

保健福祉学部 看護学科 教授 播本 雅津子

保健師が担当する看護の分野は「公衆衛生看護学」と「地域看護学」です。

「公衆衛生」とは、「広く地域社会の人々の疾病を予防し、健康を保持・増進させるための、公私の諸組織によって組織的になされる衛生活動である」と定義されています。憲法第25条で保障された生存権を担保するための大切な分野であり、保健師は公衆衛生の理念に基づいた看護活動を行っています。

「地域」とは「地図上で区切られた一定の範囲」であり、気候や風土、歴史、文化、慣習などを共有する人々が暮らしています。国や都道府県、市町村、町内会などは、区切り方のルールが違うものの、すべて地図上で区切られた一定の範囲で、地域の単位となっています。

保健師は全国すべての保健所や市町村に勤務し、その管轄範囲をいくつかの地域(地区)に分け、地区担当制で仕事をしています。すべての国民に担当保健師が存在し、人々の健康保持・増進を支えています。そして保健師は、医学や保健の知識に加え、本人だけでなく家族や職業、地域での暮らし全体に目を向けて保健指導を行います。

いくつかの例を挙げてみましょう。30代後半から40代にみられる中年太りは、基礎代謝量やホルモンバランスの変化が理由とされますが、家族構成によっては食べ盛りの子どもと食卓を共にすることも一因です。働き盛りで昼夜多忙な年代では、仕事上出張や外食が多くなる方もいます。子どもの教育や、仕事上の課題などで頭がいっぱいの際には自分自身の健康管理を優先できないものです。保健指導では、このような日常についてを自身が立ち止まって考える機会を与えます。

名寄では、高校を卒業して家を離れる若者が多く、親の生活もその時期に変化します。国民健康・栄養調査の結果で運動習慣の有無を見ると、40・50代から運動習慣を持つ人の割合が増加し、70代では約半数の人が定期的に運動をしています。子どもの進学や、仕事が一段落した時期に生活習慣を見直す方が多いのです。積雪寒冷地である名寄の健康課題には、冬季の運動不足があります。冬季に体重が増え、夏季に減量する方が多いのですが、減量しきれなかった分が少しずつ積み重なり肥満が進みます。冬季の体重増加を防いだうえで夏季に減量できれば、中高年期の肥満防止や改善さらには介護予防としての筋力維持もできます。冬季に安全で楽しく運動できる機会を、地域全体で作

誘い合わせて参加することが市民の健康増進の鍵だと考えます。



名寄市立大学道北地域研究所 第4回市民公開講座

名寄市立大学道北地域研究所では毎年、市民に向けた公開講座を開催しています。

今回のテーマは『村上春樹と道州「性」』。村上春樹作品は北海道を舞台としたものが多く、特に道北を舞台とした初期3部作の1つ「羊をめぐる冒険」は、今日のムラカミ・ワールドの原初と言って良いでしょう。以降、彼の作品には「北海道」がたびたび登場していますが、なぜ彼は北海道に注目したのでしょうか？

もしかしたら日本が近代化していく中、本州とかけ離れた北海道の数奇な運命に興味をもったのかもしれませんが。彼がみる北海道と本州の性合いを楽しく考えてみたいと思います。市民の皆さまの参加をお待ちしています。

とき 1月27日(水) 18:30~20:00

ところ 名寄市立大学 新館2階 121教室

講師 名寄市立大学保健福祉学部教養教育部
准教授 関 朋昭

参加料 無料 (直接会場までお越しください)

問い合わせ 名寄市立大学道北地域研究所

☎01654②4194 (内線2101)

✉chicken@nayoro.ac.jp