

**保健活動のために  
堺市計画・実施・評価シート活用  
と活動の実際  
－地区診断への提案－**

**堺市美原保健センター**

**西本 夕紀**

# 堺市の概況



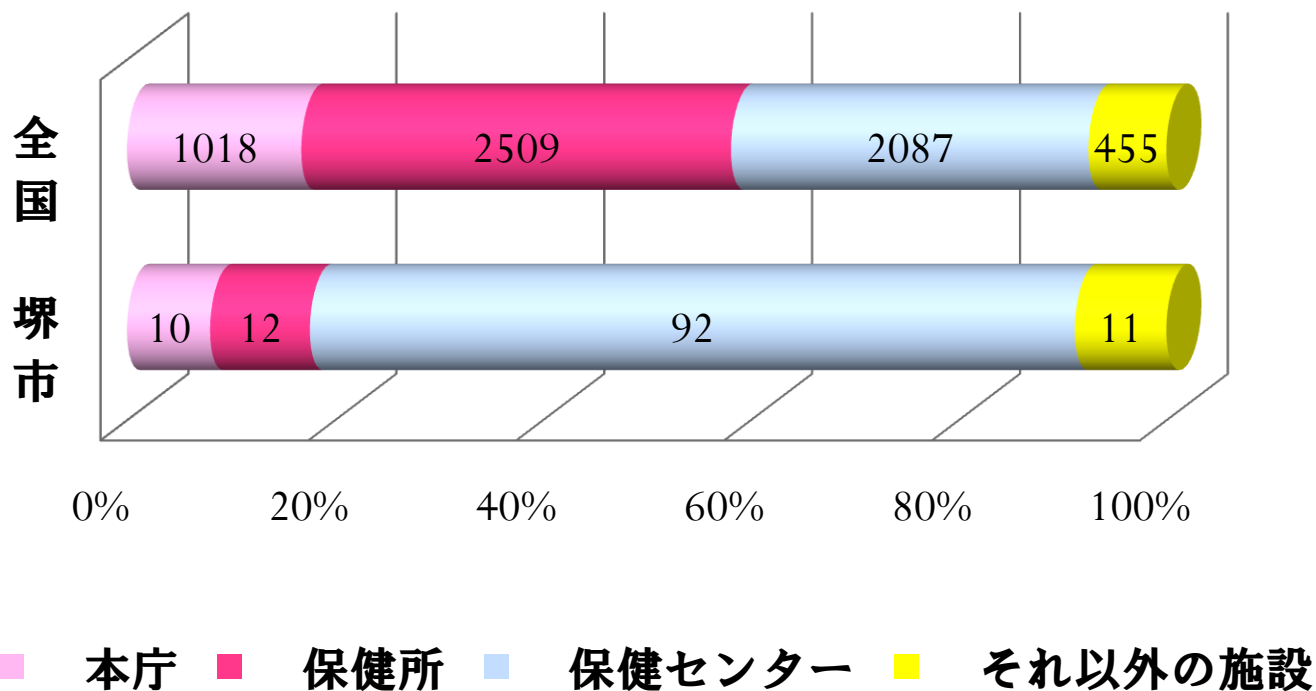
保健師数125人

全市 人口 838,455人  
面積 149.99km<sup>2</sup>

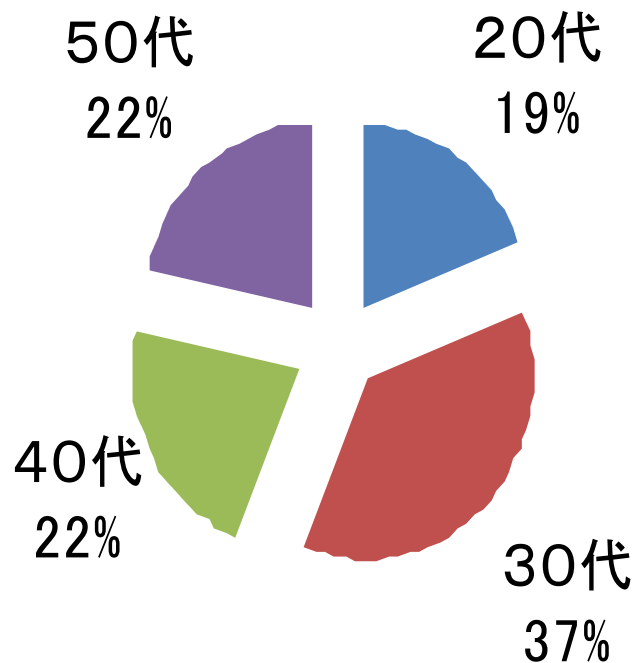
堺区	<u>147,316人</u>	西区	<u>133,706人</u>
	23.69km <sup>2</sup>		28.62km <sup>2</sup>
南区	<u>154,978人</u>	中区	<u>122,256人</u>
	40.44km <sup>2</sup>		17.64km <sup>2</sup>
北区	<u>155,563人</u>	東区	<u>85,384人</u>
	15.58km <sup>2</sup>		10.48km <sup>2</sup>
美原区	<u>39,252人</u>		
