第６７号

ほっとっと

発行（R5年3月）
公益社団法人
高知県看護協会
保健師職能委員会
〒780-8066
高知市朝倉己825－5
TEL　088-844-0678
FAX　088-844-0053

新任期保健師交流会を開催しました☺

新型コロナウイルス感染症の流行により中止となっていた新任期保健師交流会を3年ぶりに開催しました。企画しては中止の判断が続いたこの数年、企画する担当者の心が何度も折れかけましたが、今年は幡多会場と高知市会場をzoomでつなぎ、2会場で計11名の1～4年目の新任期保健師が交流できました。

もともと大学の同級生や先輩後輩の関係性がある保健師や、同じ職場から複数名が参加してくれた保健師がいたためか、仕事の話だけでなく、新任者それぞれの「推し」の話や趣味の話など、お互いの普段知らない一面を知る時間になり、両会場とも笑顔と笑い声の和やかな雰囲気に包まれました。

交流会に参加した保健師職能委員にとっても、新任期保健師との交流により、自分自身の保健師としてのキャリアをふり返ったり、新任期の頃のフレッシュな気持ちを思い出したり……で、エンパワメントされる時間になりました。

コロナ禍により遠方でもwebでつながるシステムができたことのメリットを感じた交流会でしたが、webでのつながりはあくまでもひとつのきっかけとして、新任期の保健師の皆さんが対面でも交流できる仲間になり、成長してくれることを祈ってます。

（高知市会場の様子）
新任期保健師のみなさんと話すことで、主催側の私たちの方がパワーを頂きました。「ありがとう～」

（幡多会場の様子）
「がんばれ新人」の期待が重すぎる（？）プレートのケーキをおいしくいただきました。

最後はマスクをはずして、笑顔で記念撮影☺

退職される保健師さんからのメッセージ

中央西福祉保健所　　三木　幸美

３６年の勤務を終え、今春定年を迎えました。採用後１３年間は駐在保健師として県内各地へ赴き、市町の職員の方々に親身に育てていただきました。これまで、どの職場においても「自分の果たすべき役割があるはず」との思いを持ち、特に母子保健分野で仕組みづくりに取り組めたことは保健師としても心に残る活動となりました。この3年間は災害級の感染症と向き合い通常業務とは違った環境となりましたが、市町村、医療機関、施設などの職員の方々、そして最後まで根気よく共に頑張ってくれたすべての同僚に感謝の気持ちで一杯です。後輩の皆さまに「何のため、誰のため」と自問自答してきた保健活動のバトンを託して、県民（住民）の皆さまのために力を発揮され益々ご活躍されることを祈っています。ありがとうございました。

四万十町　　小松　真紀

平成11年度に旧窪川町に採用になってから、保健師経歴24年が経ちましたが、そんなに経っていたのか…と年数だけが過ぎていて、正直あっという間でした。

採用当日に同期の中澤さんと2人だけの保健師事務所の電話が鳴って、ドキドキしながら出たことが懐かしいです。保健師の仕事をする中では、本当にいろいろな方々の人生にも関わらせてもらいました。悩むこともたくさんあったけど、本当にたくさんの人（住民の方々、多くの関係機関の方々、職場の先輩、同僚、後輩たち…関わった人全て）に支えてもらい、笑顔で仕事ができたことに感謝しています。本当にありがとうございました。

退職にあたって　　中央東福祉保健所　　矢部　美根子

昭和60年の春、駐在保健師として勤務してから38年が経ち、思い起こせばとても長いような、短いような期間だったと思います。初めての赴任地が遠くであったので、見知らぬ土地を目指して朝早く汽車に乗り向かい、窓から見た風景が懐かしく思い出されます。

仕事は、駐在制で一人で活動することが多い中、先輩保健師、保健所、市町村の職員の方々が気にかけてくださり、見守り、助言、指導いただき、温かく接していただきました。時の流れの中で、制度も変わり、勤務地も変わっていく中で、多くの出会いがあり、経験が私の財産となっております。これまで、本当にお世話になりありがとうございました。

退職を迎えて

中央東福祉保健所　　永野　由美子

退職をむかえて「もう退職なのか」と寂しくもあり、退職という事を受け止めきれない自分がいるという感じです。思い返すと就職した昭和から平成、令和と社会情勢は目まぐるしく変化していき、それにともない保健師としての公衆衛生活動、県の保健師の業務内容も大きく変化していきました。その中で、ずーっと「保健師(婦）として何ができるのか？保健師(婦）の役割とは？」と悩んで自分自身に問いかけをしてきました。でも、そのことは自身の保健師(婦）活動のために大切な事だったと思います。後輩の皆さん、悩み、もがいてください。それは自分の力になると思います。また(真逆のことをいうかもしれませんが）保健活動を楽しんでください。皆様の今後のご活躍をこころから応援しています。

