

保健師としての未来、 倉敷市から

倉敷市保健師の仕事紹介
新任期保健師Q&A



倉敷市保健所

倉敷市民の健康を守る、とてもやりがいのある仕事です。 倉敷市の保健師として一緒に働きませんか

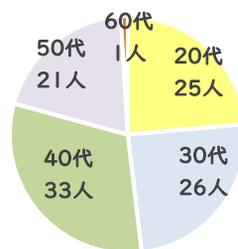
倉敷市で保健師として働きたいと思ったださる方に出会えることを楽しみにしています。



倉敷市保健所
副参事兼保健課長
小原 美由紀 (統括保健師)

倉敷市は、人口48万人の自然に恵まれ文化豊かな魅力あふれる市です。現在100名を超える保健師が、保健所と倉敷・児島・玉島・水島・真備の5つの地区に設置された保健推進室を拠点に地区特性を生かした市町村業務に加え、保健所としての専門的な業務も担い市民の健康をトータルに支援しています。

倉敷市は、保健師が生き生きと保健活動を展開できるよう「倉敷市保健師人材育成ガイドライン」により人材育成に取り組んでおり、職場の仲間同士が育ち合う体制の中、働きやすい環境づくりに努めています。



R6年4月 年代別保健師数

倉敷市保健師の目指す姿や活動指針

倉敷市の目指す保健師像

- 地域への責任感
- 地域への愛
- 住民に信頼される人間味
- プロ(保健師専門職)としての強い自覚
- きいて、みて、感じて動かす発信力

倉敷市保健師の活動指針

保健師活動理念

倉敷市保健師は、全ての市民を対象とし、市民の生命、健康、生活を守るという信念を持っています。

保健師活動で目指すところ

一人一人の健康を守る力を引き出し、病気(障がい)や寝たきりになっても、生き生きと安心して過ごせる地域を市民と共に目指します。

保健師の主な配属先



保健師の仕事内容

保健師が活躍する主な配属先の仕事内容を紹介します。

住民により身近な存在として、住民の健康を支える
倉敷・児島・玉島・水島・真備保健推進室



倉敷・児島・玉島・水島・真備保健推進室では、担当地区を受け持ち、赤ちゃんから高齢者まで、幅広い年代の方々を対象に保健活動を行っています。地域の健康を支える専門職

として、家庭訪問や健康教育・相談、幼児健診等を行う他、地域の様々な人、組織、団体等と共に、健康な地域づくりを目指し活動しています。



母子保健・成人保健分野の企画調整、現任教育を担う
健康づくり課(健康増進係・母子保健係・けんしん係)



市民の皆さんの健康づくりに関する施策を企画調整する部署として活動しています。

- 妊娠期から子育て期まで切れ目なく寄り添う支援を行うため、様々な事業の調整や支援体制づくりを行っています。
- 成人保健の企画や統括、健康増進計画の推進、成人の健康診査や保健指導、各種がん検診、イベント等での啓発を行っています。
- 保健師現任教育(研修企画運営)を行っています。



中核市として保健所業務の企画調整・実施等に取り組む
保健課(総務係、感染症係、保健医療係、精神保健係)

健康危機に備えた体制づくり、結核やエイズ等感染症への対応、難病を抱える方の相談や支援体制づくり、精神障がいを持つ方やその家族への支援等を行っています。



笑ちゃん

「健康長寿のまち」の実現を目指す
健康長寿課(地域包括ケア推進室)

市の主要施策の一つである「健康長寿のまち」の実現を目指し、地域包括ケアシステムの構築に取り組んでいます。



保険者として健康づくりに取り組む
国民健康保険課

倉敷市国民健康保険加入者を対象に、生活習慣病発症予防や重症化予防に向けた保健事業、特定健診を行っています。



市職員の健康をサポート 人事課

市職員が健康で安全に働くことができるよう、研修や健康管理を行っています。生活習慣病予防や重症化予防に向けた健康診断や保健指導、メンタルヘルス相談、病休職からの復職支援等に関わります。



児童虐待防止等子育て家庭を支える
子ども相談センター



児童虐待の対応や関係機関への研修・啓発、児童福祉の視点で0~18歳までの相談対応を行っています。



生活保護受給者の健康づくりに取り組む
生活福祉課

生活保護受給者の生活習慣病の発生予防や重症化予防等に向けた健康管理や相談、精神疾患や依存症の方への支援をケースワーカーと連携して、行なっています。



分野を超えて包括的に支援を行うための体制づくり
福祉支援連携室

保健福祉分野を中心に多岐にわたる事業を知り「あるものを活かし、縦割りから横に橋をかけていこうな」事業(重層的支援体制整備事業)として、支援者支援の観点も入れた倉敷市での仕組みを構築しています。

