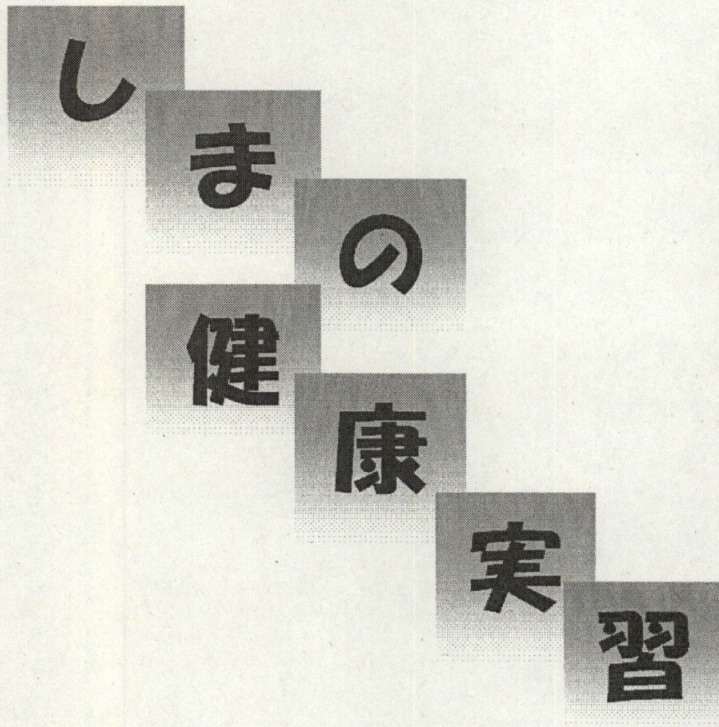


平成 29 年度 しまの健康実習 学内報告会資料



日時：平成29年6月22日(木)

9:30~15:00

場所：長崎県立大学シーボルト校 大講義室

平成29年度しまの健康実習

学内報告会プログラム

1. 日程	挨拶	平成29年6月22日(木) 9:30~9:40
	第1群	平成29年6月22日(木) 9:40~10:33
	第2群	平成29年6月22日(木) 10:43~11:36
	第3群	平成29年6月22日(木) 13:00~13:53
	全体討議	平成29年6月22日(木) 14:00~14:30
	助言	平成29年6月22日(木) 14:30~14:50
	総括	平成29年6月22日(木) 14:50~15:00

2. 会場 大講義室

総合司会 学生：那須純香、中村捺美

第1群		(座長)	学生：岳野 香	教員：李 節子	9:40~10:33
発表番号		題 名		発表者	時間
1	新上五島町	乳幼児とその母親への食を通じた健康支援 ～新上五島町の特性を活かして～		前原 ひかる 橋口 志帆	9:40 ~ 9:55
2	五島市	五島市における乳児家庭全戸訪問事業から子育て支援を考える ～誰一人として取り残さない～		赤瀬 晶子 小濱 貴美子	9:56 ~ 10:11
3	老岐市	老岐市で母になる。 ～第一子を出産した(育てる)母親の子育てに対する意識～		山口 夏子 前田 裕香	10:12 ~ 10:27
質疑応答					10:28 ~ 10:33

第2群		(座長)	学生：境 優希	教員：中尾 八重子	10:43~11:36
発表番号		題 名		発表者	時間
1	新上五島町	高齢者を支える地域ネットワーク ～みんなでつながる新上五島～		佐藤 里奈 本田 美咲	10:43 ~ 10:58
2	老岐市	老岐市の地域包括ケアシステムからみた高齢者の住み慣れた家での暮らし ～医療・介護と在宅のつながりを通して～		福井 芹香 坂口 さくら	10:59 ~ 11:14
3	五島市	A地区でカタレッチ ～社会参加が高齢者にもたらす影響～		中村 仁美 古賀 穂乃香	11:15 ~ 11:30
質疑応答					11:31 ~ 11:36

昼 食

第3群		(座長)	学生：本多司沙	教員：高比良 祥子	13:00~13:53
発表番号		題 名		発表者	時間
1	新上五島町	漁業従事者の生活と健康		野田 三奈未 船戸 あずさ	13:00 ~ 13:15
2	老岐市	老岐焼酎文化に関連する健康への意識		徳留 未怜 小泉 絢愛	13:16 ~ 13:31
3	五島市	カネミ油症による健康被害を抱えながら 五島で生活する人々の思いと健康問題 ～発達課題、地域の特性をふまえて～		柏 論実 長友 夏海	13:32 ~ 13:47
質疑応答					13:48 ~ 13:53
全体討議	テーマ：しまの健康実習を通しての学び 看護職として大切にしていきたいことは何か？看護職として必要な視点は何か？				14:00 ~ 14:30
助言	老岐・五島・新上五島の指導者の方々				14:30 ~ 14:50

平成 29 年度 しまの健康実習 実習計画表 (実施表:実習報告表紙)

実習窓口市・町 支所名 新上五島町	協力機関等 新上五島町役場 (こども課) C 幼稚園 A 子育て支援センター C 友愛センター	学生名: 大川まゆ、寺坂彩、 那須純香、橋口志帆、 前原ひかる、宮本良奈 指導者:三村真由美 保健師 担当教員:新田祥子
学習テーマ 乳幼児とその母親への食を通した健康支援～新上五島町の特性を活かして～		
目的: 新上五島町における、乳幼児と母親の食を通した健康増進につながる支援について考察する。		
目標: ①新上五島町における、食を通した乳幼児と母親への支援の実際を知る。 ②新上五島町における、母親の育児を取り巻く環境や、育児に対する思いを知る。 ③乳幼児と母親の食を通した健康支援の効果について考察する。 ④地域で暮らす乳幼児とその母親の食を通した健康増進につながる支援と看護職の役割について考察する。		

実習状況

月 日(曜日)	午 前	午 後
6月12日(月)	9:50 奈良尾港着 11:00 新上五島町役場に挨拶	13:00~14:00 保健師、栄養士と実習の打ち合わせ 14:30~ C 子育て支援センターの保育士にインタビュー
6月13日(火)	10:00~11:30 A ひろばで母親にインタビュー	12:30~13:30 お口の健康・食育セミナーで母親にインタビュー (場所: C 幼稚園)
6月14日(水)	10:00~11:30 B ひろばで母親へインタビュー	13:00~17:00 グループでインタビュー等の情報共有、まとめを行う
6月15日(木)	9:30~ ちゅうりっぷ教室で母親へインタビュー (3名) C 子育て支援センターで母親にインタビュー (3名)	13:00~17:00 グループでインタビュー等の情報共有、まとめを行う 新上五島町の地域特性を踏まえ、母子への健康支援について考察する。
6月16日(金)	現地発表会の準備	現地発表会

長崎県立大学看護学科

乳幼児とその母親への食を通した健康支援



～新上五島町の特性を活かして～



学生:大川まゆ、寺坂彩、那須純香、橋口志帆、前原ひかる、宮本良奈
指導者:三村真由美保健師
担当教員:新田祥子先生



テーマの選定理由

新上五島町は生活習慣病患者が長崎県、全国に比べて多い

	新上五島町	県	国
糖尿病有病者数割合(%)	26.5	25.1	20.9
高血圧有病者数割合(%)	60.2	60.0	49.6
脂質異常症(%)	29.2	30.3	25.8

1127 県政事業実施計画(データヘルス計画)

テーマの選定理由

成人の生活習慣病は、小児期からの食生活習慣が大きく影響するため、成人だけでなく、小児期からも取り組むべき課題である。

小児を取り巻く食環境や養育者の生活習慣などが、食習慣の確立に大きく関係している。
嗜好が決まってくる2～3歳児の母親の食管理が小児の今後の食習慣に影響を及ぼすと考えられる。



母親の子どもの食に対する意識、行動について明らかにし、子どもの食と健康について考察する必要がある。

実習方法

乳幼児をもつ母親、子育て支援センターの保育士にインタビューを実施した。

インタビュー内容

<乳幼児をもつ母親>

- ・子育て支援事業の利用状況
- ・子どもの食事に関する知識の情報源
- ・子どもの食事に関して母親が気になっていること
- ・子どもの食事に関して母親が工夫していること、気をつけていること
- ・子どもの食事に関する母親のニーズ

<子育て支援センターの保育士>

- ・支援事業内容
- ・母親から受けている相談について

結果①:食に関する情報を得る機会が多い

(1)母親が食に関して利用していた事業

- ・お口の健康・食育セミナー
- ・離乳食教室
- ・ちゅうりつぶ教室
- ・食育相談
- ・子育てひろば

(2)子どもの食事に関する知識の情報源

- ・子育て支援センターに貼ってある資料や保育士の話
- ・すくすくたより
- ・町内放送
- ・家族(母親、姉)
- ・近隣の年配者、育児経験のある母親
- ・栄養士
- ・保健師
- ・インターネット

・2ヶ月に1回母子保健推進委員が手配りで配っている。

・子育てに関する行事や健診の情報などが記載されている。

【子育てひろば】

- ・子育て支援センターの保育士が地域へ出向き、遊びを通した親子のふれあいの場を毎月設けている。
- ・関わる人:保健師、栄養士、保育士
- ・対象:子どもとその母親
- ・6/13は、フリーマーケットが行われていた。(Aひろば)
- ・6/14は、芋の苗植え、親子のふれあい遊び、読み聞かせを行っていた。(Bひろば)

【子育て支援センター】

- ・地域の子育て支援拠点として、乳幼児や保護者が交流できる場。子育てについての相談・援助・情報提供を行っている。離乳食教室等も実施している。
- ・関わる人:保育士、栄養士、子育てサポーター、母子保健推進委員、食生活改善推進委員
- ・対象:3歳未満の乳幼児とその母親

【お口の健康・食育セミナー】

- ・内容:「子どもの虫歯予防、食育」
- ・場所: C幼稚園
- ・実施者: 保健師、栄養士
- ・対象: 園児及びその母親
- ・時間は1時間程度(うち15分インタビュー時間)

【ちゅうりっぷ教室】

- ・1歳6か月・3歳児健診後、発達や育児に悩みをかかえている親子が一緒に通い、集団での遊びを通して子どもの発達を促しかかわり方を学ぶ教室。
- ・関わる人: 保健師、栄養士、保育士、発達支援センターの保育士
- ・対象: 1歳6か月～4歳の親子

7

結果②: 母親の食に対する取り組み

子どもの食に関する悩み

- <味付け>
 - ・上の子に味を合わせるため味が濃くなる
- <栄養バランス>
 - ・好き嫌いがあるため食べない(食べられるものばかり与えてしまう)
 - ・間食することで夕食がとれない
 - ・栄養バランス(食材が偏る)を調整することが難しい
- <食べさせ方>
 - ・どの時期に何を食べさせていいかわからない

支援

母親が行っている工夫

- ・濃い味付けをしないようにする
- ・嫌いな食べ物をお弁当に入れる(集団の力)
- ・調理方法を工夫する(刻む、混ぜる、隠す)
- ・嫌いな物を食べることができた時に褒める
- ・子どもの食べる時の反応を探りながら、食べ物を与える
- ・嫌いな物を食べさせるのではなく、嫌いな食べ物の栄養素を他の食べ物で補う
- ・間食の時間を決める
- ・その子の時期に応じた食事を作っている

私も意識して野菜を食べるようになったわ



8

食に関する支援を活用できた例:Aさん

初産婦で食事に関する知識がないため、どのような食事を作ってよいかわからなかった。健診時に離乳食教室の紹介をもらい、離乳食教室で、実際の食事形態を知ることができた。



離乳食教室で使用された調理器具が家庭にはなかったが、形態を自分の目で確かめることができたため、家庭にある調理器具で試行錯誤しながらアレンジして作る事ができた。



9

結果②: 母親の食に対する取り組み

子どもの食に関する悩み

- <味付け>
 - ・上の子に味を合わせるため味が濃くなる
- <栄養バランス>
 - ・好き嫌いがあるため食べない(食べられるものばかり与えてしまう)
 - ・間食することで夕食がとれない
 - ・栄養バランス(食材が偏る)を調整することが難しい
- <食べさせ方>
 - ・どの時期に何を食べさせていいかわからない

支援

母親が行っている工夫

- ・濃い味付けをしないようにする
- ・嫌いな食べ物をお弁当に入れる(集団の力)
- ・調理方法を工夫する(刻む、混ぜる、隠す)
- ・嫌いな物を食べることができた時に褒める
- ・子どもの食べる時の反応を探りながら、食べ物を与える
- ・嫌いな物を食べさせるのではなく、嫌いな食べ物の栄養素を他の食べ物で補う
- ・間食の時間を決める
- ・その子の時期に応じた食事を作っている

本当にこれでいいのかな...

こんなことでも相談していいのかな...

不安

10

食に関する支援の活用方法が分からない例:Bさん



子どもが食べる量が減ったうえに子どもの体重と身長が伸びないことに対して不安を感じているが、それが栄養士に相談するほどの内容なのか分らず、自己解決している。



「どの程度の悩みから相談していいのかわからない」ということが、Bさんのニーズである。

しかし実際は

- ・母親から相談があった場合、問題を解決するために多職種で連携している
- ・母親が専門職に相談する機会はある

11

結果③: 子どもの食事に関する母親のニーズ

- ・悩みの内容に応じてどこに相談したらいいかわからない
- ・経産婦でも受けられる離乳食教室を開いてほしい
- ・普段利用している子育て支援(子育て支援センターなど)でも、食に関する専門的な知識を得たい
- ・今後も母親同士で食事に関する情報共有や相談をしたい



個別性のある支援
母親同士がサポートし合える場
食に関する専門的な知識

12

考察①: 新上五島町の特性

- ・コミュニティが小さい
 - 母親同士でサポートし合える
 - 地域で子育てをする
 - 専門職と住民が顔を合わせる機会が多い
 - 子育て支援に関する情報が届きやすい
(すくすくだより、町内放送)
- ・少子化
 - 子どもを大切に
- ・充実した育児環境
 - 利用しやすい子育て支援

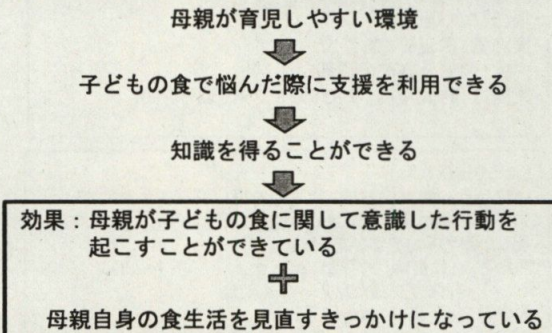
子育てが
しやすい!

新上五島町の
人たちは気に
かけてくれる



13

考察②: 乳幼児と母親の食を通した健康支援の効果



14

効果: 母親が子どもの食に関して意識した行動を
起こすことができている



母親自身の食生活を見直すきっかけになっている



家族全体の食生活が改善される

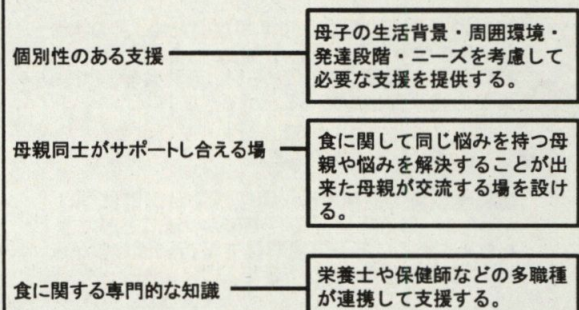


家族全体の生活習慣病予防につながる



15

考察③: 乳幼児と母親の食を通した 健康増進につながる支援



16

考察④: 乳幼児と母親の食に関する看護師の役割

乳幼児の成長発達をアセスメントし、母親から子どもの食の
現状について情報収集する。

母親と関わる際には食に関する知識や支援の情報を提供。

- ・地域で行われている食に関する支援を把握する。
- ・食に関する専門職から、乳幼児の食に関する
知識を得る。

専門職との連携

- ・アセスメント内容と子どもの食の現状に関する情報を
共有するべき職種と連携する。

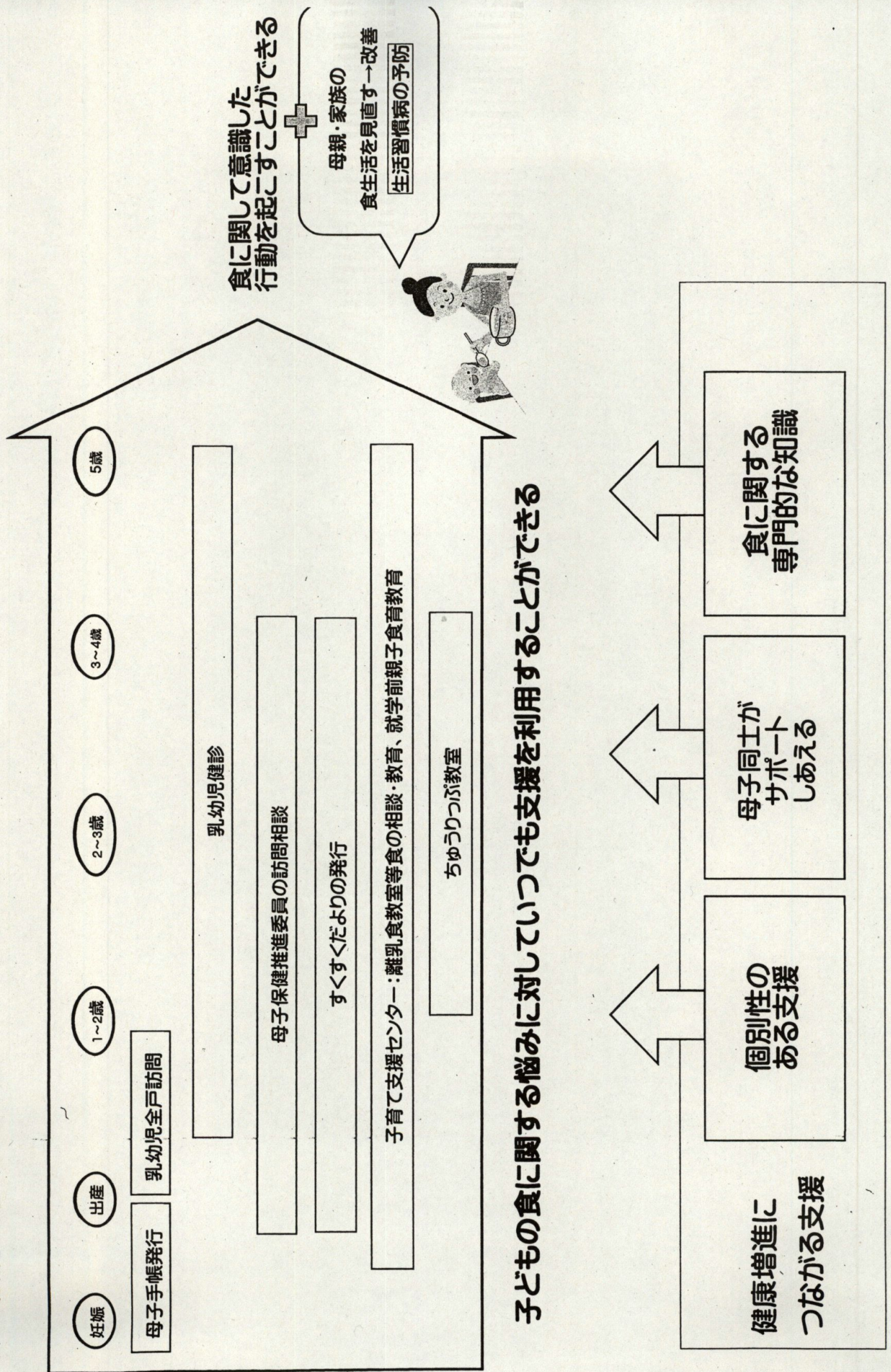
17

実習のまとめ

- ・対象者を生活者として捉え、生活背景や対象者を
取り巻く環境について知る必要がある。
- ・対象者が暮らす地域の特性を理解し、その特性を
活かした看護を行うことが大切である。
- ・地域で暮らす一住民としての視点を持つことが
大切である。
- ・対象者のニーズを理解し、また、発達段階や
ライフサイクルに合わせた看護を行う必要がある。
- ・地域で活動する専門職との連携をとる必要がある。

