

皆さま、こんにちは！保健師の岡田美香と申します。神奈川県プラスチック事業健康保険組合様とご縁を頂き、今年から担当させていただきます。どうぞ宜しくお願いいたします。



今年度から、「健康」についてはもちろん、それに関連する色々な事をお伝えしていきたいと思っています。

本号では、皆様の健康を支援する保健師の仕事を中心にお話させていただきます。

「保健師」は全員看護師免許も持っており、その上で保健師の免許を持っています。保健師の仕事をひと言で表現すると、

「人の健康の維持・向上と人の病気やケガを未然に防ぐ予防医療」です。

保健師という資格は1つですが、内容によって大きく4つの分野に分かれています。



【産業保健師】

その多くは企業に雇用されています。勤務している企業の経営者や従業員の健康管理を行います。産業医と連携して保健指導も行います。ストレスチェックも担当することができます。

【学校保健師】

専門学校、大学、一部の私立の中学校や高校などに勤務しています。学生や教職員のケガや体調不良などの応急処置をするほか、健康や心の相談にも応じます。

【行政保健師】

市町村や保健センターなどの行政機関に勤務しています。小児から高齢者まで担当地域の住民と関係機関をつなぐ役目や調整役を行っています。

【その他】

病院で健康診断や健康相談を行うほか、通常の看護師業務を兼務する病院保健師や、研究機関等で保健衛生の研究をしている保健師もいます。

人の健康は、「身体の健康」と「心の健康」で成り立っています！

社会では健康意識の高まりから、健康についての知識や様々な専門的なサービスを比較的簡単に享受できるようになりました。一方で、価値観の多様化や世の中の仕組みが複雑になってきているため、人々の心の健康が損なわれがちです。

体の不調は自覚しやすく、心の不調は自覚しにくいとも言われます。

心が不調になったまま何も対策を取らずにいると、身体の不調にも繋がっていく事が分かっております。

身体の不調だけに留まらず、生活習慣病につながったり、時には命に係わる病気を発症することもあります。



本人が気付かなくても心の不調は表情や行動にそのサインが出ていることも少なくありません。

このため、1日の大半を過ごす職場において、同僚や上司による「気付き」がとても大切となります。

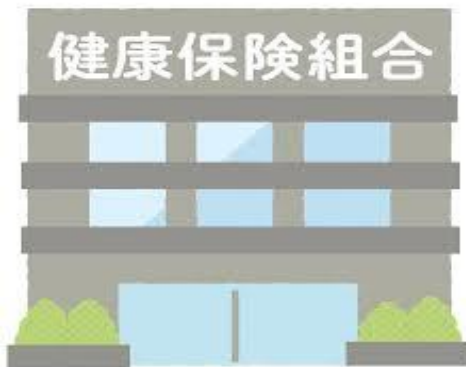
次回はメンタルヘルスについてお話ししたいと思います。



次に皆様が加入されている「健康保険組合」

について触れさせてください。健康保険組合の主な仕事は多く分けて

【保険給付】と【保健事業】の2つがあります。



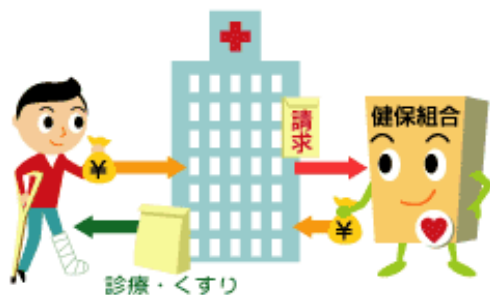
【保険給付】

被保険者(つまり従業員の皆様のことです)と
そのご家族の方が病気やケガをしたときの医療費の支払い、出産・死亡・休職などのときの各種手当を支給しています。

例えば病気やケガなどで病院にかかると、皆様は医療費のうち3割を医療機関の窓口で支払い、残りの7割は審査支払機関を通じて健保組合が支払いをするという仕組みです。何かあった時のサポートといえます。

【保健事業】

被保険者とその家族の方が健康な生活を送れるように、病気の予防や早期発見の手助け、健康の保持や増進を行います。そして生活習慣病などにならないような健康づくりのサポートをしています。



保健師の仕事と健保組合の仕事は、給付以外似ている部分が多くあり、人の心と身体の健康に関与したお仕事と言えるわけです。