

養父市コミュニティナース 活動報告



養父市健康福祉部 社会的処方推進課
コミュニティナース 小西 陽子

社会的処方とは

医師が薬を処方するように「社会とのつながり」をつくることで個々が抱える問題を解決するもの



高齢化・孤立の増加

「つながりで誰もが健康になるまちづくり」にむけ、地域や人とのつながり、得意なこと、やってみたいことの場につなげることで、心も体も健康に生活することができる「孤立」しない社会を目指す



人と人、地域と人、得意なことをつなぐリンクワーカーとして、コミュニティナーズとしての活動開始

養父市のコミュニティナースについて



養父市
YABU City



コミュニティナースとは？

■ 暮らしに寄り添う身近な相談役 ■ 社会的処方推進のキーパーソン



『人とつながり、まちを元気にする』コミュニティナースは、職業や資格ではなく実践のあり方であり、「コミュニティナーシング」という看護の実践からヒントを得たコンセプトです。地域の人々の暮らしの身近な存在として『毎日の嬉しいや楽しい』を一緒につくり、『心と身体の健康と安心』を実現します。その人ならではの専門性を活かしながら、地域の人や異なる専門性を持った人とともに中長期的視点で自由で多様なケアを実践します。実践の中身や方法は、それぞれの形があり、100人100通りの多様な形で社会にひろがり始めています。

(引用：Community Nurse Company 株式会社)



養父市が求めるコミュニティナースについて

医療機関・施設等の専門職

養父市のコミュニティナース

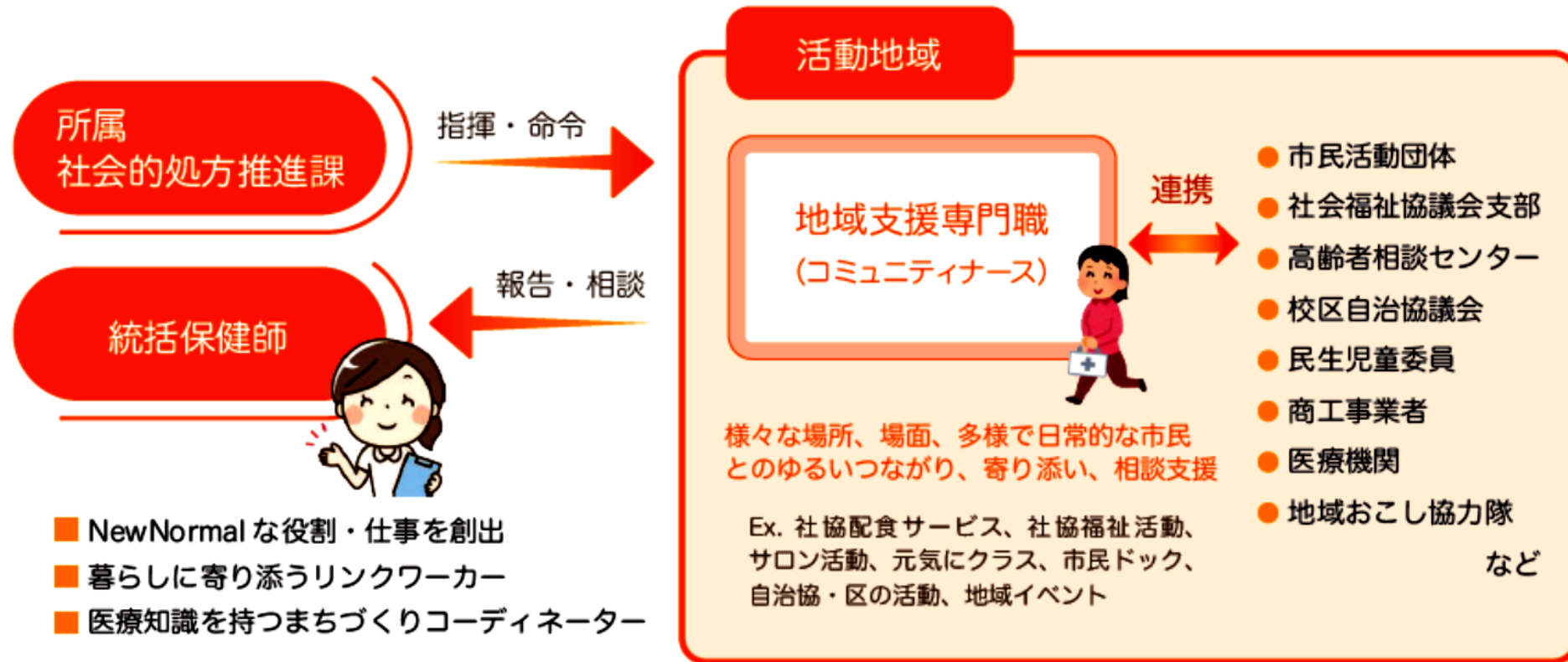
必要な資格	必要に応じた国家資格	看護師 or 保健師 or 助産師
所属機関	医療機関・施設等	養父市役所
活動の拠点・範囲	所属機関・施設が基本	地域のなかが基本
ケアの対象者	患者・利用者	住民全員
ケアの性質	診療・診察起点	暮らしの身近な場所
対象者との関係性	やや指導的	対等



