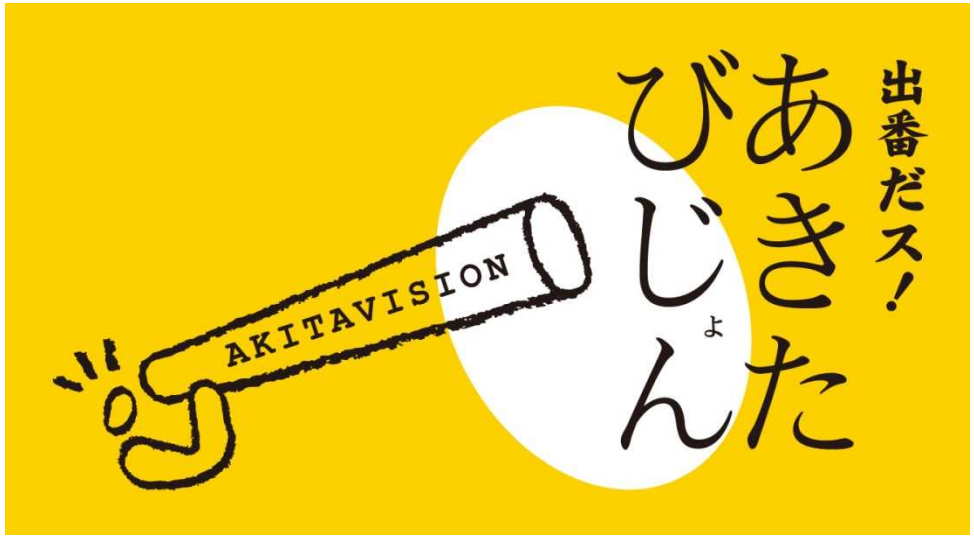
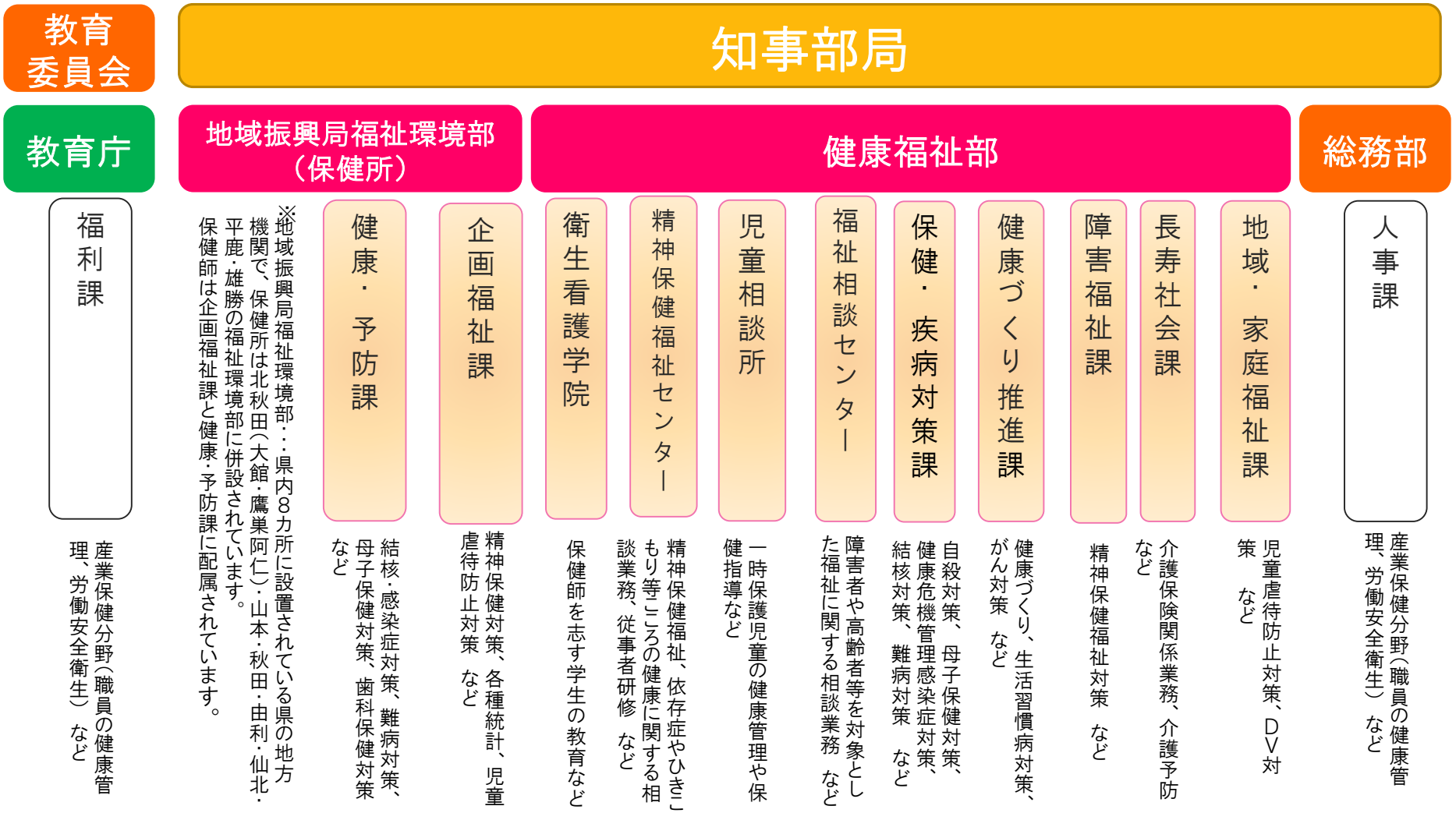
# 保健師職の実務



