

「まちの保健室」事業報告書 目次



1	会長あいさつ	1
2	「まちの保健室」委員会 活動報告	2
3	支部活動報告	
	阪神南支部	3
	阪神北支部	5
	神戸東部支部	7
	神戸中部支部	9
	神戸西部支部	11
	東播支部	13
	北播支部	15
	西播支部	17
	但馬支部	19
4	兵庫県看護協会会館「まちの保健室」	21
5	「まちの保健室」研修会報告	22
6	「まちの保健室」事業 実績報告	24
7	「まちの保健室」ボランティア表彰	30
8	委員紹介	31
9	編集後記	33





「まちの保健室」再始動

兵庫県看護協会 会長 丸山 美津子

新型コロナウイルス感染症対応が、昨年5月に2類から5類に引き下げられました。

しかしながら感染状況は変わらず、インフルエンザ感染も蔓延する中、2024年を迎えました。「With/Postコロナ」時代に突入し、これからという矢先の1月1日発災の能登半島地震により多くの方が被災され、今なお厳しい避難生活を続けておられます。

「まちの保健室」の成り立ちを思い出してください。1995年(平成7年)の阪神淡路大震災からの復興支援のために2001年から、この「まちの保健室」活動が始まりました。20年余りの活動は、その時々々の社会情勢や医療環境に合わせ、進化・深化してきました。今では様々な団体や他職種と協働し実施できるようになりました。コロナ禍で活動が制限された3年余りを経て、徐々に活動が再開され始めた今、「まちの保健室」の意義や役割について原点回帰し、これまでの活動経験をブラッシュアップし再開したいと考えております。

兵庫県では2025年、2040年に向けて「地域共生社会」を目指し、様々な取り組みが計画されています。住み慣れた地域での健康な生活を支援するために何ができるかを常に考え、考えながら進み、進みながら考え、積み上げることが大切です。来る人拒まず、去る人追わずの「待ち」の姿勢から、もっとアクティブな活動姿勢へ変わるチャンスだと思います。

「まちの保健室」活動が地域に溶け込み、病院や行政とのつなぎ役・調整役を、これまで以上に果たせたらと思います。また、コミュニティづくりのお手伝いが出来たら嬉しい限りです。「まちの保健室」の周りに人が集まり、何気ない会話と笑顔に包まれる空間・時間が提供できるようになりたいと願っています。

子どもから高齢者まで幅広い年齢層を対象に地域住民の心身の健康、子育て、生活習慣病予防、介護などの様々な不安や悩みの相談に応じて、気持ちを軽くするお手伝いを通して、疾病の重症化や早期発見につなげていければと思います。

皆さんと一緒に兵庫県民として、看護職として、「つながり・支え合いのある地域共生社会ひょうご～誰も取り残されない地域づくり～」に貢献できれば幸いです。

地域共生社会

制度・分野ごとの「縦割り」や「支え手」「受け手」という関係を超えて、地域住民や地域の多様な主体が参画し、人と人、人と資源が世代や分野を超えてつながることで、住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域をともに創っていく社会



委員名	委員長：西原 勝彦 副委員長：野田 保代 委員：皆木かおり・内藤 啓子・藤田裕美子・総毛 薫・小林さおり・上田 由美・武縄 幸子・西原 沙織・金川 昌代・小西みゆき(令和5年9月末まで任期)・大迫しのぶ・永井 桂子															
開催回数	7回															
活動目標	1. 県民の視点に立ち、日常に基づいた「まちの保健室」活動を継続する。 2. 地域課題の多様化に伴い、支部ごとに特徴的な活動を創出し、受診勧奨・健康寿命の延伸に貢献する。 3. 社会状況に応じた、新たな健康相談等の方法を模索し、活動につなげる。															
活動内容	1. 県民の視点に立ち、日常に基づいた「まちの保健室」活動を継続する。 1) 地域住民への健康問題について指導内容の統一を図るため、リーフレットの活用を推進し活動時に利用 2) 拠点リーダーと、ボランティアの育成支援を行うため、研修会の実施 テーマ:「オールフレイル予防」 開催日:令和6年1月27日 参加者:49名 講師:山川 達也 氏(兵庫県歯科医師会理事) 3) 拠点活動及び出前隊活動の活性化に向け、「まちの保健室」の拠点の見直しを行い、拠点活動を継続していくために活動の年間予定を計画し共有 <table border="1" data-bbox="371 972 1370 1075"> <thead> <tr> <th>まちの保健室拠点 活動実績比較</th> <th></th> <th>拠点活動件数</th> <th>活動ボランティア数</th> <th>来所者数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td>令和4年度</td> <td>129件</td> <td>205人</td> <td>1268人</td> </tr> <tr> <td></td> <td>令和5年度</td> <td>355件</td> <td>678人</td> <td>3041人</td> </tr> </tbody> </table> 2. 地域課題の多様化に伴い、支部ごとに特徴的な活動を創出し、受診勧奨・健康寿命の延伸を図る。 1) 様々な不安や悩みを気軽に相談できるよう「まちの保健室」の開催時にポスター掲示、リーフレットの活用を行い、相談の体制を整備した。 2) 住民自ら健康と予防につながる活動が行えるための支援を行っていくため、計測機器のあり方を検討し、相談機能の充実を図るよう取り組んだ。 3) 健康長寿の最大の阻害要因となる生活習慣病対策として、成人病予備軍における生活改善指導を活動の中で行った。ピンクリボン推進運動として、乳がん自己検診推進等女性の健康に関することについてリーフレットの活用、受診勧奨を行った。 4) 子育て世代の不安に関することや育児について気軽に相談ができる場として拠点の再開や出前隊で母親の健康状態も含め、相談や子育て支援の活動を行った。 5) 市町の事業や他団体および多職種等との連携・協働を強化し、「まちの保健室」活動の拡充を図るため地域の出前隊を積極的に取り入れ活動を行った。 3. アフターコロナとなったが、基本的な感染防止対策は行い活動を行っている。	まちの保健室拠点 活動実績比較		拠点活動件数	活動ボランティア数	来所者数		令和4年度	129件	205人	1268人		令和5年度	355件	678人	3041人
まちの保健室拠点 活動実績比較		拠点活動件数	活動ボランティア数	来所者数												
	令和4年度	129件	205人	1268人												
	令和5年度	355件	678人	3041人												
活動の評価	<ul style="list-style-type: none"> 活動の実績の評価として前年度より、活動数や利用者数の増加は見られ今後も活動の継続と活性化を推進していく。 リーフレットの活用等を行い、相談業務の充実を図る推奨を行い利用者からも好評であった。 子育て支援については支援が行えるボランティアの調整を行い、活動に繋がられている。 ボランティアの課題である相談対応力向上に対して「フレイル予防」研修会を開催した結果、委員や事務局の広報により、集客が昨年度より51%増(昨年度26名)となり研修会の活性化につながった。 「フレイル予防」研修会のアンケート結果より、まちの保健室ボランティアのアセスメントの視点や看護ケアに活かせる学びとなった。グループワークではボランティアがオールフレイルの視点から、心身の全体像をとらえ、相談者の状況を問いかけ、潜在的な問題を支援していく事の必要性を学べた。 															
今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> 活動の実績の評価として前年度より、活動数や利用者数の増加は見られているがコロナ以前よりは実績数が少ない。拠点の再開についての働きかけや出前隊活動の普及については現在も行っているが、更に実績数を上昇させることは今後の課題である。 相談業務充実に向けて利用者の相談内容の満足度など評価していく方法を検討し、活動業務の充実につなげていく。 															



阪神南支部では、芦屋市・西宮市・尼崎市の3市で拠点活動と定期的に活動している出前隊の活動があります。

令和5年度はコロナ禍も過ぎ、徐々に活動を再開する時期に入りました。西宮こども祭りではブラスバンドの演奏が響き渡る中、多くの利用者様がお見えになりました。看護の日のイベントは、各測定に行列ができるほど盛況でした。また、芦屋福祉フェアでは新しく災害支援ナースがボランティアに加わり活動を行いました。尼崎市民祭りでは看護相談をメインに、高血圧予防を主におきながら、栄養面や持病のことについても相談を行いました。子育て支援もオンラインから対面に移行しつつあり、育児における講話や多くの相談に対応しています。

今後も「まちの保健室」活動につきましては、まだまだ感染対策を考慮して行っていく必要がありますが、利用者のお話を傾聴し、困った表情が少しでも晴れて帰られるのを見ると、とてもやりがいを感じます。これからも一人でも多くの仲間が増え、コロナ前の状態に戻っていくことを願いながら、活動を続けて行きたいと思えます。



子育て交流ひろば「るんるんルーム」～オンラインから対面へ～ (兵庫県立大学看護学部周産期ケア研究センター)

