

## 原 著

# JA・商工会・行政との共同で進める「まちの保健室」

魚沼病院、看護部；看護師

南 雲 寿 子、五十嵐 啓 子、細 貝 朋 子、石 田 道 代  
高 橋 茂 美、中 村 悦 子

目的：日本看護協会の「地域における看護提供システムモデル事業」としての移動型「まちの保健室」の確立。方法：JA・行政・商工会を中心に計画し、運営をスムーズに行う為に、連携推進委員会を設立した。メンバーは、看護協会・行政・社会福祉協議会・小千谷市商店街・各地域のJA・厚生連本部など含め18名。年3回開催する。事業内容は、健康チェック・健康相談の他に、転倒・痴呆予防を目的に、太極拳や元気体操、講和などを取り入れた。結果：利用状況は、継続型参加者10~19名で固定し、単発型の7か所の参加は10~40名であった。利用者の反応は、次も参加したい、楽しみにしている、来月もまた来る等、比較的良好であった。総合作業能力評価上、年代によりゆるやかに変化している。65~74歳では平均値よりやや速く、それ以上の年代では平均値であった。結論：「まちの保健室」は、住民の生活の一番近い所から、自立と健康づくりを支援するシステムとして活動している。

キーワード： まちの保健室、介護予防、健康相談

## 緒 言

我が国の高齢化率と平均寿命の伸びは、世界のトップランナーの位置を保っている。今や国民課題の一つは健康長寿である。そこで、新たな看護職の機能として、日本看護協会から疾病予防と健康増進の時代に向け、気軽に相談できる「場」と「機能」をもつ「まちの保健室」構想が提案された。私たち看護部では、この構想に賛同し、昨年よりいち早く着手した。

高齢化のすすむ当地域において「介護予防」は避けられないテーマであり、「転倒・痴呆予防」などを内容に盛り込みながら、JA各地区を中心に移動型「まちの保健室」を開いてきた。

平成14年度には、日本看護協会の「地域における看護提供システムモデル事業」に、認定され、現在JA・行政・商工会と連携をとりながら、さらにその輪を広げ活動している。その、実践報告と今後の課題についてまとめたので報告する。

## 対 象 と 方 法

対象は、小千谷市住民とし、年齢構成の特徴では、他の年齢構成に比べると65歳以上の方が倍近くいる。

2000年4月1日現在、市の調査結果は、65歳以上の割合は23.1%、全国平均の17.1%を上回っている。

目的は、高齢者の介護予防に重点を置き、いつまでも自分らしく生き生きと暮らせるよう、地区住民の健康意識の向上と健康を支援する環境づくりを目的とした。

実践は、JA・行政・商工会を中心に計画し、運営をスムーズに行う為に、連携推進委員会を設立した。メンバーは、看護協会・行政・社会福祉協議会・小千谷市商店街・各地域のJA・厚生連本部など含め18名。年3回開催する。

事業内容は、健康チェック・健康相談の他に、転倒・痴呆予防を目的に、太極拳や元気体操、講話などを取り入れた。

## 結 果

- 1) 利用状況  
継続型は参加者10~19名で固定して、男性の参加は2~3名ある。  
単発型の7か所の参加は10~40名。男性の参加は2~9名ある。
- 2) 利用者の反応  
こんな活動をやっているのであれば早く知りたかった。次も参加したい。楽しみにしている、来月もまた来ます。などがあった。
- 3) 総合作業能力評価  
健康チェックでは、「起きる」「歩く」「手を使う」「物をまたぐ」という一連の動作にかかった時間を測定した。  
実際行った結果を見ると、年代によりゆるやかに変化している。65~74歳では平均値よりやや速く、それ以上の年代では平均値であった。