18

図1：乳幼児と母親の食を通じた健康支援の効果と健康増進につながる支援



平成 29 年度 しまの健康実習 実習計画表 (実施表:実習報告表紙)

実習窓口市・町 支所名 五島市	協力機関等 長崎県五島保健所企画保健課 五島市国保健康政策課 五島市社会福祉課 長崎県病院企業団五島中央病院看護部	学生名:赤瀬晶子 入口亜寿佳 小濱貴美子 境優希 下田栞 松尾佳奈 山口明莉 指導者: 五島市国保健康政策課 的野由香係長 中村典子係長 大坪京子保健師 五島保健所 本多麻衣保健師 担当教員:李節子先生
--------------------	---	--

学習テーマ
五島市における乳児家庭全戸訪問事業から子育て支援を考える
～誰一人として取り残さない～

テーマ学習の目的・目標
目的:乳児家庭全戸訪問事業から子育て支援を考える
目標:①五島市における母子の健康に関わる保健・医療・福祉資源について理解し、連携のあり方を知ることができる。
②五島市で行われている母子保健・子育て支援の実際を知ることができる。
③乳児家庭全戸訪問事業の実際と看護専門職の役割を知ることができる。
④母親のニーズを知りよりよい子育て支援事業を考えることができる。

実習状況		
月 日(曜日)	午 前	午 後
6月12日(月)	7:40 大波止発 9:05 福江港着 五島市役所 9:40 大坪保健師様と実習内容の確認調整 10:30~11:00 社会福祉課山田係長に「児童虐待ゼロプロジェクト」についてインタビュー(目標①③) ・母子保健担当中村係長にインタビュー(目標①③)	五島市役所本庁3階中会議室(あるいは牟田助産師様を訪問) 13:30 母乳育児相談所あつぷるぱいの牟田助産師様にインタビュー(目標③)
6月13日(火)	・2歳児相談に参加し、子育て支援の実際について知る。(目標②) ・可能であれば相談に来ている母親にインタビューを行う。(目標④)	(※牟田助産師様に同行) ※4G(2人ずつ)に分かれ、1Gずつ同行。4回を希望するが、牟田助産師様のご都合に合わせ、可能であれば同行させて頂く(目標③)
6月14日(水)	(※牟田助産師様に同行) 9:30~12:00 ・エンゼル広場に参加し、子育て支援の実際について知る。(保健センター4階ホール)(目標②) ・可能であれば参加している母親にインタビューを行う。(目標④)	(※牟田助産師様に同行) ・3歳児健診に参加し、子育て支援の実際について知る。(目標②) ・可能であれば健診に来ている母親にインタビューを行う。(目標④)
6月15日(木)	(※牟田助産師様に同行) ・国保健康政策課浜口保健師に同行し、黄島に住む親子を訪問し、支援の実際や二次離島での子育て環境などについて知る。(目標②③④)	五島市役所第1・2会議室 発表内容のまとめ
6月16日(金)	五島市役所本庁3階中会議室着 発表内容のまとめ	五島市役所本庁3階中会議室着 13:00~15:00「しまの実習発表会」 16:30 福江港 18:20 大波止港

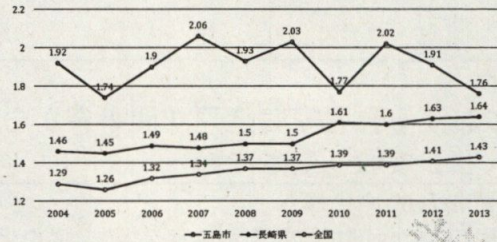
長崎県立大学看護学科

**五島市における
乳児家庭全戸訪問事業から
子育て支援を考える
～誰一人として取り残さない～**

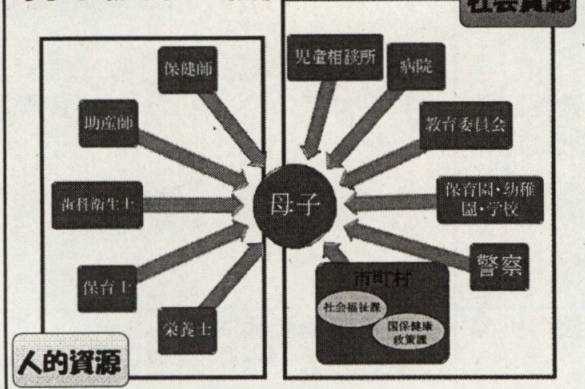
五島市 実習メンバー
赤瀬晶子・入口亜寿佳・小瀬貴美子
境優希・下田菜・松尾佳奈・山口明莉
指導教員：宇都子先生

テーマ選定の理由

合計特殊出生率の推移

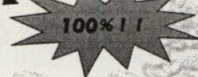


母子を取りまく環境



五島市における子育て支援

- <健診・予防接種>
乳児健診(4か月児)、乳児健診(10か月児)、1歳6か月児健診、3歳児健診、5歳児健診、各種予防接種
- <教室・相談・子育て支援>
母親教室、妊婦相談、乳幼児相談、2歳児相談
- <訪問>
妊婦訪問、乳児家庭全戸訪問、保育園・幼稚園訪問
- <公費負担>
特定不妊治療助成事業



持続可能な開発目標(SDGs)の理念

「誰一人として取り残さない」
Leave no one behind



実習目的

乳児家庭全戸訪問事業から子育て支援を考える

実習目標

- ①五島市における母子の健康に関する保健・医療・福祉資源について理解し、連携のあり方を知ることができる。
- ②五島市で行われている母子保健・子育て支援の実態を知ることができる。
- ③乳児家庭全戸訪問事業の実際と看護専門職の役割を知ることができる。
- ④母親のニーズを知り、よりよい子育て支援事業を考えることができる。

実施方法・内容

- ①母子支援事業担当保健師へのインタビュー
- ②乳児家庭全戸訪問事業を担当している助産師へのインタビュー
- ③五島市の0～3歳の子どもをもつ母親へのインタビュー(15名)
対象者:二歳児相談に参加している母親
エンゼルひろばに参加している母親
三歳児健診に来ていた母親
- ④乳児家庭全戸訪問事業への同行訪問 4件

乳児家庭全戸訪問事業

(こんにちは赤ちゃん事業)平成21(2009)4月施行

<事業の目的>

生後4か月までの乳児のいるすべての家庭を訪問し、様々な不安や悩みを聞き、子育て支援に関する情報提供等を行うとともに、親子の心身の状況や養育環境等の把握や助言を行い、支援が必要な家庭に対しては適切なサービス提供につなげる。このようにして、乳児のいる家庭と地域社会をつなぐ最初の機会とすることにより、乳児家庭の孤立化を防ぎ、乳児の健全な育成環境の確保を図るものである。

<内容>

訪問スタッフには、愛育班員、母子保健推進員、児童委員、子育て経験者等を幅広く登用する。訪問結果により支援が必要と判断された家庭について、適宜、関係者によるケース会議を行い、養育支援訪問事業をはじめとした適切なサービスの提供につなげる。

平成21年4月からこんにちは赤ちゃん事業は「乳児家庭全戸訪問事業」として児童福祉法に位置づけられ、市町村(特別区を含む)に実施の努力義務が課せられた。

児童福祉法(平成28年改正現行)

第一条

全ての児童は、児童の権利に関する条約の精神にのっとり、適切に養育されること、その生活を保障されること、愛され、保護されること、その心身の健やかな成長及び発達並びにその自立が図られることその他の福祉を等しく保障される権利を有する。

児童虐待ゼロプロジェクト

- 発生予防 ←
- 早期発見・早期対応
- こどもの保護・支援、保護者支援

五島市の乳児家庭全戸訪問について

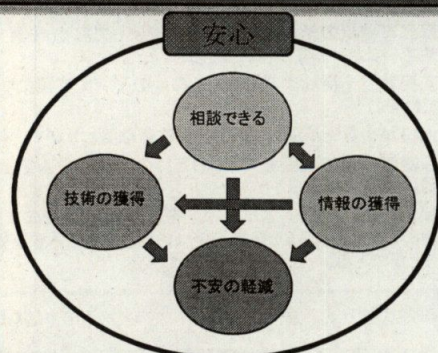
<訪問時期>

虐待による死亡報告が最も多いのは0歳0か月である。また、出産後2～3週目は母親が一番不安になりやすい。そこで虐待防止のために、できるだけ1か月以内に訪問するようにしている。

<訪問時の活動内容>

- ・体重、血圧測定
- ・育児状況の観察
- ・相談活動
- ・情報提供

乳児家庭全戸訪問をうけたお母さんの声



相談できる

「病院の人からも困ったら電話してくださいと言われていたが、なかなかしにくいから、来てもらって助かった」

「最初の子だったから相談できる人がいて助かりました」

「不安とか心配を聞いてくれるだけで良かった」

不安の軽減

「困ったら相談できる人がいると知ることができた」

「下の子が生まれたときに、上の子が赤ちゃん返りしてしまって、負い目を感じていたけど、訪問の時にアドバイスをくれて救われた。」

「一番不安な時期で、母乳がちゃんとでているのか分からなくて…。ちょうどミルクか母乳どちらにするか迷っている時に来てくれたので安心して母乳を選ぶことができた」

技術の獲得

「入院中に教えてもらったことを、訪問の時にちゃんとできているか確認してもらえた」

「お乳の飲み方や、夜寝ないこと、抱き方などを教えてもらったり、確認してもらった。栄養士さんと一緒に訪問してくれて離乳食についても指導してくれた」

情報の獲得

「知らない知識を教えてもらった」

「最新の情報を教えてくれる」

「旦那や姑とちがって、専門的な知識を教えてくれた」

「今後の健診の予定を知ることができた」

「エンゼルひろばのことを訪問の時に教えてくれた」

乳児家庭全戸訪問担当助産師さんへのインタビュー

『大切にしていること』

- ・お母さんと子どもの持っている力を発揮できるように支える。
- ・お母さんと赤ちゃんを大切にしている気持ちで関わる
- ・訪問の時は、ゆっくりと時間をとり100%赤ちゃんとお母さんに向き合う

『信頼関係をつくるために…』

- ・最初の関わりを密にしておく、よい信頼関係が築ける
- ・エンゼル広場や母親教室などにいき、出産前から顔見知りになっておく

『相談しやすい存在になるために』

- ・不安になる時期である4ヶ月までに訪問をするようにしている
- ・電話などで相談があった時は、まず電話してくれたことをねぎらう声かけをしている。



訪問してみても気づき

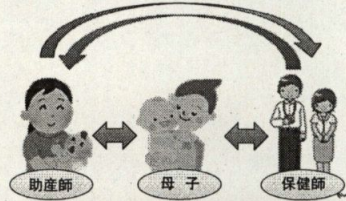
- ・肯定的共感的態度や言葉をかけていた。
- ・知識や技術の提供により、お母さんが安心できるようにしていた。
- ・地域の保健師・栄養士の存在を伝えて、その後継続した支援ができるようにしていた。
- ・お母さんと赤ちゃんのことを第一に考えて接していた。
- ・訪問者の人柄がお母さんの安心感につながっている。
- ・お母さんの話を親身に傾聴していた。
- ・長い時間かけて話を聞き、丁寧に接することでお母さんを大切にしているという思いが感じられた。

考察

- ・五島市独自の子育て支援事業が充実しており、子育てがしやすいことがわかった。
- ・乳児家庭全戸訪問事業が、その他の子育て支援につながっている。
- ・人口が少ないからこそ一人一人に密な関わりができる。
- ・保健医療福祉関係者間で、お互いの強みや役割を理解し、密に連携しあっている。
- ・保健医療福祉関係者が全家庭を訪問することで二次離島に住む母親や外国人、障害を持つ母親を取り残さず支援することができる。

母親の満足感と虐待予防につながっているのではないかと

保健医療福祉サービス



信頼関係

専門職として大切なこと

- ・新しい知識を学び続けること
- ・謙虚な姿勢で関わること
- ・相手の立場にたって接すること
- ・他職種の役割を尊重した上で、対象者を中心に考えた適切な支援を行うこと
- ・自分の看護観を追及すること
- ・楽しみややりがいを感じながら仕事をする

母子保健サービスに望むこと

- ・室内で遊べる場所が欲しい
- ・仕事をしていても参加できるような事業がほしい(休日開催など) また、休みをとるために早い時期に通知してほしい
- ・保育園の一時預かりがあつたけど、いっぱい預けられなかったから、子どもと離れてリフレッシュできる場がほしい
- ・在宅で育児している人もいるから、そのような家庭の子どもも遊べるような外の場所がほしい

お母さん方からこのような声もきかれました!



子育て支援活動のまとめ

- 対象者のニーズに「寄り添う」こと。
- 対象者と保健医療福祉関係者との信頼関係を構築すること。
- 保健医療福祉関係者間で、お互いの強みや役割を理解し、密に連携すること。

謝辞

しまの健康実習にあたり、ご協力いただいたお母様とお子様方、お忙しい中ご指導いただいた保健師の皆様、訪問に同行させていただいた助産師様、保育士の皆様、その他ご協力いただいた関係者の方々や地域の皆様に深く感謝申し上げます。ありがとうございました。



平成 29 年度 しまの健康実習 実習計画表 (実施表:実習報告表紙)

実習窓口市・町 支所名 壱岐市役所保健環境部健康増進課 壱岐振興局保健部 (壱岐保健所) 壱岐病院	協力機関等 壱岐市役所こども家庭課 壱岐こどもセンター 壱岐市社会福祉協議会	学生名: : 石司綾子 岩崎眞耶 浦濱美月 嘉山芙海 中村捺美 前田裕香 山口夏子 指導者: 中野美保 保健師 担当教員: 林田りか
--	---	--

学習テーマ

壱岐市で母になる。～第一子を出産した(育てる)母親の子育てに対する意識～

テーマ学習の目的・目標

目的: 壱岐市で第一子を出産した母親がどのような支援を受けて子育て方法を学んでいくのか理解し、子育て支援の実際と課題を明らかにする。

目標: ①第一子を出産した母親の子育て環境(人的・物的・社会的)を理解する。

②子育て支援を受ける経緯と支援事業が与える影響を理解する。

③母親が抱える子育てに関する問題を理解する。

④子育て支援事業を行う専門職の思いと母親への関わりを理解する。

⑤①～④を踏まえて看護職者としての母親への支援を考える。

*環境とは家族構成、就労状況、住居、子育て支援サービスの利用状況とする。

実習状況

月 日(曜日)	午 前	午 後
6月12日(月)	8:20 壱岐空港到着 ジャンボタクシーでしげ井に移動 徒歩で壱岐こどもセンター移動 9:30 壱岐こどもセンター集合 赤ちゃん広場についての説明 10:00-11:30 あかちゃん広場参加 適宜、母親へのインタビュー 11:40 いきっこ広場についての説明 スタッフの方へのインタビュー (場所: 壱岐こどもセンター2階)	13:00-17:00 インタビュー結果のまとめ (場所: 壱岐の島ホール 101室) 13:30頃 郷ノ浦庁舎への挨拶 14:00頃 芦辺庁舎への挨拶
6月13日(火)	9:30 壱岐こどもセンター集合 10:00-11:30 いきっこ広場参加 適宜、母親へのインタビュー 11:45 振り返り (場所: 壱岐こどもセンター2階)	13:00-17:00 インタビュー結果のまとめ (場所: 壱岐の島ホール 103室)
6月14日(水)	ジャンボタクシーで移動 9:00 勝本町かざはや「キッズルーム」集合 10:00-11:30 かざはやひろば(勝本)参加 母親・スタッフの方へのインタビュー (場所: 壱岐市勝本町かざはや「キッズルーム」)	15:00頃～ 社会福祉協議会の方へのインタビュー バスで移動(勝本入口 16:27、17:29)
6月15日(木)	8:30-12:00 発表準備 11:00頃 健診準備 (場所: 壱岐の島ホール 101室)	1歳6か月健診参加 母親へのインタビュー (場所: 壱岐の島ホール 106室)
6月16日(金)	8:45 芦辺庁舎へ挨拶(学科長とともに) 9:30頃 郷ノ浦庁舎へ挨拶(教員、学生代表者) 9:00 発表準備、資料印刷、会場設営 (場所: 壱岐病院研修棟)	13:00 現地報告会 14:00 指導者との意見交換会 15:10 挨拶 16:45 壱岐空港発