	13.24km <sup>2</sup>		

# 堺市保健師の配置状況

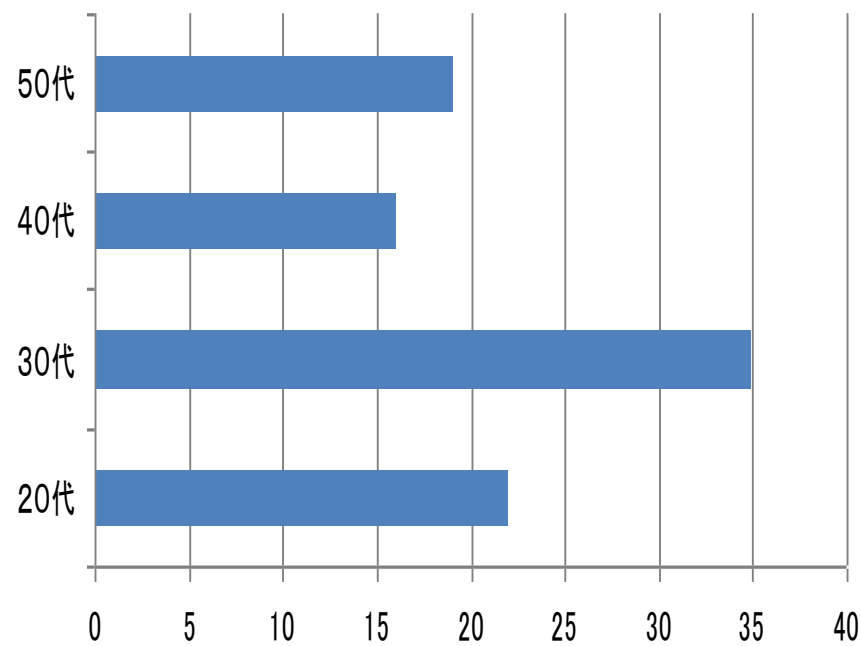
## 常勤保健師割合



# 保健師 年代別



# 保健センター



中堅者で60%占める。多い30代

# 保健活動体制

- **業務担当制と地区担当制の重層型**
- **受け持ち人口平均は12000人**
- **併用性のメリット・デメリットは全国同様**

メリット	デメリット
地区をみて実態に沿った保健活動が可能	責任の不明確さゆえの住民への不利益感
総合的な視点がある	地域を見て地区活動を見通す視点の弱体化
(業務) 専門性の獲得/発揮が可能	業務量増加による地区活動へのしわ寄せ

# 堺市保健師活動【計画・実施・評価シート】による取り組み

- ツールとして平成14年度から地域保健活動にシートを活用。
- 保健師ならではの多様な工夫による質的情報を取り入れ地域診断を実施し、地域を総体的に把握し企画立案ができるようにシートを使用してきた。
- 業務としてはもちろん地区シートとしても効果的に使用できるよう工夫。

