

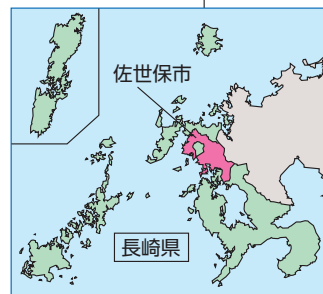
竹下明里さん

佐世保市 子ども未来部 子ども保健課

住民に寄り添う支援を心がけ、 誰からでも安心して頼ってもらえる 保健師になりたい



職場から徒歩5分。長いアーケードで知られる三ヶ町商店街の中に子ども発達センターがあり、利用しやすい便利な場所で市民にも親しまれているという



長崎県佐世保市は、多彩な顔を持つ都市だ。かつては軍港の町として発展し、現在でも海上自衛隊や米海軍の基地が所在している。その一方で、湾に無数の島が散りばめられている九十九島の美しい景観や、アミューズメントパークのハウステンボスは観光地としても人気が高い。そんな特色豊かな土地での保健活動について、3年目の保健師、竹下明里さんに伺った。

お祖父さんの脳梗塞をきっかけに看護師か保健師になることを目指す

佐世保市の中でも、周囲に田んぼが広がる、自然豊かな土地で生まれ育った竹下さん。小学校の授業では、田植え体験や泥んこ遊びなども取り入れられていたという。

**大学で幅広い視点を身につけて
保健師になることを決意**

子どものころから、将来は医療関係の仕事に就きたいという思いを持っていたが、いちばんのきっかけとなったのが、小学校高学年のときに、お祖父さんが脳梗塞で倒れたことだったそう。

「元々は、かくしゃくとした祖父でしたが、ある日突然に寝たきりになり、入退院を繰り返したのちに、亡くなってしまいました。高血圧でしたが、味が濃い料理やお酒が好きな食生活がよくなかったのかもしれない。そんな祖父と、生前にもっと話せたらよかったと思うにつけ、重篤な状態になる前にケアできる仕事があったという気持ちが大きくなりました」

以来、中学、高校と、いずれは看護師か保健師になることを見据えて過ごした竹下さん。大学受験にあたり、担任の先生にどの大学に進学したらいいか相談したところ、「単一学科ではなく、さまざまな医療学科がある大学のほうが視野が広がっている」とアドバイスを受けたそう。その言葉に従って、長崎大学医学部保健学科看護学専攻課程へ入学することにした。卒業時には看護師と保健師の両方の受験資格を得られることも決め手となった。

「大学には、医学部だけでなく、歯学部や薬学部もありました。また、同じ医学部内でも、作業療法や理学療法などの学科もあり、共通の授業では与えられたテーマに対して、さまざまな視点があることが分かって良い経験になりました。部活はバドミントン部に所属していたのですが、当時の友達とはいままも交流があり、保健師の仕事で困ったときに、さまざまな医療職の観点から相談に乗ってもらっています」

大学で専門的な勉強をしていく中で、一時は「看護師になるのもいいかも」と考えたこともあるという。しかし、4年生になって看護師と保健師の双方の実習を受け、将来への道標がはっきりと見えるようになってきたそう。

「看護実習では、何度も入退院を繰り返す精神患者さんや、糖尿病から透析に至った患者さんに出会い、『こうなる前にできることはなかったのか』と強く思うようになりました。そして、保健師の実習は、現在の職場の佐世保市に行ったのですが、特定保健指導、健康教育、訪問などの実際を知

**初めて出会った困難なケース
で寄り添う支援を学ぶ**

ることができ、予防の視点で市民と関わる保健師を目指そうと決心したのでです」

当時はなかなか保健師の就職が難しい状況下だったが、竹下さんは第一希望の佐世保市に入職することができた。念願の保健



お昼休みに佐世保市保健師の皆さんと。何か困ったことがあると先輩が親身になって相談に乗ってくれる。竹下さんはその先輩たちの背中を見ながら日々成長している

師になり、最初にどんなことを感じたのだろう。

「子ども保健課に配属され、乳幼児健診を受け持つことになったのですが、大学では『健診することが法律で決まっている』というところまでしか勉強していませんでした。ところが、先輩と一緒に現場にいくと、健診の中で『子どもの発達』『お母さんの育児に対する負担感』『養育環境』といったことも、同時に注視していることが分かりました。それによりさまざまな支援につながり、発達や育児のお手伝いをしていんだと思うと、奥が深く、とてもやりがいがあると感じました」

