



みつば会通信

2019年
6月
第24号

長崎県在宅保健事業みつば会



❖ 長崎県在宅保健事業みつば会会長 木下 美智子(保健師) ❖

会員の皆様、ご健勝でご活躍のことと思います。会員の皆様と国保連合会事務局の皆様のご協力をいただき、ここにみつば会通信 24号をお届けいたします。会員は現在65人です。活動は総会1回、役員会2か月に1回でみつば会の活動や方向性を話し合っています。活動内容については、国保連合会が事前にアンケートをとって市町の希望を聞いています。内容は「健康劇」、「健康づくり講座」、「サロン支援」、「紙芝居」です。

2月に波佐見町において健康劇「尿漏れよ！さようなら」をして来ました。シナリオは会員のオリジナルです。保健師と看護師の扮する同級生2人のやり取りに会場が頷いたり、笑いが生じたりで、最後はパネルにより腹圧性尿失禁の説明と骨盤底筋体操を食生活改善推進員も一緒に体操しました。受講者は身近なテーマのためか、熱心に聞いてくださり、「骨盤底筋体操」にも力が入りました。また食改さんが作られた「バランスのいい食事」の試食までして波佐見町を後にしました。

この支援を通じて感じたこと、学んだことは、劇の練習を通して①会員同士一層知り合えた事②練習によって健康劇の質も高められた事③私たち会員それぞれがいろいろな経験をしてきているため、健康劇の細かな演出ができること(それが見てくれている人を劇に引き込んでいること)で、2月に波佐見町において実施した健康劇「尿漏れよ！さようなら」は私たちみつば会の力を結集して、食改の方たちに働きかけたと思います。会員はいろんな力や能力を持っていると実感出来ました。私たちみつば会は4職種(保健師、看護師、栄養士、歯科衛生士)のため、より深く市町民の希望に沿って活動できると実感できました。また会員の能力や魅力をより知ることになりました。

今年1月末の都道府県在宅保健師等全国連絡会において私が特に感じたことは健康寿命の延伸、保健事業や介護予防、社会参加などの必要のため、私たち在宅保健師等会に求められることがまだまだあるのでそれに答えていくことが必要だと考えます。

ごあいさつ

❖ 長崎県国民健康保険団体連合会事務局長 中村 哲也 ❖

このたび、事務局長に就任いたしました中村哲也でございます。どうぞ宜しくお願いいたします。長崎県在宅保健事業みつば会におかれましては木下会長をはじめ、会員皆様がそれぞれの専門性を活かし、力を合わせて、住民の健康の保持・増進のために、市町保険者の健康づくり活動に積極的に取り組んでいただいておりますことに敬意を表する次第でございます。昨年度は、4市町において、延べ9回の市町支援を滞りなく実施していただき、また、長崎県立大学院生と共同で紙芝居作成に取り組まれ、支援事業の中で大変好評であると聞いております。お忙しい中、万障繰り合わせてご協力いただいておりますことに心より感謝申し上げます。

さて、「令和」という新しい時代を迎えました。「人々が美しく心を寄せ合う中で文化が生まれ育つ」という意味がこめられており、4つの専門職が集まるみつば会活動にも、まさにあてはまる時代だと感じております。皆様が集まり、お互いの心、アイデアを重ね合わせることで事業が生まれ、互いに学びを深めることで、その事業をより良いものに育て、地域住民と一緒に楽しみながら地域の健康づくりを支えていただきたいと思います。

末尾になりますが、皆様のご健勝、ご多幸を祈念いたしまして私の挨拶といたします。



平成30年度 みつば会総会・研修会

日時 平成31年3月1日(金) 10時～11時 総会、11時～15時 研修会
場所 国保会館(長崎市今博多町8番地2)

歯科衛生士 山本 美保子

平成30年度総会・研修会が、3月1日長崎県国保会館6階で開催されました。10時より木下会長のご挨拶から始まり、国保連合会事務局長よりご祝辞を頂戴しました。みつば会も発足から20年の節目を経て、医療から保健事業重視の時代となり、県から市町村へ事業が委託され、ますます保健事業関連職種への期待が高まり、マンパワーも必要となっていきます。

