

仲間と一緒に成長！ 地域の笑顔をつなぐ倉敷の保健師へ！



倉敷市保健師の仕事紹介
新任保健師インタビュー
看護師からの転職者インタビュー
行政保健師を目指す方へのメッセージ

倉敷市民の健康を守る、とてもやりがいのある仕事です。 倉敷市の保健師として一緒に働きませんか

倉敷市で保健師として働きたいと思ったださる方に出会えることを楽しみにしています。

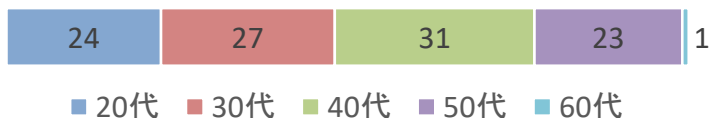
倉敷市は、人口47万人の自然に恵まれ文化豊かな魅力あふれる市です。現在100名を超える保健師が、保健所と倉敷・児島・玉島・水島・真備の5つの地区に設置された保健推進室を拠点に地区特性を生かした市町村業務に加え、保健所としての専門的な業務も担い市民の健康をトータルに支援しています。

倉敷市は、保健師が生き生きと保健活動を展開できるよう「倉敷市保健師人材育成ガイドライン」により人材育成に取り組んでおり、職場の仲間同士が育ち合う体制の中、働きやすい環境づくりに努めています。



倉敷市保健所
副参事兼保健課長
小原 美由紀(統括保健師)

R7年4月 年代別保健師数



倉敷市保健師の目指す姿や活動指針

倉敷市の目指す保健師像

- ・ 地域への責任感
- ・ 地域への愛
- ・ 住民に信頼される人間味
- ・ プロ(保健師専門職)としての強い自覚
- ・ きいて、みて、感じて動かす発信力

倉敷市保健師の活動指針

保健師活動理念

倉敷市保健師は、全ての市民を対象とし、市民の生命、健康、生活を守るという信念を持っています。

保健師活動で目指すところ

一人一人の健康を守る力を引き出し、病気(障がい)や寝たきりになっても、生き生きと安心して過ごせる地域を市民と共に目指します。

保健師の主な配属先



保健師の仕事内容

保健師が活躍する配属先の主な仕事内容を紹介
します。(R7.4現在)

住民により身近な存在として、住民の健康を支える
倉敷・児島・玉島・水島・真備保健推進室

倉敷・児島・玉島・水島・真備保健推進室では、担当地区を
受け持ち、赤ちゃんから高齢者まで、幅広い年代の方々を対
象に保健活動を行っています。地域の健康を支える専門職

として、家庭訪問や健康教育・相談、幼児健診等を行う他、
地域の様々な人、組織、団体等と共に、健康な地域づくりを
目指し活動しています。



母子保健・成人保健分野の企画調整を担う
健康づくり課(健康増進係・母子保健係・けんしん係)

中核市として保健所業務の企画調整・実施等に取り組む
保健課(総務係、感染症係、保健医療係、精神保健係)

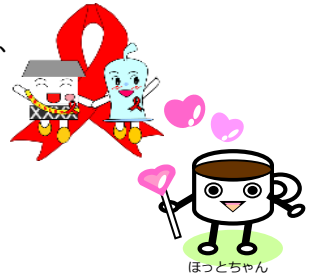
市民の皆さんの健康づくりに関する施策を
企画調整する部署として活動しています。

- 妊娠期から子育て期まで切れ目なく寄り添
う支援を行うため、様々な事業の調整や支
援体制づくりを行っています。
- 成人保健の企画や統括、健康増進計画・
食育推進計画の推進、成人の健康診査や
保健指導、各種がん検診の実施や、健康
づくりについてイベント等での啓発を行っ
ています。



健康くらちゃん 3べじちゃん

健康危機に備えた体制づくり、
結核やエイズ等感染症への対応、
難病を抱える方の相談や支援体
制づくり、精神障がいを持つ方
やその家族への支援等を行って
います。
また、保健師現任教育(研修企
画運営)もを行っています。