保健師人材育成・研修制度

倉敷市は、市職員としての行政職研修に加え、専門能力の向上のために、『倉敷市保健師人材育成ガイドライン』を踏まえた専門職研修（現任教育体制）が充実しています。

全ての保健師が公衆衛生を担い、地域住民の健康な生活を守ることができる倉敷市の「人財」となれるよう、より質の高いサービスとしての保健活動の提供を目指し、様々な専門職研修を行っています。

また、新任保健師が気軽に相談したり、分からないことが聞けたりできるように、若手保健師がプリセプターとして新任保健師に寄り添って育ち合う体制としています。プリセプターのサポートや職場全体の育ち合いの風土で、いつでも相談でき、安心して仕事に取り組むことができます。



倉敷市職員研修体系

行政職研修

- 基本研修** 新採用研修、階層別研修、昇格者研修、キャリアデザイン研修
- 実務研修** 政策形成能力養成、自己管理能力養成、コミュニケーション能力他
- 特別研修** メンタルヘルス研修、人権セミナー、OJTスキルアップ研修他

専門職研修

- 階層別研修** 新任期、中堅期（前期・後期）、リーダー期管理期研修、H30年豪雨災害伝承
- 派遣研修** 国立保健医療科学院、各種学会
全国保健師長会主催研修、厚生労働省（長期）他

新任期保健師の1年目の研修（R6年実施分）

	内容
4月	テーマ：みんなで育ちあおう 保健師って楽しい！ 【午前】講話 ・倉敷市の人材育成、ポートフォリオについて ・西日本豪雨災害から学ぶ～災害伝承～ ・地域診断について 【午後】デモスト&ロールプレイ ～明日からの保健師活動に活かすためにやってみよう～ 電話相談、家庭訪問、妊婦面接場面から <small>本年度初めて午前午後の一日通して研修会を開催しました。</small>
6月	テーマ：母子保健の基本のき ～乳幼児の発達を学ぼう～ ・ふれあい&質問 育休中の先輩保健師等とのふれあいタイム ・研修復命：乳児期～幼児期の成長発達のポイントと保護者支援について
10月	テーマ：もっと楽しく！もっと伝える！健康教育 ・研修復命：ウェルビーイングにつながる健康教育 ～地域づくりのために～
1月	テーマ：もっと地域を好きになる～地域診断の気づきを皆で共有しよう～ ・地区踏査を踏まえた地域診断の発表

【プリセプター制度】

採用1年目の職員には、職場の少し先輩の保健師がプリセプターとなり、日常業務の相談等が気軽にできます。新任期保健師からは「プリセプターはしんどい時に寄り添ってくれる、いつでも相談に乗ってくれる、一緒に悩み・動いてくれる存在」として心強く思っているようです。

【プリセプター会議（年3回）】

プリセプター会議では、新任期研修企画の共有や、人材育成ガイドラインの「1年目のキャリアパス」を活用し1年目の保健師の育ちの状況や進捗状況の確認も行っています。また、プリセプター同士で新任期の育成に関する情報交換を行ったり、アドバイスし合う場にもなっています。

職場内OJT

所属する職場で、日常業務を通してOJTを行っています。対人支援や地区活動における組織支援などの事例検討や「災害」「組織育成」等のテーマを設定して学び合う機会も設けています。

ジョブローテーション制度（人事異動）

地区担当部署・企画・調整部門、分散配置部門等と幅広い業務を経験することで、視野を広げ、様々な立場での思考プロセス、視点を獲得していくことができます。

【新任期研修のグループワーク&発表の様子】

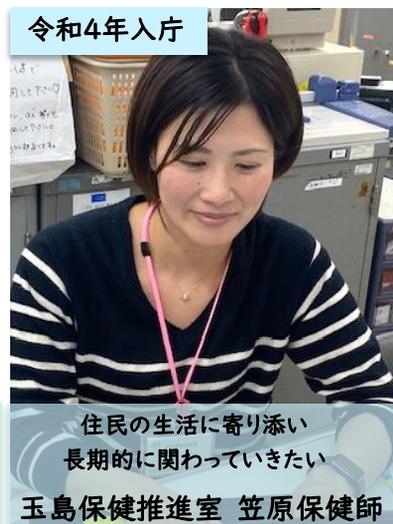


受講者の声

- ・倉敷市職員・保健師としての研修が多くあり、力をつけていけることができる！
- ・新任期研修が充実しており、保健師スキルを身につけることができる
- ・新任期の教育体制が手厚く、多くの学びがある 等



新任保健師(入庁1~3年目)インタビュー



Q1 倉敷市役所を志望した理由は?

