

# 会報 青森県在宅保健師の会

令和5年3月発行・第41号

## 令和4年度小規模保険者支援事業

### ★事業実施状況★

今年度国保連合会が小規模保険者支援事業として実施した、東通村における糖尿病治療中の方への調査訪問に、本会会員が協力しました。

- 1. 目的：**小規模保険者（被保険者数3,000人未満）における国民健康保険の医療費の適正化と被保険者の健康づくりを支援し、市町村としての地域保健活動推進に寄与する。
- 2. 内容：**糖尿病重症化予防事業への支援（調査訪問）
- 3. 対象者：**令和3年度特定健診受診者で東通村診療所にて糖尿病治療中の方
- 4. 日程：**4月28日（木）事前ヒアリング（東通村2名、事務局3名）  
6月28日（火）事前打ち合わせ会（東通村3名、事務局4名）  
8月30日（火）事前打ち合わせ会（東通村6名、事務局5名）  
10月4日（火）～10月6日（木）家庭訪問  
10月6日（木）訪問結果報告会（東通村6名、在宅保健師の会会員4名、むつ保健所2名、事務局5名）  
12月28日（水）事後打ち合わせ会（Web開催）（東通村2名、事務局5名）
- 5. 従事者：**協会会員（北山つね子、高坂恵美子、澤谷幸子、横浜まり子、工藤美子、平塚美加子）  
国保連合会保健師3名



**6. 実績：**

対象者 A	面接(家族含む) B	不在・拒否	状況判明者割合 B/A
61件	50件	11件	82.0%

協力して下さった工藤美子会員より報告させていただきます。

### 報告者：工藤 美子 会員（野辺地町）

東通村診療所で糖尿病治療中の人を対象に重症化予防のため、3日間の聞き取り訪問のうち、2日間従事させていただきました。

どの家も訪問の受け入れがよく、本人不在時は家族がきちんと対応してくれるなど保健師と住民の距離感が近いと感じました。

私が訪問した人は、診療所で配付された「糖尿病連携手帳」をどの人も活用しており、薬局や眼科、歯科などの記載もあり、浸透していることがわかりました。服薬は指示通りにしていましたが、病気の理解については様々で、検査値の見方や指導内容も初回治療で理解している人から、年数が経つと曖昧な人もみられました。

治療開始をきっかけに薄味にしたり、ウォーキングを日課にするなど生活改善できた人と、わかっ

ていなかった人などがおり、治療年数にかかわらず個別に確認しながら指導を継続することが必要だと感じました。

訪問後、フォローの必要なケースについて村の保健師へ情報提供できたことで、重症化予防に向けた今後の関わりにつなげられたのではないかと思います。

国保データベース（KDB）システムを活用し村で作成した「村の健康情報」のチラシは、村の健康課題がわかりやすくまとめられ、訪問時、なぜ訪問しているのか説明するのにとても役立ちました。

行ったことのない地区へ、今回はカーナビを頼りに訪問しましたが、今にして思えば昔は地図と勘だけでよく訪問できたものだと感心しました。訪問前後、みんなで情報交換や報告をしながら「訪問は保健師活動の原点だよ」と再認識できた貴重な2日間となりました。

**令和4年度****新任等保健師育成支援事業(トレーナー事業) (三沢市)**

今年度のトレーナー事業は9市町村(トレーナー保健師11名、158日間)、4保健所(トレーナー保健師4名、60日間)で実施しました。事業を活用した三沢市(健康推進課)から報告します。

**トレーナー保健師****平塚 美加子 会員 (おいらせ町)**

今年度もトレーナー保健師として活動する機会をいただき、大変感謝しております。

三沢市を担当させていただいたのは、今年度で3回目となりましたが、毎回毎回学びがあり、とても刺激をいただきました。また、三沢市の新任期育成体制が整っていることにより、とても活動しやすい環境であったこともありがたく思っています。

さらに今回は、私が最初にトレーナーとして担当させていただいた保健師がプリセプターになっていて、トレーナー事業後も成長・活躍している姿を見ることができ、とても感慨深いものがありました。