# 地域診断 計画・実施・評価 シート活用の実際

---

# 【計画・実施・評価シート】

## 記載例

### ■計画シート■

事業名	さくらクラブ ~育成コース
上位目標	市民自らが健康づくりを支えあ
現状	桜区域は、本市の他区域と比べても全国的にみても、定期的に運動している者の割合がやや低い。
課題	桜区域では、運動の大切さはあるが、自分で捉えられている割合が高い。
資料	平成14年堺市健康づくりアンケート調査結果
	(参考:桜区域の年齢構成は他区域と同様。)
	自分に適した運動が継続できない割合が高い。
	個別に運動にはいるが、その者へと広げたりするまでほとんど
	資料:同左
	(参考:桜区域は性格で、緑地や歩道等は比較的少
	オーキング等を実施は必要と思
	現状の問題点が生
	まれる要因・理由

体系表にある言葉から

## 記載例

その年の具体的な実施計画を記載

### ■実施シート■

事業名	さくらクラブ ~育成コース~
上位目標	市民自らが健康づくりを支えあ地域
目標	定期的な運動実践に取り組む区民が増やす。
対象	桜区域民(主に中高年)
	募集対象:桜区域在住で、現在定期的教室に継続参加できる者。教室終
	周知方法:広報・HP掲載、自治会回
	内容・スケジュール:4回×1クール
	①10/14「自分の体と結びつけた
	②10/21「自分にあった運動に
	③10/26「戸外ウォーキングを
	④11/04「どうすれば継続して

保健師活動「計画・実施・評価シート」記載ガイドライン [2005/03]

保健師活動「計画・実施・評価シート」記載ガイドライン [2005/03]

保健師活動「計画・実施・評価シート」記載ガイドライン [2005/03]

## 記載例

### ■評価シート■

事業名	さくらクラブ ~育成コース	事業課	桜保健センター	記載者	〇〇	記載年月日	2005(H.17)/03/31
上位目標	市民自らが健康づくりを支えあ地域づくり						
<p>&lt;実施状況&gt;</p> <p>参加者数:1回目29名、2回目28名、3回目29名、4回目29名(延べ合計115名)          出席率95.8%、初回参加者数30名          参加動機:広報10名、回覧8名、セミナー他11名          年齢性別:平均64.6歳、男性10名/女性19名</p> <p>視点・工夫:          ①毎回グループワークをすることで、その日のテーマについて理解度を知ることができた。また、グループメンバーでお互いに、気づきの共有や連帯が生まれた。          ②体験者の発表を聞くことで運動することへの意識が高まった。          ③参加者の中でグループリーダーになれそうな人への働きかけ(声かけ)を試み続けたことが良かった。</p> <p>&lt;結果&gt;</p> <p>教室前後のチェックシート結果より:          ・内容の理解習得・気づき:8割の人が内容を「十分理解」していた。          ・運動を始めることについて:全員が何らかの運動を「始めたい」と考えていた。教室終了後は、全員が運動を開始することができた。          ・グループへの参加について:約半数がグループへの「参加を希望」していた。</p> <p>運動実践グループの組織:          教室終了後リーダーを中心に新たなグループが発足した。また、参加者の数名は既存のグループに加入し毎日運動を続けている。</p> <p>グループ活動内容:          毎週1回、公園を中心にウォーキングを計画・実践している。          さくらG:ウォーキングを主としたグループ。週1回の活動。メンバー15名、グループリーダー〇〇〇〇氏(連絡先・・・)</p>							
実施評価	事業運営	評価項目	評価細目	評価のポイント			
	満足度等	結果評価活動	達成度	知識・理解	意識・態度	行動	波及効果
				参加者の状況	従事者数・役割分担・技量、教材・設備の適	対象者のその場の満足度やその他の企画実	結果評価につながるアンケート等の活動の
				達成度	対象は知識を獲得し、理解し、態度・行動変	対象は健康行動への意識・態度・考えが変化	対象は健康行動をとるようになったか評価
				知識・理解	対象は知識を獲得し、理解し、態度・行動変	対象は健康行動への意識・態度・考えが変化	対象は健康行動をとるようになったか評価
				意識・態度	対象は健康行動への意識・態度・考えが変化	対象は健康行動をとるようになったか評価	対象は健康行動をとるようになったか評価
				行動	対象は健康行動をとるようになったか評価	対象は健康行動をとるようになったか評価	対象は健康行動をとるようになったか評価
				波及効果	地域づくり、組織・体制の変化、施策への反	地域づくり、組織・体制の変化、施策への反	地域づくり、組織・体制の変化、施策への反
				健康度・QOL	最終的に地域の健康水準・疾病状況やQOL	最終的に地域の健康水準・疾病状況やQOL	最終的に地域の健康水準・疾病状況やQOL
				達成度	③	新たな運動実践グループが発足する。	次年度は春秋2クール開催し、春秋とも達成度③を(修了者によるウォーキンググループについては、の対象として、引き続き支援する。)
				結果	次回	次回の改善点(わらい、PR、TPO、実施内容、)	
				次への課題			

