

月刊

地域保健

1
2016

●特集

成功に導く

ポピュレーションアプローチの進め方

●総括に聞く

大森由美子さん 《練馬区 健康部 健康推進課 健康づくり係長》

●ピープル

奥地圭子さん 《NPO法人東京シユーレ 理事長》



8

特 集

成功に導く ポピュレーションアプローチの進め方

- 10 ポピュレーションアプローチの効果的な進め方
- 16 目指すは一人一人の“豊かな人生” いきいき・わくわく・にっこり
～地域に根ざした登録団体と共に取り組む岩国市のポピュレーション
アプローチ～
- 24 「憩いのサロン」から生まれたみんなの笑顔と元気
～ポピュレーションアプローチでつないだ武豊町の介護予防事業～
- 30 健康で幸せになるまちづくり「加東サンサンチャレンジ」
- 37 歯と口の健康格差縮小に向けた仙台市の取り組み
- 44 住民と共に「自殺のない住みよいまち」を目指す豊後大野市の
取り組み

1

統括に聞く 大森由美子さん (練馬区 健康部 健康推進課 健康づくり係長)

97

ひよこ、ホップ、ステップ、ジャンプ!

根岸玲奈さん (豊崎市役所 保健課 保健指導担当)

102

ピープル 奥地圭子さん (NPO 法人東京シユーレ 理事長)

連載

- | | |
|----|---|
| 48 | 健康政策に活かす保健師活動の評価と「見える化」
《第4回》 岸恵美子ほか |
| 62 | 理解して生かす保健師用語
《第10回》 「PDCA」 |
| 64 | ESSAY 国際保健
《第10回》 松田正己 |
| 66 | 保健師のための閑話ケア
《第61回》 藤本裕明 |
| 70 | 中臣さんの 環境衛生ウォッチング
《第46回》 中臣昌広 |
| 75 | いまどき子育てアドバイス
《第220回》 中川信子 |

東京都
練馬区

人材育成は、個々の能力を發揮しやすい環境づくり

熱意や新しい感覚、新しい時代の感性を生かすために

大森由美子さん ● 練馬区 健康部 健康推進課 健康づくり係長



練馬区立美術館の前にて

文：大田美由紀（ライター）
写真：カミヤス セイ

池袋や新宿などの職場へのアクセスがよい東京都練馬区は、昼夜間人口比率が東京都23区で最も低いベッドタウン。駅前は賑やかだが、少し歩くとのどかな畠も広がり、子育て世代にとって暮らしやすい地域だ。

大森由美子さんは練馬区に隣接する田無市（現・西東京市）で生まれ育ち、現在は練馬区で暮らしている。「都会ならではの保健活動とは何か」と自問自答しながら、健康新進課の健康づくり係長として、さまざまな事業に関わっている。統括的な保健師としても活躍中だ。

一人一人に向き合った 支援をしたい

「母は看護師で、とても働き者でした。その姿を見て、自然に、女性も自立しなければと思うようになりました」

子ども時代を振り返り、こう語る大森さんは、看護師免許、保健師免許を

取得したが、すぐには看護師か保健師かの方向性が定まらず、まずは臨床経験をと、国立病院医療センター外科病棟で勤務することとなつた。

「病棟では、がん末期の方も多かつたのですが、患者さんたちとゆつくりとお話しする時間もなく、手術前の検査や術後のケアに追われる毎日でした。

ある日、清拭の胃がん末期の患者さんに喜んでもらいたい一心で入浴ケアをしたとき、湯船に肩まで漬かると、いつも静かに痛みに耐えていたその方の

表情がゆつたりと和らぎました。それを見て、私がしたいことは、もつと一人一人と向き合った支援だと考えるようになりました。また、若くしてがんに倒れる人を見る度に、予防に関わっていきたいという思いが強くなりました」

3年後、大森さんは練馬区の保健師となり、石神井保健所で保健師としてのスタートを切ることになった。

個人の疾患だけでなく 家族の幸せを考える活動

1983（昭和58）年4月、老人保健法が施行された年だつた。

保健師として走り出した当時、大森さんは主に精神保健、母子保健の相談に関わることとなつた。70代の先輩保健師に付いて訪問した中で、忘れられないエピソードがあるという。

