



## 退職保健師さんからメッセージをいただきました！

今年も異動や退職の季節になりました。

皆さんの職場でも多くの出会いや別れがあったことと思います。高知県や市町村でも多くの保健師さんが退職される中、メッセージをいただきましたので、ご紹介します。

「保健師マインド」のバトンを引き継いでいきましょう。

健康長寿政策課 中島 信恵

晴れて定年を迎え、これまで出会った保健師の皆さんに感謝の気持ちで一杯です。特に、素晴らしい先輩方々が、自由人である私を受け止めて、育ててくださいました。お礼申し上げます。

さて、私の研究課題は「ヘルスプロモーション」。地域保健法施行時に旧衛生研究所で研修担当をした際は、ヘルスプロモーションの推進をテーマにした研修を多数企画させていただきました。それ以降、私の思考は、プリシード・プロシードモデルの目標達成のプロセスを辿り、常に、「準備因子」「強化因子」「環境因子」等で要因分析を行い、コミュニティ・アズ・パートナーモデルで支援体制を考察してきました。私の活動目標は、一言で言えば「健康の社会化」。第4期日本一の健康長寿県構想の「生活習慣病予防のポピュレーションアプローチの強化」のシートは、その思いを集約させたものです。令和2年度のVer1では、ヘルスプロモーションの「健康の押し玉」の図を掲載し、「能力の付与」や「坂道を緩やかにする」概念を知事に説明もしました。この取組を着実に進めて定年を迎えたかったのですが、この2年間はコロナ対応に時間を割かれ、少しの歩みに止まっております。この「健康の社会化」の推進を後輩の皆さんに引き継いでいただきたく、よろしくお祈りします。

## 退職という区切りを迎えて

子ども子育て支援課 岩井 玲子

まず、これまで私とかかわり、支えてくださったすべての方々に感謝申し上げます。

勤務したのは、駐在制度など市町村、保健所、本庁で、約1/3ずつとなり、先輩や同僚に助けられ、また、幸い大病もせずにここまで働くことができました。

振り返れば、新採保健師の赴任が初めてで支所の方が家族のように迎えてくれたこと、妄想の激しい住民が屋外で凍死したこと、タバコを止めたきっかけが健康相談での私の言葉だったとあとから知ったこと、ガードレールのない山道から同乗のPTさんと一緒に落ちかけたこと、志半ばでこの世を去った同僚や先輩達のことなど、いろんな場面が浮かんできます。

ここ数年はコロナ対策で、保健師の業務は多忙を極め、先の見えない日々の業務で疲弊したり、心ないことを言われて気分が落ち込んだりもします。でも、保健師という仲間がいます！こんなことがあったと口に出して共有してください。嬉しいこと、つらいことをわかってくれる仲間がいることは大きな存在です。

そして、やりがいのある保健師を務めるためには、自分自身が健康であること！これ、一番大事です。最後に、これからの皆さまのご活躍を心から応援しています。(^^)/

## 桜の季節によせて

須崎福祉保健所 川村 尚美

職場向かいの川端シンボルロードの桜の花芽が急速に膨らんできて、空気が柔らかくなり、新しい季節への動きを感じる今日です。一方で、新型コロナウイルス感染症は、第6派のピークアウトが見えてきたものの依然厳しい状況にあるとのニュースが、連日流れています。

日本で最初の新型コロナウイルス感染症患者が確認された2020年1月以降、国民全体が健康に注目し一丸となって感染予防に取り組む中で、保健所業務が注目され、健康危機管理における行政の役割が問われています。この2年、健康危機は、保健医療のみならず、福祉、社会経済、教育、地域の文化等にも深刻なダメージを与えることを痛感させられたとともに、地域全体で力を合わせ地域の総合力で健康危機を乗り越えることの大切さと、関係機関のありがたさを身にしみ感じています。

私が就職した1983年は急速に進展する高齢化社会に対応するために老人保健法が施行された年でした。振り返れば、時代の変遷と共に変化するヘルスニーズに合わせ公衆衛生活動も形を変えてきましたが、地域の中に答えを求め、地域資源をつなぎ動かす私たち保健師の活動は今も当時も変わらず、多くの人に支えられてきた日々であったと思います。これまでお世話になったみな様に心より感謝申し上げ、これからも日々頑張る保健師の間にエールを送ります。

## ～佐川保健所吾川村駐在勤務(臨時)からスタートし、中央西福祉保健所で退職～

中央西福祉保健所 朝生 美智

このたび2年早く退職することになりました。これまで、36年間、職場や市町村、関係機関のみなさま、そして何より住民の方々には本当にお世話になりました。心から感謝申し上げます。よく、「走馬灯のように思い出が駆け巡る」という話を聞きます。今、36年間を振り返ろうとしても、私の頭の中には何も巡ってきません。たぶん、脳が順番を決めかねているか、目の前のことでいっぱいの状態なのだろうと言う気がしています。きっと、時間とともに、ぽろぽろと思い起こされるのかと・・・。