その後みつば会総会が開かれ、30年度活動報告、31年度事業計画、役員改選と続きました。引き続き東京で毎年開催される「都道府県在宅保健師等会全国連絡会」に会長と出席してこられた連合会の末永保健師より連絡会の報告をいただきました。その後、市町支援内容を総会に参加された会員にお伝えするために TV で放映された支援事業の視聴、各ブロックで作成した紙芝居のお披露目、尿失禁をテーマとした健康劇の演技など、盛りだくさんのプログラムとなりました。

午後からは「フレイルの予防と運動」と題した演題で、長崎県立大学看護栄養学部栄養健康学科の飛奈卓郎准教授より軽運動を盛り込んだ、フレイルの予備知識、予防のための栄養学などを学びました。1時間で講演はあっという間でした。

講演後、グループ分けをし、情報交換を行いました。「支援事業依頼を受けてから実際の支援まで」と一応テーマは準備しましたが、みつば会の将来への提言など、会員の皆さんの熱い思いを伝え合う充実した時間となりました。

参加が全部で23人とやや少なめで寂しい感じはありましたが、内容の濃い1日となりました。次年度の総会・研修会にも是非たくさんの方の皆さんのご出席をお待ちしております。

研修会アンケート結果(抜粋)

| 参加人数 | 保健師 | 看護師 | 管理栄養士・ 栄養士 | 歯科衛生士 | 合計 |
|------|-----|-----|---------------|-------|-----|
| | 4人 | 6人 | 7人 | 6人 | 23人 |

研修会感想(アンケートから一部抜粋)

- ・理論に基づき具体的な話だったので理解しやすく、支援時に伝えやすいものだった。
- ・学びを日々の生活習慣として続けることが大切。自分が元気になるいと他の方に教えることができないので頑張ろうと思う。



平成31年度（令和元年度） 役員紹介

| 役職 | 氏名 | 職種 |
|-----|--------|-------|
| 会長 | 木下 美智子 | 保健師 |
| 副会長 | 森 夏 實 | 保健師 |
| 副会長 | 松本 妙子 | 管理栄養士 |
| 書記 | 山本美保子 | 歯科衛生士 |
| 書記 | 原口りえ子 | 看護師 |
| 幹事 | 伊藤 洋子 | 管理栄養士 |
| 幹事 | 飛 永 恭子 | 歯科衛生士 |
| 幹事 | 山崎 トモ子 | 看護師 |
| 顧問 | 中村 信 | 保健師 |
| 顧問 | 濱 邊 恵子 | 管理栄養士 |



平成30年度に引き続き、同じメンバーで頑張ります！皆様、ご協力、よろしくお願いいたします。

みつば会会員集合写真



平成30年度みつば会総会・研修会(平成31年3月1日開催) 集合写真より

平成30年度 みつば会活動報告

| 月 | 日 | 会議等名称 | 開催場所 |
|----|----|--------------------------------------|-------------|
| 4 | 19 | 第1回みつば会役員会 | 国保会館 |
| 5 | 12 | ブロック研修会(県北地区 第1回) | 佐世保市歯科医師会館 |
| 6 | 6 | 第2回みつば会役員会 | 国保会館 |
| | 22 | ブロック研修会(長崎地区 第1回) | 国保会館 |
| 7 | 12 | みつば会20年史・通信23号 発行 | |
| | 13 | 平成30年度みつば会研修会 | 国保会館 |
| | 28 | ブロック研修会(県央地区 第1回) | 森山公民館 |
| 9 | 6 | 第3回みつば会役員会 | 国保会館 |
| 10 | 13 | 第23回長崎県国保地域医療学会 | 長崎原爆資料館ホール |
| | 20 | ブロック研修会(県北地区 第2回) | 佐世保市歯科医師会館 |
| | | ブロック研修会(県央地区 第2回) | 森山公民館 |
| 11 | 2 | 第4回みつば会役員会 | 国保会館 |
| | 29 | ブロック研修会(長崎地区 第2回) | 国保会館 |
| 1 | 18 | 第5回みつば会役員会 | 国保会館 |
| | 28 | 都道府県在宅保健師等会全国連絡会 | JA共済会館(東京都) |
| 2 | 2 | ブロック研修会(県央地区 第3回) | 森山公民館 |
| | 14 | 第6回みつば会役員会 | 国保会館 |
| 3 | 1 | 平成30年度みつば会総会・研修会 | 国保会館 |
| 備考 | | 県立大学シーボルト校との共同事業(紙芝居作成)に係る打ち合わせ等 計3回 | 県立大学シーボルト校 |



