



保健師活動の核と人材育成

名張市役所 福祉子ども部 健康支援推進担当理事
兼子育て世代包括支援センター長 西畠知子

1. 名張市の概要

人口：78,864人（平成30年10月1日現在）

年間出生数：506人
（平成30年10月1日 0歳人口）

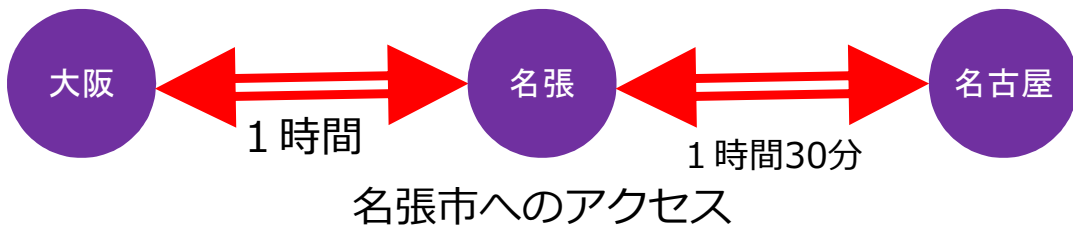
合計特殊出生率：1.47
（平成29年）

高齢化率：30.6%
（平成30年10月1日現在）

面積：129.76km²

盆地 農山村 住宅団地
分散型の市街地構造
ベッドタウン

年度	24	25	26	27	28	29	30	31
保健師数	14	18	18	17	16	18	19	20



平成15年度公表 名張市総合計画「福祉の理想郷プラン」

名張市が目指すまち とは . . .

老いも若きも、男性も女性も、
障害や難病の有る無しにかかわらず、
全ての市民の社会参加がかなう互助共生のまち



尊敬するのは、
ハーバード大
学のイチロウ・
カワチ

平成17年度名張市地域福祉計画

人の力を生かし 地域の力を高める しあわせ空間づくり

人の力が地域を育み、地域の力が人を育む

ソーシャルキャピタルの醸成

- 「地域保健対策の推進に関する基本的な指針の一部改正」 平成24年7月
- 「地域における保健師の保健活動に関する指針」（厚生労働省健康局長通知） 平成25年4月

保健師はライフサイクルを通じた健康づくりを支援するため、ソーシャルキャピタルを醸成、活用すること。

地域づくり組織

第1ステージ 「交付金化」

○平成15年3月に「名張市ゆめづくり地域交付金の交付に関する条例」を制定。

◆小学校圏域に1つずつの包括的住民自治組織「地域づくり組織」を15地域に設置。各種補助金を交付金として一本化。

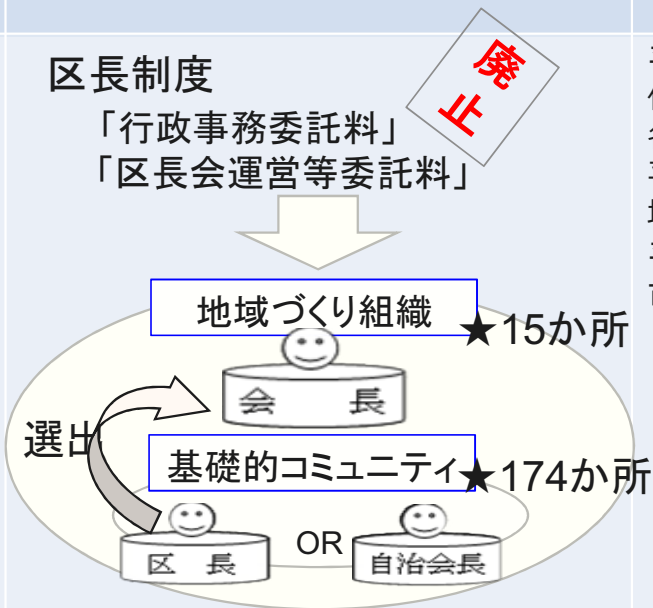
ゆめづくり地域交付金の概要

1. 地域づくり組織の活動支援として交付
2. 使途自由で補助率や事業の限定がない交付金
3. 住民合意でまちづくり事業を実施し、交付金を活用
4. ハード・ソフトは問わない。ただし、宗教活動、政治活動に使用してはならない。

