

住民に 根ざした活動を

福知山市
八代 純 さん



福知山市で生まれ育ち、親が看護師ということもあり、もともと医療方面に興味を持っていたことから、人とのつながりを持てるものを選択した。看護学校を経て、岐阜県の保健師短期大学を卒業した後は、看護師として大阪の病院で勤務した。1年後、地元福知山市の保健師に採用され、現在6年目、日々忙しい毎日を過ごしている。

今年度から保険課へ配属され、特定健診・特定保健指導をはじめ主に国保の健康事業を担当している。現在は受診率の向上を課題として、啓発に力を入れている。

「良い意味で席にいない保健師になりたいですね。」

衛生部門にいた強みを活かして、衛生部門と連携をとり、事業に自ら出向き、そして直接的に啓発するように心がけている。また、上司の理解もあり外へ出ていきやすい環境づくりに協力してもらっていることに感謝している。

保健師となった当初は、保健指導で健康体操などを取り入れても、なかなか効果が上がらなかった。そのことを活かして、現在では日常生活のふとした時にできるような体操・運動等を提供しながら住民とその生活に根ざした活動に努めている。

また、相手とコミュニケーションをとる時は同じ目線に立つように心がけている。相手となる方の多くは人生の先輩であるため、同じ目線に立てるようできるだけ経験を増やす努力をしている。そのため、健康法等についてもまずは自分で実践し、効果や大変さなどを確かめてから紹介するように心がけている。

「住民さんにはより健康であってほしいです。」

看護師として病棟勤務をしていた頃、糖尿病等の重症患者を目の当たりにした時に、健康の大切さを痛感し、それとともに予防の大切さを理解したという。当面の目標は、個人だけでなく、家庭等の個人を取り巻く環境すべてを看られるようになること。今は今できることを全力で取り組むために、まずは健診を受けてもらい、結果的に予防につながるよう積極的に地域に参加していきたいと語った。