保健師最前線

きっかけは歯みがき教室です。

宇 治 市
武田　沙絵さん

「きっかけは子供の頃よく行っていた歯みがき教室です。」
向日市で生まれ育ち、家の近所に保健センターがあったこともあり、幼少の頃は歯みがき教室などによく通っていた。大学進学に伴い将来について考えたとき、人と接する仕事をしたいと思い、歯みがき教室でいろいろ教えてくれた人たちに興味を持った。その人たちが保健師だとわかったとき保健師への道を考え始め、府立医科大学を卒業後に晴れて宇治市で保健師デビューとなった。

宇治市の保健師となってからは、主に健康教育に関して腰痛や骨粗しょう症など様々な教室等の企画運営を担当し住民の健康づくりをサポートしている。

また、特定保健指導でも住民と接する機会が多い。その中で、住民にとって特定保健指導は強制的なものとして避けられている現状を危惧している。そこで特定健診・特定保健指導の強制的というイメージを払拭し、純粋に健康を維持するためのきっかけとして捉えてもらえるように丁寧に、そして粘り強く住民に働きかけている。

「うれしいことに住民さんが武田さんいますか？って顔をのぞきに来てくれるんです。」
この４月から保健師２年目、住民とのコミュニケーションは順調だ。保健師を１年経験した上での課題は、自主的に保健師の研修会に参加するなど勉強は欠かさず、自分にできることは何かと考えること。また視野を広げ、１年目の時とは違う角度で物事を検証し、改善できる部分を改善していくことも今後の目標だ。

これからも住民との関わりを大事にしながら、保健師としての自分の展望を見据えながら日々前進していくのである。