香岐で母になる ～第1子を出産した(育てる)母親の 子育てに対する意識～



香岐市
学生名:石司綾子 岩崎真耶
浦濱美月 嘉山美海
中村捺美 前田裕香
山口夏子
担当教員:林田りか

目的・目標

<目的>

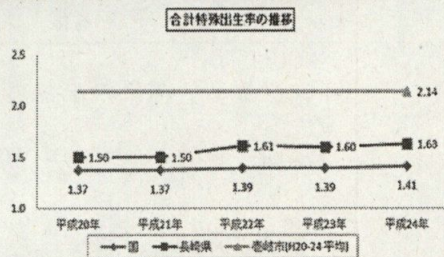
香岐市で第1子を出産した(育てる)母親がどのような支援を受けて子育て方法を学んでいくのか理解し、子育て支援の実際と課題を明らかにする。

<目標>

- ①第1子を出産した母親の子育て環境(人的・物的・社会的)を理解する。
- ②子育て支援を受ける経緯と支援事業が与える影響を理解する。
- ③母親が抱える子育てに関する問題を理解する。
- ④子育て支援事業を行う専門職の思いと母親への関わりを理解する。
- ⑤①～④を踏まえて看護職者としての母親への支援を考える。

テーマ選定理由

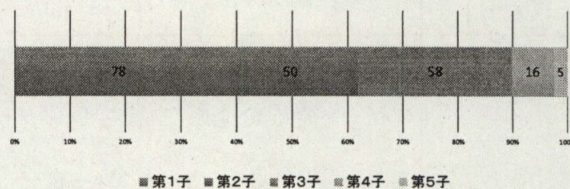
香岐市子ども子育て支援事業計画によると、香岐市の合計特殊出生率(平成20～平成24年の平均)は2.14で国(1.41)や長崎県(1.63)より高い水準で推移している。



→子育てする母親への支援が充実していると言える。

テーマ選定理由

平成28年度 出生数内訳



→第1子を持つ母親が多いことが明らかである。第2子、3子の出生率も高いことから、特に第1子の子を持つ母親への支援が充実していると言える。

実習方法

インタビュー方式

対象者:

①母親

- 赤ちゃん広場(11人): 1歳未満の子どもを育てる母親
- いきっこ広場(2人): 就学前の子どもを育てる母親
- かざはや広場(5人): 就学前の子どもを育てる母親
- 1歳6か月児健診(5人): 1歳6か月の子どもを育てる母親

②専門職

- こどもセンター職員(保育士、看護師)
- 社会福祉協議会A事業所 事務長
- かざはや広場スタッフ

いき☆いっほ広場

事業内容:

こども家庭課運営、香岐こどもセンターにて実施。

初めて子どもを育てる母親(第1子)の子育て応援講座(6回連続の講座)であり、母子の愛着形成を図り、同じ悩みを持つ母親の情報交換の場とすることを目的として、香岐市の子育て支援の特色ある事業である。

参加した母親の感想:

- ・赤ちゃんとの関わり方を知ることができた。
- ・赤ちゃんに触ることが怖かったが段々慣れることができた。
- ・他の第1子を持つ母親と仲間作りができて安心した。
- ・出産後赤ちゃんを連れて外出する機会を得ることができた。



赤ちゃん広場・いきっこ広場

*あかちゃん広場

事業内容：

こども家庭課運営、香岐こどもセンターにて実施。
妊婦期から1歳未満の子を持つ母親対象に、子どもへの関わり方を学ぶ場。

*いきっこ広場

事業内容：

こども家庭課運営、香岐こどもセンターにて実施。
就園前の子どもと母親を対象に遊びを通して自分なりの子育て方法を見つける場。

かざはや広場・子育てサークル ファミリーサポートセンター事業

***かざはやひろば：**こども家庭課運営、社会福祉協議会A事業所にて実施。

地域全体で子育て環境の向上を図るため、関係機関や子育て支援活動を行っているグループ等と連携を取りながら、公共施設等に向いて、親子交流や育児グループのサポートを行う場。

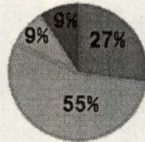
***子育てサークル：**こども家庭課運営、香岐こどもセンター、D地区、ふれあいセンターかざはや、芦辺クオリティセンターつばさにて実施。
子育てをする母親の孤立を防ぎ、母親同士の子育ての情報交換や悩み相談、仲間づくりを行うための場。

***ファミリーサポートセンター事業：**こども家庭課運営、香岐市社会福祉協議会A事業所に委託。

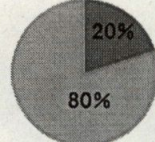
会員相互が育児に関する相互援助活動を行うことにより、仕事と育児の両立及び子育て支援の一助とし、地域福祉の向上を図るための場。

母親の年齢

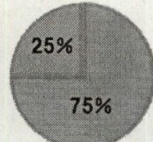
■20代 ■30代 ■40代 ■不明



赤ちゃん広場



いきっこ広場



かざはや広場

情報源

赤ちゃん広場

- ・友人からの紹介。
- ・保健師からいき☆いっぽ広場を知り、いき☆いっぽ広場でお知らせがあった。
- ・引越してすぐに市役所に住民票を提出した後、赤ちゃん訪問の時にいき☆いっぽ広場を勧められて知った。
- ・乳児健診でお知らせがあった。

いきっこ広場

- ・引越してきて保健師から2歳児健診で教えてもらった。
- ・インターネットや市役所の掲示物で知った。
- ・知り合いから情報を得た。
- ・家族(姉)も行っていたから。
- ・転勤で、住所変更の手続きの際に市役所の方から情報を得た。

かざはや広場

- ・市役所の保健師に教えてもらった。
- ・こどもセンターのスタッフの方に教えてもらった。
- ・いき☆いっぽで教えてもらった。
- ・転勤で引越してきた時、市から電話があり、いき☆いっぽを紹介してもらい、いき☆いっぽに参加した際に教えてもらった。

広場に参加した理由

- 1人目のときに利用したため、同じような刺激になるように参加した。
- 香岐市でこのようなサービスがあると知って利用してみたいと思ったため。
- 家にいるとあまり触れ合える人がいないが、広場に参加すると先輩ママと話せるし、にぎやかでいいと思うため。
- 里帰り出産で1人目で何もわからない状態だったため友達作りや情報交換をしたかったため。
- 子どもの友達づくり、お母さん同士の輪を広げたいため。
- 家の中だけでは子どもが飽きてしまいそうで、いろいろなところで遊ばせてあげたかったため(こどもセンターには遊具があるため)。
- 自分の体力が持たないため、室内でも遊べる広場を活用した。

不安・悩みを共有できるママ友が欲しい
子育てにおける情報共有をしたかった。
様々な子どもの遊び場が欲しい
という思いがある。



子育ての中での不安

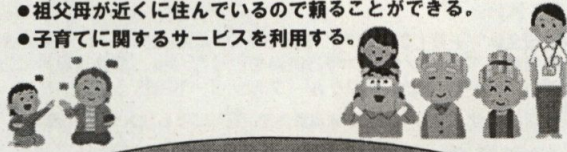
- わからないことがあった際の自分の対応が合っているのか。
- 発達正常であるのか。
- 両親も島におらず、すぐに相談できる相手がない。
- 子どもを見てくれる人がいない。
- どうしていいのかわからずイライラすることがある。

転勤等が多いため身近に相談できる相手がない第1子を持つ母親が多い。
また、第1子の子育てを行う経験が浅いため緊急時の対応や子どもの発達に対する不安を抱いている。



子育てを行う中での協力者

- 夫に協力してもらう。
- 祖父母が近くに住んでいるので頼ることができる。
- 子育てに関するサービスを利用する。



家族の協力が大きい。
吉崎市の特徴である隠居があり、近くに
両親が住んでいるため子育てしやすいとい
う意見もあった。
子育て支援サービスを活用している。

専門職との関わり

- 赤ちゃん広場のスタッフがその時に応じた話題に沿って母親と情報交換する。
- 離乳食や子どもの発育発達についての相談をしている。
- 発育の遅延（体重が減った、なかなか増えない）を相談している。
- こどもセンターの方は雑談もできるし、相談もできる。
- 自ら話をするし、話しかけてくれる。
- 昔、一緒に参加していたお母さんがいるなど慣れ親しんだ人がいて安心する。

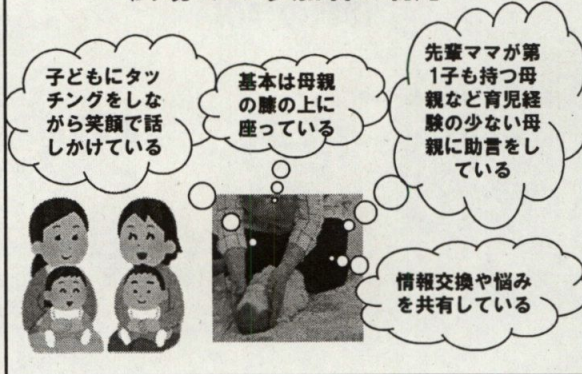
専門職と接することが機会があり、
情報提供・相談ができる。

生活や思いへの変化

- 子育て支援サービスを利用していなかったら1人で悩んでイライラしていたと思うが、サービスを利用することで気分転換にもなる。
- 生活のメリハリがつくのでよかった。
- 同じくらいの年代の子のお母さんがいるから情報が得られてよい、役に立った。
- 育児相談がとてもありがたい。
- 子どもも他の子どもと関わることで自分から関わりをもつようになったのでよかった。

気分転換・ストレス発散に繋がり、
生活にメリハリが付いた。
母親同士で情報交換をすることで、
1人で悩まずに不安や悩みを打ち明け
ることができた。

広場での参加者の様子



専門職における母親への支援

- 保健師や子ども家庭課とミーティングを行い情報を共有して連携をとる。
- かざはや広場では療育に直接関わらないため、保健師を仲介して、医療やこどもセンターと繋がる。
- 子育てに正解はない、一緒に考える。
- 「相談しに来た」勇気に寄り添う。
- 悩みを聞いてもらえる安心感を与える。
- スタッフが気になっていることをGWのテーマに取り上げるなど母親が自分で気付いて改善できるように関わる。
- 同年代の母親同士をつなげるようにする。
- 他の母親の成功例を知ることによって納得する母親もいれば、専門職の介入が必要な母親もいるため、よく観察して母親に合った支援を考える。

専門職と連携し、
受容・共感・傾聴の姿勢で
母親に合った支援を行う。

第1子を持つ母親への支援

- 母親同士のパイプとなる役割を果たす。
- 第1子は母親支援、第2子はきょうだい児支援を中心にしている。
- まずは傾聴し、視線を合わせて声のトーンを優しくしながら話す。
- 細かいことを言わずに複雑なことをしないで母親の不安や心配をおおらないようにする。
- 注意はせず提案をする。
- あらかじめ得た情報から家庭環境などに配慮して支援する。

初めての子育てで不安が大きいため
傾聴することで受け止めて解消し、
母親のヒントとなる存在になる。
母親同士をつなぐ役割を持つ。

1歳6か月健診の実際



実施者：医師、助産師、看護師、保健師
歯科衛生士、栄養士など

健診終了後に情報共有の時間を設けていた。
→健診の結果や問診票をもとに、子ども・母親・家庭環境について情報交換を行う。1歳6か月健診は受診率が90%を超えており、参加率が高い。
健診の中で専門職と関わる機会を設け、気になる母親の早期発見・支援に努めている。
普段は外に出ることが少ない母親も健診を通して周りの母親とつながる機会になる。

母子を取り巻く環境

人的環境

物的環境

医師 保健師 看護師 助産師 PT
OT 歯科衛生士 栄養士 アドバイ
ザー 保育士 幼稚園教諭 小学校
教諭 養護教諭 母子推進員 家族
先輩ママ

公園 いき☆いっぱい広場
赤ちゃん広場 いきっこ広場
かざはや広場



各岐子どもセンター 各岐市社会福祉協議会
各岐市役所子ども家庭課 各岐振興局保健部
各岐市役所保健環境部健康増進課 子育て
サークル 病院 保育所 幼稚園

社会的環境

結果のまとめ

○母親へのインタビュー

- ▶第1子を出産した母親は子育ての経験がないため知識が少なく不安や悩みが多い。また、不安や悩みを相談できる友人が少ないため1人で抱え込みやすいという特徴がある。
- ▶母親は子育てに対する不安や悩みを表出できる場や母子ともに友達の輪を広げるためにサービスを利用していった。また、参加する事で母親の気分転換に繋がったり、生活のメリハリが付くようになっていった。

○子どもセンタースタッフへのインタビュー

- ▶初めて子育てする母親に対しては、母親と母親の間に入り情報交換がスムーズに行えるように援助をしていた。また、子どもとの関わり方について母親に指導をするのではなく、母親が自分で気づいて改善することができるように支援していた。

○社会福祉協議会の方へのインタビュー

- ▶受容、共感、傾聴することで母親の不安を解消し、母親同士を繋ぐ役割を持っていた。また、いつでも母親が気軽に利用できるように場を開放されていた。

考察と課題

《考察》

- ◆第1子を出産した母親は子育てに対する不安を多く抱えているが、充実した様々な子育て支援サービスを利用し、母親の輪を広げ家族共に成長できる環境にある。
- ◆各岐市では子どもが生まれてから就学するまで様々な職種が関わり切れ目のない支援が行われているため、出生率が高いと考える。
- ◆専業主婦や各岐に転勤して子育てを行っている母親が多く、平日に開催されている広場には、働く母親の参加が難しい状況にある。

《課題》

- ✓子育て支援事業には未就園児対象になっているものもあり、すべての母親が参加することが困難である。
- ✓家庭内で孤独に育児をする母親も未だいるため、現状の把握とその家庭に合わせた支援方法や健診時での観察が非常に重要となる。

看護職として大切なこと

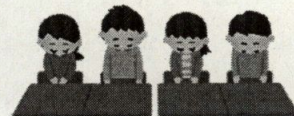
1. 母親が一人で不安を抱えないように、広場等で活動してママ友の輪を広げることができるように支援する。
2. 母親だけではなく、子どもだけでなく、母子ともに健康に生活できるようにする。
3. 子どもとのふれあいの中で、子どもの発育・発達を観察し、母親が不安にならないように声掛け等に配慮して関わる。
4. 母親を取り巻く多職種で連携を取り、悩みを打ち明けられた時には共感して、受け止めてから専門職につないでいく。
5. 母親・子ども・専門職等子育てに関わる人と人をつなぐ役割を果たす。



謝辞

この実習を行うにあたり、5月からご指導いただいた保健師様をはじめ、関係機関の皆様、インタビューにご協力いただいた保護者の方々に心より感謝いたします。

ありがとうございました。



平成 29 年度 しまの健康実習 実習計画表 (実施表:実習報告表紙)

実習窓口市・町 支所名 新上五島町	協力機関等 新上五島町役場 新上五島町地域包括支援センター 長崎県上五島病院 新上五島町社会福祉協議会	学生名: 井元佑美・川崎寧子・佐藤里奈 嶋麻由美・富田碧・中村花琳 本田美咲 指導者:渡辺充代保健師 担当教員:重富勇、山口多恵
----------------------	---	---

学習テーマ：高齢者を支える地域ネットワーク～みんなでつながる新上五島～

【目的】

新上五島町に住む高齢者に対する医療支援・生活支援の実際を学び、地域包括ケアシステムにおける看護職の役割を考える。

【目標】

- ① 地域包括ケア病棟や地域連携室、訪問看護ステーションの看護師から話を聞き、地域包括ケアシステムにおける看護師の役割を考える。
- ② 新上五島町の自治活動への参加を通し、生活支援の方法や地域住民同士の交流について知ることができる。
- ③ 新上五島町に住む高齢者との交流の中で、高齢者のニーズについて考えることができる。

実習状況

月 日(曜日)	午 前	午 後
6月12日(月)	7:40 長崎港発 (ジェットfoil) 9:50 奈良尾港着	13:30 A 病院の看護部長へ挨拶 14:00 地域包括ケア病棟と地域連携室の看護師から事例紹介 16:00 退院支援カンファレンスへ参加
6月13日(火)	6:00 介護予防自主活動 (ラジオ体操) への参加 10:00 I 地区で行われるつどいの場に参加し住民への聞き取り	・高齢者宅への訪問看護に同行する(2人) ・新上五島町地域包括支援センターの事例の訪問に同行する(2人) ・E 地区の転倒予防教室に参加する(3人)
6月14日(水)	・F 地区座談会への参加 ・社会福祉協議会が主催する勉強会への参加	
6月15日(木)	10:30 初日の事例の自宅周辺環境の地区踏査 15:00 実習のまとめ 報告会資料作成 (役場会議室)	
6月16日(金)	報告会準備 (社会福祉協議会)	現地報告会

高齢者を支える地域ネットワーク ～みんなでつながる新上五島～



2G 井元佑美・川崎寧子・佐藤里奈
嶋麻由美・富田碧・中村花琳・本田美咲
担当教員: 重富勇、山口多恵

❖ テーマ選定理由

新上五島町の高齢化率は、37.7%と非常に高く、今後日本で深刻になると予測される2025年問題のような高齢化が顕在していると言える。

そのため、新上五島町で暮らす高齢者を支える地域ネットワークの実際を見て、地域包括ケアシステムにおける看護師の役割を考えるためにこのテーマを選定した。



❖ 実習目的・目標

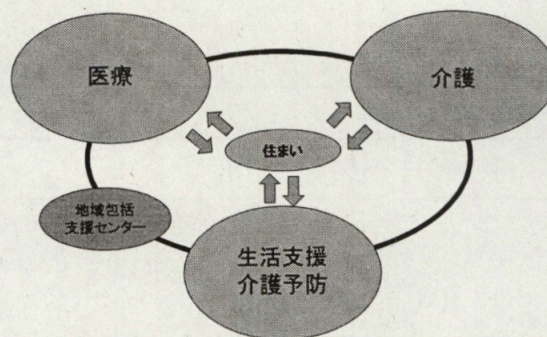
▼目的

新上五島町に住む高齢者に対する医療支援・生活支援の実際を学び、地域包括ケアシステムにおける看護師の役割を考える。

▼目標

- ① 地域包括ケア病棟や地域連携室、訪問看護ステーションの看護師から話を聞き、地域包括ケアシステムにおける看護師の役割を考える。
- ② 新上五島町の自治活動への参加を通し、生活支援の方法や地域住民同士の交流について知ることができる。
- ③ 新上五島町に住む高齢者との交流の中で、高齢者のニーズについて考えることができる。