いつもトレーナーとして心がけていたことは3つ。1つ目は、新任保健師の特性に合わせた対応をすること。人はそれぞれ思考と行動の特性によるタイプがあります。成長を促すには特性に合わせた対応が不可欠で、これは子育てにも使えます。2つ目は、とにかく実践・体験。学生の時に学んできたことと目の前にある現場を繋げること。3つ目は、どの立ち位置で考えるか、常に住民目線であること。事業のための仕事ではなく住民のための仕事であること。この3つです。

今年度の新任は二人。北館トレーナーと担当しました。どちらも、看護師としてのキャリアを積んでの保健師です。保健師としての学び直しに一生懸命取り組む二人の姿は、とても好感が持て「いつまでも応援したい!」今もそんな母心でいます。

今回地区踏査した所は、昔ながらの商店街で、経済と暮らしが交錯している地区です。とにかく地区を歩き、訪問し、状況を掴み、今後を考える。その繰り返して見えてきたことは、個人の健康づくりと同時に地区の活性化が必要であること。まさにヘルスプロモーション活動が大事になってくる地区です。本事業が終わった後も、今回立てた目標に向かって活動して欲しいと思います。転んでも大丈夫。いつも応援しています。

**トレーナー保健師****北館 祐子 会員 (十和田市)**

私は三沢市で活動させていただきました。三沢市までは自宅から車で30分位ラジオを聞いて向かいます。ラジオ番組“武田鉄矢の朝の三枚おろし”で楽しい時間が過ごせました。ある時、番組で武田鉄矢さんが言いました。「立派な人にならなくてもいい、どうか感じのいい人になってください」金八先生の最終回に卒業生に向かって発した言葉だったそうですが、立派な人物が言った言葉だそうです。この言葉に「そうだよな」と感じた時間でした。

退職後の生活に物足りなさを感じていた時に、この事業に携わることができました。

新任保健師沼田さんの業務の習得意欲と積極的に取り組む姿勢を強く感じ、私は楽しくトレーナーをすることができました。そう思えたのも、この事業において育成目標や個人目標があり、それに向かって職場が一体となって新任育成をしているからだと思っています。

私はこのトレーナー事業で新任保健師へは保健師の仕事が好きになってほしいという思いで臨みましたが、私の方が保健師になってよかったなと感じる楽しい事業でした。

新任保健師の沼田さんには、将来も今と変わらず「感じのいい保健師」でいてほしいなと思います。

三沢市保健相談センターへ行く日は楽しい一日でした。それは三沢市保健相談センターの職員の皆様のおかげです。ありがとうございました。



後列：左から種市健康推進課長、立花保健師、高橋主任保健師、山口課長補佐、坂本保健師  
前列：左から北館トレーナー、沼田保健師、沼尾保健師、平塚トレーナー

## 新任保健師 保健師 沼尾 恵

トレーナー事業開始前はどのようなことをするのかかわからず、とても不安な気持ちで事前準備をしていたことを覚えています。幅広い知識と経験の豊富なトレーナーの平塚保健師からは、家庭訪問のたびに的確なアドバイスをいただくと同時に振り返りを行い、次の訪問に活かすことができました。家庭訪問で相手から話を引き出す技術や、健康教育での幅広い知識と住民を巻き込み楽しませる技術など、平塚保健師から学ぶことは大変多く、本当に貴重な機会をいただくことができました。

私は一度看護師を経験したのちに保健師として採用されましたが、平塚保健師からいただいた「看護師として働いてきた経験は無駄ではない」というお言葉に何度も勇気づけられました。

今回トレーナー事業を通して学んだことを活かし、今後地域に積極的に出向き、住民にとって身近な保健師になっていきたいです。本当にありがとうございました。

## 新任保健師 保健師 沼田 保奈美

今回、トレーナーの北館保健師からご指導いただき、とても多くの学びを得ることができました。家庭訪問では、北館保健師の住民に親身に寄り添う関わりがとても印象的で、大変参考になりました。短時間で安心感を与え、何気ない会話から本音を聞き出す姿勢を、自身も習得し今後の対人支援に活かしていきたいと思います。