地域の健康づくり事業の推進 ～幅広く活動できることが会の強み～

平成10年に発足した長崎県在宅保健事業みつば会は、今年20周年を迎えました。現在の会員数は73人で保健師、看護師、管理栄養士・栄養士、歯科衛生士の4職種がそれぞれの専門知識や経験を活かし、互いに力を合わせて幅広く活動できることが、会の強みです。

主な活動内容は健康劇、健康づくり出前講座、高齢者健康事業、そして平成29年10月から新規事業として紙芝居による支援も加わりました。会員自ら作製した紙芝居を健康教室などで披露しますが、参加者の関心が高い支援の一つです。

今年度は保健師等をめざす若い世代との交流を図り、地域の事業拡大につなげるため、長崎県立大学の院生と一緒に紙芝居作りに取り組んでいます。

作製に当たっては、みつば会の活動やこれまでの経験談を兼ねた自己紹介から始まり、意見交換の後は学生のアイデア等を得ながらテーマや内容を決め、若い世代と経験豊かな会員との協同作業により、これまで以上の作品が完成しました。これから幅広い世代の知恵と経験を借りながら、地域の健康づくり事業を推進していきます。



平成30年度 都道府県在宅保健師等会全国連絡会報告

日時 平成31年1月28日(月)10時～16時

場所 JA 共済会館 (国民健康保険中央会主催)

会長 木下 美智子(保健師)

全国の在宅保健師等会、国保連合会から82名が参加していました。保健事業を取り巻く国の動きに関する説明では、来年4月から実施予定としている「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」に関する説明もあり、高齢者サロン等で支援を実施しているみつば会にとって、今後の事業の方向性に大変参考になると思われました。みつば会全体研修会やブロック別研修会を通じて会員にも説明していきたいと思えます。また、「高齢者の保健事業～低栄養防止への取り組み～」について、神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部栄養学科 田中和美先生にご講義いただきました。高齢者の特性を踏まえた保健指導、介護予防を管理栄養士など多職種と一体的、効果的に実施することの必要性を感じました。

事例発表では、静岡県のつつじ会、大阪府在宅保健師会の取り組みについて発表がありました。つつじ会では、時代背景に即した事業を展開しており、平成27年度から特定健診受診者のフォローアップ等、家庭訪問事業(重症化予防)に取り組んでおられました。また、研修会を通じて知識・技術の習得といった会員のスキルアップにも力を入れていました。大阪府在宅保健師会は、特定健診未受診者対策事業や特定健診受診者のフォローアップ事業を行うにあたり、フロー図の作成、統一した記録票、マニュアル等を作成しており、とても分かりやすかったです。グループ討議も含め、今後のみつば会の取り組みについて考える良い機会となりました。