❖ 地域包括ケアシステム



❖ 実習方法

医療	<ul style="list-style-type: none"> ◇ A病院で地域連携室の看護師、病棟の看護師から在宅復帰困難なB氏の事例紹介 ◇ 看護師、介護士、理学療法士、社会福祉士による地域包括ケア病棟のカンファレンスに参加
医療 介護	<ul style="list-style-type: none"> ◇ A病院の訪問看護ステーションの師長から看取りの事例紹介 ・90代男性C氏の事例 ・70代女性D氏の事例 ◇ D氏を看取った娘さんにインタビュー

❖ 実習方法

生活 支援	<ul style="list-style-type: none"> ◇ E地区とF地区の自治活動に参加 E地区→転倒予防教室で体操や風船/パレーに参加
介護 予防	<ul style="list-style-type: none"> F地区→座談会で、参加者のニーズについてグループワークを行った
住まい	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 一人暮らしの高齢者宅へ訪問 ・G地区の80代女性 ・H地区の80代女性 ◇ A病院で紹介していただいた在宅復帰困難であった事例の自宅に訪問

❖ 医療

【事例1】

Bさん 80代女性 認知症の夫と二人暮らし
既往歴: 転倒により骨折し、歩行困難となる。
●在宅復帰困難で施設への退院が一時は考えられたが、「元の家に住みたか。」というBさんの希望があった
●骨折により、自宅までの階段や自宅内の段差に一人では対応できなくなったが、一緒に同居してくれる家族がおらず、地域での支えが必要

○Bさん宅周辺は坂や階段が多く日常生活の支障となるため、Bさんの退院前にスタッフが自宅訪問し、退院後の生活を具体的に考えた
○Bさんの希望を優先して退院調整を行った

❖ 結果-医療

- ◆多職種が同じ目標を持ち患者に関わり、それぞれの職種が多方面からアプローチしている。
- ◆医療職者の立場としてだけでなく、地域住民の立場として患者と関わることでインフォーマルなサポートが実現できる。
(スタッフでもあり、地域住民でもある)



❖ 結果-医療

- ◆入院時から、その患者を取り巻く環境や生活状況を把握し、退院後の生活をイメージして支援を行なっていく。
- ◆医療機関だけでなく、他の施設のスタッフ間との情報共有が密になされている。



❖ 介護

【事例3】

Dさん 70代女性 娘家族と同居
現病歴: 腎細胞がんのターミナル期

- Dさんは死への恐怖から娘へ頻りに連絡するなど家族に対する依存心が増強し、それが介護負担につながっていた
- Dさんだけでなく介護者の訴えに耳を傾け思いに寄り添ったり、家族に対して訪問看護の間は好きなことをしてらうことによって気分転換にもなり、在宅療養を継続できていた
→不定愁訴や夜間の電話が減った・前向きな言葉が多くなり、訪問看護を心待ちにする

❖ 結果-介護

- ◆利用者・家族の不安軽減のため、安心できるような声掛けや助言・情報提供を行う必要がある
- ◆夜間でも患者や家族の気持ちが落ち着くまで電話で話を聴いたり、駆けつけたりするなどの対応をしていた



- ◆介護によってその人の生活が失われないように、利用できるサービスの調整を行っていた
- ◆処置以外の関わりも大切にすることで親密な関係を築くことができる
- ◆看護師が利用者・家族に関わるスタッフの中心となっていた

訪問看護師はコーディネーター的役割を果たす必要がある

❖ 結果-生活支援

- ◆すでに実施されている地域の助け合い活動に、社会福祉協議会の方々が耳を傾けることで、地域住民の声が届きやすく、住民のニーズにあった活動が実現されやすい(グループワークを活用)

地域住民たちの生の声を大事にしている。地域住民同士のつながりが強いからこそ、住民たちの力で、高齢者の支援体制が自然と形作られている。

❖ 結果-介護予防

- ◆引きこもっている老人会に参加していない高齢者への参加を促している。
- ◆参加することでもともと仲の良かった近所住民同士さらにつながりを深めることができる。
- ◆参加者同士の安否確認を行っている。
- ◆参加することで笑顔になれるので、継続して参加する方が多い。

参加することで、住民同士の仲が深まり、自助、互助を強めるきっかけになっている。

❖ 結果-住まい

- ◆できることは自分でやろうという気持ちや他人に迷惑をかけたくないという気持ちが高い
- ◆地域に住む高齢者を支えるため、周囲の人々が日頃から声をかけ、安心して一人暮らしできる環境づくりをしていた。

自分のことを自分でする、健康を自分で保つなどの自助の力が強い
地域住民同士のつながりが深く、
互助の力が強い

❖ 地域包括ケアシステムにおける 看護師の役割

- ◇ 地域に退院していく、あるいは地域で暮らしている高齢者に関わる、介護、生活支援、介護予防の立場から活動する人たちの連絡調整、情報共有を行うコーディネーター的役割
- ◇ 高齢者の思いや希望に寄り添い、生活の中に反映できるように本人または周囲の自助、互助の力を引き出し活用していくための支援を行う役割



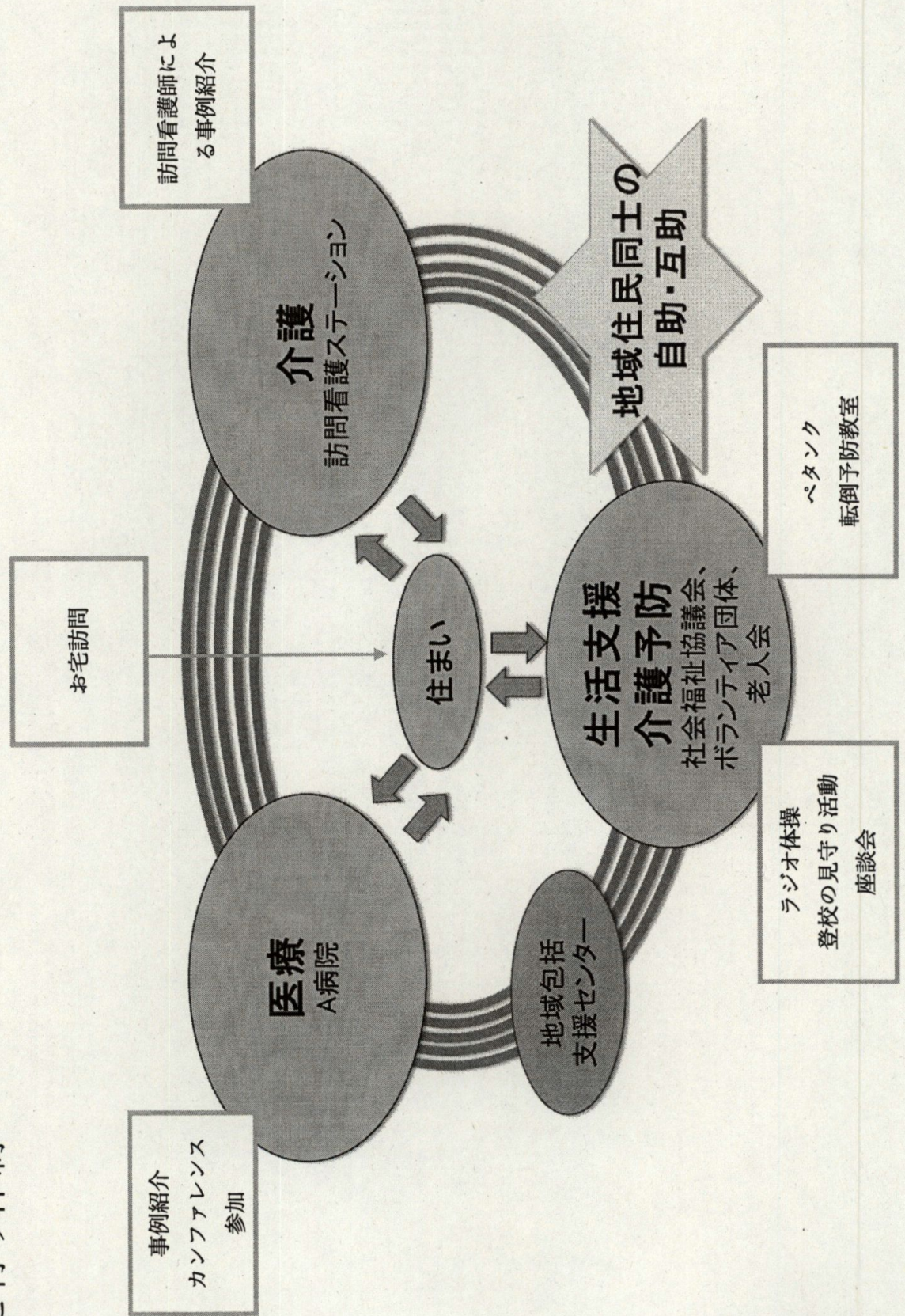
❖ 実習で学んだ看護師として 大切なこと

- ◇ 疾患だけでなく、その人自身の家族関係や社会的背景を捉えること
- ◇ 患者さんを支える周囲の物的・人的資源を把握し、それらを活用できるよう働きかけること
- ◇ 患者さんの持っている力(自助)を引き出すこと
- ◇ 他職種と関わり、それぞれの意見を調整し、実行していくこと(リーダーシップ、マネジメント力)
- ◇ 患者・家族の思いを引き出し、寄り添うこと
- ◇ 元々の生活を知って退院後の生活をイメージすること



地域包括ケアシステム

◎高齢者の尊厳の保持、自立支援の目的として、重度な介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるように、包括的な支援やサービスの提供を行う体制



平成 29 年度 しまの健康実習 実習計画表 (実施表:実習報告表紙)

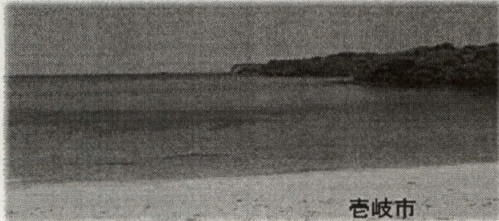
実習窓口市・町 支所名 長崎県壱岐病院 壱岐市保健環境部 長崎県壱岐振興局保健部(壱岐保健所)	協力機関等 壱岐市役所 壱岐振興局 地域包括ケアセンター 医療法人 玄州会 デイサー ビスセンターリバティ	学生名: 福井芹香 坂口さくら 金子悠紀 畑村汐里 川中浩平 木村菜央 指導者: 松本直子副看護部長 担当教員: 河口朝子
学習テーマ 壱岐市の地域包括ケアシステムからみた高齢者の住み慣れた家での暮らし -医療・介護と在宅のつながりを通して-		
テーマ学習の目的・目標 目的 壱岐市に住む事例 A・B とその家族が地域包括ケアシステムにおける医療・介護を利用しどのように住み慣れた家で居心地のよい生活を送ることができているかを把握する。 目標 ① 地域包括ケアシステムにおいて、それぞれの職種の視点で多職種連携・在宅での患者家族のサポートの実際や、今後の課題について知ることができる。 ② 介護・医療を利用し、退院後家に戻った患者・家族の生活の実際を知り、居心地のよい生活を送ることができているかを考える。 ③ 介護・医療を利用し、退院後家に戻った患者がどのような思いを抱いたか、介護負担尺度を用いて家族の方は介護に対してどのような思いを抱いているか知ることができる。		

実習状況

月 日(曜日)	午 前	午 後
6 月 12 日(月)	10:30 病院で計画の打ち合わせ 11:30 ベッド調整会議の見学	13:30-14:30 ケアマネージャーの研修についての講話、A~E さんの事例紹介 (地域包括健康増進センター副看護師長)
6 月 13 日(火)	9:00-12:00 デイサービスリバティ (A 氏) (6 人)	13:30-14:30 患者 A のケアマネージャーと壱岐病院 (4 階学生控室) にて講話
6 月 14 日(水)	10:30-11:30 患者 B 宅訪問 (Y 氏) (3 人) 家屋調査、検討会 (C 氏) (3 人)	13:30-14:30 退院後訪問 (D 氏) (退院支援看護師) (全員)
6 月 15 日(木)	10:30-12:00 PT の住宅改修についての講話 (3 人) 報告会まとめ	13:30-14:30 E 氏の退院前カンファレンス 14:30-15:30 患者 A 宅訪問 (S 氏) (3 人) 報告会まとめ
6 月 16 日(金)	9:00 壱岐病院 研修棟集合 (まとめ・資料印刷) 11:00 報告会準備	13:00-15:00 現地報告会 16:45-17:15 壱岐空港・長崎空港

長崎県立大学看護学科

吉岐市の地域包括ケアシステムからみた
高齢者の住み慣れた家での暮らし
—医療・介護と在宅のつながりを通して—



吉岐市

金子悠紀 川中浩平 木村菜央
坂口さくら 畑村汐里 福井芹香
担当教員：河口朝子先生

2025年問題

「2025年問題」とは、団塊の世代が2025年頃までに後期高齢者(75歳以上)に達する事により、介護・医療費等社会保障費の急増が懸念される問題である。
2015年に「ベビーブーム世代」が前期高齢者(65~74歳)に到達し、10年後の2025年高齢者人口は、約3,500万人(高齢化率約30%)に達すると推計されている。
(平成18年厚生労働省・委員会報告書より抜粋)

吉岐市の年齢別人口の推移として、2010年は総人口29,377人に対し、65歳以上は9,343人で、高齢化率は31.8%である。2015年は総人口27,345人に対し、65歳以上は9,625人で、高齢化率は35.2%である。

➡ 吉岐市はすでに2025年問題をむかえている！

テーマ設定理由

- 現状①：吉岐市の高い高齢化率と要介護認定率
 - 現状②：高齢単身世帯・高齢夫婦世帯の割合が高い
 - 現状③：入所施設が不足している・入所待機者がいる
- ⇒ 自宅で療養生活をせざるを得ない高齢者が増えている。さらに、5月の現地での対象者インタビューにおいて、患者・家族ともに退院後自宅に帰るのが当たり前であるという考えを持っている高齢者もいることが分かった。

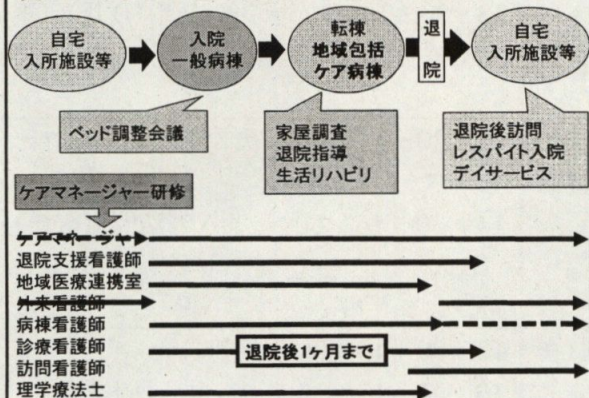


住み慣れた家は居心地よく、その人らしく
いることができる場所であるのか？
高齢になっても病いや障がいがあっても、
そうであるのか？

実習内容

- 地域包括ケアシステムの把握(吉岐病院と自宅をつなぐ)
 - ・ 家屋調査や退院後訪問の見学
 - ・ 退院後カンファレンス、ベッド調整会議の見学
 - ・ 介護施設・ケアマネジャーとの連携(インタビューガイド)
 - ・ 各専門職へのインタビュー(インタビューガイド)
- 自宅での暮らしぶりの把握(自宅改修などの生活環境と生活状況、思い)
 - ・ 自宅訪問とデイスサービス見学
 - ・ 対象者A・Bと家族への退院前後インタビュー(インタビューガイド、N-ADL、IADL尺度、Zarit介護負担尺度)
 - ・ アルバム用いた回想療法の実施

自立に向けた吉岐病院の退院支援システム

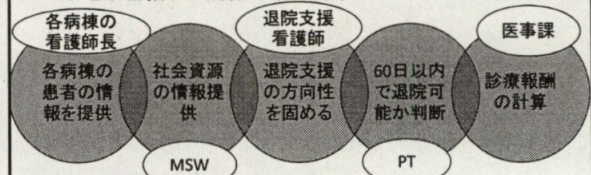


ベッド調整会議

- ▽ 参加者
 - 退院支援看護師、各病棟の看護師長、PT(急性期病棟、地域包括ケア病棟)、MSW、医事課

▽ 目的

- ・ 高い病床稼働率の維持
- ※ 地域包括ケア病棟は常に満床！



➡ 参加する多職種の代表の患者を地域に帰すという意識が高まることで病院全体の意識も高まると考える

地域包括ケア病棟

対象

急性期の状態が落ち着いて、自宅復帰に向けてリハビリ・療養をされる患者→退院先の7割が自宅

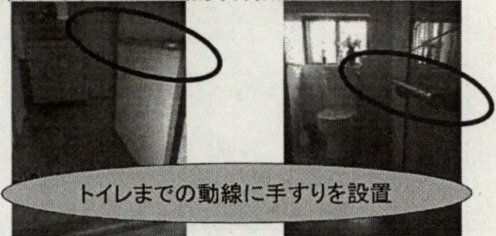
病棟での活動

- ・1週間以内にリハビリテーションスタッフと看護師で計画書作成
- ・毎日の退院支援カンファレンス
- ・退院指導
- ・生活リハビリテーション
- ・家屋調査

