

令和7年度 全国保健師長会北海道ブロック研修会  
(兼 札幌支部研修会)

プライマリヘルスケアの理念を生かした  
これからの地区活動  
－地域に責任を持つとは－

札幌医科大学 保健医療学部  
平野美千代

1. 地区活動とは
2. プライマリヘルスケアと地区活動
3. 地区活動は保健師を育てる
4. 管理期の皆様へ



# 1. 地区活動とは



## 平野の日記：地区活動について考える

- 私がとらえる地区活動と、他の人がとらえる地区活動が一致しているようで、必ずしも一致していない
- 人によって、立場によって、地区活動のとらえに若干の違いがあるのでは → あってもOK
- 重要な要因は、地区にいる人の顔が浮かぶこと、地区のキーパーソンが浮かぶこと
- 担当地区をもっていないから、地区活動をしていない  
→ NO



地域の人々の健康に責任を持つという公衆衛生看護の理念、使命があるならば、たとえ職位が上がっても、業務分担制であっても、地区活動は実施し続けている。  
変化するのは対象とする「地区」の範囲に過ぎない。



## 5 昨今の保健師が考える地区活動

- 地区活動そのものが目的（地区に入るという行為が目的）
- 地域を知る
- 地域住民との関係構築
- 事業のための手段、方法、事業展開のプロセス
- 地域づくり

↳ 地区の健康課題を解決するための活動

地区活動は包括的な概念  
として使用されている





# 地区活動の定義 1

- 保健師は家庭訪問や健康教育、事業などを通じて地区に出向き、その地区の実態を把握し、地域に根差した保健活動を展開している。これが保健師の地区活動である。

都筑千景. 地域における活動と地域診断. 和泉京子, 他編. 公衆衛生看護学第4版. p221. 中央法規. 2025.

- 地区活動において、保健師は、家庭訪問や健康教育、健康相談、地区住民との協働などの手法を用いて、担当地区に入り込み、地区の伝統や風土（地理的条件、歴史的条件、文化的条件など）と、個々の生活意識や行動を結びつけて活動を展開している。

岩本里織. 地区／小地域（コミュニティ）と健康課題. 佐伯和子責任編集. 公衆衛生看護の方法と技術第2版. P139. 2022.

- 地区活動とは、地域の健康格差を縮小させながら、健康水準の向上をもたらすために、一人ひとりの健康問題を地域社会の健康問題と切り離さずに捉え、個人や環境、地域全体に働きかけ、個別はもちろん、地域の動きを作り出す活動である。

地区活動のあり方とその推進体制に関する検討会. 平成20年度地域保健総合推進事業地区活動のあり方とその推進体制に関する検討会報告書（平成21年3月）.



# 7 地区活動の定義 1

- 保健師は家庭訪問や健康教育、事業などを通じて**地区に出向き**、その地区の実態を把握し、**地域に根差した保健活動を展開**している。これが保健師の地区活動である。

都筑千景. 地域における活動と地域診断. 和泉京子, 他編. 公衆衛生看護学第4版. p221. 中央法規. 2025.

- 地区活動において、保健師は、家庭訪問や健康教育、健康相談、地区住民との**協働などの手法を用いて**、**担当地区に入り込み**、地区の伝統や風土（地理的条件、歴史的条件、文化的条件など）と、**個々の生活意識や行動を結びつけて活動**を展開している。

岩本里織. 地区／小地域（コミュニティ）と健康課題. 佐伯和子責任編集. 公衆衛生看護の方法と技術第2版. P139. 2022.

- ・ 地区・地域に出向く
- ・ 生活の場に足を運ぶ
- ・ 地区の実態／健康課題を把握
- ・ 地域や生活に根差した活動
- ・ 住民との協働



## 地区活動の定義 2

- 地区活動とは、公衆衛生看護の専門職として受け持ち地区の住民の健康を守る活動
  
- 地区活動で目指すもの
  1. 住民の健康意識の向上
  2. 生活共同体における問題解決
  3. ヘルスケア資源の活用と組織化

北山三津子. 地区活動の基本と対象のとらえ方. 宮崎美砂子,他編.  
最新公衆衛生看護学第3版 総論. P108. 2020.

