

# 地域における保健活動の実践 に向けた体制づくり



長野県松本市保健所  
健康づくり課 落合美保

The Sustainable Healthy City, Matsumoto

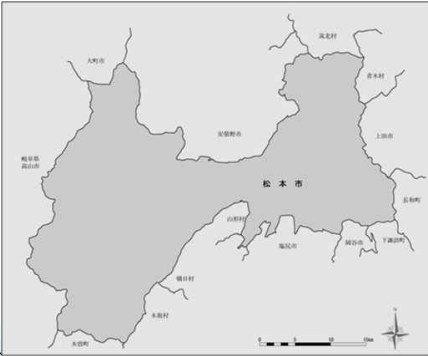


1

## 1 松本市の概要



東西52.2km 南北41.3キロメートル  
面積 978.47Km<sup>2</sup> (県内1位 全国23位)  
標高 592.21m(基準値・松本市役所)



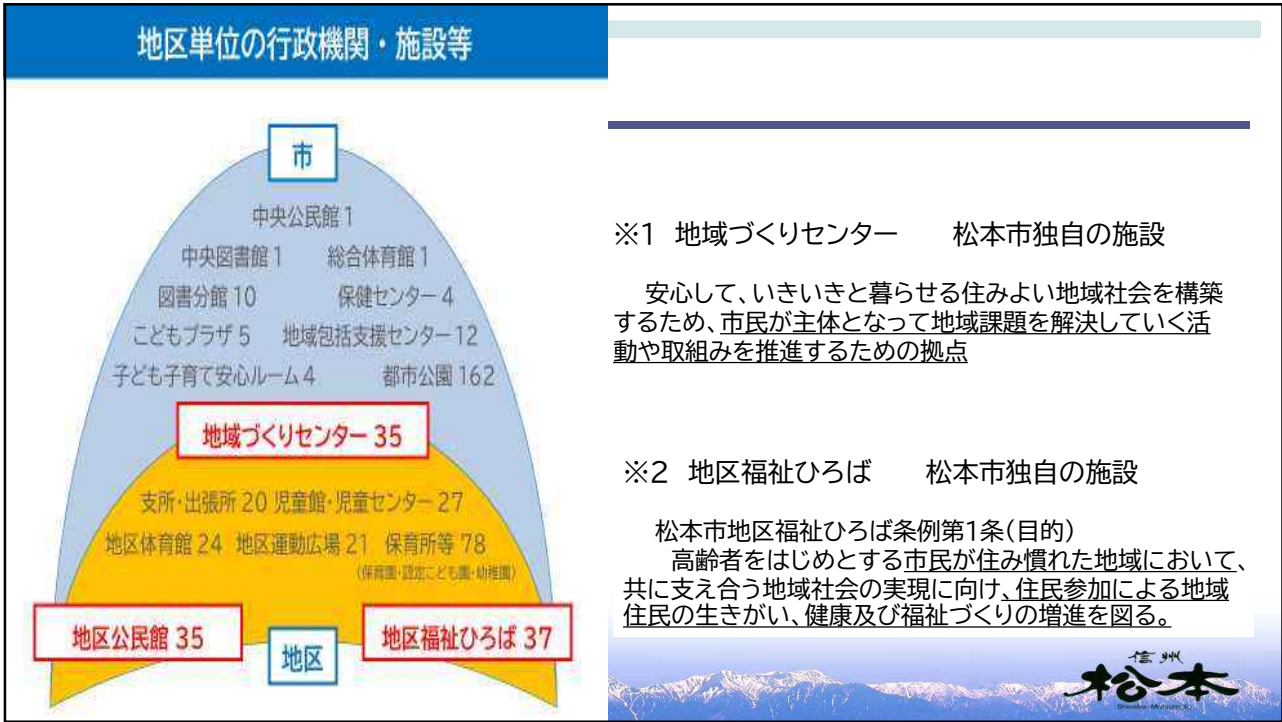
The Sustainable Healthy City, Matsumoto



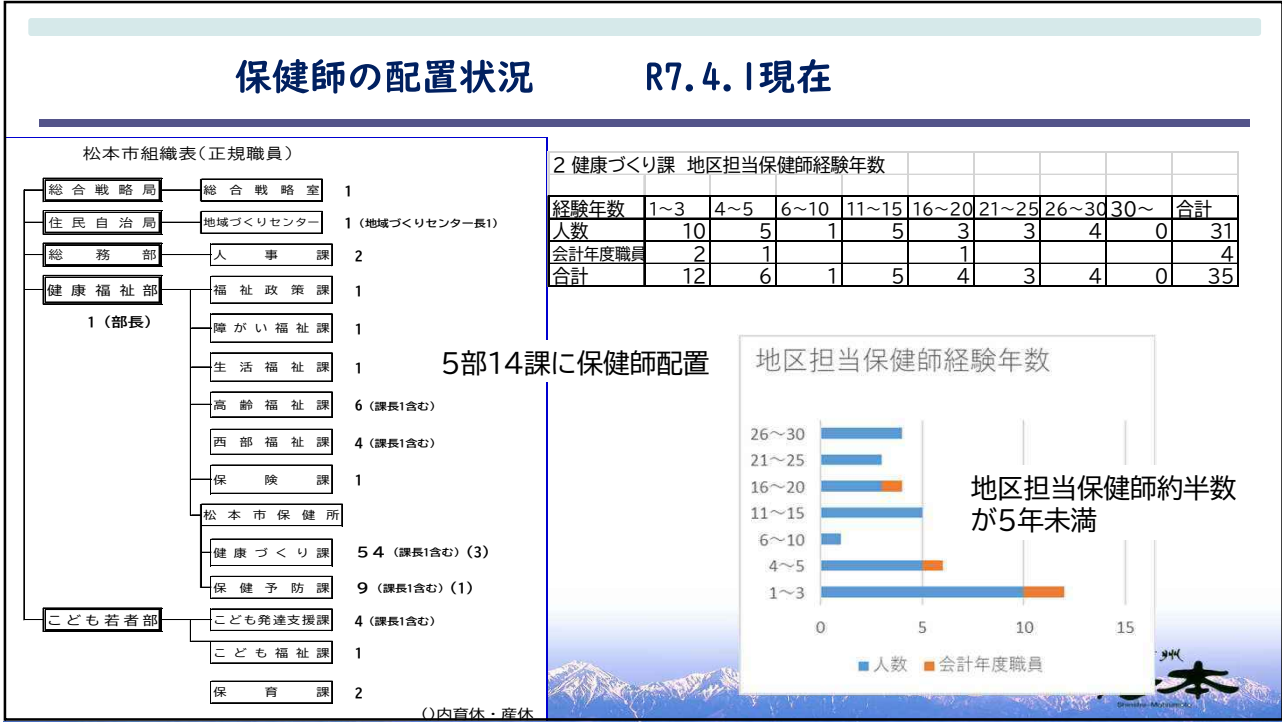
2

3

4



5



6

## 2 目的

---

地区を拠点とした保健活動の充実や、地区担当職員との連携強化をはかるため、地区担当保健師の地区駐在化を進め、住民により身近な地区で保健活動を行うための体制づくり

7

## 3 経過

---

