

実践報告

保健活動の展開と楽しさ ～先輩保健師の経験から学ぶ実践力～

朝霞保健所 保健予防推進担当
技師 上野 明日香

自己紹介



- 令和5年度 埼玉県入庁 （現在4年目）
- 令和5年度～7年度 幸手保健所 保健予防推進担当
 - 1・2年目 : 感染症担当
 - 3年目 : 母子難病担当
- 令和8年度から （現在の配属先）
朝霞保健所 保健予防推進担当 （母子難病担当）

本日の内容

1. 保健活動の展開について
2. 感染症担当の経験
3. 母子保健担当の経験
4. 難病担当の経験
5. 保健活動の楽しさ
6. おわりに



1. 保健活動の展開について

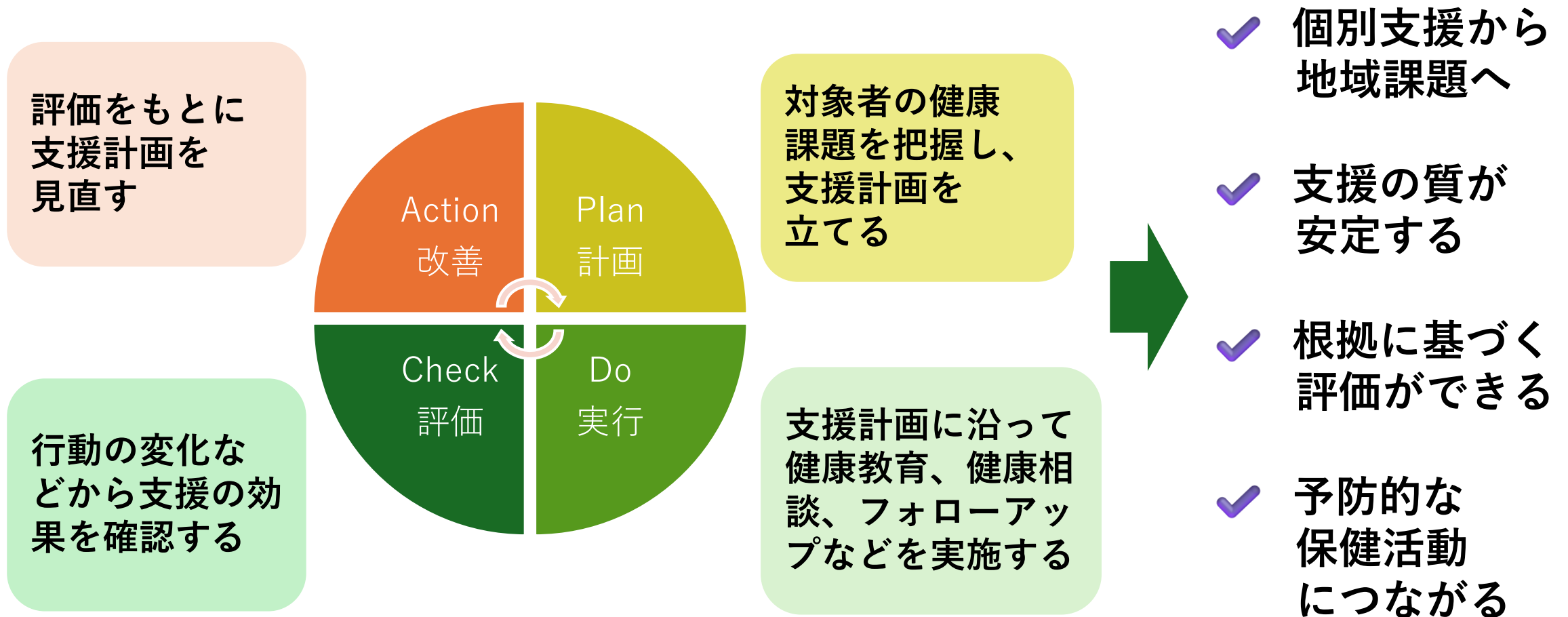
保健師の保健活動の基本的な方向性

☆ 地域診断に基づくPDCAサイクルの実施

- ☆ 個別課題から地域課題への視点及び活動の展開
- ☆ 予防的介入の重視
- ☆ 地区活動に立脚した活動の強化
- ☆ 地区担当制の推進
- ☆ 地域特性に応じた健康的なまちづくりの推進
- ☆ 部署横断的な保健活動の連携及び協働
- ☆ 地域のケアシステムの構築
- ☆ 各種保健医療福祉計画の策定及び実施
- ☆ 人材育成

