

保健活動リレーエッセイ

“まちの健康支えます！”

上天草市 保健師 船元恵美子

“住民のために” という 保健師活動の原点の思いを大切に

私が市町村の保健師（当時は保健婦）として働き始めたのは（年がばれますが……）、老人保健法スタートの直前でした。保健師学校での実習期間は、保健所と学校（養護教諭）がそれぞれ約1カ月、市町村は約1週間だったと思います。その短い市町村実習の中で、まちの保健師さんが住民から頼りにされ、いきいきと仕事をされていたのが印象的で、「保健師として働くなら絶対に市町村保健師がいい！」と思い地元に戻って来ました。

保健師活動の基本となる法律も時代と共に変遷し、10年前には平成の大合併により業務体制も大きく変わりました。

合併してからの本市の課題として「慢性人工透析者の割合が高い」という状況があったため、平成18年度に課題分析を行い種々のCKD対策を講じてきました。

その一つとして健診受診者の重症化予防のためのフォローで、受診勧奨レベルの人は病院受診へとしっかりつなぐことにしていますが、HbA1c値が9%以上にもかかわらず、地区担当の保健師が何回足を運んでも、受診に結びつかない50代の女性がいました。その方は旧町時代の何十年も前、妊娠・出産・育児で関わりがあった顔見知りの方でもあり、私が訪問することにしました。

4人の子どもさんを出産されていましたが、4人とも出生時体重が4kg前後の大きな赤ちゃんでした。その当時は保健師自身何の問題意識もなくスルーしていましたが、改めて、お腹の中で大きな赤ちゃんに育つメカニズムや、お母さんのリスク、また、大きく生まれてきた子どもさんたちの今後のリスクを含めた保健指導を行いました。寡黙な方で、反応はあまりありませんでしたが、その後、代謝内科を受診されていることが確認できました。

特定健診を受診された方で血糖値が高い女性の方のデータを見ると、ほとんどと言っていいほど、何十年か前に大きな赤ちゃんを出産された方々が入っています。これまで私たちの認識不足できちんとフォローできていなかった住民の方に対しては、「きちんとした指導ができていなかった」という申し訳ない気持ちでいっぱいです。

話は変わりますが、私の母は長年、家庭菜園をしていました。その後、私が引き継いで、休日を利用して、食べたい野菜を30種類以上育てています。最初は失敗だらけの栽培でしたが、初心者マークもとれ、今や近所のおばさんたちの脚光(?)を浴びています。

血糖値が高くて保健指導をした近所のKさん、「以前もらった資料で『野菜の中でモロヘイヤがいい』ということだったので種からまいたけど、苗はいらん？」「私（筆者）も育てとっとですよ」—そんな何気ない会話に手応えややりがいを感じることも。これからも、趣味を保健指導の実践にも生かしながら、住民主体の保健活動を目指してみんなと一緒に頑張っていきたいと思います。



健康づくり推進課の保健師
(前列右から2人目が筆者)

次号執筆者は津奈木町の五嶋睦子保健師の予定です。