また、健康教育では対象住民が興味を持って聞けるような内容の検討、発表方法の工夫等、様々な視点でアドバイスいただき、無事に実施することができました。熱心にメモを取って聞く住民がいたり「健康教育の内容を今後の活動に取り入れたい」といった声が聞かれ、やりがいと達成感を得ることができました。

豊富な知識や多くの経験があり、ケース対応についても共に考え、助言をしてくださり、とても勉強になりました。落ち込んだり悩んだこともありましたが、親身に話を聞いてくださり、前向きな言葉で自信を持つことができました。

トレーナー事業での学びや経験を今後の保健師活動に活かし、さらに精進してまいりたいと思います。貴重な経験をさせていただき、ありがとうございました。

## プリセプター保健師 保健師 立花 麻未

コロナ禍ということもあり、正直以前よりも地域に出向くことが減っていました。そんな中、平塚トレーナーと北館トレーナーにはこの事業を通して、個や家族、地域全体を「みる」パイプ役として「つなぐ」といった保健師活動の本質と

なる部分の支援をしていただきました。今までの保健師経験を活かした、技術や対応方法等について、私たちでは支援しきれない部分も補っていただき、本当にありがたかったです。

私も4年前、トレーナー事業で様々な事を学びましたので、今年度で最後というのは、なんだか寂しいです。ぜひ、新任保健師2名にはこの事業で学んだ保健師としての姿勢や知識・技術を活かし、市民に寄り添った保健師活動をしてくれることを期待しています。

## プリセプター保健師 保健師 坂本 美帆

今年度、初めてプリセプターを担いましたが、平塚トレーナーには家庭訪問だけでなく、保健師活動を行うために必要なアドバイスをしていただき、私自身に足りない部分を補っていただけただけで本当に心強かったですし、私自身の学びにもなりました。

新任保健師2名は、初めての保健師業務に加え、新型コロナワクチンの対応等で大変だったと思いますが、持ち前の明るさで一生懸命に仕事に取り組んでいました。

実際に私自身も4年前トレーナー事業を活用し、また今年度は平塚トレーナーに大変お世話になり、このトレーナー事業が終了してしまうことは大変残念な気持ちです。二人には、この事業で得た知識や技術を今後の保健師活動にフルに活かしてもらいたいです。

## 指導保健師 主任保健師 高橋 千里

今年度、三沢市では2名の新採用保健師を迎えました。新任保健師にじっくりと関わり指導にあたる必要性を認識しながらも、日々の業務に追われ支援しきれない部分もありました。そんな中、トレーナー保健師の平塚さんと北館さんに来ていただいたことで市の育成環境だけでは不十分な部分を担っていただき本当にありがたく感じました。

トレーナー保健師にサポートしていただいたことで、保健師として大切な個人や家族に寄り添い、生活の質を向上させる関わりなど、対人支援技術の基本を身に付けることができました。また、地区踏査を一緒に行っていただいたことで、既存資料だけでは得ることのできない住民の声を聴き、学び、二人が日々成長していることを保健師全員が感じることができました。今後も、今回学んだ保健師活動の本質である「みる」「つなぐ」「動かす」力を大切に、積極的な保健活動を期待しています。

トレーナー保健師の平塚さん、北館さんをはじめ国保連合会及び県、保健所の皆様には今回大変貴重な機会をいただきありがとうございました。





# 国保連合会保健事業支援・評価委員会

## 野宮 富子 会員（五所川原市）

保健事業支援・評価委員会は、国保連合会が国保・後期高齢者ヘルスサポート事業の一環として実施しているものです。ヘルスサポート事業は連合会の保険者支援の基幹的な事業です。ねらいはPDCAサイクルを回し、効果的・効率的な生活習慣病等の発症予防や重症化予防等の保健事業を実施できる保険者が増えること、結果、加入者の健康と医療費の適正化が図られることにあります。（保険者支援のためのガイド ～国保・後期高齢者ヘルスサポート事業を中心として～ 一部引用）