「るんるんルーム」は、生後1か月から未就学児までのお子様と保護者、妊婦を対象とした子育てひろばです。兵庫県立大学看護学部周産期ケア研究センターと兵庫県立尼崎総合医療センター(以下AGMC)との連携事業であり、今年で9年目を迎えます。

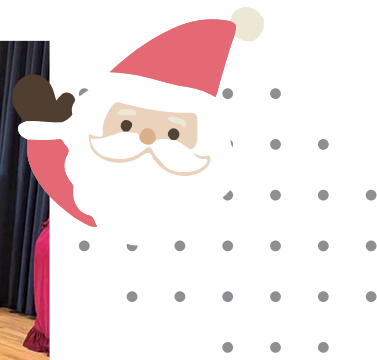
コロナ禍の3年間はオンラインで開催していましたが、新型コロナウイルス感染症の5類感染症への移行を機に、令和5年4月より開催方法を『オンラインから対面へ』切り替えました。しかしながら、感染症重症化防止の観点から、従来行っていたAGMC内での開催は難しく、近隣の公共施設をお借りして開催しています。

開催頻度は月1回、月替わりのショートイベント(音楽療法士による手遊び歌&楽器遊び・助産師によるベビーマッサージ・産婦人科医師による産後の身体と心のお話など)、その後、ママ同士の交流と情報交換、助産師による子育て相談、子どもの体重・身長測定、癒しのハンドマッサージの提供を行っています。

今年度は165名の参加があり、利用者の皆様のお声や利用状況から対面での開催に満足されていることがわかりました。しかし、安全でよりよい支援ができるよう事前申込制とし1回利用者を10組に制限しておりますが、参加申し込みが早々に終了になる現状から、利用者の皆様のニーズに十分お応えできていない現状にあります。今後は開催日を増やし、開催場所をAGMC内に戻し、より多くの利用者が安心して参加できるひろばを目指して活動を続けていきたいと思っております。



音楽療法士によるショートイベント(クリスマス企画)の様子



ハンドマッサージの提供



阪神北支部では、三田・丹波篠山地域、川西地域、伊丹地域、宝塚地域にそれぞれの活動拠点があります。新型コロナ感染症も令和5年5月より5類感染症になりました。まだまだ、以前の様な活性化した「まちの保健室」とは言えませんが、少しずつ各拠点が再開に向かって動きだしている状況です。

その中で、コロナ禍で長らく活動を休止していた地域拠点や出前隊の活動を報告させていただきます。

宝塚地区

宝塚地区では、現在「安倉南住宅」「安倉西住宅」の2か所の拠点で活動が開催されています。主に健康相談と啓発活動が中心であり、高齢者が多く参加者は後期高齢者が大半である。参加者は9月から令和6年1月までの間、安倉南住宅47名・安倉西住宅55名の参加者でした。

コロナによる活動休止から3年半ぶりの活動であったが、コロナ中も参加者は「100歳いきいき体操」に参加されていた。そのため、下肢筋量測定では、予想と異なり筋肉量が以前より増加していた。活動内容は血圧、脈拍、体組成、骨密度測定、下肢筋量の測定や健康相談、フレイル予防への取り組み、認知症予防を目的とした脳トレやカレンダー作りなど行いました。

11月にデビューとなった新規出前隊は、「逆瀬川地域の業者」と「逆瀬川団地」で一緒に体組成計測定や健康相談を行いました。実施後のアンケート結果では、地域の「まちの保健室」の認知度は低いが、気軽に健康相談できる窓口が必要で、ニーズがあることがわかった。

宝塚地区で活動展開していない地域もあり、まずは地域包括支援センター・社会福祉協議会・訪問看護ステーションの協力の基、地域に暮らす人々のニーズの把握を行う必要がある。その上でボランティアを集め、活動を広めていくことが重要であると考えている。

川西地区

コロナによりここ数年間実施出来ず久しぶりの開催でしたが、今年度は大和・牧の台地区での活動を4回計画実施しました。いずれの回も多数の参加者があり、ボランティア参加者も地域の方々と交流し楽しい時間を過ごすことができました。

また、参加者の中には、数年間通い続けてくださっている方もおられ、活動再開を心待ちにしてくださり参加できたことの喜びを分かち合うこともできました。「受診の時には忙しそうなお看護師さんへ話すこ



とができないから、このような形で相談できることはうれしい」と、参加者と対面できることで、「今、私たちが求められている看護とは？」とフィードバックすることができ、さらに看護の広がりを感じています。

今後、若い世代の看護職者、医療職者へボランティア活動に参加することで、自身の「知」を広げていけるような活動をしていければと思います。



伊丹地区

コロナ感染症が5類になり、伊丹地区では2か所の拠点と5か所の出前隊で合計16回の活動をしてきました。

総数にすると来所者242名、ボランティア数62名でした。看護相談では、体組成計数値や血圧測定値を基に運動や食事などの相談や、拠点によっては運動を指導しているところもありました。リピーターの来所者も多く、久しぶりの対面に会話が弾み対面の効果を感じています。



来所者からの「ありがとう」や「また来ます」の言葉や笑顔がボランティアの励みになっています。今後も、少しずつ地域住民の健康の一助となれるよう活動していきたいと思っています。



神戸東部支部では、「東灘図書館」「協の浜福祉センター」「コミュニティープラザ」の3か所の拠点活動と、学園祭での出前隊活動を行いました。令和4年度から新たに開設された「東灘図書館」では従来の午後開催ではなく、子どもを連れた育児相談や子育て相談のニーズにも対応できるように、来館がしやすい午前開催へ8月より変更しました。

新型コロナウイルスの影響が収束した後、兵庫医科大学のポートアイランドキャンパスでは、初めての学園祭が10月28日・29日の2日間にわたり開催されました。在学生と近隣住民が対象となり、看護学生も含めて活動を再開する喜びを共有しました。

更に、日本管財株式会社神戸市営住宅東部センターよりご依頼を受け、各々の集会所で行われるフレイル予防教室の後に、出前隊として12月15日から新在家住宅(灘区)、HAT神戸協の浜住宅(中央区)、弓木南住宅(灘区)、本山第一(東灘区)で活動をスタートしています。

現在は出前隊としての活動ですが、ご依頼のご希望に添えるよう今後は拠点活動も視野に入れ検討を進めていく予定です。

東灘図書館

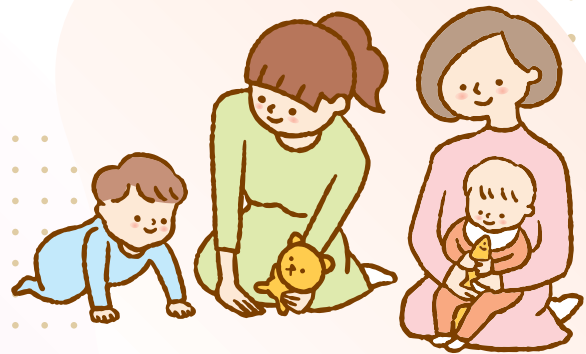
今年度も東灘図書館2階の会議室をお借りし実施しています。この場所は、図書館を利用されている方々に、少し目につきにくい問題がありますが、図書館の関係者の方による館内放送やホームページへの掲載の他に、玄関先で来館者の方にスタッフが声をかけ、呼び込みを行っています。

東灘図書館では、健康相談と子育て相談を行っています。3拠点の中ではリピーターの方は少ない印象ですが、40代の若い世代の方も健康相談に来られています。

若い世代が多いこともあり、今年度より始めている0歳以下の赤ちゃんとお母さんを対象とした「ベビーマッサージ」は、助産師が中心となり衛生面や安全性に考慮しながら行っています。10月と12月の2回開催しましたが10月と比較すると、12月は冷寒な季節であり、赤ちゃんを裸にしてベビーマッサージを行う際、スタッフも抵抗を感じました。現在は寒さのため一時中断していますが、暖かい時期に再開する予定です。

東灘区役所の子育て掲示板において、ベビーマッサージのポスターの掲示を許可いただき告知活動を行っております。さらに、2月には糖尿病看護認定看護師による子どもの栄養に関するミニ講和を予定しています。

来年度においては、健康相談のリピーターを確保し、ベビーマッサージのプログラムを更に拡充していくことが課題となります。





脇の浜福祉センター

集会所の一室で、心地よい雰囲気健康相談を行っています。リピーターの方はもちろん、ご夫婦や独居の方、またご友人同士が参加しています。日々皆さま自身が行われている血圧測定や散歩など、努力を分かち合っています。

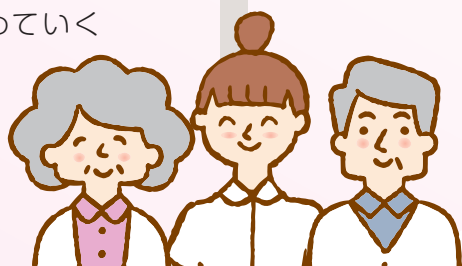
健康に関する質問や不安を気軽に相談され、コミュニケーションを大切にしています。最近では認知症に関する不安を抱える方もいます。世間話を交えながら、皆さんがリラックスして参加できるような場を提供しています。

