

第 31 号

令和 7 年 3 月

和歌山県在宅保健師の会

会報

てまり



ごあいさつ



桜の便りが聞かれる季節となりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。
会員、ならびに和歌山県国民健康保険団体連合会の皆さまには、日頃より多大な
ご支援・ご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、今年度は15名の新規会員を迎え、会員総勢が95名となりました。

11月に開催した研修会では、在宅保健師25名、市町村保健師12名の方にご参加
いただき、盛況な研修会となりました。講演では、和歌山県福祉保健部健康局医務
課 課長補佐兼看護班長 藤川 容枝様から「和歌山県との災害協定における在
宅保健師の役割～災害時の保健活動 過去・現在・未来～」について、また、和歌
山県薬剤師会常務理事 坪山 晃大様から「ポリファーマシーについて～重複・
多剤服薬対策事業での連携～」をお聴きし、私たち在宅保健師の今後の活動の広
がり、と、使命の重さを感じました。

県との災害協定の締結や、登録保健師の制定など、新たな
事業の推進と共に重複・多剤服薬者等指導支援事業や特定
健診未受診者対策事業など、多くの会員の皆さまにご協力
いただき、本当にありがとうございました。

今後も、在宅保健師の会が更なる発展を遂げられます
よう、引き続き皆さまのご支援、ご協力をよろしくお願い
申し上げます。



和歌山県在宅保健師の会 会長

たかがき みちよ
高垣 通代



開催日

令和6年11月11日

参加者

在宅保健師25名
市町村保健師12名

講演
1

和歌山県との災害協定における在宅保健師の役割

～災害時の保健活動 過去・現在・未来～

和歌山県福祉保健部健康局

医務課 課長補佐兼看護班長 藤川 容枝 氏

和歌山県、国保連合会、和歌山県在宅保健師の会の三者協定を踏まえて、保健師の災害支援と活動課題について振り返ります。

まず、平成7年の阪神・淡路大震災ではDMATなども無く、支援のほとんどは保健師が担いました。当時は、大規模災害が次々起こることは想像できませんでした。平成16年の中部地震では、避難者や被災者と生活を共にして健康調査が行われ、令和6年の能登半島地震では、住宅地図に被災住居をマッピングして手作業で巡回支援が行われました。大規模災害と一口に言っても地震と風水害では対応が違い、災害発生直後は医療ニーズの需要と供給バランスの崩れなども想定しなければなりません。

現在は、発災と共に様々な支援チームが一気に集結し、被災地は対応に追われるなど、新たな問題が起こっています。要支援者の抽出、避難者台帳の整備、指揮命令の明確化、情報



整理とツール整備、各支援者間の共通認識なども課題とされています。被災地は派遣支援者の調整や適正配置、要支援者の優先順位づけや整理、継続支援者の基準の明確化、ICTを活用した自治体間の情報共有も必要とされます。また、通常業務の再開には支援者側の健康管理や心のケアも不可欠とされています。

災害発生時から復興期までの保健活動において、生活の安定のための対策が必要なフェーズ2～3の時点で、在宅保健師が地域コミュニティに赴く際は、住民の潜在的ニーズや情報を把握し、仮設住宅やサロンでの健康相談等を通じて、健康被害の最少化や重症化予防ができるよう、知識や技術を活かして本領を発揮する必要があります。

講演 2

ポリファーマシーについて

～重複・多剤服薬対策事業での連携～

和歌山県薬剤師会

常務理事 坪山 晃大 氏

薬剤師は、薬剤師法に基づき国民の健康な生活を保護するために様々な所で働いています。薬局は、調剤と薬を正しく使うために情報を受ける所であり、薬剤師は様々な役割を担っています。

薬（医薬品）とは、薬機法より日本薬局方に収められているものであり、主な使用目的は病気の原因を取り除き、病気をコントロールし、症状をおさえるものだとされています。

一般用医薬品については、市販薬や錠剤とカプセル、剤形別の注意、服用のタイミングなどを知ることが大切です。

75歳以上の約 1/4 が7種類以上の薬剤を処方され、4割が5種類以上の薬剤を処方されています。残薬は、社会保障費が増えていく中で大きな問題となっています。例えば、抗コリン薬は特定の症状を改善する効果がある一方で、様々な副作用を引き起こす可能性もあります。