平成30年度 市町保健事業支援事業報告

平成30年度 長崎県在宅保健事業みつば会による市町支援事業状況

支援保険者数:4市町、支援回数:9回、支援者延べ15人

| 事業名 | 市町 | 内容 | 対象者 | 人数 | 実施日 | 全体時間 | 支援時間 | 場所 | 支援者 | |
|-----------|------|----------------------------|---|----------------------|------------------------|-----------|------------------------|---------------|-------------------|---|
| 健康劇 | 1 | 波佐見町 | 腹圧性尿失禁について | 食改推進員 | 18人 | 2月14日(木) | 13時30分～16時 | 13時30分～14時30分 | 総合文化会館 | 木下 美智子 (保健師) 明星 みどり (看護師) 平川 マサノ (保健師) |
| | 2 | 波佐見町 | 腹圧性尿失禁について | 食改推進員 | 12人 | 2月15日(金) | 13時30分～16時 | 13時30分～14時30分 | 農村環境改善センター | 木下 美智子 (保健師) 明星 みどり (看護師) 平川 マサノ (保健師) |
| 健康づくり出前講座 | 3 | 小値賀町 | 食育講話「朝ごはんを食べよう」調理実習 | 中学1年生 | 10人 | 6月15日(金) | 50分 | 11時30分～12時20分 | 小値賀中学校 | 松本 裕子 (管理栄養士) |
| | 4 | 小値賀町 | 講話「歯の健康について」実習 | 小学6年生 | 14人 | 10月1日(月) | 45分 | 45分 | 小値賀小学校 | 半澤 佳子 (歯科衛生士) |
| | 5 | 小値賀町 | 講話「歯の健康について」実習 | ・高校1～3年生 ・職員 | 生徒49人 職員10人 計59人 | 10月2日(火) | 50分 | 12時30分～13時20分 | 北松西高等学校 | 半澤 佳子 (歯科衛生士) |
| | 6 | 小値賀町 | 講話「口の健康について」咀嚼ガム体験 | 中1～中3 (全校生徒) | 生徒30名 職員6名 計36名 | 11月29日(木) | 35分 | 13時35分～14時10分 | 小値賀中学校 | 田中 久美子 (歯科衛生士) |
| 7 | 小値賀町 | 講話「口の健康について」染色液、キシリトールガム体験 | 児童6名 (1年1名、2年2名、3年2名、4年1名) | 児童6人 職員4人 計10人 | 11月29日(木) | 45分 | 45分 (10時40分～11時25分) | 小値賀小学校大島分校 | 田中 久美子 (歯科衛生士) | |
| サロン | 8 | 諫早市 | 認知症について 講話:「運動、食事、知的刺激で認知症予防」 「一生使える体づくり」の説明と実演 | 高齢者 | 13人 | 10月19日(金) | 13時30分～15時30分 | 13時30分～15時 | 円能寺公民館 | 明星 みどり (看護師) 吉田 二美 (看護師) |
| | 9 | 長与町 | 高血圧症について (紙芝居を使った支援) | サロン参加者 | 21人 | 11月1日(木) | 14時～15時 | 14時～15時 | 長与町中央公民館 | 明星 みどり (看護師) 木下 美智子 (保健師) |

平成30年度 ブロック別研修会報告

《長崎ブロック》

看護師 山崎 トモ子

平成30年6月22日(参加者10名)と11月29日(参加者6名)の2回、国保会館で行いました。
連合会より、シーボルト大学大学院生とのコラボで高血圧の紙芝居を作成依頼していることが報告されました。

次に、現在も会の顧問をされている中村信氏から、みつば会発足の契機、設立に至るまでの秘話など貴重なお話を伺いました。昭和26年から保健所の形ができたこと、戦後の混乱の中で資格を持った女性の地位を確立したい思いがあったこと。又、活動した記録を連合会事務局とまとめていったこと等、とても興味深い内容でした。昨年の20年史発行は感慨もひとしおだったろうと察します。

2回目は、11月に実施した長与サロンで、院生作成の紙芝居「お〜い友蔵さん」の報告がありました。その後3ブロックで作成した紙芝居を2人1組で読みあわせを行い、終了後、実演、見た側で各々感想を述べ、より効果的に伝えるにはどうしたらよいか等と忌憚なく意見を出し合いました。



《県北ブロック》

歯科衛生士 山口 方子

栄養士、歯科衛生士で作成した紙芝居2作品について検討会を行いました。歯科衛生士の新メンバー2名は緊張気味の参加でしたが、紙芝居の実演では全員笑いが絶えず、発表の方法や内容についてもたくさんの意見が積極的に出て、楽しい研修会となりました。

職種の違う仲間の集まりも大変新鮮で勉強になりました。佐世保地区のメンバーは歯科衛生士が多く、次回は「口腔に関する内容」の作品製作に取り組みたいとの話になり、有意義な時間でした。

終了後のお茶会も楽しみのひとつで、「食と会話」は「栄養士と歯科衛生士」との繋がりで、この日の研修を終わりました。



《県央ブロック》

看護師 原口 りえ子

H30年7月28日と10月20日に加えて、2月の健康劇支援事業「腹圧性尿失禁について」の練習の為、2月2日の計3回研修会を森山公民館で行いました。毎回約10名前後の会員が参加しました。