何を志向した地区活動であるかが重要  
ここに保健師の専門性がある

- ・ QOLの向上
- ・ 健康とWell-beingの実現
- ・ ソーシャルキャピタルの向上
- ・ コミュニティエンパワメント向上

地域づくり



# 9 地区活動は難しい?!

- 保健師の不足
- 多岐にわたる業務（業務の変化）  
新しい事業が国からおりてくる  
→ 保健師活動の内容が変化
- 保健師の業務範囲が専門分化・拡大  
→ 住民との接点の希薄化  
→ 住民と向き合う時間の減少  
→ 地域全体を俯瞰し包括的な活動を展開する機能が低下

- ・ 保健師の基礎教育、現任教育
- ・ 人材育成体に向けた課題



## いま、なぜ地区活動の重要性が謳われているのか

- 人口構造、社会情勢の変化
- 住民のつながりの希薄化
- 将来、さらなる人口減少、過疎化の進行
  - ➡ 保健師活動の変革、転換が必要
- 地区活動の実践からのエビデンスが少ない
  - ➡ 職人技として語り継がれる実践
- 地区活動は保健師個人の実践ではなく、自治体保健師としての活動
- 地区活動の経験
  - ➡ 専門職として成長



## 人材育成の観点からの地区活動 →後半でも説明

### ■ 保健師が地区活動を積極的に関わること

仕事の充実感を高める  
地域や住民への愛着と一体感を育む

### ■ 地区活動の経験は専門職としての成長、やりがいにつながる

住民との対話、信頼の構築  
一緒に悩み、考え、解決につなげる

### ■ 保健師としての専門性が深まる

### ■ 地区活動は保健師自身を育てる実践、経験

保健師の職業的アイデンティティの形成  
にも肯定的な影響



## 2. プライマリヘルスケアと地区活動



## プライマリヘルスケア 1 (アルマ・アタ宣言, 1978年)

理念：すべての人々に健康を  
(健康を基本的な人権として明言)

科学的に有効で社会的に受け入れられる実際的な手段と技術に基づいた、欠くことのできないヘルスケアである。

これは自助と自決の精神に則り、地域社会 (Community) または国家が開発の程度に応じて負担可能な費用の範囲内で、地域社会の個人や家族の全面的な参加があってはじめて広く受け入れられるものである。

科学的根拠に基づく効果

住民の主体的参加と自己決定の保障

地域社会や国が負担できる費用での実施

公平なアクセスと社会的受容性

# プライマリヘルスケア 2 (アスタナ宣言, 2018年)

## WHOの現在のとらえ方1

プライマリヘルスケア (PHC) をユニバーサル・ヘルス・カバレッジ (UHC) 達成の中核と位置づけ、SDGsとの連動を明確化

### 1. 健康に関する大胆な政治的選択

政府が健康を守る主体的役割を果たし、さまざまな分野の政策に「健康の視点」を取り入れて社会的決定要因に取り組むこと、地域社会をエンパワメントし、関係者全体で連携する。

### 2. 持続可能なPHCシステムの構築

PHCへの投資を通じてヘルスシステムを強化する。  
疾病予防と健康増進を最優先とし、包括的な予防・増進・治療・リハビリテーションサービスおよび緩和ケアを通じて、生涯にわたる全ての人の健康ニーズを満たすことを目指す。  
PHCは包括的なサービスを提供する。



## プライマリヘルスケア 2 (アスタナ宣言, 2018年)

### 3. 知識・人材・技術・財政への投資

科学のおよび地域に根ざした知識の活用、PHCで働く人材育成と適切な待遇、質の高い医薬品やデジタル技術へのアクセス拡大、PHCへの財政投資と効率的な資源配分が成功の鍵。

### 4. 個人とコミュニティのエンパワメント

人々やコミュニティが健康政策や計画策定に参加し、自らの健康を守るための知識やスキルを身に付けること、そして保健分野の説明責任を高める。また、すべての関係者が国家政策に沿って協力し、PHC強化に向けて連帯する。

WHO. Declaration of Astana. <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-HIS-SDS-2018.61>



## プライマリヘルスケア 2 (アスタナ宣言, 2018年)

### WHOの現在のとらえ方2

PHCを「社会全体のアプローチ」と位置づけ、国の保健医療システムを強化し、地域社会に健康・福祉サービスを届ける枠組みとして3つの柱を提示

- 生涯を通じて人々の健康ニーズを満たす統合された医療サービス
- 多部門にわたる政策と行動を通じて、健康の社会的決定要因に対処
- 個人・家族・コミュニティが自ら健康管理できるようにすること