平成15年度実績： 5,000万円
平成30年度実績： 1億600万円

第2ステージ 「組織見直し」

○昭和30年代からはじまった「区長制度」を廃止し、区・自治会である「基礎的コミュニティ」と、それを包含する小学校区を単位とする「地域づくり組織」に整理。



第3ステージ 「地域ビジョンの策定」

○15地域が個性ある将来のまちづくりのための基本方針、将来像、それに基づく実施計画を策定。

平成21年～
住民アンケートの実施
各地域にて策定委員会を組織
平成24年3月
地域ビジョン発表会
平成25年3月
市総合計画の地域別計画に位置づけ



第4ステージ 「市民センター化」

○地域づくり組織に指定管理委託していた公民館を市民センター化し、地域づくり活動・生涯学習活動・地域福祉活動の拠点としてスタート

平成28年4月～
市民センター化

平成30年5月～
市民センター和室で地域づくり組織によるレストラン営業開始



平成21年度～

まちじゅう元気!!プロジェクト・ネウボラ

(健康づくり保健委員制度を廃止)

- 平成21年度・22年度 **まちじゅう元気!! 教室**
～健康づくり・生活習慣病予防の実践型教室～
- 平成24年度～ **生活習慣病予防重点プロジェクト**
～ばりばり現役プロジェクト～
- 平成24年度・25年度 **まちじゅう元気!! 教室**
～健康づくり・地域づくりのワールドカフェ～
- 平成25年度・26年度 **名張版ネウボラ**
～時・人・地域・組織をつなぐ～
- 平成26年度 **地域・まちじゅう元気!! 教室**
～地域ごとの健康づくり計画をつくろう!～
- 平成27年度～ **まちじゅう元気!! リーダー養成講座**
～地域の元気づくり・人づくりのプロジェクト～

平成24年度～ 名張市生活習慣病予防重点プロジェクト ～ばりばり現役プロジェクト～

名張市の現状 平成22年度統計より

- ・ 3大死因の悪性新生物・心疾患・脳血管疾患のうち、悪性新生物による死亡が県平均より高い
- ・ 腎不全の一人当たり医療費・受診率が県内で高く、人工透析患者 (H22年度181人) が増加
- ・ 高血圧の一人当たり医療費・1件当たり費用額が高く、疾病の重症化が考えられる
- ・ がん検診受診率が県内で低い ・ 特定健診受診率が県内で低い

受診率向上の取組

- ・ ポスター、ちらし、ステッカー、のぼり等で特定健診をアピールする
- ・ 受診者で医療受診の有無、及び未受診者で医療受診の有無という4パターンの受診勧奨ダイレクトメールを作成、配布する
- ・ 経年の変化と生活習慣とデータの関連性について理解を深める学習形式の受診者結果説明会を実施し、継続受診の促進をめ



重症化予防の取組

- ・ 健診結果より、高血圧Ⅱ度・Ⅲ度高血圧を対象に家庭訪問の実施
- ・ 家庭訪問時に、未治療者に対しては医療受診を促す
- ・ 健診結果より、e-GFR60未満かつ蛋白尿3+以上を対象に家庭訪問の実施
- ・ 家庭訪問時には、経年表や構造図を使用し現状の確認
- ・ 自動血圧計や塩分濃度測定器・万歩計の貸出



特定健診・がん検診受診率向上の取組 ～がん予防講演会&地域でのがん検診をセットで実施

地域づくり組織
三重大学との協働



地域での 開催状況	生活習慣病予防		がん予防	
	講演会	特定健診	講演会	がん検診
H24年度	18	10	5	7
H25年度	18	12	8	10

特定健診・がん検診

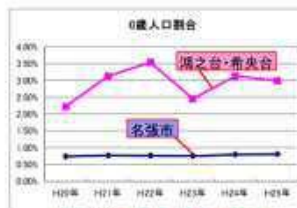


20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度	27年度
25.4%	24.2%	26.9%	27.0%	33.8%	35.7%	35.5%	37.7%

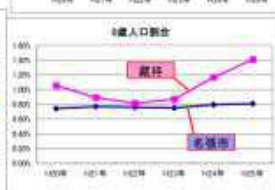
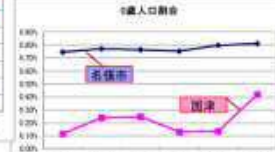
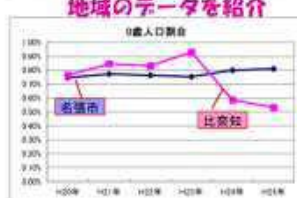
ばり現スタート

