

令和8年度 保健師ステップアップ研修(ベーシック編)

実践から学ぶ保健活動の展開と楽しさ ～先輩保健師からのエール～

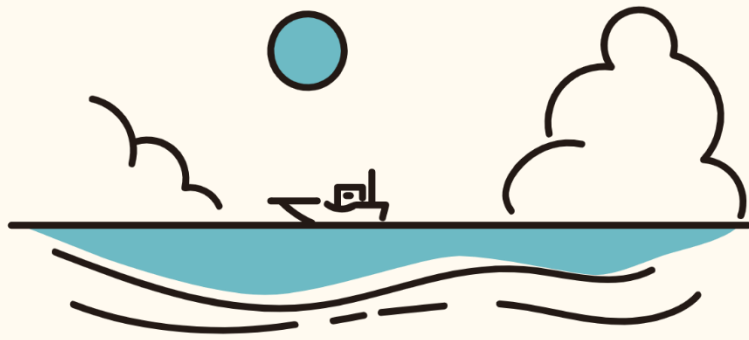
令和8年7月1日(水)

埼玉県草加保健所 保健予防推進担当

松本 海瑚



自己紹介



埼玉県 入庁

草加保健所に配属

1・2年目

感染症担当

3年目

精神保健福祉担当

まだまだ勉強中の立場ですが、経験の中で学んだことをお伝えします



本日の内容

Step 1



保健活動の展開と楽しさ

⇒結核患者支援事例を通して学んだこと

Step 2



業務上の工夫

⇒優先順位・相談・スケジュール管理

Step 3



皆さんへのエール！！

⇒経験から学んだこと

Step 1



保健活動の展開と楽しさ

⇒結核患者支援事例を通して学んだこと

Step 2



業務上の工夫

⇒優先順位・相談・スケジュール管理

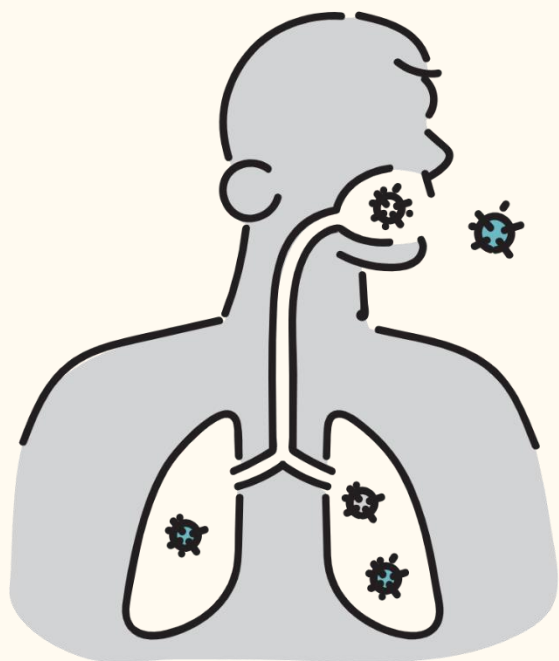
Step 3



皆さんへのエール！！

⇒経験から学んだこと

結核について



- ✓ 全国で年間約1万人以上が新規登録
- ✓ 治療期間は約6か月～9か月
- ✓ 服薬中断等により薬剤耐性の可能性

【保健所保健師の役割】

主に治療継続のための服薬支援
(通常、月に1～2回DOTSを実施している)

事例紹介

支援上の課題

治療中断の背景

実際の支援①



受診同行(毎月)

- ① 待合室での雑談時に、Aさんの**服薬・生活状況**を確認(翻訳機を使用)
- ② Aさんの診察前に、**保健所と主治医**で事前の情報共有を行う
(服薬状況、連絡状況、検査結果、今後の方針等を共有)
- ③ 診察時に、本人の**疾病理解状況・服薬の必要性**を主治医とともに確認
- ④ 受診後に、保健所から受診結果や処方内容をAさんの**支援者へ報告連絡**

実際の支援②



コミュニケーション(本人と接触できる場面すべて)

- ・服薬終了までのカウントダウンや**内服継続ができていることに対するねぎらい**
- ・服薬中断することの重大性を何度も伝える
- ・できること、できないことをはっきり言ってもらう
- ・性格や夫との関係性、結核や糖尿病の病態や治療に対する思いなどを把握



内服確認(毎日)

- ・Aさんの状況に合わせて、**その都度検討**
- メール・SMS・電話**を活用
- ・Aさんと連絡が取れない場合は支援者へ本人の様子を確認連絡

実際の支援②

☞ コミュニケーション(本人と接触できる場面すべて)

