

地域保健 11

2022

●特集

コロナで増える休職・退職

—保健師のメンタルヘルスをまもりたい



読者の皆さまへ 『地域保健』休刊のお知らせ

『地域保健』は2023年3月号をもって、いったん「休刊」とすることになりました。

1970年の創刊以来、半世紀以上にわたり全国の保健師をはじめとする公衆衛生関係者にご愛読いただきましたが、速報性に優れたネット動画や双方向性機能を持つSNSが普及する時代となり、印刷媒体の限界も見えてきたのではないかとの判断で、ここで一度休刊とすることが決まりました。長きにわたりご協力、ご支援くださいました皆さまに、この場を借りて厚く御礼申し上げます。ありがとうございました。

来春以降はネット空間に軸足を移し、新しい展開を図っていきます。具体的な内容については、ネット上で順次ご紹介していきます。ネット空間での「集い」やネットで発信した情報から、逆に新しい印刷媒体を生み出すなど、さまざまなチャレンジをしていく所存です。

今後とも、よろしくお願い申し上げます。

地域保健編集長

本年7月号以降の定期購読料について

本年7月号以降の定期購読をお申し込みの場合、購読料は下記ようになります。
前納・後納・個人の区分は廃止します。

2022年7月号～2023年3月号（5冊）	6,781円（税込、送料弊社負担）
2022年9月号～2023年3月号（4冊）	5,425円（税込、送料弊社負担）
2022年11月号～2023年3月号（3冊）	4,068円（税込、送料弊社負担）
2023年1月号～2023年3月号（2冊）	2,712円（税込、送料弊社負担）

※2023年3月号のみの定期購読というのではなく、単品扱いとなります

※単品の価格については従来どおり（1,507円〈税込〉＋送料154円）

お申し込み

電話：03-5977-0300

ウェブ：<http://www.tkhs.co.jp>



イラストレーター・スズキトモコ

街がじんわりと青に染まっていく宵の口。賑やかな移動遊園地が街を彩る風景を思いながら描きました。

<http://www.tomo-com.com>

【特集】

6

コロナで増える休職・退職

—保健師のメンタルヘルスをまもりたい

8 【Zoom 座談会】コロナで辞める？ 辞めない？

—退職者を囲む約60人の大座談会

(出席者) 五十音順

- ◎【退職】陣立良太さん(神奈川歯科大学短期大学部) ◎【現職】二宮博文さん(港区みなと保健所)
◎【退職】西田悠一郎さん(株式会社野遊びヘルスケア) Zoom 座談会に傍聴参加くださった皆さん

24 【インタビュー】保健師さんに、いま伝えたいこと

夏目 誠 さん(精神科医)

30 コロナ禍で戦う支援者の心理的支援—モラルの視点を踏まえて

氏原将奈(淑徳大学) 太刀川弘和(筑波大学)

34 COVID-19 対応に追われる保健所職員のメンタルヘルスについて

臼倉 瞳(東北学院大学)

40 〈埼玉県の取り組み〉新型コロナ対策を担う保健師へのエール

—仲間とのつながりを力に 谷戸典子(埼玉県総務部人財政策局)

44 〈東京都多摩府中保健所の取り組み〉「コロナ禍は災害」の認識の下

保健師のメンタルヘルスケアを推進 河西あかね(東京都多摩府中保健所)

2 ひよこ、ホップ、ステップ、ジャンプ! ▶ 小池はるのさん(横浜市鶴見区 福祉保健課)

50 研究報告① ▶ あらゆる人の“とも育て®”が、“マルチ予防®”につながっていく!

—「マルチ予防」WEB サイト開設後の活用状況 神原信子(東海学院大学)

56 研究報告② ▶ COVID-19 感染者が救われたと感じた言葉掛けやサポート

—軽症者療養施設入所中の療養者への調査から 高田大樹(兵庫県立加古川医療センター) ほか

76 ピー プル ▶ 大島由起雄さん(特定非営利活動法人きずなメール・プロジェクト)