ほっとちゃん



分野を超えた包括的な支援のための体制づくり
福祉支援連携室

児童虐待防止等子育て家庭を支える
子ども相談センター



保健福祉分野を中心に
多岐にわたる事業を知り
「あるものを活かし、縦割
りから横に橋をかけていく
ような」事業(重層的支
援体制整備事業)として、
支援者支援の観点も入
れた倉敷市での仕組みを
構築しています。

児童虐待の対応や関係機関
への研修・啓発、児童福祉の
視点で0~18歳までの相談対
応を行っています。



生活保護受給者の健康づくりに取り組む
生活福祉課

生活保護受給者の生活習慣病の発生
予防や重症化予防等に向けた健康管
理や相談、精神疾患や依存症の方へ
の支援をケースワーカーと連携して、
行なっています。



「健康長寿のまち」の実現を目指す
健康長寿課(地域包括ケア推進室)

市の主要施策の一つで
ある「健康長寿のまち」
の実現を目指し、地域包
括ケアシステムの構築に
取り組んでいます。



笑ちゃん

保険者として健康づくりに取り組む
国民健康保険課

倉敷市国民健康保険加入者を対象に、生活習慣病発症予防や重症化予防に向けた保健事業、特定健診を行っています。



市職員の健康をサポート
人事課

市職員が健康で安全に働くことができるよう、研修や健康管理を行っています。生活習慣病予防や重症化予防に向けた健康診断や保健指導、メンタルヘルス相談、病休職からの復職支援等に関わります。



起こりうる災害に備えた地域づくり
地域防災推進課

起こりうる災害に備えて、個人の備えにとどまらず地域の防災力を高めるため、起こりうるリスクを予測して備える予防活動、地域力を高めるアプローチ、災害弱者となる避難行動要支援者にも目を向け生活者の視点で働きかけるとともに、支援体制づくりにも取り組んでいます。



保健師人材育成・研修制度

倉敷市は、市職員としての行政職研修に加え、専門能力の向上のために、『倉敷市保健師人材育成ガイドライン』を踏まえた専門職研修（現任教員体制）が充実しています。

全ての保健師が公衆衛生を担い、地域住民の健康な生活を守ることができる倉敷市の「人財」となるよう、より質の高いサービスとしての保健活動の提供を目指し、様々な専門職研修を行っています。

また、新任保健師が気軽に相談したり、分からないことが聞けたりできるように、若手保健師がプリセプターとして新任保健師に寄り添って育ち合う体制としています。プリセプターのサポートや職場全体の育ち合いの風土で、いつでも相談でき、安心して仕事に取り組むことができます。



倉敷市職員研修体系	行政職研修	基本研修	新採用研修、階層別研修、昇格者研修、キャリアデザイン研修
		実務研修	政策形成能力養成、自己管理能力養成、コミュニケーション能力 他
		特別研修	メンタルヘルス研修、人権セミナー、OJTスキルアップ研修 他
	専門職研修	階層別研修	新任期、中堅期（前期・後期）、リーダー期 管理期研修、H30年豪雨災害伝承
		派遣研修	国立保健医療科学院、各種学会 全国保健師長会主催研修 他

新任期保健師の1年目の研修（R7年実施分）

4月	<p>テーマ：みんなで育ちあおう 保健師って楽しい！</p> <p>【午前】講話</p> <ul style="list-style-type: none"> ・倉敷市の人材育成、ポートフォリオについて ・西日本豪雨災害から学ぶ～災害伝承～ ・地域診断について <p>【午後】デモスト&ロールプレイ</p> <p>～明日からの保健師活動に活かすためにやってみよう～</p> <p>電話相談、家庭訪問、妊婦面接場面から</p>
6月	<p>テーマ：母子保健の基本のき ～乳児の口腔機能の発達を学ぼう～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ふれあい&質問 育休中の先輩保健師等とのふれあいタイム ・講話：乳幼児からの口腔機能の獲得・発達について
10月	<p>テーマ：みんな発言、みんなで考える。元気の出る事例検討会をしよう！～対象者理解を深め、より良い支援を行うために～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・事例検討をやってみよう
1月	<p>テーマ：もっと好きになる担当地区のこと～地域診断って楽しい～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地区踏査を踏まえた地域診断の発表

