宅生活を継続するための施策についての学びがありました。この気づきと学びを全庁で共有し、活用していきたいです。

プロボノで、ご当地体操リニューアル！

川崎市中原区役所地域支援課 山根 千穂

川崎市は、複数の保健師が担当する地区担当制で業務を執行しています。その中でも中原区は「タワマン」で知られる武蔵小杉駅周辺も管区内にあることから、令和3年9月現在、人口約26万5千人、令和元年10月現在の年齢3区分別人口は（カッコ内は県の平成31年1月現在の調査結果）、年少人口12.9%（12.0%）、生産年齢人口71.8%（62.6%）、老年人口20.3%（25.4%）であり、出生数も年間約3,000人という地域です。

コロナ禍における健康づくり・介護予防事業は、対象者の年齢や感染リスクを踏まえ、活動を止むを得ず中止・延期するところが多く、外出頻度や運動量の低下だけでなく地域の繋がりがさらに薄くなっていくことへの危機感を感じていました。そのため、コロナ発生当初は、保健師がTVKやFMかわさきに出演し、自宅でできる体操や感染予防に関する啓発を行ったり、もっと多くの世代に少しでも身体を動かしてもらおうと、自宅でできる「ながら体操」のチラシを『軒並み配布』したりしてきました。

さらに、中原区のご当地体操である「なかはらパンジー体操」が10周年を迎えたことを機に、NECのプロボノチームの全面協力で普及用DVDをリニューアルし、自宅でできる体操の啓発になればと、YouTubeにもアップしました。

地域活動の再開に向けては、感染対策を取り入れた活動ができるように主催者向け講演会を開催しており、地区担当保健師が現況やスタッフの想いを聞きながら、来る再開の日を待ちわびています。

今後に向けては、乳幼児健診や家庭訪問を継続して実施し、withコロナに向け、地域課題にも対応できるような新たな取組も進めていきたいです。



なかはらパンジー体操 QR



コロナ禍だからこそ健康意識を高める保健施策を

座間市健康づくり課 小比田 協子

新型コロナの全国的な拡大により、本市における保健事業は、1回目の緊急事態宣言が発出された際には中止とした事業が多くありました。しかし、その後については、感染対策を徹底しながらの実施を継続しています。可能な限り、所管するすべての保健事業の現状を係内で共有し、現行体制で実施できるか否かを都度判断しながら、臨機応変に対応しています。

このような中で本市では、健康相談、健康教育、特定保健指導（直営）など、定員を減らした予約枠を設定したり、セルフヘルスチェックの協力を市民にお願いしながら、感

染対策を徹底させた環境を準備した上で実施しています。同様に、がん集団健診も委託事業者と協議を重ねながら実施しており、健診を受けることの必要性について、広報やホームページなどでの周知にも努めています。

コロナ禍において地域全体の健康度が下がっているのかを今すぐ判断できるデータはありませんが、受診率や参加者数といった実績が減少している事実を受け止め、感染症への意識が高い今だからこそ、事業を継続させることが市民のヘルスリテラシーの向上につながると信じてやみません。



コロナ禍での実習を行って

神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部看護学科 松坂 由香里

新型コロナの影響で、保健師の活動は感染者への対応をはじめとして、日々の事業や地区活動においても感染防止対策を講じながら、展開されています。

このような厳しい中、本学では7月に4週間の保健師課程の実習を行いました。住民の健康と安全の観点から、コロナ禍で保健事業を実施していく上で配慮が必要な点、また、参加人数、内容、方法、時間等を検討・工夫しながら、保健師が活動を計画・実施・評価していることを学生は体験を通して実感したようです。新型コロナの疫学調査場面に同席できた学生もあり、社会の動きや課題に対して責任をもつ保健師活動の厳しさ、やりがいを考える貴重な機会になっていました。

さらに、学生の健康教育実践について調整・設定してくださり、住民を対象とした実践が難しい場合には、地区活動や所内事業での実施を想定し、地区踏査や事業で出会った住民の様子から、具体的に教育を考えるヒントをいただ

きました。生活者の理解、他の事業とのつながりといった多くの気づき、学びにつながりました。地区活動の中止もありましたが、関係機関を訪問しての利用状況の把握、利用者へのインタビューや職員からご説明等、制約がある中でも学習が深まるようなプログラムの検討・調整には、指導者の皆様と大学側の協働が欠かせないことを改めて、確認しました。

健康管理や感染予防を徹底しながら、状況に応じて柔軟にできることを考え、動くこと、相手を尊重することについて、これまで以上に意識する実習になったと思います。今後も状況により、体験や実践が困難なことが予測されます。困難な状況においても、活用できる情報提供を依頼する、オンラインで保健師や住民の方々の声をきく機会を設ける等、実習先と協力し合い、方法を工夫し地域の実情に合わせて、有意義な実習となるよう努めたいと考えています。

コロナ禍における保健師学生実習

横須賀市民生局福祉部健康長寿課 福井 亜樹

横須賀市は東京湾と相模湾に面し平地が少なく、市域の大半は標高100mから200mの丘陵地となるため、緑も多く首都圏の中にあっては有数の豊かな自然環境に恵まれた街です。人口約39万人の保健所設置都市であり、81人の保健師が5部10課にまたがる分散配置となっています。

