



令和4年(2022年)  
10月発行

広島県の木「もみじ」

# 陽だまり



会長あいさつ

広島県在宅保健福祉活動者の会  
会長 村上 美恵子



「陽だまりの研修会の大ファンで、諸先輩理事の皆様のパワーにあこがれを抱いていました新理事の村上です」これは初めて理事になった十四年前の気持ちです。今も同じ気持ちです。この度、微力ながら会長をお引き受けすることとなり、あらためまして、国保連合会事務局、理事・会員の皆さま方のお力添えをいただき任期を全うしたいと思っています。

陽だまりの研修会は最新の情報や身近なサロン等で活用できる内容ですが、このところの研修は自分事となっております。

なかでも肺がんの術後、身体も気持ちも落ちこんでいた頃、福山・広島会場で続けて受講できた先生のビートルズの曲と共に教わった言葉に今も支えられています。

コロナ禍での研修会はWeb開催や後日配信を手配くださり不慣れながらも講師の先生をより身近に感じる事ができるようになりました。

今年度は総会、研修会が久しぶりに参集しての開催となり、集うことの喜びを感じながら、高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施やコロナ禍におけるフレイル予防対策について学ぶことができました。これからの研修会でもフレイルの知識を深め、地区活動に生かせる内容となっています。

八月には地区活動推進専門部会のモデル事業も佐伯区利松公民館で実施することができました。今後は、いろいろな地域での広がりを願っているところです。

人生百年時代を迎えました。様々なその時に備え、三職種で共に学び共に活動しましょう。

## 令和4年度総会の報告



### ・議決事項

- 第1号議案
- 第2号議案
- 第3号議案

令和3年度事業報告の認定について  
令和4年度事業計画の認定について  
役員の選任について

| 主な事業                 | 開催時期              | 内容   |
|----------------------|-------------------|--|
| 第1回研修会               | 令和4年6月15日(水)      | 講演「コロナ禍におけるフレイル予防対策を進めよう！<br>～後期高齢者の質問票の活用による地域支援～」<br>講師 公立大学法人 神奈川県立保健福祉大学<br>保健福祉学部 栄養学科 大学院研究科<br>教授 田中 和美 氏 |
| 第1回地区活動推進<br>専門部会研修会 | 令和4年10月19日<br>(水) | 講演「フレイルの知識を深めよう！<br>～地区活動における健康教育のポイント～」<br>講師 広島国際大学 総合リハビリテーション学部<br>リハビリテーション学科 理学療法学専攻<br>准教授 徳森 公彦 氏        |
| 第2回研修会(福山市)          | 令和5年2月予定          | 「調整中」  |

# 新役員体制スタート！

## ～地域の保健福祉活動の充実を目指して～

令和 4 年度広島県在宅保健福祉活動者の会  
 総会・第 1 回研修会  
 6 月 15 日 (水)

開会にあたり、まず本会の阿川眞澄前会長が「皆さんにお会いするのが 3 年ぶり、参加で総会ができることを嬉しく思っています。昨年度の研修は、Web 配信により多くの受講者の参加を得ることができました。また、本会会員として感染防止に配慮しながら地域の活動に参加していただいた方々にも感謝申し上げます。今後それぞれの情報を共有して、会員の皆様方へお届けしていきたいと思っております。」とあいさつをされました。

続いて連合会の沖田清治常務理事から「コロナ禍で制約がある中であつても、活動を継続しておられ、改めて敬意を表する次第でございます。市町が取り組む各種の保健づくり活動を推進していくためには、医療専門職の支援が不可欠であり、経験豊富な皆様への期待や役割が、今後ますます大きくなっていくことと存じます。」と祝辞をいただきました。

総会では令和 3 年度事業報告、令和 4 年度事業計画、役員選任についての説明を行い、すべて原案通りに可決されました。その後、連合会の大下泉保健事業課事業第一係長から「広島県国保連合会における高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施に係る取り組みについて」情報提供がありました。



### 新役員体制

#### 【理事】

|     |        |       |       |
|-----|--------|-------|-------|
| 会長  | 村上 美恵子 | 管理栄養士 | 広島西   |
| 副会長 | 阿川 眞澄  | 歯科衛生士 | 広島    |
| 副会長 | 荒巻 明美  | 保健師   | 広島    |
| 理事  | 古江 一子  | 看護師   | 広島    |
| 理事  | 村上 和恵  | 歯科衛生士 | 広島中央  |
| 理事  | 山口 保子  | 保健師   | 呉     |
| 理事  | 佐藤 百合子 | 看護師   | 尾三    |
| 理事  | 篠原 幸子  | 管理栄養士 | 尾三    |
| 理事  | 大久保 邦子 | 歯科衛生士 | 福山・府中 |
| 理事  | 伊達 隆子  | 管理栄養士 | 福山・府中 |
| 理事  | 西本 千恵美 | 保健師   | 福山・府中 |
| 理事  | 川上 良美  | 保健師   | 備北    |