今年度から支援・評価委員会の委員として活動させていただいていますが、委員会における保健師としての立ち位置、役割が十分に分からないのが現状です。前任者からは、関係資料を丁寧に読み込むこと、地域の現状を知っておくことが大事と教えていただきました。地域の現状を知ることは、トレーナーとして新人保健師の家庭訪問や特定保健指導、地区踏査等の活動に同行した際に、自治体職員や地域の方々から教えていただいた情報や、家族の通院に付き添いながら診察するまでの待ち時間に、同じく診察を待っている方々のお話がリアルでとても役立ちました。

## 先輩諸姉と語る②①



川崎 芳子さん  
(十和田市)

新井山 会長

「私なんて何も話すことはないのよ」と川崎さんは謙遜されながらも、数々の困難な状況にも地道な活動を重ねてこられた保健師としての「芯」の部分をお話し下さいました。現在は多くの仲間にも囲まれながら過ごす豊かな毎日を、俳句や絵手紙で表現されているそう。

今回は、現職時代から川崎さんのお人柄をよく知る新井山会長がインタビューしました。

### 保健師を目指したきっかけ

看護の道を選んだのは高校時代の先生に勧められたのが大きいです。保健師を選択したのは、看護師の夜

間勤務は体力的に無理があると思ったからですが自分自身よくわかりません。公衆衛生看護学部に入学してから、青森県の無保健婦（師）町村解消という故花田ミキ先生の熱意に感動し保健師として就職しました。

### 保健師活動の体験を振り返る

三沢保健所から昭和43年4月、七戸保健所勤務となり旧東北町に派遣（町村の無保健婦解消事業）されました。初めての仕事は同年5月に発生した十勝沖地震。地割れや余震にふるえながら妊婦やけが人の調査・把握に追われました。母子保健・成人保健は、全てゼロからの出発でした。

昭和45年には、集団赤痢が発生し一年中赤痢に悩まされました。手洗いの他、家屋消毒の石灰撒きや井戸水の消毒指導に明け暮れたことが思い出されます。

38年間の勤務のうち18年間七戸保健所で、そのうち10年は派遣保健師として過ごし、ここで育てられた思いです。

県内の保健所に勤務し、市町村の方々と一緒に健康づくり・母子保健・精神保健に取り組んだことを思い出します。

### 今、どのように過ごしていますか？

生まれも育ちも住まいも十和田市、60代は裂織に夢中になり、最近は仕事仲間や本を読み回す「本仲間」と交流しながら過ごしています。

折に触れ脳トレとして自己流の俳句や絵手紙等を作り、暇をつぶしています。

また、今年度支援を受けている保険者に伺った際に「これでいいのかなあ?」と悩みながらもPDCAサイクルを回して頑張っている保健師等の姿を見せていただきました。生活習慣病の発症予防や重症化予防は、本人の努力だけでは難しく、経済、家族状況等多種多様な要因が影響しています。課題解決にあたっては、特効薬を服用しすぐ症状が落ち着くというようにはいかず、保険者の日々の努力の積み重ねが重要であることを感じています。よく分からない状況の中、頑張っている自治体や事務局の皆様からエネルギーをいただきながらの1年間でした。