山本 幼少期からよく訪れ、親しみやすさを覚えていた倉敷市で働きたいと思ったからです。

森 大学時代の4年間を倉敷市で過ごす中で、自然が豊かで、利便性が高い等、住みよい倉敷市で働き、暮らしていきたいと思ったからです。

笠原 保健師に興味があり、倉敷市は研修やプリセプター制度がしっかりしていたことと、倉敷市に引っ越しをしたのをきっかけに自分が住む倉敷のことをもっと知りたいと思ったからです。

Q2 保健師になろうと思ったきっかけは?

山本 病院実習を通して、住み慣れた地域で自分らしく生活を送られるよう支援がしたいと思ったことがきっかけです。調べていくうちに、「保健師」が地域住民に一番近い存在として様々なライフステージの健康づくりに携われる職業であることが分かり、魅力を感じ、なりたいたと強く思うようになりました。

森 保健師実習の際、保健師の方々が地域住民のその人らしい暮らしを支援していることを知ったことがきっかけです。地域で生活している様々な方々と関わり、つながっていけることも魅力だと感じました。

笠原 前職は看護師をしており、病院でがん患者さんと多く関わってきたことから病気の予防の重要性を感じました。また知識や経験を活かして、住民の生活に寄り添い長期的に関わることでできる保健師に魅力を感じました。

Q3 今は、どんな業務を担当しています?

山本・森 幼児健診や親子教室など母子保健の業務を主に担当しています。

笠原 成人保健業務の内、暮らし健幸プラン関連事業、「けんしん」(健診・検診)を担当しています。

~ちょこっと解説~

倉敷市では、新任期(入庁1~3年目)は、地区担当部署を経験し、地域保健活動の基礎を固めます。そのため、人口規模に応じて1~2小学校区を担当し、その地域で生活される方の家庭訪問や健康相談など、乳幼児から高齢者まで幅広い年代の方々の個別・家族支援を行います。



ある一日のスケジュール

08:30 ● 始業	08:30 ● 始業
08:45 ● 地区推進会議の資料作成	10:00 ● 0歳児の集まり(準備・運営等)
10:00 ● 子育てサロン(健康教育)	12:00 ● 昼食・休憩
12:00 ● 昼食・休憩	13:00 ● 報告書作成
13:00 ● 報告書作成	14:00 ● 家庭訪問
14:00 ● 家庭訪問	15:30 ● 報告書作成 訪問記録作成
16:00 ● 訪問記録作成	17:15 ● 終業
17:15 ● 終業	

窓口対応や家庭訪問、健康相談、地域の事業等で、お昼休憩の時間がずれたり、残業をすることもあります。

Q4 これまでの保健師業務で嬉しかったことは？

山本 電話や訪問での育児支援の中で、保護者の方が安堵した表情を見せてくださった時や「ありがとう。気持ちが楽になった」と言葉が聞けた時は嬉しかったです。



森 地域の方と一緒に相談しながら集まれる場所をつくったこと、集まった親子から「ありがとう」「また来ます」と笑顔で声をかけていただいたことが嬉しかったです。私自身も、毎月親子と会えること、子どもの成長を見守れることを楽しみに活動しています。

笠原 担当地区、玉島地区、市全体と、様々な視点から地域をみるができます。また地域の方やその家族から、保健師は相談できる人として認識していただき、困っていることを相談してくれたり「また相談にのってください」と言ってもらえたりした時は嬉しいです。

Q5 就職後の保健師業務において、驚いたことは？ (就職前に想像していたことと違ったこと等)

山本 保健師業務の幅広さに驚きました。初めは、やっつけられるか不安もありましたが、先輩方へ相談しながら業務に取り組み、一歩ずつ確実に成長できていると思います。

森 業務担当・地区担当があり、様々な住民の方に関わらせていただいています。先輩から、「関わっている方々や担当している地域への支援だけでなく、担当している事業全てにつながりがある」と教えていただき、保健師の仕事一つ一つに大きなやりがいを感じています。



笠原 子どもから大人まで幅広い年代の方々を対象に支援をする中で、多方面の専門的知識が必要だったり、複数の業務を並行しながら行うことに驚きと大変さを感じましたが、日々先輩方に相談にのってもらい、やりがいを感じられるようになりました。