WHO. Primary health care. [https://www.who.int/health-topics/primary-health-care#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/primary-health-care#tab=tab_1)



# プライマリヘルスケアはなぜ重要か

## 1. ユニバーサル・ヘルス・カバレッジを実現

UHCの中核：PHCなくしてUHC達成は不可能

### 1) 格差是正と費用対効果

PHCは社会的不平等や地域格差を縮小し、包括的で費用対効果の高い方法

### 2) 予防と健康増進の重視

住民や多分野の協働

## 2. コミュニティ志向のサービス

医療だけでなく、地域の暮らしや社会的課題に焦点

## 3. デジタルヘルスとの融合

遠隔医療、健康アプリ、データ活用によるPHCの強化



# いま、改めてプライマリヘルスケア

## 1. 社会環境の変化

- 高齢化・慢性疾患の増加
- 孤立や健康格差の拡大
- 災害や感染症の頻発

## 2. 国際目標との接続

- SDGs（特に目標3「すべての人に健康と福祉を」）
- UHC達成の要としてPHCが再評価

## 3. 医療提供体制の持続可能性

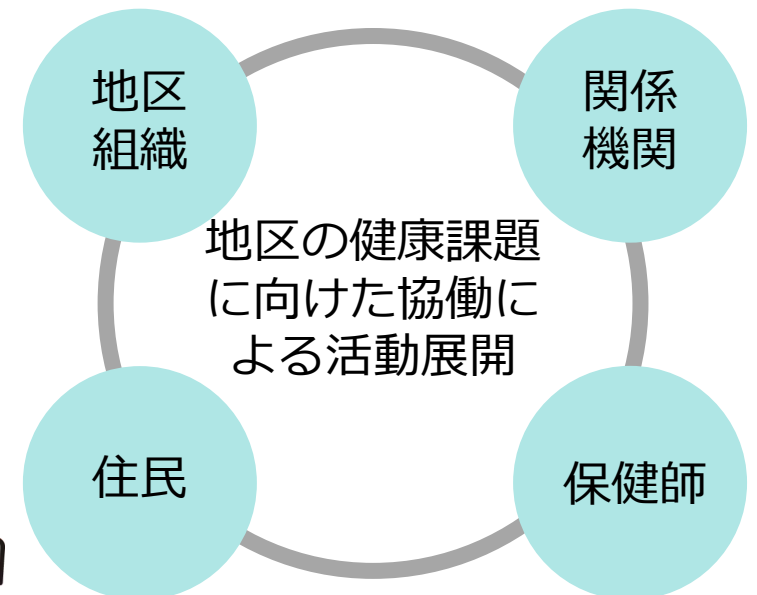
- 病院中心型から地域・在宅中心型へのシフト
- 医療費抑制と質の両立の必要性



# プライマリヘルスケアと地区活動の比較

PHC	地区活動
<ul style="list-style-type: none"> <li>健康はすべての人の権利であり、地域に根ざした包括的・継続的・公平なサービス提供が必要</li> <li>住民参加・多職種連携・予防重視・地域資源活用を重視</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健師が担当地区を持ち、そこに暮らす住民の健康課題を把握し、予防から生活支援まで包括的に関わる</li> <li>地区アセスメントをもとに、住民・関係機関と協働して健康づくりや課題解決を進める</li> </ul>

いずれも「地域（地区）単位で健康を守る」ことを根幹に置き、住民参加・包括性・継続性を重視する点で一致





# プライマリヘルスケアの5原則

原則	説明	保健師の地区活動にあわせると…
住民のニーズに基づく方策	住民のニーズに基づいていること	保健統計、KDB等の各種データを活用し、住民の声などの質的データを加えて、地区の健康課題を抽出し、適切な支援を計画・実施する。
住民参加	ヘルスケアのすべてのプロセスに住民が主体的に参加すること	地区組織や自治会、住民ボランティア、関係機関との協働を通じて、地区の健康課題解決に向けた取り組みを行う。 住民が自己決定し、主体的に参加できるようコミュニティエンパワメントの向上を目指す。 住民が計画・実施、評価に関わる。