青森県への対面支援の様子

故太田みな氏の「紙と鉛筆があればできることがある」という言葉が思い出されます。

### 後輩保健師に伝えたいこと

感染症対策はいつの時代でも大事にする必要があると思います。

保健師活動の基本は地域活動だと考えています。地域の健康課題に包括的に関わり、地域の実情に応じて必要な支援をコーディネートすることが保健師の役割だと思います。

保健師の専門性は玉ねぎの皮をむくみたいに最後に何が残っているのと言われてきましたが、基本的なものを押さえて活動して欲しいと思います。

今の活動は非常に難しくなっていると思いますが、住民に見える活動、例えば健康調査・家庭訪問などは地元の保健師として大切にして活動して欲しいと思います。

### 在宅保健師の会に期待すること

時代の変化についていけない状況ですが、在宅保健師として仕事をしている方々に頭が上がりません。

健康に留意していただきたいと思います。

### 取材を終えて（令和4年11月28日取材）

平成9年発行の「七戸保健所閉所に寄せて」創立50周年記念誌と数十枚の自作絵入りの俳句等を携え笑顔で現れました。

私（新井山）が十和田市から三沢保健所に行くたびに

「よく来たね」と温かく迎えてくれた姿そのものでした。今も仲間との交流が続き、その人柄を思わせます。

取材後に「玉ねぎ丸ごと保健師だよ」と一致（笑）たくさんの俳句等に感動でした。コロナ禍のためしばらくの間会食ができませんでしたが、徐々に美味しいものを食べながら、とても良い時間を過ごすことができました。ありがとうございました。



川崎さんが描いた絵手紙

「今年も何度も食卓をにぎわしてくれました。生命力強し 何れ、折られても命をつなぎます。芳」（絵：オータムポエム）

# 令和4年度 東北地方在宅保健師等会連絡会議

各県持ち回りで開催されている東北地方在宅保健師等会連絡会議は、今年度は福島県で集合開催の予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、Web会議に変更となりました。本県からは、県共同ビル1階「大会議室」を会場とし、会員12名（うち役員8名）が参加しました。浪内妙子会員から参加した感想をいただきましたのでご紹介します。



## <内容>

1. 開会挨拶
2. 各県からの活動状況報告
3. 各県からの活動報告に対する質問・意見交換
4. 講演① 「保健事業を取り巻く動きについて～令和6年度に向けた予防・健康づくりの動きを踏まえて～」  
講師：国民健康保険中央会  
保健事業担当専門幹 三好 ゆかり 氏
5. 講演② 「新型コロナウイルス感染症と地域保健活動～コロナ禍による高齢者の健康への影響と介護予防・生活習慣病予防の観点から地域の保健師活動に求められるもの～」  
講師：福島県立医科大学総合内科・臨床感染症学講座  
教授 北福島医療センター医師 山藤 栄一郎 先生
6. 全国連絡会報告 都道府県在宅保健師等会全国連絡会  
新潟県在宅保健師の会「燈々会」会長
7. 閉会挨拶

## 「令和4年度東北地方在宅保健師等会連絡会議」に参加して

### 浪内 妙子 会員（五所川原市）

在宅・現職保健師保健所ブロック別研修会以来の大規模な会議に久々の参加でした。

東北各県とウェブ形式で行われ、映像や音声、各資料等に集中しながらとても有益な時間となり、知識を得る機会ともなりました。

各県で取り組んでいる活動の報告では、コロナ禍の影響が大きく、事業の縮小や中止等やむを得ない状況であったこと、それでも活動の流れを停滞させることなく、創意工夫しながら実施したことを知ることができました。また各県の会員数や構成メンバーの職種の違いや受託事業等の報告もあり、興味深い内容ばかりでした。報告の後に当県から提出した「コロナ禍を踏まえ、通いの場での活動の工夫は何か」「保健師の人材育成に在宅保健師が関わっているか」のテーマについて情報及び意見交換が行われ、在宅保健師の熱意に刺激を受けたところです。

午後からは「保健事業を取り巻く動きについて」と「新型コロナウイルス感染症と地域保健活動」の2つの講演がありました。

国保中央会保健事業担当専門幹三好氏から、令和3年度在宅保健師等会調査結果をもとに、全国の在宅保健師等会活動の課題等について報告がありました。また、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施に向けては「保険業務、保健衛生業務、介護業務の三者が地域関係者との連携体制をとることが重要である。在宅保健師の会も地域関係者としてその一端を担う役割が期待されている」との話があり、

