

松戸市の保健師になる！

～地域の特性を活かし健康なまちづくりを推進する保健師になろう～



松戸市はこんな
ところです

都心から20km圏内。豊かな自然を残しながら、首都圏のベッドタウンとして発展しています。

人口：497,342人
(令和5年3月31日現在)
年間出生数：3,043人(令和4年度)
高齢者人口：128,913人(令和5年3月31日現在)



戸定邸



松戸駅周辺



21世紀の森と広場

松戸市役所は「松戸**市民**のために**役立つ**人のいる**所**」
市民にわかりやすく、利用しやすい市役所を目指しています。
約70名の保健師がさまざまな分野で活動しています。
市民の健康を一緒につくり、守りませんか？
みなさんの入庁を心よりお待ちしております！

保健師の活動と関係の深い松戸市の主な計画

- ◆ 多世代がともにいきいきと思い思いに暮らすことができるまち、やさシティ、まつど（松戸市総合計画）
- ◆ 子ども力でつながる未来（松戸市子ども総合計画）
- ◆ 市民が主役！自ら取り組み 地域で共に支え合い健康で心豊かに暮らせるまちづくり（松戸市健康増進計画）
- ◆ 高齢者がいつまでも元気に暮らせるまちづくり（松戸市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画）

松戸市〇〇計画



どんなところで働くの？ 組織と施設



保健師は主に
 ◆健康づくり ◆母子保健
 ◆高齢者支援 ◆産業保健
 などの各分野に配置されています。



※主な配置先

松戸市役所本庁舎	
人事課 医務室	職員の健康支援
健康政策課	感染症・災害医療対策
国保年金課	国民健康保険加入者の健康支援
福祉政策課	福祉の産官学の連携・災害福祉対策
高齢者支援課	高齢者対策
地域包括ケア推進課	高齢者の支援 →詳しくは5ページ

市立病院	
総合医療センター 健康管理室	職員の健康支援
福祉医療センター東松戸 病院 保健福祉医療局	職員の健康支援 等

中央保健福祉センター	
健康推進課	成人高齢者の健康づくり →詳しくは3ページ
予防衛生課	予防接種に関すること
こども家庭センター 母子保健担当室	母子の健康支援 →詳しくは4ページ

小金保健福祉センター	
こども家庭センター 母子保健担当室	母子の健康支援 →詳しくは4ページ

健康福祉会館(ふれあい22)	
こども発達センター	障がいや発達に心配のある方(お子さん)の支援
常盤平保健福祉センター	
こども家庭センター 母子保健担当室	母子の健康支援 →詳しくは4ページ

健康づくり・保健分野

市民が主役！自ら取り組み、地域で共に支え合い、健康で心豊かに暮らせるまちづくり
～「健康寿命の延伸」「健康格差の縮小」を目指して～

健康松戸21Ⅲの基本理念と基本目標

「健康松戸21Ⅲ」(健康増進計画)の推進



本市の健康増進計画である「健康松戸21Ⅲ」(平成26年度～令和6年度)の取り組みを保健師だけでなく、栄養士、歯科衛生士とともに推進しています。

強化分野

- 喫煙
「禁煙支援マップ」の作成・配布・周知
- がん検診
未受診者に対する個別受診勧奨を行うなど啓発活動を強化
- 特定健康診査・保健指導
医療機関、薬局などと連携した受診啓発、個別受診勧奨通知

健康マイレージ

各種健診の受診をはじめ、健康に関連した事業やイベントに参加した市民にマイルを付与。一定マイル以上貯めた方に特典を提供することで、健康づくりの「きっかけ」→「継続」→「定着」を図ることを目的としている。

健康推進員による地域の健康づくり活動

町会・自治会から推薦された制度ボランティアである健康推進員の育成及び活動支援を行っています。

目標として「①健康について学び、自分自身と家族の健康づくりに役立つ」「②地域の健康づくりについて考え、地域で活動できる」を掲げ、各地区ごとに学習会を開催したり、地域活動を支援したりしています。

コロナ禍では活動が制限される部分もありましたが、各町会等でロコモティブシンドローム予防や健(検)診受診の啓発などを行っていただいています。また、市民自ら健康づくりに取り組んでいただけるよう、市内各地区のウォーキングマップを作成し、市HPに掲載するとともに、市の出先機関で配布しました。

