



# ほっとつと

## 第8回 高知県保健師交流大会を開催しました

2024年1月20日(土)13時30分から16時15分まで、高知市春野文化ホールピアステージにおいて、第8回高知県保健師交流大会が4年ぶりに開催されました。開催テーマのもと「育ち育ち合う～温故知新 昭和、平成、令和 そして未来へ～」のもと、91名の参加となり、経験も所属も立場も異なる保健師が一同に集いました。

まず、安芸福祉保健所中島信恵さんより講演「温故知新～住民から学び、住民に支えられ、住民と共に。高知の保健師たち～」をいただきました。「保健婦です、と訪問すると、すんなり受け入れてもらえることが多く、それは、これまで保健師の先輩方が活動して培ってきた功績があるからなのだと感じました」「先輩方が築いてくれたものを次世代へも継承していきたい」「行政保健師になりたての頃に、住民の幸せを願いかかわらせていただいたことを思い出しました」「改めて保健師とは？を考える時間となりました」などのように、今の自分の保健師としての活動へのエールを受け取り、高知の保健師としてエンパワメントされた様子がかがえしました。

また、新任期・中堅期・管理期の保健師の皆様からいただいた話題提供では、キャリアステージごとの仕事に対する考え方や悩み・思いを共感し、刺激を受け、自らの保健師としてのキャリア形成について考える機会となったようです。「自分の日々の業務と合わせて振り返ることができました」「これからの業務、より一層がんばろうと思います」というように、話題提供者の皆様のお話をそれぞれが自分に引き寄せ、日常の活力にされていたようです。

最後に、ワールドカフェでは、時間が足りないくらいの盛り上がりを見せていました。感染症で対面であう機会が減っていたこともあり、初めて顔を合わせる方々同士の交流にもなったようです。「あつという間の時間でもっとたくさんの保健師さんと話したい。講演がありながらも、緊張させない場づくりがあって、この大会の歴史ゆえなのかなと感じました」という声もあがっていました。

何度きいても  
楽しい駐在保  
健師時代の話



はいチーズ



# 退職される保健師さんからのメッセージ



## 『退職を迎えて』



越知町保健福祉課

西森 真弓

私は、昭和61年4月より保健師として、現在まで働いて来ましたが、令和6年3月末をもちまして、退職することになりました。その間、多くの経験をさせていただきました。保健師は、住民の健康を守るため行政に配属された専門職です。その仕事に誇りを持って働いてこられたのも多くの保健師の仲間の皆様のお陰とっております。心より感謝申し上げます。これから採用になって働かれる新人保健師の皆様は、不安もあると思います。一人で悩まずに、健康第一で頑張ってくださいたいです。私は、令和6年4月1日からは、越知町の再任用職員として保健師を続けているので、研修会などでお会いする機会があると思います。その時には声を掛けていただけたらと思います。よろしく願いいたします。



## 『ご挨拶』

香美市高齢介護課

時久 朝子

昭和62年に旧土佐山田町の市町村保健婦として就職し、37年間の半分を保健分野で、残り半分を地域包括支援センターでお世話になりました。

まだ駐在保健婦制度があり、県の保健師さんに守られ、同期、後輩に恵まれ、のびのびと楽しく仕事をさせていただきました。もちろん、いい時ばかりではありませんでしたが、たくさんの方に助けていただきながらなんとか退職まで続けてこられました。

物事にはいろいろな側面があり、自分の物差しだけでは乗り越えていけないことが多かったと思います。ご支援いただいた皆様に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。皆様どうぞお身体には気をつけてお過ごしください。



## 『12年間の出会いに感謝』 高知県立大学看護学部 (R5. 保健師職能委員) 川本美香



先輩方のなかで、この場で退職のご挨拶をさせていただけること大変恐縮です。高知での12年間には、人・場所・物、沢山の出会いがありました。県外出身の私には、全てが新鮮で、美しく、興味深く、関心は尽きず。保健師の皆さんの実践には、地域の特性に応じる技が山のように詰まっていました。「保健師八策」が皆様1人ひとりの実践のなかで色とりどりに表現されていました。保健師の技、機能、対象との相互作用の中身を読み解くことで、保健師実践の醍醐味を実感し、毎回の職能委員会や人材育成の機会をいただく度にワクワクした気持ちになりました。職能委員を経験させていただいたことで、改めて「職能」に焦点を当てて考える機会をいただき、教育機関の者が委員をさせていただけることの意味を改めて考えた次第です。高知県保健師人材育成の体制を作ってくださいくださった先輩方に、この体制のなかで出会った皆様方に、心から感謝申し上げます。高知で学べたことは、私の宝物です。地域とつくる高知の保健師活動の発展を心より応援しています。本当にありがとうございました。同じ四国におります。今後とも、よろしく願いいたします。



## 『コロナと共に去りぬ』

大月町健康福祉課

黒田真代



駐在制の名のもと西土佐村江川崎に赴任したのが保健師の始まりでした。38年間、決して早かったとは思えません。いろいろな事がありました。事務所兼宿舍の駐在所には、玄関先に魚が届き、訪問すれば野菜をもらい、老人会長からは食事に誘われるなど、地域の方には本当に温かく迎えていただきました。

