

地域に責任を持った保健活動について 政令指定都市保健師の立場から



岡山市保健所健康づくり課
保健所参事 木尾 敬子

地域に責任を持った保健活動について

本日の内容

1 岡山市の概況

2 時代が変化しても変わらず引き継ぐもの

- (1) 豊かなソーシャルキャピタル
- (2) 点から線、そして面へ
- (3) 住民主体の健康づくり
- (4) 先輩諸姉から連綿と続く人づくり
- (5) 分散配置を活かす
- (6) 東区保健センターにおける西日本豪雨浸水被害への対応

3 次代へ伝えること

岡山市保健師としての保健師マインド

1 岡山市の概況

古代から吉備文化の発祥地として栄え、桃太郎伝説が生まれたまちです。

温暖な瀬戸内海特有の気候に恵まれ、白桃やマスカット等のフルーツの産地としても有名です。

岡山城や日本三名園の一つである後楽園があり、西日本の東西軸と日本海と太平洋をつなぐ南北軸の結節点に位置し、中四国の交通の拠点となっています。



平成21年度に政令指定都市へ

- ◆人口 707,355人
- ◆世帯数 327,878世帯
- ◆出生率 8.2
- ◆高齢化率 26.0
- ◆面積 789.95 km²

(平成31年3月末現在)



岡山市保健活動の変遷と保健師数の推移

明治22年 市政施行

昭和17年 保健師 配置

昭和58年 老人保健法施行

平成6年4月 保健所政令市

平成8年4月 中核市

平成9年 介護保険法施行

平成18年 地域包括支援センター

平成21年4月 政令市

保健師数
1名

保健師数
58名

保健師数
69名

保健師数
107名

S44~50
11市町合併

H17~19
4町合併

地区担当制による
地域総合保健活動を展開

令和元年

保健師総数: 130名 保健所(24) 保健センター(82) 保健福祉局(1) 保健管理(2) 医療政策(3) 精神保健福祉センター(3) 国保(2) 障害者福祉(1) 高齢者福祉(1) 地域包括ケア推進課(1) 域包括支援センター(2) 岡山っ子育成局(1) 児童福祉部門(4) 教育委員会(2) 職員健康管理(1)