88 情報 B O X 94 総 合 目 録 96 次号予告/奥付

連 載

60 なな先生のことばの発達教室〈第4回〉/寺田奈々

64 東京保健師ものがたり〈第10回〉/和泉慶子

72 オンライン市役所だより〈第10回〉/近藤誠人

74 ESSAY 国際保健〈第52回〉/松田正己

80 保健師のための閑話ケア〈第103回〉/藤本裕明

84 中臣さんの環境衛生ウォッチング〈第88回〉/中臣昌広



小池はるのさん

● 横浜市鶴見区 福祉保健課

目指すは全世代に関わるゼネラリスト
名前でも呼んでもらえる保健師に



横浜ベイブリッジ併設のスカイウォーク前で。客船の寄港時には迫力のあるクルーズ船を間近に見ることもできる

コロナで増える

休職・退職

保健師のメンタルヘルスをまもりたい

新型コロナウイルスの対応による長時間労働などの理由から、保健師の休職・離職が相次いでいるという。

通常業務を経験せずに入職した若手保健師のメンタルヘルス不調も心配だが、ワーク・ライフ・バランスをあらためて見つめ直した結果の退職もあり、中堅・ベテラン層の保健師の退職は今後の人材育成への影響も懸念される。

座談会ではコロナ対応の経験を持ち、今年の春に退職した方のお話を中心に、行政だけではなく地域全体で考えるヘルスプロモーションの実現について傍聴者の意見も交えつつ前向きに話し合っていた。

その他、インタビューや調査・研究に関する情報、事例紹介など、保健師の「心」を支える情報をお届けする。

P 8 【Zoom 座談会】 コロナで辞める？ 辞めない？ —退職者を囲む約 60 人の大座談会

- (出席者) 五十音順
- ◎ **【退職】** 陣立良太さん (神奈川県立短期大学)
 - ◎ **【退職】** 西田悠一郎さん (株式会社野遊びヘルスケア)
 - ◎ **【現職】** 二宮博文さん (港区みなと保健所)

Zoom 座談会に傍聴参加くださった皆さん



▲陣立良太さん



▲西田悠一郎さん



▲二宮博文さん

P24 【インタビュー】保健師さんに、いま伝えたいこと ◎夏目 誠さん (精神科医)

P30 コロナ禍で戦う支援者の心理的支援—モラルの視点を踏まえて ◎氏原将奈 (淑徳大学) 太刀川弘和 (筑波大学)

P34 COVID-19 対応に追われる保健所職員のメンタルヘルスについて ◎臼倉 瞳 (東北学院大学)

P40 〈埼玉県の取り組み〉 新型コロナ対策を担う保健師へのエール —仲間とのつながりを力に ◎谷戸典子 (埼玉県人財政策局)

P44 〈東京都多摩府中保健所の取り組み〉 「コロナ禍は災害」の認識の下 保健師のメンタルヘルスケアを推進 ◎河西あかね (東京都多摩府中保健所)



大島由起雄

さん

●特定非営利活動法人
きずなメール・プロジェクト 代表理事

ゆるやかにつながり続ける
「弱いきずな」こそ大切に届けたい

特定非営利活動法人きずなメール・プロジェクトは、妊娠期と子育て期の家庭にテキストメッセージを送り、養育者の不安をやわらげ、「孤育て」や乳幼児虐待を予防することを目的に活動している。自治体や医療機関などとの協働も進んでおり、きずなメールが地域とのつながり促進にも役立っているという。法人の設立経緯や事業内容など、代表の大島由起雄さんに詳しく伺った。

●取材・文……………白井美樹（ライター）

アメリカの一冊の本から
きずなメールのアイデアが浮かぶ

もともとは出版社の編集者だった大島さんが、この活動を始めたきっかけは、ある一冊の本と出会ったことだった。「The Pregnancy Journal」という本で、奥さんが妊娠したときに、奥さんのアメリカの友人が送ってくれたのだそうだ。「アメリカでベストセラーにもなっていたその本には、胎児の発達が一日単位で紹介

されていました。当時日本には月単位の本しかなく、最初はシンプルに読み物として面白かったので、妻と一緒に辞書を引きながら、興味深く読みましたね」

並行して、ほかにもさまざまな育児書を読んでいた大島さん。その中の一冊が育児書の古典『育児の百科』（松田道雄著）。そこには「君は毎年200人の母親が子殺しをするのを知っているか？」という一文が書かれてあり、衝撃を受けたという。「その頃、40歳でキャリアの壁にぶつかっ

ていた私は、子どもを授かったこともあり、何か社会に役立つことを実感できる仕事をしたいと思うようになっていました。そこで、胎児の発達を一日単位で紹介したテキストをメールで送ることができたら、受け取った人が楽しいだろうし、『核家族化』『児童虐待』といった社会課題の解消につながるのではないかと思いついたのです。そして、特定非営利法人の形で事業化したものが『きずなメール・プロジェクト』です」

きずなメールのコンテンツ作成に当たっ

特集

ヤングケアラーを支援する

●鼎談 保健師がヤングケアラー支援でできること

<出席者> 中板育美さん (武蔵野大学看護学部) =司会
 南里真美さん (西九州大学看護学部)
 田中悠美子さん (立教大学コミュニティ福祉学部)