Q6 現在の職場の雰囲気やプリセプター制度はどう？

山本 温かい雰囲気が魅力的な職場です。プリセプターに相談できる体制が整っており、どの先輩へも相談しやすい職場です。困っている時以外にも気にかけてくださり、安心して業務に取り組むことができています。

森 温かい職場です。仕事に関する相談事や些細な出来事も、親身になって聞いてくださり、助言をいただいています。経験豊富な先輩に相談できる環境があることが、心強くもあり、保健師として成長することもできています。また、同期とも悩みを共有し、業務について話し合うことで刺激を受けています。

笠原 職場の雰囲気は穏やかで困ったことがあれば気軽に相談でき、他愛もない会話を楽しむことができます。保健師は幅広い知識が必要となりますが、プリセプターや先輩方がいつも気にかけてくれ、細やかなアドバイスをいただくことで、様々な視点から支援を検討でき、スキルアップにもつながっています。また私自身、子育て中で、急な休みをいただくことがありますが、先輩方がフォローしてくださり仕事と子育てを両立することができています。



**プリセプター制度に関するアンケートより
対象: 令和元年度から5年度新採用保健師**

プリセプターからの助言で嬉しかったこと

<p>相談しやすい関係づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> こまめに声をかけてくれる 「いつでも声をかけて」と声をかけてくれる 「気軽に相談して」と声をかけてくれる 「相談しにくいことも気軽に聞いて」と声をかけてくれる 	<p>伴走型支援</p> <ul style="list-style-type: none"> 記録やフォローの進捗を確認してくれる 優先順位を考え、喜んでくれる過程 困難ケースの支援と一緒に考えてくれる ケース支援の関わり
<p>悩んだ時、気づいてくれる</p> <ul style="list-style-type: none"> 気持ちに寄り添った助言 悩んでいる時、助言をくれる しんどい時、気づいてくれる 	<p>労いの声かけ 肯定的な声かけ</p> <ul style="list-style-type: none"> 具体的にほめてくれる 労いの言葉かけ 日々の頑張りがや出来ていることをフィードバックしてくれる
<p>できていることを認めてくれる 成長を認めてくれる</p> <ul style="list-style-type: none"> いつも頑張っている姿を伝えてくれる できていることを認めてくれる 成長を認めてくれる声かけ 	

Q7 現任教育体制はどう？

山本 新任期研修や職場での事例検討等、様々な研修を受けることができ、保健師として成長できる機会がたくさんあります。知識・技術の習得をして、実践に活かせる研修内容のため、スキルアップにつながっています。

森 新任期研修やImmクラブ(自主勉強会)、OJT等、学べる機会が多くあり、保健師として必要な知識やスキルを身につけることができます。研修を通じて、自分の苦手や強みに気づくこと、より良い支援をするためのヒントを見つけることもできており、自分自身の力にもなっています。

笠原 新任期研修で同期同士で学びを深め合い、実際の保健師活動に活かすことができます。またOJTや自主勉強会等学ぶ機会が多いため自身の保健師活動を振り返ることができるとともに、知識をアップデートすることができます。



行政保健師を目指す皆さんへのメッセージ

保健師は地域住民や各関係機関等の様々な人と関わる機会がたくさんあります。その中で、健康づくりに携わりながら住民の方と一緒に自身も成長できると感じています。もちろん、悩む時や不安になることもありますが、心強い先輩方の支えもあり、やりがいを感じる事ができています。倉敷市の保健師として一緒に活動ができることを楽しみにしています。



山本保健師

地域の方々と出会い一緒に活動すること、関わっている方の力になれたこと等、日々保健師の魅力・やりがいを感じながら活動しています。日々の業務で悩むこともありますが、尊敬する先輩保健師や頼れる同期が側にいてくれます。倉敷市の保健師として、一緒に活動できることを楽しみにしています。



森保健師

様々な対応に困ったり悩んだりすることもあります。同期、先輩方はいつも話を聞いてくれ支えとなってくれます。そして地域の方々と直接関わる楽しさもあります。倉敷市の保健師として一緒に仕事ができることを楽しみにしています。



笠原保健師



発行 令和7年3月

【採用に関する問い合わせ先】

倉敷市職員採用試験委員会

〒710-8565

倉敷市西中新田640番地

☎086-426-3141



【保健師に関する問い合わせ先】

倉敷市保健所 保健課総務係

〒710-0834

倉敷市笹沖170番地

☎086-434-9800

倉敷市保健所のFacebookや健康づくり課Instagram等でも、
倉敷市の保健師の活動の様子が分かります。
ぜひフォローをお願いします。