## ◆保健師職の配属先について

県の保健師の特徴は、県民の健康の保持増進に関する業務に従事することだけでなく、県の各種施策の推進にその知識を活かし反映させることができることです。配属先は地域振興局福祉環境部（保健所）が多くを占めますが、本庁の各課や関係する単独事務所などもあります。

その業務は、保健分野のみならず、福祉、教育、職員の健康管理など多岐にわたります。



## ◆県の保健師の主な業務内容

県の保健師は、県民や地域を対象に、健康の保持増進や病気の予防のための活動を、地域住民や関係団体などと協力して行います。

具体的には、健康に関する各種対策の企画立案、実施や、病気を持ちながら生活する方への支援、市町村や関係団体等との連絡調整や人材育成のほか、医療費等の助成の申請処理や予算管理といった内部的業務など、多岐にわたります。

配属先は色々あり、健康づくりや感染症対策など分野別に業務を行っていますが、内容は次の7つに分類できます。

### 1　地域診断

保健師の活動は、その地域（人、地形、気候や歴史、産業など）を知ることから始まります。活動する地域の生活環境や健康課題を、実際に出向いたり統計データなどで確認します。

### 2　家庭訪問

病気などの健康課題を抱える方の家庭等を訪問して状況を把握したり、より健康に生活できるように考えたりします。
関係機関と調整を図る場合もあります。

### 3　健康教育

地域の健康課題や住民の要望などに応じて、集会や学校・企業等の場で健康に関する講話を行います。
対象となる年代や人数により、内容や伝え方などを工夫します。

### 4　相談支援

電話や来所により、地域住民の健康に関する悩みや心配事を聞き、解決に向けた助言や指導を行います。
医療機関など他の専門機関につなぐこともあります。

### 5　普及啓発

こころの健康づくりや感染症予防、自殺予防などの健康に関する意識や取組が地域に普及するように研修会を実施したり、地域のイベントや人の多く集まる場所を会場に呼びかけたりします。

### 6　組織育成

自殺予防や結核に関する正しい知識の普及、同じ病気を治療中の患者同士の会、家族の会など、地域住民による健康に関する活動団体・グループ等を支援します。

### 7　人材育成

県や市町村の保健師がより良い保健活動ができるよう、研修会を実施します。
将来、保健師になることを目指す学生の実習受入れも行っています。

感染症を予防し、拡大を防ぐ

# 感染症対策の実務

感染症は、個人の健康被害にとどまらず、多数発生した場合は、学級閉鎖や職場での欠勤者が増加するなど、社会活動全体にも大きな影響を及ぼします。

日頃の対策として、感染症の発生を未然に防ぐため、正しい知識と行動を地域の方々に身に付けてもらえるよう、普及啓発に取り組むことも重要です。

発生時は、感染症の種類に応じた各種対策や患者支援等を行います。

例えば・・・

## 平常時の業務

ここでは、福祉環境部（保健所）の活動の一例を紹介します。

①社会福祉施設において、感染性胃腸炎の集団発生した際の対応

＜実務＞

① 発生届の受理･確認

② 状況調査

③ 現場の状況等から行政検査の実施

④保健指導

⑤経過観察

②感染症に関する普及啓発

感染症には、子どもがかかりやすいものや高齢者がかかると重症化しやすいものなどがあります。特にそのような感染症については、保育等に通う子どもの保護者や、高齢者施設の職員等を対象にした研修会などで、予防や正しい知識を学ぶ機会を提供します。