- R3. 4. 1 35地区のうち4地区で保健師の地区駐在化を実施。活動の拠点を保健センターから地域づくりセンター（支所出張所機能、公民館等の複合施設）へ移行。  
新型コロナウイルス感染症対応のため、地区を拠点とした保健活動を推進する時間が十分に確保できず、地区課題の抽出実施
- R4. 4. 1 5地区の保健師の地区駐在開始 保健センター業務の見直し実施
- R5. 4. 1 8地区で実施
- R5. 10～R6. 3 22地区で保健師の地区駐在化開始 体制整備 健康づくり課業務の見直し実施
- R6. 4から 本格稼働

8

## 4 体制づくり

---

- (1) 環境整備
- (2) エリア体制の構築
- (3) 地区診断に基づくPDCAサイクルによる地区事業の実施

9

### 4－(1) 環境整備

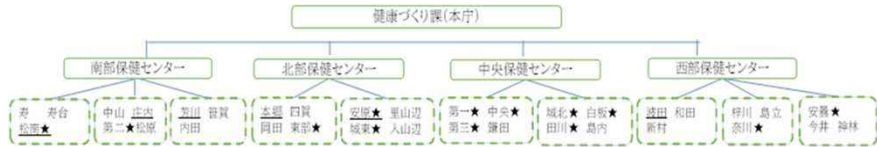
---

- ① 机 パソコン 相談室 個人情報保護のためのキャビネットの確認
- ② 乳幼児体重計等の備品整備（公用車 電動自転車の検討）
- ③ 相談電話の検討 健康管理システムの配置
- ④ 地域づくりセンターとの調整（兼務辞令の検討）

