

会報 青森県在宅保健師の会



令和7年8月発行・第48号

令和7年度青森県在宅保健師の会総会並びに研修会



去る6月3日、青森市「東奥日報新町ビル」において、令和7年度青森県在宅保健師の会総会並びに研修会を開催し41名の会員が出席しました。

総会では、新井山洋子会長の挨拶のあと、来賓の青森県がん・生活習慣病対策課課長の山田淑子様から「会員の皆様には、日頃より保健福祉活動の推進に尽力いただき、心より感謝している。県では昨年度『第三次青森県健康増進計画』をスタートさせた。この計画を踏まえて、今年度は高血圧症に着目して『クリニカルイナーシャ』を減らすためのキャンペーンなどさまざま事業を展開することとしている。会員の皆様には、今後も引き続き県民の健康増進のためご協力いただきたい」との祝辞をいただきました。

続いて、青森県国民健康保険団体連合会常務理事の舩甚悟様（代読：事務局長 長内るみ様）からは「青森県在宅保健師の会の皆様には、地域住民の健康の保持・増進に寄与していただき、また、国保連合会が実施する健康づくり事業への多大なご協力に感謝している。これからも現役世代への知の伝承の意味も含め、会員の皆様にはご協力をお願いしたい」と祝辞をいただきました。

議事では八嶋昭子会員（七戸町）を議長に選任し議案審議に入り、提出された令和6年度事業報告・決算、令和7年度事業計画・予算（案）については、全て原案どおり承認されました。

最後に、役員の交替について報告後、新旧役員から挨拶をいただき閉会しました。

令和7年度事業計画 （具体的事項）

1. 総会（6月3日）
2. 役員会（4月、7月、11月、3月）
3. 在宅保健師等会連絡会議
 - （1）東北地方在宅保健師等会連絡会議
（12月4日：Web開催）
 - （2）都道府県在宅保健師等会全国連絡会（未定）
4. 各種研修会等の開催及び案内
 - （1）総会時研修（6月3日）
 - （2）在宅・現職保健師保健所ブロック別交流会・研修会（共催）（9月～10月）
 - （3）関係機関（県・国保連合会等）開（共）催研修
5. 地域の保健・福祉活動支援事業 5団体
6. 広報活動
 - （1）会報の発行 年3回（8月、12月、3月）
 - （2）ホームページの更新
7. 会員近況アンケートの実施（隔年実施）
8. 県・市町村・国保連合会等からの要請事業等への支援・協力
 - （1）保健師の人材育成への支援
 - （2）小規模保険者支援事業
三戸町（10月8日～10月10日）
 - （3）青森県保健協力員会等連絡協議会
 - （4）各種委員の委嘱、各種事業等
 - （5）その他

研修
報告「令和7年度青森県在宅保健師の会
総会並びに研修会」

瀬川 節子 会員（七戸町）

総会には、その時その時の事情で出席できなかったことが多く、今回は久しぶりの出席でした。会場に着いた途端に賑やかな笑い声が響き、なぜかほっとした気持ちでした。

事業報告では東北地方や全国の在宅保健師連絡会議等の様子が分かり、本県も頑張っていることが伝わりました。

また、県内各地で会員の皆様が地域の保健福祉活動を実践されていることも「パワーがすごい。さすが保健師だ」と思いました。さらに県・市町村・国保連合会等からの要請事業に対しても多くの支援や協力が行われていることが分かりました。このように多くの活躍をされている先輩や後輩に対し敬意を表したいと思いました。そして役員や事務局の方々にも感謝です。

研修会では「保健師活動の歴史を語る会」というテーマで、古川あきさん、山崎トコさん、柴田ミチさんからお話を伺いました。保健師を目指したきっかけや活動体験の振り返り、後輩に伝えたいこと等、3人とも80代でしたが“生涯現役保健師!!”パワフルで時間が不足するくらいでした。その中で「地域に出向き『おらほの保健師』として活動してほしい」「踵歩を積みまざれば以って千里に至るなし」「健康が大事、生きている人が幸せになること」等エールをもらいました。詳しくは会報の26号、29号、38号の「先輩諸姉と語る」をご覧くださいということで、コーディネーターの新井山会長からは、「会報は捨てちゃいけません」とお叱りをいただきました。

