

令和2年度京都市職員採用ガイダンス  
職種別説明会資料（保健師）

# 保健福祉センターの仕事 健康長寿推進課について



南区役所 保健福祉センター 健康長寿推進課  
所属の職員がお伝えします



## 本日の流れ

- ①自己紹介
- ②京都市の職員配置について
- ③健康長寿推進担当の業務
- ④私の担当業務
- ⑤大切にしていること
- ⑥京都市で保健師として働くやりがい



南区キャラクター  
「ナンナン」

## ①自己紹介

H31.3月 看護師・保健師免許を取得

H31.4月 京都市へ入職

南区役所保健福祉センター  
健康長寿推進課健康長寿推進担当へ配属・勤務中

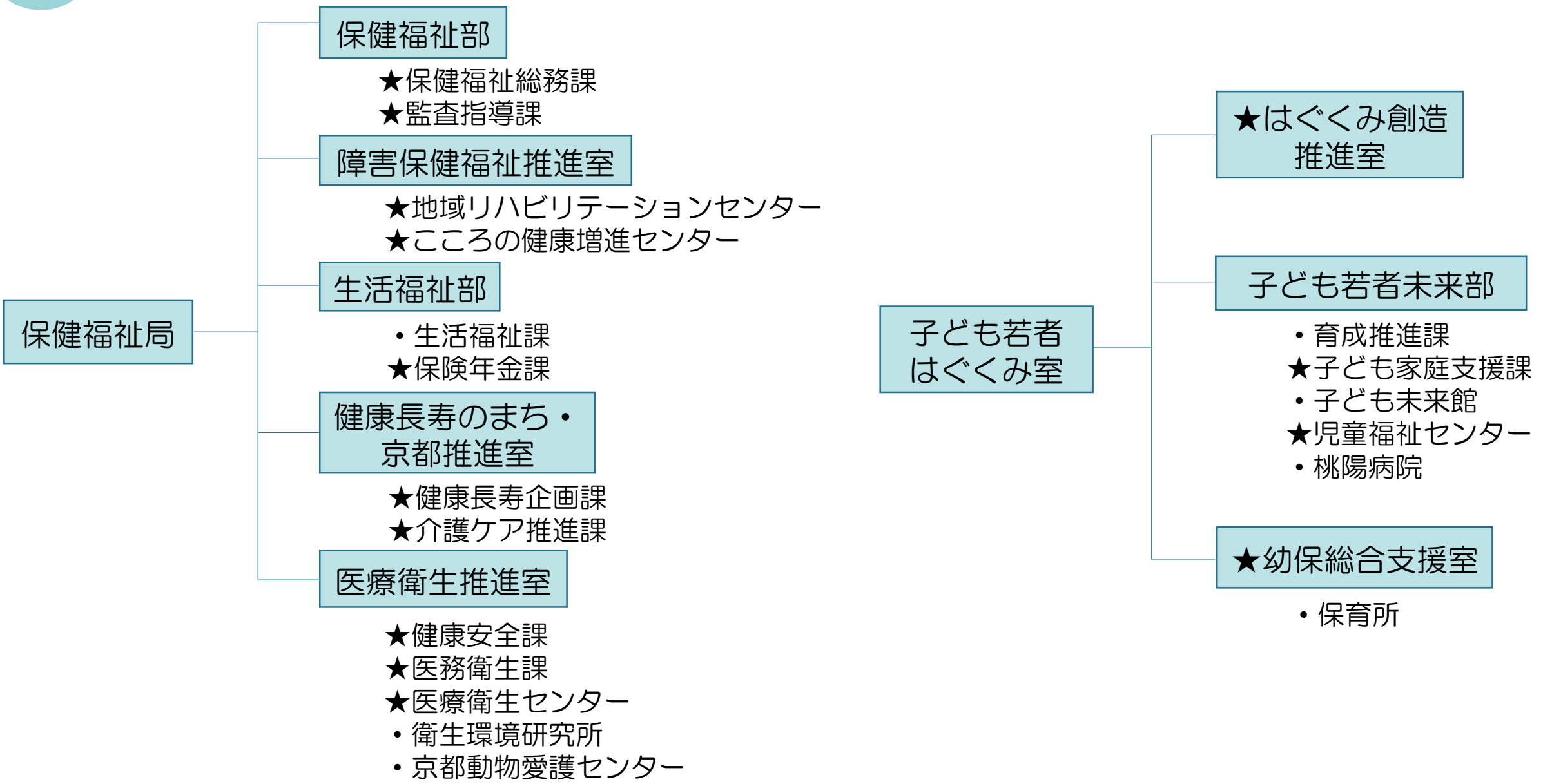