1. 保健活動の展開について

P D C A を活用した保健師活動の例



2. 感染症担当の経験

【感染症集団発生施設への対応】

原因不明の集団発熱（障害者施設）

状況の流れ

- ・ 複数入居者が発熱
 - └ 新型コロナ・インフルエンザ陰性
- ・ 行動歴・居室に共通点なし
 - └ 感染経路が特定できない
- ・ 施設から助言依頼
 - └ I C N と現場確認を実施

原因の推定

裸足で過ごす入居者
↓
床・ベッドの汚染
↓
手を口に運ぶ入居者
↓
接触感染 → 集団発熱

- ★ 個人の行動特性が集団感染の引き金になる
- ★ 病原体が不明の時は、検査を実施し、対処方法の確認をする
- ★ 行動・環境・接触など多方面の視点で感染経路を考える必要がある



感染症対応の整理

状況把握 仮説立案

- ・ 発症時期・行動・接触状況を整理する
- ・ 行動特性から**感染経路を仮説化**する
例) 裸足 → 床汚染 → 接触感染

現場確認 初期対応

- ・ I C Nと環境・動線・行動特性を確認する
- ・ 足の清潔保持と高頻度接触部位の重点清掃を指導する
- ・ 必要に応じて検体採取を検討し、病原体を特定する

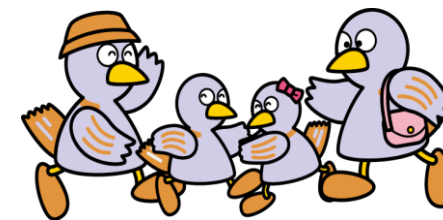
効果確認

- ・ 対策後の新規発症者の有無を確認する
- ・ 清掃・衛生管理の**改善効果を確認**する
- ・ 行動特性に応じたリスク低減状態を確認する
- ・ 検査結果による病原体と感染症対策の整合性の確認をする

見直し 事業化

- ・ 清潔保持のルール化 例) トイレを利用したら足を拭く
- ・ 清掃頻度・動線管理の見直し
- ・ 高齢者施設向け感染症研修に内容を反映 (個→集団へ)

3. 母子保健担当の経験



長期療養児教室

① 目的

- ・ 医療的ケア児と家族・支援者が対象
- ・ 講義や交流を通じて不安・悩みの共有、孤立感の軽減、安心して療養生活を続けられる支援

② 内容の決定

- ・ 伝えたいテーマ
- ・ 地域ニーズ
- ・ 個別ケースの課題

→ これらをもとに毎年内容を検討

③ 運営のポイント

- ・ 安全面を考えた事前準備
- ・ 子どもの居場所づくり
- ・ アンケートと振り返りで改善する

【幸手保健所での取り組み】

地域ニーズを踏まえたテーマを設定する
(口腔ケア)



歯科医師による講義



歯科衛生士の助言のもと
保護者と一緒に実践ケアを練習



医療的ケア児でも安全にできる方法を
共有できた



家庭でのケアの質向上・不安軽減に
つながった

3. 母子保健担当の経験

【長期療養児教室】

PDCAで整理する事業運営

Plan (計画)

前年度の振り返り・個別ケースの課題からテーマを検討する
地域ニーズ（例：口腔ケア）を踏まえて内容を決定する
医療的ケア児の参加を想定し、移動・物品・安全面を準備する

Do (実行)

会場設営（保護者スペース・子どもの遊び場）
参加者が安全に過ごせるように職員の配置を検討する
講義や交流会を実施をする

Check (評価)