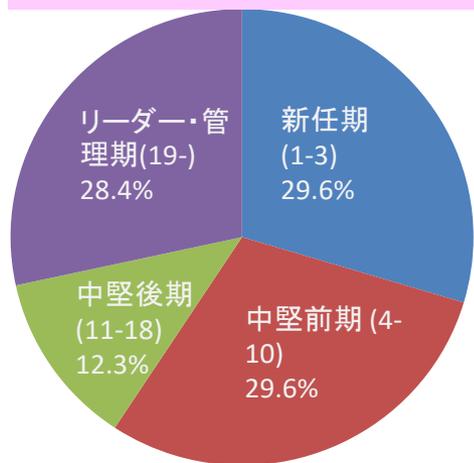
保健所・保健センター体制



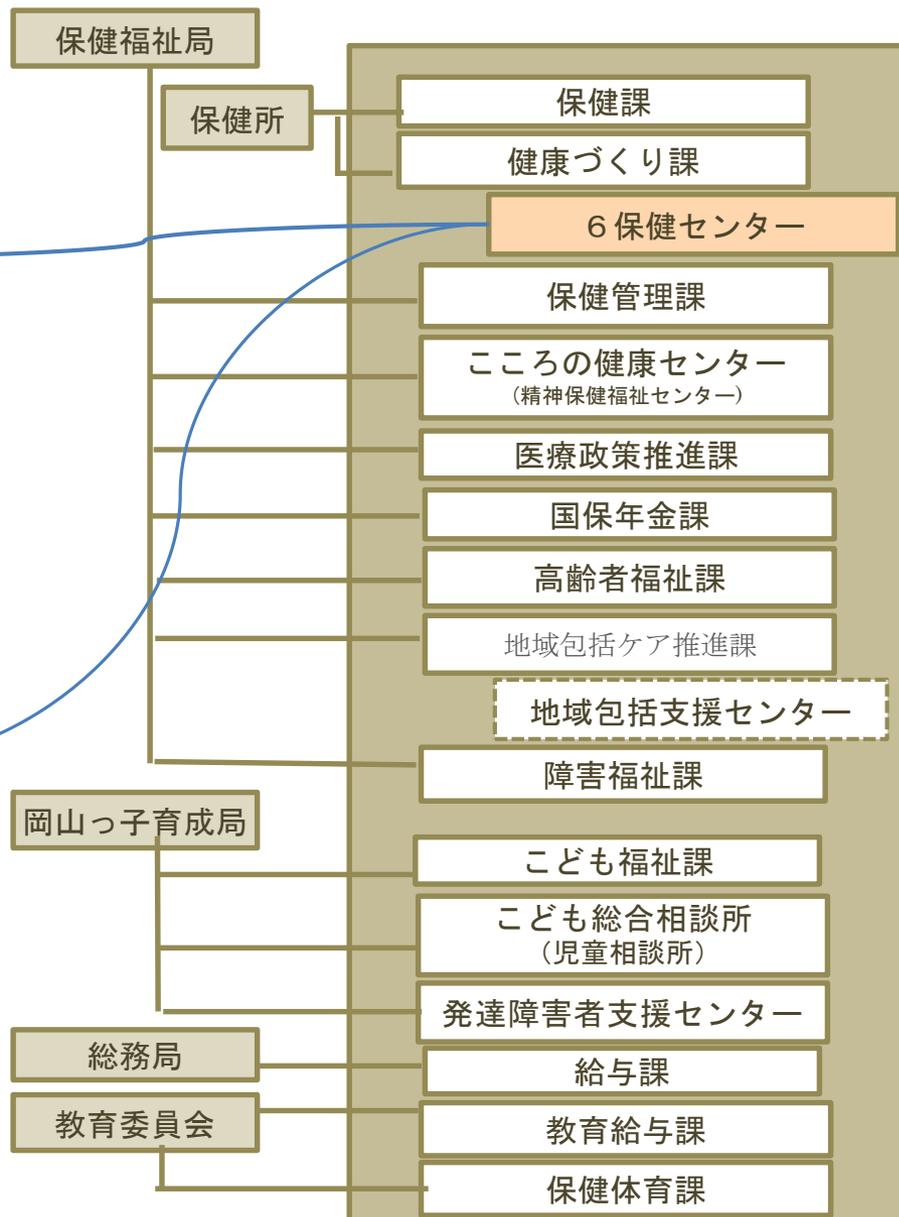
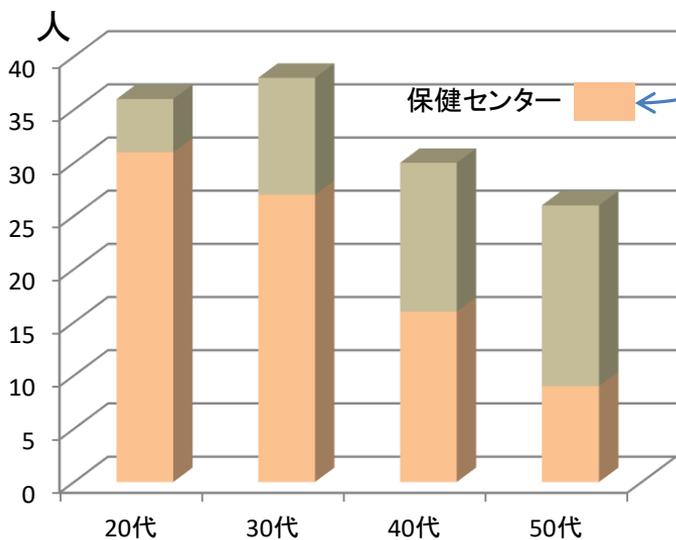
- ◆ 4区体制
- ◆ 6保健福祉エリア
- ◆ 1保健所、6保健センター-1分室体制

- ◆ 保健センター保健師
: 地区担当制
(総合保健業務)
- ◆ 保健所保健師
: 業務担当制

保健センター内訳



保健師年齢構成



2 時代が変化しても変わらず引き継ぐもの

(1) 豊かなソーシャルキャピタル

① 愛育委員協議会

② 栄養改善協議会

(2) 点から線、そして面へ

① おやこクラブネットワーク

② 元気の出る会

(3) 住民主体の健康づくり

① 健康市民おかやま21

(4) 先輩諸姉から連綿と続く人づくり

(5) 分散配置を活かす

(6) 東区保健センターにおける西日本豪雨浸水被害への対応

(1) 豊かなソーシャルキャピタル

① 岡山市愛育委員協議会



昭和11年、乳幼児死亡率が高いことなどから恩賜財団母子愛育会により愛育村事業が始められた。

岡山県の政策として全県下にこの活動が広げられ、昭和40年3月に岡山市愛育委員研究協議会が結成。現在も地域のヘルスボランティアとして多方面で活躍中。

令和元年現在
98学区地区
5, 555人

「愛育委員」はこんな活動をしています！

愛育委員は、近隣のみなさんへの「声かけ」「見守り」を通じて、地域の健康づくりのお手伝いをしています。現在、町内から選出された約5500人の愛育委員が1人あたり56世帯を担当して活動しています。

主体活動

それぞれの地域で特性に応じた活動をしています。

声かけ訪問・見守り

受け持ち世帯への健康情報誌の配布時や、道などでお会いしたときに「お元気ですか」と声をおかけしています。

地域の特色ある活動

- 子育て支援活動
- ・おやこクラブ支援・交流
 - ・3世代交流
- 健康づくり活動
- ・健康づくりに関する教室
 - ・ウォーキング大会
 - ・健康まつり
 - ・愛育だよりの発行