### 京都市を選んだ理由

- 政令指定都市なので、経験できる業務が幅広い！
- 生まれも育ちも京都市なので、京都市で働きたい！



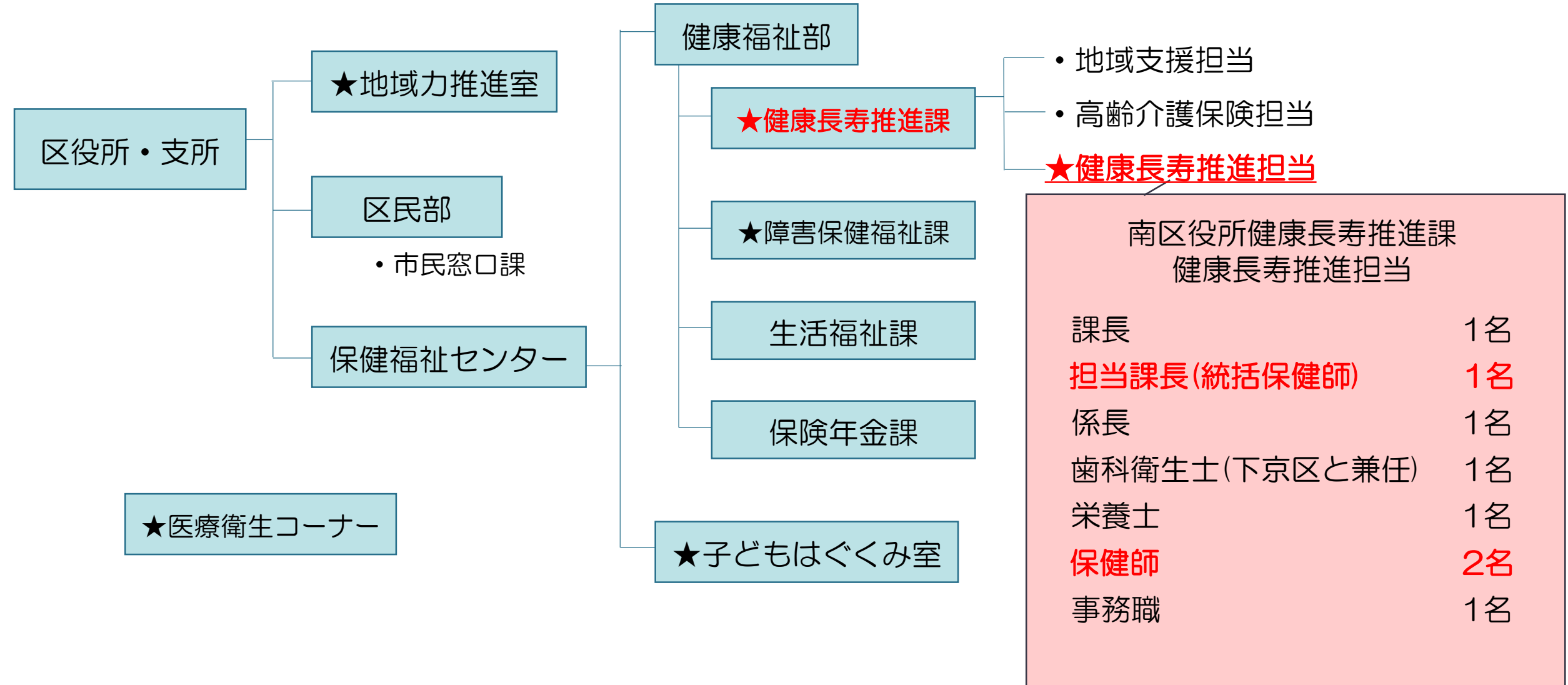
★：保健師配置部署

## ②京都市の職員配置について



## ②京都市の職員配置について

### 区役所・支所内の保健師配置





## ③健康長寿推進担当の業務

---

### (1) 個別支援(高齢福祉)

高齢者虐待対応/処遇困難ケース対応/養護老人ホーム/緊急通報システム/老人日常生活用具  
給付事務/市長による成年後見申立業務/敬老記念品贈呈事業/100歳訪問事業