- ◆ 地域の人を引き出し、まちの可能性をひろげる
- ◆ ヒトとコトをつなぎまちを元気にする
- ◆ 地域に必要な機能をつくる

(引用：Community Nurse Company 株式会社)

コミュニティナース就業イメージ



所属

住民の健康面だけでなく社会生活環境面に配慮し、リンクワーカーとしての活動も含めた取組を実践することから、社会的処方推進課に所属。

地域活動

当面は高齢化が顕著で、医療・介護・福祉の連携が図りやすい地域を中心に活動しています。

保健師との協働

軸足は地域のフィールド。住民の動線上での活動。市保健師と協働し、社会的処方推進・重層を見据えた参加支援、地域づくりを主に実践。また、地域の健康課題を拾い上げる。

暮らしに寄り添う身近な相談役を目指して

①顔見知りの関係・身近な存在になれるよう、いろんな場所に顔を出し、コミュニティナーズの存在を知ってもらおう

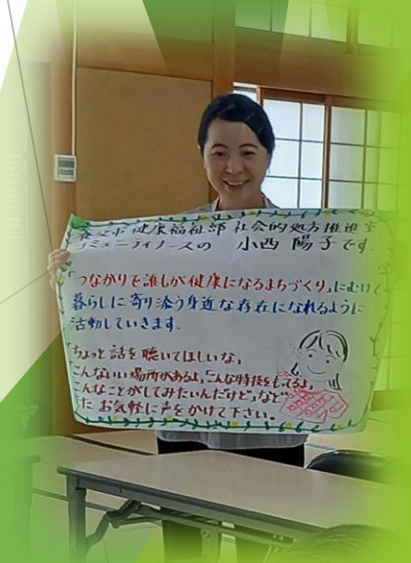
➡毎日元気にクラス・サロン・自治協イベント・認知症カフェなどに積極的に参加

②雑談の中から得意なことや心配なこと・つぶやきをひろい、話を聴く機会をもつ

➡身近で気軽に心地よく、ゆるくつながることのできる場所を目指して「暮らしの保健室」を開催・市民ドックに参加

③活動の場づくりや社協の活動に参加

➡はりがねアート・75歳以上のひとり暮らしの方の友愛訪問・くらし安心サポーターの集まりの開催



暮らしに寄り添う身近な相談役を目指して

④主治医からの相談支援（社会とのつながり処方箋）依頼・健康状態不明者（75歳以上・健診、医療未受診者）の方の訪問

➡ 個別訪問・フィードバック

⑤つながり先が一目でわかる「養父市社会的処方ポータルサイト」（つながるDAY YABU）の活用

➡ つながるレポート、地域活動・つどい情報の発信