健康推進員が作成したウォーキングマップの一例 →



自殺対策

平成31年に「松戸市自殺対策計画」を策定し、「誰も自殺に追い込まれることのない松戸市」の実現を目指しています。

取り組みとしては、誰もが気軽にメンタルヘルスチェックが可能な「こころの体温計」を導入するとともに、市民向けの「心の健康づくり講演会」や「ゲートキーパー養成研修」を毎年開催しています。

特に近年は女性や若者の自殺対策に力を入れ、高校生に啓発媒体を配布したり、乳がん・子宮がん検診会場での普及啓発を行っています。

また令和4年度より、専任の相談員を配置し、相談機能の強化を図っています。

糖尿病対策

松戸市では、第二期データヘルス計画を策定し、健診の結果、糖尿病予備群が多いことへの対策として、行政と医療関係者が一丸となり、糖尿病重症化予防に取り組むため「松戸市糖尿病対策推進ネットワーク会議」を行っています。

会議では、「糖尿病性腎症重症化予防プログラム」や糖尿病性腎症を含むCKD対策に取り組むためのツール「CKDシール」を作成し、運用を始めました。

母子保健分野

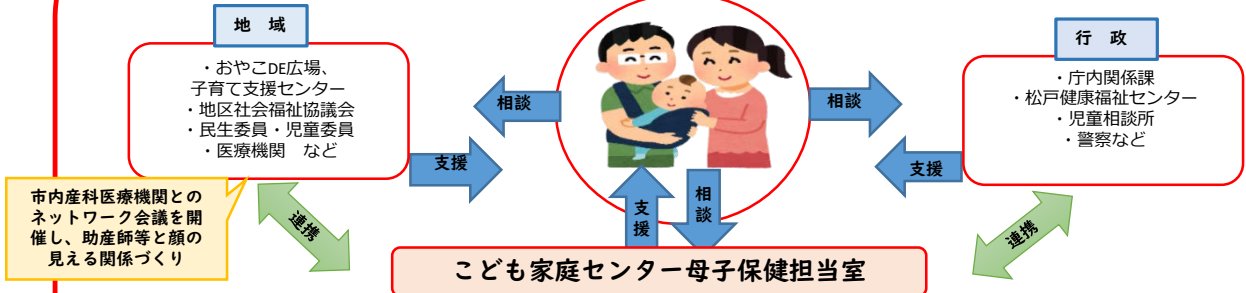
ちから ～子ども力でつながる未来～

第2期松戸市子ども総合計画 基本理念

松戸市子ども総合計画に、母子保健計画が位置付けられ、子育て施策と一体となり、松戸市で妊娠・出産し、子育てする家庭の支援体制を充実

妊娠・出産・子育て期までの切れ目ない支援

妊娠届時から、出産・子育て期まで、切れ目のない相談・支援を行い、様々な関係機関と連携し、育児・健康面での支援等、包括的な支援をすすめ、安心して妊娠・出産できる支援体制の充実を図っています。



☆地域の関係機関や庁内関係課、他職種と連携し、個々のニーズに合わせた対応や、地域の特性に応じた子育ての課題への取り組みを進めています。

☆母子健康手帳交付時には、全数面接を実施し、全ての妊婦に親子すこやかプランを作成し、ひとり一人に合わせて、妊娠・出産・子育てに関する母子保健・子育て支援サービスを紹介し、相談に応じています。

