

# 多職種による保健室活動の取り組み

## 訪問看護ステーションからさらに地域へ

訪問看護ステーション カミヤ  
大森 美暉

### 1. はじめに

地域において、ご自身やご家族の心身の健康に不安を感じている方が、医療専門職と気軽に話ができる場は限られている。また、疾病や障害を抱えている方が、安心して外出できる場も限られている。訪問看護の枠にとらわれず、医療専門職がそれぞれの職種の視点を活かし、地域の方々とは心身の調子や困りごとについて、気軽に話す機会を作りたいと考えた。訪問看護に従事している多職種で取り組んでいる保健室活動について報告する。

### 2. 目的や期待する成果

1) 地域にお住まいの方々が、医療専門職と気軽に話をする機会を作ることで、健康への意識の向上、疾病管理、疾病予防、介護負担の軽減につなげること。

2) 疾病や障害により、外出の機会や社会的交流の機会が少なくなっている方々の外出の機会や他者と交流する場となるような環境をつくること。

3) 活動を継続することにより、地域の方々の健康に関するニーズを把握すること。

### 3. 具体的な取り組みの内容

#### 1) 日時

2023年7月1日より、毎月第一土曜日の午後に2～3時間実施。3か月に1回(3.6.9.12月)は保健室活動前の30分をミニ講座と題して、専門職からの講演を予約制で開催している。

#### 2) 場所

町田市成瀬台にあるコミュニティカフェにて実施。施設利用料は1人200円でフリードリンクとなっている。飲食物は持ちこみも可能で、別途料金を支払えばカフェで提供する食事を食べることもできる。

#### 3) スタッフ

当事業所の看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、薬剤師、管理栄養士から3～6名。毎月ごとに希望者を募り、有志が参加。スタッフの出入りは自由、飛び入りの当日参加もある。コミュニティカフェの利用料はスタッフも支払う。

#### 4) 広報

開催1か月前に案内チラシを作成、コミュニティカフェに掲示板への掲示とSNSでの発信を依頼するとともに、訪問看護のご利用者、高齢者支援センター、近隣の介護支援事業所等にお知らせする。

#### 5) 来場者

近隣にお住まいの方、コミュニティカフェのご利用者、訪問看護のご利用者やそのご家族、ご友人等、毎回7～10名。

#### 6) 具体的な流れ

前日までに看板など各物品の準備や進行の確認を行う。看板には、作業療法士のリハビリの時間にご利用者が作成した季節ごとの飾りを掲示している。当日は準備に参加できるスタッフから集合し、コミュニティカフェのレイアウトを整え、看板や健康に関するパンフレットの設置

などを行う。

来場した方はコミュニティカフェ利用料を払い着席、お茶を飲みながら健康相談、必要に応じて簡単な体の動きのチェックや運動に関するアドバイス等している。

保健室終了後は、スタッフ間で簡単な反省会を行う。当日の様子についてのコミュニティカフェのブログ掲載記事作成と、事業所への報告書作成は当日参加したメンバーで分担して実施。翌週までに保健室活動スタッフ内での情報共有をし、事業所内で活動報告をする。定期的にミーティングを開催し、問題点や課題について話し合っている。

#### 7) 話題

ご自身やご家族の健康に関すること、生活上の困りごと、病気のご家族との関わり方、薬の相談、雑談など多岐に渡る。

### 4. 取り組みの結果と考察

約1年半の活動の中で次のような成果があった。

#### 1) 健康への意識向上、疾病管理、疾病予防

疾病による痛みを辛そうに訴えていた方が「話をして痛みが気にならなくなった。」と明るい表情になった。また、痛みにより閉じこもり傾向だった方が「習った体操を実施したら症状が楽になって、また出掛けられるようになってきた。」と状態の変化を定期的に保健室へ報告に訪れるようになり、継続的な運動により痛みが軽減し、さらに美術館などへも外出するようになっている。

#### 2) 介護者の負担軽減

利用者様のご家族が定期的に訪れ、訪問時に話せない介護負担感を吐露し、ご自身の体調不良についても相談し、ご自身の健康を考えるきっかけとなっている。

#### 3) 外出機会・社会的交流の機会創出

疾病により地域での演奏活動を休止していた方が、保健室での演奏をきっかけに地域での音楽活動を再開することができた。

スタッフと来場者の交流だけでなく、来場者同士の交流やコミュニティカフェスタッフと来場者の交流など様々な組み合わせで交流が深まっている。

#### 4) 医療やサービスへの導入

介護保険サービスの導入に難渋していた方が、高齢者支援センター職員と保健室に来場、スタッフと交流し訪問看護サービスの導入に繋がった。

家族の変調についての相談には、医療機関の受診や高齢者支援センターへの相談を提案した。

地域の関係職種が来場されることもあり、支援者間の交流の場にもなっている。

#### 5) 地域の健康ニーズの把握

ミニ講座は現在までに、腰痛・膝痛予防教室、フットケア、嚥下機能についての4回を実施し、いずれも定員に達し、参加者からの質問や相談も多かった。

痛みや嚥下については、会話のなかで話題に上がることも多く、関心の高さがうかがえる。「来てよかった」「また利用したい」との声も多く、地域で気軽に相談できる環境を求めるニーズがある。

### 5. まとめ、結論

コミュニティカフェのご協力により、同じ場所、同じ時間での定期的な保健室活動を開催することができ、ご自身やご家族の心身の状態について気軽に相談できる場、外出の場として地域の方々に利用してもらえるようになってきている。

多職種での活動により、様々な視点で対応できることも魅力のひとつである。活動を定期的に継続し、地域の方々にさらに活動を知っていただく工夫が必要である。

### 6. 倫理的配慮に関する事項

本研究発表を行うにあたっては、コミュニティカフェのスタッフや保健室来場者に、本研究発表に関する了承を得て、個人が特定できる形での公表はしないことを口頭にて説明し、回答をもって同意を得たこととした。