⑥自己啓発のための研修参加

➡ 多職種連携・但馬の健康と福祉を考えるつどい・認知症研修など





自己紹介・絵手紙教室・囲碁ボール・認知症カフェでの様子です。





毎日元気にクラス・
コミュニティコーピ
ング体験会・自治協
健康教室の様子です。





養父市には現在2名の
コミュニティナーズが
活動しています。
暮らしの保健室・市民
ドック・ナツフェスな
どの様子です。





養父市 かかりつけ医とリンクワーカーの連携による 疾病の重症化予防と社会生活面への支援の取組

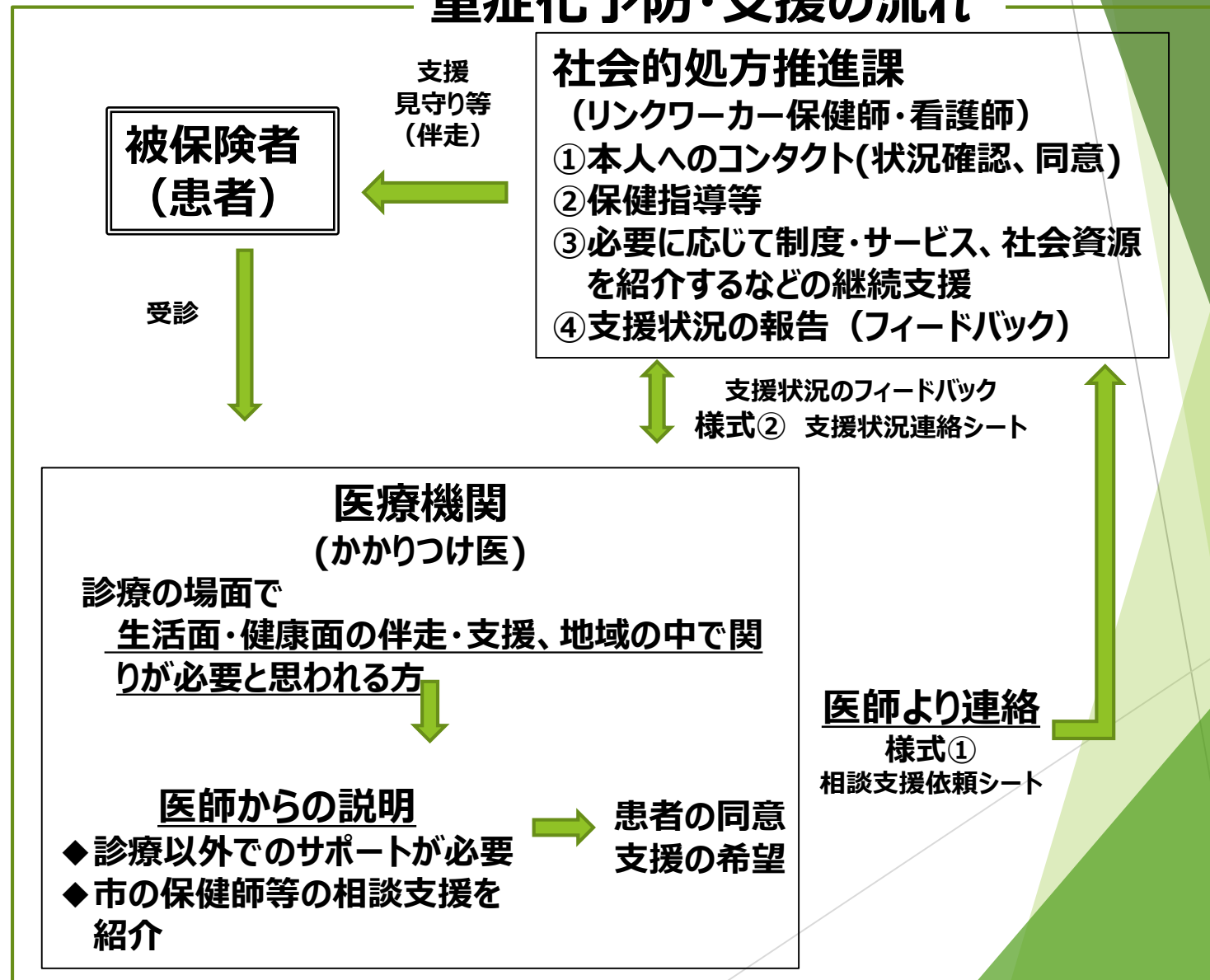
○対象

孤立など社会生活面に課題を抱えている市民

【紹介事例】

- 糖尿病治療中だが、生活の場での栄養・保健指導や健康教室等へのつながりが必要
- 困りごとがありそうだが、相談相手がない
- 気持ちの落ち込みにより、身体活動が低下
- 医療費が払えない（薬剤を減らす、検査を控える）
- 身の回りのことができず、不衛生な状態
- 高齢世帯で、ひきこもりの家族がおり悩んでいる
- 制度の狭間でだれに相談していいかわからない など

重症化予防・支援の流れ



**被保険者
(患者)**

支援
見守り等
(伴走)

受診

**医療機関
(かかりつけ医)**

診療の場面で
生活面・健康面の伴走・支援、地域の中で関
りが必要と思われる方

医師からの説明

- ◆診療以外でのサポートが必要
- ◆市の保健師等の相談支援を紹介

**患者の同意
支援の希望**



**社会的処方推進課
(リンクワーカー保健師・看護師)**

- ①本人へのコンタクト(状況確認、同意)
- ②保健指導等
- ③必要に応じて制度・サービス、社会資源を紹介するなどの継続支援
- ④支援状況の報告 (フィードバック)