交流会・情報交換会では、テーマ①趣味、②終活、③私の自慢、④思い出の写真となっていました。テ



ーマにこだわらず自由にお話をしました。7グループありましたが、どのグループからも楽しそうな笑い声が聞こえました。最後のグループ発表がないのが、また気楽で良かったです。喋って笑って頷いて、こちらも時間が足りないくらいでした。

今回の総会に参加し、先輩諸姉や同僚等にお会いして情報交換することで元気をもらうことができました。古希を迎え少し気持ちがしぼんでいるところがありましたが、自分も頑張ろうと思えました。今後も刺激を貰うためにもできるだけ出席していきたいです。

映画「じょっぱり—看護の人

ブルガリアのヴァルナにて開催された第21回 International Festival of Red Cross and Health Films国際赤十字・健康映画祭において、映画「じょっぱり—看護の人花田ミキ」（監督：五十嵐匠）が、赤十字特別賞を受賞しました。今回は110か国から2,000本以上の映画がエントリーされました。以下、受賞理由の一部を紹介します。

本作は、花田ミキさんが直面した数々の困難や挑戦を、繊細に描かれた歴史的背景の中でたどっていく、日本社会の奥深さと多層性を鮮やかに浮かび上がらせます。人間の持つ力が、いかに複雑で硬直した官僚制度さえも乗り越え、人々のためにそれを動かすことができるかが描かれています。花田ミキさんの優しさと信念は、観る者に『自分も誰かのために役に立ちたい』『善くありたい』という想いを残し、



参加者の声 (アンケートから：回答数39)

(1) 総会について

- 事前準備が行われていてスムーズに進行されて良かった。(12)
- 順調に進んで良かったと思います。時間通りに進められて良かった。(3)
- 楽しく参加でき若い方々からエネルギーをいただきました。
- いろいろな活動をされておられると思うと同時に、会員や役員の方々にありがとうとお礼を言いたいです。国保連の支援の大きさも痛感いたしました。

(2) 研修会について

- 3人からお話をもっと聞きたかった。(12)
- この続きをお願いできればと思います。パート2をぜひ希望いたします。続きを是非企画して欲しいです。(5)
- それぞれの方々のお話を、交流会のグループが一緒の人達と振り返り、昔の保健所の業務などなど話がはずみました。
- 先輩の活動があって、今があることに感謝したいと思いました。
- 楽しかったし涙が出そうになる場面もあった。戦

争の体験談も聞けたし、昔の保健師活動「あるある、なるほど」と頷ける場面もあった。

(3) 交流会・情報交換会について

- みなさんのお話を聞き、とても楽しい時間を過ごすことができた。時間が足りないくらい楽しかった。(8)
- 地域の人達との交流の場はたくさんあるが、PHNとしての同業者としての交流や、情報交換することで、心がとても落ち着き本来の自分に戻れる気がしています。情報交換の中で今後の生活に役立つ情報が満載でした。
- いろいろ興味深いお話、情報にパワーを頂きました。終活、目標としている事、参考にさせていただきたい点がたくさんありました。
- 皆さんの趣味が多様で楽しかったです。いつか、芸や作品の発表もあるといいですね。

(4) 総会・研修会全体を通しての感想

- 初めて総会に参加しました。情報交換会の雰囲気がとても良かったです。また参加したいと思います。(2)
- どのグループも楽しく話し合っていたようですね。都合の悪い時以外は参加していましたが、今回の研修会が最も盛り上がっていたように思います。参加者も多かったですね。
- 研修会もとても素敵でした。運営も進行も良かったです。
- なつかしい先輩たちと話ができて、またお元気で活躍されていらっしゃる姿が、とても刺激になりました。

(5) 会の活動に対する意見要望等、その他皆様からの一言

- この会の活動がいつまでも続いて欲しいと思います。会の存続をお願いします。(2)
- アンケートの名前記入は要らないと思います。名前は記入しないほうが良いのではないかな。(2)
- 役員の皆様のお力に敬意を表します。この会は継続していただければありがたいです。国保連の皆様のお力添えを毎回感じます。
- 地域の保健活動へ助成、本当にありがとうございます。