平成26年度は・・・全15地域ごとに**ワールドカフェ**

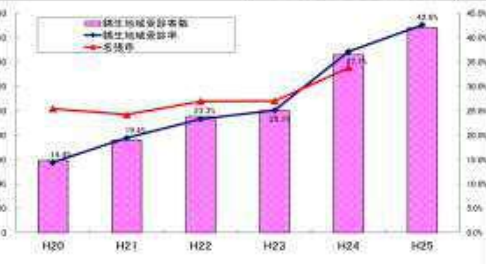
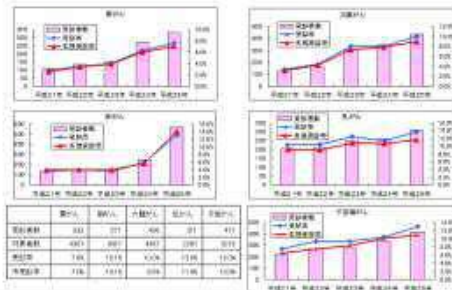
データ活用し、課題を共有



各15地域で開催して、
地域の課題を共有



青蓮寺・百合が丘 がん検診受診状況



「第3次健康なばい21計画」へ 地域ごとの健康づくり計画を

～ワールドカフェからつくった健康づくりの方向性～

ワールドカフェ

今日のテーマ

セッション①

“健康な姿” “健康な地域”って？
(大きな視点で話す)

セッション②

地域の強み！弱み・・・を話そう
(健康づくり・地域づくりのこと)

セッション③

やれそうなこと・やってみたいことをだそう
(具体的に)