## プライマリヘルスケアの5原則

原則	説明	保健師の地区活動にあわせると…
地域資源の有効活用	地域の資源を有効に活用すること	地区にある社会資源（学校、老人クラブ、NPO、民間サービス）と連携しながら、重複を避けた効率的な支援体系を構築する。限られた公費や資源を有効に活用し、住民が経済的負担なく必要なサービスを受けられるようにする。
他分野との協働、統合	他分野と連携、協働し統合した活動を展開すること	自治体の各課、関係機関と連携・協働し、健康に関する取り組み実施する。
適正技術の使用	<ul style="list-style-type: none"> <li>科学的に妥当で効果が示されていること</li> <li>地域の実情にあったもの</li> <li>地域住民に受け入れやすいこと</li> </ul>	エビデンスに基づいた支援展開、地域の文化や資源に合わせた実践



# プライマリヘルスケアと 地区活動の実践における相互作用

## 1. PHCの理念を現場で展開するのが保健師の地区活動

- **包括的ケアの具体化**

例：地域包括ケアシステムにおける高齢者の健康維持・増進  
生活支援

- **健康格差是正に向けた実践**

例：独居高齢者や生活困窮世帯へのアウトリーチ

## 2. 地区活動の成果がPHC全体の評価につながる

- 健康指標の改善（平均寿命、生活習慣病罹患率、予防接種率等）