花田ミキ「赤十字特別賞受賞

物語が終わったあともその余韻は心に深く残ります。

私たちは、赤十字の基本理念を率直かつ誠実に表現し、それを主人公・花田ミキの行動によって力強く示したこの作品に対し、Red Cross Special Award（赤十字特別賞）を授与します。

※ International Festival of Red Cross and Health Films（国際赤十字・健康映画祭）

ブルガリアのヴァルナで開催される国際映画祭で、赤十字の理念に基づき「人道支援」「医療」「社会的弱者の保護」などをテーマにした映画が世界中から集まる。1965年に始まって以降、隔年で開催されており、平和や人間の尊厳を訴える作品に光を当てる場として高く評価されている。Red Cross Special Award（赤十字特別賞）は、赤十字精神を最も表現した作品に贈られる特別な賞である。

新旧役員 から一言

令和7年6月3日をもって、山谷紗千子副会長が退任され、新たな副会長に中居幹事を選任するとともに、新役員として井沼登志子幹事を迎え新体制となりました。新旧2名の役員からメッセージをいただきましたので、ご紹介します。

山谷 紗千子 会員（五所川原市）



お世話になりました。

役員歴11年間も、あっという間に過ぎた感じがあります。新井山会長をはじめ、パワー溢れる役員の皆さんからは、多くの学びと英気をいただいて、毎回楽しく役員会に出席しておりました。今後は一会員として本会の諸事業に参加協力をして参りたいと思っております。また、保健師という職種は素晴らしいということを現職の皆様に伝えたいと思っております。

今までお世話いただきました皆様に深く感謝申し上げます。

井沼 登志子 幹事（五所川原市）

私は、退職後すぐ在宅保健師の会に加入し、そのご縁で市町の保健業務へのお手伝いをしております。この度、幹事として推薦いただきました。

先日、初めて役員会に参加しましたが、事前に頂いた案件の量の多さに驚きました。役員会は談笑する場面が見られながらも真剣に、そしてスムーズに進められていました。さすが先輩方には多くの引き出しがあり、私の人生の糧にもしたいものだと思います。まだまだ力不足ですがよろしくお願いいたします。



新入会員 より一言

今年度新たに新入会員を迎えました!!

入会にあたって一言いただいておりますので、ご紹介します。

小山 真貴子 会員（五所川原市）

つがる市を早期退職し、気ままに何年か過ごして今年度から入会いたしました。現在は、健診の問診や国保の訪問事業に関わっております。

仕事を離れてみると「保健師」という職がいかに尊いものであるかをひしひしと感じ、また良き仲間恵まれていたと感謝しております。

今後は、日々「認知症が進行する母」と「介護する自分」と向き合いながら、自分を見つめながら、できることを少しずつではありますが、良き仲間と共に恩返ししていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。



さようなら吉田美代さん

国保連合会・初代保健活動推進専門員の吉田美代さんが5月15日、91歳で逝去されました。吉田さんは、五所川原市、青森市に国保保健師として勤務。その後、県職員として保健師教育に携わり、県を退職後、平成6年度から平成15年度まで保健活動推進専門員として国保連合会に勤務されました。

平成10年4月の本会の設立にも大変ご尽力いただき、会の礎を築いていただきました。

これからも優しい笑顔で私たちの活動を見守ってくれることと思います。ご冥福をお祈りいたします。

令和7年度 青森県保健協力員会等連絡協議会総会並びに研修会

5月16日（金）にリンクモア平安閣市民ホール（青森市民ホール）で開催され、本会会員11名を含む490名が参加しました。参加された熊谷崇子会員（五所川原市）からの報告です。