【プリセプター制度】

採用1年目の職員には、職場の少し先輩の保健師がプリセプターとなり、日常業務の相談等が気軽にできます。新任期保健師からは「プリセプターはしんどい時に寄り添ってくれる、いつでも相談に乗ってくれる、一緒に悩み・動いてくれる存在」として心強く思っているようです。

職場内OJT

所属する職場で、日常業務を通してOJTを行っています。対人支援や地区活動における組織支援などの事例検討や「災害」「組織育成」等のテーマを設定して学び合う機会も設けています。

ジョブローテーション制度（人事異動）

地区担当部署、企画・調整部門、分散配置部門等と幅広い業務を経験することで、視野を広げ、様々な立場での思考プロセス、視点を獲得していくことができます。

新任保健師(入庁1~3年目)インタビュー

令和7年度入庁



予防という観点から
多くの方を支援していきたい

水島保健推進室 萬成保健師

令和6年度入庁



地域での生活を
長期的に伴走していきたい

児島保健推進室 高原保健師

令和5年度入庁



病気になる前の予防で
住民の健康を守りたい

倉敷保健推進室 中村保健師

Q1 倉敷市役所を志望した理由は?

萬成 地元で働き、多くの地域住民と関わり、健康という面から支援したいと思ったからです。

高原 大学進学を機に倉敷を離れ、魅力を再認識したことで大好きな倉敷市に自分も携わりたいと思い志望しました。

中村 地元が倉敷で、幼少期から地域の方に見守られて育ちました。そんな地域で働き、住民の健康を守ることができたらいいなと思ったからです。

Q2 保健師になろうと思ったきっかけは?

萬成 実習に行ったときに、地域住民に対して、予防という観点から多くの人を支援することができることに魅力を感じました。

高原 看護職として、様々な健康レベルの方・様々なライフステージにある方の支援ができることに興味を抱きました。また、地域での生活に、長期的に伴走できることにも魅力を感じました。

中村 母が看護師で漠然と医療職への憧れがありました。そんな中、祖父が糖尿病になり、通院や薬を飲んでいる姿をみて、病気になる前の予防ができたらと思い、予防医療のスペシャリストである保健師を目指しました。



Q3 今は、どんな業務を担当しています?

萬成 倉敷市は地区担当制であるため、1つの小学校区を業務担当として、住民のけんしんを担当しています。担当の小学校区に住んでいる妊産婦や赤ちゃん、精神疾患がある人等の家庭訪問を行っています。利用できるサービスや相談場所のひとつとして、保健師がいることを知ってもらえるようにしています。住民のけんしんでは、より多くの人に受けてもらえるように啓発をしたり、実際に胸部レントゲン検診会場に行き、スムーズに

行うことができているか確認をしています。

高原 成人保健分野で、けんしんや感染症に関する業務を主に担当しています。

中村 成人保健業務の内、くらしき健幸プラン^{※1}関連の事業、心ほっとサポーター^{※2}の組織育成を担当しています。健康づくりについて多くの方に知ってもらえるよう、住民の方と一緒に考えながら、健康意識を高めるきっかけ作りに取り組んでいます。

※1 くらしき健幸プラン：倉敷市健康増進計画・食育推進計画

※2 こころほっとサポーター：心の健康づくりの推進や精神障がいに対する偏見除去のために行政と協働で啓発に努めていただく方

～ちよこつと解説～

倉敷市では、新任保健師(入庁1~3年目)は、地区担当部署を経験し、地域保健活動の基礎を固めます。そのため、人口規模に応じて1~2小学校区を担当し、その地域で生活される方の家庭訪問や健康相談など、乳幼児から高齢者まで幅広い年代の方々の個別・家族支援を行います。

