

全国 保健師長会 だより

ワークショップ
(2025年12月14日開催)

「保健師活動がワンパター
ンになっていませんか？
視点を変えてみよう！」
「住民の健康意識が高まる
まちづくりを目指して」

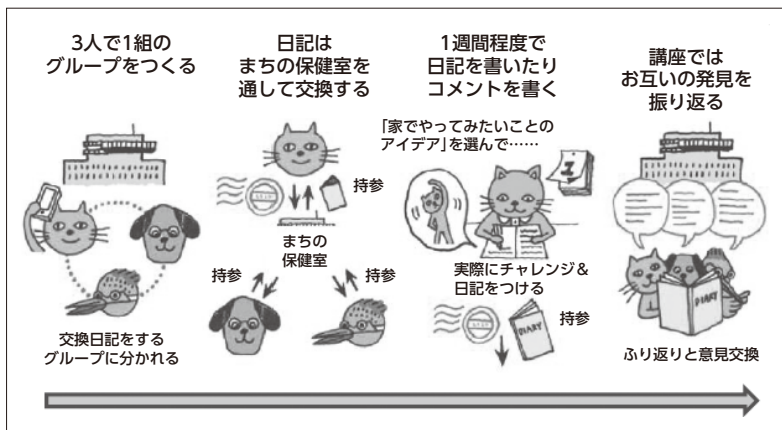
今回のワークショップの企画に際しては、保健師の人材育成や人材確保に悩む声、若い保健師との関わり方に悩む声などがあり、この解決方法に参加者と共に考えることも検討しましたが、全国保健師長会の活動テーマ「未来を見据えた公衆衛生看護活動の展開」を踏まえ、保健師活動の新たな視点をテーマとすることとしました。

現在、超高齢社会や人口減少が進行する中で、地域住民が主体的に健康づくりに関わることの重要

関係機関と連携して始めた取り組みなので、いろいろな方が参加できた点がこのような効果となっています。

さらに、これまで保健師活動は、公民館や会議室での教室・事業が中心でしたが、「交換日記」という新たなツールを取り入れ、少し視点を変えることで、今まで参加しなかった方が参加しやすい形となり、住民が主体的に関わる住民参加型

図 三重県名張市「住民同士の交換日記(ダイアリー)事業」の流れ



第14回日本公衆衛生看護学会学術集会における 全国保健師長会ワークショップ(令和7年度)の報告

令和7年度全国保健師長会学会・学術に関する委員会委員長／石川県野々市市健康福祉部福祉総務課 古谷 亜希子

性がいつそう高まっています。また、孤立の防止や多様な住民同士が支え合う「地域共生社会」の実現が求められ、保健師にはその推進役が期待されています。そのため、住民参加型の健康づくりに「コミュニ

ニティーデザイン」の手法を取り入れた実践事例を共有しながら、これまでの保健師活動を振り返るとともに、新たな視点を取り入れる機会にしたいと考えました。さらに、地域共生社会を支える仕組みづくりや多職種との連携の在り方について、参加者同士が対話を通じて考えを深める場にしたいたいと考えました。

講師を依頼した西上ありさ氏は、コミュニティデザイナーとして、全国各地で地域の課題をそこに住む人たちが解決するためのコミュニティデザイナーの実践に取り組

んでいます。このコミュニティデザインの手法は、ワークショップの目的である「住民参加型の健康づくり」に生かすことができるものであるといわれています。

三重県名張市の事例

西上氏が紹介した三重県名張市では、人口減少や高齢化が進む中、2021年度から2023年度にかけて、地域包括支援センターを中心に、危機管理課、秘書課、市立病院など幅広い関係機関が連携して、地域共生社会の実現に向けた取り組みを進めてきました。その一つとして実施されているのが、「住民同士の交換日記(ダイアリー)事業」です。これは社会的処方を手掛かりとした取り組みで、交換日記を通じて地域の情報や住民の思いを共有していくものです。3

の取り組みへと発展している点が特徴的でした。

質疑応答

この取り組みの紹介後、参加者からはさまざまな質問が寄せられました。交換日記に参加したメンバーは、老若男女を問わず幅広い年代にわたっていることから、「どのように事業を周知したら、こんなにいろいろな方が参加されますか？」と質問しました。西上氏は「役所らしさを感じさせない親しみやすいチラシを作成したことで、いろいろな人の目に留まったと思う」と回答したほか、「庁内のさまざまな部署に周知し、参加につながるよう紹介してもらった」とのことでした。私たちが普段の教室等で使用しているチラシとはずいぶん違う印象があり、このような工夫も効果的であることが分かりました。

また、「この手法はヘルス事業にも活用できるのですか？」という質問に対して、「交換日記を通じて、市民は何に関心が高いのかを調べたところ、多い項目として『食べ物』『食べ方』『運動』といった傾向が見えてきたことから、健康づくり分

野にも効果的に活用できる」との回答がありました。

このワークショップでは、取り組み事例を学ぶだけでなく、肯定的なコミュニケーションを実際体験する機会もありました。その中で、住民の行動変容を促すには「指導」することよりも、相手を認め、肯定する関わりの方が効果的であることに気付かされました。また、関わる住民一人一人の「マイクロハピネス(小さな幸せ)」を見つけることで、その人との関わり方や向き合い方が変わっていくことも体験的に学ぶことができました。

まとめ

全体を通しての感想には、「健康づくりの視点で教室や事業等の企画を考えがちだが、住民にとって関心のある内容やマイクロハピネスを見つけるなど、住民視点で事業化していきたい」「前向きになれた」「凝り固まった保健師活動への考えが変わった」「新しい視点でワクワクした」「明るい気持ちになれた」などが寄せられました。

今回のワークショップは、参加者がそれぞれの地域課題や現場の

人1組でグループをつくり、まちの保健室を通して交換され、1週間程度で日記を書いたりコメントを書いたりしていきます(図)。

この取り組みは大きく二つの効果があります。一つは参加者が書く情報の中から、地域支援に生かせる資源を収集できることです。公的な資源ではなく生きた地域資源が集まってきます。この資源や情報をしっかりと分析することで、「住民はどんなことに興味があるのか」「どんなことを楽しんでいるのか」など、社会的処方の種を見つけています。この種を今後の支援に生かしていくのです。もう一つは、交換日記をきっかけに人と人のつながりが生まれ、ひきこもり予防や就労支援などにもつながっている点です。自宅にいないからできるということや、幅広い

実情を踏まえながら、明日からの業務に生かせるヒントを得ること、そして、保健師としてのやりがいや活力を改めて感じる機会となることを目指して開催しました。悪天候や帰路の交通機関の都合等の影響からか、参加者が34名と少なかったのは残念ですが、アンケートの回答からも、コミュニティデザインの手法を共有できたことで、参加者が新たな気付きや学びを得て、今後の活動への意欲につながった様子がうかがえ、目的に沿った有意義な機会となったと感じています。



ワークショップ風景