☆出産・子育て応援交付金事業として「伴走型相談支援」と「経済的支援」を一体的に実施し、全ての妊婦・子育て家庭のニーズに即した支援を早期につなげていきます。

保健福祉センター（市内3箇所）

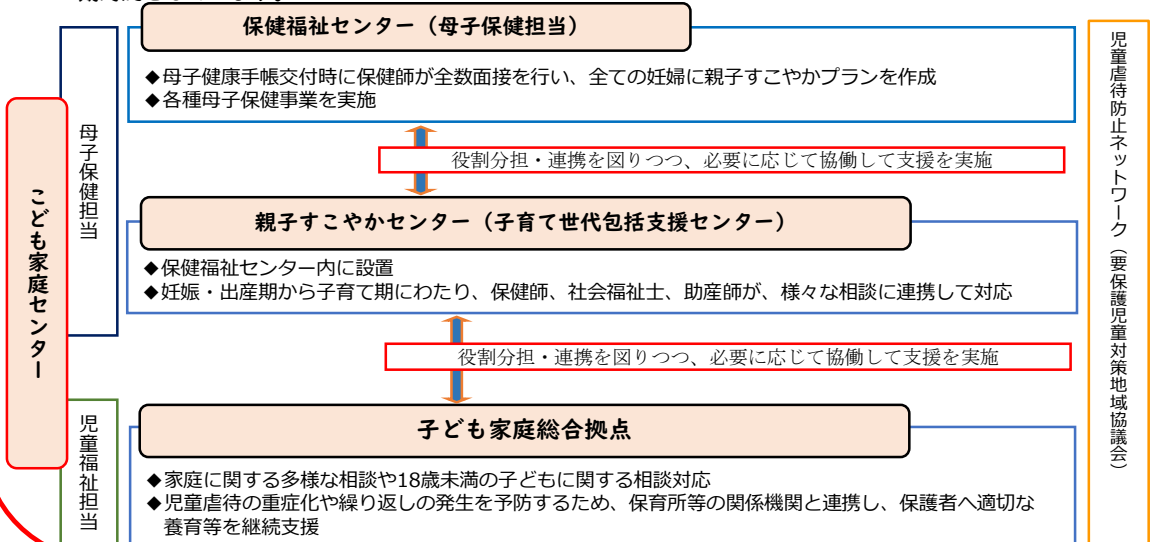
- ・乳児家庭全戸訪問、産後ケア事業、産婦健康診査、妊産婦タクシー費用助成、まつどDE子育てLINE 配信（医師等の専門家が監修した情報と市のイベントや子育て情報の配信）など母子保健事業を実施

親子すこやかセンター（子育て世代包括支援センター）：保健福祉センター内に設置

- ・保健師と、社会福祉士、助産師が、様々な相談に連携して対応
- ・特に継続支援が必要とされる家庭については、個別支援プランを作成し支援を実施

妊娠・出産・子育てに関する相談体制の強化

全国に先がけ、平成28年度保健福祉センター内に親子すこやかセンター（子育て世代包括支援センター）、平成29年度に子ども家庭総合拠点[※]を同一課内に設置し、令和5年度からは、ふたつの機能を有した子ども家庭センターを設置し、妊娠期から子育て期における相談体制の強化を図り、児童虐待の予防・早期発見・早期対応をしています。



保健福祉センター（母子保健担当）

- ◆母子健康手帳交付時に保健師が全数面接を行い、全ての妊婦に親子すこやかプランを作成
- ◆各種母子保健事業を実施

親子すこやかセンター（子育て世代包括支援センター）

- ◆保健福祉センター内に設置
- ◆妊娠・出産期から子育て期にわたり、保健師、社会福祉士、助産師が、様々な相談に連携して対応

子ども家庭総合拠点

- ◆家庭に関する多様な相談や18歳未満の子どもに関する相談対応
- ◆児童虐待の重症化や繰り返しの発生を予防するため、保育所等の関係機関と連携し、保護者へ適切な養育等を継続支援