ある一日のスケジュール

08:30	● 始業	08:30	● 始業
09:30	● 愛育委員会で健康教育	10:00	● 家庭訪問
11:00	● 報告書作成	11:30	● 訪問記録作成
12:00	● 昼食・休憩	12:00	● 昼食・休憩
13:00	● 健幸プランに関する資料作成	13:00	● 会議
14:30	● 家庭訪問	15:00	● 電話対応
16:00	● 訪問記録作成	16:00	● 報告書作成
17:15	● 終業	17:15	● 終業

窓口対応や家庭訪問、健康相談、地域の事業等で、お昼休憩の時間がずれたり、残業をすることもあります。

Q4 これまでの保健師業務で嬉しかったことは？

萬成 自分が電話をかけた時、訪問に行ったりした時に、「話すことができてよかった、しんどい気持ちを吐き出すことができて良かった」と言ってもらえると、嬉しい気持ちになります。

高原 担当地区の方から相談があったり、「こどもが大きくなったから」と、職場まで会いに来てくれたりすることがあります。担当として覚えてもらえているのだと、とても嬉しく感じます。



中村 初めから困っていること、悩んでいることを話してくれる方ばかりではありません。そんな中、対話を重ねることで、少しずつ心を開いてくださり、一緒に悩みながら前進する過程で、最終的に「相談して良かった」と言っていた時は嬉しかったです。

Q5 就職後の保健師業務において、驚いたことは？ (就職前に想像していたことと違ったこと等)

萬成 想像以上に多くの関係機関と連携していることに驚きました。他部署だけでなく、病院や高齢者支援センター、保育園・幼稚園などと密に連携しながら支援を行うため、難しさを感じる場面もあります。しかし、多くの関係機関と信頼関係を築くことで支援が円滑に進むようになるため、こうした連携は非常に重要であると実感しています。

高原 保健分野に留まらず、生活を取り巻くあらゆる知識が必要であることや、複数の業務を同時並行で行うことに驚きました。また、他部署との連携の綿密さや、窓口業務の多さ、保健師活動のフィールドの多様さ(分散配置)にも驚きました。

中村 赤ちゃんから高齢者までを対象とする幅広い保健師活動に加え、事務作業の多さにも驚かされました。健康教育の準備や打ち合わせ資料の作成、訪問記録の入力など、パソコンに向かう時間も想像以上に長く、多角的な業務遂行が必要であることを実感しています。

Q6 現在の職場の雰囲気やプリセプター制度はどう？

萬成 周囲の先輩に相談しやすく、和気あいあいとした雰囲気です。プリセプターがいることで、分からないことやケース対応で困ったことについて、気軽に話すことができます。



高原 声がかかりやすい、明るく温かな職場です。特にプリセプターはいつでも親身に話を聞いてくださり、安心して業務に取り組みます。新しいことに挑戦する時にも、周りの上司や先輩方が優しく見守り、アドバイスをくれます。

中村 倉敷市には104名の保健師が在籍する中で、男性保健師は僕だけですが、男女分け隔てなくアットホームな雰囲気の職場なのでとても働きやすいです。先輩方がいつも気にかけてくださり、困った時にはすぐに相談できる環境があります。僕の意見を尊重していただき、丁寧に指導して下さるおかげで、安心して業務に取り組むことができます。

Q7 現任教育体制はどう？

萬成 行政職員としての研修に加え、保健師としての専門研修があり、定期的に学ぶ場があります。そこでは、知識を得たり、事例検討を行ったりすることで、困っていることを共有し、関わり方を再度見直すことができます。

高原 新任期保健師研修では、日々の業務に翌日から活かせる学びが得られます。職場のOJTや1mmクラブ(自主勉強会)もあり、充実した研修体制のもと、一歩ずつ成長できていると感じます。