実施評価と結果評価の評価のポイントにあたる内容をそれぞれ記載

<実施状況>  
 参加者数・出席率・新規参加者数、PR 評価のための参加動機、自主グループの状況、わらいや工夫したこと等  
 <結果>  
 知識・理解・意識・態度の改善、行動改善、波及効果、QOL等



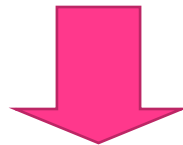
# 乳がん対策の取り組みのきっかけ

## 乳がん体験者の体験談・相談から

- 入院中は若い女性が多かった
- 本人と家族の負担が大きい



- 早期発見の必要性を実感



- 乳がん検診や自己検診の大切さを伝えたい

# 乳がん予防啓発の取り組み

～事業が開始された背景・地域のニーズ～

- 20人に1人が乳がんにかかる
- 毎年約1万人の方が亡くなっている
- 30～50歳代は死亡率、罹患率第1位
- 乳がん検診の受診率が低い

＜平成18年度堺市乳がん検診の実態＞

検診受診率：9.2% がん発見数52人 早期がん19人

精密検査受診率75%

要精密検査：要精密検査受診者の5%が乳がんと判定  
(疑いも含む)

- 自己検診を実施している人

(堺保健センター管内乳がん検診受診者)

: 30代 32.6% 40代 40.9% 50代 51.6%

# 目的

地域住民が乳がんの  
予防・早期発見ができ  
いきいきした毎日を過ごす

# 目標

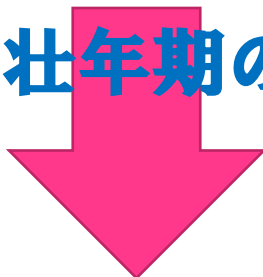
## 地域住民が

1. 乳がんについて正しい知識を知る
2. 自己検診の方法が分かる
3. 自己検診が実施できる
4. 乳がん検診の受診方法が分かる
5. 乳がん検診を受診する
6. 自己検診と乳がん検診の受診を継続する
7. 乳がん予防の大切さを伝え、広める

# 内容と方法

**ポピュレーション** (乳幼児健診でのPR等  
管内住民に対して、広く！)

**地域** (担当地域の壮年期の女性に！)



**情報提供** (パネル・チラシ・ポスター・広報など)

**啓発・周知活動** (関係機関の集まる場、壮年期の女性が集まる場を通して、健康教育)

# 乳がんポスター



## ＜掲示依頼場所＞

- ・駅周辺(南海本線堺駅・南海高野線堺東駅)の美容院 27か所
- ・スポーツクラブ(コスパ・マックススポーツ)など4か所
- ・銭湯(祥福の湯など) 7件  
含め

