

1 3 保健指導

保健師の活動

区民が自分たちの健康を自分たちでつくっていけるように、保健師は活動をおこなっている。保健師の活動の対象は個人・家族・疾病の有無にとどまらず、集団・地域も対象としている。そこで、地域全体へ働きかけ、地域の力を高めることにより、健康な地域をつくることを目的にしている。

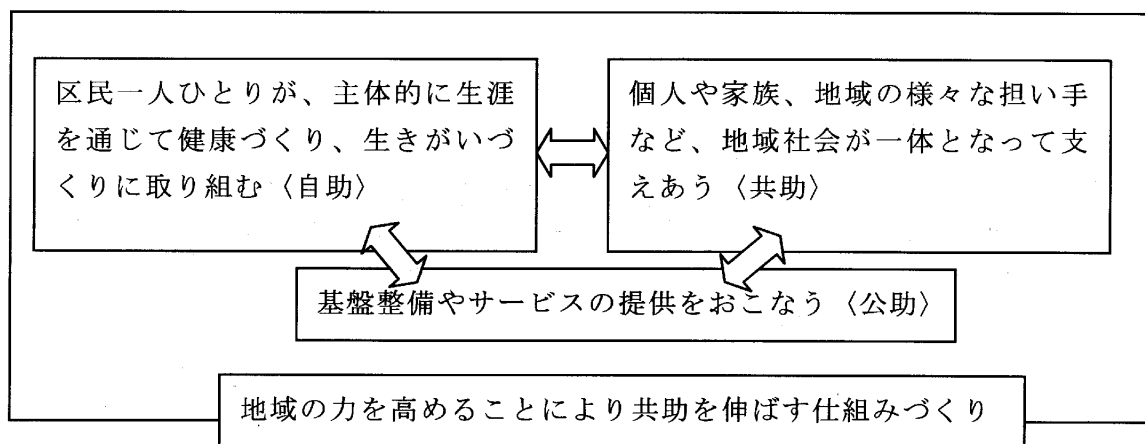
そのために、「(自助) = ひとりひとりが主体的に健康づくりに取り組むことができるようになる」「(共助) = 個人や地域が一体となって支えあい、地域の健康問題を実践しながら解決する力を持てるようになる」を区民が地域の中で実践できるように働きかけている。

また、行政の保健師として、計画づくりなど公助の部分にも参画している。

「個別の活動」を「地域を対象とした活動」へひろげ、その活動を区全体のシステムやサービスに反映させる活動をしている。また、それを「地域の活動」「個別の活動」へと連動させて地域全体の自助・共助・公助を常に関係付けながら活動している。

現在、区内を11の地域に分けて、それぞれの地域を担当する保健師(地区担当保健師)が地域の特性に応じて区民、関係団体、関係部署と連携を取りながら活動している。

その他法律に基づく活動の一部として、結核や感染症対策がある。結核に関して保健師は、「感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律」に基づき患者管理や定期外検診の勧告を行なっている。また、感染症発生時には疫学調査や保健指導を実施している。



(1) 自助の活動

保健師は、区民が自分の健康を知り維持向上させる行動ができるように支援をしている。主な活動は、各地域の担当保健師として個々の区民に対して行う家庭訪問や面接、電話相談などの個別援助活動と、必要な対象者別に行う健康学習や各種相談事業である。特に、社会的に支援の必要な精神障害者や育児不安の強い母子に対して、関係機関と連携しながら当事者の力を引出し、問題解決を図れるように援助している。また、健康学習は保健師が主催して行うものだけでなく、地域のグループ(幼稚園、学校、町会、老人クラブ等)

から依頼を受けて行うこともある。

① 個別援助活動

ア、家庭訪問、所内相談、電話相談、文書等連絡、関係機関連絡

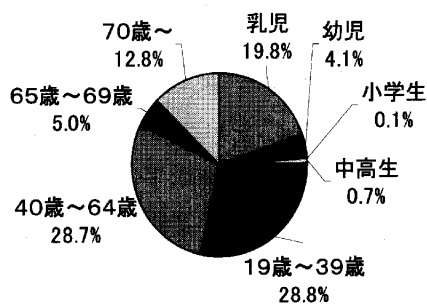
区民の随時の相談を受けている。継続相談や他機関との連携を行うなど、相談者に対して総合的なマネージメントを実施している。