- ・服薬終了までのカウントダウンや内服継続ができていることに対するねぎらい
- ・服薬中断することの恐ろしさを何度も伝える

先輩保健師や所長を含めた所内職員、主治医、支援者と相談しながら
「今できる最善の方法は何か」を考えて支援を組み立てることを意識

- ・本人の状況に合わせ、その都度検討
- ・メール・SMS・電話を活用
- ・本人と連絡が取れない場合は支援者へ本人の様子を確認連絡

事例を通して学んだこと



- ・内服自己中断
- ・受診中断

なぜ？を探る

(当たり前であるが、実は難しい)



支援体制
言語面
家族関係
生活背景
金銭管理
価値観
疾病理解

支援方法は理由を理解した先に見えてくる！

事例を通して学んだこと

- ✓ 実際の支援場面では、目の前の課題への対応に意識が向きやすい
- ✓ すべてが同じ支援方法の型にはまるわけではない



「この人にはどんな支援方法が合うだろう」と考えながら、
患者さんの**回復を一緒に喜ぶこと**が保健活動のやりがいと楽しさ



Step 1



保健活動の展開と楽しさ

⇒結核患者支援事例を通して学んだこと

Step 2



業務上の工夫

⇒優先順位・相談・スケジュール管理

Step 3



皆さんへのエール！！

⇒経験から学んだこと

優先順位について

私が優先順位を考える時の視点

- ✓ 期限はいつか(緊急性)
- ✓ 対象者への影響は大きい(重要性)
- ✓ 対応が遅れた場合に困る人はいるか



優先順位を決めることも業務の一部

スケジュール管理

- 翌日の予定を整理
(前日の夕方)
- 優先順位を見直す
(当日の朝)
- 締切のある業務は
逆算して確認する。



相談のタイミング

≫≫ 私が考える相談する時の流れ

1 用件

2 現在の状況

3 自分の考え

4 何に迷っているのか

相談は「答えをもらう場」ではなく、
「**考えを深める場**」



相談する時に大切にしていること

- ✓ 相談用件から伝える
- ✓ 自分の考えをもって相談する
- ✓ 早めに相談する



Step 1



保健活動の展開と楽しさ

⇒結核患者支援事例を通して学んだこと

Step 2



業務上の工夫

⇒優先順位・相談・スケジュール管理

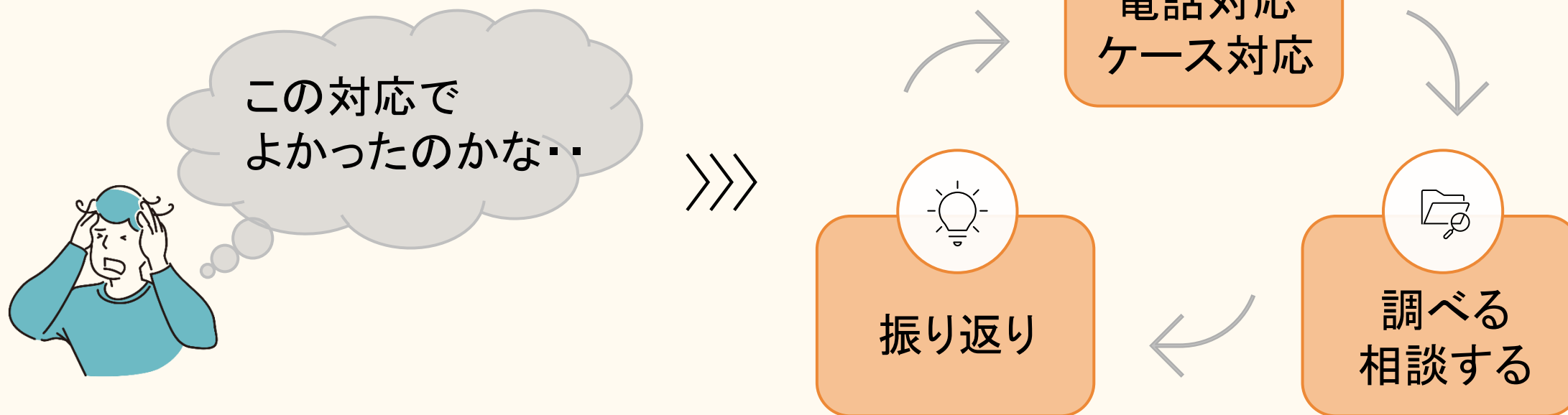
Step 3



皆さんへのエール！！

⇒経験から学んだこと

最後にお伝えしたいこと



悩みながら対応した経験ほど、自分の力になる
⇒少し大変そうだなと思うケースほど前向きに！！

まとめ

Step 1



支援方法は理由を理解した先に見えてくる

Step 2



優先順位を決めることも業務の一部

Step 3



悩みながら対応した経験ほど、自分の力になる

ご清聴ありがとうございました