計 136か所 150枚

平成22年1月末現在

自然に地域に出向く回数が増加する効果も

# ポスター掲示



美容院へ



# 地域住民が集まる機会をとらえて健康教育



今日から  
しよう



若い人に聞かせ  
たいね



# 実施評価

区内啓発普及：情報コーナー 5箇所

ポスター掲示：136箇所 のぼり7箇所設置

学校での実施2校 3歳児健診での配布421人

健康教育 30回1352人

## 地区での普及啓発

自治連合会・育児サークル・校区ボランティア  
等集まりで実施ができた

住民から感想が聞けた

体験者が見つかり語ってもらえた

# 結果評価

- 実態調査アンケートから**市民の意識がわかった。**  
乳がん検診受けたことが  
ある55% → 受けれる年齢になった 検診のメニューにあった  
ない43% → 異常がない 面倒  
受けるための条件は 女性スタッフ ・費用が安いこと  
近くで受けれること  
自己検診を  
していない49% 面倒 忘れる やり方知らない
- **教育前後で知識が上昇** 口コミの普及したい90%
- 地域の健康教育で**体験者が見つかり**、健康教育に協力してもらえた M区では乳がん体験者自主グループができた
- 受診率21年度17.4%へ上昇

# 企画評価

従来おこなってきた啓発場所だけでなく情報提供の場も広がり、銭湯、美容院、スポーツジムなどにポスター掲示、自己検診のチラシの配架などを実施した。その為の啓発資料である **媒体の工夫** も行った。

地域住民の健康課題として、全体（地区活動と業務担当）で取り組み、**地域住民が多く集まる**さまざまな機会をとらえ健康教育を行うようにした。ターゲットは育児中～壮年期の女性。生活の場に密着した場で実施。



# 評価から次年度につなぐ

さらに効果的な広報活動の工夫が必要  
医療機関と連携も視野にいれること  
口コミで広げるため**地区活動は重要**



学校保健への広がり  
自治連合会・育児サークル参加者・  
校区ボランティアとの協働  
乳がん体験者との普及啓発へ  
受診率・早期発見率等の変化確認

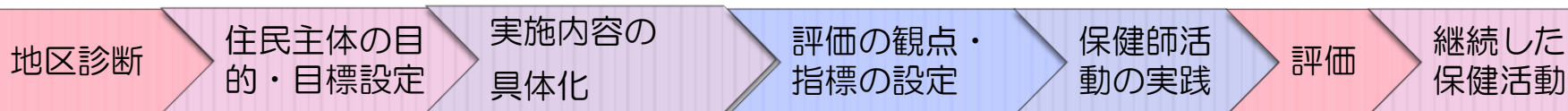
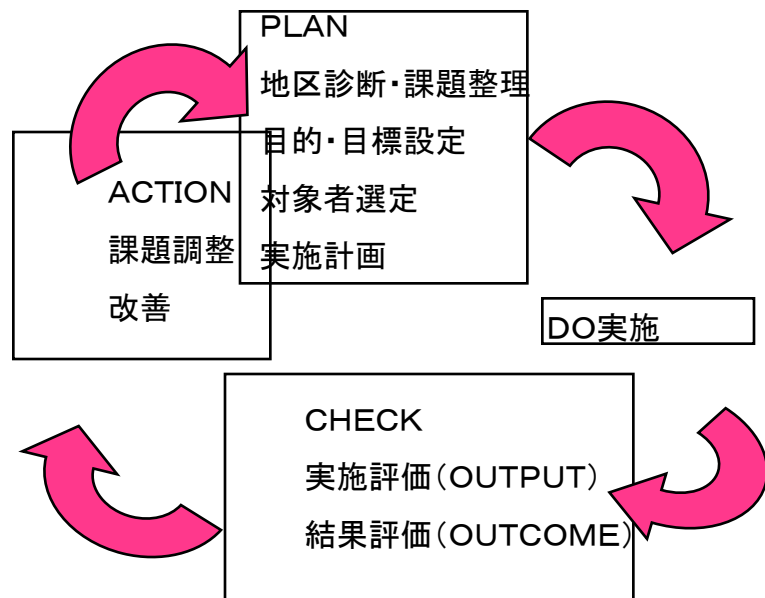
# PDCAしたら《やった感》を感じる！