家屋調査

○患者の家の構造や生活動線、家族の介護力、本人家族の希望などを把握し、改修工事や退院までの支援について検討する。

○参加者:本人、家族、ケアマネージャー、改修工事の業者、福祉用具レンタルの業者、PT、OT、退院支援看護師、病棟看護師、デイサービスの職員(利用する場合)



病棟での生活リハビリと退院指導

目的:家屋調査後に退院後必要な能力を把握し、リハビリテーションや退院に向けた指導の内容を考え実施

・生活リハビリテーション

家屋の状態や介護力を踏まえて必要な能力を維持・向上する。

・退院指導(患者、家族)

退院後に自立した生活が送れるように指導する。

例)糖尿病:自己注射、食事

ストーマ:ケアや皮膚観察の指導

褥創:ベッド状況、マットの硬さの確認・指導、体位交換の指導

退院後訪問

・退院後1ヶ月以内に5回まで訪問可能

・参加者:病棟看護師、診療看護師、退院支援看護師、訪問看護師

・目的:

①異常の早期発見

②病棟で見慣れた看護師(診療看護師も含む)が自宅に訪問してくれることで患者に安心を与え、現在の不安について話しやすい環境を作ることができる

③担当看護師が訪問看護師と密に連絡を取り合うことで、スムーズに在宅生活へと移行することができる

・支援内容

バイタル測定、生活状況の把握、必要な情報の提供

ケアマネージャーの研修

・沓岐病院が主催となって、平成29年度より3ヶ月に1回講義形式の研修会を企画・実施している

(目的)

・在宅に携わる関係者の困っていることを把握し、それらに対する知識や情報を提供する

・沓岐市は介護職からのケアマネージャーが多いため、病態的なアセスメント力の向上を目指す

【システムの強化】

- ・沓岐全体の医療の質の向上・方向性の統一
- ・病院側が退院に向けたより良い支援を行うことができる

事例紹介 対象者Aさんとそのご家族

<Aさん>

年齢:80代
性別:女性
疾患:右変形性股関節症
※3/23右人工関節置換術
ADL状況:
・歩行時押し車使用
・家事は手伝い程度
・入浴はデイサービスにて介助
・排泄、食事は自立

<主介護者>

年齢:70代
性別:女性
Aさんとの関係:長男の嫁
職業:主に農業・畜産

退院前のAさんとその家族の思い

<Aさん>

- ・ 家族3人で楽しく過ごすことができたい。
- ・ 家族はほんとに良くしてくれる。
- ・ 自宅に帰ることに何も不安なことは無い。
- ・ 家も思い通りに改修してもらいました。
- ・ 自宅に帰れば、孫と電話ができたり会いに来てくれるので楽しみ。

<Aさん家族>

- ・ 家族は一緒にいるのが当たりまえだから、一緒に過ごしたい。
- ・ 認知症防止のために、料理を手伝ってもらっている。
- ・ 自分が昔病気をしたときに、優しくしてくれたからその恩返しだと思っている。

退院後のAさんとその家族

<Aさん>

- ・ 入院中に比べ、速いテンポでこちら側に口を挟む余裕を与えない位話してくれ、笑顔も見られていた。
- ・ 畑にカボチャを自分で取りに行き、けがした部分が痛くならなかったことが、自信につながった。
- ・ 「困ったことは無い。幸せです。」という発言
- ・ 自然体で生活することができている。
- ・ デイサービスは親切にしてくれ、とても楽しい。
- ・ 友達と話せることが楽しい。
- ・ 退院後、1カ月たち元気になったことを実感している。

<Aさん家族>

- ・ 仕事している間、Aさん自由にしていてお互いに自由に過ごせている。
- ・ 介護負担は感じていない。(介護負担尺度:0/32点)
- ・ 元気になるまで自分のできる事が増えたので、協力して生活できている。
- ・ Aさんが料理をしてくれるようになって助かっている。
- ・ 病院まで行くのは大変だったから、自宅に帰ってきてくれて楽になった。
- ・ デイサービスの人がとてもかわいがってくれることが嬉しい。



今後の目標

自宅で栽培した野菜をW商店へ持っていくこと



- ・ 自宅でのリハビリ
- ⇒ 毎日1キロほどのウォーキング、下肢の運動
- ・ マッサージ



「退院後1カ月がたった今、行けるような気がする」

事例紹介 対象者Bさんとそのご家族

<Bさん>

年齢:80代
 性別:女性
 疾患:左大腿骨転子部骨折
 ※4/13 骨折観血的手術
 認知症
 介護度:要介護1
 ADL状況:
 ・車椅子使用
 ・手すりに掴まり臀部挙上、立ち上がり可能
 IADLの評価:1/8点
 家族構成:夫、長男家族

<主介護者>

年齢:60代
 性別:女性
 Bさんとの関係:長男の嫁
 職業:看護師
 (現在、休職中)
 ※長男はBさんの主介護者であったが、Bさんの退院とほぼ同時に入院したため、現在、長男の奥さんが介護を行っている

退院前のBさんとその家族の思い

<Bさん>

- ・ 以前は通所リハビリを夫婦で利用していたが、Bさんが集団生活になじめず、家での生活を望んでいる。
- ・ 夫に会いたがっている。
- ・ 早く家に帰りたい。

<Bさん家族>

- ・ 慣れていない環境にいると身体的機能や認知機能が低下するから、家で自分たちが介護して一緒に暮らしていきたい。
- ・ 食事の栄養バランスがわからない。栄養士さんに話を聞きたいので、看護師さんに相談しようと思っている。
- ・ (夫)Bさん本人が家での生活を望んでいるなら、そのようにしてあげたい。

退院後のBさんとその家族

〈Bさん〉

- ・自ら挨拶をされた。
- ・入院中にみられなかった笑顔や発言が多く見られた。
- ・「家に帰れてよかった」、「家は落ち着く」
- ・洗濯物をゆっくりではあるがたたんでいる。

〈Bさん家族〉

- ・Bさんのペースに合わせた生活を送ることができている。
- ・ご飯を食べるようになった。

Zarit介護負担尺度日本語短縮版(8) 5/32点

⇒日常生活において多くの介護を要するが、家族は介護に対して負担をあまり感じていないと考える。

訪問時に実施した回想療法

1. 一緒に童謡(ふるさと、こいのぼり)を歌った
⇒昔から歌うことが好きで、現在もお孫さんと一緒に歌われており、楽しそうな姿がみられた。また、自発的に童謡を歌う姿もみられた。
2. アルバムと一緒に見た
⇒おじちゃんやお孫さんの写真では特に笑顔がみられ、多くの発言がみられた。

学生の訪問や回想療法がBさんにとっていい刺激になった。
Bさんの人柄が分かるような一面がみられた。

今後のサポート

1. Bさんの自宅に早く帰りたいという希望があり、リハビリが不十分なまま退院した。

Bさんは過去に集団生活になじめなかった。

⇒訪問リハビリを検討している

2. 前主介護者(長男)の入院により現主介護者(長男嫁)の介護負担が大きくなった。

⇒レスパイト入院を予定している

Bさんと家族の希望を尊重しながら、自宅での生活を継続していくために、適時サポートの検討・変更がされている！！

考察

家が隠居と本家に分かれていること

入所施設・職員不足

香岐で家に帰ることは・・・

・今までの暮らしの延長であり、当たり前のこと
・病いや障がいがあったとしても、家族の一員としての役割を果たし、家族の協力を得て落ちついてその人らしい生活を送ること

自分のことは自分ですという島民性

密な近所付き合い

地域包括ケアシステム

これから2025年問題を迎えるにあたって

『私たちは看護師として』

- ・文化やその人の生活、希望を知り尊重する
- ・地域で活用できる資源の知識を身につけ、入院中から患者・家族に伝える
- ・対象者が家で生活を送るための多職種間の関係作り
- ・多職種間の方向性の統一



謝辞

しまの健康実習でご指導いただきました長崎県香岐病院の院長様、看護部長様、副部長様、退院支援看護師様をはじめとする職員の皆様、ご協力いただいた関係者の皆様、地域住民の皆様に深く感謝申し上げます。

ありがとうございました。



平成 29 年度 しまの健康実習 実習計画表 (実施表:実習報告表紙)

実習窓口市・町 支所名 五島市国保健康政策課	協力機関等 長崎県五島保健所 A 地区夢のまちづくり協議会 五島市市役所長寿介護課 A 地区老人福祉施設	学生名:清永夏未/古賀穂乃香/上野茜/東谷謙聖/山内芙雪/本多司沙/中村仁美 指導者:五島市国保健康政策課 大坪保健師、的野係長 長崎県五島保健所 本多保健師、満井係長 担当教員:木村チヅル
---------------------------	--	--

学習テーマ

A 地区でカタレッチ～社会参加が高齢者にもたらす影響～

テーマ学習の目的・目標

目的:A 地区のまちづくり協議会(以下、まち協とする)の事業を利用・参加する高齢者の生活と健康への影響を明らかにし、社会参加の効果や看護職の役割について考察する。

目標:

- ・A 地区に住む高齢者の健康ニーズについて理解することができる。
- ・まち協の事業を利用・参加している高齢者の生活の変化を知ることができる。
- ・まち協の事業を利用・参加している高齢者の身体的・精神的・社会的影響を考察することができる。
- ・看護職として、しまに暮らす人々の健康の保持・増進のための健康支援を考察できる。

実習状況

月日(曜日)	午 前	午 後
6 月 12 日(月)	7:40 大波止発 9:05 福江港着 9:30 宿泊先に荷物を置く 10:00 五島市役所着、挨拶 国保健康政策課で大坪保健師様にお話を伺う (A 地区の健診率について) 10:30 長寿介護課に話を伺う 大会議室 ・要介護認定の申請数の推移 ・ミニデイ等の介護用事業についての説明 ・地域支援事業の利用状況	13:30 A 地区老人福祉施設のケアマネージャーの方と専務の方にお話を伺う。(A 地区の高齢者の概況) バスで移動 実習終了の報告 本日の実習のまとめ
6 月 13 日(火)	7:11 バスに乗車 8:00 ペタンク・グランドゴルフをされている人にお話を伺う(雨天時は中止) 10:00 老人クラブのことで代表にお話を伺う	13:30 民泊の受け入れをしている人にお話を伺う (A さん、B さん:徒歩で向かう、C さん:13:01 バスに乗車 13:10 着)。 帰り:A さん・B さん宅→15:02 バス乗車、C さん宅→14:52 バスに乗車 本日の実習のまとめ(五島市役所 3 階中会議室)
6 月 14 日(水)	9:21 バスに乗車 10:00 ミニデイに参加されている方にお話を伺う(D さん、E さん、F さん)。	11:47 バスに乗車 本日の実習のまとめ 五島市役所 3 階中会議室
6 月 15 日(木)	9:21 バスに乗車 10:00 ミニデイに参加されている方にお話を伺う(G さん)。(30~40 分程度)	11:47 バスに乗車 実習のまとめ 五島市役所 第一・第二会議室
6 月 16 日(金)	実習のまとめ発表 五島市役所 3 階中会議室	13:00~15:00 報告会 15:45 タクシー 16:30 福江港発 18:20 長崎港着

A地区でカタレッチ！！
～社会参加が高齢者にもたらす影響～

学生氏名：清永夏未、古賀穂乃香、上野茜、東谷謙聖
山内芙蓉、本多司沙、中村仁美

教員：木村テツル
指導者：大坪保健師、的野保健師（敬称略）

A地区に目をつけた理由

- ・高齢化が進んでいる
- ・高齢化率 44.36%
- ・交通の便が悪い
- ・病院がない
- ・「A地区夢のまちづくり協議会」としてモデル事業に取り組んでいる。

テーマ「A地区でカタレッチ！！
～社会参加が高齢者にもたらす影響～」
選定の理由

- ・「毎日2kmは歩く」と話す高齢者と出会った。客観的に見て、同年代の高齢者と比較して元気だと感じた。
- ・まちづくり協議会が老人クラブやミニデイの活動を推進していることを知り、現在では、高齢者が自主的に活動していることが分かった。
- ・活動する前と後で生活環境も変化し、社会的参加が増えることで介護予防につながっているのかも・・・

まちづくり協議会の活動が
高齢者にもたらす影響は??

目的

A地区のまちづくり協議会（以下、まち協とする）の事業を利用・参加する高齢者の生活と健康への影響を明らかにし、社会参加の効果や看護職の役割について考察する。

A地区夢のまちづくり協議会とは

地域振興部会

保健福祉部会

環境保全部会

青少年育成部会

防犯防災部会

5つの部会で各事業を行い、生活サービスのみならず地域で維持されてきた様々な活動をつなぐ仕組みをつくり、地域全体で暮らしの安全を守り、地域が目指す方向を共有し、持続して暮らしていくことが可能な集落づくりを目指している。

A地区夢のまちづくり協議会とは

高齢者一人ひとりが健康で心豊かに生きがいを持って生活できるよう、老人クラブ活動や各種ボランティアを支援し、市民の健康保持、健康寿命を延ばしていきたい。

- ・ミニデイへの参加
- ・民泊の受け入れ等ボランティアへの参加促進
- ・老人クラブ等の活動支援
- ・高齢者の情報共有や交流の場づくり

方法

1. 長寿介護課の方の講義（ミニデイ、要介護認定）
2. 国保健康政策課の方の講義（A地区の健診率）
3. 老人福祉施設の方とケアマネージャーの講義（A地区の高齢者の概要）
4. インタビュー調査（半構造的面接）

〈対象者〉

ミニデイ参加者8人
民泊を受け入れている高齢者3人

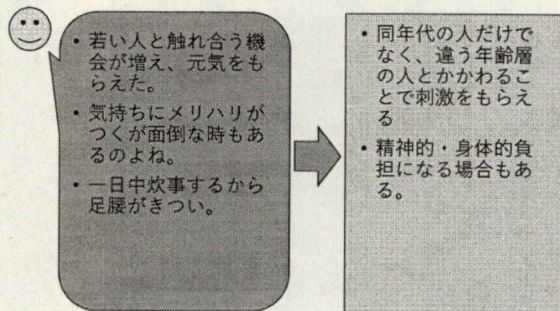
〈インタビュー内容〉

- ①〇〇に参加・利用したきっかけは何ですか？
- ②参加・利用するようになってどうですか？
- ③健康のために気を付けていることはなんですか？
- ④〇〇さんにとって健康であるとはどういうことが

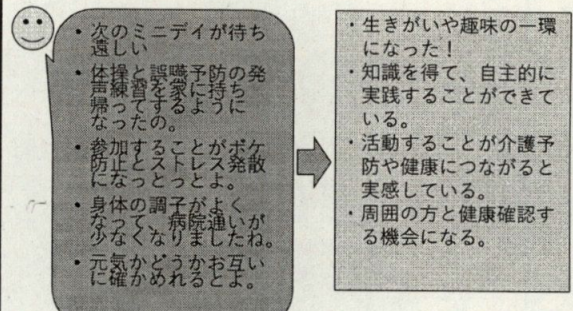
参加・利用したきっかけ①

- 友人や市役所からの紹介を受けたからね。
↓
地域のつながりがあり、声を掛け合う関係になっている。
- 地元の役に立ちたい。
↓
地元で貢献したいという思いがある。
- 地元のいいところを伝えたい。
↓
地元が好きで魅力を知っており、誇りを持っている。
- 老いぼれてしまうから、何かしたい。
↓
活動することが介護予防や健康につながると考えている。

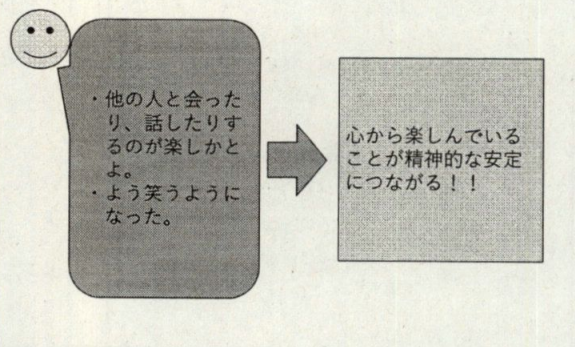
参加利用してからの変化 ①民泊の受け入れ



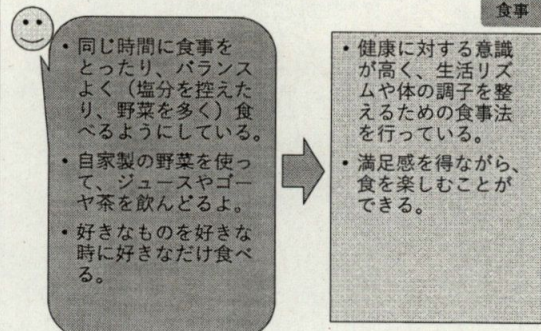
参加・利用してからの変化 ②ミニデイに参加



共通して・・・



健康のために気を付けていること①



健康のために気を付けていること②

運動



- 毎日落ち葉を拾ったり、草をとったり、畑仕事をしたりしている。
- 牛の世話をしている。



- 日常生活を送る中で、当たり前に行っていることが運動の一環になっている。

健康のために気を付けていること③

その他



- 家にいるときでも体を動かさないと落ち着かない。
- 朝ラジオ体操をするとよ。
- 40分歩くようにするとよ。
- ミニデイに参加しとるけんね。



- 日常生活を送る中で、当たり前に行っていることが運動の一環になっている。

あなたにとって健康とは何ですか



年の割に足腰が強いことよ（動いていること）



足が弱くなることは自立した生活を困難にする要因の一つとなっている。



笑って過ごせていることかね。人と話ができること。普通にしている仕事ができるうちは健康だと思うよ。



普段通りの生活を送ることができることや、楽しみがあることは精神的な安定につながる。

A地区夢のまちづくり協議会

地域振興部会

保健福祉部会

環境保全部会

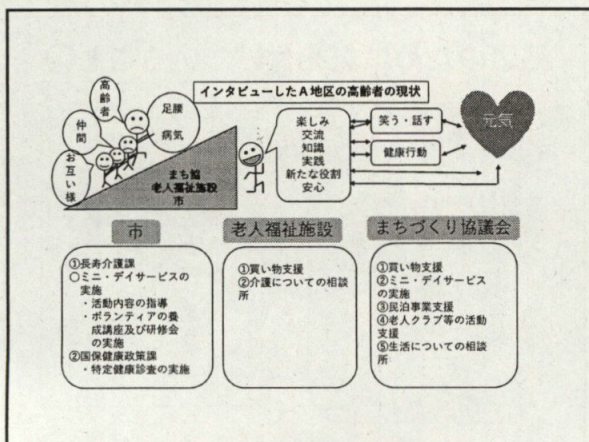
青少年育成部会

防犯防災部会

ミニデイ ボランティアへの参加促進 老人クラブ等の活動
高齢者の情報共有や交流の場づくり



まち協の活動が高齢者に安心を与えている



まとめ

高齢者に大切なことは、
故郷で安心して元気に自立した
生活を送れること
～お互い様の関係が作る地域の輪
人と人とのつながり～

看護職としての役割

1. ミニデイなどの社会参加をできる場の情報提供。
2. 健康づくりのための知識の提供。
3. その人が住んでいる場所の地理的・社会的特徴を知る。
4. 話しかけやすい雰囲気、思いやりの気持ちをもって接する。

