

1. 保健師活動

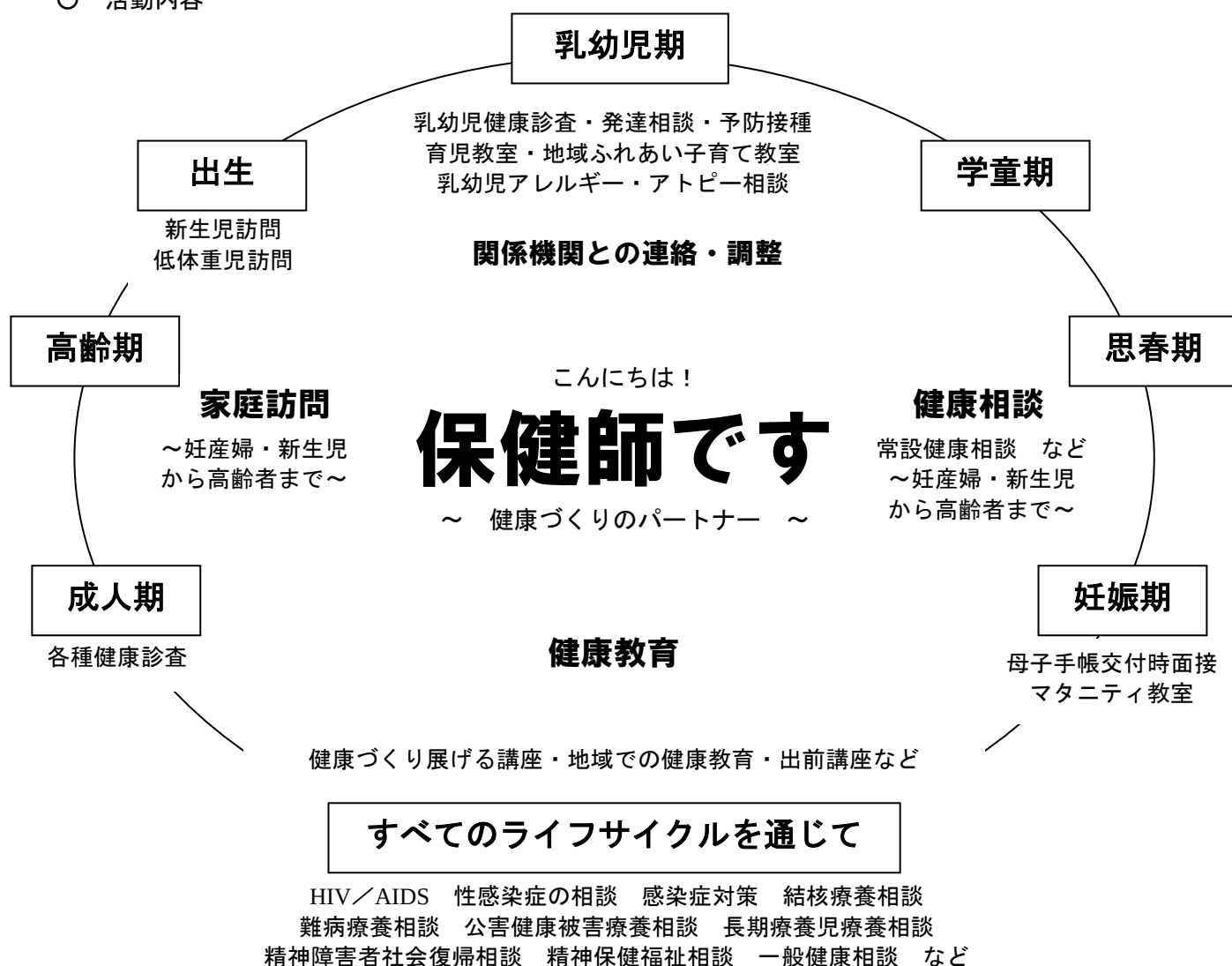
少子高齢社会を迎え、安心して子育てが出来ること、生涯を通じて健康に自立して生活出来る期間、いわゆる「健康寿命」を伸ばし、生活の質の向上を図ることが求められています。

保健師は、地域住民の健康の保持・増進、疾病予防と早期発見、社会復帰等の分野で、地域の関係機関及び各関係職種との連携を図りながら、保健福祉センター内外で健康相談・健康教育・自助グループの育成及び家庭訪問等広範囲にわたって活動しています。

そして、地域の人々が身体的にも精神的にもより健やかに暮らせるよう、連合別に地区担当制をとることで、全てのライフサイクルを対象にした一貫性のある支援に取り組んでいます。

また、心の健康については、精神保健福祉相談員が相談窓口となり、関係機関と連携しながら精神疾患の早期発見、早期治療、再発予防、精神障害者の社会適応、社会参加への支援を行い、精神保健に関する正しい知識と理解を深めるための普及啓発活動を行っています。

○ 活動内容



○ 業務内容別活動割合

(令和5年度)