支援状況のフィードバック
様式② 支援状況連絡シート

医師より連絡

様式①
相談支援依頼シート

かかりつけ医とリンクワーカーの連携 相談支援依頼（社会とのつながり処方箋）とフィードバック

様式①

令和6年度【相談支援 依頼シート】

社会とのつながり処方箋

令和 年 月 日 ()

診療の場面で、『生活面・健康面の相談支援』『地域の中での関わり』が必要と思われる方があれば、下記までご連絡ください。

連絡先 電話：079-662-6141 FAX：079-662-2601
養父市健康福祉部 社会的処方推進課 担当 小西・芦川・藤井



医療機関名：

医師名：

患者氏名： (男・女)

生年月日：S H 年 月 日生 (歳)

住所：養父市

連絡先電話番号：

既往歴（疾患名）

○生活状況等で気になること、お困りごとについて

（診察等を通じて、患者さんの該当する項目にチェックをつけてください）

- 社会参加の機会がほしいと感じている
- 仕事がしたい
- 生活や経済的な不安を感じている
- 気持ちが落ち込んでいる
- 最近、疲労やストレスを強く感じている
- 相談相手がほしい
- 生活習慣の改善を図りたいと思っている
- 生活実態不明
- その他

本人確認欄（本人または家族に了承いただきチェック☑をお願いします）

上記の内容について相談を申し込みます。

相談支援にあたり、市看護師・保健師等と健康状態等について情報共有することに同意します。*個人情報以外の利用いたしません。

令和 年 月 日

本人または家族に了承済

様式②

令和6年度【支援状況 連絡シート】

令和 年 月 日 ()

医療機関名：



電話：079-662-6141

FAX：079-662-2601

養父市健康福祉部 社会的処方推進課

担当 小西・芦川・藤井

医師名：

患者氏名： (男・女)

生年月日：S H 年 月 日生 (歳)

住所：養父市

連絡先電話番号：

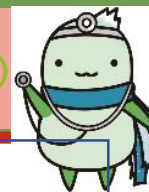
既往歴（疾患名）

○支援に関わっている関連機関等

- 市役所（社会福祉課・生活福祉、地域包括支援センター、健康医療課、その他）
- 高齢者相談センター ひきこもり相談センター『ボラリス』
- 相談支援事業所 ()
- 社会福祉協議会（支所：生活支援コーディネーター：）
- 朝来健康福祉事務所
- 民生委員・児童委員
- 家族・親戚・その他キーパーソン
- その他（NPO、ボランティア団体 等）
- 障害者手帳 無・有（口身体 口知的 口精神 部位、種 級・度 年交付）
- 介護保険 無・有
- 要支援1 要支援2 要介護1 要介護2 要介護3 要介護4 要介護5
- ケアマネジャー 無・有 ()

【主な支援内容と今後の予定】





【医療機関からの紹介件数】

☆7件 (5医療機関)

30歳代 1件 (女性1)

50歳代 1件 (男性1)

60歳代 1件 (女性1)

70歳代 3件 (男性3)

80歳代 1件 (男性1)

※独居5件

C・Fの事例は、
公立病院からの紹介

☆庁内からの紹介1件

合計8件

【紹介事例】

A:禁酒が続かない。続けられるようなつながり先を紹介してほしい。

B:気に入らないことがあると、怒ったり周りを振り回すことがあり、他者に依存しやすい。話を聴いてほしい。

C:生活面や経済的な不安。仕事がしたい。社会参加の機会が欲しい。

D:生活実態不明。体重減少、やせ、貧血、転倒あり。

E:経済的な不安あり。仕事をしたい。生活習慣の改善を図りたい。

F:独居で退院後も寂しさから多量飲酒につながる恐れあり。社会とのつながりの強化と生活改善を図りたい。

G:ゴミが山積みになっており環境が心配。近所づきあいもほとんどない。

H:仕事がしたい。経済的な不安あり。生活習慣の改善を図りたい。介護疲れて気持ちが落ち込みストレスを感じている。

参考:令和4年度(モデル事業)紹介件数 9件(5医療機関)

令和5年度紹介件数 10件(4医療機関)+歯科医療機関1件+庁内からの紹介4件

養父市 社会的処方ポータルサイト「つながる DAY YABU」

2024年1月23日開設

- ◆ 市内で行われているつどいの場の情報を集約し「つながる先・つなげる先、地域コミュニティ・社会資源マップ」を見える化した社会的処方ポータルサイト『つながる DAY YABU』を開設しました。
- ◆ 地域活動やつどい情報の発信、つながる先の情報、コミュニティナースの活動記録、地域のライターによる市民活動・まちづくりに関する「つながるレポート」等を掲載し、養父市で楽しく豊かに暮らしていくための地域活動や、誰もが参加できそうなつどいの場の情報を発信していきます。



