



# 仕事紹介

あいなん仕事紹介 その②

【町内で生き生きと仕事をしている方を紹介します】

## 城辺保健福祉センター 保健師

吉村 那智<sup>なち</sup>さん



### 自分が本当にしたいこと

城辺保健福祉センターで保健師として地域住民に密着した仕事を行う吉村那智さん。健康維持のための健康相談や精神疾患の方のサポートといった仕事を担い、住民がより健康的な生活を送れるように尽力しています。

看護師を目指して大分大学医学部看護学科へ進学し、3年生時に病院や市役所などさまざまな領域で行ったローテーション実習。病院での実習中に無事退院の日を迎えた担当患者さんが再度入院になったことを耳に

し、衝撃を受けました。「自宅で食事や薬の管理が難しかったのか…。その時、改めて自分がしたいのは『予防医療』だと気づき、病気になる前の人たちに対して、生活を改善するためのアプローチをしたいと思うようになりました」

大学卒業後は看護師(会計年度職員)として保健センターで先輩保健師の仕事を見て学びながら勉強を続け、晴れて保健師の資格を取得。令和3年4月からは保健師として、健康相談や生活改善のためのサポートを行っています。

### 寄り添い、共に歩み より良い生活習慣へ

保健センターに所属する7人の保健師は、町内各担当地区で『乳幼児期・成人期・高齢期』全ての世代の住民と関わりながら健康相談を担っています。内海地域を担当する吉村さんは、各地区で行われる健康相談の他、サロンからの依頼があれば運動や栄養についての話も行っています。

また、健診後の特定保健指導

では個別に自宅を訪問し、食生活や生活習慣の改善をサポートします。一方的な改善案の提示では、抜本的な改善にはつながりません。個々の生活環境や背景を考慮して、どうすれば効果的な改善につながるのかを一緒に考え、ご本人自らが行動に移していけるようお手伝いをしていきます。

### 気軽に相談できる保健師 でありたい

スキルアップのため、積極的に研修や個別ケースの事例検討会に参加し、『日々勉強、毎日反省』している吉村さん。保健師は他機関と連携し、全ての人が地域で不自由なく健康的に生活できるように必要なサービスや支援を紹介するほか、さまざまな職種をつなぐ役割も担います。多職種が関わり情報を共有し、連携を図りながら協力することで多方面の専門的な立場から手助けを行うことができます。

『予防』は効果が見えにくく、改善には時間を要します。それでも内海地域の保健師として、住民との信頼関係を築き、地道



な活動が問題解決につながった時、保健師としてのやりがいを感じる吉村さん。「幅広い世代の方々と関わり、一生涯を見られるというのはとても貴重な体験です。色々な人に助けられながら、愛南町全体の健康について考え、住民の方々から学んだことを地域や町へ還元していきたい」と地域住民から信頼される保健師として日々の業務に励んでいます。