1回目は、ブロック名を島原から県央地区へ変更し、次に木下会長から総会報告があり、まちなか라운ジの講話についても詳しく伝達されました。講話の内容から、今後のみつば会活動へと話題が発展し、「市町村からの依頼だけではなく、自らも打って出る必要がある」「四職種連携を強化し、お互いの質を高めていく」「会員が積極的に宣伝し、次期世代を育てていく」「会員の高齢化が進み、移動が負担となってきた」等いろんな改善すべき点や問題点が上がってきました。次に明星さんから、シーボルト大学院生との紙芝居作成に至る経緯の説明があり、その後完成したシナリオを読んで頂きました。最後に「ヤスさんのかんころもち」紙芝居実演後、工夫すべき点や簡素化すべき部分が上がるなど、充実した内容となりました。

2回目は、県央ブロックの連絡網の再作成のための確認を行った後、11月の長与サロンで初演される紙芝居「お〜い友蔵さん」を木下会長と明星さんがシュミレーションし、聞き手側から多くの注意点や良いアドバイスが出されました。続いて、諫早市円能寺サロンでの支援事業「認知症予防について」を明星さんと吉田さんが本番さながらに再演して大変勉強になりました。

3回目は、波佐見町食生活改善推進員対象の健康劇「腹圧性尿失禁について」を木下会長と明星さんと平川さんがシュミレーションを行い、パネルや骨盤底筋の模型の使い方や骨盤底筋体操の説明の仕方、登場人物の服装についても細かく協議していきました。

最後に吉田さんより「人間は尿失禁便失禁し、あの世に行ける」の言葉があり、みつば会会員を増やすためのチラシが配付され研修会を終えました。



平成30年度 市町支援事業報告

波佐見町保健事業支援事業

健康劇「腹圧性尿失禁について — 尿漏れよ!さようなら —」

日 時 ①平成31年2月14日、②平成31年2月15日

場 所 ①波佐見町総合文化会館、②波佐見町農村環境改善センター

対 象 食生活改善推進員 ①18名、②12名

支援者 木下 美智子(保健師)、平川 マサノ(保健師)、明星 みどり(看護師)

保健師 平川 マサノ

「健康劇を実施するので、支援に参加できますか」という誘いに、その日程なら暇だしと深く考えもせず承知したのがはじまりでした。今まで支援に参加したことがなかったので、今回ぐらいは、と思ったのも事実です。

さて、資料を頂いて「しまった。引き受けなければよかった。」と思いました。物覚えの悪さ、年を感じました。読みあわせをしてみると、小学生の学芸会よりひどいできで、読んでいるだけです。

明星さんの自宅へ出向いたり、ブロックの研修会で中間発表をしました。いろいろなアドバイスを受けながら、最後は「なんとかなるやろ」と高齢者特有の図太さで、本番に臨みました。

健康推進課長の、「今日は女優さん達ですね」の歓迎の言葉に気をよくしながら、1日目文化会館では、ドキドキしながら実施しました。セリフがとんだり、前後したりするのも愛嬌と、だんだん図太くなってきます。

1日目がおわり、夕食を済ませ、波佐見温泉につかった後は、今日の反省と明日に向けて再度練習です。ゆっくりアルコールなんて、全く考えもしませんでした。

2日目、午後からの事業に備え、早めに改善センターに行き、場所を確認、準備し、リハーサルをしました。1日目より慣れたのか、少し余裕が出て、笑い声も聞くことができました。寝たり座ったりの体操も、皆様真面目にとりまれました。終わった後、後片付けや、報告書整理をしている間の1時間で、さすが食改さん、旬の食材を使った料理が出来上がり、おいしくいただいて帰りました。

帰り道、外は雨でしたが、肩の荷をおろした3人の気持ちはハレバレとしていました。はじめて参加した支援事業でしたが、数多くの会員がこの気持ちを味わってほしいと思います。



小値賀町保健事業支援事業 健康づくり出前講座「口の健康について」

日 時 平成30年11月29日(木) ①9:40～10:25、②13:35～14:10
場 所 ①小値賀小学校大島分校、②小値賀中学校
対 象 ①小学1年～4年生、②中学1年～3年生
支援者 田中 久美子(歯科衛生士)

歯科衛生士 田中久美子

平成30年11月29日小値賀小学校(大島分校)と小値賀中学校の2か所を、歯科の支援事業出前講座に参加させてもらいました。と言っても1人っきりの心細い移動と参加。何でもかんでも初めてで、ドキドキものでした。