- (1) 総会 来賓挨拶：宮下知事、新井山会長
- (2) 研修会 ① 活動発表
座長：国立大学法人弘前大学特別顧問・大学院医学研究科社会医学講座特任教授・
青森県総合健診センター理事長・青森県医師会健やか力推進センター長 中路 重之 氏
「健診受けましたか？」～受診勧奨を頑張る私たち～
活動発表者：五戸町保健協力員会 会長 三浦 浩子 氏
「QOL健診を受けてみませんか」 中路 重之 氏
- ② 講演「耳の聴こえと認知症のつながりについて」
講師：国立大学法人弘前大学医学部附属病院
耳鼻咽喉科頭頸部外科講師 後藤 真一 氏

令和7年度青森県保健協力員会等連絡協議会研修会に参加して

熊谷 崇子 会員（五所川原市）

活動発表では、五戸町の保健協力員の皆さんの健康劇や、時代に合わせたキャラクター出演によるケーブルテレビを活用した受診勧奨の紹介がありました。取組が進化してきており活動の「見える化」がなされていました。また、中路重之先生のQOL健診は健診当日に行動変容の意識づけができるメリットがあり、学校・職場での教育の普及啓発等によって社会の中で健康意識が高まっていくものと思います。

「耳の聴こえと認知症とのつながり」の研修では、聴力と認知機能の研究結果や、難聴が最大の認知症発症リスク因子であるとの論文の紹介があり、快聴で人生を楽しく過ごすためのノウハウについて、後藤真一

先生の明瞭で具体的な根拠を示されてのお話に、皆聞き入ってしまいました。「解剖生理」から始まり「検査」、また「加齢性難聴」では生活習慣病と環境との関わりを知り、さらに「聴こえ8030運動」のスローガン「80歳で30dbの聴力を保ちましょう！」を知ることができました。「難聴をきたす他の疾患」「難聴になった時の対応」と順序だったお話しで大変理解しやすかったと思います。聴こえは身近な問題なので質問も多く出され、保健協力員として地域の方々に説明ができる内容であったと思います。また、医学の進歩に伴う知識を学び、考えることは生きる力になると感じた研修内容でした。

令和7年度地域の保健・福祉活動支援事業活用団体

第2回役員会（7月1日（火）開催）で決定した今年度の地域の保健・福祉活動支援事業活用団体は以下の5団体です。

- | | |
|-----------------------------|---------------|
| (1) 来てみんな会（十和田市） | 代 表：長瀬 比佐子 |
| (2) 白石分館ほのぼの交流会（七戸町） | 代 表：八嶋 昭子 |
| (3) 金矢ふれあいいきいきサロン（六戸町） | 代 表：坂本 りつ |
| (4) シニア倶楽部女子会「ひまわり」（五所川原市） | 代 表：井沼 登志子 |
| (5) 自死遺族の集い「分かちあいの会」（五所川原市） | 【新】代 表：小山 真貴子 |

当事業は、地域で会員が独自に取り組んでいる保健・福祉活動を支援し、会員の自主的な活動の推進と地域貢献を図ることを目的としたもので、助成期間は原則5年間となっております。ボランティア活動等、地域の活動をされている方はぜひご活用ください!!

助成を希望される場合や、ご不明な点がある場合は事務局までご連絡ください。

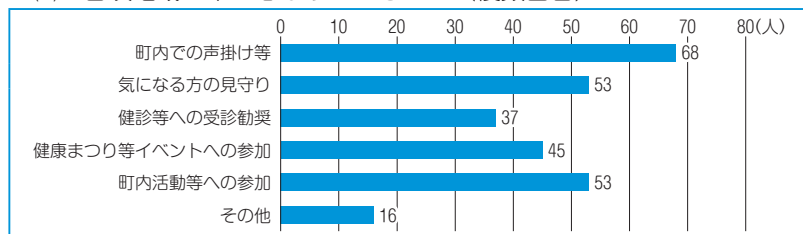
令和7年度青森県在宅保健師の会会員近況アンケート調査結果

1. 調査時期：令和7年3月27日～4月17日
2. 調査対象者：183名（令和7年3月27日現在会員）
3. 回収数(率)：123件（67.2%）※提出した会員のうち、退会者6名分は集計対象者に含めていない。
4. 結果