ポリファーマシーについては、薬が多いことが問題ではなく、薬が多いことで害が生じることが問題であり、処方数だけでなく薬の内容に注目することが必要です。

今後は、多科受診による処方カスケード（薬の副作用を新たな病気と考えて薬を増やしてしまうこと）を防ぐため、かかりつけ薬局や薬剤師の役割を知り、協働していくことが重要です。

在宅医療の中で、通院困難者の対応なども課題となっていますが、薬物治療がその人その人に合っているか、地域で住民の健康を考えるきっかけ作りとしたいです。

また今後は、誕生から終末期に至るライフステージの全てを、薬剤師による健康サポートとして、多職種と連携して取り組んで行きたいです。



🌸 研修会に参加して 🌸

石井 美保



退職後、保健師として業務していなかった私にとって、研修で懐かしい方々とお会いできたことは、活動を振り返る良い機会となりました。藤川班長の講演を聴き、私が県内外の被災地へ健康調査などで赴いた時、どこへ行っても「保健師」と自己紹介すると、直ぐに受け入れられたことなど、保健師の活動が地域に浸透していると実感した経験を思い出しました。保健師間でのミーティングや引継ぎがスムーズに行えたのも、お互いの目指すところが同じだったからだと思います。

今年、能登半島地震が発生した時は、自宅でテレビを見ながら現役保健師は大変だなと思うと共に、自分も何か今、出来ることが無いかなと漠然と考えていました。そして、今回、在宅保健師に登録する機会を与えていただき、支援に赴くのは災害後の長期的支援が必要になる場合だとは思いますが、いつ依頼があっても対応できるよう、平時から情報収集を行い、引続き在宅保健師の役割を考えていきたいと思っています。

今年6月より、登録保健師として活動するご縁をいただき、研修会にも初めて参加しました。8月から2か月間「重複・多剤服薬者等指導支援事業」を支援させていただきました。

坪山薬剤師から「ポリファーマシーについて」の講演を伺い、とても勉強になりました。残薬問題についての内容では、75歳以上の在宅高齢者の残薬が475億円にも昇るとのことでした。訪問したケースでも、残薬のある方が多く「家に薬を置いておくと安心だ」と話される方がいました。不眠で重複多剤をやめられない方もおられ、支援の難しさを感じました。社会保障費が増えて行く中で、残薬は大きな問題だと説明されたように、まさに一人の力では解決できない課題だと思いました。薬剤師の役割は「公衆衛生の向上及び増進に寄与し国民の健康な生活を保護する」とことだと説明されて、保健師の役割と共通しているなど感じました。

保健師は、薬についての専門家ではないので、これからは積極的に薬剤師と連携して、チーム体制を作り、住民にアプローチしていきたいと思っています。



瓜田 真理子

研 修 会 の 様 子



R5年度実施結果

	実施人数	実施回数※1	実施者数※2	受診勧奨者数※3	受診者数※4	実施率※5
和歌山市	3名	25回	1561名	588名	111名	18.9%
有田市	4名	10回	697名	426名	186名	43.7%
かつらぎ町	3名	8回	391名	176名	144名	81.8%
高野町	2名	8回	203名	92名	27名	29.3%
広川町	6名	15回	491名	270名	55名	20.4%
有田川町	4名	17回	706名	410名	111名	27.3%
串本町	2名	17回	529名	283名	122名	43.1%

R6年度実施状況

	実施人数	実施回数※1	実施者数※2	受診勧奨者数※3
和歌山市	9名	50回	5234名	1930名
海南市	2名	3回	184名	117名
有田市	11名	21回	2054名	1217名
新宮市	2名	11回	1174名	522名
かつらぎ町	5名	21回	964名	416名
高野町	4名	4回	250名	95名
広川町	8名	17回	907名	563名
有田川町	5名	19回	1169名	751名
串本町	10名	35回	2355名	1173名
御坊市	3名	7回	288名	128名
紀美野町	2名	4回	147名	54名
岩出市	2名	2回	115名	44名
九度山町	1名	2回	87名	52名
日高町	1名	2回	67名	27名