訪問	健康相談 保健指導	健康診査 予防接種	集団健康 教育	地域組織 活動	担当地区 の 地区活動	コーディネ ーター	施設管理 組織マネ ジメント	人材 育成	健康危 機管理	業務連絡 その他
10.0	42.0	3.7	7.4	4.2	2.1	6.2	10.5	9.2	3.7	1.0

(100%)

(1) 健康相談

健康相談は、地域住民のニーズの把握、疾病の早期発見、早期治療及び健康生活の保持増進のために役立つことを目的として実施しています。

保健師は、医師、栄養士、心理相談員、放射線技師、臨床検査技師及び事務職員とそれぞれ連携し、健康診断や保健指導を行い、健康づくりや疾病の予防及び治療等について、日常生活に役立つ具体的な援助を行っています。

ア 常設健康相談

いつでも気軽に健康に関する相談をしていただけるよう常設相談窓口を開設し、面接や電話による相談に保健師が応じています。

(令和5年度)

区分	感染症 (結核含)	精神 (思春期含)	生活 習慣 病	公害 (認定)	難 病	長期 療 養 児	妊 産 婦	乳 幼 児	高 齢 者	そ の 他	計
面接	17	10	13	0	128	20	1,001	972	3	2	2,266
電話	6	141	2	0	1	0	32	103	10	5	309

イ 地区健康相談

地域住民の生活の場で、より多くの人にご利用いただけるよう地域に出向いて相談窓口を開設し、血圧測定を行うなど保健師による健康相談を実施しています。

(令和5年度)

実施回数	指導数	場 所
26	328	各地域の会館、老人憩いの家など

(2) 家庭訪問

担当地区別に家庭訪問を実施し、家庭や地域の社会資源の状況に応じた具体的な支援を行っています。また、介護保険制度・障害者自立支援法の導入により、専門的判断を要する認定調査が必要な場合は、調査員と同行訪問をしています。

<家庭訪問指導状況>

(令和5年度)

種 別	結 核 ・ 感 染 症	精 神	生 活 習 慣 病	妊 産 婦	乳 幼 児	長 期 療 養 児 病	高 齢 者	健 康 増 進	そ の 他	計	不 在 ・ 不 明	計
延 人 員	52	4	0	251	294	49	86	17	0	753	116	869
%	6.9	0.5	0	33.3	39.0	6.5	11.4	2.3	0	100%	—	—

(3) 健康教育

健康教育は、健康に関する正しい知識の普及を図ることにより「自らの健康は自らで守る」という認識と自覚を高め、健康の保持増進に資するために行っています。

(令和5年度)

項 目	開 設 回 数	受 講 者 数 等
マ タ ニ テ イ 教 室	28回	192人
育 児 教 室	1回	5組×2人(10)
地 域 健 康 講 座 (高 齢 者)	131回	4,381人
地 域 健 康 講 座 (壮 年 期)	41回	446人
合 計	201回	5,029人

ア 地域ふれあい子育て教室（予約制）

地域等において養育者や子どもどうしの交流をすすめる場づくりや心身の健康に関する情報交換などを行うため、地域ふれあい子育て教室を実施しています。

本事業は、地域子育て支援センター等と連携しながら運営しています。

(令和5年度)

教 室 名 称	開 催 場 所	開 設 回 数	参 加 組 数
ぷちももてん	保健福祉センター	12回	58組
ももてん	同上	12回	82組
多胎児	同上	2回	10組
合 計		26回	150組

イ 健康づくり展げる講座

地域において、活動的な85歳を目指して、生活習慣病予防と介護予防について学び、自らの生活の中で運動や認知症予防などを実践し、地域において健康づくり・介護予防活動を啓発していけるような人材を育成するために、講義と実習を行い、6回中3回以上の出席者に修了証を交付しています。また令和元年度から、講座終了1か月後に振返りの講座を開催しました。

令和5年度は25名が受講し、15名に修了証を交付しました。

No.	実施日時	講師	内容	参加者数
第1回	10月30日(月) 10:00～12:00	医師 管理栄養士	<開講式> 講義「生活習慣病と認知症」 講義「美味しく食べて元気な身体」	16
第2回	11月8日(水) 14:00～16:00	健康運動指導士	講義・実技「椅子で簡単ストレッチ」	16
第3回	11月20日(月) 10:00～12:00	歯科衛生士	講義・実技「健口生活ははじめましょう」	15
第4回	11月27日(月) 10:00～12:00	ゆうあい 保健師	講義「認知症サポーター養成講座」 講義「脳トレで若返り」	15
第5回	12月4日(月) 10:00～12:00	ニッタイ株式会社	講義・実技「身体のゆがみチェック」 講義・実技「体力測定に挑戦」	15
第6回	12月11日(月) 10:00～12:00	保健師、 夕陽の会会長 あっぷる天王寺会長	<閉講式> 講義「フレイル予防で災害対策」	16
振り返り 講座	2月7日(水) 10:00～12:00	保健師	講義・実技「百歳体操について」 「もてん講座終了後の活動の共有や交流の 時間」	11

ウ あっぷる天王寺（健康教室修了者の会）

平成20年9月から、保健福祉センター主催の各講座修了者に対し、講座終了後の修了者自身の健康保持増進や修了者間の交流を図り、将来地域で健康づくり・介護予防の担い手として活躍できるよう、継続支援を行うことを目的として実施しています。