(1) 地域別年代別返答状況（単位：人）

	会員数	30代以下	40代	50代	60代	70代	80歳以上	計
青 南	43	1	0	3	6	9	4	23
中 南	41	0	0	1	7	9	2	19
三 八	35	0	0	0	10	14	1	25
西 北	23	0	1	1	4	10	1	17
上 北	31	0	0	3	9	10	4	26
下 北	7	0	0	0	2	2	0	4
県 外	3	0	0	0	2	1	0	3
計	183	1	1	8	40	55	12	117

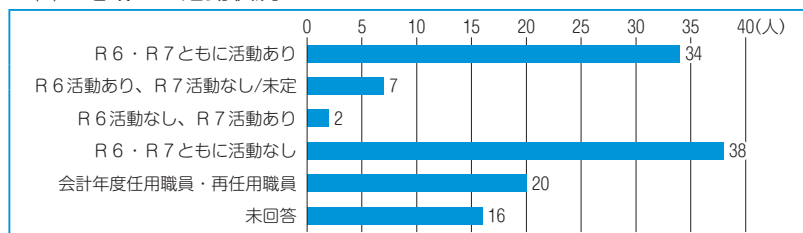
(2) 日頃地域の中で心がけていること（複数回答）



・「町内での声掛け等」を日頃心がけていると回答した会員が最も多く、68人（58.1%）であった。

・次いで「気になる方の見守り」「町内活動等への参加」と回答した会員が53人（45.3%）であった。

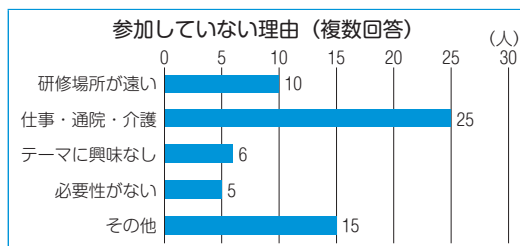
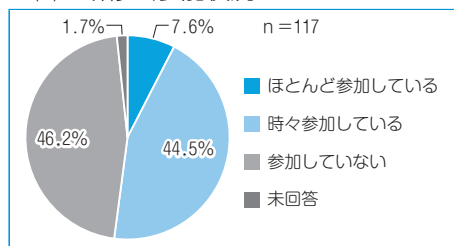
(3) 地域での活動状況



・令和6年度に地域で活動をしたと回答した会員は41人（35.0%）であった。

※活動内容についてはP7参照

(4) 研修会参加状況



・研修会に「ほとんど参加」「時々参加している」と回答した会員は53人（52.1%）であった。

・「参加していない」と回答した会員の理由としては「仕事や通院、介護等で参加する時間がない」が一番多かった。

(5) 会に期待すること（複数回答）

	研修会の開催	会報等による情報提供	会員間の交流	新規会員の誘	仕事や市町村事業への紹介	その他	期待することなし	未回答
人数(人)	66	109	69	27	21	6	0	2
割合(%)	56.4	93.2	59.0	23.1	17.9	5.1	0	1.7

・会員が会に期待することで最も多かったのは「会報等による情報提供」で9割以上であった。次いで「会員間の交流」「研修会の開催」となっている。

(6) 県等関係機関への紹介（n=117）

	紹介してもいい	内容によっては考えたい	紹介しないでほしい	未回答
人数(人)	15	41	57	4
割合(%)	12.8	35.0	48.7	3.4

・県等関係機関から在宅保健師の会への紹介依頼に対して「紹介しないでほしい」と回答した会員が57人（48.7%）と最も多く、次いで「内容によっては考えたい」と回答した会員が41人（35.0%）であった。