これからも積極的な健康へのサポートを続け、皆さんとの絆を深めていく予定です。

コミュニティープラザ

リピーターの方が多く参加されていますが、残念ながら新型コロナウイルス流行以前にお越しいただいていた方々と再会できていないことが気になっております。

今後は通常通りの活動を目指し、新たな訪問者にも居心地の良い場として感じていただけるよう、コミュニティープラザの魅力を広く伝える努力を重ねていくつもりです。健康相談の場としての価値を一層高め、未来に向けてコミュニティー全体のつながりを深めていくことが、私たちの課題となっています。





神戸中部支部は中央区、兵庫区、北区からなり、広範囲に活動を行っています。
令和5年度は、2か所の拠点「三菱神戸病院」「JCHO神戸中央病院」と、出前隊2件の活動を行いました。その中の拠点活動の様子をご紹介します。

三菱神戸病院

三菱神戸病院では、院内の生活習慣病診療チームと合同で、外来通院中の患者様や近隣の地域住民の方を対象に8月と11月に「フレイル予防教室」を開催しました。

参加者は少人数でしたが一人ひとりの生活や疾患に合わせた個別の説明・指導をすることができ、参加された方からは「勉強になりました」「自分の体の衰えに注意する良いきっかけになりました」「こういうイベントをもっと増やしてほしいです」などの声が聞かれました。

8月と11月の両方に参加された方もおられ「8月に指導を受けたことを続けています」「もっと参加したいです」「食事についてもっと教えてほしいです」との言葉を聞くこともできました。



今年度は感染対策のため少人数で開催してきましたが、今後は参加者が増えるようPRにも力を入れ、外来患者様や地域住民の方々のために健康サポートができるよう活動を続けていきたいと思っております。

結核ハイリスク検診

今回、北区役所主催の「結核ハイリスク検診」に、2日間にわたり計5名が「まちの保健室」ボランティア出前隊として参加しました。

検診は高齢者の方が中心で通院中の方もおられましたが、散歩や登山帰りの方もおられ「健康の秘訣は動くこと」とお話しされていました。一方でコロナ禍や猛暑で外出を控えていた方が、体重増加や筋力の低下を気にされる声も聞かれました。血圧測定や体組成検査を通じて、数値やその意味をお伝えすることで「受診してみるわ」「頑張ってるわ」という言葉が聞かれ、短時間の関わりの中でもご自身の体や生活を振り返って頂く機会をもつことができました。

また、保健所の担当者の方がCOPD対策の観点から喫煙者の多いパチンコ店に案内を配布するなど案内の工夫をされており、来られた方からも「せっかくやからもっと宣伝したらいいのに」と宣伝方法のアドバイスをくださるなど、私たちが病院などでイベントを企画する際の宣伝方法など参考になることも多く、勉強になりました。

ボランティアに参加して、地域住民の方々の声をきくことができ、病院勤務中とは異なる様々な気づきや学びもあり、リフレッシュできた1日でした。今後も新たな発見を楽しみに地域の方の健康づくりのお手伝いができるようにボランティアを続けていきたいと思っております。





はじめに

コロナ禍以降、昨年度より徐々に活動を再開することができ、今年度神戸西部支部では、「神戸常磐大学」「神戸市看護大学」「井吹台セリオホール」「狩口台住宅」「まいこ会館」の9拠点の活動と出前隊活動を行いました。

2大学での拠点活動の継続や、従来の拠点活動の再開に加え、新たな出前隊の依頼も増えました。開催を心待ちにされていたといったお声を聞いていると、地域の皆さんの健康意識の向上や、相談機会の必要性を感じております。コロナ渦以前の活動環境を取り戻した今、ご依頼いただいた場所での開催はもちろん、新しい場所での活動も可能な限り実現できるようにしていきたいと取り組んでおります。



まいこ会館

今年度より「まいこ会館」では、「まちの保健室」の運営に関わっていただいている住民の皆さまと連携しながら、活動を再開いたしました。長らくお休みしていたため、開催にあたっては、地域での担当の方々の大幅な変更もありました。そのため、「まちの保健室」開催をスムーズに行うため、会場の設営や機材の設定、機器の操作方法などをお伝えしながら、今後の活動継続に向けて細かく相談させていただきました。

地域の方の声掛けがあり、おひとり暮らしの方が参加されていたり、認知症の旦那様と共に来られている方もありました。おひとり暮らしでも孤立しないように、老々介護でもお疲れがでないようになど、地域の方々とのお話を通じて、「まちの保健室」の必要性も感じました。空き時間にはインストラクターによる運動の指導も行われるなど、運動に興味を持たれている方も多くありました。今後も、地域の方々と協力しながら活動を継続していきたいと思っております。



ボランティア研修会の様子

「まちの保健室」活動を知り、ボランティアスタッフの活動の魅力を知っていただくことを目的に、兵庫県看護協会会館にて開催いたしました。

今回の研修では、出前隊として活動する方から、実際に行っている活動の様子を語って頂き、参加される方々の生の声や反応、活動されている方々のやりがいや心がけなどをお伝え頂きました。地域住民の方からは、話を聴いてもらえる、健康に対する対処法を教えてもらってよかったなどの声があり、自身の健康や症状に興味をもってもらえてよかったと感じるとの話がありました。

また、新しい取り組みとして理学療法士による講義を取り入れました。高齢者に必要な運動量などの話を交えて、実際に簡単に行える運動を体験することができました。参加型の講義となり、大変わかりやすく実際にアドバイスとして活かせる内容を楽しく学ぶことができたという声が多かったです。

機器計測では、実際に触れて体験し、計測の項目と、項目や数値に対するアドバイスを皆で共有できたことは、今後活かせるとの意見を多数いただきました。



ボランティア募集

神戸西部支部では、さらなる活動の充実を目指して、ボランティアを募集しています。

あなたが日頃何気なく行っている活動も「まちの保健室」の活動ではありませんか？

空いた時間に、おうちの近くの拠点や出前隊での活動、参加できる日のみでも構いません。

ぜひ一緒に「まちの保健室」を盛り上げて、地域の方々の健康支援をおこなっていきましょう。

お待ちしております。





新型コロナウイルスが5類感染症となり、地域の住民のみなさんの生活も変わり始めた頃かと思います。「まちの保健室」活動も少しずつ再開する運びとなりました。

現在、兵庫県では「高齢者のフレイル予防」を掲げています。これからはフレイル予防の分野にも力を入れていきたいと思っています。

地域ケア開発研究所

県立大学地域開発研究所ボランティア看護師による「まちの保健室」では、コロナ禍に一時中止していた活動を令和5年度より再開しました。リピーターの方々が「3年ぶりです」と笑顔で参加してくださっているのが印象的でした。ご夫婦で参加される方、また、ご友人を誘ってきてくださる方など地域の大切な場となっていることを実感しました。11月には、以前活発に行っていた体操教室を復活させると荒天にも関わらず、多くの方がご参加くださいました。これからも地域の方の健康をサポートできる場を作っていきたいと思っています。



加古川駅南子育てプラザ

「加古川駅南子育てプラザ」では、今年度は4回活動しました。1年間の活動で毎回30～40組の親子に参加いただけるため、今年度からボランティアの人数を4名から6名に増やし、身体計測だけでなく、育児相談も受けられるようにしました。

「腕が痛くなってしまったため片手で抱っこできない」「ストローで哺乳練習をしているがうまくいかない」「よく食べているのに体重の増えが悪い」等、様々な相談を受けています。「相談に乗ってもらってよかった」という声もあり、「まちの保健室」活動を通して、地域の方々の役に立てることをとても嬉しく思います。



加古川ツーデーマーチ

11月11日、12日の2日間で加古川ツーデーマーチのウォーキングイベントが4年ぶりに開催されました。新型コロナウイルスの影響により、イベントが開催されない期間がありましたが、今回は延べ143名の方に「まちの保健室」に来訪いただきました。

イベント当日は急に気温が下がり真冬日となった事もあり、血圧が高めに出る方が多く、高血圧を気にされる方が多い印象でした。体脂肪計を用いて基礎代謝や体脂肪率などから生活習慣の工夫を一緒に考え、改善のお手伝いをさせていただいています。また、乳がんの触診モデルを用いて男女ともに触れていただき、しこりができやすい部分などの説明をしました。特に男性からは「男は乳がんにならないと思っていた」という反応があり、がん啓発の良い機会となりました。