定例会・学習会・研修会

定期的に会議を開催し、地域の健康づくり行事の企画や健康問題についての話し合いをもち、愛育委員として必要な研修を行います。

協力・共同活動

行政や他の組織が行う保健活動へ協力しています。

母子保健事業

- ・赤ちゃんすこやか相談
- ・いのちをはくむ授業



成人・老人保健事業

- ・献血
- ・各種健(検)診等への協力
- ・「健康市民おかやま21(第2次)」への取り組み

保健情報の啓発

- ・情報誌「ai」の作成及び配布



委託活動

行政等から委託を受けて健康なまちづくりをすすめています。

こんにちは赤ちゃん事業

生後4か月までの赤ちゃんを全戸訪問しています。

各種検(健)診事業

- ・集団検診会場での健康手帳交付事務
- ・結核・肺がん検診の啓発、受付事務
- ・健康診査の実施連絡事務



保健業務のチラシ配布事業

「岡山市保健所からのお知らせ」・「けんしんガイド」を各戸配布しています。



② 岡山市栄養改善協議会

戦後の食糧難の中で栄養失調による疾病が多発し、「生きるための栄養改善活動」が自発的に開始された。

岡山県の政策としてこの活動が全県下に広げられ、昭和45年に岡山市栄養改善協議会が結成。現在も地域のヘルスボランティアとして活躍中。

令和元年現在
89学区地区
1,892人

私たち栄養委員は
地域で食育に
とりこんでいます



ゼロ歳からの食育推進事業（離乳食研究会）
赤ちゃんを育てている方に試食をしていただき、離乳食の作り方など食育に関する相談に添えています。



おやこクラブ・幼稚園・保育園との交流
絵本やエプロンシアターなどを使って、子どもたちが楽しく学べる工夫をしています。



おやこ料理教室
食卓づくりやバランスのよい食べ方など食に関する力が身につくように料理教室を開催しています。



健康市民おやかやま 21（第2次）の推進
地域の様々な団体と協力しながら、普及啓発活動を行っています。減塩、野菜摂取、朝食を毎日食べる習慣、高齢者の低栄養予防普及を重点目標に掲げています。



高齢者低栄養予防アドバイス事業
肉や魚などのおかずを食べていますか？
体重は減っていませんか？
高齢者の低栄養を予防するための声かけを行っています。



男性料理教室



生活習慣病予防教室

(2) 点から線、そして面へ ①おやこクラブネットワーク

おやこクラブネットワーク

- S30年代: 学習の場として発足、愛育委員会の支援で広がる。
- 子どもの健やかな心と体を育てるため、親子の仲間づくりをすすめ、保護者自身も、子どもの成長と共に学びあい育ちあえる場として

S60年岡山市母子クラブ 研究協議会発足

(現おやこクラブネットワーク)

<保健師の役割>

- 既存クラブの活動形態をニーズに応じた活動へ支援 (行事消化型・学習型中心から親子の交流仲間づくりの視点で班づくり支援など)
- 健やかな子どもが育つための発達支援
- 母親の**主体的組織運営**を支援

S40年代
個別訪問、支援

少子化、核家族化の進展、
子育て環境の変化、
子育て家庭の孤立化

S50年代
一環した母子管理体制
の構築(全数把握の取組)

個の支援から発達保障の場へ

おやこクラブ
の育成

障害児親の
会設立

② 元気の出る会

S58～老人保健法施行 脳卒中情報システム情報提供者への家庭訪問

たとえ障害があっても今までどおり地域で暮らしたい
(障害者)

外に出て皆と会いたい
(障害者)

介護は大変、わかってもらいたい
(介護者)

自分にもできることがあるかな？
(ボランティア)

障害者や高齢者が、自分の住み慣れたところで生涯安心して生き生き生活できるように身近な小地域で当事者、介護者、ボランティアが集い交流を図り、あたたかい共生のまちづくりを目指していくのが「元気の出る会」です。

保健師は障害者、介護者、ボランティアの声を聴き、つなぎ、住民による主体的運営を支援

(3) 住民主体の健康づくり

① 健康市民おかやま21

健康市民おかやま21スタート

中間評価・計画の見直し

最終評価と新計画の策定

健康市民おかやま21(第2次)スタート

健康市民おかやま21(第2次)中間評価・計画の見直し

健康市民おかやま21(第2次)最終評価

平成15年度

平成19年度

平成25年度

平成29年度

平成34年度

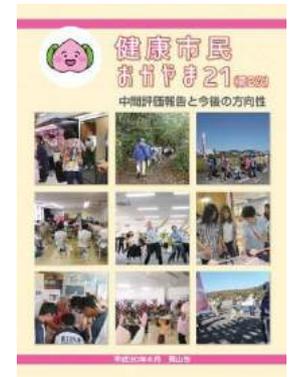
6保健センターでの推進体制が整備される

中学校区や小学校区にも推進体制が広がる

地域ごとの取り組み充実

第一回 健康寿命をのぼそう! アワード
厚生労働省健康局長優良賞受賞

現在、政令市では、岡山市と熊本市、横浜市



市内全域に整備

岡山市の地域力(ソーシャルキャピタル)が評価されました!!

- 継続力
- 市民力
- 市内全体の広がり

すべての市民が健康で、心豊かに生きられるまちをめざして市民とともに健康なまちづくりをすすめています!