### (2) 地域における健康づくり事業

集団健康教室/出前教室/健康づくりサポーター養成・活動支援/禁煙相談支援

### (3) ネットワーク

地域包括支援センター調節・支援業務/地域ケア会議(個別・学区・日常生活圏域・区)/認知  
症サポートネットワーク連絡会/地域支え合い活動創出コーディネーター調節・支援業務

### (4) がん対策

集団検診/各種がん検診対応/精密検査未受診者勧奨

## ④私の担当業務

### ○個別支援

高齢ケースワーク全般

### ○地域における健康づくり事業

健康づくりサポーターの養成・活動支援

各種がん検診対策

精密検査未受診者勧奨

禁煙相談支援



## ④私の担当業務～高齢ケースワーク～

ものが溢れ、ねこの多頭飼育(ごみ屋敷条例対象ケース)。 自身での金銭管理が難しい。  
セルフネグレクト状態。

〈本人の思い〉

家を離れたくない。



〈支援の方向性〉

在宅生活を続けられるよう支援

**本人の思いを傾聴し、**  
できる限り**本人の希望する生活**が送れるように。

### 【多くの関係機関が関わり支援】

- ・地域包括支援センター
  - ・南区社会福祉協議会 (あんしん支援員)
  - ・在宅支援診療所 (医師・精神保健福祉士)
  - ・居宅介護支援事業所 (担当CM)
  - ・南区役所地域力推進室
  - ・南区役所健康長寿推進課
- 等

### ▶多職種、他機関での連携

→多角的な支援が可能に。  
随時カンファレンスを実施。  
各機関で方向性を一致させ、各役割を明確化。

### ○不衛生な生活環境を改善

- ・一斉清掃を実施し、介護サービスの利用を開始。
- ・多頭飼育への支援。

### ○金銭管理

- ・成年後見人制度を利用。

地域で生活されている姿を  
見かけるととても嬉しいです！



# ④私の担当業務～健康づくりサポーター養成・活動支援～



健康づくりサポーターとは…

保健福祉センターと一緒に地域で健康づくりを広め、  
みんながいきいきと暮らせるまちづくりを目指すボランティア

地域で健康づくりに関する  
知識や技術を普及啓発

## 南区健康づくりサポーター「健康チャレンジャーみなみ～ず」



Plan  
(計画)

- 健康課題の提示と目標の設定
- 具体的な取り組み内容決定
- 活動予算の確保

Do  
(実施)

- 活動の実施
  - ・定例体操や出前教室
  - ・スキルアップ講座
  - ・健康づくりサポーター養成講座

Check  
(評価)

- 活動の評価

Action  
(改善)

- 活動方法の見直し
- 次年度の計画へ反映

定例会議

アンケート  
活動報告書  
定例会議での振り返り

市民主体の健康づくり

住民の主体性を重視しながら  
支援しています！

## ④私の担当業務～各種がん検診対策～

▶若い世代の女性へ健康づくりに関心を持ってもらう。

- 児童館や乳幼児健診時に、乳がんについての講話を実施。乳がんモデルを用いて、自己検診を体験。
- 区役所や大型商業施設でリーフレットを配架。

健診を受けてみようと思う！

子どものことを優先してしまうが、自分の健康にも気を付けないといけないと思った！

知らないことがたくさんあった！

直接言葉をかけていただくと、やってよかった！と励みになります♪



南区役所  
**ままけん**  
いまママ・これからママのための  
健康サポートプロジェクト

「ままけん」は…

- 子育てに忙しくて、自分のことは疎忽し
- 健診はきっかけがなくて…
- たくせんお金がかりそう
- 健康のことは家族のためにも勉強したい

そんなママをサポートする南区役所のプロジェクトです。

乳がん検診 1300円 (乳がん検診あり)	健康診査 500円 (健康診査あり)	お口の相談 無料	食育セミナー 500円
-----------------------------	--------------------------	-------------	----------------