健康相談の中でフレイルの話題がでると、「高齢者はフレイル予防が大切と良く聞く。自分たちのサークルで健康相談やフレイルに関する指導をして欲しい」というお話もいただきました。兵庫県でのフレイル予防施策が広まってきていると感じました。



研修について

9月28日、「フレイルと看護」をテーマに東播支部まちの保健室研修会を実施しました。兵庫県立大学看護学部 清原 花氏による「がん患者とフレイル」、同じく看護学部 片岡 千明氏による「フットケアとフレイル」の講演に続き、「フレイルチェックについて」の研修を行いました。今年度の目標の「まちの保健室でのフレイルチェックシートの活用」のために企画した研修ですが、テーマの選定から企画、実施のすべてにおいて、委員が主体的に関わることができ、委員の横のつながりを再確認する機会にもなりました。





北播支部「まちの保健室」は、6か所の拠点があります。コロナ禍で休止していましたが、支部で検討してきた感染対策を入れた拠点活動手順を基に、今年度より、「道の駅みき」（三木市）と「やしろショッピングセンターBio」（加東市）の2拠点で活動を再開することができました。出前隊に関しては2か所のイベントに参加し、多くの来場者を迎えることができました。次年度は、「白雲谷温泉ゆびか」（小野市）、「アステア加西」（加西市）、「なごみの里山都」（多可郡多可町）を再開し、北播全地域を幅広く地域住民のライフサポーターとしての活動を増やしていきたいと思えます。

道の駅みき

「道の駅みき」は令和5年9月より再開し、毎月第2土曜日にボランティア3名で活動を行っています。事業所のホームページでお知らせをいただいた成果があり、再開初日は約4年間休止していたにもかかわらず、「待っていたよ！」とリピーターの方から声をかけていただくことができました。

また、測定や健康チェックの後で、自己の人生を語り始める方もおられました。ボランティアが丁寧に耳を傾けることで、表情が段々と和らいでいく姿に「まちの保健室」の原点を感じることができました。



やしろショッピングセンターBio



「やしろショッピングセンターBio」も、令和5年9月より再開し、隔月の第2土曜日にボランティア4名で活動を行っています。

事業所から再開を待ち望んでいると声をかけていただき、再開ポスターの貼付や館内放送などのご協力を得て、多くの来場者やリピーターの方に来ていただくことができています。約4年ぶりに活動再開しましたが、ボランティアリーダー経験がある看護職が毎回入ることで、混乱なく安心して活動を続け来場者の期待に応えることができています。

はりちゅうの日

昨年につき、兵庫県播磨中央公園に於いて、11月19日に『はりちゅうの日』のイベントが開催され、健康チェック、健康相談を実施しました。

9名のボランティアに加え、協賛参加の理学療法士1名がボランティアとして参加し、地域の方々と触れ合い、健康について語り合うことが出来ました。理学療法士ボランティアには、腰痛や歩行中の膝折れの原因や予防法についての相談などがあり、詳しく指導をしてもらうことができました。来場者総数は、昨年度を大きく上回る112名(リピーター23名)であり、地域住民の健康意識の高まりを感じることができました。



西脇いきいきふれ愛まつり

西脇市市民交流施設オリナスホールで、11月25日に『西脇いきいきふれ愛まつり』が開催され、5名のボランティアが参加しました。来場者は、昨年を上回る31名(リピーター13名)でした。

基本測定の後、来場者と健康について語り合う時間を多く設けました。65歳未満の方に多く参加いただけましたので、仕事中心となる中での血圧や体脂肪を踏まえての食生活や運動に関心が強く、健康手帳や資料を活用しながら健康指導を行うことができました。



北播支部まちの保健室講演会



令和6年2月10日に、訪問看護ステーションあさんて・はな/認定NPO法人神戸なごみの家勤務のがん看護専門看護師 藤原 由佳氏を迎えて、『傾聴と豊かな対話』をテーマに、北播磨総合医療センター会場とWebで講演会を開催しました。参加者は57名でした。語ることや語りを聴くことの意味、ケアリングに通じる傾聴と対話について学びました。看護の現場や「まちの保健室」のボランティア活動で活かしたいという多くの感想がありました。



ポストコロナで「まちの保健室」活動再開

令和2年度以来、「まちの保健室」の活動はボランティア研修を除いて、地域住民の方を対象とした活動は感染予防のため、対面を避けるため、縮小または休止状態でした。

8月からは、従来のボランティアの方々が中心となり再開しています。拠点活動は商業施設や図書館の一画で行い、出前隊は、お祭りや記念式典等で行っています。今年度から姫路大学も西播支部の新拠点として活動が開始されました。



拠点【サキランドジャスコ】



出前隊【某会社の90周年イベント】



出前隊【秋祭り】



拠点【こどもの館】

昨年の5月にコロナが5類になり、徐々に従来の生活に戻っていますが、インフルエンザの流行等もあり、感染予防の影響で人と人との接触や関りが以前とは少し違っていく中で、地域住民の方々が健康に興味を持ち、自己や自他へのケアができるように、身近な存在として活動していきたいと思えます。

姫路大学看護学部「ひめみちくんの健康相談」



令和5年度、姫路大学看護学部と健康教育実践研究センターで「ひめみちくんの健康相談」活動を拠点型として開設しました。ひめみちくんとは姫路大学のマスコットキャラクターです。大学の掲げる教育目的としての、人に愛され信頼され尊敬される人へ続く長い「路」を歩き続ける姿を描いています。地元の皆さまから親しみやすく、また気軽に来学し健康相談を受けていただきたいという願いを込め拠点の名称としました。

今年度は、学園祭と同時開催で約110名の地域の方々が参加してくださいました。子育て世代や中高生の参加も多く、自身の健康へ関心を向ける機会になったのではないかと思います。看護学生もボランティアとして参加し、体脂肪や血圧測定を行うことにより、地域の方々と触れ合える貴重な機会となりました。さらに、ピオレ姫路が主催している「びおれっこくらぶ」に集う子育て世代への健康相談活動も計画しています。

今後、看護学部のある大学として、保健医療の専門性、学生の若い力、地域に開かれ集いやすいなどの特徴を活かした健康相談活動を計画し実施していきます。



ボランティア研修会



今回のテーマは、「地域と病院をつなぐ認知症支援」、講師には、認知症地域支援推進員の糺 裕子氏により、11月18日 姫路商工会議所にて研修会を行いました。参加者はケアマネジャー、介護福祉士、保健師、看護師等で37名でした。

前半は、認知症施策推進大綱を紐解き、「認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせる社会を目指し、認知症の人や家族の視点を重視しながら『共生』と『予防』を、車の両輪として施策を推進する」ところから、兵庫県の認知症ケアネット概念、認知症ケアパス、認知症カフェなど実際の活動を結び付けて、地域での認知症支援活動等の講義がありました。

後半は参加者がグループカンファレンスを行い、実際にどのようなことが病院と地域で行われているのかを知ることで、どのような情報や支援が必要なのかを考えました。事後アンケートからも、様々な職種や施設からの参加があり、どのような情報が役立つのかが分かり、電話でのやり取りも状況に応じて取り入れるなど、認知症の方の状況に合わせた関わり方を考えるよい機会になりました。



今年5月から、コロナが5類感染症の位置付けとなり、但馬支部でも徐々にコロナ禍以前の「まちの保健室」の活動が、再開できるようになってきています。今まで活動できていなかった拠点活動を、今年度は5か所で再開することができました。また、出前隊での活動も、依頼があってもコロナ禍で断っていましたが、地域からの要請に応じることができました。但馬支部で開催した出前隊の活動の10件のうちの一部を紹介します。

豊岡・円山川ウォーキング



10月29日、豊岡スポーツ協会主催の円山川ウォーキングに、出前隊として参加しました。豊岡・円山川ウォーキングは、2004年の台風23号の記憶を風化させることのないよう、防災・減災と市民の健康意識

を高めることを目的に開催されるようになりました。円山川決壊箇所を含む堤防を、約5.5km歩くイベントです。当日は、悪天候の中での開催でしたが、地域住民22名が参加され、血圧測定や健康相談を実施しました。

参加者は、全体的に健康意識が高く、日頃から運動をされている方が多く、今回健康管理の大切さを一層自覚する機会にして頂きました。



小坂校区民文化祭

11月12日に、小坂地区コミュニティセンター主催の文化祭が開催され、出前隊として参加しました。血圧測定、体組成計測、健康相談を実施し、29名の地域住民の方に、参加して頂くことができました。久しぶ



りの「まちの保健室」の参加で、開催時間前から並んで待って下さる住民の方もおられました。また、リピーターの方の中には、「今日相談しようと思って、ここに来たんよ。うれしい」と心待ちにして下さった方もおられ、にこやかな雰囲気の中で活動することができました。