健康市民おかやま21

健康市民おかやま21(第2次)

健康市民おかやま21(第2次)の体系図

すべての市民が健康で、心豊かに生きられるまち

健やかな暮らしを支える社会環境の実現

健康を自覚できる人の増加

基本理念

市民の主体的な
健康づくり

地域でつながり、
高めあう健康づくり

市民の健康を支え守る
ための環境整備

ライフステージに応じた健康づくりの推進

6分野の健康づくり(栄養・食生活、身体活動・運動、こころ・休養、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康)及び生活習慣病(がん、循環器疾患、糖尿病及びCOPD等)への対策

市民、企業、専門団体、地区組織、ヘルスポランティア、公民館、学校園などとの連携による健康づくりの推進

推進の方向性

第一回 健康寿命をのばそう！アワード 厚生労働省健康局長優良賞受賞（平成25年）

健康寿命をのばそうアワードとは？

厚生労働省が、国民の生活習慣を改善し、健康寿命をのばすための運動「スマートライフプロジェクト」の一環として、平成25年に創設した表彰制度。

従業員や職員、住民に対して、生活習慣病の啓発、健康増進のための優れた取り組みをしている自治体、団体、企業が表彰されます。



岡山市の地域力
(ソーシャルキャピタル)が
評価されました！！

-  継続力
-  市民力
-  市内全体の広がり

岡山市の何が表彰されたの？

健康市民おかやま21の
10年間の取り組み



平成25年度以降

10年の成果を基盤に、さらなる市民力の発展により
健康市民おかやま21（第2次）の推進を図る

市民が主役！健康市民おかやま21 地域広げ隊プロジェクト

【事例】ある地域の取り組み

活動テーマ

「親から子 子から孫へ 世代をつなぐ健康づくり」

地域が一体となって、岡山市民体操、ウォーキング大会や講演会の開催、地域のイベントのなどをおして、子どもたちと一緒に、健康づくりに取り組んでいます。



小・中学校における「防煙教室」の取組



事前打ち合わせ



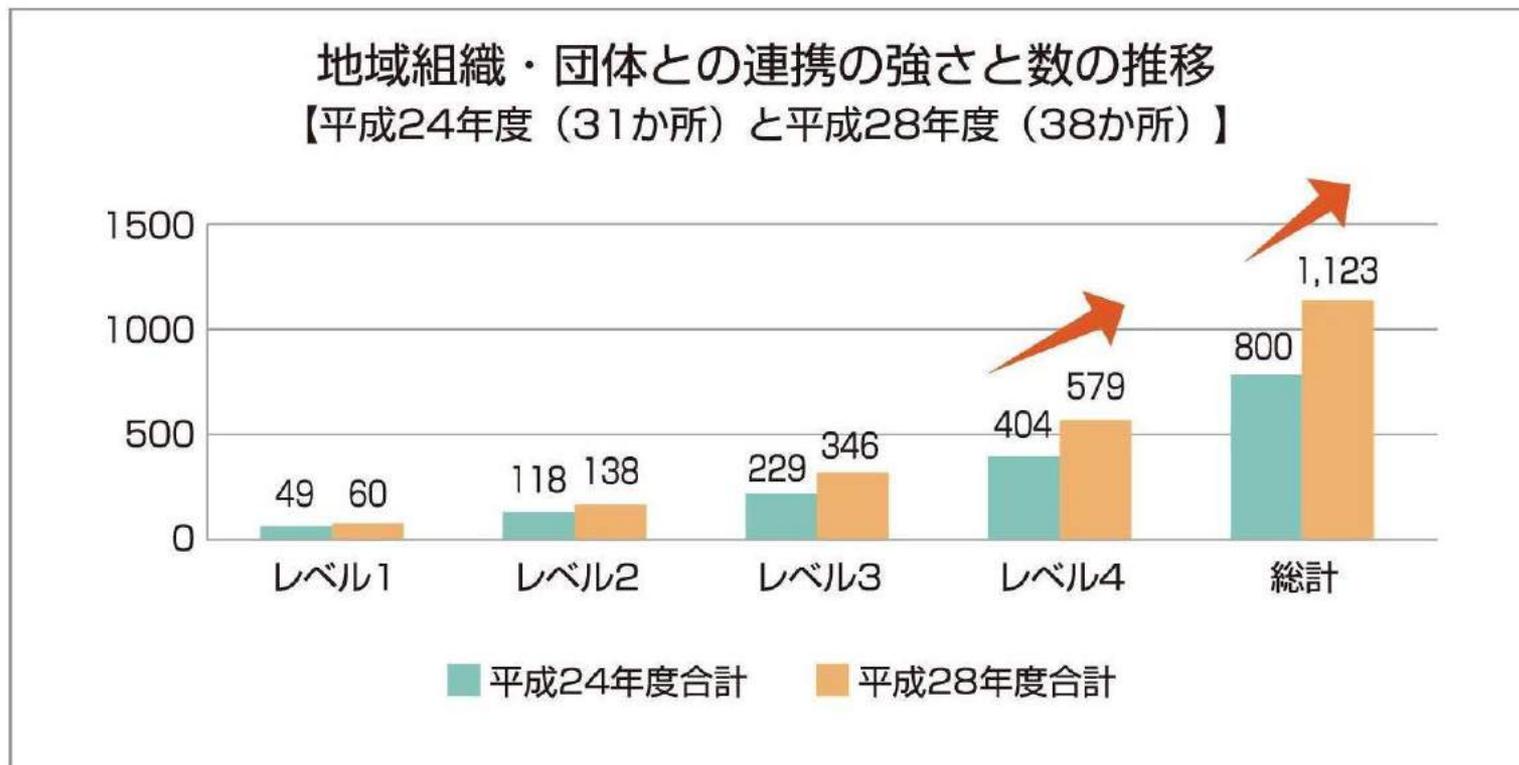
友達だろ？吸わないなら、仲間じゃないだろ！



じゃ、友達じゃなくていいよ！

健康市民おかやま21（第2次）評価から

各組織・団体の連携、ネットワーク化も増強・強化されてきました！



レベル1	レベル2	レベル3	レベル4
はたらきかけているが、まだ連携はとれていない	徐々に連携がとれつつあるが具体的な取組はない	連携をとりながら単発のイベントや健康教育などしたことはある	日頃から連携がとれる関係であり、具体的な取組がある

【出典：平成24,28年度組織関係図】

組織育成における保健師の役割

保健師の活動は

みる

つなぐ

動かす

地区担当制だからこそ
できる総合保健活動

日頃の活動の中で住民の声を聴き、地域の子育てや健康についての課題を見つける。人や団体、組織をつなげ、目指すべき姿を共有する。問題解決の**主体は住民**であり、保健師は住民が主体的に動けるように支援を行う。

(4) 先輩諸姉から連綿と続く人づくり

生存権 (憲法第25条)

- 第1項: すべて国民は、**健康**で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。
- 第2項: 国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び**公衆衛生の向上及び増進**に努めなければならない。