	総数	感染症・エイズ	結核予防	精神保健福祉	心身障害	長期療養児	成人(生活習慣病等)	その他疾病(難病等)	妊産婦	乳児	幼児	その他	
家庭訪問	数総	2,601	66	883	633	31	3	19	26	440	470	28	3
	台東	1,708	65	883	220	23	3	17	12	222	249	14	0
	浅草	893	1	0	413	8	0	2	14	218	221	14	3
所内相談	総数	1,250	38	637	491	6	2	18	12	15	19	10	1
	台東	942	36	632	215	4	2	12	10	12	13	4	1
	浅草	308	2	5	276	2	0	6	2	3	6	6	0
電話相談	総数	7,677	3,770	477	1,227	51	3	107	20	401	753	227	118
	台東	6,089	3,770	477	285	51	0	104	20	158	432	173	96
	浅草	1,588	0	0	942	0	3	3	0	243	321	54	22
文書等連絡	総数	1,337	17	835	104	21	7	0	0	297	63	31	0
	台東	1,086	17	835	58	19	7	0	0	54	63	31	0
	浅草	291	0	0	46	2	0	0	0	243	0	0	0
関係機関連絡	総数	2,573	87	439	1,792	70	31	3	3	55	57	24	12
	台東	1,068	87	439	400	66	28	3	3	13	20	9	0
	浅草	1,505	0	0	1,392	4	3	0	0	42	37	15	12

イ、年齢別家庭訪問数

(件数)	総数	感染症・エイズ	結核予防	精神保健福祉	心身障害	長期療養児	成人(生活習慣病等)	その他疾病(難病等)	妊産婦	乳児	幼児	その他
乳児	514	0	30	0	10	3	0	0	0	470	0	2
幼児	107	7	53	0	17	0	0	1	0	0	28	1
小学生	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
中高生	19	7	0	2	0	0	0	0	10	0	0	0
19歳～39歳	750	37	152	176	1	0	4	3	377	0	0	0
40歳～64歳	747	7	280	394	3	0	4	6	53	0	0	0
65歳～69歳	129	2	86	35	0	0	1	5	0	0	0	0
70歳～	332	3	282	26	0	0	10	11	0	0	0	0

年齢別訪問者数



年齢別訪問者数では、19歳～39歳が28.8%と多く、ついで40～64歳が28.7%、乳児が19.8%である。

② 健康学習（保健師がかかわったもの）

	総 数	母子保健	成人保健	精神・難病 感染症	健康推進 委員活動	高齢者保健	女性の健康 乳がん	関係部署・地域 等からの依頼 (再掲)
回数	331	39	6	37	41	182	26	36
参加 人数	15,696	880	143	1,863	2,692	9,484	629	1,794

③ 各種相談事業

相談日を設定し、各種の相談を実施している。

	総 数	育児相談	生活習慣 個別相談	こころの 健康相談	女性のための 健康相談
回数	284	167	25	70	22
参加人数	3,044	2,805	71	122	46

(2) 共助の活動

保健師は、共通のニーズをもった区民のグループづくりやそれらの自主的な取り組みをサポートしている。そして、これら地域の社会資源をつなぎ合わせネットワークを構築することで、地域全体の健康づくりへと広げている。

① 具体的な援助

ア、健康づくり啓発推進(健康推進委員活動)

健康推進委員は、各地区町会連合会単位のある11地区ごとに、地域の特性を活かした健康づくり活動を行っている。保健師は、それぞれ各地区を担当し健康推進委員が行う地区連絡会の開催、健康学習会の企画・実施、地域行事への参加等、地区単位の活動を支援している。また、これらの健康づくりが区全体の動きとなるよう、11地区合同の交流会やリーダー会も支援している。

H21年度 健康推進委員活動実績

(委嘱数 187名：H22/3/31現在)

	回 数	参 加 者 (延人数)		
		一般	推進委員	合計
委嘱状交付式	1	—	87	87
合同交流会及び 活動発表会	1	19	109	128
健康学習会	41	2,183	509	2,692
地区行事への参加	17	2,565	130	2,695
地区連絡会	92	—	1,151	1,151
リーダー会	7	—	69	69
合計	159	4,767	2,055	6,822

イ、プレイルーム運営（あさくさ親子ルーム）

親子が自由に遊び、子育て中の保護者同士が交流できるよう場所の提供や子ども文庫を設置し、絵本や保護者向けの図書を貸し出ししている。また子育てに関する区内の最新情報を提供し、集う場を提供して育児グループづくりを支援している。

（利用者実績：881名 図書貸し出し数：104冊）

ウ、双子の会

双子・三つ子といった複数の子どもを同時に育てる保護者の不安や育児負担は大きく、また妊娠・育児についての情報も少ない。そのため、同じ立場にある保護者同士が情報交換や相談し合い安心して子育てができることを目的とした交流会を行っている。また、会の様子等を紹介したお便りを作成し双子・三つ子をもつ家庭に送付を行っている。