## 考 察

### 1. 既存の組織の活用と共同

高齢者を対象に健康教育を進めて行くには、不特定多数の方々に漠然と呼びかけるより、コミュニケーションの整った、今ある組織に働きかけることが効果的である。

現在の、地域には「老人クラブ」「ゲートボールの会」など高齢者が集まる場がある。JAでは、高齢者福祉対策として、いくつかの地区で「お茶の間」クラブが出来上がっている。こういう場に健康教育をドッキングさせてはどうだろうか。介護予防を中心とした、JAの「まちの保健室」はこうして生まれた。

行政と商工会などの他の組織と連携をし「まちの保健室」で結ぶことにより、点と点が線になり、地域全体の健康度を高めていくためのネットワークとなりつつある。

## 2. 病院の施設内役割から施設外役割へ向けての変化

地域の人口構成の変化とともに、保健・医療・福祉提供体制における病院の役割も変わって来ている。病院は、健康に関する専門的知識・技術を集積した場である。病院がどのようにリーダーシップをとっていくか、地区住民の期待は大きい。病院という組織でもなく、行政の保健活動でもない。住民のニーズに気軽に利用できる場として、活動できる。それが「まちの保健室」構想である。当院における「まちの保健室」は、病院の施設内役割から、施設外役割へと橋渡しを、になっている。

## 3. 住民参加型システム

健康づくりに関する施策は、新たな展開を迎えている。平成12年度に第3次の国民健康づくり対策として「健康日本21」が策定され、ヘルスプロモーションの理念に基づき、健康づくり運動が開始され、さらに平成14年8月に「健康増進法」が成立し、国民の健康づくり活動は加速化した。この法律によれば「生涯にわたって、自らの健康状態を自覚し、健康の増進に努めなければならない」とある。これからは自分の健康は自分でつくり、自分で守る時代である。「まちの保健室」は、住民の生活の一番近い所から、自立と健康づくりを支援するシステムとして活動している。

## 4. 今後の課題

- 1) より多くの住民のニーズに答えられるよう、関連機関との連携の強化に努めると共に地域における保健活動として、県内の系統病院に普及・定着をはかる。
- 2) 今年は介護予防を中心で行ってきた。今後は思春期・子育てなど対象の拡大に向けて企画していく予定。
- 3) 「まちの保健室」を地域に広げていくには、マンパワーが必要となる。市内看護職のパワーを集積する検討の必要性がある。また対象の学習意欲に合わせ、専門的な知識や技術、指導方法のレベルアップが必要である。

私たちの活動もだんだんと地域に溶け込んで来た。今後も、楽しくこの活動を続けていく予定である。

## 参考：用語の定義

### 1. まちの保健室とは

地域の不特定多数の市民を対象に、小児から高齢者までの地域の人が、出産・子育て・心の健康・生活習慣病・介護などさまざまな問題を身近な看護職に気軽に相談できる「場」と「機能」を提供する。

### 2. 介護予防とは

介護を要する状態を引き起こさない・進展を防ぐ・軽減を図る。為に、自助努力を基軸としつつ健康・医療・福祉の視点からなされる多面的なアプローチである。

## 英文抄録

Health activity in "The health room of our town" established with Japanese Agricultural Association (JA), City Industrial Society, and City Administration.

Department of Health and Welfare, Uonuma Hospital ; nurse

Hisako Nagumo, Keiko Ikarashi, Tomoko Hosokai, Michiyo Ishida, Shigemi Takahashi, Etsuko Nakamura

Purpose : A movement type "Health room of our town" was established as "a model business of a nursing offer system in our area" of association of Japanese nursing.

Method : Establishing a cooperation committee consisted of JA, City Industrial Society, City Administration for a smooth activities, our health room activities were done 3 times in last year. Our nursing contents were aimed against violent falls and dementia by Chinese shadow boxing and cheerful exercises and lectures other than healthy check and health consultation. Result : There were 10-19 persons of continuation type participants, and 10-40 ones of single type participation. The reaction of users was comparatively good. In the evaluation of their general working abilities, there was a rapid disability in activity among 65-74 years old. Conclusion : "A health room of our town" could help the independence of elders and promote health from the nearest place of inhabitant lives.

Keywords : Health room of our town, prevention of care, health consultaiton