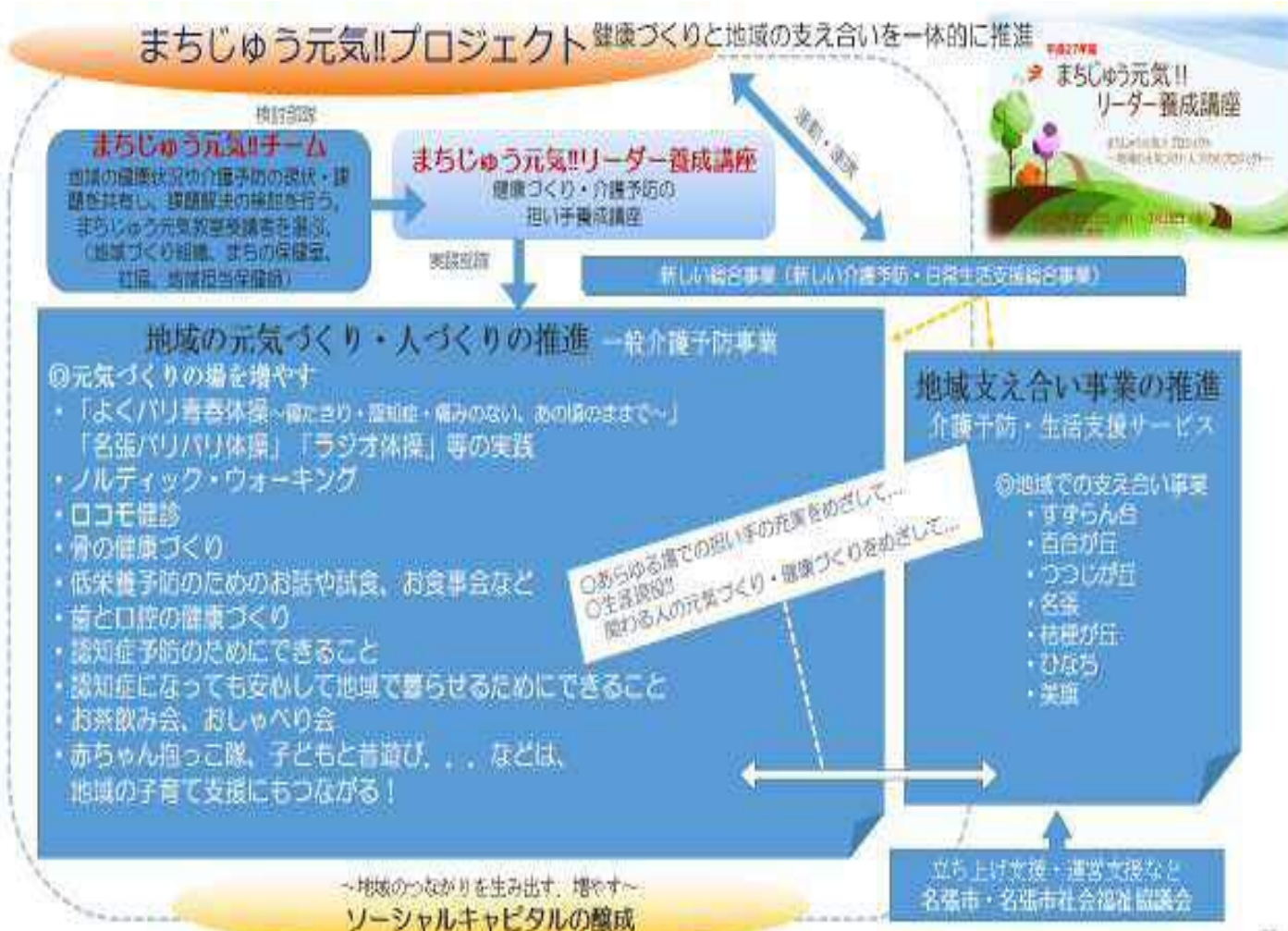


地域まちじゅう元気!!教室～ワールドカフェ～で出された意見

テーマ	主な意見
健康な森、健康な地域づくり	あいつさがあるから「コミュニケーションが盛ん」心に残るがある／仕事やボランティアや環境などで会って／社会の中で役割を担っている。新しい出会いがある。毎日楽しい／バランスの良いお付き合い／時間寛くそして楽しく運動すること（ウォーキング、趣味のもの）／良い姿勢／水・空気は綺麗、風状態が良い／木・野菜が美しいし地域／ウォーキングができるという点で繋がっている／福祉施設と保育園子ども校と交流がある／地域のイベント参加が盛ん／ボランティア活動が盛ん
地域課題	子どもの体力低下、部活の子どもが増加／外遊びの減少／子どもが安心して遊べるところが少ない（不審者の心配）／子ども会、子育てサロンへの参加／育児見直し（育児で）／出産で産後ケアが少なし／ききり世代は忙しく、地域のイベントに参加が難しい／退職後の地域デビューが難しい／近頃の世帯の幹事、地域の幹事化、家族に介護の手配し手がない／老々介護／認知症／閉じこもり／若い育ちである／若くして病気になるい／災害時の要支援者等の把握／自治会この活動年間行事に遅れている／雨の減少／高齢者の管理が悪い／空き家の増加／住診する医者がないサロン、行事等集まる機会がい／集まる手段がない／自治会ごと
解決策	あいつさ、節の見える関係づくり／つながりができる／声かけ／つながり／サロン・イベントなどの継続維持／自分の健康を大事にする。自分の健康は自分で守る。特定難症／がん検診を受診する。歯検診を受ける／心に残ることを多く／悪いやりをもつ／時間を減らす／バランスの良い生活、運動をする／互いに助け合う／連絡かつながりをつくる／交流できる場所・機会をつくる／集会所の活用／はっこサボターの整備・実施／自治会単位で主体的に健康づくり／地域づくりの後継者・次世代リーダー育成子どもが地域を知る学習／小学校などへ認知症サトーマー養成講座の実施、後者がつづける（ワールドフェの開催など）／移動販売、行商／はっこ号運行エリアの拡大／公園、緑地、古墳などの整備／管を通じて企業の役割を担う／企業のはたけ、誘致／医師会との充実／ラジオ体操／ウォーキングの