ボランティアの声

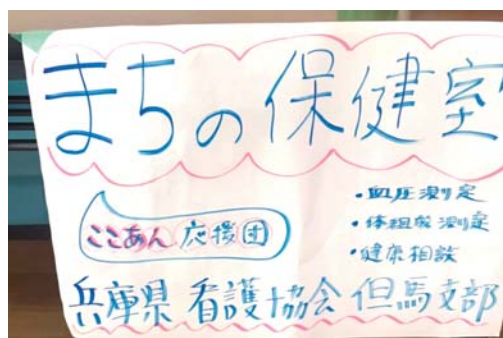
「まちの保健室」の再開を待ち望んでおられる地域の方、また場所を提供して頂いている施設の方からの温かい歓迎の言葉に、胸が詰まりました。現職の看護職によるボランティア活動にも、感謝の言葉を沢山頂きました。

コロナ禍でボランティアに参加できていませんでしたが、実際に参加し地域住民の方の生の声を聞くことができ、楽しくボランティアをすることができました。また、短時間に相手の相談したい内容をつかんで、的確なアドバイスをすることが必要であり、もっと様々な相談内容に対応できる知識を深める勉強をしなければと感じました。ボランティアの楽しさや難しさを知ることができ、とても貴重な時間となりました。

今後の活動について

今後も地域住民の方の健康を支えるために感染予防対策を取りながら、拠点活動や出前隊を積極的に行っていきたいと考えています。

少子高齢化が進む中、妊娠期からの子育て支援は、市町の重要課題として充実してきていることから、長年活動してきた「まちの子育て広場」などにおける拠点活動の見直しを行い、地域のニーズに応じた新たな分野での拠点活動について検討を行っていく予定です。写真は、出前隊で開催した認知症カフェまちの保健室です。但馬地域では、進展する高齢化や認知症ケアの一層な支援の意義が高まってきており、今後の拠点への移行を検討しています。





兵庫県看護協会会館は、令和3年10月より再開し相談対応を行っています。毎週月曜日13時から15時まで事前予約制で行っています。新型コロナは5類感染症移行となりましたが、直接相談は今年度はなく、電話相談のみの対応となっています。電話相談のメリットは直接現地へ行かなくても気軽に相談しやすい事であり、身体が不自由であったり、周囲の目を気にせず相談できるため、毎月数件ですが、コンスタントに相談があります。

相談内容は、様々であり高齢者だけではなく、幅広い年代からの相談があります。相談内容には、ご自身の疾患や体調不良に関する事、家族の病状や介護に関する社会福祉資源の情報などの助言を求められることもあります。多くの相談者は医療機関に受診し、通院も行ってはいますが、どのように病態を捉え、生活していくことが必要なのか悩んでおられる事が多いです。又、健康診断の結果では、異常所見があったが経過観察となり、原因は何が考えられるのか、精査は必要がないのかなどの健康不安についての相談もありました。

「まちの保健室」の相談機能は、相談者が心身の健康問題を解決していく過程の中で、疾患や状況の理解を深め、助言や指導を受ける事で、健康につながる生活を維持・回復する事が目的にあります。「まちの保健室」の社会的な役割として、住民のライフサポーターとして看護の力を今後も活かし、活動を続けて行きたいと思えます。

電話相談件数

年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
件数	12件	26件	30件

まちの保健室「ボランティア」に登録するには？

登録資格

看護師・保健師・助産師・准看護師であること（看護協会会員に限定はしない）

申込方法

本会HPに掲載している各支部募集案内を参照の上、ボランティア申込書を活動を希望する支部へお送りください。登録後は、「兵庫県ボランティア・市民活動共済」へ加入をいたします。



「まちの保健室」とは

「まちの保健室」は阪神大震災のあと兵庫県看護協会が独自の方式で始めた事業です。看護職のボランティアが地域に出て震災後の住環境の変化による閉じこもり予防や、1人暮らしに伴う不安や悩みの相談にのれる場をつくることから始まり、現在では地域のニーズにより活動の内容や場所も変化し、子育て支援や生活習慣病予防のための指導、地域のイベント会場における健康相談等を活動するまでになりました。コロナ禍を経験し、これからの「まちの保健室」を一緒に活動しませんか？





講演テーマ

「オーラルフレイル予防」

講師

兵庫県歯科医師会

理事 山川 達也 氏

開催日：令和6年1月27日 13:30～16:30



令和6年1月27日、兵庫県看護協会会館およびオンラインにて、兵庫県歯科医師会理事の山川達也氏を迎えて「オーラルフレイル予防」についてのご講演をいただきました。参加者は昨年より増えオンラインを含め49名でした。

当日は司会担当の「まちの保健室委員会」委員長の西原勝彦氏より、今回の『オーラルフレイル予防』研修を学ぶねらいについて、今後の「まちの保健室」活動で必要となってくる『フレイル対策を促進すること』『相談者対応の対応力向上を目指すこと』『高齢者の健康維持・増進の支援に必要な知識を習得すると』そして、グループワークを通じて、「まちの保健室」活動や、病院、施設での業務をより良いものにしていきましょうと、挨拶がありました。

続いて兵庫県看護協会 大迫常務理事から開会の挨拶があり、1月1日に起こった能登半島地につきましては、本会では県内の医療機関の災害支援ナース派遣調整を行い、関係の皆様にも多大なご協力をいただき改めてお礼を申し上げます。災害支援ナースからの報告では、被災者の方々の不安に対応するために、避難所に健康相談の場を設置し対応しています。

兵庫県の「まちの保健室」が始まったの

も、阪神淡路大震災がきっかけです。震災7年後の平成14年度頃の兵庫県は、まだ住民の暮らしは不安定であったため、本会は、平成13年度に行政から阪神淡路災害復興基金の補助を得て、震災の被災地に限定した「まちの保健室」を開設し、活動を進めてきました。その後、県の一般財源での補助となり県民の健康サポート活動として、このまち保活動は広がり、定着し、現在に至ります。「まちの保健室」活動が県民にとっても看護職にとっても有意義に存続し続けるため、本研修会主催のまちの保健室委員会で今後の方向性を見出せるよう検討していきますと挨拶がありました。

今回の講師 兵庫県歯科医師会理事の山川達也氏より、『オーラルフレイル予防について』のご講演をいただき、オーラルフレイルの定義から始まり、スクリーニング問診票、活舌・舌口唇体操についての紹介がありました。口腔体操を講師と参加者が一緒にやってみる時間は、参加型でとても有意義でした。

また、「8020運動」についてのお話の中で、生まれてから亡くなるまでの全てのライフステージで健康な歯を保つことが大切であるが、単に歯を20本残すことだけでなく、『いつまでも自分の口で食べることがで

きるようにすること』『最後まで自分の意思を口で伝えることができるようにすること』が、大きな目的であるとお教え頂きました。

口腔ケアの大切さを伝えて頂く中で、口腔ケアを行うことで肺炎が40%減らすことができることや、歯数と義歯使用をしている人と、歯の喪失後に義歯を使用しない人では2.5倍も「転倒」のリスクが高くなること。また、口腔内が乾燥しやすい薬剤についてなどのお話をして頂きました。

冒頭に委員長が参加者に伝えた今後の活動に必要な知識の習得ができたのではないかと思います。



グループワーク

山川先生のご講演後、会場4グループとオンライン4グループ分かれて、4つの項目についてグループワークを行いました。

まず一つ目の、「フレイル予防に必要だと思ったこと」についての意見では、日頃からの意識づけや口腔ケアの重要性、フレイルの低下で認知症につながることを学びました。その中で、機器がなくても指導することでフレイル予防に繋げることができるため、ボランティアや病院スタッフへの意識付けをしていく必要があるという意見がでました。

2つ目は「相談者への動機付け、指導の効果的な方法について」の意見では、相手からのレスポンスをもらいながら楽しみながら行う。集団でレクリエーションの中で伝えていく。「まちの保健室」でミニ講和を開催したいという意見がでました。

3つ目は「自分の課題だと思ったこと」についての意見では、スタッフへの啓蒙活動の方法。顔と顔が見えるところで伝えたい。このような研修の場所へ積極的に参加して学びたいという意見がありました。

最後の4つ目では「これからやってみようと思うこと」から、今日の学びを自分達の武器とし相談者に対して指導を実施していきたいという意見がでました。

今回の研修で教えて頂いたことを「まちの保健室」ボランティア活動や、それぞれの施設で実施しオーラルフレイル予防に努めたいと思います。





「まちの保健室」拠点開設状況



■ 阪神南支部 窓口：西宮市立中央病院 大内 智恵		
	拠点名	内 訳
1	園田学園キャンパスいきいき	健康相談
2	おおくま病院	健康相談/介護相談
3	協和マリナホスピタル	健康相談/健康講座
4	西宮市大学交流センター	健康相談
5	くまの介護医療院	健康相談
6	カンガルークラブ	子育て支援
7	市営南芦屋浜団地	健康相談