謝辞

この実習を行うにあたり、
お忙しい中、インタビューにご協力くださいました
A地区出張所所長様、老人福祉施設の職員様
市役所長寿介護課皆様、
国保健康政策課の保健師様
先生方に心より感謝申し上げます。



ご清聴ありがとうございました！！

平成 29 年度 しまの健康実習 実習計画表 (実施表・実習報告表紙)

実習窓口市・町 支所名 新上五島町	協力機関等 ・新上五島町役場 (健康保険課) ・上五島漁業協同組合	学生名: 生田涼・金子歩未・岳野香 長岡華子・野田三奈未 船戸あずさ・森本結香 指導者: 江口博子 保健師 担当教員: 中尾八重子
学習テーマ 漁業従事者の生活と健康		
目的: 漁業従事者の生活と健康との関連を理解し、漁業従事者の健康保持・増進のための看護職としての役割を考える。		
目標: 1. 漁業従事者の生活について理解する。 2. 漁業従事者の健康管理に対する考え方や予防行動を知る。 3. 漁業従事者の健康を保持・増進するための町の取り組みについて知る。 4. 1~2 が漁業従事者の健康に及ぼす影響と健康ニーズを考える。		

実習状況

月 日(曜日)	午 前	午 後
6月12日(月)	・移動 ・江口保健師との打ち合わせ	・上五島漁業協同組合員(A事業所)への聞き取り(14:30~) ・A事業所周辺の地域踏査
6月13日(火)	・せりの見学(7:00~) ・漁師の朝飯の参加(8:00~) ・上五島漁業協同組合女性部での聞き取り	・上五島漁業協同組合員(B事業所)の聞き取り(14:30~) ・B事業所周辺の地域踏査 ・カンファレンス(16:00~17:00)
6月14日(水)	・漁師の妻や食生活改善推進員など漁師の生活を知っている人(旧4町各2名計8名)への聞き取り(学生2~3名の3グループ) ・これまでの聞き取り結果の整理	
6月15日(木)	・健康保険課の栄養士への聞き取り(5人) ・漁師の妻への聞き取り(2人) ・看護職としての役割の検討	・江口保健師との意見交換 ・まとめ
6月16日(金)	現地発表準備	現地発表

漁業従事者の生活と健康

実習場所：新上五島町
 生田涼、金子歩未、岳野香、長岡華子
 野田三奈未、船戸あずさ、森本結香
 指導者：江口保健師
 指導教員：中尾八重子

方法：個別面接聞き取り

対象者	漁師 (8名)	漁師の妻 (13名) (健康づくり推進員、食生活改善推進員含む)	町の栄養士・保健師 (各1名)
調査目的	漁業従事者の生活や健康の認識について知る。	(漁業従事者の健康保持・増進を目的とした食生活改善推進員や健康づくり推進委員の取り組みについて知る。)	1. 漁業従事者の健康を保持・増進するための町の取り組みを知る。 2. 新上五島町の食の特徴、郷土料理について知る。

目的：漁業従事者の生活と健康との関連を理解し、漁業従事者の健康保持・増進のための看護職としての役割を考える

- 目標：
1. 漁業従事者の生活について理解する。
 2. 漁業従事者の健康管理に対する考え方や予防行動を知る。
 3. 漁業従事者の健康を保持・増進するための町の取り組みについて知る。
 4. 1～2が漁業従事者の健康に及ぼす影響と健康ニーズを考える。

新上五島町、漁業の概要

平成27年の4島の総人口と漁業従事者数、割合

市町	総人口 (人)	漁業従事者 (人)	割合 (%)
五島市	37,331	1,998	5.4
新上五島町	20,582	3,787	18.4
香浜市	27,103	2,784	10.3
対馬市	32,519	4,219	13.0

(参考文献：水産部漁政課「水産業協同組合の概況」平成28年度)

新上五島町の人口は、平成27年度で20,582人である。新上五島町の漁業従事者の人口は3,787人であり、総人口の18.4%である。他のしまの総人口における漁業従事者の割合と比較すると、新上五島町が最も高い。

産業就業者割合

	第一次産業	第二次産業	第三次産業
平成22年	11.4%	16.0%	72.6%
昭和60年	35.7%	18.7%	45.5%

(参考文献：平成28年度新上五島町人口ビジョン)

第一次産業の産業就業者割合は、昭和60年で35.7%、平成22年で11.4%であり、約3分の1以下になっている。



テーマ選定理由

魚が新鮮で美味しい

漁業が盛ん

友人の家族や親戚も漁師さん

➔

- 水産業が町の総生産額の4位(平成23年度で約80億) 一町に生きる産業の1つ
- 生活リズムが不規則になりやすく、食習慣の乱れや運動不足に繋がると推測される。
- 5年前の町の人工透析患者は65人で、そのうち生活習慣病に起因する30人の大半が元漁師だった。

対象：漁師8人、漁師の妻13人

漁法	対象者	年代	漁業従事年	雇用形態
定置網	漁 A	60	50	経営者
	B	50	2	従業員
	C	60	19	従業員
	D	60	45	従業員
	E	40	30	従業員
	F	60	25	従業員
	G	50	40	経営者
	H	60	50	従業員
妻	I	40	20	経営者
	J	60	30	経営者
	K	70	60	経営者
まき網	L	40	10	経営者
	M	50	41	従業員
1本釣り	N	70	54	個人
	O	70	50	個人
延縄	P	70	50	個人
	養殖	Q	70	43
網番	R	50	41	経営者
	S	40	23	個人
	T	40	24	個人
	U	40	20	個人

◆ 漁法ごとに漁師の生活リズムに違いがあると考えたため、漁法別に漁師の生活を把握することにした。

新上五島町の漁業従事者の特徴

>食生活

- ・塩辛く、甘めで濃い味付け。
(「漁師の朝飯」の料理の味付けは濃くなかった。)
- ・間食をとっている人は多い。
<間食内容>
微糖の缶コーヒー、饅頭、ケーキ、果物など
- <間食内容の選択理由>
甘いものが好き、肉体労働だから糖分が欲しくなる

>睡眠

- ・まき網漁以外は3時～5時起床と朝は早い、睡眠時間は6～7時間確保できており、寝つきもいい。

>休日

- ・好きなことをして1日中テレビを見たり、趣味をして過ごしたりしている。

新上五島町の漁業従事者の特徴

>自己管理

- ・健康のために行っていることがある人は21人中12人。
- ・健康のための行動を始めた主なきっかけは病院受診。

<内容>

- 缶コーヒーをやめた、野菜を食べる、睡眠を十分にとる、体を動かす、禁煙した

<自己管理を行っていない理由>

- 健康のことは妻に任せている、漁自体が運動だと思っている、体力には自信がある

新上五島町の漁業従事者の特徴

>生計

- ・魚の低価格や漁獲量の低下が見られるため、生計を立てるのは困難。
一跡継ぎが少ない

>喫煙

- ・喫煙する人は21人中8人で、1日に1～2箱程度。
- ・プリンクマン指数は全員400越えで、1200以上の人が2人だった。

>飲酒

- ・毎日飲酒者は21人中7人で、ビールや焼酎などである。
- ・純アルコール量は20g程度である。(1日の純アルコール摂取量の平均と同程度)
- ・他者と飲む機会は、月1回、お盆や正月時に集まる程度。

漁法別の特徴

>まき網

漁:

- ・1ヵ月のうち26日間帰港せずに漁を行う。
- ・月夜間(満月)の1週間は休みで、仕事をすることはない。
- ・船団(灯船2隻、運搬船2隻、網船1隻)で漁を行っている。

食事:

- ・漁に出ている間は、朝食(9時)・夕食(15時)の2食のみで、間食が多い。食事は、料理人が作る。

嗜好品:

- ・漁に出ている間は飲酒をできないため、1週間の休みに大量のアルコール(純アルコール量にして144～164g/日)を摂取する傾向がある。

健診:

- ・会社で義務付けられている。

新上五島町の漁業従事者の特徴

>身体症状とその対処

- ・腰、肩を痛めている人が多い。
<原因>
加齢、網を引いたり重いものを持ち上げたりする動作など
- <痛みへの対処>
市販の湿布、整体への通院、妻によるマッサージ、受診中断など

>健康診断受診状況

- ・受診者は13/21人 うち毎年受けているのは3人
- 受診理由・・・会社から健診受診を義務付けられている、既往歴がある、自分の健康状態を把握したい
- 未受診理由・・・時間が無い、健康に自信がある

漁法別の特徴

>定置網

漁:

- ・網替え作業が大変で、漁から戻った後や時化の日は網の修理を行っている。
- ・帰宅時間(14時～15時半)が比較的早く、家に帰ってから時間が長い。
- ・6～9人で漁を行う。

>一本釣り

漁:

- ・漁をする時間は2～3時間と短い。
- ・一人で漁に出る。

食事:

- ・帰港時間が早い、帰宅して3食食することができる。

漁法別の特徴

> 延縄

漁：

- ・ 漁に出ている時間が11時間と長い。
- ・ 決まった休みはなく、しけの日が休みになる。

食事：

- ・ 朝食（パンやヨーグルトなど）、昼食（おにぎり、野菜、かまぼこ）は船上で食べる。

健康：

- ・ 漁の作業により肩を痛めやすい。

漁業従事者への健康のための支援

① 食生活

- ・ 薄味のほうが健康に良いという認識はある
- ・ 生活習慣病に対する危機感の低さ
- ・ 「漁は危険だから家では好きなものを食べさせたい」という妻の思い



妻の夫に対する思いを尊重しながら、生活習慣病が身近な存在であることを認識してもらう。

- ・ 間食は缶コーヒーや菓子類などの甘いもの
- ・ 「甘いものが好き」
- ・ 「肉体労働であるため糖分がほくなる」



肉体労働が多いため、糖分の摂取は必要であるが、活動エネルギーにあった糖質の摂取を促すことが大切。

- ・ 一人ひとりの1日の摂取カロリーと活動エネルギー量を明らかにする

漁法別の特徴

> 養殖

漁：

- ・ 稚魚のエサやりや、網の手入れがある。

食事：

- ・ 出港時間（5時半）は早く、出港後は朝食時間を確保できないほど忙しいため朝食を食べない人が多い。

> たこ壺

漁：

- ・ 1年の内、漁期（5ヵ月間）と壺の手入れ時期（2ヵ月間）が決まっている。
- ・ 重いものを持ち上げる作業が多い

健康：

- ・ 作業上、腰や肩を痛めやすい。

② 嗜好品

- ・ 毎日飲酒をしているため休肝日がなく、肝臓に負担がかかる可能性がある



アルコールの摂取量だけでなく頻度も見直してもらうことが大切。

- ・ 休肝日と肝臓の関係性についての知識を提供。

- ・ 喫煙歴が長いことに加え、加齢に伴う身体的変化もあるため生活習慣病のリスクがさらに高まる
- ・ 自覚症状がないと禁煙には至らないため、現在も喫煙している人は自身の健康状態を把握できていない



長年の習慣を変えることは難しいため、少しずつ喫煙本数を減らすことが大切。

- ・ 一緒に目標を設定し、目標達成のための支援をしていく

栄養士、健康づくり推進員、食生活改善推進員

漁師の生活に対して気になっている点

- ・ 働き盛り世代は加糖飲料を飲む
- ・ 蛋白源（魚）のとりすぎや栄養バランスの偏り
- ・ 魚の摂取量が多いため、塩分摂取量も多くなる
- ・ 朝食をあまり食べず、夜に多く食べる
- ・ 体力がない
- ・ 疲労が蓄積しやすい
- ・ 健診受診率が低い

漁師に対する活動

- ・ 特定健診を受診した漁協職員に対して、栄養指導を行っている。
- ・ 事業所へ訪問し、町の住民の健康状態や健診についての知識を普及する。
- ・ 漁師に対して継続して関わり、関係作りを行う。
- ・ 他職種と連携を取り、健康促進のための活動を行う。
- ・ 健康のつどいの開催
(保健師、栄養士、食生活改善推進員などが地域住民に対して、健康な食生活を送るための知識を提供する場)
- ・ 健康づくり推進委員が集う会議があり、勉強会が開かれる。その後各委員が学んだ知識を地域住民に普及していく。

③ 身体症状とその対処

- ・ 仕事時の動作により腰や肩を痛めている人が多い
- ・ 生計を立てていくために仕事を続けなければならないため、原因となる動作・姿勢を回避できず、症状が改善できない
- ・ 一度受診後放置したり、市販の湿布で済ませている人が多く、正しい対処法を知らない可能性がある



体の負担となりにくい動作・姿勢や痛みへの対処法について提案する

- ・ どのような姿勢で作業をしているのかなどを情報収集する。

④健康状態

- ・健康診断を全く受けたことがない人は、自分自身の健康状態を把握できる機会がない。
- ・自分の健康状態を把握できておらず、健康診断を受ける必要がないと思っている。
- ・漁業従事者のための健康診断の情報が周知されていない。



健康に関心を持ってもらうことが必要。

- ・町の健康診断の結果や町民の健康状態の現状を伝える。

健康診断の時間や場所の情報が必要。

⑤自己管理

- ・セルフケアを始めるきっかけとなったのは、主に病院受診である。
- ・セルフケアをしていない人は自覚症状がなく、自身の健康に関心がない。



セルフケアの知識の提供や普及を図る。

- ・漁業従事者同士でセルフケアについて意見交換できる機会を設ける

➤ 養殖

・作業による身体への影響
1日20kgのエサ運びや、手作業でのエサやりを低姿勢で行うため、腰に負担がかかる。そのため、コルセット等の使用を勧める。

・休息
個人で養殖業をしている人は決まった休みが無く、連日仕事であり、1日10~11時間と勤務時間も長い。疲労やストレスがたまりやすいと推測する。そのため、休息を勤務時間中に確保できているか把握する必要がある。

➤ 延縄

・健診の知識
決まった休みが無い場合、健康診断の予約・受診ができず、異常の発見が遅れ、生活習慣病が発症・重症化するリスクが高まる。⇒夜間健診を行っている情報を伝える。

➤ 蛸壺

・作業による心身への影響
春から夏にかけて蛸壺漁が漁期を迎え、秋から冬にかけてほかの漁を行う一方で蛸壺漁の準備を行うため1年を通じて決まった休みが無く疲労やストレスがたまりやすいと推測する。また蛸壺等の重いものを運ぶ際に腰や肩に負担がかかる。⇒コルセットやサポータ等の使用を勧める。

健康のための漁法別の支援の方向性

➤ まき網

・飲酒
1回のアルコール摂取量が多いため、肝臓に負担がかかる。⇒適正なアルコール摂取量や新上五島町の健康診断の結果、新上五島町の生活習慣病の罹患率などの知識を伝え、健康に対する意識付けを行うことが重要である。

・運動
運動しづらい環境であることや、作業の機械化が進んでいることから運動量が低下し、下肢の筋力低下につながる。⇒船内に下肢のトレーニングを行える環境があるかどうかを明確にする必要がある。



高血圧や心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病のリスクが高まる。

・食生活
船上での生活が長く、野菜の長期保存が難しいため、野菜の摂取不足を補えるよう野菜を冷凍したり、干したりなどの保存方法を提案する。

・健診の受診状況
会社で健診の受診が義務付けられている。看護職は、受診の結果から漁師の健康状態の保持・改善をフォローする必要がある。

対象へのアプローチ方法

・個人ではなく事業者や会社などの代表を通し集団に対して働きかける。

→事業所の数や所在地を把握する。

・町民同士のつながりを活用する。

→より多くの町民とのつながりを持つことができる。

・漁師の妻に働きかける。

健康診断受診率向上のための取り組み

・新上五島町の健診の受診料が安い、土曜や夜間にも行っている

*ほかの地域にはない新上五島町ならではの取り組みが行われていることをアピールする。

・予約なしでも受診できる場を増やす。

➤ 定置網

・生活リズム
一般的に活動時間となる日中を家で過ごし、本来備わっている「日中は活動、夜間は休息」というリズムが崩れるが、漁師はこのサイクルが習慣化しておりリズムが崩れているというわけではない。

・健診の知識
仕事終わりに家でゆっくり過ごすことで、心身ともに休息を取ることができる。定休日（土曜日）があり、土曜日の健診を受ける時間があるが、そのことを知らずに受けていない人が多い。⇒定置網の漁師に対し、健診に関する知識の普及が必要である。

➤ 一本釣り

・食生活
勤務時間が短く8時には帰宅するため、時間にゆとりがあり3食食べることができている。

・漁での安全面
一人で漁をするため、生計を立てるために多少の時化や体調がよくない場合でも、無理をして漁に出ることが考えられる。また、一人での漁であるため危険を伴う。そのため、緊急時の連絡手段を確認しておく必要がある。

看護職として大切なこと

対象者の生活を理解するために同じ職業でも細かくみていく。
・職種ごとの生活リズムや業務内容などを把握していく。

対象者との関係づくりをする。
・生活の場（自宅、職場）に入り込む。
・対象者の生活スタイル、性格を知る。

健康維持・増進のための行動を生活にとりいれてもらえるよう支援する。
・対象者の主体性を大切にする。
・対象者のニーズを理解する。
・対象者の生活環境をイメージする。