令和5年度と比較して

2倍の支援依頼が

ありました！！

- ※1 実施回数：保健師1名につき概ね3時間実施で1回とカウント
 ※2 実施者数：保険者が選定した受診勧奨対象者のうち、架電できた人数
 ※3 受診勧奨者数：実施者数から不在、健診受診済、入院中の方等を除いた人数
 ※4 受診者数：受診勧奨者数のうち、勧奨日から年度末の間に特定健診を受診した人数
 ※5 受診率：受診勧奨者数に対する受診者数の割合

令和6年度はこんな方に
受診勧奨しました！！

- ☑ 健診を前年度未受診の方
- ☑ 医療データから分析した対象者
- ☑ 不定期に受診し、直近2年間に未受診の方
- ☑ 前年度未受診で、定期的に医療機関に受診している方



令和6年度の受診者数については、来年度の研修会等で報告します。

国保・後期被保険者を対象とし、重複・多剤服薬者、頻回受診者に対し、適正服薬・受診を促すため、服薬情報の通知、在宅保健師による電話・訪問指導を実施しました。

市 町 村 名	実 施 月	介入人数	支 援 保 健 師 延 べ 人 数
和 歌 山 市	5 月	23 人	8 人
海 南 市	6 月	17 人	7 人
御 坊 市	8 月	5 人	2 人
田 辺 市	8 月	28 人	10 人
紀 美 野 町	8 月	3 人	4 人
岩 出 市	6 月	25 人	9 人
か つ ら ぎ 町	8 月	5 人	4 人
高 野 町	8 月	5 人	4 人
湯 浅 町	7 月	10 人	4 人
広 川 町	9 月	12 人	7 人
有 田 川 町	9 月	4 人	1 人
美 浜 町	8 月	6 人	3 人
日 高 町	9 月	2 人	2 人
由 良 町	5 月	9 人	4 人
み な べ 町	9 月	3 人	4 人
白 浜 町	9 月	5 人	4 人
串 本 町	9 月	3 人	2 人
那 智 勝 浦 町	9 月	2 人	3 人
太 地 町	9 月	5 人	2 人

※再介入は除く。

支援した会員からの声



現場を離れても、事業を通して地域の住民や保健師と関わることができて嬉しい！地域に恩返しができた！



自分の培ったノウハウを若い保健師に伝達できた！



なかいえ きよみ
中家 清美

会員の声



とりい よしか
鳥居 喜加

新しい出会い

私は、令和6年4月に在宅保健師の会へ入会しました。初めて参加したブロック別交流会では、お世話になったベテラン保健師の皆さまにお会いすることができました。その喜びと共に、私なんかで大丈夫だろうか…という不安を感じました。

退職後2年がたち、その間、家庭で過ごしてきた大きな空白もありました。それでも、事務局の方々のサポートと、お会いする先輩方にご指導いただいて、充実した活動を経験できています。

まだ、入会して数か月ですが、重複・多剤服薬者等指導支援事業や特定健診未受診者対策支援事業で、いくつかの市町でお世話になりました。

在職時は、なかなか難しいと感じていたことも、アプローチ方法や他の市町では、こんな工夫をしていると知り、私の中に引き出しが増えました。

貴重な経験をありがとうございました。これからも、いろいろな活動に参加していきたいので、どうぞよろしくお願いいたします。

みんなでつなごう

会員の
WA



在宅保健師の会へ入会して

はじめまして。私は、今年度より在宅保健師の会に入会させていただきました。

今までは看護師として4年、保健師として約10年間の勤務をしてきました。現在は子育てを優先し、6歳と5歳児の育児に奮闘しています。「いつになったら育児が落ち着くんやろ…」という思いをよそに、子ども達はどんどんヤンチャになっています。子育てに慌ただしい日々の中でも、時折は気持ちの余裕が持てることもあり、息子達の成長や、季節の移ろいを感じられる今の環境に感謝しています。今年の5月には甥も誕生し、首が座った！寝返りができた！と報告を受ける度に、ほっこりとしています。