■ 阪神北支部 窓口：兵庫県立丹波医療センター 金谷 美恵子		
	拠点名	内 訳
1	いきいき健康教室	健康相談
2	伊丹市ラストホール ※令和5年6月閉設	健康相談
3	うさぎ ※令和5年6月閉設	健康相談/子育て支援
4	ひよこ 北センター ※令和5年6月閉設	子育て支援
5	ひよこ ことば蔵 ※令和5年6月閉設	健康相談/子育て支援
6	共同利用施設鴻池センター	健康相談
7	県営南町高層住宅	健康相談
8	宝塚第一病院	健康相談
9	市営安倉南住宅	健康相談
10	市営安倉西住宅	健康相談
11	市営鳥島住宅	健康相談
12	大和地区	健康相談
13	協立温泉病院	健康相談
14	東谷公民館	健康相談
15	北陵集会所	健康相談
16	グリーンハイツ	健康相談
17	県営清和台東高層住宅	健康相談
18	県営下加茂高層住宅	健康相談
19	市営加茂桃源住宅	健康相談
20	イオン三田ウッディタウン	健康相談
21	丹波篠山市民センター	健康相談
22	希望の家/きらめきワーク	健康相談
23	丹波の森ショッピングタウン(コモアレ)	健康相談

■ 神戸東部支部 窓口：兵庫県立こども病院 大西 美樹		
	拠点名	内 訳
1	コミュニティプラザ	健康相談
2	協の浜地域福祉センター	健康相談
3	兵庫医科大学看護学部	健康相談
4	神戸市立東灘図書館	健康相談/子育て支援

■ 神戸中部支部 窓口：三菱神戸病院 松本 妙子		
	拠点名	内 訳
1	神大病院	防煙教室
2	川崎病院 ※令和5年7月開設	健康相談
3	三菱神戸病院	健康相談
4	済生会兵庫県病院	健康相談/健康講座
5	しあわせの村温泉入口 ※令和5年7月開設	健康相談/介護相談
6	JCHO神戸中央病院	健康相談
7	すずらん病院	健康相談
8	ありま	健康相談

■ 神戸西部支部 窓口：兵庫県立リハビリテーション中央病院 岸 典子		
	拠点名	内 訳
1	神戸常盤大学A	健康相談
2	神戸常盤大学B	子育て支援
3	神戸常盤大学 はすいけデイサービス	健康相談
4	介護医療院よしだ	健康相談
5	まいこ会館	健康相談
6	狩口台住宅	健康相談
7	井吹台セリオホール	子育て支援
8	井吹台 ※令和5年12月開設	子育て支援
9	神戸市看護大学「健康支援」	健康相談
10	神戸市看護大学「子育て支援」	子育て支援
11	神戸市看護大学「こころと身体の看護相談」	こころの相談
12	神戸市看護大学「もの忘れ看護相談」	もの忘れ相談
13	総合リハビリテーションセンター	健康相談
14	いろは ※令和5年8月開設	健康相談

■ 東播支部 窓口：高砂市民病院 臼井 直美		
	拠点名	内 訳
1	兵庫県立大学 ボランティア看護師による健康相談	健康相談/子育て支援
2	兵庫県立大学 生活習慣病と足の看護相談	健康相談
3	県営明石清水第2高層住宅	健康相談
4	ふれあいプラザ明石西	健康相談
5	西明石サポーターリングファミリー	健康相談
6	コープこうべ大久保店	健康相談
7	加古川駅南子育てプラザ	健康相談/子育て支援
8	加古川市立総合体育館	健康相談
9	洲本街角サロン イオン洲本店	健康相談
10	まちの子育て広場	子育て支援
11	ほくたん	健康相談/子育て支援
12	あわじ	健康相談/介護相談
13	関西看護医療大学	健康相談
14		子育て支援

■ 北播支部 窓口：北播磨総合医療センター 関口 靖枝		
	拠点名	内 訳
1	西脇市立西脇病院 クローバーの会	健康相談
2	道の駅みき	健康相談
3	白雲谷温泉 ゆぴか	健康相談
4	アステシア加西	健康相談
5	やしろショッピングパークBio	健康相談
6	なごみの里やまと	健康相談

■ 西播支部 窓口:姫路聖マリア病院 沢田 洋子		
	拠点名	内 訳
1	コープ姫路田寺店	健康相談
2	こどもの館	子育て支援
3	城内図書館	健康相談/物忘れ相談
4	姫路獨協大学 看護学部	健康相談/子育て支援/介護相談
5	姫大看護「ひめみちくんの健康相談」※令和5年11月開設	健康相談/子育て支援
6	ライフコーポレーション福崎	健康相談
7	コープデイズ相生	健康相談
8	新宮図書館	健康相談
9	赤穂市民病院A	健康相談
10	赤穂市民病院B	健康相談
11	赤穂市民病院C	介護相談
12	赤穂はくほう会病院	健康相談
13	関西福祉大学	健康相談/子育て支援/介護相談
14	関西福祉大学 寺子屋	健康相談/子育て支援/介護相談
15	サキランドジャスコ	健康相談
16	ワークプラザすぎの木	健康相談
17	マックスバリュ佐用店	健康相談/子育て支援/介護相談

■ 但馬支部 窓口:公立浜坂病院 尾崎 淳子		
	拠点名	内 訳
1	サンスト館	健康相談/子育て支援
2	豊岡郵便局	健康相談
3	長寿園	健康相談
4	子育て総合センター なかよし広場 ※令和6年3月閉設	子育て支援
5	なかよしグングン広場 ※令和6年3月閉設	子育て支援
6	子育て広場 豊陵保育園	子育て支援
7	子育て広場 チャイルドハウス	子育て支援
8	子育て広場 城崎認定こども園	子育て支援
9	ショッピングタウンペア	健康相談
10	子育て広場 日光認定こども園	子育て支援
11	子育て広場 たいようこども園	子育て支援
12	枚田みのり保育園	子育て支援
13	子育て広場 照福こども園	子育て支援
14	たんぽぽの会	健康相談
15	明星認定こども園	子育て支援