安芸福祉保健所　　林田　享子

昭和60年4月1日に社会人としてスタートし、昭和、平成、令和と時が過ぎて、その間にたくさんの方に出会い、支えられ、助けて頂き、気づかぬところでもお世話になったと思っています。感謝申し上げます。

最近は、災害や感染症などの突発的な業務の出現で、仕事のやりがいや楽しさを感じる機会が減ってきました。そのような状況でも、皆さんが前向きに笑顔で、業務に取り組んでいる姿に出会うと、今後、たくさんの活躍をされることと頼もしく感じました。私は自分の仕事をこなすことしかできませんでしたが、今後の厳しい状況を乗り越えるためにも、保健師職能が一丸となって力を合わせ、ご活躍されることを願っています。

黒潮町　　柿内　愛

私は、平成12年に旧佐賀町役場で採用になり、平成20年には旧佐賀町と旧大方町が合併し黒潮町となり、保健師として23年間勤務しました。

看護師経験がないまま役場に入り、右も左もわからないなか、社会人として、保健師として、本当に多くのことを学ばせてもらいました。地域で「保健師さん！」と声をかけてもらうことが何より嬉しくて、保健師という仕事を通して、様々な方と知り合え、関わり、つながれたことが一番の財産となっています。楽しさ、喜び、失敗、挫折感など、いろんな経験を経て今日に至っていますが、やっぱり私は保健師という仕事が大好きで、保健師になって本当によかったなと実感しています。こう思えるのも、ひとえに地域の方々をはじめ、職場の上司、仲間の支えがあったからだと実感しています。本当に心より感謝しています。ありがとうございました。

これからは、少し家族との時間を楽しみながら、自分らしく、自分のペースで「今」を楽しみたいと思います。

最後になりますが、これから活躍される保健師の皆さま、「頑張りすぎず、自分にできるやり方で、どうぞ、保健師生活を満喫してください！」。

高知市　　野田　真由美

私が保健師として高知市に就職した昭和63年は、まだ保健師の駐在制度が残っていて、県の保健師も同じ事務所で一緒に仕事をしていました。その頃は地区担当制で、自分の担当地区の赤ちゃんからお年寄りまで、結核患者や精神のケースも全て地区担当保健師が対応し、成人健診や乳幼児健診にも出ていました。広く浅くですが一通り全ての分野のケースや業務を経験できたことはとても貴重で、保健師としての土台になったと思います。

この35年間には様々な業務をしてきましたが、思い出深いのは自分からの提案で実現した双子の交流会と双子のサークル立ち上げへの支援で保護者から感謝状をいただいたことです。保健師の仕事は，単に個別ケースの支援や事業の実施で終わるのではなく，様々なケースや活動から見えてきた課題を解決したり予防できるような仕組みを作っていく（施策化していく）ことが大切であると思います。

最後の2年間はほとんどコロナ対応に追われた日々でした。統括保健師としては力不足を痛感しましたが、全庁保健師はもちろん、市役所の他職種の方や県下の保健師さん、大学の先生方等たくさんの方のご協力とご支援によって、なんとか乗り越えることができました。コロナ対応に限らず、これまでお世話になった皆さまにこの場をお借りして心より感謝申し上げます。本当にありがとうございました。

保健師は人の健康と幸せのお手伝いができる素晴らしい仕事だと思います。時には大変なことがあるかもしれませんが，仲間と語り合い・協力しあって，この保健師という仕事を楽しみながら続けていってほしいと思います。これからの皆さまのご活躍を心から応援しています。

出逢いに感謝　～ありがとうございました～　　須崎福祉保健所　　山本　貴子

中学２年の時に将来やりたい仕事に一番近いのではないかと思い、高知県の駐在保健婦をめざしました。そして、昭和60年春、梼原町南部駐在所（県下第１号の僻地保健衛生相談所兼保健婦駐在所/昭和44年完成）で保健婦として歩み始めました。その当時、保健婦の存在や活動は地域の方々に浸透し、新米の保健婦であっても頼りにしていただき、また、人生の先輩である地域の方々から多くのことを学ぶことができました。また、平成18年から2年間、政策企画部地域づくり支援課の地域支援企画員として市町村の企画部署に駐在しました。市町村の事務職や同じブロックの地域支援企画員と一緒に仕事をする中で、地域力向上を目指し、課題分析や財源の確保、緻密なプロセスを組み立て、PDCAをまわして着実に成果を出していく動きに接し、多くの刺激を受けました。同時に、事務職等から保健師の専門性が必要とされるよう発信しなくてはと強く感じ始めたのもこの頃です。
今まで、市町村、本庁、福祉保健所等幅広くいろいろな立ち位置で仕事をさせていただきましたが、時代の流れの中で保健師の活動も大きく進化してきました。ただ、保健師は、ヘルスプロモーションの基本理念に基づいて、いつもその時代の課題と向き合い、何のためにどういう活動することが住民のために大切なのかを考えていく公衆衛生活動の専門職だと思っています。