養父市で楽しく豊かに暮らしていくための活動をご紹介します 地域活動・つどい情報



毎日元気にクラス (洗野校区自治協議会)
● 洗野校区自治協議会
● 洗野校区自治協議会 (木の香る洗野校区コミュニティセンター)
● 毎週金曜日 14:00~
● 初回に健康手帳代500円 (希望者)
● 障がい・高齢・子育て・その他
● 養父 全ての世代 自治協議会
● 健康づくり



絵手紙教室 (建屋校区自治協議会)
● 建屋校区自治協議会
● 建屋校区自治協議会
● 第2木曜日 9:30~
● 会費 800円/回
● 文化・芸術
● 高齢者
● 小・中学生 高校生~
● 50歳台~60歳台 区民



書道教室サークル
● 公民館
● 公民館
● 公民館
● (月3回) 午後3:00~5:00
● 5/月
● 高齢・まちづくり 囲碁
● その他



2024.7.22
現在175活動が登録



社会的処方ポータルサイト
つながる DAY YABU



<https://tsunagaruday-yabu.jp/>

※情報は随時募集し、登録を行っていきます

コミナス新聞 Vol.1

健康福祉部 社会的処方推進課
地域包括支援センター
TEL:079-662-6141

コミュニティナース小西です

似馬で生まれ育ちました。
音楽と自然が好きな看護師です。
訪問看護や相談業務に携わり、制度の狭間で困っておられる方や得意なことを生かす場がない方に出会い、自分に何が出来るか考える中で、地域に寄り添う身近な存在になりたいと思い、2023年4月から美父市コミュニティナースとして活動しています。
地域でお会いした時はぜひ美父市の良い所や得意なことを教えていただければ、お気軽に声をかけてもらえると嬉しいです。



コミュニティ活動 (自治体イベント・地域活動)

ポータルサイト「つながる DAY YABU」で、つながり先を紹介したり趣味や興味のある分野を探すなどのお手伝いをするときに、私自身が美父市の様々な活動状況や雰囲気なども知っておきたいと思っています。
自治体のイベントや活動にもたくさん参加させていただき楽しい時間をありがとうございました。



コミナス新聞 Vol.2

健康福祉部 社会的処方推進課
地域包括支援センター
TEL:079-662-6141

毎日元気にクラス

「毎日元気にクラス」にも参加させていただきました。
一緒にやぶからぼう体操・筋力運動・コーディネーション運動をしたり、元気の秘訣をうかがったり、血圧測定を行いました。
体力測定時の体力測定で、皆さんの団力の強さと自身の体力の弱さに驚愕したり、普段の生活の中で継続して身体を動かす習慣をつけなければいけないと私自身の生活も振り返る良い機会となっています。
また色々な場所に参加させていただこうと思っていますので、よろしくお願いします。



課題

- ・ 移動手段の確保
- ・ 地域のつどい場まででてこられない方の困りごとが表面化しない
- ・ やりたいこと・得意なことを生かせる場や市民活動を促す仕組みづくりが少ない
- ・ 地域活動の次世代の担い手不足

充実したい取組み

①毎日元気にクラスなどの場に来られない人へのアプローチ

→主治医からの社会とのつながり処方箋での個別対応・

健康状態不明者（75歳以上・健診、医療未受診者）の個別

訪問や市民ドックなど地域の集まりの場での情報収集

②やりたいこと・得意なことのある人や、場所との連携・つな

ぎ役・困りごとを話せる場の充実

→KANAUカレッジ開講や定期的に話し合える井戸端会議の開催・

ポータルサイトの活用

③なんでも相談・話ができる「暮らしの保健室」の継続

→口大屋自治協での月1回の定期開催の継続や、他の場所でも身近

に相談できる場所づくりを行う。

今後の目標

- ・ 自らが健康で活動を楽しみながらコミュニティナーズとして、「話を聴いてもらいたいな」と思ってもらえる身近な存在・ゆるく継続してつながれる存在になる。
- ・ 介護予防につながる働きかけを行う。
- ・ 住民の方からの相談支援・引き続きの伴走支援
- ・ 養父市の地域活動・つどい情報・コミュニティナーズの活動をより多くの方に知ってもらえるような効果的なポータルサイト（つながるDAY YABU）の運用
- ・ 多職種・他機関の好連携
- ・ リンクワーカーの仲間を増やす