平成 29 年度 しまの健康実習 実習計画表 (実施表:実習報告表紙)

実習窓口市・町 支所名 壱岐振興局保健部(壱岐保健所) 壱岐市保健環境部 長崎県壱岐病院	協力機関等 長崎県壱岐振興局 壱岐市役所 光武内科循環器科病院	学生名: 大久保華、小野紗莉愛 小泉絢愛、白井志乃 徳留未怜、道脇唯 指導者：一ノ瀬由紀子係長 担当教員：高比良祥子
---	--	---

学習テーマ 壱岐焼酎文化に関連する健康への意識

テーマ学習の目的・目標

目的：壱岐焼酎文化のある地域で暮らす人々の健康への意識を知り、人々の健康ニーズに即した看護職の役割について考える。


- 目標：①壱岐市に暮らす人々を取り巻く環境(人口動態、地形、気候、交通、産業等)を知る。
②壱岐焼酎の歴史や文化について理解する。
③壱岐に住む人の保健・医療・福祉の現状や健康実態について理解する。
④焼酎の飲酒を行う成人期男性の健康意識を知る。
⑤壱岐焼酎文化の中で暮らす人々の健康ニーズに即した看護職の役割について考える。

実習状況

月 日(曜日)	午 前	午 後
6月12日(月)	7:50～8:20 長崎空港・壱岐空港 9:00～壱岐保健所へ挨拶 10:00～壱岐市保健環境部健康増進課保健師インタビュー (場所：壱岐市役所芦辺庁舎)	13:30～食生活改善推進員(ヘルスマイト)インタビュー 16:00～インタビュー対象者へ挨拶と詳細の調整
6月13日(火)	9:15～成人期男性インタビュー 10:15～成人期男性インタビュー 11:30～12:30 就労継続支援A型事業所訪問	13:00～14:00 外来看護師(健診主任)インタビュー 15:00～成人期男性インタビュー
6月14日(水)	9:30～成人期男性インタビュー	成人期男性インタビュー 17:00～衛生環境課主任技師より薬物乱用防止指導員研修会の説明
6月15日(木)	9:00～11:00 分析・まとめ 11:00～11:30 指導者・教員と実習カンファレンス(場所:壱岐保健所)	13:00～15:00 分析・まとめ 15:20～16:00 薬物乱用防止指導員研修会参加(場所：壱岐保健所) 17:00 壱岐保健所挨拶
6月16日(金)	9:00～12:00 発表準備 (場所：長崎県壱岐病院研修棟)	13:00～15:00 現地報告会 (場所：長崎県壱岐病院研修棟) 16:45～17:15 壱岐空港・長崎空港

長崎県立大学看護学科

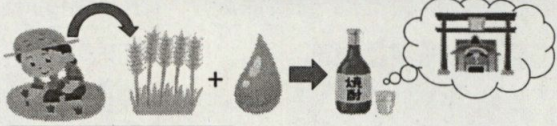
壱岐焼酎文化に関連する健康への意識



壱岐市
実習メンバー

大久保華	白井志乃
小野紗莉愛	徳留未怜
小泉絢愛	道脇唯

テーマ選定の理由



島内7つの蔵元により
その伝統と製法が
守り続けられている

製造から瓶詰め・出荷まで壱岐で行う
↓
壱岐焼酎として認められる
↓
世界的ブランド(産地指定酒)として確立

『壱岐の風土そのもの』
『生活とは切り離すことができない根強く、
大切にしてきた文化』

テーマ選定の理由

- ・ 飲酒の機会が多い
- ・ 焼酎をそのまま飲む習慣

➔ 1度に焼酎1合(180ml)以上飲む人が多くアルコール適正飲酒量を越えている

➔ * 過度の飲酒はエネルギーの過剰摂取や内臓脂肪の蓄積を招きやすく、生活習慣病のリスクを高める
* 依存症の問題も出てくる

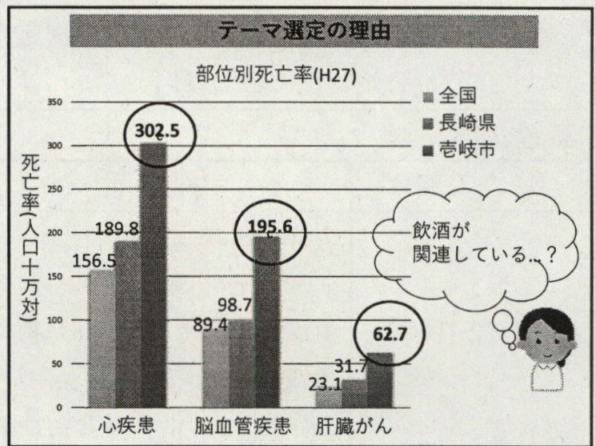
壱岐市の特定健診結果は？
(H24. 27年度結果の県下市町比較)

	H24	H27
◆メタボ該当者の割合	1位 → 3位	
◆糖(HbA1c6.5以上)の割合	1位 → 3位	
◆肝機能(γ-GT51以上)の割合	1位 → 2位	

ワースト

壱岐市の取り組み

- ✓重症化予防対策
- ✓先取り検診
- ✓特定健診



テーマ選定の理由

健康問題

壱岐に住む人々の健康に対する意識の変化は明らかになっていない

節度ある適正な飲酒をすることで健康を維持改善していくことが必要

壱岐焼酎

壱岐焼酎は昔から壱岐に根付いているもので、壱岐の方々にとって大切なものとされている

壱岐焼酎を楽しみながら、文化を後世に伝えなければならない

『壱岐焼酎文化に関連する健康への意識』

実習目的


壱岐焼酎文化について知り、その文化がある地域で暮らす人々の健康への意識を知り、人々の健康ニーズに即した看護職の役割について考える。

実習目標

- ①壱岐に暮らす人々を取り巻く環境(人口動態、地形、気候、交通、産業等)を知る。
- ②壱岐焼酎の歴史や文化について理解する。
- ③壱岐に住む人の保健・医療・福祉の現状や健康実態について理解する。
- ④焼酎の飲酒を行う成人期男性の健康意識を知る。
- ⑤壱岐焼酎文化の中で暮らす人々の健康ニーズに即した看護職の役割について考える。

実施方法

- ① 沓岐の蔵酒造に行き、沓岐焼酎の説明と製造工程見学
- ② 健康増進課保健師へのインタビュー
- ③ 食生活改善推進員（ヘルスメイト）へのインタビュー
- ④ 成人期男性へのインタビュー



沓岐の蔵酒造

現在 沓岐産の米 1/3 + 沓岐産、オーストラリア産 国産の大麦 2/3

今後 沓岐産の米 + 沓岐産の大麦

製造から瓶詰め・出荷まで 沓岐で行う






「常に焼酎が隣にある」

総会・自治会 行事 郷土料理

沓岐ブランド確立

健康増進課保健師

・生活習慣病予防対策：沓岐八策

- 一策 野菜から食べよう 
- 二策 減塩と血圧管理で腎臓を守ろう 
- 三策 体重計 乗れば 健康のパロメーター
- 四策 プラス10分の運動を 
- 五策 守ろう 血管受けよう健診 
- 六策 健康マイレージに挑戦しよう 
- 七策 飲み過ぎない 無理強いない 適正飲酒
- 八策 喫煙マナーで見せる 教える思いやり

健康増進課保健師

食生活面

栄養士と食生活改善推進員

減塩と野菜摂取により
健全な食生活の定着を図る
生活習慣予防に努める

運動面

健康づくり推進委員会

ウォーキング活動
ケーブルテレビ啓発
運動サークルの紹介
地域での啓発活動

飲酒面

保健師

沓岐の飲酒の特徴を踏まえ、
ターゲットを絞り
対象者のもとへ実際に出向く
→「適正飲酒」について
意識を高める

健康増進課保健師

・重症化予防対策

「保健指導」

- ①なぜ今の状態が悪いのか、資料を使って説明
- ②悪くならないための保健指導の実施例：減塩指導など
- ③治療が必要なため、医療機関受診を勧める


特定健診・先取り検診受診

〈重症化予防対象〉
腎・糖・血圧

【訪問・面会】
保健指導、保健指導連絡票発行

《3ヶ月後》
・保健指導連絡票を発行した人
連絡票の返信後、
指示を元に訪問指導
・保健指導連絡票を発行なしの人
訪問か電話で保健指導

《6ヶ月後》
・生活習慣の確認、受診の確認、
次年度健診受診の推奨



健康増進課保健師

・継続受診対策：経年的なデータを対象者に提示するなど
有益な情報提供を行う

*「得々ご一緒カード」

ゴールドカード

→3年連続で
受診した人

プラチナカード

→3年に1回でも
受診した人

メリット


- ①受診料が減額する
- ②同行した人も減額する

*重症化予防対策の強化

《課題》
未受診の人が一定数存在しており、その対象への働きかけを行うこと


→ **ターゲットを絞り、個別にアプローチすることが重要な課題**

食生活改善推進員（ヘルスマイト）



スローガン
『私たちの健康は私たちの手で』

家庭を握っている主婦が中心




◎活動

- ・サロンや健康教室などで減塩や野菜摂取を呼びかける
- ・健診を受けてもらうように、知り合いや近所に声掛けを行う
※老人会やサロンなどの集会時にも声掛けを行う
- ・子供への食育・料理教室などの依頼での活動
- ・杵岐の飲食店に健康協力店に加盟してもらうよう呼びかけ
- ・チラシや防災無線を利用し啓発活動を行う

食生活改善推進員（ヘルスマイト）


保健師

実践講座や総会での報告に参加し、情報や知識の共有をする




ヘルスマイト

実践講座や総会で活動内容の報告や改善点の話し合いを行う




栄養士

健康教育のため実践講座やヘルスマイト養成を行い、食生活改善に向けた活動をする



ヘルスマイト



⇒ 地域社会での役割を認識することで
健康でふれあいのある豊かなまちづくりに貢献

成人期男性インタビュー：杵岐焼酎文化

- ・焼酎は冠婚葬祭などの贈り物に必ず付く
- ・焼酎を当たり前で飲める環境にある
- ・人が家に来たら飲酒をすすめることが普通
- ・飲み会付きでないと、集まらない傾向がある
- ・公民館で焼酎を飲む機会が多い（頻度は地区で異なる）
- ・焼酎の酒造の方と付き合いがあり、焼酎が身近な存在
- ・公民館では割るものがないから焼酎をそのまま飲む
- ・昔は漁業では時化の日は昼間からお茶代わり、農業では疲れた時の力水として焼酎を飲んでた
- ・自宅には必ず焼酎のストックがある
- ・娯楽施設がないため、飲む機会が多い
- ・主にビールと焼酎を飲むため、気が楽
- ・役員をしていると飲む機会が多い
- ・高齢者（独居など）は若い人と飲むのを楽しみにしている
- ・畑仕事など助け合いの場で飲む（親戚や知り合い）
- ・焼酎＝杵岐だと思う

成人期男性インタビュー：飲酒の目的・理由・メリット

- ・飲酒することで昔のことを聞くことができる、伝えることができる
- ・飲酒するといろんな話ができ、本音で話することができる
- ・仲間とのコミュニケーションツールになる
- ・飲酒することで身体的・精神的に疲れが軽減する
- ・飲酒によって話が円滑になり、関係性が深まる
- ・飲酒すると気分が楽しくなる
- ・仕事で体を使って疲れを感じた時に飲みたくなる
- ・ストレス解消になる
- ・杵岐に帰ってきたら周りがみんな焼酎を飲んでて自然と自分も飲んでた
- ・楽しく飲んでます
- ・美味しいから
- ・寝るため

成人期男性インタビュー：生活習慣・健康意識

- ・自宅での飲酒は夕食時のみだが、外での飲酒は時間・量が多くなる
- ・飲む量は変えられないから運動をする
- ・飲むときには炭水化物を控える
- ・飲酒の量を考えている
- ・焼酎を（お湯・水で）割って飲む
- ・休肝日を作る
- ・野菜を意識して摂取する
- ・ほとんど毎日飲む（6/8人）
- ・身体にいいものを作っている（農業）
- ・健康を維持できている

成人期男性インタビュー：生活習慣・健康意識

- ・飲酒の適正量を考えたことがなかった
- ・飲酒はやめようと思わない
- ・大勢で飲むと量を意識していない
- ・農作業で体を動かしている
- ・運動しなければいけないと思っている
- ・外で飲む回数は昔より減った
- ・体重を減らしたい
- ・飲みすぎると（人間関係や健康）敵になりますからね
- ・お酒は飲んでるうちに強くなる
- ・1～2時間なら飲み会は毎日あってもいいと思う

成人期男性インタビューまとめ

冠婚葬祭などの贈り物として焼酎は欠かせないものであり、焼酎が当たり前にある環境

飲酒に対して、飲み方の工夫や運動・食事に気を付けている

飲酒はコミュニケーションツールの一つであり、本音で話すことができ関係性も深まる

飲酒すると気分が楽しく、疲れが軽減するように感じている

適正飲酒量<自分で思う適正飲酒量

- ・ 吉岐には焼酎文化が根付いており、日々の楽しみになっている
⇒ 人との繋がりにおいて重要な存在である。
- ・ 飲み方に留意しているが、飲酒に関して正確な情報が足りない
⇒ 適正飲酒量などを知ることができれば、健康的に飲めるのではないかと

対応：適正飲酒量

適量とは...?
適量といえるのは、酔いの段階で「ほろ酔い期」まで

 アルコール度数 5度 中瓶 1本 (500ml)	 アルコール度数 25度 0.6合 (約110ml)	 アルコール度数 15度 1合 (180ml)
---	---	--

対応：飲むスタイル

* **食べながら飲む**
ex 飲む前に食べる 水を飲む

* **週に2日は休肝日を設ける**

* **焼酎を水で割って飲む**
→ 肝臓の負担が少なくなり ゆっくり楽しめる

* 胃を荒らすことが少なくなる
* アルコールの吸収や お酒のペースを遅らせる

看護職の役割

- ・ 看護職が吉岐の歴史や文化などの特徴を知り、吉岐で暮らす人々の飲酒と焼酎文化に対する思いを尊重する。
- ・ 看護職が個人や集団に向けて、飲酒による身体影響を知ってもらうなどの意識づけを行う。
- ・ 対象者が自分の特性を踏まえ、飲酒の量・頻度など対象者にとっての健康的な飲み方を一緒に考え、看護職がアプローチを行う。
- ・ 看護職が適度な運動や飲み方などの生活習慣改善方法や関連因子の周知を行う。
- ・ 対象者が適正飲酒を行うために、看護職は家族に協力してもらいながら指導を行う。
- ・ 看護職が地域の方や多職種と連携・橋渡しを行う。

大切なこと・看護観

- ・ 看護職が理想とする健康的な生活と対象者が望む生活の両方を大切にするためには、対象者の思いや考えなどを尊重し、個別的なアプローチを行う。
- ・ 地域の歴史、文化が対象者の生活に影響を与えていることを理解した上で看護を行う。

まとめ

世界的ブランドになっている吉岐焼酎の文化を大切にしよう!

健康に留意した飲酒量や飲み方を工夫しよう!

美味しく、長く、楽しみながら飲みましょう!!

平成 29 年度 しまの健康実習 実習計画表 (実施表:実習報告表紙)

実習窓口市・町 支所名 五島市	協力機関等 五島市国保健康政策課 長崎県五島保健所企画保健課 五島市役所玉之浦支所 カネミ油症五島市の会	学生名：植木三聖,沖田夏実,柏論実, 田島しほ,長友夏海,山下小百合 指導者： 五島国保健康政策課 的野由香保健師,大坪京子保健師 五島保健所企画保健課 本多麻衣保健師 担当教員:吉田恵理子先生
学習テーマ カネミ油症による健康被害を抱えながら五島で生活する人々の思いと健康問題 ～発達課題、地域の文化をふまえて～		
テーマ学習の目的・目標 目標 カネミ油症による健康被害を抱えながら、五島市で生活する人々の思いについて知る 目的 ①五島市 B 地区における文化的・社会的背景について知る。 ②カネミ油症による健康被害を抱えながら生活する人々の思いについて知る。 ③カネミ油症による健康被害を抱える人々の生活の実際を知る。 ④カネミ油症に携わる専門職が考えるカネミ油症被害者の課題について知る ⑤五島市でのカネミ油症被害を通して、公害等による健康問題を抱えながら、慢性的に経過する患者を支援する 上で看護職として大切なことについて考える。		

実習状況

月 日(曜日)	午 前	午 後												
6月12日 (月)	7:40 長崎港発～9:05 福江港着 移動 (ジャンボタクシー) 10:00 栄養セミナー・運動セミナーについてお話を伺う (五島市国保健康政策課 栄養士、社会福祉士：三尾野 保健センター) 移動 (ジャンボタクシー) 指導者からの相談・指導 (五島市役所)	12:31 三尾野発 (バス) ～ 13:53 玉之浦着 14:15 玉之浦の文化や社会的背景に ついてお話を伺う (公民館長：五島市役所 B 支所) 1日のまとめ カンファレンス												
6月13日 (火)	9:00～3人1組で対象者からお話を伺う <table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>学生</td> <td>学生3名</td> <td>学生3名</td> </tr> <tr> <td>9:00</td> <td>c様 (自宅)</td> <td>f様 (飲食店)</td> </tr> <tr> <td>10:30</td> <td>d様 (公民館)</td> <td>g様 (公民館)</td> </tr> <tr> <td>13:30</td> <td>e様 (自宅)</td> <td>h様 (自宅)</td> </tr> </table>	学生	学生3名	学生3名	9:00	c様 (自宅)	f様 (飲食店)	10:30	d様 (公民館)	g様 (公民館)	13:30	e様 (自宅)	h様 (自宅)	1日のまとめカンファレンス 支所へ挨拶
学生	学生3名	学生3名												
9:00	c様 (自宅)	f様 (飲食店)												
10:30	d様 (公民館)	g様 (公民館)												
13:30	e様 (自宅)	h様 (自宅)												
6月14日 (水)	8:28 移動 (バス) 玉之浦発 10:00 カネミ油症患者の方を対象とした運動セミナー に参加 (九州大学病院油症ダイオキシン研究診療センター 社会福祉、油症相談員：公民館)	14:23 ルルド前発～15:45 福江着 1日のまとめ カンファレンス												
6月15日 (木)	10:00 i様 (元看護師) にお話を伺う (学生3名) (保健センター栄養指導室) 9:10 福江発～9:45 きじの里前着 10:00 特別養護老人ホーム j様 (学生3名) 11:03 移動 (バス) 二本楠発	1日のまとめ カンファレンス 資料作成												
6月16日 (金)	報告会の準備	13:00～15:00 報告会 15:45 移動 (ジャンボタクシー) 16:30 福江港発～18:20 長崎港着												

カネミ油症による健康被害を抱えながら 五島で生活する人々の思いと健康問題

～発達課題、地域の特性をふまえて～



五島市
学生： 植木 三聖 沖田 夏実 柏 諭実
田島 しほ 長友 夏海 山下 小百合
教員： 吉田 恵理子

テーマの選定理由



中学生の頃、カネミ油症の人が来て講話をしてくれたんだけど
カネミ油症って知ってる???