最後に、すべての出逢いの中で支えられ、今日を迎えられたことに心から感謝します。

保健師マインドのバトンは受け取りました。
大変お世話になりました！これからもお元気で。

保健師の経験を成長につなぐ～みんなで育ちあう事例検討～

2月5日(日)に統括保健師など人材育成に関わる保健師を対象に、看護協会会館で「保健師の経験を成長につなぐ～みんなで育ちあう事例検討～」をテーマに研修会を開催しました。当日は保健師職能委員会窪田純子委員長から、これまで看護協会が実施してきた保健指導ミーティングの取り組みの経過と研修の元となる考え方等を説明、高知県立大学の川本美香先生から「保健師の経験を成長に繋ぐ方法」の理論編として話題提供していただき、須崎市役所の西本美公子保健師から実践報告、同大学の坂元綾先生から同研修で得られたアンケート結果の分析について情報提供がありました。13名の参加がありましたが、人材育成については、日常業務に追われる中で、色々と工夫をしてきているが、新任期の人材育成に目が行きがち。中堅期や熟練期もそれぞれの課題を持っている現状があり、育ち合うという視点で、保健師同士が話し合ったり、経験を聞く場面などを意図的に作ることでそれぞれのステージ毎での気づきが生まれ、育ちあうことができていくのではないか、改めて“みんなで育ちあう”ことの意味付けや効果などについて確認でき、それぞれの現場でできる取り組みなどについて充実した意見交換ができました。

来年度も同研修を計画しています。是非、多くの方に参加していただき、皆で「育ちあって」いけるといいなと期待しています。

第２弾　「突撃！隣の保健師さん」

～　地域の保健師さんのお仕事を紹介していきます。　～

好評につき

幡多福祉保健所2年目に向けて

幡多福祉保健所
野口　裕子

今年度の4月から幡多福祉保健所の障害保健福祉担当になりました。昨年の3月まで中央西福祉保健所で、母子感染症担当としてコロナ対応に追われるなかの異動発表、「引っ越し!!どうしよう!!」がまず頭に浮かんだのと、「えー。保健所の障害担当したことないのにチーフの仕事なんてできるろか。」とドタバタしながら、どうにか以前の住まいから荷物を運び出せたのは4月末、心身ともに不安を持って地元の幡多に戻ってきました。幡多福祉保健所の障害保健福祉担当は、保健師は1年めから4年めの3名、ベテランの精神保健福祉相談員1名、同じくベテランの事務職1名に私の計6名で構成されています。今年度は私と1年め保健師以外は昨年度から引き続いてのメンバーのため、チームワークがよく、精神、難病ともにイレギュラー業務やトラブル対応など、色んなできごとがありましたが、みなさんに助けていただいた1年間だったとふり返って思います。

異動した当初は、なんだか新しいことを考えると、コロナでおなかいっぱい。思考停止……状態でしたが、今年の正月は年末まで月1回以上ペースで続いていた精神保健福祉法23条通報もなく、コロナ当番も年末年始休暇の最終日のみだったおかげで、2年ぶりのまとまった寝正月(幸せ!!)、頭がすっきりしたのか「こういうことしてみたいなー。」と思うことが色々あります。

令和5年度は、少しずつ平時の障害保健福祉業務に取り組むことができる1年になることを祈っています。

職場の様子。机まわりは「ありのまま」で撮影しました

高知県看護協会のマスコットキャラができました！

高知県のマスコットキャラクターができました！
「高知県看護協会かんごちゃん」です。
頭はゆず、右手に鳴子、カラーはヤイロチョウのイメージです。
カワイイですね～
日本看護協会の使用解禁日を待って、登場しました！

広報活動等で利用可能だそうです。

高知県看護協会かんごちゃん

マスコットキャラをご活用の際は
高知県看護協会保健師職能担当まで☎844-0678

（編集後記）

ついに、脱マスクの日がやってきました。それと同時に、私の口元に違和感が・・・。まさかの吹き出物！結局、マスクで隠しました。少しずつ普段の日常が戻ってきていますが、「以前と同じ」だけではなく、ブラッシュアップさせながら、新しい未来の形を創造できたらいいなと思っています。