#### 【専門部会員】

|      |        |       |      |
|------|--------|-------|------|
| 部会長  | 椎木 照子  | 保健師   | 広島   |
| 副部会長 | 宮下 政子  | 歯科衛生士 | 広島   |
| 部会員  | 吉光 成美  | 保健師   | 広島   |
| 部会員  | 高杉 まり子 | 管理栄養士 | 広島西  |
| 部会員  | 藏永 千栄  | 看護師   | 広島中央 |
| 部会員  | 光永 美恵子 | 保健師   | 広島北  |



役員の皆様  
 よろしく願  
 います。



田中 和美 氏



田中先生は最初に、平均寿命や健康寿命が延びてきており、高齢者には元気で自立して生活してもらうことが大切であること、また、「高齢者のやせ」がなぜ危険であるのかについて説明をされました。また、栄養指導の際に、低栄養という言葉を使わないことと、専門性をあまり前に出さず、対象をポジティブな方向に繋げること等のポイントについて、過去に支援をされた事例を交えながら話をされました。最後に「フレイル対策は人を主体にやることが重要です。健診データや疾病だけで見るとは、保健師や管理栄養士の視点、歯科の視点、リハビリの視点等を複合して、生活者としての視点が大事です。また、楽しい取組みでなければ続きません。自分の地域に合わせて、今まで持っている資源を上手に活かしながら取り組んでいただきたいです。」と締めくくられました。

講師 公立大学法人 神奈川県立保健福祉大学  
 保健福祉学部 栄養学科 大学院研究科  
 教授 田中 和美 氏

「コロナ禍におけるフレイル予防対策を進めよう！」  
 ～後期高齢者の質問票の活用による地域支援～

参加者の声

講演

「コロナ禍におけるフレイル予防対策を進めよう！」

「後期高齢者の質問票の活用による地域支援」

研修会に参加して

尾道市会員 篠原 幸子

人生「100年時代」がすぐそこまできています。いかに元気で自立した生活ができるかが重要であり、この度のフレイル予防・低栄養のお話はとても参考になりました。

後期高齢者の質問票の活用の仕方を事例ごとに説明していただき、大変わかりやすかったです。特に低栄養になる背景は質問票では分からない実状や状況があり、現場を知ることが大事だと思いました。効果的な指導は個性のあるアプローチ方法で対象者が大切にしていることをひき出し、ポジティブになれる声かけが行動変容につながるがよくわかりました。

フレイル予防は、栄養・身体

活動そして何よりも人(社会参加)との繋がりが重要だと再確認しました。コロナ禍で人との繋がりが希薄になっている

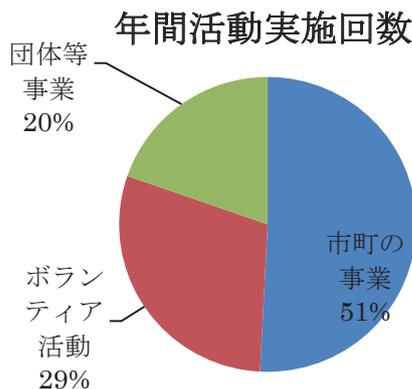
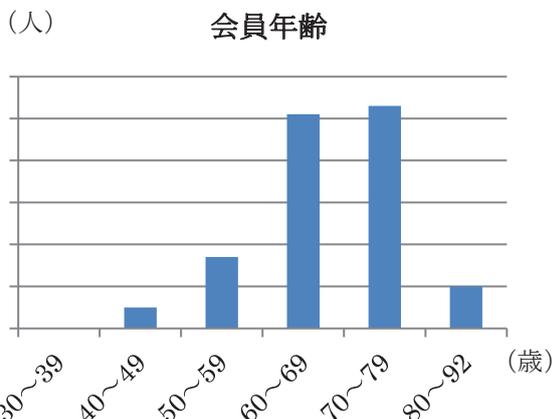
昨今、地域で声かけや関りを大切にし、今回学んだフレイル予防を伝えていきたいと思



広島県在宅保健福祉活動者の会会員調査結果

調査期間 令和 4 年 3 月 24 日～令和 4 年 4 月 28 日 調査方法 アンケート用紙配布  
 調査人数 136 名 回答者数 136 名 回答率 100%