参加者アンケートで満足度・課題を把握、関係者で実施後の振り返りを行う
子ども・保護者の様子、安全面の評価をする
実践ケアの理解度や家庭での継続可能性を確認する

Act (改善)

振り返り結果を次年度の計画に反映させる
テーマ・運営方法・環境整備を改善する
個別ケースの課題を次サイクルの内容に組み込む

PDCAを
回すことで



- ★ 事業の質が安定し、個別ケースの課題を次年度の内容へ反映できる
- ★ 地域ニーズに応じた支援が継続的に改善される

4. 難病担当の経験

【個別ケース支援】

個別ケース：筋萎縮性側索硬化症（ALS）70代後半男性の支援

診断直後、発症から約1年、食事摂取量が減少している（**球麻痺型**）

本人は **胃ろう造設等の延命処置を強く拒否**、高齢夫婦の2人暮らしで、介護負担が大きい状況

支援内容（個別支援）

胃ろうとは何か、造設した場合／しない場合の予測、手術は体力が必要であることを説明した

退院後の生活を見据え、**訪問診療・訪問看護の導入が必要と予測し、事業所の情報を提供した**

★本人と家族の生活状況等を考慮しながら、
本人と家族の意思決定を支援する

生活の変化と支援の継続

診断後自宅で生活していたが、介護者の体調悪化
家族相談のうえ、**介護付き有料老人ホームへ入所**
入所には胃瘻造設が必要と説明され、本人・家族
が納得して手術をうける

同疾患の受け入れ実績がある近隣施設を紹介し、
ケアマネにも情報提供

★管内には入所可能施設が少なく、管外の施設へ



個別支援から地域課題の発見へ



難病個別ケース支援

個別ケースの 状況把握

病状・生活状況・家族の介護力を評価する
医療処置（胃ろうなど）の有無による生活の変化を整理する
退院後の生活を見据え、必要なサービスを予測する
地域の支援資源（訪問診療・訪問看護・施設）を把握する

個別支援の 展開

医療処置についての不明点があり、相談希望がある場合は丁寧に説明する
管内の難病患者の受け入れ実績がある事業所を紹介する
必要に応じて、介護保険・障害サービスの窓口を案内する
ケアマネ等の関係者と連携し、生活の選択肢を広げる

支援の効果 課題の把握

本人・家族の意思決定が尊重されているか
生活の安全性・介護負担の軽減が図られているか
地域の支援資源が十分に機能しているか
同様のケースが地域に複数存在するかを確認する
→ **地域としての課題が見えてくる**

集団支援・ 地域課題への 展開

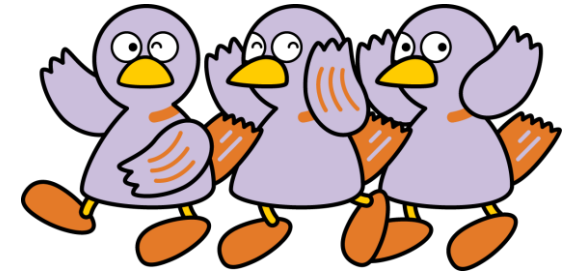
難病患者の在宅支援に必要な資源を把握し、関係機関と連携する
個別ケースの課題を、**難病支援の研修や会議・協議会へ反映させる**

5. 保健活動の楽しさ

- ライフステージ全体を支えることができる
- 多職種と出会える
- 経験が成長につながる
- 地域づくりにつながる



6. おわりに



- まずは自分自身の健康が大切です
- 保健活動に困ったときは、上司や先輩に相談しましょう
- 多様な人との出会いが、保健活動の楽しさを広がってくれます
- 個別支援の経験が、集団支援や地域づくりに生きていきます
- 困難なこともグループメンバーとともに乗り越えることで、保健師として成長するチャンスになります

参考文献

- 厚生労働省 地域における保健師の保健活動について
(令和8年5月15日改正)
- 埼玉県保健所における保健師の保健活動指針について
(令和7年3月改訂)
- 埼玉県・さいたま市保健師人材育成プログラム
(令和4年3月改訂)

ご清聴ありがとうございました



埼玉県公式マスコット
「コバトン」 & 「さいたまっち」