

あなたの資格 教えてください

第12回目 保健師 (国家資格) 花田 侑紀さん (12区)



◆その資格について教えてください。

私たち保健師は、地域全体の健康を支えることが役割です。町民の皆さんと直接関わる活動として、町の健診で問診をしたり、乳幼児健診でお母さんやお父さんにお話を聞いて情報提供をしています。赤ちゃんからお年寄り、年齢や性別、職業、病気の有無など関係なく、地域で生活している人々が安心して、健康に笑顔で暮らせるようお手伝いするのが保健師の仕事です。

そのために、日々町民の皆さんと触れ合い、「どうしたら町民の皆さんが健康に暮らしていけるかな?」と様々な視点から考え、事業などを実施しています。

◆その資格を取得しようとしたきっかけは何ですか?

私が大学2年生の時、講義で外部の先生が来てくださり、糖尿病に関する講義を受けました。その先生の言葉が、保健師を目指すきっかけでした。

それは「生活者としてその人を見る」という言葉です。私は「生活者」という言葉を「家族や友人、仕事や学校などその人を取り巻く人や環境、経験の中で、多様な価値観を持って生きている人」と解釈しています。

その言葉を聞いて、心も体も健康でいられれば、生活は豊かになる!それをお手伝いできる仕事って素敵だなあ!と思い、保健師を目指しました。

◆その資格を持っていると、どんな職場で活躍できますか?

保健師の主な職場は、市区町村役場・保健センター、保健所、地域包括支援センター、企業、病院、訪問看護ステーション、介護施設などたくさんあります。また、国際協力機構JICAやNGOなど日本だけでなく、世界で働いている保健師もいます。

◆現在の勤務先、仕事内容を教えてください。

町役場の健康推進課で働いています。現在は成人保健を担当していて、生活習慣病予防など壮年期の健康づくりに取り組んでいます。講師の先生をお呼びして運動指導を行ったり、町の健診を受けた皆さんが、生活習慣病の予防・改善ができるような健康教室を行っています。

他にも喫煙対策として、小学生へ向けた喫煙予防教室などを行っています。

◆その資格を取得するのに、どれぐらいの期間、またはどのような試験がありますか?

保健師として働くためには、看護師と保健師2つの国家資格を取得することが必須です。①2つの国家試験受験資格を得られる4年制の大学や専門学校に入学。(保健師課程は選択制である場合がほとんどです。)、②看護師免許を取得した後、1年制の保健師養成学校に入学。①や②のルートで、座学や実習の必要単位を取得、国家試験を受験し、合格することで保健師免許を取得することができます。今は①の方法が多いです。

◆他にどのような資格をお持ちですか?

看護師資格

◆今後やってみたいことはありますか?

私は成人保健を担当しています。深浦町だけでなく、県全体で働き盛り世代の早死が問題となっているので、特にお仕事を頑張っている、働き盛り世代の健康づくりに取り組んでいきたいと考えています。仕事や子育てなど毎日忙しく過ごしていると、自分の健康について考えるのは難しいことだと思います。職場全体を巻き込んで、健康づくりに取り組んでもらえるようアプローチしていきたいと考えています。

また、私はまだ知識不足のところがあるので、たくさんの分野の研修会に参加して、知識を増やしていきたいです。

◆やりがいを感じる時や、この資格を持ってよかったと思う瞬間、何か思い出のエピソードがあれば教えてください。

町民の皆さんと健診会場や家庭訪問でお話した際に、「親切にしてくれてありがとう。」「話を聞いてくれてありがとう。」と声をかけてくれた時は、嬉しく思います。

また、継続して関わりを持っている方が困ったことがあり、電話をかけて来てくれた時は「頼りにしてくれているから、頑張らなきゃ!」とパワーをもらえます。町民の皆さんの健康や笑顔を守ることが私たち保健師の仕事ですが、皆さんと関わることで私もたくさん元気もらっています。

◆今後これから資格を取りたいと考えている方へお願いします。

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、看護職がメディアに取り上げられる機会が多くなりました。感染症対策だけでなく、今後も高齢化が進んでいくことや、働く人のメンタルヘルスケアなど、多岐にわたって保健師の需要は高まっていくのではないかと考えています。

県内でも、保健師資格の取れる学校は各地にあります。看護大学への進学を考えている高校生の皆さんも、既に看護師資格を持っている皆さんも、ぜひ保健師資格に興味を持ってみてください◎

知ってる? 深浦町資格取得支援制度のこと

◆深浦町資格取得支援事業費補助金

働いている方やこれから働こうとする求職者の就業環境の改善による地元定着を図るため、仕事や就職に役立つ資格や免許を取得した方に対し、取得経費の一部を補助します。HPに掲載されている対象資格のほかにも、国家資格や公的資格で該当になるものもありますので、総合戦略課までお問い合わせください。

あなたの資格・免許教えてください

「こんな資格持ってるよ!」「趣味で取得した資格だけいいのかな?」など、国家資格から面白い検定まで様々な資格や免許をお持ちの方や、ご意見・ご感想がありましたら、下記のアドレスまでお寄せください。

kouhou@town.fukaura.lg.jp

Let's enjoy creation! parade DIY FACTORY ~vol.12~

壁紙やシートで 簡単イメージチェンジ



大掛かりなりフォームをしなくても、壁紙を貼るだけで簡単に部屋の雰囲気が変わります。DIYでちょっと個性的な壁紙を貼ってみるだけで気分転換にもなります。壁が変わっただけでも、それがきっかけで掃除や整理収納にも目を向けられるようになったり、部屋で過ごす時間が楽しくなったり、いろいろな効果があるので、ぜひ挑戦してみてください。

のり付きの壁紙や、壁紙の上から貼れる壁紙もたくさんありますし、シートやパネルなど壁に貼るDIYアイテムも増えました。いくつか紹介しますので参考にしてみてください。



のり付き壁紙

レンガ柄、木目柄、コンクリート柄、デニム柄など、壁紙の種類は本当にたくさんあります!のり付きのものは初心者にはとても便利です。ドアや家具のリメイクにも使えます。

クッションシート

クッション性のある軽いパネルシートは、小さいお子様がぶつかっても安全です。簡単にカットして貼るので使いやすいアイテムです。



カットした断面→

レンガ風シートを“テトリス”貼り→



防音効果もあるのでピアノ周りに木目調クッションシート→



タイルシート

水回りには耐水性のあるタイルシートが便利です。掃除もしやすく、硬い素材なので貼りやすいです。



DIYの楽しさを広めたいという思いで記事を書かせていただきましたが、今回で最後となります。“日曜大工”のイメージが強いDIYですが、本当の意味は“自分自身でやってみよう”です。コロナ禍で生活様式が変わり、時間の使い方も見直されつつあります。この機会に、皆さんもいろんなDIYに挑戦してみてください。1年間ありがとうございました。

DIYアドバイザーとは…

住まいの手入れ、補修、改善等を自らの手で行ない、快適な生活空間を創造したいと願う生活者を対象に、DIYの指導・相談にたずさわる人です。(一般社団法人日本DIY・ホームセンター協会HPより)ホームセンターで活躍されている方、個人で活動している方など様々です。学科、実技、面接があり、年に一度試験が行われておりますので、興味のある方はぜひ協会のホームページをご覧ください。

parade

深浦町在住。DIYアドバイザー。DIY系コンテストでの受賞歴、雑誌「男の隠れ家」をはじめDIY系ムック本など掲載誌多数。シンプルに便利でカッコイイがテーマ。