佐世保港から2時間、高速船シークイーンに乗るのも初体験。途中の有川港までで波が荒くてすでに身体は限界、更に小値賀につく頃は船酔いマックス状態でした。支援事業は船の都合がつかず前日の移動だったので助かりました。

翌朝、小値賀小学校大島分校へはさらに船に乗って15分の移動、長閑な海のきれいな小島でした。

保健室を利用して午前中に臨んだ出前講座は45分間、午前 9:40～10:25まで、児童6名全員が女子(1年1名、2年2名、3年2名、4年1名)の複式学級でした。小学校のブラッシング指導は経験があっても、複式は初めて、甘い考えで臨んだのが少し悔やまれます。

パワーポイントで動画を入れての講話と歯垢染め出し、キシリトールガムで咀嚼の大切さを伝えましたが、同じ教室で成長の違う子供たちに個別に伝えることの難しさも感じました。

小値賀島に戻り午後からは小値賀中学校(中1～中3)30名を対象にパワーポイントを利用して講話。咀嚼ガム体験では途中のガムの色の変化にも気づいてもらえて楽しい時間となり、咀嚼の大切さも伝えることができました。

小値賀町健康管理センターの保健師さんより午後13:35～14:10での体験を入れての講話を希望され、短時間の講話に早口になってしまいました。咀嚼ガムの購入は中学校側をお願いできました。

何とか2泊3日のみつば会での初講話を終え、次の日高速船で帰佐、良い経験になりました。反省は山ほど、パウポももう少しうまく使いこなせるようにしたいと思います。

余談ですが、初めて海から見た佐世保港はほとんどが米軍(Base)に、残りの1/3だけです。海路も自由に成らず。

小値賀の出前講座に参加させてもらって佐世保の現況も垣間見ることができました。ありがとうございました。



長与町町保健事業支援事業 高齢者サロン「高血圧について」

日 時 平成30年11月1日(木) 14:00~15:00
場 所 長与町中央公民館
対 象 60~90歳代の男女23名
内 容 高血圧の紙芝居と講話
支援者 木下 美智子(保健師)、吉田 二美(看護師)、明星 みどり(看護師)

〈支援を受けての感想〉

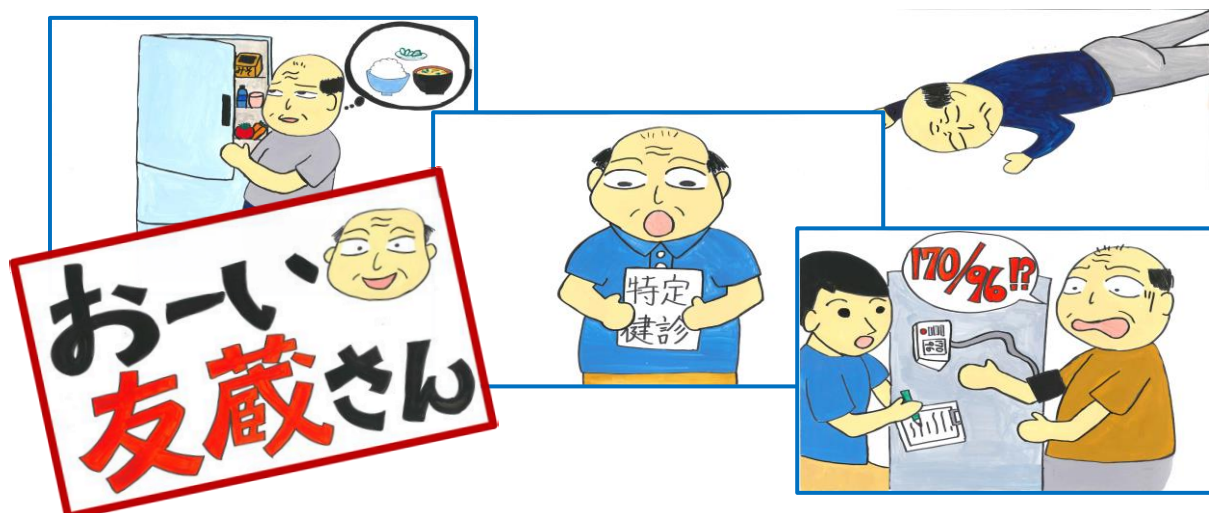
管理栄養士 濱邊 恵子(長与みつば会サロン世話人)