初めて聞いた！調べてみよう…



え…長崎でも起こった事件だったんだ…
大きな事件で、被害者の方も多くいるのに
何で知らなかったんだろう？



実習先は五島に決まったから、いろんな人にお話を伺って、
当時の様子など聞いてみよう!!!

実習前に事前学習を通して イメージしたカネミ油症

カネミ油はどこで
手に入れたの？

いろんな症状で
苦しんでいる

差別を受け
ていそう



病院も少ないし、
治療が大変そう

皮膚症状が
多いようだ

外見に違いが
あるのでは

カネミ油症の患者さんって
どんな健康問題を
抱えているんだろう

五島市の特徴

- 自然的制約条件が強い
- 医療従事者の不足、常駐の医師や看護師がいない
- 高齢化 平成27年の五島市の高齢者の割合は35.2%
(全国平均25.6%)3人に1人が高齢者という現状

A地区

- (昭和40年)
- ・二次離島
 - ・漁業が盛ん
 - ・商店が少なく、船による移動販売が行われていた
 - ・人口7,600人(現在)
 - ・人口2,590人(平成26年)
 - ・高齢化率44.44%
 - ・診療所が一か所あるが、診療料が少ない
 - ・五島中央病院までフェリーを利用して1時間かかる



B地区

- (昭和40年)
- ・半農半漁
 - ・田植えや冠婚葬祭などで住民が集まり一同に調理、食事をする機会があった
 - ・いくつかの商店と移動販売で生活用品を入手していた
 - ・人口5,493人(現在)
 - ・人口1,515人(平成26年)
 - ・高齢化率50.03%
 - ・診療料が少ない
 - ・五島中央病院まで車で約50分

目的・目標

目的

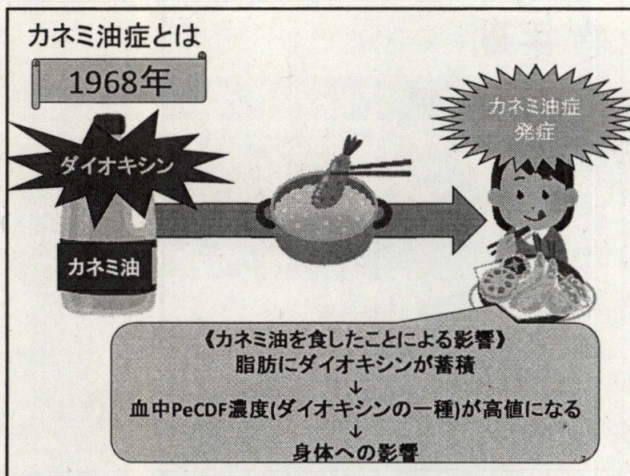
- (5月)五島市の社会的特徴・地理的特徴を知り、五島市のカネミ油症について情報収集ができる
- (6月)カネミ油症による健康被害を抱えながら、五島市で生活する人々の思いについて知る

目標(6月)

1. 五島市B地区における文化的・社会的背景について知る
2. カネミ油症による健康被害を抱えながら生活する人々の思いについて知る
3. カネミ油症による健康被害を抱える人々の生活の実際を知る
4. カネミ油症に携わる専門職が考えるカネミ油症被害者の課題について知る
5. 五島市でのカネミ油症被害を通して、公害等による健康問題を抱えながら、慢性的に経過する患者を支援する上で看護職として大切なことについて考える。

活動内容

- ①A地区にお住いのカネミ油症の方へインタビュー
対象：女性2名(70代、80代)
→どのような症状があったか(あるのか)
どのような思いを抱えてきたのか
- ②カネミ油症に関する取り組みをしている人へのインタビュー
・社会福祉士・保健師・医師・栄養士・(当時の)看護師
→カネミ油症に関してどのような取り組みをしているのか
専門職の立場からみたカネミ油症の課題とは
- ③B地区の文化を知る方へインタビュー(公民館長)
- ④B地区にお住いのカネミ油症の方へインタビュー
対象：男性3名(50代、60代2名)
女性5名(60代、70代2名、80代2名)
→どのような症状があり、それが生活にどのような影響を及ぼしたか
その時、どのような思いを抱え生活してきたのか
医療職に求めることとは
- ⑤カネミ油症の方が参加する運動セミナーへの参加

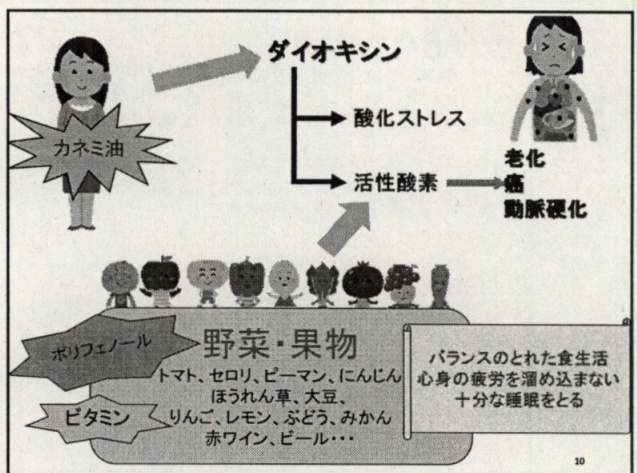
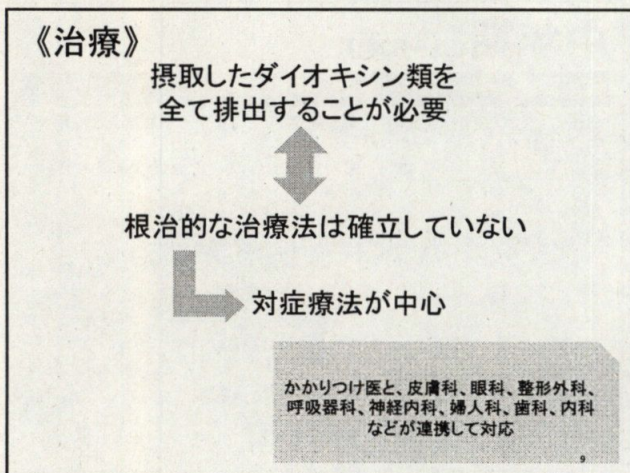


《急性期に多く出現した症状》
全身倦怠感、食欲不振、体重減少、
頭重感、マイボーム腺の分泌亢進、
眼瞼の浮腫、結膜の充血、視力の
低下、塩素座瘡(塩素ニキビ)、多汗症、
喀痰、咳嗽、関節痛、頭痛、腹痛、
四肢のしびれ、知覚鈍麻、月経異常



《現在(平成20年度)主にみられた症状》
神経痛、多重がん、頭痛、認知症、多汗症、
不眠、鼻血が止まりにくい、心肥大、動悸、動脈硬化、糖尿病、
十二指腸潰瘍、高脂血症、骨粗鬆症、紫斑、手足のしびれ...

→ 一般の人の1.5~3倍



乳児期(0~5歳)

健康問題	生活への影響と思い
胎児期に胎盤を通してPCBの影響を受け、皮膚が黒く生まれた(黒い赤ちゃん・コーラベビー)	近所でうわさされた
様々な奇形 口唇口蓋裂、多指、鎖肛、 心室中隔欠損症など	生後数カ月で亡くなることもあった 歩き始めが遅いなど発達遅延があった
皮膚症状や倦怠感があった	活発に動きまわったり、外で遊ぶことなく家で寝ていることが多かった

児童期 (6~12歳)

健康問題	生活への影響と思い
嘔吐・下痢、結膜炎、貧血、鼻血など小さい子どもは症状が強かった	学校に行っても症状に苦しみ集中できず授業にならなかった 先生が児童を連れて病院を受診することもあった
貧血症状が強かった	集会などで倒れることもあった
倦怠感が強かった	学校が終わるとすぐに家に帰り寝るため、放課後などに外に出て遊ぶことがなかった 家に帰ってから勉強ができなかった
皮膚症状や、脱毛など容姿の変貌を伴う症状	いじめの対象になることもあった 羞恥心から登校拒否になることもあった

青年期 (13~17歳)

健康問題	生活への影響と思い
下痢・嘔吐・倦怠感	倦怠感が強く仕事を続けられない 進学・就職活動にも支障があった 進学・就職しても体調が優れず、苦勞した(仕事が続けられない・カネミ油症であることを隠しているので、つらい気持ちや体調を相談できない)
貧血症状が強い	部活など運動はきつく、自分でコントロールしなければならない
陰茎・陰部に脂肪腫や湿疹が出る	羞恥心から受診を躊躇する 特に女性は羞恥心が強く病院に行かない

壮年初期 (18~30歳)

健康問題	生活への影響と思い
皮膚症状により容貌が変わる 症状が子どもにも影響する	結婚できない、婚約を破棄されることもあった カネミ油症であることを隠さなければならない 結婚の際に相手にカネミ油症であることを伝えるか否かの葛藤
陰部・陰茎に脂肪腫や湿疹ができる 症状が子どもにも影響する	性生活への影響があった 妊娠・出産を諦めた
脂肪腫の摘出など侵襲のある治療が必要	その後の生活を考えると(家に帰ってすぐに家事・育児をしなければならないなど)、体の負担になるような治療はしたくない・できない
皮膚症状をはじめ様々な症状が強くなる	仕事をやめたり休んだりすると収入がなくなり、経済的に困窮する (そのため自殺する人もいた)

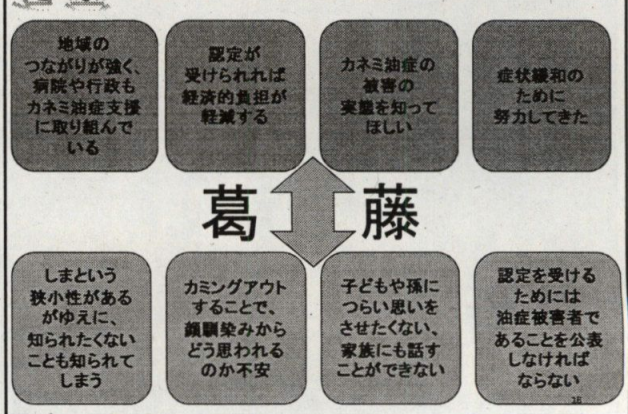
中年期 (31~60歳)

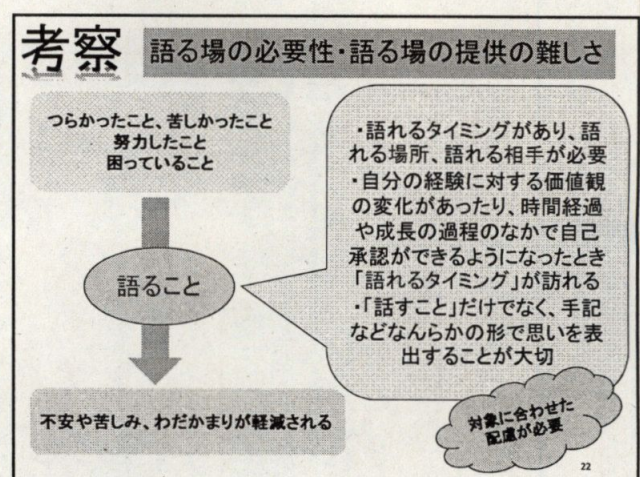
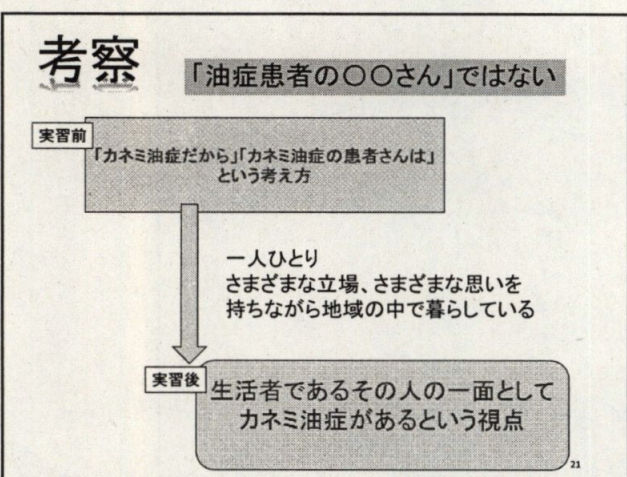
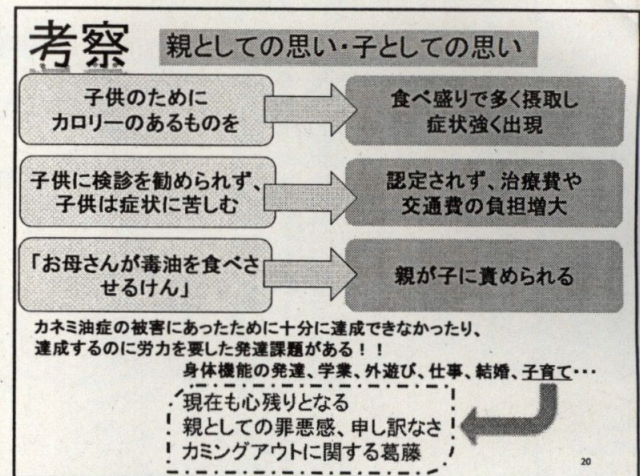
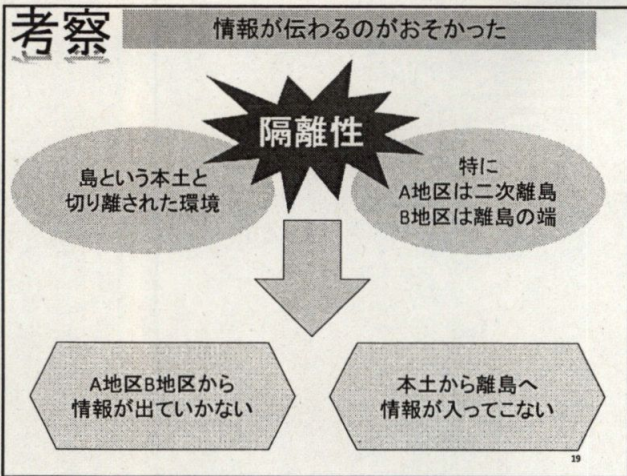
健康問題	生活への影響と思い
肺がん・胃がん・大腸がん・子宮がん・乳がんへの罹患者が増えた	認定を受けていないと、治療に莫大な費用がかかる 子宮全摘など、その後の妊娠・出産への希望が絶たれた
子どもにもカネミ油症特有の症状がでる	子どもができて、子どもにもカネミ油症であることを伝えられない・伝えたくない ↳子どもにも検診を受けさせなければならない カネミ油症患者であると公表していないため、親族及び周囲に相談できず心理的負担がある
不定愁訴が多くなる	頻りに病院に通わなければならない →「病院にばかり行って」と批判される 通院・治療をしていることを知り合いに知られたくないため、地元の病院を避けて他県や遠方の病院を受診する人もいる

老年期 (61歳~)

健康問題	生活への影響と思い
老化に伴い、身体機能が低下する 不定愁訴が多くなる	買い物できる場所や病院までが遠く、今後症状が悪化したときの生活(治療、買い物など)が不安 身体に起こる問題が一定でなく、さまざまであるため、「次にどのような問題がおこるのか」と不安になる
	「油に懲りた」→食生活(特に油)に注意する(国産のものを、賞味期限内に食べるなど)
	カネミ油症であることを隠して生活していたのに、自分の意図しないところで油症患者についての情報が出回り、身内に知られてしまう →ごまかすことの後ろめたさがある
	カネミ油症患者の中でも、認定を受けた人と受けていない人の間で関係が悪化する

考察 知ってほしいけれど知られたくない複雑な思い





- ### まとめ
- 語られる看護職者になるために
1. 受容・共感の必要性・重要性はわかっても対象の話を受け入れること、共感することは難しい
→その経験、思い、努力をしてきた事実を理解しようとする姿勢を示すことが大切
 2. 聞き手として「語られること」に対する心の準備をしておくこと
 3. 対象の経験や、対象がその時々感じた思いを理解することが必要(ライフストーリーの理解)
 4. 「患者」としてのAさんではなく、1人の「生活者」として多くの側面(親としての立場・患者としての立場・社会的な立場 など)をもつ人として多面的に捉える
 5. 看護職としての専門的知識を持ったうえで接することが相手に安心感を与えることにつながる
 6. 対象には語れる時期・語りたくない時期もあるということを理解しておく
 7. すべての看護職が、対象が暮らす地域を知ること(文化、地理的特徴、考え方、産業、資源など)が地域包括ケアシステムにおいて重要である

今回ご協力いただいた関係者の皆様

お辛い経験、これまで歩んでこられた思いなど
私たちの実習のために貴重なお話を聞かせていただきありがとうございました。
貴重な時間を過ごさせていただきました。
住民との調整をはじめ、一緒に看護について深く考える機会を与えてくださった指導者の皆様にも深く感謝いたします。