中村 プリセプター制度や新任期研修、OJTなど保健師として必要な知識やスキルを身につけることができる機会が沢山あります。また、日々の訪問などの地区活動から帰ってきた後の会話や報告の中でも、振り返りや気づきの機会を作ってください、スキルアップにつながっています。

看護師からの転職者インタビュー



Q1 就職前に不安だったことは？実際はどうだった？

藤谷 前職は看護師で、臨床経験を経て保健師免許を取得するために大学へ編入学しました。当時は新型コロナウイルス感染症の影響で保健師実習が中止となり、行政保健師の実務を具体的にイメージできないまま、大きな不安を抱えて入庁しました。しかし入庁後は、指導担当者やプリセプターの先輩による熱心なご指導のおかげで、トライアンドエラーを繰り返しながらも、新米保健師として一歩ずつ歩いていくことができました。



児島保健推進室 藤谷保健師

Q2 就職後に前職との違いで戸惑ったことは？また、どのように解決しましたか？

藤谷 看護師は必要な知識や自己研鑽の方法が明確であり、求められるものの正解がはっきりしていることが多い職種です。対して保健師は、知識やデータだけでなく、自身の感性や価値観を磨き、地域住民の生活を見る視点や想像力を高めていく必要があります。支援の結果が目に見えにくく、成果が現れるまでに数年を要することも多いため、自分の行っている支援が正しいのか不安を抱くこともありました。

また、自ら治療を求めて病院に来院する患者さんとは異なり、地域住民の方々は必ずしも保健師との関わりを望んでいるわけではありません。そのため、住民の方々との距離感やコミュニケーションの図り方に悩む場面もありました。現在も学びの途上ですが、日々の振り返りや報告の際に、上司や先輩方から助言をいただきながら経験を積み重ねることが、私自身の確かな糧となっています。

行政保健師を目指す皆さんへのメッセージ

学生時代に学んだことに加えて、日々学ぶことはたくさんあり、大変なことはありますが、すごくやりがいを感じる仕事です。また、同期は身近に色々なことを話すことができる存在です。悩んでいる時や困っている時は電話したり、会ったりして話を聞きあっています。地域住民の方々の健康づくりに関わりたいと考えている方はぜひ、倉敷市の保健師になってほしいです。



萬成保健師



高原保健師

保健師は、健康を切り口に地域の方々と直接関わり、時に人生の岐路にも寄り添う、とてもやりがいのある仕事だと感じています。支援に悩むときも多々ありますが、上司・先輩や同期が相談に乗ってくれ、背中を押してくれます。倉敷市の保健師として、一緒に活動できることを楽しみにしています。

保健師は幅広い年齢・生活背景の異なる地域住民、関係機関など様々な人と関わる機会があります。地域での出会いひとつひとつが健康づくりに繋がり、一緒に活動し、経験することで自分自身も成長できる楽しい仕事です。周りには尊敬できる先輩方や同期、人材育成の制度も整っていて、安心して仕事ができる環境です。ぜひ一緒に保健師として働きましょう！



中村保健師

入庁直後は看護師と保健師、医療機関と行政など、職種の専門性や組織の違いに少なからずギャップを感じることもあると思います。しかし、熱く、頼もしい上司や先輩方が温かく迎えてくれますので、不安なことも、嬉しいことも、分かち合いながら、ともに頑張っていきましょう。ぜひ一歩踏み出してみてください。

藤谷保健師





発行 令和8年3月

【採用に関する問い合わせ先】

倉敷市職員採用試験委員会

〒710-8565

倉敷市西中新田640番地

☎086-426-3141



【保健師に関する問い合わせ先】

倉敷市保健所 保健課総務係

〒710-0834

倉敷市笹沖170番地

☎086-434-9800

倉敷市保健所のFacebookや健康づくり課Instagram等でも、
倉敷市の保健師の活動の様子が分かります。
ぜひフォローをお願いします。