長与みつば会サロンは平成20年6月5日国保連合会みつば会の役員、会員を中心に発足しました。国保連合会みつば会が設立10年を迎えた頃「4職種(保健師・看護師・栄養士・歯科衛生士)を活かした活動がしたい」との意見があり、長与町の介護保険予防事業の一環としてのサロン活動に参加しました。島原、佐世保、長崎、諫早など町外からみつば会の会員が集まり活動を始めました。

毎月第1木曜日の13:30~15:30にテーマを決めて活動しています。参加者は現在40名の大所帯になりました。現在は参加者の中からスタッフになってくださる方もいます。みつば会会員もずっとボランティアで参加していただきます。

平成30年11月は、健康をテーマに「高血圧」を学ぶことにして、連合会みつば会に支援を依頼しました。初めにシーボルト大学の大学院生が作った「おーい 友蔵さん」の紙芝居を見て、その後、木下会長の「高血圧」についての講話がありました。血圧の仕組み、予防のための食事、睡眠、運動など分かり易い内容で、皆さん詳しく学ぶことができましたようです。参加者の感想は「分かり易くてよかった。」「絵も見やすかった！内容も良かった」「楽しかった！」「絵を見ながらなので、自分の日常生活と比べて考えさせられた」など好評でした。

支援をいただいた木下会長、吉田二美さん、明星みどりさんが、熱心に、楽しくご指導して下さりとても嬉しかったです。NBC テレビ「あつぐる」の取材もありました。このようなみつば会支援活動をもっと多くの市町に活用してもらいたいと思いました。本当にありがとうございました。



平成30年度 研修会

日時 平成30年7月13日(金)10時～15時

場所 国保会館6階会議室

9:55 オリエンテーション

10:00 開会挨拶 長崎県在宅保健事業みつば会 会長 木下 美智子
長崎県国民健康保険団体連合会 事務局次長 山口 恒

10:10 報告事項 ブロック別活動報告
県立大学院生との紙芝居作成について

10:35 情報交換 職種インタビュー
やりたいこと、聞きたいこと、知りたいこと、何でも！！

12:30 講 演1 長崎の在宅医療
講師 長崎在宅 Dr.ネット 理事長 藤井 卓 氏

13:40 講 演2 長崎市包括ケアまちなか라운ジの紹介
講師 長崎市包括ケアまちなか라운ジ 主幹 宮地 登代子 氏

(参加者)

| 保健師 | 看護師 | 管理栄養士 | 栄養士 | 歯科衛生士 | 保険者 | 合計 |
|-----|-----|-------|-----|-------|-----|-----|
| 3人 | 7人 | 4人 | 1人 | 3人 | 1人 | 19人 |

研修会感想(アンケートから一部抜粋)

—長崎市の在宅医療、長崎市包括ケアまちなか라운ジの紹介について—

- ・自分の老後についても考えさせられた。
- ・多職種がいろんな連携を行い、患者の選択肢を広げているため、話は耳にしたことはあったが、ここまで在宅医療が進んでいるとは思わなかった。
- ・医療連携の活動状況が理解できた。
- ・自分の地域にも高齢者が多いため、相談を受けたときに活用できる内容だった。



みつば会会員の “声”