私も会の一員として、また地域住民の一人として、国保保健事業の動向等を理解することができました。

新型コロナウイルス感染症と地域保健活動については、福島県立医科大学総合内科・臨床感染症学講座教授の山藤氏から「新型コロナウイルス感染症と地域保健活動～コロナ禍による高齢者の健康への影響と介護予防・生活習慣病予防の観点から地域の保健師活動に求められるもの～」と題し、症状の残存期間やワクチンの効果等について様々なデータを交えたわかりやすい講演がありました。また、質疑応答で今後の予測について「ウイルスは変異を繰り返しながら、無くなることはないだろう。感染症法上の分類が2類から5類へ引き下げられるとクラスターの発生時に保健所が介入できなくなったり、医療費の公費負担がなくなることで医療を受けられない人が出てくるのが懸念される」との話がありました。

新型コロナウイルス関連のニュース等は毎日耳にしていますが、今回の講演で確かな情報と知識を得ることができました。また、自分自身の持っている情報等も整理でき、とても有意義な内容でした。

家庭でも地域でも感染対策をしっかりとれるよう、新型コロナウイルス感染症に関わる知識やデータは保健活動をしていく上で欠かせない情報ですので、これからも学ぶ機会をもってほしいと思いました。

次回開催を楽しみにしています。



## 表彰受賞者の紹介

### 本会から推薦

#### 公衆衛生事業功労者厚生労働大臣表彰

多年にわたり健康増進や疾病予防等の公衆衛生事業のために献身的活動を続け（20年以上）、その功績が特に顕著であり、その事業に携わる者の規範となる個人または団体に対し、厚生労働大臣が表彰する制度。

この度、太田一子会員（十和田市）と浪内妙子会員（五所川原市）が公衆衛生事業功労者厚生労働大臣表彰を受賞されました。お二人から、受賞した感想をいただきましたので、記念写真とともにご紹介します。



#### 太田 一子 会員（十和田市）

この度、在宅保健師の会の推薦によりこの様な名誉ある賞をいただき、ありがとうございました。

お世話になった皆様に深く感謝申し上げます。

保健師として、旧十和田湖町派遣がスタートで若さと未熟さはありましたが、地域の皆様や職場の先輩、同僚の方々のサポートを受けながら、多くの経験ができた3年間でした。

保健所では、結核対策業務が多かった時代ですが、その中で市町村と地区分担をし、一緒に活動したことが楽しくなつかしく思い出されます。

精神保健を担当した時の保健所デイクアは、当事者と一緒に考え行動することや家族会の方々との関わりなど、学び、気づかされることの多い事業でもありました。

退職後は、十和田市、三沢市、七戸町などの相談事業や健診事業のお手伝いをしてきました。また「セーフコミュニティとわだ」のボランティア活動に参加し、その一環として有志と共に傾聴ボランティアを続けています。

在宅保健師の会の皆様のパワーをいただきながら、自分も健康管理に努め、今後も歩んでいきたいと思えます。コロナ禍も収束とは言えないまでも、様々な規制が解除になり、皆様とお会いできる日も近いと思われまします。在宅保健師の会の今後の更なる発展をお祈りいたします。

#### 浪内 妙子 会員（五所川原市）

この度は、在宅保健師の会の推薦により、栄誉ある表彰を受けることができ、関係者の皆様に心から感謝申し上げます。

昭和50年度県に採用され、保健所や市町村の派遣・駐在保健師として、そこで出会った多くの地域住民や諸先輩に支えられ、仕事のみならず人生そのものを学ぶことが出来ました。

「保健師はそこに住む人々の生活や暮らしぶりを知ること。人々の様々な声に耳を傾け、寄り添うことが大切である」と先輩保健師からご教示いただいたことを今でも鮮明に記憶しており、これを仕事のモットーとしてきました。

長い保健活動の中では様々なことがありました。住民の健康状態を把握し、支援につなげたいとの思いから全世帯を訪問した日々。医療関係者との同行訪問。各種健（検）診や事業等の充実を図るために担当者と議論を重ねたこと。保健所においては、難病、精神保健等を主に担当し、患者会の結成、精神障害者小規模作業所の活性化のために当事者や家族会と一緒に商品の開発販売等々、本来の業務から逸脱していたかもしれませんが、各関係者の理解と協力を得ながら奔走してきたように思います。