それ以外の役割	
個人がすること	- 自分の健康は自分で守り、生活習慣を改善する意識を持つこと。 - 自分の家の良い食事や水と、清潔にして、この家の健康を保つために相談をしよう。 - 自分の家の水が汚染、塩化カルシウム、水質改善をしよう。水質改善をしよう。 - 思いやりのある、前の人から情報をとろう。思いやりのある人を探して、助け合おう。 - はたして清潔、市民センターの便所をみよう。地域の行事や健康の活動に参加しよう。 - AEDを借りるようになろう。事故現場や健康についての勉強をしよう。
地域がすること	- 安全にして、学ぶ機会や場所を作ること。 (プロコンの場所、お祭りやその他のイベントなどでも健康づくりのつなぎをこ意図しよう) - 健康づくりを支持するリーダーを育成しよう。 (体験型のプログラム：健康セミナーの企画) - はたっサポート (有償ボランティア) を整備し、運営しよう。 (高齢者・障害者等の生活支援、子育て支援、その他の支援) - 英検出 出する健康講座 (版) はたっ元英プログラムを活動しよう。 (市民センター・高齢者学級や健康支援室やまちの保健室が有償健康講座の出発点) 21自治会区ごとの健康講座や希望に合った健康の取り組みを地区行事に組み込む) - 市民センター館より一歩進んでの事業を入れる。 - 例として 移動駅舎の修繕や公園や古物などの手入れや管理を通して健康づくりにつなげる工夫など - 今後とも近頃や地区ごとにメディアや出立をしよう。
行政がすること	- 地域ごと、市役所や町役所や保健所の啓発・実施をしよう。 - 英国まわりの保健所や市民センターと健康づくりの連携をしよう。 (健康づくりの活動や市民センター・保健所・警察、出立健康講座 (はたっ元英プログラム) の機材と健康のづくり、健康づくりのための健康講座、特別健康講座 (健康づくりの支援、など) - 地域ごとに健康づくりの活動、健康づくりの活動 (有償やボランティア等による) して子育て支援の実施、など) - のりやこはたっ健康支援の活動、健康づくり「英検出」など) - 健康づくりのための場所を準備をしよう。(まちの保健室や、各館 (診療所) の工夫) - 安全や健康、子育て支援など健康に繋がるための行政の役割を準備をしよう。

平成27年度～まちじゅう元気!!プロジェクト まちじゅう元気!!リーダー養成講座



かかりつけ医が
勧める!

かかりつけ医による地域医療支援プログラムに関する研究

よくバリ青春体操
～寝たきり・認知症・痛みのない、あの頃のままで～

団塊の世代が75歳以上となる平成37(2025)年に向けて、
地域に人のつながりをつくり維持する方策の仕掛けとして、
また筋力トレーニングの場として、現在あるサロンや新たな
サロンで実施できる体操を かかりつけ医が、勧めることで、
人生第4期と呼ばれる虚弱期を先延ばしにする

筋力運動 **認知症予防** **痛みの緩和**

まちじゅう元気!!リーダー養成講座 カリキュラム (平成28年2月～3月 全8日間)

分野	テーマ	講師
1 基調講演 生涯学習	講義 『老いるということ ～高齢社会で生きるために大切な視点と取組』	三重大学医学部看護学科 地域・老年看護学講座 畑下 博世 教授
2 コミュニティ ビジネス	講義 『農、山、土、風、そして人...資源を活かした地域づくり ～次の世代につなぐ想い』	農業法人せいの里 まめや 代表取締役 北川 晴子 氏
3 介護保険	講義 『介護保険制度はなし～新しい総合事業ってなに?』	名張市地域包括支援センター センター長 田中 明子
4 栄養	講義 『高齢者の栄養リスク ～低栄養を知る、しっかり予防する取組』	徳島大学大学院健康科学研究科 健康科学部健康栄養学科 岡崎 真 教授 (保健学博士、管理栄養士)
5 歯と口腔	講義&体験 『お口のはなし～長寿をめざせ! お口からのアプローチ(噛む力などセルフチェックを踏まえて)』	名張市健康支援室 歯科衛生士 岡岡 晋代
6 生活習慣	講義 『目からウロコ!健康寿命をのばす!生活習慣』	薬剤師、健康運動指導士、西京病院内科看護士、健康増進指導士上級、心臓リウセラフ、健康・食育マスター、遠征指導アドバイザー 長島 秀恵 氏
7 こころ	講義 『うつと認知症を正しく知る』	栗良病院 副院長 嶋山 忍 医師
8 ボランティア	講義 『ボランティアのはなし～地域支え合いのカギ』	名張市社会福祉協議会 事務局長 福井 浩司 氏
9 防災・食生活	講義 『非常から日常をみつめよう～防災・安全調理のすすめ』	サカモトキッチンスタジオ 主宰 坂本 真子 氏 (農林水産技術会議委員、相模大学客員教授)
10 ノルディック・ウォーキング	実践 『話題のボール・ウォーキング ～ノルディックウォーキングの効果と体験』	全日本ノルディックウォーク連盟 公認指導員 松田 浩一氏 松山 竜一氏
11 運動	実践 『運動のすすめ。三大要素をマスターする ～メタボ解消!ロコモをしっかりと防ぐ方法～』	Rise所長 健康運動指導士、臨床心理士、臨床心理カウンセラー、NOS認定インストラクター 尾崎 恵 氏
12 レクリエーション	実践 『いつでも、誰もが楽しい! みんなで行いレクリエーション!』	NPO法人みんなのスポーツ協会事務局長、健康運動指導士、福祉レクリエーションワーカー (日本レクリエーション協会) 池島 栄治郎 氏
13 体操	実践 レッツ!『よくバリ青春体操 ～寝たきり・認知症・痛みのない あの頃のままで～』	○名張市会 会長 矢野政明氏 ○名張市会 在宅支援実務教育委員 地域医療支援プロジェクト研究開発委員 川本弘氏 (市田病院 理学療法士)