保健師は人々の命と暮らしを守る

ボトムアップの施策形成

- 保健師一人ひとりの意見を聞き、施策化を図る。みんなが納得できるように話し合いを徹底し、合意形成を図る。

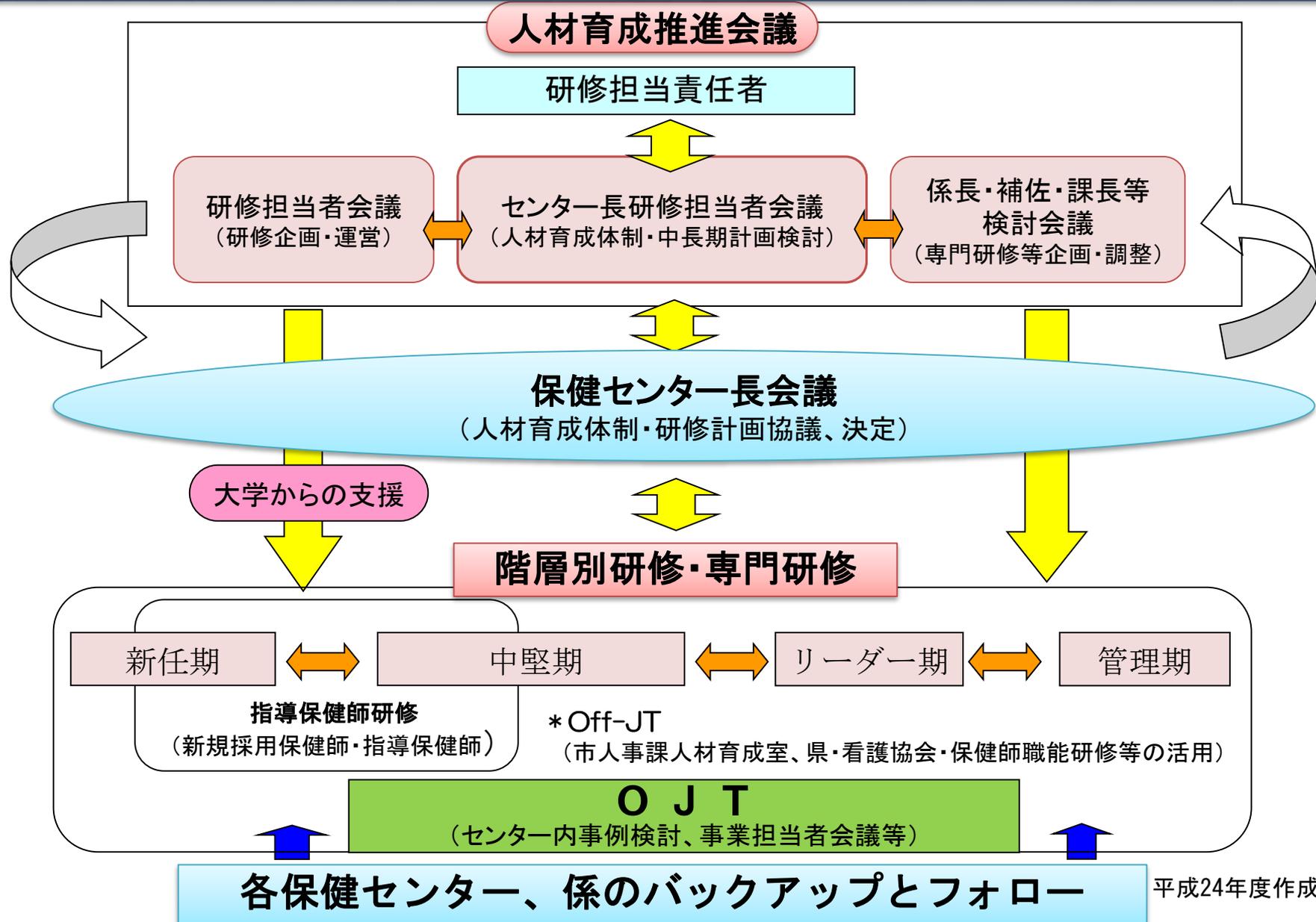
人としての成長

- 感性を磨き、人間的な成長を！



岡山市保健師人材育成推進体制

【めざすべき保健師像】
いきいきと能力を発揮し、
市民に信頼される保健師



職員の経験や職位、業務内容に応じて、意識改革や能力開発を支援するための、さまざまな研修機会を設けています。

- ◎職員研修: 職位毎に実施する研修や行政課題に適切に対応する能力と実務遂行能力の向上を図るための研修
- ◎専門研修: 各所属におけるOJTを基本とし、経験年数に応じた階層別研修や専門研修、派遣研修など

研修体制イメージ

職員研修

基本研修: 新規採用職員、採用後2年・3年・5年目、主任、副主査、係長、課長補佐、課長

課題研修: 行政講座、政策形成能力養成研修、実務能力養成研修

職場研修活性化支援研修: 新規採用職員指導者研修、モチベーションコントロール研修 他

専門職研修

階層別研修: 新任期(1~3年目)、中堅期(4年目~)、リーダー期(副主査以上)

専門研修: 健康増進、母子保健、精神保健、感染症 他

派遣研修: 厚生労働省、国立保健医療科学院、各種学会 他

*岡山県の階層別研修は必須

職場におけるOJT

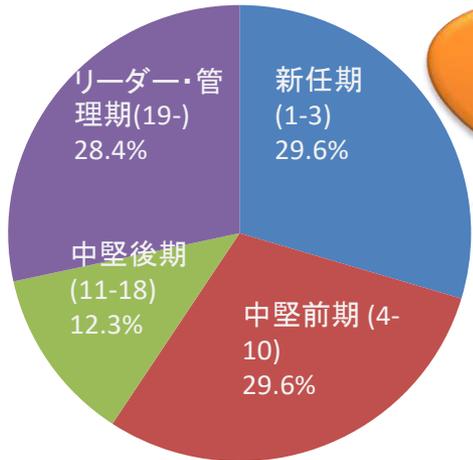
保健センターでは、指導保健師、チームリーダー等による、相談・指導体制を整えています。また、「新人・指導保健師研修会」を通じて、新人と保健師が「ともに育ちあう」環境づくりに努めています。