地域、住民あつての保健活動。保健師という仕事には悩んだことも苦しかったことも多々ありましたが、全て自分自身の宝物です。

これからも、地域のため、在宅保健師の会のため微力ですが、協力していきたいと思っています。

本当にありがとうございました。





## コーヒーブレイク



### 「あおもり暮らし」

入江 りさ子 会員 (八戸市)

千葉県から八戸市へ転入をし、1年が過ぎようとしている。千葉県生まれ千葉県育ちである私は、初めて八戸市に住むことになった。しかし不安はなかった。以前勤めていた市役所には、八戸市にゆかりのある職員が多く、頼もしい言葉で送り出してくれたからである。その言葉通り、今は自然に癒されこころ豊かに過ごしている。空を見上げ鷹を追う。鱒が川のぼりをしている。八甲田の山並みを見ながらドライブをする。暮らしの中で小さな喜びや感動がある。とても贅沢な生き方をしていると感じる。大自然が身近にある贅沢さに感謝をし、これからも大好きな青森の四季を感じていきたい。

さて、ここからはマイブームについて記していきたい。八戸市にある温泉かけ流しの日帰り温泉「熊ノ沢温泉」だ。地下800m程の源泉を汲み上げ、地層には数千年前の太古の樹木が数多く堆積しており「古樹の湯」と呼ばれている。私の楽しみ方は…鮮度の高い露天風呂で温まり、そばにあるリクライニングチェアでクールダウンをする。外気は冷たいが体は温まっているため、心地が良い。これを何セットか繰り返し、温泉をゆっくりと堪能する。定期的な水分補給も忘れない。湯上り後は、身体が優しく温まり続け、肌の艶があり潤っている感覚になる。とっておきの癒しを感じられる空間だ。

## 役員会報告

去る3月3日(金)、国保連合会8階会議室において、令和4年度第4回役員会を行いました。

今回は活動報告のほか、来年度の総会並びに設立25周年記念パーティーに向け、開催方法や内容、今年度の事業実績や次年度の事業計画について検討しました。また、昼食時にはDVDの送付をもって開催となった「令和4年度都道府県在宅保健師等会全国連絡会」の一部を視聴しました。DVDは貸出可能ですので、視聴を希望される方は事務局までお問い合わせください。

## 「地域の保健・福祉活動支援事業」助成団体の募集について

本会では、会員が身近な地域で自主的に取り組んでいる保健・福祉活動に少しでも手助けになればと考え、平成11年度から予算の範囲内で助成事業を実施しております。これまで20団体に活用いただいたところです。ボランティア活動等、地域の活動をされている方は是非ご活用ください!!ご不明な点がありましたら事務局までご連絡ください。(令和4年度は4団体を助成)

## 令和5年度総会・設立25周年記念パーティー 開催のお知らせ

平成10年4月に設立された本会が、25周年の節目を迎えるにあたり、これまで会の運営を支えてくださった方々に感謝の意を込めながら、会員同士思い出を語り合う機会として、令和5年度総会に併せて記念パーティーを開催することとしました。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

日 時：令和5年6月5日(月) 10:00~14:30

場 所：アップルパレス青森「ねぶたの間」

会 費：1,500円

内 容：○令和5年度総会 10:00~10:50

○設立25周年記念パーティー 11:20~14:30

会の歴史紹介、活動発表、アトラクション 等

## 編集後記

早いもので、もう年度末。あれほど私たちが悩まし、翻弄していた新型コロナウイルス感染症も5月には5類に変更されます。そして6月にはお待ちかねの「在宅保健師の会設立25周年記念パーティー！」

会員の皆様がおおきく語り合い、そして最高の笑顔で25歳の誕生日を祝えるよう役員及び事務局は頑張っています。成功裏に終わらせるためにも皆様方のご協力をお願いします。