受講者270名

名張版ネウボラ

産み育てるにやさしいまち‘なばり’をめざした妊娠・出産
育児の切れ目ない相談・支援の **場** であり、 **システム** です



平成25年12月福祉自治体ユニット(介護保険制度を出発点として市町村長有志によって設立)の人口減少に立ち向かう自治連合の地域子ども・子育て支援システム研究会に保健師を1名出すように。

身近なところでの寄り添い

まちの保健室で、妊娠段階から、
出産・育児まで継続的に相談支援を行う
人材として職員をチャイルドパートナーと
位置づけます。チャイルドパートナーと地域の子育
て支援のとりくみ、こども支援センターやマイ保育ス
テーション(地域子育て支援拠点事業)や保育園が連携
しながら母子保健コーディネーター(保健師や助産師)
とともに、保健・福祉のサービス(支援)と利用者、
人と人、人と地域を結びつけ、全ての妊産婦や
乳幼児の保護者に対する伴走型の予防的支援
できる環境を整えます。

名張版ネウボラの構築を担当することになった保健師

(経験年数12年母子保健担当5年目30歳代)が考えたこと

地域診断により課題と強みを整理し、地域の強みである既存資源(ひと・もの・しくみ)の

力を引き出し、コーディネートすることで、母子保健における課題を解決し、必要とする子育ての支援を住民とともに生み出す、セーフティネットワークのしくみづくりをめざそう。

産前産後ケアの体制

従来の母子保健事業や子育て
支援事業では補えきれなかった
産前産後の不安に対し、妊娠前からの教
育、妊娠中からの相談・支援、産後直後
の心身のケアができる体制を医療機関・
地域づくり組織等多様な主体によって
整備します。

個人→家族→近所→地域のエンパワーを高め、
地域のソーシャルキャピタル醸成を図る

名張版ネウボラは3つの切れ目ない支援のネットワーク

1. 妊娠前から出産・育児期までの **時** をつなぐ
2. **人** と **人** ・ **人** と **地域** をつなぐ
3. 保健・医療・福祉の **しくみ** (人) をつなぐ

取り組みから見えてきた成果

～様々な主体による重層的支援とコーディネート

(1)医療機関や助産師会とのネットワーク強化による

社会的ハイリスク妊産婦の発見と早期の相談支援体制

- 産後ケア事業の説明やハイリスク妊産婦のケース支援のプロセスを通して、医師や助産師と顔の見える関係が構築される。緊急を要するケースの発見と支援導入がスムーズに
- 乳房ケア事業を通して助産所の開業3件(26年度0件)や市の臨時助産師4名に。

(2)身近な相談場所とコーディネートによる相談者や利用者の増加

- 生後2週間目全戸電話相談事業は全数産婦への早期のアプローチであり、後の相談事業や産後ケア事業利用につながる。
- チャイルドパートナーの個別面接数は年間約700件(26年度178件)。相談内容も地域生活に密着している。子育ての相談から、介護や夫婦関係、経済的な相談まで拡大する。