高齢者支援分野

「高齢者がいつまでも元気に暮らせるまちづくり」

いきいき安心プランⅦまつど 基本理念

1. 誰もが住み慣れた地域で世代や分野を超えてつながる地域包括ケアシステムの推進

「いきいき安心プランⅦまつど」を高齢者支援課、地域包括ケア推進課、介護保険課で連携を図りながらすすめています。

松戸市役所本庁 地域包括ケア推進課

基幹型地域包括支援センター

福祉まるごと相談窓口

総合調整
後方支援

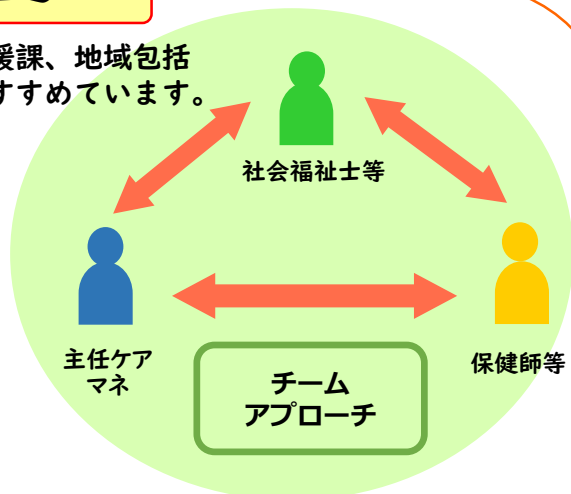
圏域担当の包括センター（委託型）
15カ所

基幹型地域包括
支援センター

地域包括ケア推進課に基幹型地域包括支援センターを設置。圏域担当の地域包括支援センターの総合調整や後方支援の機能を担っています。必要な3職種の一員として保健師を配置しています。医療的視点で高齢者の支援を行っています。

福祉まるごと
相談窓口

地域住民の複雑化・複合化した支援ニーズに対応する包括的な支援体制を構築するため、属性や世代を問わない相談窓口を設置。子ども・障害・生活困窮分野についても相談を受け止め支援機関との連携を図っています。



2. 虐待のない誰もが安心して暮らせるまちづくりの実現

県内初!

令和2年4月1日施行

松戸市虐待防止条例
ができました!

松戸市では、児童・高齢者・障害者に対する虐待の防止に向けて、市、市民、関係団体及び地域社会が協力して取り組んでいくための3虐待を包括した「松戸市虐待防止条例」を制定しました。

虐待のない誰もが
安心して暮らせるまち

まつど

の実現を目指して

【虐待相談連絡先】



案内用
音声コード

3. 認知症を予防できる街♥松戸 認知症になっても安心して暮らせる街♥松戸

あんしん一声運動…高齢者を地域全体で温かく見守っていくことを目指した運動です。



オレンジ声かけ隊の中で、更に積極的に実践活動する人

困っている高齢者に積極的に声をかける人

松戸市保健師のめざす姿

地域の特性を活かし、健康なまちづくりを推進する保健師になろう

松戸市保健師現任教育の目標

本市においても法改正の影響などにより保健師の分散配置が進み、直接的な市民への保健サービスだけではなく、政策への積極的な関与や、障がい、虐待などに関する福祉分野での活動にかかわるなど、その役割は広がってきています。

地域の特性に応じた活動を推進するため、各分野においては業務分担制と地区分担制を併用するとともに、庁内の管理職保健師により構成される「松戸市保健師連携推進会議」を開催し、包括的な地域保健体制の構築に向けた取り組みを推進しています。

「松戸市における保健師の保健活動指針」

平成25年の厚生労働省「地域における保健師の保健活動に関する指針」を基に、平成31年に「松戸市における保健師の保健活動指針」を策定しました。

「新任保健師でも理解できるもの」「保健師以外の職種の方にも保健師活動を理解してもらえるもの」などの意見を踏まえ、松戸市の保健師としての活動の方向性を確認できる内容となっています。

「松戸市保健師現任教育マニュアル」

上記の活動指針に基づき、令和2年度に「松戸市保健師現任教育マニュアル」を策定し、活用しています。松戸市版のキャリアパスやジョブローテーションにより、キャリアラダーを意識した人材育成に取り組んでいます。

また、経験年数や職位に応じた「到達度チェックリスト」を用いた振り返りを先輩保健師と共にし、自分自身の保健活動を確認しています。

新任期の主な研修制度

OJT (職場内研修)

- 同じ職場の年齢の近いトレーナーが丁寧なアドバイス
- 庁内の集合研修で、様々な部署の同期と交流・情報交換

OFF-JT (職場外研修)

- 千葉県主催の階層別研修では他の自治体の同期と知り合いに
- 保健活動業務研究発表会で日頃の活動の成果を発表

専門職としてのキャリア形成

2008年 入庁

地域	保健福祉課 ※課名は当時のもの
母子	子ども家庭相談課 母子保健担当室
高齢者	地域包括ケア推進課
地域	健康推進課

母子、成人、高齢者それぞれの分野での経験を活かして、新規事業（フレイル予防事業）を立ち上げ、チームのリーダーとして事業運営や庁内外の調整などを行っています。先進事例として研修会での発表や厚生労働省の資料に掲載していただく機会をいただき仕事のやりがいに繋がっています。