令和3年度は県内の大学2校の実習受け入れを行いました。

今年度はコロナ禍のため、例年行っていた健康教育をはじめ、予定していた実習プログラムの多くを見直しせざるを得ない状況でした。そこで、コロナ禍における新しい取り組みとしての妊産婦リモートサロンの説明、学校側から実施希望の強かった事業立ち上げの説明、多職種連携を学んでもらうための医療専門職へのインタビューなど、学校側のニーズも踏まえつつ臨機応変に実習プログラムを変更しました。事業立ち上げの説明では、市民ニーズの把握、実施根拠、予算の獲得、議会承認、事業

実施等について、管理職からは全体の流れ、担当者からは実際に携わった業務、と二方向からの説明を行いました。また、健康長寿課には、保健師以外にも複数の医療専門職が在籍しています。今回、各職種が行政においてどのような役割を持ちながら業務に携わっているかを学んでもらうため、管理栄養士と理学療法士に質問をする時間を設けました。「病院では個人に対するサポートをすることが多いが、行政では地域全体の健康状態の底上げをしていく。また、“職種を問わず、市の職員の一人として協働して地域づくりに取り組む”という意識を根底に持ちつつ、医療専門職ならではの視点を持って幅広い業務に従事している。」との説明を受け、学生は行政における医療専門職について少しイメージできたようです。

今後も制限のある状況が続くと思われますが、学校や現場担当者と相談しながら、学びの多い実習となるように試行錯誤していきたいと思っています。

令和2年度 研修会報告

令和2年 7月3日

フェルデンクライス・メソッドを学ぶ ～なりたい自分になるために～

日本フェルデンクライス協会 事務局長 湊 真里氏
フェルデンクライスプラクティショナー 森 良子氏

フェルデンクライス・メソッドは、モーシエ・フェルデンクライス博士によって創始された「からだところを一つのものとしてとらえ、人の内在している能力を引き出す可能性を秘めたメソッド」です。からだと脳・動きはつながっていることを意識し、自分が今何をしているか、イメージができれば、効率よく、楽に体を動かす方法をとることができると講義があり、その後の実技講習で、講師の指示により同じ動作を繰り返し行い、動きが楽にできる自分のポイントを探す過程を体験しました。

何度か失敗を繰り返し、トライすることで、脳は違いを認識してできるようになると説明がありましたが、自分のからだを意識して、頑張らない動きができてくると、気持ちも穏やかになり、リラックスできることを学びました。講師より「動きはその人の人生を反映する」「みんな動きは違う。正解はない」「自分の感情と動きの連動を意識する」ことを教えていただき、新型コロナのニュースや仕事でストレスが多い日々においても、自分に目を向け、からだに向き合いながら過ごす大切さを実感する講演会となりました。

令和2年 10月16日

発達障害を理解しよう ～職場での支援と支援者のフォローのために～

大野孝浩労働衛生コンサルタント事務所 所長 大野 孝浩氏

発達障害は、コミュニケーションや社会性に凹凸があり、こだわりの強さのために社会生活を送ることが困難であるといった特徴を確認した上で、職場における当事者（主に自閉症スペクトラム症者）への対応などについて学びました。

職場では、周囲の人たちの障害に対する理解と、根気強く、明確な一貫した対応が求められ、当事者は指示がないと仕事ができないため、「生活臨床」の考え方に基づく5原則：①時期を失せず（タイムリーに）、②具体的に、③断定的に、④反復して（繰り返し）、⑤余分なことは言わない、といったかかわりが重要であることをご教授いただきました。

また、当事者が安心できる他者（DO：dominant others）を1～2名決めて、DOを窓口とすること、負担の大きいDOの役割を担う人を、周囲が支える職場の体制づくりを認識する機会になりました。

令和3年 1月27日

それぞれの立場から患者に寄り添う ACP（アドバンス・ケア・プランニング）を考える

川崎市立井田病院 かわさき総合ケアセンター 腫瘍内科/緩和ケア内科医長 西 智弘氏

看護師職能I・IIとの合同で開催予定でしたが、新型コロナの感染拡大防止（緊急事態宣言発令）のため、中止となりました。令和4年度の開催に向けて、改めて企画していく予定です。

編集後記

コロナ禍はまだ続きますが、振り返ってみるとこれまで無理と思っていたことでも、コロナ禍だからこそできたこともありました。その一例として身近で発展したのがオンライン会議（研修）だと思います。最初はオンラインでどれだけのことが伝わるのか半信半疑でしたが、先日参加した研修では落ち着いた環境下で周囲を気にすることなく受講でき、満足度の高い内容でした。コロナ禍で母子、高齢者等全ての分野で経験したことがない事態が続く、今まで以上に工夫、優先順位、取捨選択等を意識して過ごすこととなりましたが、この経験をいかし、これからもチャレンジを続け、何事も前向きに取り組んでいきたいと思います。

最後に、大変ご多忙の中、執筆及び編集にご協力いただいた皆様に心から感謝いたします。

(Y.N)