(7) 会からの希望する連絡内容（複数回答）

	会報	ブロック別交流	研修案内	未回答
人数(人)	115	85	86	2
割合(%)	98.3	72.6	73.5	1.7

【令和6年度活動実績】集計結果

1. 集計対象者：50名

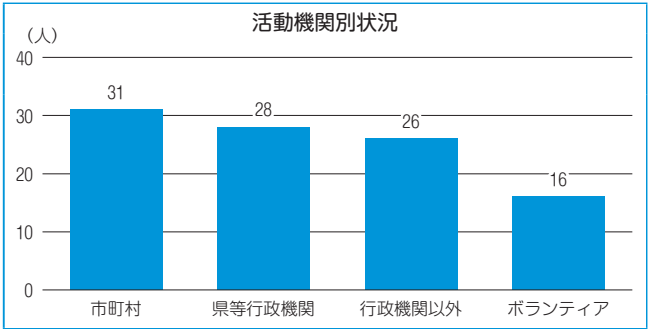
- ※「令和6年度活動実績」を提出した者51名のうち、県外在住である1名は対象外とする。
- ※令和6年度に「地域で活動している」と回答した者を対象としているが、「活動していない」と回答した者でも「令和6年度活動実績」を提出し実績の記載がある場合は集計対象者に含めている。

2. 集計結果

(1) 活動機関別状況（複数回答）

機 関	市 町 村	県等行政機関	行政機関以外	ボランティア
人数(人)	31	28	26	16
割合(%)	62.0	56.0	52.0	32.0

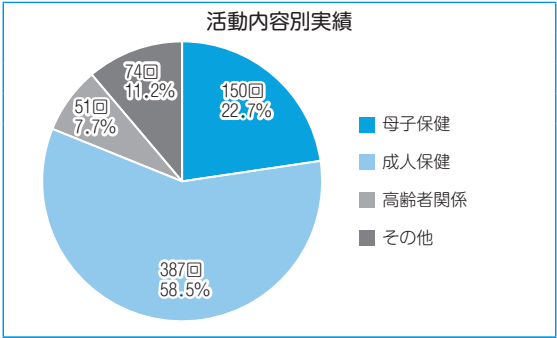
- ・「市町村」で活動している者が31人（62.0%）と最も多く、次いで「県等行政機関」が28人（56.0%）、「行政機関以外」が26人（52.0%）であった。



(2) 市町村での活動状況（複数回答）

内 容	母子保健	成人保健	高齢者関係	そ の 他	計
人数(人)	11	22	7	8	48
実績(回)	150	387	51	74	662
割合(%)	22.7	58.5	7.7	11.2	100.0

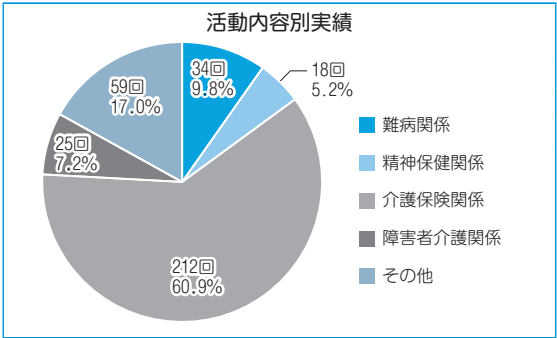
- ・「成人保健関係」の活動回数が387回（22人）で最も多く、次いで「母子保健関係」が150回（11人）であった。
- ・「成人保健関係」の主な活動内容は、特定健診、特定保健指導、がん検診であった。



(3) 県型保健所、県等行政機関での活動状況（複数回答）

内 容	難病関係	精神保健関係	介護保険関係	障害者介護関係	そ の 他	計
人数(人)	7	5	16	2	7	37
実績(回)	34	18	212	25	59	348
割合(%)	9.8	5.2	60.9	7.2	17.0	100.0

- ・「介護保険関係」の活動回数が212回（16人）と最も多かった。
- ・「介護保険関係」の主な内容は、各地域の広域事務組合等の介護保険認定審査会委員としての活動であった。



(4) 行政機関以外の保健・福祉・教育団体等での活動状況（複数回答）・・謝金ありの活動

機 関 等	国保連合会	看護系大学等	社会福祉協議会	高齢者施設	こども園	障害福祉施設	介護予防活動	事業所関係	そ の 他	計
人数(人)	5	4	6	2	2	1	3	8	1	32
実績(回)	15	59	62	56	3	52	45	165	5	462