人生100年の時代になりましたが、1年1年、いえ、1日1日を大切に笑顔で過ごしていければと思っています。県の保健師の先輩・同期・後輩の方々、そして、市町村の保健師のみな様に会えたこと、親しくさせていただいたこと、本当に本当にありがとうございました。みな様のご健勝を心よりお祈り申し上げます。

須崎福祉保健所 宇佐美(黒岩) 文香

平成18年頃。児童相談所の保健師として配属され4年ほど経ったある日、児童福祉司からネグレクトの乳幼児の同伴訪問を頼まれた。児童虐待が急増し始めた時期だった。

言葉の遅れが顕著な3歳児と体重増加不良の5ヶ月児のいる生活困窮家庭で福祉司が施設入所を勧めているが、育児能力に乏しい父母と、同居している祖母の拒否は強固であった。

行って驚いた。5ヶ月の男児は骨と皮ばかり、恐る恐る体重を測ると標準の半分ほどしかない。このままだと死ぬ...。所に戻り報告した結果、一時保護することになった。

だが、分離を拒否する親が抱えている乳児を引き渡してもらうのはかなり難しい。もし、保護できなかったらどうしよう。保護するチームの一員となったが不安でたまらなかった。

当日は警察の協力も仰ぐ事態となり、ふてくされた父母は家を出て行ってしまった。残った祖母は何を言っても児を抱えて離さない。自分では祖母を説得できないと悟った私は咄嗟に携帯から母親に電話して懇願した。「この子の命を救えるのはお母さんだけです。同意してください」。そして母親と繋がった携帯を祖母に手渡した。母親と話した祖母は、しばらくして不服そうな顔をしつつも男児を私に渡してくれた。助かった、と思った。

その後、乳児院で児を沐浴させた保育士から「垢でお湯が真っ黒になったけど、ベビーの肌は白くなったよ(笑)」と報告を受け、ようやく安堵した。半年後、児は標準体重に追いついた。保健師でよかったと思えた瞬間はいろいろあるが、保健分野以外の現場で保健師としての自覚を一番強く意識したのは、この日だったかもしれない。

楽しくなければ保健じゃない！！どうぞ楽しんでください。

大豊町 村岡 節

学生時代の私は、公衆衛生や保健の分野に全く興味が無く、保健師資格は一生使うことはないと思っていました。看護師12年目の平成6年7月1日に大豊町保健師に転職しました。

家と病院とスーパーの間しか、車の運転をしたことが無かった33歳のペーパー保健師の誕生です。

一緒に働いてくれたのは、町の事務職と元県の保健師(亡き寛基さん、現在安芸市保健師の国藤美紀子さん)でした。県の駐在保健師さんは5人いましたが、接点が少なく、保健師業務が理解できるようになったのは、それから3年くらい後のことでした。

国道縁に建てられた『福祉のまち大豊』の看板に、この町に必要なのは、保健師ではなく、社会福祉士なのでは？と自問しながら…。

でも、難しいことを考えるのは面倒で、3日間で町内50カ所を回る犬の予防接種が大好きでした。

若い保健師さんへのエールをくださいと依頼を受けたので、一言。

新人時代を楽しんでください。住民と話し、先人たちの話を聞いてください。事務屋さんは、沢山の分野を異動して仕事をするので、経験豊富で思わぬ解決策を持っています。

知らないことが沢山あることは、恥ずかしいことではありません。それだけ知るべきことがあって伸びしろがあるんです。新人にとって教育は権利です。

時には、頑張りすぎてつらくなることもあるでしょうが、笑顔で仕事をしてください。担当が楽しいと思えない事業に、住民の心は動きません。『楽しくなければ保健じゃない』

本山町 野嶋 理恵

私が初めて保健師として一步を踏み出したのは、平成10年大月町役場採用からでした。当時の大月町は、保健・医療・福祉の連携体制が充実しており、県内外から視察がひっきりなしにあった事を覚えています。私も、保健師学校での実習をきっかけに大月町で保健師として学びたいと思い、無事に採用になった時の嬉しさは今も覚えています。

その後、優秀かつ個性的な各先輩方に育てていただき、保健師の仕事の楽しさを得ることができました。活動に悩んだ際に、先輩の小谷保健師さんが、「誰のために、何のために仕事をしているか考える」とよい。」と言ってくれた言葉が、今でも私の保健師活動の根幹となっています。平成25年からは、割愛人事で本山町役場に採用となりました。すぐに児童福祉担当となり、支援方法等に大変苦慮しました。心が折れそうな時は、先ほどの言葉を思い出し、気持ちを奮い立たせたものでした。