1992年 入庁

地域	保健福祉課 ※課名は当時のもの
医療	国保松戸市立病院 健康管理室
地域	保健福祉課
障害	障害福祉課 (係長)
産業	人事課 医務室
高齢者	高齢者支援課(課長補佐) 地域包括ケア推進担当室(室長) 高齢者支援課(課長)

私はまだキャリアラダー制度が確立していない時代でしたが、ありがたいことに、一つ一つのステップを踏みながら、楽しく仕事をすることができました。保健、福祉、医療と多分野の業務を経験し、常に新しい学びを得て、視野を広げることができました。また、他部署から保健師業務を俯瞰することで、多角的に保健師像を認識することができ、自分自身の多様性を育てることができました。これからは、この経験を後輩へ伝え成長を支援しながら自分自身も成長していきたいです。



(2023年3月現在)

保健師の声

入庁してからこれまで、先輩方に相談をしながら、健康相談や家庭訪問、健康教育、健康推進員（地域の健康づくりを推進する人材）の育成などを行っています。コロナ禍で健康教育の実施回数は少なかったですが、安全に行うために地域の方々と事前の打合せを何度も行ったことで、より密に交流することが出来ました。また、健康推進員と毎月の定例会やウォーキングマップの作成などを通して、地域の健康づくりと一緒に考えることが出来ました。職場は、対応に困ったことがあってもすぐに相談することが出来る環境で、安心して業務を行うことが出来ています。今後も職場の先輩方や関係機関との連携を通して、地域における健康づくりを考えながら様々な取り組みに挑戦していきたいと思えます。



私は高齢者支援分野で地域包括支援センターと共に、個別支援、介護予防、権利擁護業務等を担当しています。この職場は保健師として医療的な視点での支援を行う一方で、多職種がチームアプローチを行うため、専門的な視点を幅広く共有でき、自分のスキルアップにもつながっています。また、個別事例が抱える課題から、地域で支え合う仕組みを考える体制が構築されており、地域とのつながりを感じながら保健師の役割を実践する機会を頂けています。

一人では対応が難しいことも沢山ありますが、先輩方や同僚と相談することで、不安なく日々業務に取り組んでいます。皆さんと一緒に、高齢者の方々が「いつまでも元気に暮らせるまちづくり」を推進できる日を楽しみにしています。

保健福祉センターでは、保健師、栄養士、歯科衛生士、社会福祉士など、様々な資格を持つ職員が勤務しています。その中で保健師は、多職種・多機関と連携し、幼児健診や様々な教室の運営、家庭訪問・面接などの活動をとおして、妊産婦や乳幼児とその家族の「健康状態の把握」、「健康づくり」、「不安や悩みの解消」に取り組んでいます。妊娠期から子育て期を健康的に過ごすための方法や考え方は日々変化し、個別性も高く、状況に応じた対応が必要なため、職員のスキルアップやカンファレンスの時間が確保できるよう、業務等の調整を行っています。

センターでは、赤ちゃんや子どもたちに会える機会も多く、自分が子育てしていた頃を思い出し、微笑ましく、心あたたまる日々を過ごしています。未来ある子どもたちの健康づくりと一緒に考えていきましょう。



私が入庁した1990年度は松戸市に育児休暇制度が導入された節目の年で、私も1年間の育児休暇を3回取得しました。以後、職場や家庭の理解と協力のお陰で、子育てと仕事を両立させることができました。現在は、松戸市で初めての統括保健師として、その役割を考えつつ、日々業務に向き合っています。庁内の保健師は分散配置となっていますが、保健師連携推進会議等を通じ、部署横断的な連携を図っており、各分野の情報を共有することができています。また、松戸市には自分たちで策定した保健師活動指針やきめ細やかな人材育成マニュアルがあり、新任期はもちろん、中堅期以降も目指す保健師像に向かってスキルアップに励んでいます。

ぜひ私たちと一緒に松戸市で保健師活動に取り組みましょう。