- 住民の自己効力感やソーシャルキャピタルの向上

## 3. 理念と実践の相互作用

- PHCの枠組みが地区活動を方向付ける
  - 地区活動の実践がPHCに寄与する
- ➡ PHCの理念と地区活動は相互に補完し合い、循環的に発展



### 3. 地区活動は保健師を育てる

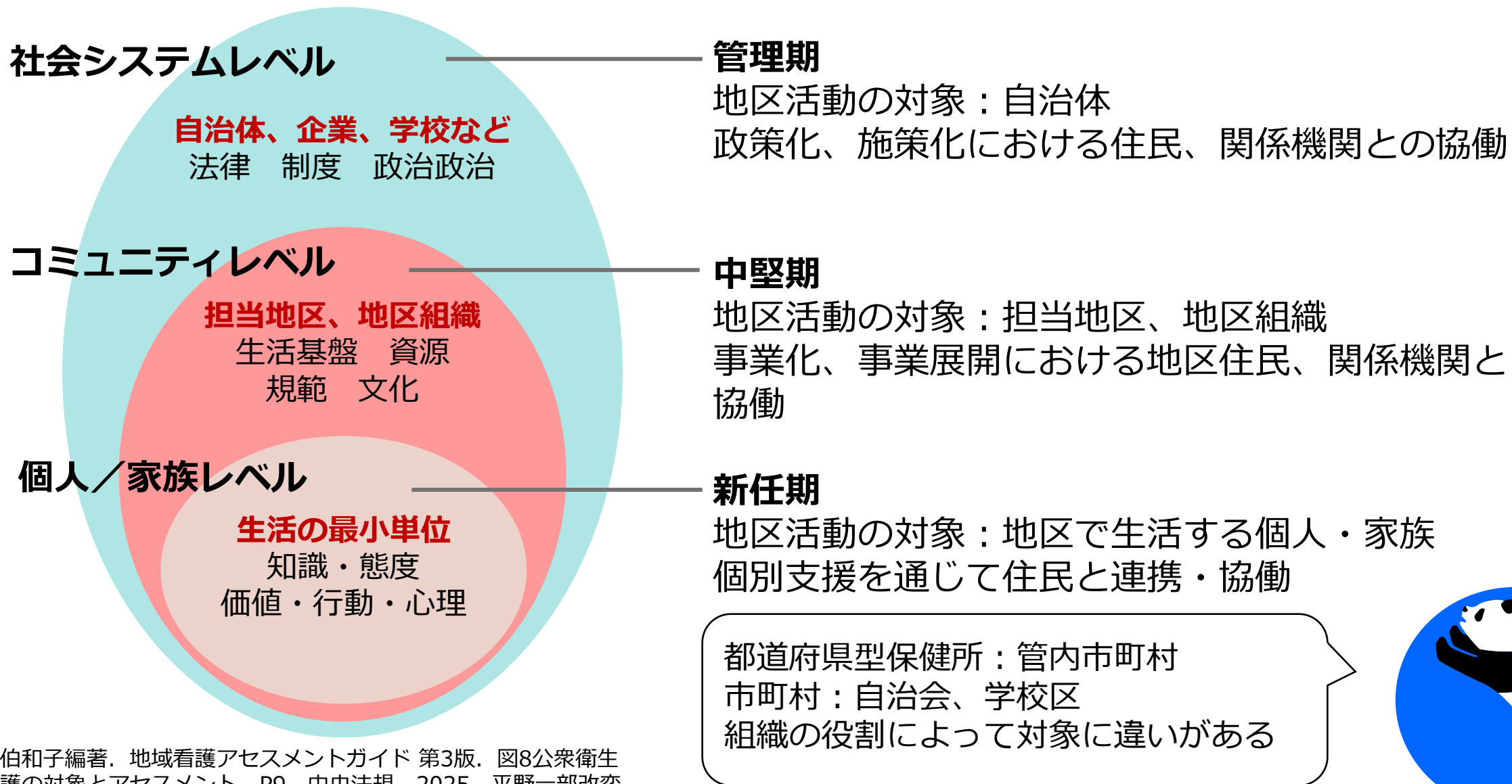


## 地区活動の目的

---

- 地域に住む住民の健康とWell-beingの実現
- プロセス全体が地区活動

# 地区活動の対象





## 地区活動の方法 1

- 地域全体の健康課題の解決、住民や多機関と関係をつないでいく
- 地域に深く根差した活動
- 特定のエリアを基盤に、住民が主体に活動できるよう支援
- 担当地区を俯瞰し、地域づくりへの視点と意識をもつ

### 地域づくり

- ・ 住民の生活と健康を守る
- ・ 住民一人ひとりが、その人らしく暮らせる地域をつくる
- ・ 住民の主体的な関わりと持続可能な展開



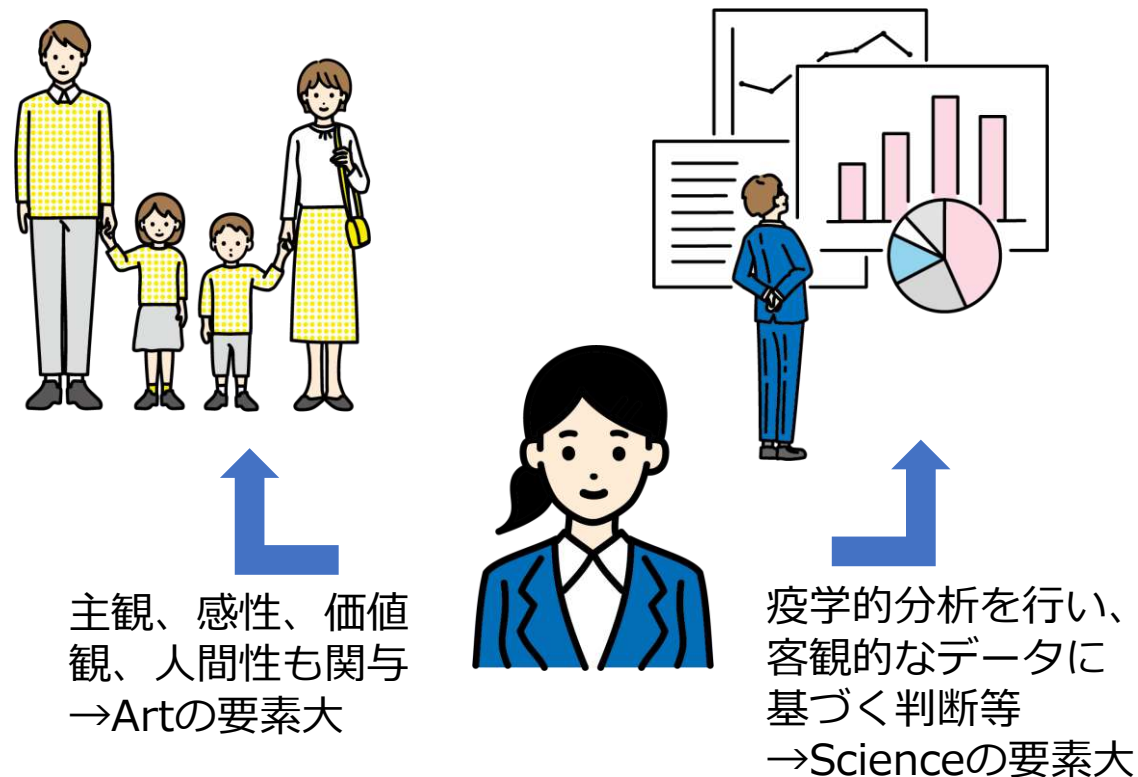


## 地区活動の方法 2

公衆衛生看護の目的である社会的公正の規範に基づき、人権が保障（尊重）され、すべての人々が健康で安全な生活が送れることを目指して、その実現に向けて行われる公衆衛生看護の実践活動のための目的的で意図的な行為である。