●わが国のヤングケアラーの実態

田中悠美子

●元ヤングケアラーの声

高尾江里花さん

●北海道の取り組み 北海道庁保健福祉部子ども未来推進局子ども子育て支援課

●山梨県の取り組み 山梨県子育て支援局子ども福祉課

●高崎市の取り組み 高崎市教育委員会事務局学校教育課

●江戸川区の取り組み 江戸川区児童相談所

ひよこ、ホップ、ステップ、ジャンプ! 伊藤朱里さん 新田美怜さん (大阪市住吉区保健福祉センター)

ピープル サクラカカツミさん (パフォーマンスアーティスト)

活動報告 寝屋川市保健所における難病患者対策のあゆみ
 ~課題抽出から事業化へ~

福永優菜 (寝屋川市)

※変更になる場合がございますので、ご了承ください。

地域保健
 令和4年11月号

令和4年11月1日発行/隔月(奇数月)1回1日発行
 発行人 田中義紀
 制作・発行 〒113-0021 東京都文京区本駒込2-29-22
 株式会社 東京法規出版
 振替 00160-1-371595

【購読の申し込み】

TEL 03-5977-0300
 FAX 03-5977-0385
 ウェブ www.chiikihoken.net

【内容の問い合わせ】

TEL 03-5977-0353 E-mail chiikihoken@tkhs.co.jp

◎表紙・本文デザイン=新海妙子
 ◎印刷・製本=(株)上野印刷所
 ◎編集長=須賀健次
 ◎編集員=松岡康子

本誌に掲載された著作物の
 複写・転載等の許諾権は、
 株式会社東京法規出版が保
 有しています。

保健指導者
専門職必携
DVD

“勇気づけ” 保健指導

まずは自分自身を 勇気づけよう!

監修・講演 上谷実礼

産業医/アドラー心理学講師/
ヒューマンハピネス株式会社代表取締役
<https://www.humanhappiness.co.jp/>



最初の勇気づけは「自分を認めること」 「毎日がんばっている自分をねぎらうこと」

保健指導を行う専門職の間では、「数値の悪い部分、改善できない部分を見落とさない」ようにするのがプロの仕事とされています。ダメな部分を指摘してしまうことで、保健指導を受ける側の勇気がくじかれている場面がとても多いように思います。

自分の感情や気持ちがわからない、対象者の行動の理由がわからない。そんな方は多くいらっしゃると思います。アドラー流保健指導で、自分自身を勇気づけ対象者を気持ちよく応援する保健指導のスキルを身に着けていきませんか？

主な収録内容

勇気づけ保健指導の技法

- 感謝を伝える
- 聴き上手になる
- 短所ではなく長所に焦点をあてよう
- 失敗を受け入れる
- 結果よりもプロセスに注目する
- アイ・メッセージで伝える
- 当たり前のこと、すでにできていることに注目する



発売中

定価 10,000円 (税別)

DVD00160

収録時間: 49分

DVD VIDEO/DOLBY DIGITAL/COLOR/STEREO

※学校・専修学校・自治体・企業などでの教育目的に限り非営利での上映・館外貸し出し可の権利処理済み。

制作・著作 株式会社東京法規出版



ご注文・お見積り・
その他お問い合わせは

東京法規出版

ネットショップ: <https://www.tkhs.co.jp/>

フリーダイヤル
(通話料無料)

0120-102525 (本社) 0120-102524 (関西)
0120-102536 (九州) 0120-102559 (中部)
0120-566300 (東北)

第11回日本公衆衛生看護学会学術集会

ポストコロナ 社会における 公衆衛生看護 への期待

新たなコミュニティケア

システムの創出

2022 12.17 SAT → 18 SUN

会場 仙台国際センター + オンライン 同時開催

学術集会会長
安齋由貴子

宮城大学看護学群教授

学術集会副会長
只野里子

宮城県保健福祉部 /
全国保健師長会宮城県支部

参加申込受付

前期 6.1水 ~ 9.30金 後期1 11.7月 ~ 12.9金 後期2 12.10土 ~ 1.31火

演題・ワークショップ募集

6.1水 ~ 8.19金

<https://japhn11.yupia.net/>



学術集会事務局 ● 公立大学法人宮城大学看護学群
〒981-3298 宮城県黒川郡大和町学苑1-1
Email: japhn11@myu.ac.jp

学術集会運営事務局 ● 株式会社ユピア
〒456-0005 愛知県名古屋市熱田区池内町3-21
FAX. 050-3737-7331 Email: japhn11@yupia.net