(5)分散配置の強みを活かす！

岡山市保健師年齢構成と配置部署 H31.4.1

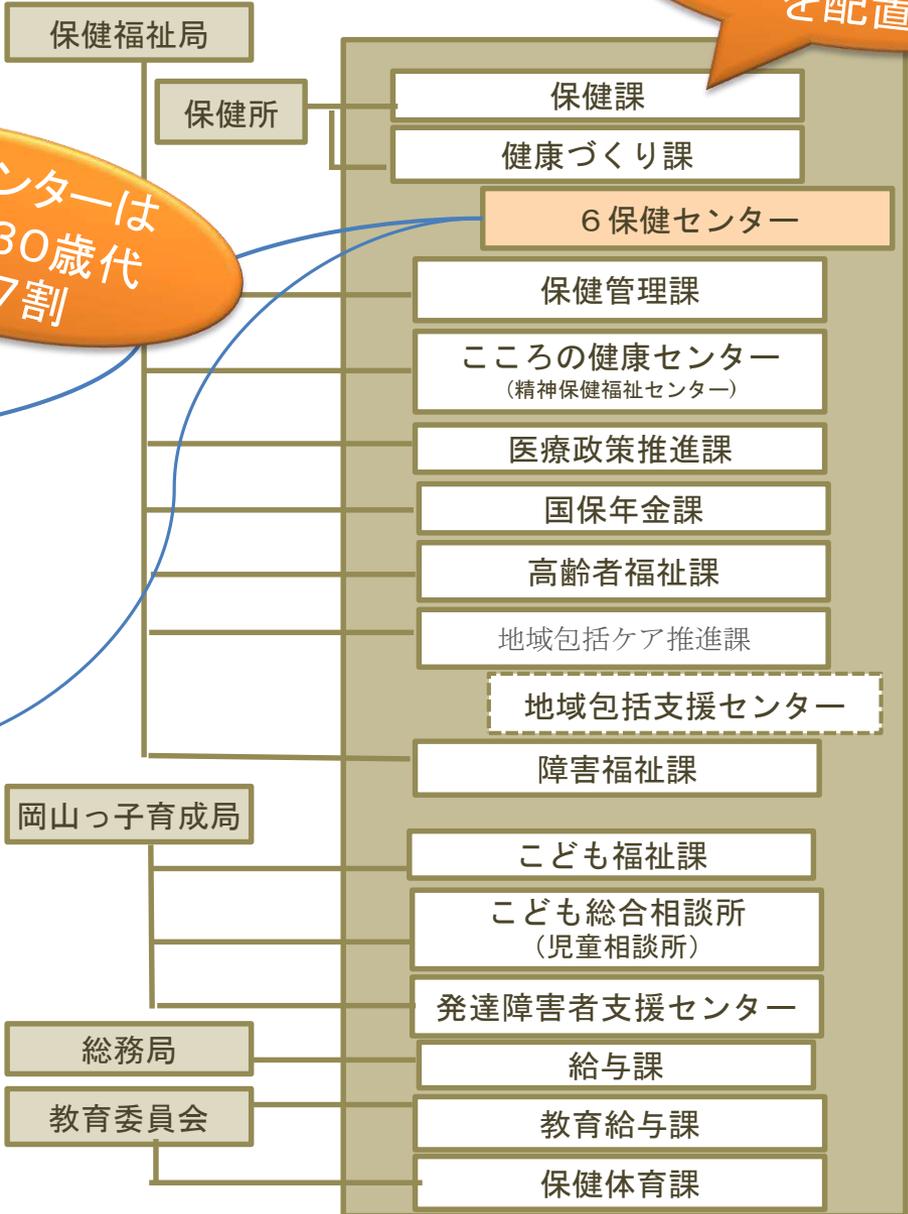
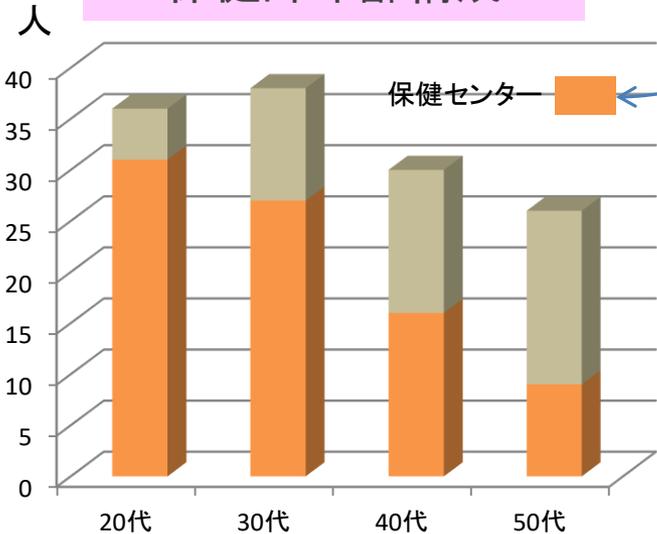
保健・福祉主要部門に保健師を配置

保健センター内訳



保健センターは20歳、30歳代が約7割

保健師年齢構成



(5) 分散配置の強みを活かす！

保健師連携
会議の実施

地域保健活動



児童福祉

- ・児童虐待防止
- ・健やかな子供を育てる
土壌づくり
- ・切れ目のない障害児支援

地域保健活動



高齢者福祉

- ・新総合事業体制整備事業
- ・介護予防事業
- ・フレイル対策事業
- ・高齢者虐待防止

地域保健活動



医療政策

- ・医療的ケア児
- ・地域包括ケア推進

地域保健活動



精神保健福祉