■ 兵庫県看護協会 窓口:事務局 永井 桂子		
	拠点名	内 訳
1	兵庫県看護協会	健康相談
2		子育て支援

「まちの保健室」拠点総数

110 拠点



支部名	拠点数	拠 点 名	内 容								ポ ラ ン テ ィ ア 数	協 賛 者 数	来所人数						来所人数(うちリピーター)						測 定 件 数	相 談 指 導 件 数	体 験 及 び 啓 発			
			健康相談	子育て支援	介護相談	講座	認知症対応型	体 験	減 災 防 災	啓 発			75 才 以 上	65 才 以 上	65 才 未 満	子 育 て 相 談 者	児 童	学 生	総 数	75 才 以 上	65 才 以 上	65 才 未 満	子 育 て 相 談 者	児 童				学 生	総 数	
西 播	1	コープ姫路田寺店	5	0	0	0	4	0	0	0	15	0	16	9	3	0	0	0	28	4	1	0	0	0	0	5	68	51	0	
	2	こどもの館	2	5	0	0	0	0	0	0	15	0	0	0	0	71	0	0	0	71	0	0	0	0	0	0	64	25	0	
	3	城内図書館	3	0	0	0	3	0	0	0	11	0	12	12	16	0	0	0	40	0	0	1	0	0	0	1	103	62	0	
	4	姫路獨協大学 看護学部	2	2	2	2	0	0	0	0	6	14	10	34	26	0	0	6	76	0	0	0	0	0	0	0	286	163	0	
	5	姫大看護[ひめちくんの健康相談]	4	1	0	0	0	0	0	0	7	32	16	11	47	0	2	50	126	0	0	0	0	0	0	0	572	399	0	
	6	ライフコーポレーション福岡	3	1	1	0	0	0	0	0	10	2	5	22	19	0	2	0	48	0	0	0	0	0	0	0	106	89	0	
	7	コープデイズ相生	4	0	0	0	0	0	0	0	14	0	30	26	6	0	0	0	62	5	2	2	0	0	0	9	122	40	0	
	8	新宮図書館	7	1	0	0	0	0	0	0	14	0	6	14	27	0	4	0	51	0	6	10	0	0	0	16	244	129	0	
	9	赤穂市民病院A 健康相談	7	0	0	0	0	0	0	0	14	0	11	8	9	0	0	0	28	0	0	0	0	0	0	0	20	27	0	
	10	赤穂市民病院B 健康相談	7	0	1	0	0	0	0	0	14	0	13	6	3	0	0	0	22	0	0	0	0	0	0	0	13	20	0	
	11	赤穂市民病院C 介護相談	9	0	9	0	0	0	0	0	20	0	25	7	6	0	0	0	38	0	0	0	0	0	0	0	41	39	0	
	12	赤穂はくほう会病院	7	0	2	0	0	0	0	0	14	0	27	18	8	0	0	0	53	0	0	0	0	0	0	0	48	57	0	
	13	関西福祉大学	2	1	1	0	0	0	0	0	0	2	0	0	4	0	0	1	5	0	0	0	0	0	0	0	16	14	0	
	14	関西福祉大学 寺子屋	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	15	サキランドジャスコ	3	2	2	0	2	0	0	0	15	0	46	30	29	0	9	1	115	1	1	3	0	0	0	5	280	253	0	
	16	ワークプラザすぎの木	2	0	0	0	0	0	0	0	2	4	0	2	20	0	0	0	22	0	2	20	0	0	0	0	22	44	41	0
	17	マックスバリュ佐用店	2	2	2	0	0	0	0	0	5	2	1	9	5	0	0	0	15	0	1	1	0	0	0	2	20	21	0	
	西播合計	69	15	20	2	9	0	0	0	176	56	218	208	228	71	17	58	800	10	13	37	0	0	0	60	2047	1430	0		
但 馬	1	サンスト館	3	0	0	0	0	0	0	6	0	12	4	1	0	0	0	17	4	2	0	0	0	0	6	77	16	0		
	2	豊岡郵便局	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	3	長寿園	4	0	0	0	0	0	0	0	8	0	18	4	0	0	0	22	0	0	0	0	0	0	0	47	38	0		
	4	子育て総合センター なかよし広場	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	5	なかよしグングン広場	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	6	子育て広場 豊陵保育園	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	7	子育て広場 チャイルドハウス	1	1	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0	0	13	0	0	13	0	0	0	0	0	0	0	2	12	0	
	8	子育て広場 城崎認定こども園	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	9	ショッピングタウンペア	3	0	0	0	0	0	0	0	7	0	3	12	6	0	0	0	21	0	0	0	0	0	0	0	59	58	0	
	10	子育て広場 日光認定こども園	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	11	子育て広場 たいようこども園	0	1	0	0	0	1	0	0	2	3	0	0	0	20	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	20	33	10	
	12	枚田みのり保育園	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	13	子育て広場 照福こども園	1	1	0	1	0	1	0	0	2	0	0	0	8	0	7	0	15	0	0	0	0	0	0	0	9	13	9	
	14	たんぼぼの会	4	0	0	0	0	0	0	0	8	0	23	6	5	0	0	0	34	0	0	0	0	0	0	0	50	71	0	
	15	明星認定こども園	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	5	0	6	0	11	0	0	0	0	0	0	0	11	20	0	
	但馬合計	16	3	0	2	0	2	0	1	36	6	56	26	25	33	13	0	153	4	2	0	0	0	0	6	275	261	19		
看 護 協 会	1	看護協会 健康相談	45	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	2	看護協会 子育て	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
		協会合計	45	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	総合計	248	43	25	20	9	5	1	4	678	162	975	738	626	605	34	63	3041	414	220	106	287	0	0	1027	7536	4053	20		

「まちの保健室」 出動隊実績	活動内容等記載項目	阪 神 南	阪 神 北	神 戸 東 部	神 戸 中 部	神 戸 西 部	東 播	北 播	西 播	但 馬	総 数	
		出前隊件数(件)	25	8	4	3	24	20	2	6	16	108
		延べ活動ボランティア数(名)	88	40	8	6	43	70	14	15	71	355
		来所者数(名)	838	192	22	190	184	829	145	414	352	3166

兵庫県看護協会「まちの保健室」電話相談30件



阪神南支部



西原 勝彦（兵庫医科大学病院）

平成30年度よりまちの保健室推進員を5年と、長期に亘りまちの保健室委員の役割を担い、阪神南支部だけではなく、令和2年度からは兵庫県のまちの保健室委員として活動にご尽力いただいています。

阪神北支部



井口 綾子（兵庫県立丹波医療センター）

平成10年度頃より支部のまちの保健室ボランティアの一員として、丹波地域にて積極的に活動され、平成28年度から2年間阪神北支部のまちの保健室委員を務め、平成29年度には委員長に就任しました。任期中はボランティアをまとめ、拠点地の拡大ボランティア活動の活性化を図りました。

神戸東部支部



中垣 由紀子（神戸市立医療センター中央市民病院）

現在は閉鎖をしていますが、県営協の浜コミュニティプラザの拠点活動では、年2回（夏は食中毒、冬は肺炎などのテーマ）のミニ講話を企画し、予防対策として肺炎球菌のワクチン接種の重要性など伝えました。まちの保健室委員が減少していく中で、市民の健康を守る地域活動を継続し続けた功績は大きいと思います。今もなお、「まちの保健室」のボランティア登録を継続していただいています。

阪神中部支部



矢野 美和（社会医療法人榮昌会 吉田病院）

ボランティア登録を継続され、コロナ以前より積極的にリーダーとして活躍していただきました。

阪神西部支部



杉山 比人美（野瀬まごころ診療所）

平成27年度にボランティア登録し、出前隊として活動を開始。平成28年度から2年間、野瀬病院で拠点活動に参加され、平成30年度から令和4年度まで出前隊として活動を継続されました。

東播支部



亘利 美由紀（兵庫県立がんセンター）

平成30年度から令和4年度までの4年間、まちの保健室委員会委員として活動。東播地区の看護協会主催イベントを企画・運営し、県民の健康相談対応や受診推奨への活動。委員としての任期終了後も、継続してまちの保健室ボランティアとして活動されています。

北播支部



野田 保代（医療法人社団一陽会 服部病院）

令和3年度では、北播南三木地区拠点を担当し、「看護の日イベント」では、実行委員長を担い、コロナ禍で休止していたイベントを3年振りに実施した。令和4年度では、北播支部まちの保健室委員長を担い、コロナ禍で休止していた出前隊活動を2か所で開催し、ボランティアメンバーと共に、リーダーとして活動されました。

西播支部



是川 こはる（兵庫県立はりま姫路総合医療センター）

平成30年度より、兵庫県まちの保健室委員に就任し、支部の意見を県の会議に、県の会議で得た情報を西播支部へ伝え、県と支部との橋渡しに大きく貢献された。更に2年間は、兵庫県まちの保健室委員会の委員長に就任され、コロナ禍におけるまちの保健室活動や研修会などの運営について検討され、委員会を牽引された。個人としても、まちの保健室ボランティアとして、出前隊および拠点活動にも積極的に活動された。

但馬支部



西垣 悦代（個人）

兵庫県の保健師在職中の平成16年度から、「まちの保健室」設立に向けての準備段階から、その中心メンバーとしてご尽力されている。支部委員会の活動にあたっては、リーダーシップを取りながら話し合いを進め、積極的にアイデアを出し活動の幅を広げた。また、まちの保健室委員は2年毎に交代していくため、新任の委員に対しては、親切丁寧に指導し、若手の育成にも積極的に取り組んだ。当該ボランティア活動には常に積極的に取り組み、温厚な性格で皆からの信頼も厚いです。



「まちの保健室」委員会

西原 勝彦（阪神南支部）兵庫医科大学病院

「まちの保健室」活動に参加して7年目になります。ボランティア活動、研修会、委員会活動を通して、活動の意義を学び大変感銘を受けました。今後とも地域の方との関りを通して、自身の看護師としての成長と、一人でも多くの方の疾病予防、重症化予防につなげられるよう頑張っていきたいと思えます。

皆木 かおり（阪神北支部）
公立学校共済組合 近畿中央病院

コロナ禍が明けて、各地区で「まちの保健室」の活動が再開されました。各地で「待ってたよ」「ありがとう」という声が聞かれており、地域における「看護」の果たす役割の大きさを感じています。

内藤 啓子（神戸東部支部）神戸赤十字病院

令和4年度から、徐々に活動再開に向けた準備をはじめ、新たな拠点場所を開設し今年度からは出前隊も新たなイベントで開始できている。地域性に合わせ、子育て相談や介護相談など、ボランティアの得意な分野で活動ができたり、ボランティア参加で新たに学んだりボランティア自身が遣り甲斐をもって活動することができている。

藤田 裕美子（神戸中部支部）
医療法人社団 顕修会すずらん病院

地域の方たちが、病院に行かずに、看護師に気軽に相談できるのが「まちの保健室」です。色々な不安や思いを聞くことができるので楽しい時間です。

総毛 薫（神戸西部支部）
なでしこレディースホスピタル

コロナ禍で様々な工夫をこらして継続してきた「まちの保健室」活動。人との温もりを感じることができ活動の再開は、地域のみならずただでなく私たちも元気を頂いています。

小林 さおり（東播支部）東浦平成病院

「まちの保健室」は顔と顔が見える中で、直接触れて話ができる空間です。子供たちが学校の保健室へ気軽に相談に行けるように、「まちの保健室」も地域の皆さんの心や身体が健康で過ごせるよう、色々なお話ができる場所にしていきたいです。