そのような日々の中で、夏には国保の重複・多剤服薬者等指導支援事業で活動させていただきました。電話相談時に、先輩方の何気ない言葉選びから、今までの経験・技術の高さを感じ、私もまだまだ頑張らなくてはと思いました。また、在宅保健師として活動の場があることは大変嬉しく、とても励みになっています。今後も、楽しく働かせていただきたいと思いますので、どうかよろしくお願いいたします。



「短歌」と出合って

しばさき ちづ
芝崎 千鶴

趣味と言えるようなものが無い私でしたが、気が付けば17年、続けているのが「短歌」です。始めたのは現役の頃、職場で出会った非常勤職員の方に、勧めていただいたのがきっかけでした。

短歌は、限られた31文字の中で五・七・五・七・七のリズムで詠む定型詩と言われ、俳句との違いの一つは「季語」の制約が無いことです。始めた頃は、月に一首を短歌の会へ投稿し、後日選評結果が送られてくるというものでしたが、仕事に追われ忙しい日々でも、月に一首ということで、続けられたのだと思います。

その後、定年退職を迎え、時間のゆとりができた頃、勧めもあり所属する短歌の会の本会にあたる全国的な短歌結社へ入会することになりました。今度は、月に十首の投稿が求められます。これは私にとって非常に高いハードルで、決心するまでかなり時間がかかりましたが、4年を経過する今も何とか続けられています。とは言っても、毎回電子辞書を片手に四苦八苦、言葉を選んだり並べかえたり、十首をひねり出すのに頭を抱えながらです。苦労しながらも、毎月自分の詠んだ歌が一冊の雑誌に掲載され、送られてくるのはとても楽しみなことです。十首の内どの歌が選ばれ、何首載っているのか、毎回ドキドキしながら本を開きます。

また、これまでの私の拙い歌でも、読み返してみると社会の動き、四季の移ろいや家族のことなどから、その時々自分の姿や心情が浮かび上がり、短歌は自分自身の記録であり、日記の様なものだと思えてきます。

人との出会いがあり、短歌に出会えたことに感謝しつつ、頭の体操もかねながら、これからも「短歌」を続けて行きたいと思っています。

次回は 湯上 ひとみさんの予定です

事務局からのお知らせ

次年度においても、連合会事業にご協力をお願いします

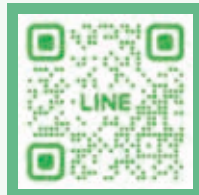
会員の皆さまには専門職としてのこれまで得た知識や経験を活かし、重複・多剤服薬者等指導支援事業をはじめ特定健診の電話による受診勧奨や健康まつり等への支援をしていただいておりますが、次年度から既存事業に加え、後期高齢者を対象とした健康状態不明者把握事業についても実施予定となっておりますので、皆さまの更なるご協力をよろしくお願いします。

LINEの活用をお願いします

研修会、交流会等の開催案内や事業支援依頼等の事務局からのお知らせをタイムリーにお届けします。グループラインではありませんので、会員同士のラインアドレスが共有されることはありません。

ラインの登録を希望される方は右記の二次元コードから登録いただくか、事務局までお問い合わせください。

▼登録はこちら▼



国保連合会ホームページ内に在宅保健師の会会員専用ページを開設予定！

編集後記

暖かい日差しが降り注ぐ季節となりました。会報「てまり」では、研修会の報告や、会員の活動状況の掲載を通して、保健事業のお役に立てるよう努めてまいりたいと思います。

今後とも、会員同士の交流や情報交換の機会として、ご活用いただけることを願っておりますので、どうかご協力の程よろしくお願い申し上げます。

国保連合会 保健師 坂部

新規会員募集中

和歌山県在宅保健師の会では、会員の募集を行っております。
詳しくは、事務局までお問い合わせください。

事務局からの
お願い

住所等の変更がありましたら、
事務局へご連絡をお願いします。

お問い合わせ

和歌山県国民健康保険団体連合会
保健事業課 保健事業係内

〒640-8137

和歌山市吹上二丁目1番 22-501 号(日赤会館内)

TEL (073)427-4673 FAX (073)427-4677

E-mail jigyouka@kokuhoren-wakayama.or.jp