10

## 4ー(2) エリア体制の構築

- ① 目的 地区担当保健師が、経験や担当地区の規模等にかかわらず、不安なく地区活動ができるように、保健師間の連携・応援体制を構築し、保健師の人材育成と市民サービスの向上を図ることを目的とする。



② エリアの機能

- a 応援体制（ケース・がん検診・乳幼児健診・一体化事業など）
- b 人材育成（地区健康課題の検討・事例検討・ケース対応相談など）
- c 事業協力（育児学級・フレイル予防対策など）
- d 情報共有（各地区の活動目標・啓発資料・地区活動アイデア・ケースの共有など）

11

## 4ー(2) エリア体制の構築

③ 内容

- a エリア会 月1回程度
- b エリアリーダー長会（必要時）R 5年度は2回実施
- c 地区担当職員はエリア会以外でも日々の情報共有、相談を意識して行う。

④ エリアリーダーの役割

- a エリアリーダーはエリア会を開催し、エリア内の日々の情報共有  
新人等の育成を行い、必要時センター長等と連携をとる。
- b 必要時エリアリーダー長会を開催し、エリアごとの取り組みと課題の共有  
や、エリアを超えた連携、応援体制の調整、人材育成についての検討を行う。

12

## 4ー(3) 地区診断に基づくPDCAサイクルによる地区事業の実施

---

- ① 全地区で地区診断書を作成し、それに基づく地区活動を展開
- ② 全体会での事例の共有(年1回)
  - 保健センターから1地区ずつ4地区の活動報告
  - 保健所長による講評

13

---

## 4ー(3) 地区診断に基づくPDCA サイクルによる地区事業の一事例

14

## A地区の特徴

- ・人口:7,335人(35地区中8番目)
- ・高齢化率:27.0%(松本市 28.5%)  
(R5.10.1)



- ・7町会
- ・出生数:82人 35地区中5番目(令和4年度)
- ・健康づくり推進員会が残っている

※ 健康づくり推進員:自ら健康について学び、地域の保健活動を推進するために活躍する団体

15

## KDBの結果から(有所見率)

- 血圧:9.0%(市内3位)
- メタボ予備軍:12.8%(市内6位)
- 血糖・血圧:3.1%(市内8位)
- 脂質:3.1%(市内10位)
- 咀嚼かみにくい:18.2%(市全体17.2%)
- 食事速度速い:32.9%(市全体31.4%)



(R3年度)

16



## PDCA 課題1

地区の健康課題は、  
生活習慣病の人が多い  
がんにかかる人が多い  
噛みにくい、食事速度が速い人が多い  
保健指導を受ける人少ない 等

課題解決に向けた取り組みを、考える必要がある

17

## P(計画)

### 【目標】

- ①健康づくり推進員が、自分の健康課題・地区の健康課題を知る
- ②健康づくり推進員会の活動を通して、地区の健康課題解決に向けた取り組みを行い、住民へ周知・啓発をする

