

## ご存知ですか？ 羽幌町の保健師

文=熊谷 志保(保健師)

羽幌も雪解けが進み春らしくなってきましたが、町民のみなさんお元気ですか？

今月は私たち保健師の活動について紹介します。

### 保健師って何？

以前は「保健婦」と呼ばれていましたが、平成13年に法律が変わり「保健師」という名称に変わりました。保健師は、看護師や助産師と同じように国家資格をもった医療職です。羽幌町の保健師は全員看護師の資格をもっています。

看護師は病気の人をみることがほとんどですが、保健師は病気にならないように予防する仕事、または病気をもちながらも家庭で生活している人の手助けをする仕事をしています。ですから保健師にかかわり合いを持つ人は病気ではな

い人と病気がある人。つまり全ての人が保健師とかかわる可能性があるのです。

### 誰に何をしているの？

一番小さいお相手は産まれたばかりの赤ちゃんです。羽幌で暮らす全ての赤ちゃんは新生児訪問で保健師と出会います。訪問では、赤ちゃんとお母さんが元気に暮らすお手伝いをしています。乳児健診や1歳半、3歳児健診では、お子さんの成長や育児について相談支援を行っています。必要な時は小学生や中学生、高校生になったお子さんの相談にもなっています。

また、元気いっぱいの子供や働き盛りの皆さんにも、住民健診など各種健診を通して健康の維持・増進、病気予防のお手伝いをしています。



高齢の方々には、日々健康で不便のない生活を送っていたために、ご家庭を訪問して保健指導をしたり、定例健康相談や老人クラブ活動で、健康相談や健康についての講話をしています。

保健師は、体や心に関する全ての事に対応します。家庭生活の話をもとに、暮らしの中で悩んでいることを解決できるように一緒に考えます。

### どこにいるの？

すこやか健康センターにいます。体の悩み、心の悩みがある方、今の健康状態を守りたい方、もっと健康になりたい方、ぜひ「保健師」を訪ねてください。きっといいことがあるはずですよ！

保健事業については情報プ  
ラザの23ページもご覧ください。  
い。