令和5年度（令和5年4月～令和6年3月）は延95人の参加がありました。

実施日時	内容	従事者	参加者数
4月26日(水)	今後の活動について いきいき百歳体操	保健師	6
5月30日(火)	区内ウォーキング	保健師	9
6月29日(木)	区内ウォーキング	保健師	10
7月24日(月)	区内ウォーキング	保健師	7
8月22日(火)	健康運動指導士からの話	保健師 健康運動指導士	7
9月27日(金)	区内ウォーキング	保健師	9
10月27日(木)	区内ウォーキング	保健師	8
11月27日(月)	区内ウォーキング	保健師	6
12月26日(火)	1年間の振り返り 区内ウォーキング	保健師	8

令和 6 年 1 月 19 日(金)	栄養士からの話 次年度計画	栄養士 保健師	6
2 月 29 日(木)	区内ウォーキング	保健師	10
3 月 18 日(月)	防災担当者の話	保健師 防災担当者	9

(4) 地区組織の育成

天王寺区健康づくり推進協議会「夕陽の会」

「夕陽の会」は昭和 63 年 2 月に、天王寺保健所が実施する寝たきり予防教室の修了者により、寝たきり予防及び家庭介護の技術向上と介護予防、健康で明るい地域社会づくりに寄与することを目的に発足しました。その後社会環境の変化と共に、講座名や会の名称も変更になり、「生活習慣病予防・健康づくり」へと活動の幅が広がり、歩育、体操や指先を使って脳の活性化を図ることなどに積極的に取り組み、健康づくりのリーダーとして自主的に活躍しています。

「歯の健康展」「みんなの健康展」「健康講座」や「区民まつり」などの行事において健康づくりの啓発活動をおこなっています。また、大阪市の「すこやかパートナー」として団体登録し活動しています。

現在「夕陽の会」会員数は 35 名（令和 6 年 3 月現在）です。

2. 精神保健福祉

近年地域精神保健福祉の必要性が重視されています。社会環境の複雑化や高齢化とともに、家族や地域社会あるいは学校や社会のストレス、精神疾患や薬物・アルコールその他の依存症、老人性疾患などの心の健康問題が深刻化しています。

保健福祉センターは、地域における心の健康や精神障がい者の保健福祉に関する相談に応じています。関係機関と連携しながら精神疾患の予防、早期発見、早期治療、再発の予防、精神障がい者の社会適応、社会参加への支援をしています。また、精神保健に関する正しい知識と理解を深め、精神疾患に対する偏見、差別をなくすための普及啓発活動を行っています。

(1) 精神保健申請・通報・市長同意業務等対応状況

区分 年度	障がい者手帳所持者数	自立支援医療費 (精神通院) 受給者数	警察官通報件数	市長同意書発行件数
5	949	1,648	13	10

(2) 精神保健福祉相談の件数

(ア) 相談、訪問、電話による精神保健福祉相談 (令和5年度) () 再掲

	実人員	延 人 員								計
		老人精神 (認知症)	社会復帰	アルコール	薬 物 (覚醒剤)	思春期	心の健康 づくり	うつ・ うつ状態	その他	
相談	126	15 (1)	10	26	2 (2)	0	33	36	133	255
訪問	28	3 (1)	0	8	3 (1)	0	6	5	36	61
電話		4 (0)	0	31	12 (1)	4	19	34	167	271

(イ) クリニックによる精神保健相談 (令和5年度) () 再掲

老人精神 (認知症)	社会復帰	アルコール	薬 物	思春期	心の健康 づくり	うつ・ うつ状態	その他	計
4 (0)	0	3	0	0	4	10	16	37

(3) 地域生活向上教室（コスモス会）

回復途上にある精神障がい者が、ミーティング、手工芸、軽スポーツ、料理、レクリエーション、SST等の集団的な関わりをとおして、日常生活のリズムを取り戻し、生活圏の拡大や対人関係の改善、仲間づくり、自信、意欲の回復により、家族や周囲の人との生活を円満にし、生活できるよう支援しています。

8回 延 10人

(4) 家族教室

精神障がい者の家族が、病気についての正しい知識や情報、接し方、家族の役割等を勉強し、家族の交流を深め、家族自身が生き生きとした生活ができるよう支援します。

12回 延 62人

(5) 健康教育

地域住民が心の健康に関心を持ち、精神的健康の保持増進ができるよう、また精神障がい者に対する誤解や偏見を是正し、理解を深めるための正しい知識の普及を行っています。

実施状況

(令和5年度)

内 容	対 象	回 数	参加人員
こころの健康づくり	一般	1	5

(6) 連絡会議

精神保健福祉相談・社会復帰・普及啓発等、地域精神保健福祉活動の実践を円滑に行うため、関係機関等の連絡会議に参加しています。

実施状況

(令和5年度)

内 容	場 所	回 数	参加延人員
ケース会議 (今後の支援方針について等)	区役所 作業所・病院等	18	119