- ・「事業所関係」での活動回数が165回（8人）と最も多かった。
- ・「事業所関係」の主な内容は、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業、健診事後指導の活動であった。
- ・看護系大学等の講義、社会福祉協議会等の理事等、活動機関・内容とも様々であった。

(5) 健康づくり関係のボランティア活動の状況（複数回答）・・謝金（旅費は含まず）なしの活動

内 容	介護予防活動	高齢者見守り支援	障害者施設等支援	各種施設理事等	自殺予防活動	子育て支援	ウォーキング推進	地域食堂	※セフコミ普及活動	計
人数(人)	11	1	3	2	3	1	1	1	1	24
実績(回)	294	6	33	7	51	2	14	5	12	424

- ・「介護予防活動」の活動回数が294回（11人）と最も多かった。
- ・「介護予防活動」の主な内容は、地域の高齢者の居場所づくりやフレイル予防を目的にサロン活動等を主催または、スタッフとしての活動であった。
- ・活動内容は、障害者施設等の支援、自殺予防活動等多岐にわたっていた。

※セフコミ：セーフコミュニティの略

コーヒーブレイク



「山のカフェ」は憩いの場

上村 昭子 会員（青森市）



皆さん、お久しぶりです。退職後は実家での介護や施設でのパート勤務が続きましたが、どちらもようやく終えたところです。

野菜作りを始めたきっかけは、北海道旅行で一面に咲くジャガイモの花を見た時です。かれこれ、20年前になります。今では年間25種類以上の野菜を作っています。

写真はジャガイモの手入れをしている皆さんです。皆さんの知っている顔ぶれです。

自称『上村農園』では畑の作業だけでなく、休憩時間は「山のカフェ」で情報交換を楽しんでいます。「野菜の作り方」「収穫した野菜の調理方法」「お互いの介護体験」「受診先の医療状況」「展示会やコンサートのお知らせ」「スマホの使い方」等と情報交換は多岐にわたっています。いつも会っているのになんと話が多いことでしょうか。

畑の周りは「押し花アート」の花材の宝庫です。花、草、野菜の皮、木の皮等です。写真の押し花作品「夜空に咲く花」の見物者は「なすの皮」で作ったものです。私にとって、みんなで楽しみながらの野菜作りや押し花アートづくりは楽園なのです。

猛暑の中、農作業にご参加いただいている皆さん、ありがとうございます。



お知らせ

令和7年度在宅・現職保健師保健所ブロック別交流会並びに研修会開催

保健所管内毎に在宅保健師が集い、近況報告し合いながら親睦を深めるための交流会と「認知症予防」をテーマとした現職保健師との合同研修会を行いますので、皆様お誘い合わせの上ご参加ください。なお、詳細については、別途個別に通知いたします。

管 内	日 程	開 催 場 所
弘 前	令和7年9月30日（火）	弘前市民会館
三 八 地 域	令和7年10月2日（木）	YSアリーナ八戸
五 所 川 原	令和7年10月17日（金）	五所川原市民学習情報センター
上 十 三	令和7年10月20日（月）	市民交流プラザトワーレ（十和田市）
む つ	令和7年10月22日（水）	下北文化会館（むつ市）
東 青 地 域	令和7年10月30日（木）	ねぶたの家ワラッセ（青森市）
〈時 間〉	11：30～13：00 在宅保健師のみの交流会 13：30～15：15 現職保健師と一緒に研修会	
〈内 容〉	①講 演「認知症予防について」 講師：各地区外部講師（作業療法士） ②発 表「市町村での認知症対策等の取組状況（仮）」 ③質疑応答	

編集後記

今年の総会時研修会では、古川あきさん、山崎トコさん、柴田ミチさんが登壇し、新井山会長がコーディネーターを務め「保健師活動の歴史を語る会」を開催しました。3名の力強い、そしてスラスラと原稿も見ずに語る姿は「職業としての保健師」よりも「保健師としての人生を歩んできた」ことを体現しているようでした。45分という短い時間で3名の保健師人生を語るのは到底時間が足りないだろうとは思っていましたが、皆様から「語る会～パート2～」の要望も多かったことから、次号より「語る会～その続き～」をシリーズで連載いたします。お楽しみに。