詳しくは中面をご覧ください。

## ④私の担当業務～禁煙相談支援～

- ▶ 集団健診会場や肺がん検診の場で，喫煙者に対し禁煙相談・支援を実施。

### 【心がけていること】

禁煙に向けて，短時間で行動変容を促すことは難しいと痛感…。限られた時間の中で，どのようにすれば相手に合わせた声掛けができるのか，試行錯誤しながら日々取り組んでいます！一方的な指導にならないよう心がけています。



- ▶ 専門学生に向けた防煙教室を実施。

健康教室や相談支援を通して…

無関心層へ働きかけることへの難しさ

傾聴や対話技術の必要性を実感

## ④私の担当業務～ある日の私のスケジュール～

- 8:30 メール確認・チェック
- 9:00 健康づくりサポーター支援準備
- 10:00 健康づくりサポーター活動支援
- 12:00 休憩
- 13:00 ケース訪問
- 14:00 ケース記録作成
- 15:00 ケースカンファレンス
- 17:15 業務終了

他にも…  
健康づくり事業への従事  
研修への参加  
窓口や電話での相談支援 など、  
1日があっという間に過ぎていきます！



## ⑤大切にしていること

### ○報告・連絡・相談は丁寧に！

はじめは右も左もわからず，市民対応でもわからない単語がたくさん・・・  
ケース対応時も，悩むことがたくさんありました。

その時は，自分の知識やその場の思い付きだけで判断するのではなく，  
上司や先輩方へ相談し，アドバイスをもらうようにしています。

組織の一員であることを忘れず，上司への報告・連絡はこまめにするよう心がけています。

上司や先輩の方々は優しく，とても相談しやすい雰囲気です☆



## ⑤大切にしていること

### ○わからないことはそのままにしない！

業務内でわからないことがあればそのままにせず、自分で調べたり、上司・先輩方に聞いて解決するようにしています。自分自身の理解を深めることで、市民の方へ自信を持って対応ができる！市民の方との信頼関係の構築にもつながります。

### ○オンオフの切り替えをしっかりと！

やるべきことをリストアップし、優先順位をつけて取り組むことで、業務の漏れがなくなり、効率的に進められるようになりました！自分の健康のためにも、仕事と休みの切り替えは大切にしています。



## ⑥京都市で保健師として働くやりがい

○政令指定都市なので、幅広い業務を経験できる！

母子・精神・難病・成人・高齢・感染症 等 他分野

○配属先は多数！

市民対応の最前線である区役所・支所から、  
事業管理や予算管理を行う本庁まで。

また、各行政区によっても地域特性はさまざま。

業務内容は多岐にわたり、自身のスキルアップになります。

○京都の歴史を感じながら仕事ができる！

毎日、東寺を見ながら  
通勤しています♪  
季節ごと・時間ごとに  
それぞれの東寺が楽しめます！

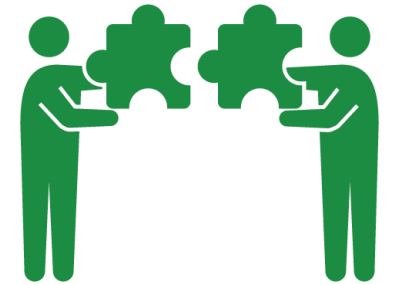
○土日・祝日休み！

自分の健康や生活、プライベートな時間も大切に。

# 京都市で保健師として働くやりがい

複合的な問題を抱えたケースも…

他課や他職種と連携した支援が求められる。



自分自身の価値観や物差しでは測れない。  
対象者自身の思いや考えを知ることが大切。

人口規模の大きい京都市であるからこそ、健康課題は山盛り！  
さまざまな対象者の方との出会いがあり、学ばせていただくことがたくさん。  
市民の方々から日々、元気をもらっています！



みなさんと一緒に京都市で働けることを  
楽しみにしています♪