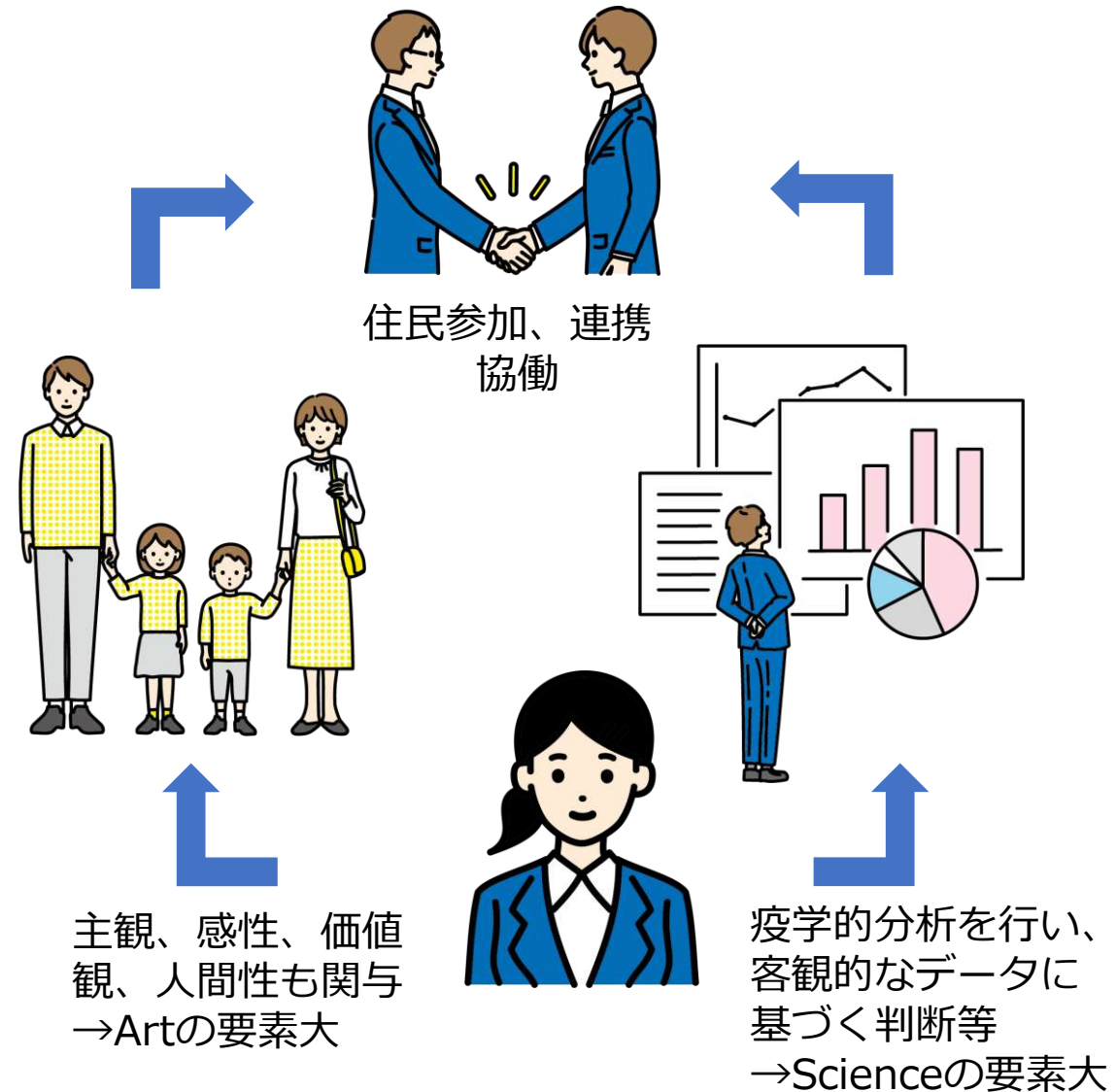
図 1-2 公衆衛生看護の目的、技術、活動





## 地区活動の方法 3

- 地区を知る、そこに暮らす人々たちを知る・理解する
- 地区で生じている現象をとらえる
- 健康課題解決に向けた意思をもつ
- 住民や関係者と協働する
- コミュニティエンパワメントを育む、促進する