18

## D(実施したこと)

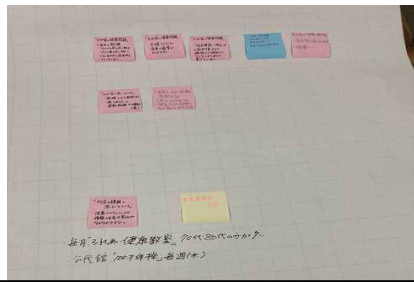
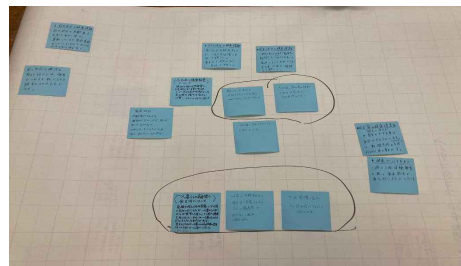
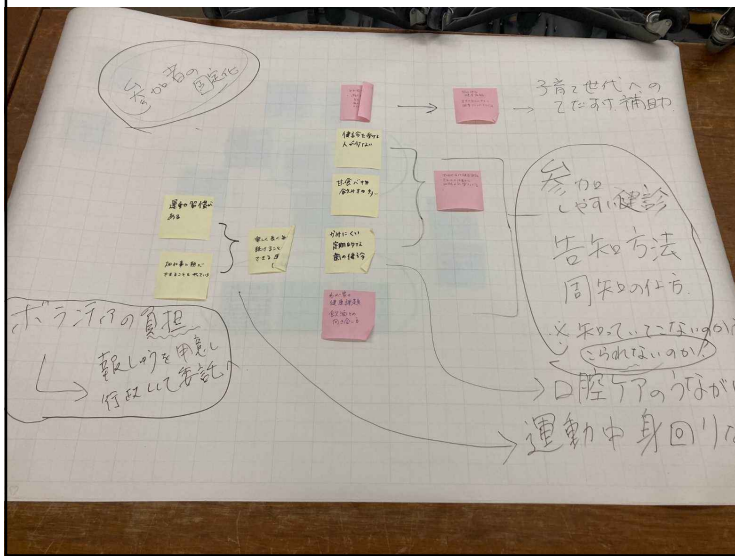
- ・保健師から地区の健康課題について健康づくり推進員と共有
- ・「自分・我が家の健康問題」、「地区の健康問題」についてのグループワーク

健康講座の内容決定

19

## グループワーク

「自分・我が家の健康問題」、「地区の健康問題」について



20

## 9月5日 健康講座開催

### 演題:「口から始まる健康づくり」

内容:乳幼児・高齢者の日々の口腔ケアについて、災害時の口腔ケア  
講師:歯科医師(外部)

一般参加:10名

当日、口腔ケアグッズの紹介もしました！



#### 推進員から参加した感想

口腔ケアというと「歯磨き」のことが思い浮かぶが、  
口腔内の乾燥を防ぐ「唾液の分泌」も重要となることを学んだ

21

## 1月18日 健康運動講座開催



### 演題 「いくつになっても、好きなことが続けられる 元気な身体を目指しませんか？」

内容:講話・実技(フレイル予防・災害時の健康維持について)

講師:健康運動指導士(外部)