(3)子育て支援員と新たな支援の増加、関係機関の主体性の強化と参画

- 新制度に基づく「子育て支援員研修」地域保育(小規模保育・家庭的保育・事業所内保育)コースの実施(27,28,29年度実施;実参加数390名、支援員活動者99名)
- 地域住民による新しい支援や託児等資源が生まれている。



高齢者も力をもちょう
好循環の子育て支援



まちじゅう元気リーダー活動報告会

薦原地域づくり委員会 「C'mon, baby じじ ばば～♪～薦原世代間交流～」

川西・梅が丘地域づくり委員会 「笑って咲かそう元気な花を いつまでも どこまでも」

一般社団法人 青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会 「まちじゅう元気 ワンツ、ワンツ(12・12)」

蔵持地区まちづくり委員会 「蔵持みんな元気！！」

つつじが丘・春日丘自治協議会 「つつじが丘・春日丘地区の健康づくりについて」

○各地域ごとにグループワーク:発表を聞いての感想やこれからの取組について

○グループワークの発表 ○まとめ、助言 三重大学 畑下 博世 教授

元気度チェックの紹介

市民センター

健康チェックの日を
作りたい！

まちの保健室

各種測定と
健康相談を！

民生児童



さつき台に初めてのサロンを！

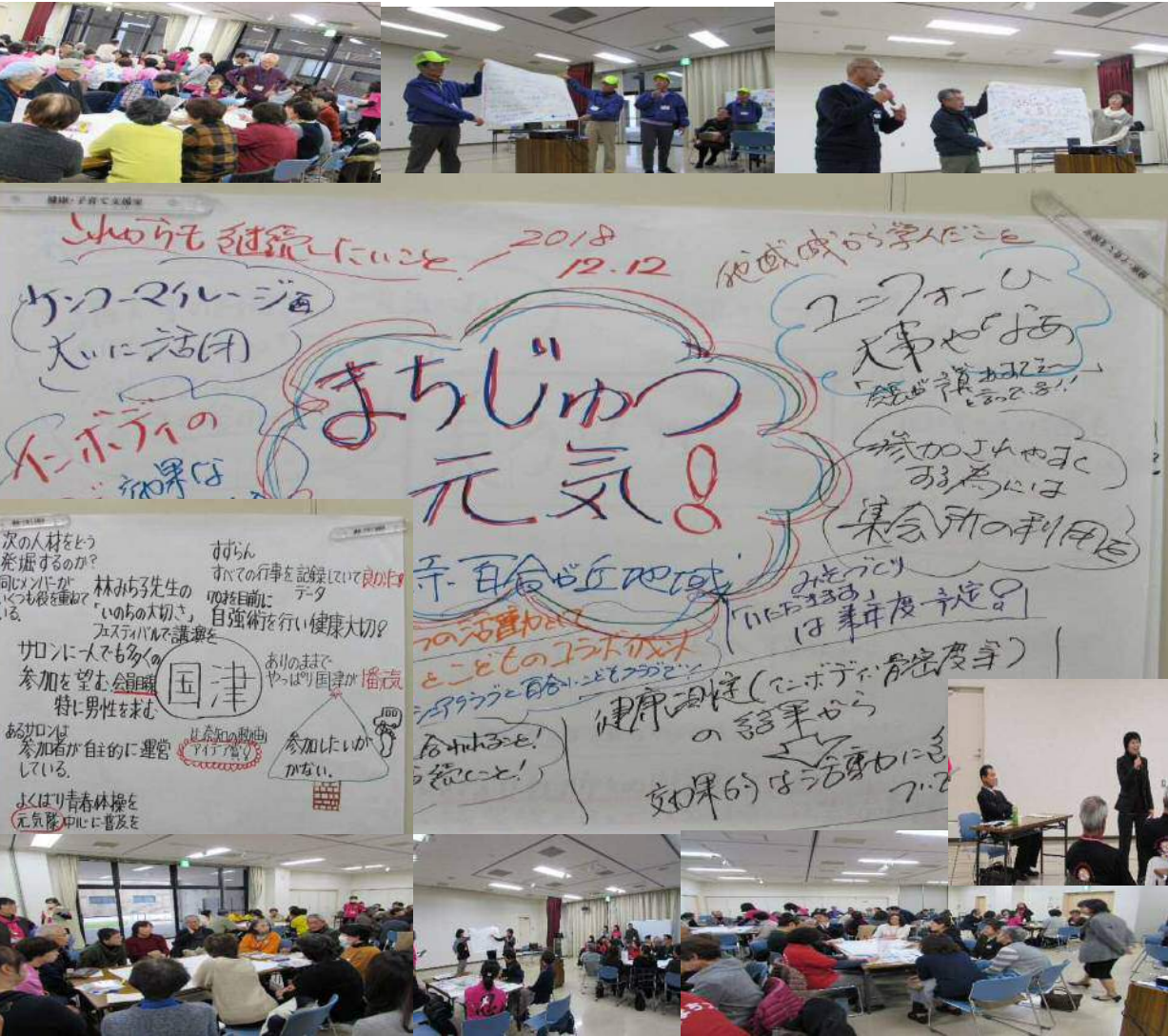
- ★住民の声が民生委員に寄せられる
→各地に勉強へ
- ★まちじゅう元気プロジェクトのリーダー
パワーアップ研修を受ける
- ★社協さんのスクエアステップを学ぶ