「成人した長男、長女と暮らす未治療の統合失調症の母親との関わりでし






成功に導く

ポピュレーションアプローチの進め方

ポピュレーションアプローチは、対象を限定せず、地域や職場など集団全体に働き掛ける手法。成功すれば社会的影響が大きく、地域をよりよい方向に導くことができる。最近は重症化予防などに重きが置かれ、危険度の高い人に個別の働き掛けをするハイリスクアプローチが活発となり、ポピュレーションアプローチを積極的に行っていこうとする自治体が少なくなっているが、根本的な改善に導くためには、ポピュレーションアプローチも併せて行っていくことが重要だ。今月号では、全国で先進的に実施しているポピュレーションアプローチの成功例を紹介する。

- P10 ポピュレーションアプローチの効果的な進め方
◎尾島俊之（浜松医科大学）

- P16 目指すは一人一人の“豊かな人生”いきいき・わくわく・にっこり
—地域に根ざした登録団体と共に取り組む岩国市のポピュレーションアプローチ
◎桐田 薫（岩国市）

- P24 「憩いのサロン」から生まれたみんなの笑顔と元気
—ポピュレーションアプローチでつないだ武豊町の介護予防事業
◎小林美紀（武豊町）

- P30 健康で幸せになるまちづくり「加東サンサンチャレンジ」
◎加東市

- P37 歯と口の健康格差縮小に向けた仙台市の取り組み
◎高橋明子（仙台市）

- P44 住民と共に「自殺のない住みよいまち」を目指す
豊後大野市の取り組み
◎甲斐弘美（豊後大野市）



図1 ポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチ

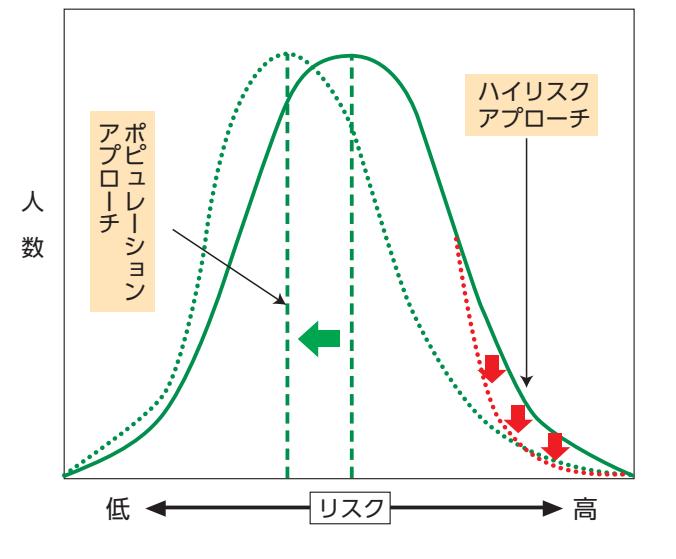
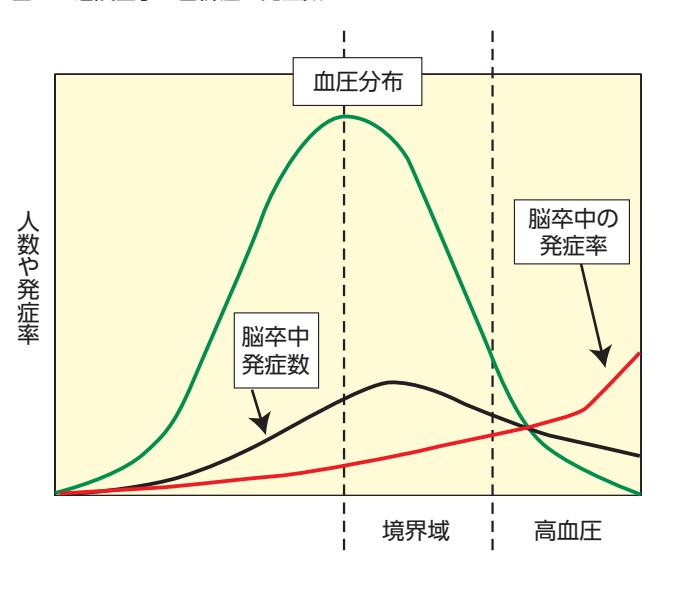