一般参加:15名

災害時に、限られた  
スペースでできる運動も、  
教えていただきました



22

# 地区への発信

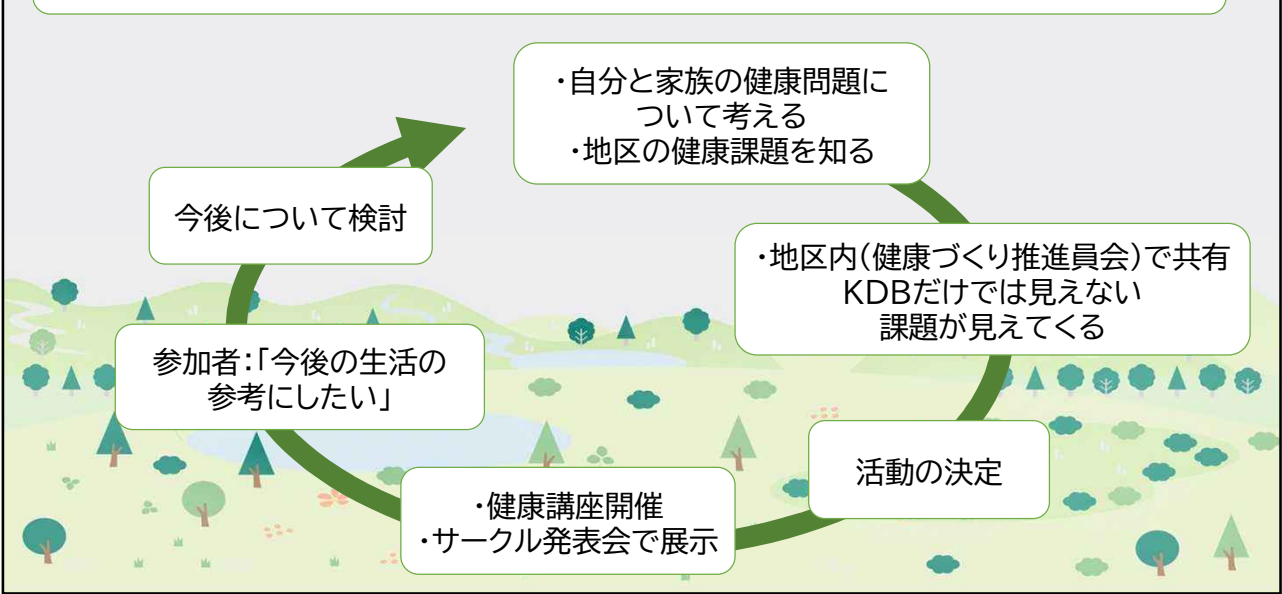
2月3・4日 新春サークル発表会



推進員が握力測定を  
しています

23

## C(評価・振り返り) A(課題・今後の方針)



24

## 健康づくり推進員終了後アンケート結果(全10人)

### 【印象に残った活動】

健康講座 7人  
新春サークル発表会 2人  
みんなで協力してできた 1人

### 【学んだことの活用】

自分の生活に取り入れる 10人  
家族・地域の人に伝えたい 6人  
(重複あり)

### 【推進員を終えての感想】

推進員活動を通じて知らない人と知り合えたことが良かった。  
最初は、意義があるのか疑問だったが、参加して本当に良かった。楽しかった。  
健康の大切さを実感できた。地区の人にありがたいと言ってもらえた。

25

## 5 成果と課題

### 《成果》

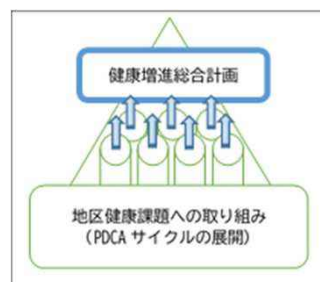
- ① 地区への責任感が持てるようになった。
- ② 地区担当職員(地域づくりセンター 公民館 福祉ひろば 児童センターなど)と連携した保健活動の推進
- ③ DXの活用(庁内情報システムによるスケジュール把握 健康管理システムの増設 )
- ④ 相談先が明確化し、事例検討や他地区との協力体制がとれるようになった。
- ⑤ 新人育成において、メンターだけでなく、ともに学びあう体制が取れた。

26



≪成果≫

- ⑥ 保健師自身が目的を明確にして地区活動をすることができるようになった。
- ⑦ 保健師の思いを他職員や地区住民に理解してもらうためのツールとなり、協力を得やすくなった。
- ⑧ 地区担当が変わった地区においても、前任者の意図を理解し引き継ぐことができた。
- ⑨ 各地区の健康課題の解決に向けた地区活動は、健康増進総合計画に掲げた市全体の健康課題の解決につながるべきものであることを再認識



27

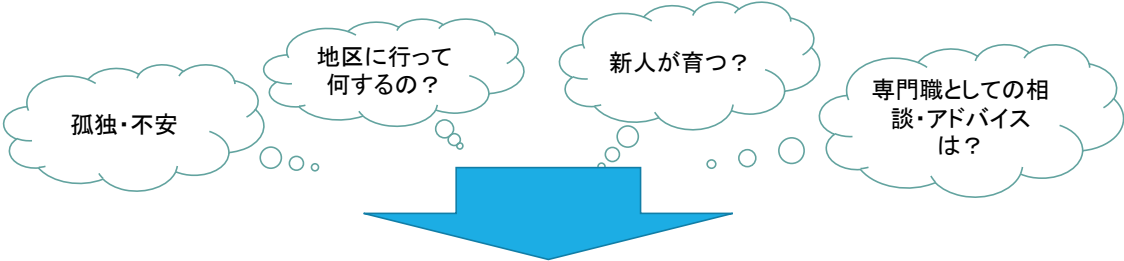
≪課題≫

- ① 地域ではプライバシーの保護や個人情報保護等の観点から、ケース対応が困難
- ② 移動時間・移動手段
- ③ 更なる業務の見直しの必要性→業務整理
- ④ 業務リーダーやエリアリーダーをもつ中堅職員の疲弊がうかがえた。→階層別研修
- ⑤ 保健師の力量形成が必須

28

## 6 まとめ

保健師の地区駐在化の推進に当たり、



保健師の活動の拠点は変わっても、  
保健師がすべきことはかわらない！

29

ご清聴ありがとうございました。



The Sustainable Healthy City, Matsumoto

信州  
松本  
MATSUMOTO

30