- ・地域移行地域定着支援
- ・自殺予防対策
- ・引きこもり支援

地域保健活動



障害福祉

- ・障害者虐待防止
- ・障害福祉サービス
- ・障害者自立支援協議会

地域保健活動



教育委員会

- ・切れ目のない障害児支援
- ・いのちを育む授業
- ・フッ素洗口

地域保健活動



職員健康管理

- ・市民である職員の健康増進
(健康ポイント事業)
- ・自殺予防活動

地域共生社会の推進
(複合課題ケースへの支援)

高齢者の健康寿命延伸に向けて「社会参加」×「運動」×「栄養・食生活」

今後の方向性

「あっ晴れ！もも太郎体操」参加者数の推移 3,531

<前期高齢者> SIB活用

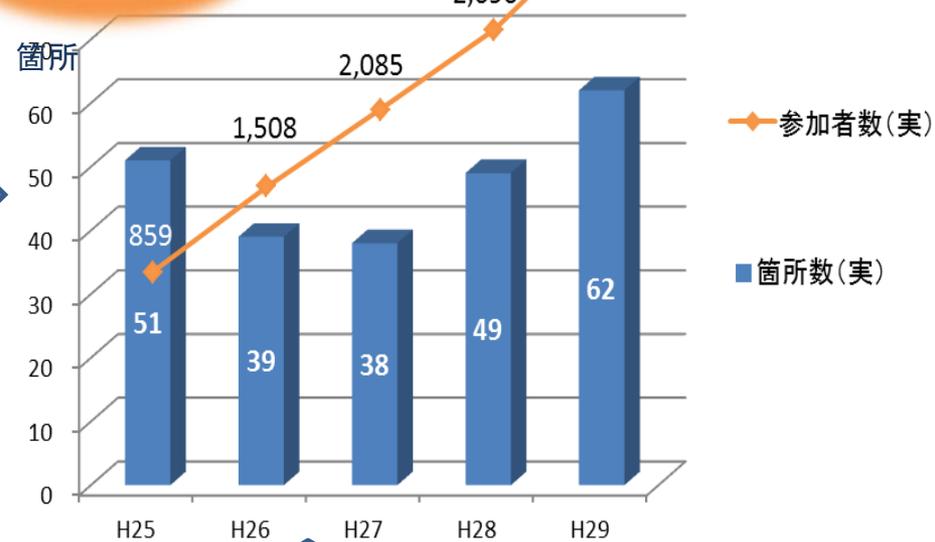
- ◆ 働く場の提供 (生涯現役活躍就労事業)
- ◆ 運動や外出の機会の提供 (新健康ポイント事業)

