

保健師の原点：住民とともにつくる未来

～通いの場「いーばしょ」事業の取組～

都留市長寿介護課 地域包括支援センター保健師天野奥津江

市の人口は2020年4月に3万人を割り、高齢化率は30.3%まで増加した。保健師は住民ニーズの変化に合わせ、人々の暮らしと「思い」に寄り添い、誰もが安心してはつらつと暮らせるよう、住民協働の健康づくりを進めてきた。その1つである「いーばしょ（居場所）」事業について、経過と実践を紹介する。

【経過】

1990年に高齢者実態調査を実施し、都留市の高齢者は身体活動量が少ないことが示唆された。抽出された課題解決のため、市内大学、民間の研究所等と連携し、高齢者支援関係者（庁内関係課、保健所、社会福祉協議会、大学、地域代表者）との「支援担当者会議」を経て、元気で長生き健康教室の実施や高齢者の健康づくりシステムの強化を図った。

2013年の実態調査から、運動機能低下・閉じこもり・認知機能低下・抑うつに該当する者が全国、県平均より多いことがわかった。そのため、2014年に庁内の高齢者支援関係者からなる健康づくり推進班を設置し、全庁的に健康づくり事業を展開した。推進班では課題解決方法等を協議し、居場所の整備を進めることとした。2014年にモデルとなる居場所を開設し、説明会等により事業の推進を図り、現在32カ所で活動している。

【保健師の取組】

研究機関と連携し、データ分析や健康づくり事業の検討をしてきた。課題解決の主人公である住民に対し、調査結果や取組について説明する機会や意見交換会を実施した。新たな事業を進める中で、常に住民主体、地域全体への普及・継続を意識した。また、首長や職員に経過を報告する場を設け、市全体が共通認識を持てるようにした。

これまでの事業の中で「教室で元気になっても何もしたいことがない」という住民の声があった。これに対し、身体機能向上だけではなく高齢者の活躍の場を広める必要があると考え、「住民間の交流」を重視した活動を組み込んだ。このような生きがい住民とともに考える機会を作る中で居場所事業の開始・発展につながった。そして、都留市の高齢者の「年をとって何もいいことはない」という考えは、「みんなで集まれば元気になる」という考えに変わってきた。

【まとめ】

保健師は住民とともに考え、良きパートナーになることが大事である。また、継続的に事業を実施するためには、まちの長期計画に位置づけること、多職種と早期から連携することが重要である。