会員調査の結果、136 名の方から回答がありました。会員は 70 歳代が最も多く、次いで 60 歳代、50 歳代となっており、平均年齢は 68.3 歳となっています。年間の活動状況については、136 名中 106 人と、78%の会員が地域の保健活動に携わっています。活動の内訳を見ますと、市町の事業が 51%と最も多く、次いでボランティア活動が 29%となっています。そして、市町の事業では「訪問事業」が多く、団体等事業では「サロン」が最も多いです。ボランティア活動は「高齢者対象」が最も多く、小児対象の約 7 倍となっています。小児対象では、「子育て支援」に関わっている会員が最も多いです。高齢者対象では、「サロン」が最も多く、「健康相談」が続いています。一般対象では、「食事指導」と「特定健診」に関わっている会員が多いです。また、今回の調査では、コロナ禍での変更や工夫点についても調査をしました。その結果、「電話や Web による健康相談等の実施」や「料理教室で作ったものは弁当にして持ち帰ってもらう」、「人数制限のために数回に分けて教室等を実施」、「パンフレットの作成」等、様々な工夫をしながら活動を実施してきたことがわかりました。



ひろしまナイチンゲール賞受賞おめでとうございます！

この度、第 27 回ひろしまナイチンゲール賞に、本会の理事で保健師・助産師の荒巻明美さんが、今までの活動の功績が認められ受賞されました。荒巻さんは、広島通信病院で看護師・助産師・保健師として長年従事され、現在は特定非営利活動法人つくしんぼ作業所にて活躍されています。本会においては、平成 26 年から平成 28 年度にかけて「緩和ケア等専門部会」の部会員・部会長を歴任され、また、平成 30 年度から「山・海・島」体験活動や江田島青少年交流の家の企画への協力等、幅広く活躍されたことが認められ、今回広島県知事より表彰されました。



「ひろしまナイチンゲール賞を受賞して」

広島市 保健師・助産師

荒巻 明美

令和 4 年 5 月 14 日に広島県国保連合会、在宅保健福祉の会の推薦をいただき、「ひろしまナイチンゲール賞」を受賞いたしました。

雲の上のような出来事に“どうして私が？”と驚きばかりですが、思いがけない榮譽ある賞に喜び・幸せを感じています。関係者の皆様には心よりお礼申し上げます。

私たちは新型コロナのパンデミックの脅威に晒され、今なおその不安の中にいます。世界中に放映された悲惨な情景を目にして胸を痛め、そして医療従事者への感謝・賞賛・励ましの多くのメッセージは熱い思いが何度も込み上げてきました。同じ職業の立場で、改めて“必要とされている”実感を噛みしめ、その責務の重さを感じています。

私の所属する「陽だまりの会」は、長きに渡り広島県内外で活躍、牽引されて来られた先輩方が設立されました。看護職・管理栄養士・歯科衛生士の 3 職が共同で活動する全国でも数少ない先進的なボランティア組織です。

私は、素晴らしい方々との出会いで新しい世界が広がり、多くの学びを得ながらその情熱に刺激を受けています。もし可能ならば生涯現役でありたいと夢見ています。

三原地区「かもめ笑い学級」活動報告  
『とうとう全国デビュー』

ごぶさたしております。三原地区の「かもめ笑い学級」の佐藤です。この度、三原市のデジタル化戦略課の声かけで、私たちのメンバー 2 名がコロナワクチン関連の Youtube に数秒、出演しました。コロナ禍で色々大変だと思いますが、今こそ私たちの出番です。現在『しまうまのトラウマ』を休み休み練習中。乞うご期待。



Youtube 動画はこちらから



広島県国民健康保険  
イメージキャラクター  
「コッピー」

広島県国民健康保険団体連合会  
総務部 保健事業課  
〒730-8503  
広島市中区東白島町 19-49 国保会館  
TEL: 082-554-0772  
FAX: 082-511-9121  
Eメール: jigyoku@hiroshima-kokuho.jp  
<http://www.hiroshima-kokuhoren.or.jp>

会 員 募 集

広島県在宅保健福祉活動の会「陽だまりの会」では、随時、会員を募集しています。

広島県内にお住いの常勤で勤務されていない在宅専門職（看護職・栄養士職・歯科衛生士）の方で、研修会で知識などを深めたい方、地域活動をしたいとお考えの方は、事務局まで御連絡ください。

お 知 ら せ

これまでに退会を申し出られましたにも関わらず本誌が届いた方は、御面倒をおかけしますが、事務局まで御連絡ください。