<後期高齢者>

- ◆ 「孤立」「孤食」を防ぐ環境整備
 - ・「地域の支え合い活動」を進める体制づくり
 - ・「あっ晴れ！もも太郎体操」団体数
 - ・地域の飲食店・配食業者と地域サロン等とのマッチング促進
 - ・社会福祉法人等と地域活動のマッチング促進
- ◆ 「フレイル(虚弱)」「低栄養」予防の知識普及
 - ・高齢者 → 栄養委員による啓発
 - ・医療従事者 → 健康サポート薬局、かかりつけ医
 - ・介護事業者 → ケアマネ協会、ヘルパー協会

取組み例

住民主体



介護予防センター

- ・立上げ支援(実地指導)
- ・リーダー養成(養成講座)
- ・活動継続支援(交流会)

地域づくり支援ネット(H28～)

<地域情報の共有・地区診断・地域への働きかけ方を協議>

- ・社協・・・地域福祉計画・地域づくり(地区社協)
- ・地域包括・・・高齢者相談支援(小地域ケア会議)
- ・保健センター・・・地域づくり支援ネット構築、啓発・健康教育(健康市民おかやま21)
- ・公民館・・・生涯学習・人づくり(安全安心ネット)
- ・介護予防センター・・・介護予防教室
- ・地域ケア総合推進センター・・・医療・介護 多職種連携

(6) 東区保健センターにおける西日本豪雨浸水被害への対応

東平島周辺浸水状況



- ・平成30年7月7日（土）AM1時半頃、砂川の左岸が120mにわたり決壊し、上道中学校区が浸水。特に床上浸水が多かったのは、平島小学校区の東平島、西平島、南古都周辺。
- ・同日、保健センター内に現地指揮所を立ち上げ、避難所での健康調査開始。
- ・7月9日（月）から訪問による健康調査開始。

② 避難所での健康調査



東区浸水被害発生状況

床上浸水：1569棟

床下浸水：661棟

(7月10日7時現在 岡山市HPより)

発災2日後から約6日間で床上浸水全戸家庭訪問実施

① 保健センター現地指揮所ミーティング



訪問等による健康調査



- ・神戸、中越、東日本、熊本震災派遣での積み上げた経験
- ・地区担当制だからこそ、日ごろからの住民との関係性により、被災状況をいち早く把握
- ・初めて現地指揮所を保健センターに設置
- ・統括保健師によるバックアップと人員調整



3 次代へ伝えること

岡山市保健師としての保健師マインド

- 地区担当制を固持！

様々な角度から地域全体をとらえる（地区診断）

まずは地域に出向くこと、総合的保健活動を

- 保健活動に科学的根拠と夢を
- 活動の見える化を図り、理解し協力してくれる人を増やす
- 生活者としての視点を忘れず、常に住民目線を大切に
- 探求心を持ち、自己研鑽を
- 仲間とともに成長し合える職場環境を
- 住民とともに歩み支える保健活動
- 健康な地域づくりの裁量があるからこそ責任もある





私たちは30年後に、何を残すべきか？

岡山ESD推進協議会が実施する「岡山ESDプロジェクト」が2016年ユネスコ/日本ESD賞を受賞。

「まちの持続可能性」を高めるには… 市民の健康が礎となる

一人ひとりが健康で生きがいを持って人生を全うできる地域社会づくりがSDGs(国連が定めた持続可能な17の開発目標)の目指すところ

保健師は地域を担当し、「健康」「予防」の視点で「地域に出向き」「地域づくりに取り組める」のが強み。

住民と共に地域でSDGsの実現を目指し歩んでいく



健康市民おかやま21推進キャラクター 「ももちゃん」のプロフィール

- ◇名前 ももちゃん
- ◇誕生日 6月1日(岡山市民の日)
- ◇生まれたところ 岡山市
- ◇性格 何事にも一生懸命な頑張り屋さん
- ◇好きな食べ物 きびだんご
- ◇得意なこと 運動(特にOKAYAMA!市民体操)
- ◇口ぐせ 言葉の最後に「～もも」と言う。
興奮すると方言が出て、
「～じゃもも」と言う。
- ◇ももちゃんの願い 岡山市のみんなが健康で、
笑顔のあふれるまちになること
- ◇体重 ひ・み・つ



ご清聴
ありがとうございました