



保健師 最前線

縁の下の力持ちでありたい

長岡京市

おの ゆうこ
小野 祐子 さん

女性は一人でも生きていけるよう手に職をもちなさいー。そんな母親の助言もあり、医療の道に進んだという。

神戸の大学病院で看護師として2年勤務した後、故郷の長岡京市に戻り、保健師になってから8年目になる。「地域の市民の方に役立つ情報を提供し、病気などになる前に、予防を積極的に働きかける仕事がしたくって」

長岡京市では、妊娠時から就学前まで切れ目ない母子支援を目指している。毎年700人前後の新生児が誕生するが妊娠届時には、保健師が窓口で心配事や悩みがないかどうか、全員に面接するという。

「きめ細かく情報をすくいあげることで気軽に子育ての相談ができるようにしたい」。小野さん自身も2人の子どもがいる。「子育ての大変さはよく分かりますから」と話す。

乳幼児健診を2回連続で受けていないケースなどは家庭訪問を実施している。「孤立した育児が虐待につながりかねないので、早期発見のきっかけとして目配りしています」

特定健診で生活習慣病のリスクが高いと指摘された市民への健康対策にも力を入れている。管理栄養士の協力を得て実際に食事をしながら食生活を見直す

シェイプアップ教室は好評だ。多くの人は6カ月で「ウエスト-3cm、体重-3kg」を実現しているという。

市のホームページには体重や血圧、歩数を毎日記録できる「ガンバレ!のこちゃん体重日記」を掲載。工夫を凝らしながら毎月更新し、市民の健康管理に役立っている。

今春、主任になった。「自分のことだけでなく、みんなと協力しながら市民のみなさんに役立つ情報や新事業を発信していきたい」

中学から木管楽器のファゴットを演奏し、現在もアマチュアオーケストラで活躍している。「ファゴットは楽器と楽器をつなぐ縁の下の力持ちです。保健師も、寄り添いながら人と人をつなぐ仕事ではないでしょうか」



大切な人のためにも
健診は定期的にお受け
ください。