また、エイズや結核については、多くの方に病気のことを理解してもらうための街頭キャンペーン等を実施しています。

感染症を予防し、拡大を防ぐ

# 感染症対策の実務

～結核の場合～

結核は、患者の咳やくしゃみのしぶきに結核菌が含まれており、それを吸い込むことにより周りの人が感染する感染症です。症状は風邪とよく似ており(咳、熱など)、初期段階では気付きにくい病気のため、自分が結核だと診断されたときには家族や同じ職場・学校の人に感染していたというケースも少なくありません。

治療は複数の薬を長期間服薬する必要があり、きちんと服薬しなければ薬が効かなくなる場合もあります。

発生時の患者、周囲の方の調査や検診、服薬継続に関する支援、治療終了後の定期検診など、長期にわたる対策が必要となります。

＜ 実 務 ＞

① 発生届の受理・確認

・診断した医師から法律に基づいた届出が保健所に提出されます。

② 面接調査

・結核は未だ偏見を持つ方も多く、まずは病気を正しく理解し、安心して治療に望めるように、丁寧に保健所の支援等を説明します。最初は良い信頼関係づくりに配慮し、その後症状の経過や発症前の行動の聞き取り調査等を行います。

③ 接触者を対象とした検査の実施

・面接調査の結果を踏まえて、感染が拡大していないか確認するための検診を実施するか等を、保健所長他関係職員と検討し、必要に応じて検査実施を計画します。
検査実施にあたっては、対象となる方への説明や、関係機関への依頼や調整等も大切な業務です。

④ 服薬継続のための患者支援

・咳などの症状がなくなってからも長期間服薬を続ける必要があり、中には副作用が出る方もいます。
・保健師は、患者さんが服薬を継続できるように定期的に自宅などを訪問し、服薬状況や、体調の変化の確認や、疑問、質問に答えたり励ますなどして、服薬の終了まで支援します。また治療を行う医療機関の関係者(医師、看護師、薬剤師等)と患者の情報を共有する定期的なカンファレンスにも参加します。

⑤ 経過観察

・治療終了後も再発がないかを確認するための定期検診を案内し、健康状態の聞き取り確認と、受診券を発行し、所定の期間異常がなければ保健所としての支援は終了します。

秋田県の重要課題

# 自殺予防対策

秋田県の自殺率は、全国的にみても長年、高い水準で推移しています。

その対策として、地域や企業の方などを対象とした研修会の開催や街頭キャンペーンの実施などに取り組んでいます。

秋田県の自殺予防の取組は全国的にも注目されており、少しずつではありますが、自殺者数の減少や自殺率の改善に効果を上げています。

例えば・・・

## 市町村や住民とともに行う自殺予防対策

### 地域の状況の分析と共有

各地域ごとの状況を分析し、その結果を管内市町村や関係機関、団体等と共有し、どのような対策を実施したらよいか等を検討します。市町村や関係機関等が抱える課題や悩みを把握し、助言したりともに考えたり解決を目指します。

### 住民ボランティアの養成、組織育成

秋田県では、各地域に自殺予防に携わっている住民ボランティア組織があります。保健師は、共に活動する方々を養成する研修会で講義を行ったりしています。

また、その活動が円滑に行われるように、活動場所を訪問してボランティアの相談に乗ったり、助言を行うこともあります。

### 街頭キャンペーンの実施

自殺予防に関する普及啓発のために、市町村や住民ボランティアとともに街頭キャンペーンを実施します。地域のスーパーマーケットやイベント会場などで、啓発品を渡しながら多くの方に理解と関心を持っていただくように呼びかけを行います。