そんな竹下さんは、入職して間もなく、あるケースと出会う。3人目の子どもを妊娠しているときに、ご主人が脳梗塞で突然亡くなってしまったというケースだ。

「病院から連絡が来て、支援に入るようになったのです。そのお母さんは、実家がある市にあって、出産も三人の子どもの育児も一人でやらなければならず、仕事にも復帰しなければいけませんでした。その心情を思うと、最初はどう声をかけるか、電話をかけるタイミングにさえも悩んでしまうほどでした」

が多いと感じています。

そんなお母さんたちを励ましてくれる地域のつながりがあればいいと思うのですが、人とつながるのが面倒だと思ったり、周囲とあまり関わりたくないというお母さんも多く、地域づくりが難しいですね」

そうした中、竹下さんの担当地域で、令和元年11月に、地域づくりのモデルのひとつとなる催しを開くことになった。その地域では以前から、孤立している高齢者が一緒に食事を作り、一緒に食べるという催しがあった。そこに子育て世代にも参加してもらって交流の場にしたらどうかと、地域包括支援センターから話をもらったのだ。「さっそく地域のお母さんたちに声をかけたところ、15組くらいの親子が参加してくれました。高齢者の方も10名以上集まって、その日は和気あいあいとカレーを作り、話をしながら一緒に食べて、楽しく過ごすことができました。余ったカレーを家に持って帰ることで、お母さんたちの家事の負担も減り、とても喜んでくれましたね」

大好評で、すぐに第二回をやりたいという声が多かったが、折しもコロナ禍が訪れ、第二回目はまだ開催できていない。コロナ収束後に再開したいと考えているそうだ。

先輩保健師さんと一緒に支援する

中で学んだのは、「何とかしてあげないといけない」と焦ってはいけないということだった。それよりも、

気にかけているというメッセージを伝えたり、たとえ無言になっても話に耳を傾けようとする姿勢を見せたり、寄り添う支援をすることが大切だと悟ったのだ。それを念頭に、

何度も訪問し、元気に育児ができていることを見守った。

「頑張り屋のお母さんで、なかなか弱音をこぼしてはくれませんでした。それでも、やがて『きつい』という言葉が漏れたときは、信頼してくれたのかと思い、うれしく感じました」

結局このお母さんは、実家の近くに住んで子育てと仕事をするために、市外へ転出することになった。そのとき市役所の窓口まで挨拶に来てくれたそうだが、竹下さん

新型コロナウイルス感染拡大時の保健活動に奔走

そのコロナ禍は、全国の保健師さんたちに、多くの難題や多忙な日々を与えているが、竹下さんも例外ではなく、さまざまな局面にぶつかっていたようだ。

「帰国者接触者相談センターは、感染予防の課が担っていますが、子ども保健課も応援に行くことになりました。ひっきりなしにかかってくる電話に出ると、そのほとんどが、病院に受け入れてもらえないという不満をぶつけてくる住民の声でした。また、病院やデイケアなどからも連絡があつて、間に挟まれるような状況だったのです。

他の病院を受診できないか調整を心がけましたが、誰もが感情的になっていて、自分も感情をコントロールするのがとても大変でした。皆さんの気持ちを受容しつつ、感情的にならずに、行政として伝えなければいけないのですが、伝え方をつくづく難しいなと思いました」

そして、子ども保健課としても、母親教室が開催できなかつたり、しばらく乳幼児健診ができない状態が続いた。里帰り出産したり、親が他県から応援に来るのも困難



現場では教科書には載っていなかったことばかりという竹内さん。「でも、だからこそ保健師の仕事は奥が深くやりがいがある」と語ると笑顔がこぼれた

地域づくりのモデルとなる高齢者とお母さんの交流会を企画

3年目を迎えたいま、佐世保市の持つ課題について、どう考えているのだろうか。

「基地があるためか、佐世保市は住民の出入りが激しいという特色があります。数か月間、あるいは1〜2年という短い期間で引越される方も目立ち、慣れない環境で、一人で頑張る子育てをしているお母さん

住民の誰からも信頼される保健師を目指していきたい

竹下さんは、将来的にどんな保健師を目指しているのだろうか。

「今はまだ子ども保健課しか経験していませんが、他の部署も経験して『この人に相談したら必要などころにつなげてもらえる』と、住民の皆さんから信頼してもらえるようになりたいです。そして、いつかは予算をとって、事業を起こせるくらいの力がある保健師になりたいです」

そのために、常に情報を集めて、課題を見逃さない。

「私の担当地区には双子が多いのですが、双子の育児は想像を絶するくらい大変なので、そういう家庭に特化した支援なども考えられるようになったらいいですね」

コロナ禍を乗り越え、住民により良い支援をもたらすことを、竹下さんは常に視線の先に見据えている。