先輩の保健師さんはキラキラと輝いて見え、自分達もあんな風になれるのかなあと憧れたものでした。この38年間で何か成し遂げられたかと自問しても答えは出ませんが、自分の思うように楽しく仕事が出来たと思っています。

この3年間のコロナの対応は、終わってみれば笑えますが、良くやったと感慨深いものがあります。大月病院の皆さんとすったもんだの末、お陰様であれだけの集団接種をやり切ることができました。本当にありがとうございました。私もコロナと共に保健行政から退きます。

大月町はもとより、県庁、幡多福祉保健所、自治体保健師の皆様、本当にお世話になりました。皆様の今後のご活躍を心よりお祈り申し上げます。



## 『人と人とのつながり 出逢いに感謝』

土佐市健康づくり課

片岡 由紀

桜咲くこの春、36年間の勤務を終え、退職する事となりました。昭和62年から平成、令和と三時代を駆け抜け、この間、保健師として続けてこれたこと、大変感謝しております。

採用当時、県の駐在保健師さんで行った家庭訪問や健康相談など・・・昨日のこのように思い出されます。時代の変化とともに、徐々に仕事の内容も変わり、残念ながら、個別対応の時間は減ってはきました。そのような中でも、ひきこもり対応など、その時代に応じた課題に、保健師として何が出来るのか模索してきました。（十分なことはできませんでしたが・・・）

また、新型コロナウイルス感染症が蔓延し、災害級の事態が起こっても、人と人とのつながりを大事に、みんなで笑い飛ばし乗り越えることができました。そんな職場で、同僚と出逢い、働くことができ、本当に幸せでした。

これからもご活躍される保健師の皆さま、自身のご健康に留意し、お互い疲弊することのないよう助け合い、一步一步進んでくださいね。今までの感謝の気持ちを忘れず、第二の人生のスタートを切ります。本当にお世話になりました。



**退職された保健師のみなさま、大変お世話になりました。そして、本当にお疲れ様でした。  
これからもお元気でお過ごしください。**





# 地域で働く保健師の魅力 ～自治体保健師に聞いてみよう～

2023年12月2日(土)、高知県看護協会にて自治体保健師の活動や魅力発信のためのイベントが開催されました。当日は、高知県内の看護学生が多数参加されました。イベントでは、都道府県、市町村、へき地など様々な場所で活躍する自治体保健師の魅力を、現場の保健師が発表してくださいました。

神奈川県

コロナ禍での具体的な活動内容の報告を通じ、都道府県における保健師の役割について報告してくれました。都道府県における保健師活動の魅力は、個別から地域の課題を見出し、仕組みづくりやネットワークづくりの構築であると話してくれました。

京都府  
福知山市

乳幼児から高齢者まで全市民をサポートし、住民の声をもとに地域づくりを行うといった魅力について報告してくれました。「高血圧制圧のまちづくりプロジェクト事業」を立ち上げ、データ分析によりあらゆる年齢層の課題を見出し、取り組みを行うことによって、行動変容につながった姿を見るとやりがいを感じると話してくれました。

鹿児島県  
十島村

離島など都市部から遠く離れた地域で働く具体的なイメージが湧くよう、自治体保健師の1日の活動を紹介してくれました。十島村は12の島からなるトカラ列島です。うち、7つの有人島には50～140人の住民が暮らしています。各島に1か所診療所があり、看護師が1～2名勤務しており、医師は巡回診療です。ヘリでの移送もあり、島の消防団や役場職員、看護師などの協力体制も構築されています。保健師は鹿児島市を拠点にフェリーで移動し、活動しています。魅力としては、資源がない環境で住民と協働で支援していくこと、生まれれてから死ぬまで切れ目のない支援ができ、住民に最も近い存在として活動できることと話してくれました。

講演終了後、高知県内で働いている自治体保健師による相談コーナーを設置し、様々な相談を受けました。看護師を経験してから自治体保健師になった方がよいのか、就職先をどのように決めたらいいのかなどの質問がありました。

## 高知県看護協会に入会しよう!!



こんなカードもできています。

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

高知県かんごちゃん

入会のお申込は  
こちらから



看護協会に  
入会しよう!!

看護協会は、  
看護職の活動を支援する  
職能団体です。




公益社団法人 日本看護協会

看護協会は看護職の活動を支援する職能団体です。

仕事に取り組む中で、さまざまな場面で立ち止まることも、「もっとよい看護がしたい」という気持ちが胸をよぎることもあるかもしれません。周りを見渡せば、同じ思いの仲間がきっと見つかります。ときには、大勢で知恵を絞り、時間をかけてじっくり考えるべき課題もあります。そんなとき、皆さんとともに解決策を見つける場のひとつが、私たち看護協会です。

看護協会はそんな看護職の皆さまと共に看護の資の向上や看護職が働き続けられる環境づくりなどに取り組んでいます。未来に向かって、一緒に歩んでいきましょう。

入会のご案内  
(特設サイト)



### 編集後記

1月1日に、能登半島地震が起こりました、日本各地、台湾でも地震が起こっています。2月に被災地支援に行かせてもらい南海トラフ地震時の想定など考えることができいい経験となりました。被災地の方はまだ大変な状況ですが、早く元の生活に戻れることを祈っています。