

はつらつ保健師 野迫川村

「健康寿命」を伸ばす取組

◇特定健診・保険事業の保健師

竹ノ内沢（たけのうちさわ）さんが野迫川村の唯一の保健師として保健事業を担任されている。奈良県内の南西部、和歌山県に近い野迫川村を選ばれた理由を聞かせていただいた。

「高野山まではよく来ていたのですが、その先に野迫川村と言うところがあるということは知っていません。山の自然が好きで、しかも出身地も山沿いの山村地なので、地元と似た環境で、地域住民の方に密着した環境で保健師として勤められたらと思っていた。そのよ



野迫川村の保健師竹ノ内さん

うな時に、野迫川村の保健師の募集があり、応募させていただいた。」

竹ノ内さんは、昨年一年間は、野迫川村地域包括支援センターに配属され、地域の方々の介護予防や日々の暮らしをささえる仕事をしてくられた。

彼女が、保健師を志した動機となった体験を聞かせていただいた。

「保健師になる前は、ホスピスに近い、終末期を迎える患者さんの病棟で勤務していた。患者さんは自分と同世代と思われる若い人たちが多く、死期を待っているというのに衝撃を受け、どうにかならないか考えるようになった。元気な頃から健康管理を行う大切さについて感じ入ることが多く、できれば、健康であることが応援したく、そのことができる保健師という職を選んだ」とのこと。また、「人口の少ない村だから

こそ、住民の声を直接聞くことができる環境で、いかにして住民のニーズに応えられるかということにやりがいを感じる。その一方で、高齢化が進むこの村では、保健師・行政職員の両方の立場で出来ることをすり合わせ、最大限希望に沿った形の保健事業を展開することが難しいと考えている。」と、課題も感じておられる。

◇歯の健康は大切

野迫川村を訪問した6月中旬の日には、野迫川村山村振興センターにおいて幼児を対象とした「虫歯予防教室」が開催されていた。その準備のために竹ノ内さんは忙しくしておられた。

当日は、3家族9人がにぎやかに集まってきた。

まず、「虫歯予防教室」の最初は、歯科衛生士の花谷隆子（はなたにたかこ）さんが歯の磨き方を、実際の歯ブラシを使って子ども

たちに見せて、子どもたちも合わせて一生懸命に歯を磨いていた。



野迫川村山村振興センター

そして、後程紹介する歯科医師の正田農夫（ししょうだ あさお）さんがよく噛むことの大切さについて、管理栄養士の辻本昌代（つじもとまさよ）さんは栄養の摂り方の話を親子の前でされていた。このような取組は、幼児を対象にしたものだけでなく村民に向けて保健事業の一環として、村内の公民館や生活改善センターで地域住民を対象に定期的に行われている。



虫歯予防教室の風景

野迫川村では、昭和51年に開設された村唯一の歯科・野迫川村歯科診療所が平成18年に閉院し、村内で歯科診療を受けることが難しくなっていた。

平成25年の紀伊半島大水害の際、野迫川村北股地区の仮設住宅においてNPOのメンバーによる保健指導や義歯治療が開始された。このことがきっかけで、平成25年秋からは、そのNPOのメンバーが協力して野迫川村国民健康保険診療所内に歯科相談室を設置。原則として、毎週木曜日に開かれている。

NPOのメンバーとして、以来ずっと野迫川村の歯科治療を行われている正田歯科医師に話を伺った。

「野迫川村では、歯科医院がなかったため、治療するには村外に出て行かなくてはならなかった。それも、遠方なので、どうしても我慢してしまい、症状が悪化

するということになる。歯が悪いと、食べるものも食べられない、栄養が摂れないということになる。歯の不健康は全身の疾患と深く繋がっているため、歯科医師、医師、保健師、栄養士と協力しながら境目をなくして健康づくりを支援することが必要です。紀伊半島大水害を経て、野迫川村では、そのような連携を実践している。自分の歯で、美味しいものを食べるということは、何ものにも勝る幸福だと思いませんか。」と強調された。



花谷歯科衛生士と正田先生のお話



◇野迫川村での保健活動

野迫川村では、このような「虫歯予防教室」だけでなく歯科医・歯科衛生士・管理栄養士などの講師を迎えての保健事業を広く実施している。その一環での介護予防教室（その中には、健康運動指導士による転倒防止体操なども実施）や、保健師が村内の各地区でのサロン活動を実施しており、イベントに参加出来ない方へ

辻本管理栄養士のお話

の周知も含めた活動を行っている。

また、生活習慣病予防に関しては、特定健診・特定保健指導、健診結果説明会をはじめ、骨密度測定の実施など、保健事業開催ごとに健康相談の場を設けている。特定健診・後期高齢者健診の結果説明会は、村内11ヶ所の地域の生活改善センターや小学校を会場にして実施されており、参加できない方に対しては個別に自宅を訪問し、結果説明や健康相談を行っている。特定健診の現在の状況や課題について竹ノ内さんは、「特定健診の受診者が固定されているところが気になる。毎年受けない人がある程度決まっている中で、そのような人々の考え方や事情を聞きながら、改善できるところを考え、工夫したり、健診の必要性を地道に伝えていくことも必要」と感じておられる。

（編集 米田憲司）



野迫川村の風景