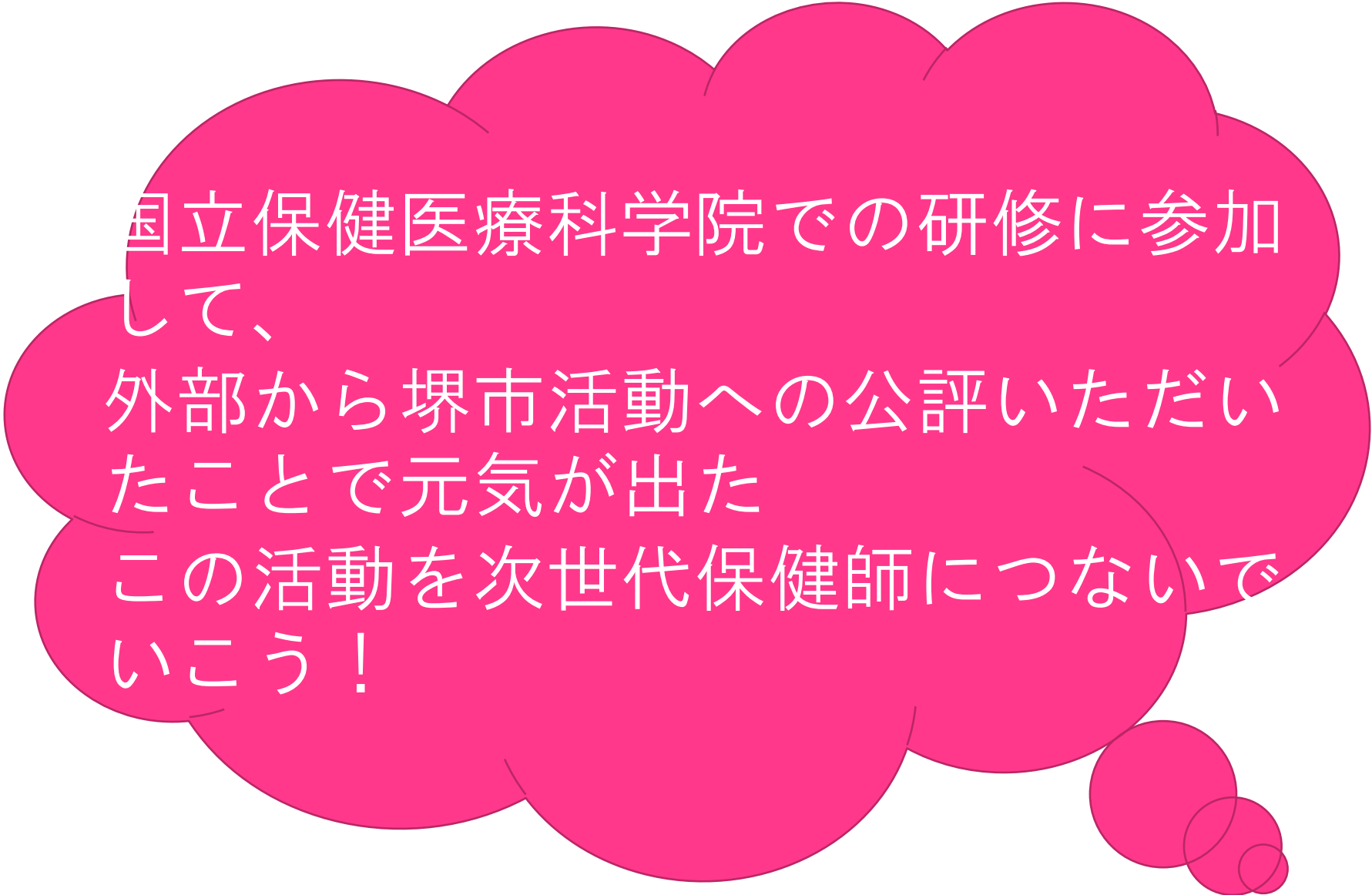
PDCAサイクルで事業することで評価の視点を持つことの大切さがわかる

評価が出せる事業ができる

計画に主体的に関与する

繰り返すとスーパーゴールへ！ 楽しさ 充実感！！





国立保健医療科学院での研修に参加  
して、  
外部から堺市活動への公評いただいた  
ことで元気が出た  
この活動を次世代保健師につないで  
いこう！

# 事業評価研修を実施

**中堅保健師が、地域における保健活動から明確にした健康課題と地区診断を実施し、現状の活動や事業の見直しを行うための、「保健活動・事業評価シート」の作成や活用方法を身につける。**

**その結果、研修参加者が公衆衛生看護活動を担う、専門職のリーダーとして、その役割を果たす人材となる。**

国立保健医療科学院管理者コース修了者がファシリテーターとなった



# 研修の目標

- ①現状分析から課題を抽出し、住民主体の目的・目標を設定できる。
- ②先を見通した、対策・目標解決の方法が具体的に設定できる。
- ③評価指標・達成度はPDCAのPlanの段階で想定できる。
- ④保健活動・事業評価シートに基づき効果的な保健活動実践できる。
- ⑤未来を見通し、介入した結果見通した方向にどれだけ近づけたかを評価する。
- ⑥保健活動・事業評価シートを通して、保健センター内の共通認識のもと継続した保健活動を実践できる。

日 時	内 容	
～平成21年2月2日	事前準備	担当地区診断の情報整理 国立保健医療科学院の「保健活動・事業評価シート」に記入
平成21年3月2日	講義  グループワーク	「保健活動（事業）の評価」 講師：国立保健医療科学院 主任研究官 中板育美先生 「保健活動・事業評価シート」の意見交換・修正
平成21年3月～4月	グループ毎に集合	「保健活動・事業評価シート」の意見交換・修正 新年度にあたりテーマを含めて変更もあり。 グループ毎に2～3回のグループワークを実施
平成21年4月30日	「シート」の取り組み状況報告	全体で「保健活動・事業評価シート」の発表と意見交換
～平成21年7月10日		21年度「保健活動・事業評価シート」を完成。提出。