現在は、新型コロナウイルスワクチン接種業務が多忙すぎ、退職の実感はないままです。

私は常々、人や場との出会いは大切な縁だと思っています。保健師として過ごした24年間の数々の縁に、この場を借りて感謝を述べたいと思います。本当に、ありがとうございました。

東洋町 松山 尚子

平成30年2月から東洋町で働き始めて、早4年2か月が過ぎました。前回このコーナーに寄稿させていただいたときは、再び登場させていただくとは思いませんでしたが。(少しはあったかも…)

さて、私の醸し出す何が原因かはわかりませんが、よくベテラン保健師と思われがちなのですが、実は保健師免許を取得してまだ10年経っておりません。(笑)

ときにベテランのふりをして、高知県で保健師として経験を積めたことは、本当に光栄でした。保健師の知名度の高さに、さすが駐在保健婦発祥の地だといつも感心しておりました。以前、行政で保健師として働いたときは、地域住民の方への知名度は低く、よく保険の外交員に間違われておりました。ですから、保健師としていろんな活動が展開できたかは謎のままでしたが、東洋町に赴任してからは仕事に対して、今までとはちがうやりがいを感じる事ができました。今年度末で高知県から北海道へと旅立ちますが、北海道でも保健師を続けるのは、高知での経験のおかげだといっても過言ではありません。

現在、コロナ禍でどこの自治体でも超多忙な日々を過ごしていることと思います。思うように仕事が進まないことも多くなっていますが、ぜひそんなときは笑顔でお互いに乗り切ってくださいね。

私の好きな格言は、「笑う門には福来る」と「人生万事塞翁が馬」です。

笑顔が素敵な人生に導いてくれ、人生で遭遇するあらゆる困難にも心に余裕をもって臨めるはずだと信じています。南国土佐の素敵な保健師さんたちの御活躍と御多幸をお祈りし、お別れの挨拶とさせていただきます。お世話になりました。本当にありがとうございました。

# こうち看護フェアが開催されます！ 今年も完全オンライン型でおこないます。

**2022年5月8日（日）** 学校別2部構成 1部 9時30分～11時20分  
2部 10時10分～12時

看護週間の行事として開催されます。先輩看護職による語りでは、四万十市の武市真季保健師が高校生3年生に向けて保健師の仕事や魅力についてお話しくさいます。

厚生労働省先駆的保健活動交流推進事業（令和元年度、令和2年度、令和3年度）として自治体保健師人材確保の様々な取り組みが行われています。日本看護協会のホームページなどで、アーカイブ動画が公開中です。人材確保や、就職相談にぜひご活用ください。

～ 動画～  
「健康なまちづくりを担う保健師  
都道府県保健師・市町村保健師に  
なろう」



## 看護協会会員になりませんか？ 入会のご案内



高知県看護協会は、日本看護協会や関係団体と連携しながら、保健師の皆さまの声を集約して、関係省庁などへの要望や提言活動を行っています。また、多様な領域で力を発揮する保健師の皆さまをサポートするための事業を展開しています。

3月1日現在

令和3年度会員数

116名

### 会員限定サービス 入会するとこんな特典が！

- ◎看護職賠償責任保険制度への任意加入・・・万が一の時もサポートしてくれます
- ◎機関紙「協会ニュース」のお届け・・・看護のイマが分かります
- ◎研修や学会への参加が会員料金で・・・より質の高い看護をめざして！
- ◎国際学会への参加・・・国際学会等への演題応募・参加ができます
- ◎図書館の利用・・・看護関連図書・雑誌の閲覧、複写、図書貸し出しができます
- ◎福利厚生・・・規定に基づき、罹災見舞金、弔意金制度、各種表彰制度あり
- ◎施設の利用・・・研修室やホールが割引料金で利用できます

お申込みの際は  
下記にご連絡を！

高知県看護協会

TEL088-844-0678

※日本看護協会との同時入会  
となります

web入会はこちらから



入会金について 新入会：18,000円（入会金3,000円含）再入会：15,000円

### ～編集後記～

雪割桜と菜の花がとても綺麗な暖かい日になりましたね。

最近、急な予定の変更があり、無理を言ってお願する事が多くなり、そんな時「いいですよ」「おたがいさま」と気軽に引き受けてくれる仲間にも心も温かくなっています。私もそういう先輩や仲間の支えのおかげで保健師の仕事をさせていただいたんだなと感じています。

本当にありがとう。