# 地区アセスメント

## 地区活動のためのベースとなる アセスメント（項目の一例）

- 地区の理念や目的
- 歴史
- 自然・地理的環境
- 住民の構成
- 健康状態とくらし
- 人びとの意識や社会関係
- 地区内の主要な人と組織
- 地区の人が活用する主要な健康関連の施設や機関





# 地区活動の展開

## 1. 地区活動を構成する活動内容

- ・住民とのつながりを求める活動
- ・地域／地区の特性を考えた活動
- ・地域／地区という単位を意識した活動

## 2. 地区活動による地域／住民に対する保健師の認識

- ・保健師としての充実感
- ・地域／住民への愛着
- ・地域／住民の一体感

## 3. 地区活動を支える組織環境

- ・組織の方針の明確さ
- ・地域／地区に関する情報共有の機会の確保



## 地区活動と保健師の職業的アイデンティティの形成

- 保健師として一定の自信が形成された地点  
「個から集団、地域へと地区活動を発展させる」経験
  - 職業的アイデンティティの形成には、ロールモデルとの出会いと  
**地区活動の発展**が関連
  - 心が揺さぶられる経験が原動力となり、地区活動を発展させ  
実践力へとつながる
- 地区活動は職業的アイデンティティの形成に影響
  - 新任期に十分な地区活動の経験が職業的アイデンティティ形成に影響

小路浩子. 市町村保健師の職業的アイデンティティの形成プロセスと影響要因. 日本地域看護学会誌23 (2) . 12-20. 2020

保健師の専門性を実感し、それを活かした経験は職業的アイデンティティの形成につながる。また、住民とともに展開した活動は、大切な経験、知識、能力として蓄積され、保健師としての自分を描いていく基盤となる。





## 4. 管理期の皆様へ

# 統括保健師に求められる専門的・行政的管理能力の獲得・向上のために積み重ねていく必要のある経験



- 管理期になる前からの住民の健康課題・生活課題の可視化や言語化を図る
- 事業・施策の評価等による根拠に基づく事業・施策の展開と住民・関係者への説明
- 挑戦的であるが現実的な課題（住民の健康課題・生活課題）に関わる仕事
- 他職種・他部署・他機関の人々とのディスカッション

など



## 地域のケアの質保証と地区活動の連動

- 組織横断的な調整、交渉
- 保健活動を総合的に推進
- 推進している過程とアウトカムの可視化→ぜひ
- 先を見据えた取り組み、これからのに向けた変革→ぜひ

- ・ 若い人たちの意見に耳を傾け、ともに変革していく
- ・ 自分の価値観や考えに固執し、若い人の考えや活動を妨げていないかを省みる



# まとめ



## まとめ

### ■ 地区活動はプライマリヘルスケアの理念を体現する実践

- ・ 住民参加、公平性、包括性を日々の現場で形にしている

### ■ 地区活動は保健師自身を育てる

- ・ 住民とともに歩んだ経験が、保健師としての専門性を深め  
職業的アイデンティティを育む

### ■ 管理期の地区活動は「施策、政策への反映」「人材育成」の観点も踏まえる

### ■ これからに向けて

- ・ 地域に出て、住民とつながり、関係を大切にする
- ・ 保健師一人ひとりの実践が、PHCと地区活動を支え、  
地域の健康を築いていく力になる



## 今回の講演を通じて伝えたいメッセージ

- **地域に出ていくことから始める** (時間がないのではなく、時間をつくる)
  - ・ 住民と出会い、顔を見せ、暮らしぶりを見聞きする
  - ・ 地区活動は保健師が地域に足を運び、住民とつながることから始まる
- **事例への支援は真摯に、そして丁寧に**  
個別支援を通して、地区の特性や地区の健康課題をとらえる
- **保健師活動で出会う住民との関係性を大切にする**  
住民の思いや生活を知ると同時に、関係も築いていく
- **管理期に求められる視点**  
組織や世代を越えて協働し、未来への変革を支える
- **最後に：共に学び合い、力を合わせて、保健師活動を考え、未来の地域を創っていきましょう！**