平成21年8月3日	中間評価・講評 グループワーク	国立保健医療科学院 主任研究官 中板育美先生 各グループで1事例、残り事例はグループで発表。意見交換・修正を行う。これ以降、シートに基づいて実践。
平成21年12月7日	進捗状況報告会 グループワーク	各グループ1事例、残り事例はグループで発表。意見交換。 研修受講の評価アンケート・意見交換実施。
平成22年2月5日頃	グループ毎に集合	グループワークを実施。実践の評価・意見交換。
平成22年3月8日	講義・講評・総括	国立保健医療科学院 主任研究官 中板育美先生 各グループで1事例の発表。 ファシリテーターからの報告。

# 研修で学んだこと

- 限られた紙面に分かりやすく、簡潔に文章を表現すること、誰が見ても分かるシートを書くことが大切と。
- シートを書くことが目的ではなくて、良い保健活動ができるためのツールである。
- 同じ内容を考えていても、住民を主語にすることで表現方法がかわっていき、どうしたら人に伝わるのかということを考えるようになった。
- 目的、目標を明確にすることで何の為に行うかということを中心に意識してかくことができた。
- 企画評価・実施評価・結果評価などひとつずつ見ていく視点が必要であると思った。
- 地域活動は続いていくものなので、今後の課題をどうフィードバックしていくかシートで表すことが大切と感じた。
- 保健師がこうしたいではなくて地域住民がこうなってほしい、そのためにどうするのか。結果、市民に対して何が還元できたかが大事であるということ学んだ。

# 見る・見せることで保健師一人ひとりの自信につながった！

- 評価が明確になり目標を持った活動ができる  
成果が見えるし、結果を見せることができる  
異動となってもつなぐことができる
- 住民視点で目的・目標を設定することで住民を主役にした保健師活動へつながる
- (同職種・他職種・上司)にも見せることができる。
- PDCAサイクルを意識し、あらかじめ評価指標を設定することで、**結果が得やすい**。
- 結果が出せたことで自信がついた。専門性を発揮した活動ができ 元気に！！

外部講師からの評価で市保健師に元気が出た