（実施回数2回 延べ参加人数75人）

エ、育児ほっとタイム（育児心の悩み相談・MCG）

子育てに自信がない、子どもがかわいくないなどの心理状態や家族関係に悩む保護者の精神的安定を目指して匿名性のグループミーティングを行っている。グループ以外のフォローが必要な保護者については、個別心理相談の利用を勧めたり、地区担当保健師による個別支援をしている。

（実施回数：12回 延べ参加人数：45名）

オ、ころばぬ先の健康体操サポーター養成

高齢者の健康づくり教室で実施した運動を、区民の力で区内全域に広めるため、その推進役となるサポーターを養成し活動をしている。体操の良さと必要性、教室の案内や誘い出しなどの広報活動や、地域のグループに対し体操指導を行っている。また、保健所が企画する教室へ実行委員として参画している。

（平成21年度サポーター 32名 延べ指導者数 6,102人）

カ、ふれあい介護予防教室

地域の高齢者の閉じこもり予防と介護予防の情報提供の場として、地域包括支援センターと保健所が共催で実施している。高齢者だけでなく地域のボランティアの参加など、地域の力で高齢者の閉じこもりを予防し、高齢者を支える拠点づくりを目指している。

（平成21年度実績 区内6箇所 実施回数72回 延べ参加人数1,041人）

キ、いきいき自主活動支援

地域住民による高齢者のための健康づくり・交流の機会を提供する自主活動グループで、平成16年度から実施している。社会との関わりを持つことは認知症や閉じこもり等を防止する意味からも大切になってくる。保健師は、活動団体の支援のほか地域資源の発掘・新たに活動しようとしている団体に対しても積極的な支援を行っている。

（活動団体数17グループ 会員数283人 活動回数617回 参加延べ人数 7,742人）

ク、精神障害者社会復帰相談指導事業(デイケア)

回復途上の精神障害者が、集団および個別の生活指導を通して日常生活習慣の取得や社会生活の適応力を高めることを目的としている。保健師は、個別援助のみならず関係者・機関と協力し、当事者が住み慣れた地域で生活していけるように援助している。

(実施回数:98回 参加者数:918名 登録者:30名 家族会3回 参加延人数12人)

ケ、いきいき若返りまつり

概ね65歳以上の高齢者および介護予防に関心のある区民への共助の力を伸ばす働きかけを行うことによって、介護予防に関して地域全体に関心を持ち合える地域づくりを目指すきっかけとして介護予防イベント「いきいき若返りまつり」と「地域座談会」を実施している。

(いきいき若返りまつり実施回数:6回 参加人数:729名)

地域座談会実施回数:33回 参加人数:476名)

コ、パーキンソン病患者のつどい

安心して療養ができるよう、病気に関する講演会の企画運営や患者やその家族同士の情報交換や支え合いなどを目的に毎月、交流会を行っている。

(実施回数:交流会12回 参加者実績:225名)

② 関係機関会議への関与

保健師は、共助に位置付けられる区内の各種関係機関会議に参加している。

(主な会議) 母子	総合発達支援庁内検討会 特別支援教育推進協議会 台東区要保護児童ネットワーク会議 台東区母子保健協議会
高齢者	地域包括支援センター連絡会 高齢者虐待防止連絡会 老人ホーム入所判定委員会
女性	DV(配偶者暴力)担当者庁内連絡会議
精神	TMねっこわーく会議(台東区精神保健福祉関係機関連絡会) 台東区精神障害者地域生活支援センターあさがお連絡会議 台東区障害者福祉施策推進協議会 台東区自立支援協議会

等 年88回出席

(3) 公助の活動

保健師は、自助・共助でつかんだ区民の意見を基盤整備やサービスを作るときの参考になるように各種計画づくり、会議等に参画している。

(4) その他法律に基づく活動

① 感染症対策

ア、結核対策

結核患者を適正な医療と正しい生活指導によって早期に社会復帰できるように指導するとともに、家族やその他への感染防止を図っている。計画的に家庭訪問指導や検診の勧奨を行なっている。

イ、感染症対策

啓発普及：感染症の発生・拡大を防止するため、区民ほか施設の衛生管理者等への啓発に努めている。

発生時の対応：感染症法に基づく患者が発生した際には、発生源の特定のために速やかに疫学調査を行なう。さらに、蔓延防止のために必要な知識を患者他に指導する。