

特集

10月1日(月)から市立病院に ..... 6  
自動交付機を設置

特集

生きがいとふれあいを求めて ..... 7  
老人クラブに入りませんか

催し

「幻の真慈悲寺」特別イベント ..... 6・7  
9月16日(日)開催

催し

ひの市民大学後期講座スタート ..... 12



皆さんの健康をサポート

保健師の活動を紹介します

看護師の仕事はよく知られていますが、「保健師って何するの?」と思っっている方は多いと思います。市では、人口1万人に1人の保健師(17人)を配置し、赤ちゃんから高齢者まで「あなたの健康をサポートします」をモットーに活動をしています。広報今号では、皆さんの健康をサポートする保健師のさまざまな活動を紹介します。

問合せ先

健康課(☎581・4111)

一人ひとりの健康をサポート

1 赤ちゃん訪問

保健師が訪問してお母さんと赤ちゃんの健康のことや育児の相談にのっています。赤ちゃんの体重測定や乳幼児健診、予防接種などの母子保健サービスの情報提供もしています。母子健康手帳に入っ



▲赤ちゃんが産まれたすぐのお宅に訪問して、赤ちゃんとお母さんの健康について、アドバイスをしています

2 各種健康相談

いる「赤ちゃん訪問届」は出産後早めに投函してください。その後も心配なことがある場合は訪問をしますので、気軽に保健師まで相談してください。

こころやかなだの病気のこ

3 各種健康教室の開催

妊婦向けの教室(ママパパークラス)や生活習慣改善のための教室(ヘルスアップ教室)などさまざまな健康教室を管理栄養士、歯科衛生士とともに開催しています。



▲保健師・栄養士・歯科衛生士による個別の相談・指導を行っています



▲家が近くの方と知り合いになれるようグループを設定しています(ママパパークラス)

地域の健康づくりをサポート

自治会単位での健康づくりを支援

1 日野人げんき！ゼミナール

自治会単位での健康づくりを支援するため、出張健康教室を開催します。

血管年齢測定、足指力測定などを取り入れた楽しい教室を開催しています。

地域で活動している「健康づくり推進員」の市民の方と地域でさまざまな活動もしています(現在、健康づくり推進員を募集しています。保健



▲自治会単位で健康教室や全戸訪問を実施しています。日野人げんき！ゼミナール(写真上)。はじめまして訪問(写真下)

2 はじめまして訪問(全戸訪問)

地域担当の保健師の顔見せと健診などの情報を案内するため、1戸1戸訪問しています。訪問の際には、自治会で回覧した後、伺いますので、地域の保健師が訪問した際には気軽に相談してください。

保健師へ気軽に相談を

1万人に1人の保健師17人が地域ごとに担当を持ち、皆さんの地域で活動をしています。地域担当の保健師まで相談をしてください。各地域担当保健師の名前については、健康課まで問い合わせをください。



▲保健師は皆さんの住む地域にこの車で訪問しています

健康であるために

日野市長 ひろみち  
馬場 弘 社

市政には数多くの課題がありますが、最近大切だと思っるのは健康行政。特に高齢者の健康です。高齢化が進むなか問題点も明確になってきました。

①医療費の増  
②家族の介護負担  
③元氣と生きがい  
要するに市は日野人(ひのびと)四大運動事業に加え、さらに健康施策の充実を求められています。

第3次行革を推進するため職員数を削減していますが、保健師だけは増員しました。人口1万人に1人と、ようやく17人体制まで。市内を8地区に分け、クリーム色の専用車で地域を回り健康相談や指導にあたっています。

庁内でも横の連携を強化しました。地域協働課や自治会への窓口職員「地域サポーター」とともに、地域に入り込む事業を進めています。

しかしまだ足りません。他の分野にも言えますが、基本は皆様の意識です。市民一人ひとりが日々健康に関心を持つようになるには、身近な「市民ボランティア」の後押しが必要です。

すでに30人の「健康づくり推進員」が4地区で活躍しています。さらに推進員を軸に、健康づくり協力員や健康体操サポーターなど枠を広げ、より効果的な仕組みにしたい。「日野人げんき！応援団」といえる制度に仕上げたいと考えています。

誰もがいつまでも健康であるために市も努力しますが、引き続き市民ボランティアへのご協力もお願いします。