野田 保代（北播支部）
医療法人社団一陽会服部病院

「まちの保健室」委員長を担い2年目になります。コロナ禍により休止していた拠点活動、出前隊活動、看護のイベントを徐々に再開していく中で、地域住民の方々とのふれあいの大切さを感じています。

上田 由美（西播支部）
市川町保健福祉センター

「まちの保健室の日があるよ」と聞いて、「じゃあ相談してみようかな」と気軽に思えて、「話してよかったな」と思ってもらえる身近な相手として、地域の皆様に知ってもらえることが出来たらと思います。

武縄 幸子（但馬支部）
公立豊岡病院組合立出石医療センター

「まちの保健室」の但馬支部委員となって2年目です。今年度から、やっと少しずつ「まちの保健室」の活動ができるようになりました。活動した時の楽しさを、少しでもボランティアの皆さんに感じて頂けたらと思っています。

西原 沙織 兵庫県保健医療部健康増進課

社会状況、地域ケアシステム、住民の健康ニーズは移り変わります。「まちの保健室」に求められている役割を捉え、住民のライフサポーターのひとつとして地域活動ができるよう、皆様と共に考え、活動を進めていきたいです。

小西 みゆき 加西市健康福祉部健康課

（令和5年9月末まで任期）

金川 昌代 加西市役所
（令和5年10月1日より任期）

「まちの保健室」活動が、県民に寄りそう活動となるよう改革の実現をめざしています。皆様、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

大迫 しのぶ 兵庫県看護協会

「まちの保健室」活動が、県民にとっても、看護職にとっても、有意義に存続し続けるために、支部の皆様、本会「まちの保健室」委員会、そしてコーディネーターの皆様と共に力を合わせていきたいと思えます。

永井 桂子 兵庫県看護協会

「まちの保健室」の役割・機能は、専門職の観点から地域住民の健康増進に対し支援を行う、重要な意義があると認識しています。課題は多くありますが、出来る事からより良い方向性を見出せるように努めていきたいと思えます。

「まちの保健室」コーディネーター

辻 早智子（阪神南支部）

西宮市立中央病院※コーディネーター代理

阪神南支部にはコーディネーターは業務を持ち回りで行っていますが、委員のメンバーがそれぞれの役割を分担し協力して地域のイベントに取り組んでいます。コロナが5類に移行し、対面で地域の方と交流する機会も増えてくると思います。チームワークで今後も頑張ります。

林 初代（阪神北支部）兵庫県立丹波医療センター

コーディネーターの役割を頂き、経験しながら学んでいます。再開に際し、拠点の確認、物品点検、ボランティア募集など、活動に理解を得るのが大変でした。活動の現場を訪問すると、利用者とボランティアに笑顔があり、お互いにパワーをもらっているようです。是非「まちの保健室」活動を経験してみてください。

柘村 佳代（阪神北支部）市立伊丹病院

今年度は、コロナ感染症が5類となり、以前のように「まちの保健室」ができるようになりました。来所者の皆さんとお話をする中で、私も元気をもらうことがあります。日常生活の中での健康相談は看護師としてやりがいを感じています。今後も、地域住民の健康の一助となるよう活動していきたいと思っています。

鎌田 洋子（阪神北支部）個人

宝塚地区は現在、23名のボランティアが登録しています。「まちの保健室」の活動を市民に知ってもらい、ボランティア数も増やし、活動できたらと願っています私自身も仕事との両立で思うように活動できていないことが目下の悩みですが、知恵を働かせて、本年度頑張る決意です。皆さん、一緒に活動に参加しませんか。お待ちしております。

青山 りか（阪神北支部）

医療法人協和会協立記念病院

コロナ感染症が5類感染症となり、徐々に地域住民の方々が集合場所へ顔を出してくれるようになりました。しかし、まだ以前の様に活動拠点7か所すべてが再開したわけではありません。ボランティアの参加募集は、感染症の続く状況で参集に一苦労しています。拠点再開調整に向けて奮起していきます。

梁 京玉（神戸東部支部）兵庫県立こども病院

今年度よりコーディネーターをしています。東部支部では、3か所の拠点活動に加え、学園祭や出前隊など活動の場を広げています。多くのボランティアの方と共に活動をしていきたいと思っています。地域の方々との繋がりを大切に積極的に活動していきたいと思っています。

船越 美香（神戸東部支部）

社会医療法人神鋼記念会 神鋼記念病院

地域の健康相談は、みんなの思いや不安に耳を傾け、優しさで理解をもって共に歩む場です。一人ひとりに寄り添いながら、健康な未来への道を今後も届け未来への安心な一歩を心と笑顔で支え合っていこうと思います。

朝倉 洋子（神戸中部支部）

神戸リハビリテーション病院※コーディネーター代理

今年度は、2拠点の活動と2日間の出前隊活動を行いました。コロナで外出を控えていた地域の方々も、外出する機会が増え、参加された方は楽しそうに過ごされていました。今後も「まちの保健室」活動を通して地域住民の方々との継続的な関りを持ちたいと考えています。

松本 友紀（神戸西部支部）

兵庫県立リハビリテーション中央病院

「まちの保健室」でのボランティア活動は、病院勤務では関わることの少ない地域の方とその生活を知る絶好の機会です。退院した患者さんのその後を知る上でも非常に有意義な時間です。ぜひ一緒に活動しましょう。

平松 由美子（東播支部）個人

コーディネーターとしては今年で7年目になります。アフターコロナの時代、感染症やフレイル予防など様々な健康課題を持つ地域の皆さまとの交流を大切に、時代や社会状況に合わせた活動の仕方を模索しながら今できることを頑張ります。

中野 由美（東播支部）個人

地域で暮らす方々と話をするのはとても楽しく元気をもらえる貴重な時間だと思っています。来所して下さる方々にとっても楽しく有意義な時間にしていけるよう取り組んでいきたいと思っています。

岡本 由香（東播支部）個人

ボランティア活動から8年目を迎え、令和5度10月からコーディネーターと参加しています。コロナという長いトンネルを抜け、活動の再構築や再開・地域貢献にむけて委員の皆さんと作っていききたいと思っています。

高田 としみ（北播支部）個人

コーディネーター2年目です。ボランティアの皆様ご協力により、約4年ぶりに2拠点の活動を再開することができ、うれしく思っています。利用者やボランティア皆様のご意見を伺い、改めて「まちの保健室」活動やコーディネーターの役割にやりがいを感じています。

大岩 留理子（西播支部）個人

コーディネーターとして「まちの保健室」活動が円滑に行えるよう調整に努めると共にボランティアとしても楽しく活動に参加しています。今後も自分の知識経験などを生かし、地域住民へのライフサポーターとしての役割を果たしていきたいと思っています。

原田 瑠璃美（但馬支部）個人

コーディネーターとして13年になります。来所される地域の方とのふれあいが楽しく、この活動をライフワークと決めて続けています。最近は皆さんの健康意識が各段と高くなり、相談内容の変化に対応できるよう、研修会等で学習していきたいと思っています。

西垣 悦代（但馬支部）個人

コロナ禍の活動休止から再開し、活動経験のない委員も多くなりました。拠点先の調整や活動ノウハウ確認に翻弄された一年間でした。コーディネーター経験に委員の新風を入れ、利用者の歓迎の声を活動の励みにしていきます。



新型コロナウイルス感染症は、令和5年5月に5類感染症に移行となり、「まちの保健室」活動は基本的な感染対策を継続し、拠点・出前隊活動も徐々に増えています。

令和5年度の支部における「まちの保健室」活動は、感染対策を取り、実施できた拠点活動が、令和4年度より50%まで回復しました。

県民の皆様より「まちの保健室活動を心待ちにしていた」というお声を聞き、「まちの保健室」が、地域住民の方々の不安に寄り添い、支えとなっている事を再認識いたしております。

少子高齢化等の現代社会の課題が数多くある中で、地域住民の健康を維持していくために「まちの保健室」の役割・機能として、健康や生活に不安を抱える住民が安心して健やかに生活が送れるよう、子育て支援、フレイル予防においても重点的に相談対応を行ってきました。今後も社会情勢に応じ「まちの保健室」の活動に取り組んでまいりたい所存でございます。

「まちの保健室」のボランティア看護職としてご登録いただいている皆様には、コロナ禍より感染対策を行いながら、相談対応を向上するために尽力していただいた事に感謝いたします。

最後になりましたが、令和5年度「まちの保健室」報告書の編集にあたりご協力いただいた皆様に感謝申し上げます。



令和5年度「まちの保健室」事業報告書

令和6年5月発行

発行 公益社団法人兵庫県看護協会

〒650-0011 兵庫県神戸市中央区下山手通5丁目6番24号

TEL(078)341-0255(直) FAX(078)361-6652