図2 危険因子と合併症の発生数



とともに、人々が普通だと思っていることを変えるという意味にも理解するとい、ポピュレーションアプローチの奥深さを感じることができる。

危険因子と合併症の発生数を図2に示している（血圧の区分は当時のもの）。これまでのコホート研究などによるエビデンスから、脳卒中の発症率

は、血圧値が高くなればなるほど高く、高血圧の人ではとても高いことが分かつている。そこで、血圧が高い人の対策を行おうというハイリスクアプローチ

ポピュレーションアプローチの効果的な進め方



浜松医科大学医学部
尾島俊之

(おじま・としゆき 健康社会医学講座 教授)

健康への意識を広く浸透させるためには、ハイリスクアプローチだけでなく、ポピュレーションアプローチを併せて実施していくことが必須である。ポピュレーションアプローチでは、地域の実情に合った効果的で独創性のある戦略を立て、評価を行っていくことが求められる。

ポピュレーションアプローチの概念

ポピュレーションアプローチは、ローズの著書¹⁾や、初代の健康日本21²⁾で紹介され、その重要性が認識されるようになった。健康日本21報告書に掲載されている例を使って説明したい。地域住民の血圧は、図1のような分布となっている。ここで、血圧の高い人を見つけ出し、生活習慣改善や服薬によって高血圧者を少なくさせる取り組みがハイリスクアプローチ（高リスクアプローチ）である。一方で、地域で減塩活動を展開することで、全ての住民の血圧値を低くする、いわば山を動かすような取り組みがポピュレーションアプローチ（集団アプローチ）である。ポピュレーションアプローチは、ノーマ（普通）を変化させることであるとローズは述べている。山の平均値を変えるという意味



その人の持っている力を 最大限に生かす支援をしたい

家に伺って話を聴けるのは保健師の強み

ねぎしれいな
根岸玲奈さん

●韮崎市役所 保健課 保健指導担当



▲釜無川にかかる武田橋の上から

文=編集部 写真=C.Kent

甲斐武田家とゆかりが深く、歴史好きが多く訪れる山梨県^{じやん}韮崎市。昨年からは、ノーベル生理学・医学賞を受賞した大村智博士の故郷としても注目され、まちの至る所に受賞を祝うのぼり旗が立っている。

この韮崎市で生まれ育った根岸玲奈さんは、約2年半の看護師経験を経て2014（平成26）年4月に韮崎市役所保健課に入職した。

幼いころは、泥遊びや木登りをしたり虫を捕つたりするのが大好きで、服を汚して家に帰つてくる活発な子だったという。中学・高校時代は進学校で学び、部活には入らず自分のペースで過ごしていた。そんな中、根岸さんは進路を真剣に考え始めたとき、なぜか看護の仕事に引かれていることに気付いた。テレビドラマなどでも、決まって見ていたのは医療や看護がテーマのもの。そこで、看護師を目指してみようと考えた。

保健師の仕事は 務まらないと思つた

地元の大学の看護学部に推薦してもらおうと、担任の先生に相談した根岸さん。このとき「この大学はあなたにはハードルが高いよ」と言われて逆に

そして志望校に合格した根岸さんはその後、看護師と保健師の実習を経験することになる。保健師の実習を受けたときには、自分には絶対に務まらないと痛感した。
「家庭訪問の準備をして一人で訪問する実習があつたのですが、私はとてもなく『方向オンチ』で、訪問先にたどり着くのに人一倍苦労しました。実習では、まず行く前に『住宅地図』を縮小・拡大したものを切り貼りして才



▲大村智博士が館長を務める韮崎大村美術館にて