H29年12月

サロンすまいりー
を立ち上げる

すまいりーの特徴として
高齢者さん
と
未就園児の親子さんとの
世代間交流

まちじゅう元気リーダー活動報告会から、地域ワールドカフェへ



地域づくり組織	実施日時	場所	保健師	福祉・子ども関係職員
名張地区まちづくり推進協議会	7月6日(土)10時	名張市民センター	北田・石田・上田	福森(郡東)、松岡(郡東) 野木(社説)、山川(地域)
中央ゆめづくり協議会	7月13日(土)14時	中央ゆめづくり館	飯田・柴垣・細谷	永岡(郡東)、亀田(郡東) 野木(社説)、西川(地域)
蔵持地区まちづくり委員会	8月4日(日)10時	蔵持市民センター	田原・柴垣・本山	栗原(郡東)、野中(生活) 的場(社説)
川西・梅が丘地域づくり委員会	9月8日(日)9時30分	梅が丘市民センター	古谷・半田・石田・獅子原	松本(郡東)、堺谷(郡東) 的場(社説)
薦原地域づくり委員会	8月24日(土)10時	薦原市民センター	上田・上田・小林	宮崎(郡東)、中西(生活) 的場(社説)
美旗まちづくり協議会	6月19日(水)13時30分	美旗市民センター	小林・石田・上田	中西(郡東)、井上(生活) 的場(社説)、吉岡(地域)
ひなち地域ゆめづくり委員会	7月13日(土)13時30分	比奈知市民センター	古谷・石田・田原・獅子原	渡辺(郡東)、高北(かがやき) 野木(社説)、北森(地域)
すずらん台町づくり協議会	8月17日(土)10時	すずらん台市民センター	細谷・柴垣・飯田	足立(郡東)、藤本(郡東) 野木(社説)
つつじが丘・春日丘自治協議会	7月28日(日)13時30分	つつじが丘市民センター	飯田・柴垣・古谷・獅子原	福地(郡東)、西野(郡東) 野木(社説)
錦生自治協議会	6月30日(日)13時30分	錦生市民センター	本山・柴垣・古谷・獅子原	西山(郡東)、浪花(郡東) 福井(社説)、山川(地域)
赤目まちづくり委員会	7月6日(土)14時	赤目市民センター	本山・柴垣・飯田	高木(郡東)、野口(郡東) 村木・永岡(社説)、山川(地域)
箕曲地域づくり委員会	6月22日(土)13時30分	箕曲市民センター	寺川・柴垣・有年	西山(郡東)、岡野(郡東) 村木・永岡(社説)、北森(地域)
青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会	6月30日(日)9時30分	百合が丘市民センター	有年・柴垣・北田	中野(郡東)、津久井(生活) 福井(社説)、山川(地域)
国津地区地域づくり委員会	6月8日(土)9時30分	国津の杜につふるさと館	小林・山崎・寺川	村山(郡東)、山岡・山口(郡東) 的場(社説)、山川(地域)
桔梗が丘自治連合協議会	6月29日(土)10時	桔梗が丘市民センター	上田・上田・本山	中上(郡東)、桑原(郡東) 野木(社説)、吉岡(地域)