みつば会員は4職種いて、経歴なども様々です。その中でいろいろな考え方や人間性に触れる瞬間が好きです。楽しんで活動したいです。

保健師 M・K

皆さんが頑張って活動されている様子を見て、いつもパワーをいただいています。私もできることがあれば協力していきたいです。

管理栄養士 馬場 美智代

みつば会に参加させていただき、多くの専門的知識を身につけ、職種間の交流ができたことは、今の私の仕事に大きく役立っています。

歯科衛生士 下濱 佐都美

みつば会研修会に参加し、皆様と力を合わせて活動させていく中で“和”が広がり、多いにみつば会を盛り上げていけたらとの思いが強くなります。

看護師 林田 富子

21年という長い歴史のあるみつば会です。今までの研修会や勉強したことを活用して、今の自分ができることを考えながら少しずつ取り組みます。

看護師 明星 みどり

みつば会に参加して、先輩の皆様より色々なお話が聞けてありがたいと思います。これからも皆様と仲良くさせていただけたらうれしいです。

歯科衛生士 飛永 恭子

毎回いろいろなことが学べてとても充実した時間を持つことができ、感謝しています。これからも皆さんと一緒に勉強していきたいです。

栄養士 峰 久代

市町への支援は、とても楽しく勉強にもなりました。友達も出来ました。他職種の人とのふれあいもあり、教わることも多いです。

管理栄養士 濱邊 恵子

職を辞して7年になりますが、研修会での学びはありがたく感謝しています。入会して3年目を迎えますが、活動した経験はありません。

看護師 山崎 トモ子

みつば会の一番の魅力は他職種の方々との交流ができ、楽しいことが多く、励まされます。そして、いろいろな角度から知識を戴きます。

管理栄養士 松本 妙子

4職種のマンパワーを生かして、みつば会の健康劇、出前講座、紙芝居等、地域に浸透し、活性化に役立つ支援ができたと思います。

管理栄養士 平野 千代子

多職種の会員を増やして、楽しい活動がしたいなあ～と思います。

栄養士 O.M

4つの葉、3つの葉、誰かの力になりたいと思い入会しました。初心を忘れず参加したいです。

栄養士 A.K

健康づくり？どうしたらいいのかな？みつば会に聞いてみよう！！
そんな健康づくりの力持ち「みつば会」よろしくをお願いします。

保健師 早瀬川

今後家族の都合などがつければ少しずつから参加させてもらいたいと思います。

保健師 H.M

研修会での市町支援実演は、大変な分、すごい自分への達成感を覚え、4職種のパワーを実感しているところです。

栄養士 松平 益美

多職種協働で、地域の自立支援をやっていきたくと思います。(高齢者自立支援)

歯科衛生士 Y.H

入会してまだ日が浅く、活動の実際が未経験です。機会があれば、実演を見たいと思っています。

保健師 K.K

健康劇、紙芝居等の制作活動はとても楽しいものでした。中央での研修は新たな知識、情報をいただき、感謝しています。

保健師 太田

20年間、みつば会をつくり、守り育ててこられた諸先輩姉の想いを、次世代へ引き継ぎできるように願っています。

保健師 N. M

みつば会に入会し、たくさんの出会いとご縁をいただきました。感謝申し上げます。これからも活動に精進したいと思います。

管理栄養士 松本 裕子

みつば会の特徴は4職種のパワー！地域住民の皆様の心身の健康に寄与できますよう、自己研鑽とスキルアップに努めたいです。

管理栄養士 日野 ゆい子

研修会に参加するたび、生き生きとした皆様に元気ももらい、自分もできる限りお手伝いをしなければいけないと思っています。

歯科衛生士 Y. M

職業の違いはありますが、大先輩方の多いみつば会では知識的に得ることも多く、それ以上に元気や勇気を頂いています。

歯科衛生士 山口 方子

いろんな職種の方と連携をとりあって、高齢者の方を中心に、いろんな方へみつば会を通じ、指導、支援できたらいいと思います。

歯科衛生士 下田 里美

みつば会の研修会は、今、勉強しないといけない研修内容をいつも開催して頂いて感謝しています。毎回楽しみにしています。

歯科衛生士 S



令和元年6月発行
みつば会通信
発行所 長崎県国民健康保険団体連合会
長崎県長崎市今博多町8番地2
TEL (095) 826-17301

★編集後記★
今回から皆様の一言を掲載する運びとなりました。皆様のみつば会通信です。想いを書いていただき、皆で共有していきたいと思えます。二〇二五年もあつという間にやってみます。皆さんの知識と経験豊富な方々が、地域社会の中で必要不可欠とされる時代になっています。ご自身の健康維持と楽しみながらのご活躍を期待しています。合わせてみつば会の宣伝活動もよろしくお願い致します。
看護師 原口リエ子

みつば会々員数

(令和元年6月現在)

- 保健師 14人
- (准)看護師 9人
- (管理)栄養士 20人
- 歯科衛生士 22人

会員総数 65人
(休会含む)