### ネットワーク会議の実施

自殺予防対策に関わりのある地域の関係機関（市町村、医療機関、警察、ボランティア団体等）が集まり、活動報告や地域の情報を共有、意見交換を実施します。

横のつながりを作ることで、互いの活動を理解し合い、新たな対策が生まれることもあります。

## ◆他にも、次のことに取り組んでいます

### 難病対策

国が指定している難病を患いながら地域で生活している方の集いを企画したり、患者会の運営を支援したりしています。
また、在宅で人工呼吸器を使用しながら生活している方の生活を支援するために、医療機関など関係機関と災害時の体制について調整も行っています。
保健所は医療費助成制度の申請窓口でもありますが、申請時は事務処理のみでなく、保健師の視点で相談にも対応しています。

### 精神保健対策

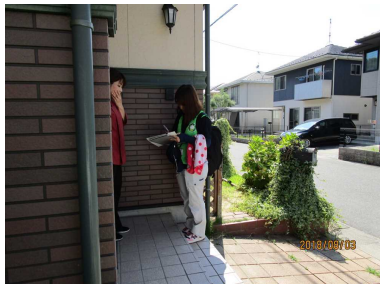
うつ、不眠、アルコール問題などのこころの健康に関する相談を、本人や家族から受けます。電話相談、来所相談、家庭訪問など様々な手段で、医療機関への受診を勧めたり、日常の過ごし方について助言したりしています。
研修会や街頭キャンペーンを通して、正しい知識の普及にも努め、同じ問題を持つ方や家族などを支援するグループ活動支援も行い、社会参加を促しています。

### 歯科保健対策

歯や口腔の健康は、生涯にわたる健康にとても重要です。各種表彰や、乳幼児の保護者や成人、学校、高齢者施設他関係機関の方々と連携しながら研修会や啓発活動を行っています。

### 災害時の保健活動

近年、全国各地で水害をはじめ、様々な災害が毎年のように発生しています。
災害時は様々な健康問題が発生しますので、その解決の中心になるのは、日頃から地域に根ざした活動をしている保健師です。
災害対策は被災市町村が主体になりますが、被害の規模によっては、保健所の職員が災害時の保健活動を市町村保健師と共に行ったり、被害が甚大な場合は、厚生労働省を通じて、都道府県を越えた支援を行うこともあります。
全国各地から集まった保健師は、その地域の課題解決に向け即戦力となり、家庭訪問による個別の対応、避難所の健康管理他活動します。



## ◆将来の職業を考えている皆さんへのメッセージ

### 保健師職の“魅力”

◆　地域住民･団体･市町村等とともに、健康づくりや健康課題解決に向けて取り組むことができます。
　地域に入り、地域に住む方々からの声に耳を傾け、ともに活動することは保健師活動の醍醐味です。

◆　人事異動の度に、その土地の人や文化と出会いがあり、新たな分野の学びや経験ができます。
　人や地域との出会いで常に自分の可能性を広げ、成長することができます。
　たくさんの人との出会いは大きな糧になります。

◆　行政･一般事務の職員や農林水産や建設などの様々な技術･資格系職種の職員と働くこともできるため、視野が広がり、多種多様な人脈を築くことができます。

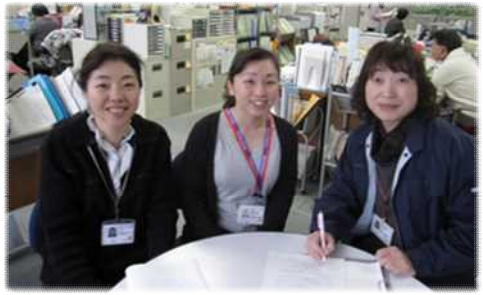
etc.

### 保健師職の“やりがい”

◆　本庁勤務は、住民の方と直接接する機会は保健所に比べ少なくなります。
　しかし、県全体という広い視野で地域の現状を分析し、県政の運営方針に基づき長期的な計画作成に関与し、問題解決のための施策化、事業化することもできます。

◆　保健師として学んできた知識はもちろんですが、培った業務経験や人脈などを県政運営に活かす喜びが県保健師にはあります。各種施策･事務の実施の場面で、保健師の視点は大変重要視されています。

◆　個別相談から団体育成まで、多くの人と関わりながら仕事に取り組むことで、自分の仕事が誰かの役に立っているということが実感できます。

etc.

将来の職業についてお考えの皆さん、秋田県保健師として私たちと一緒に働きませんか？
元気な秋田をつくるために、共に汗を流してくれる仲間を心からお待ちしています！