



**Q 現在の業務内容は？**

地区担当保健師として、地域で暮らす方々がいきいきと健康に過ごせるよう、訪問や相談、健康教育などを行っています。

**Q 仕事を行う上で、心がけていることは？**

相手が相談しやすく、話しやすい環境を整えることを心がけています。  
また、相手の様子を観察しながら、表情や声のトーン、相槌などに気をつけて、聴く姿勢を大切にしています。

**Q “保健師として求められる力”をひとつ挙げるなら？**

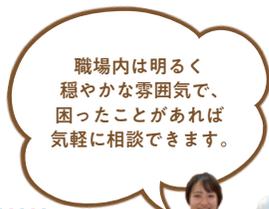
保健活動の出発点である  
『傾聴力』

**Q 仕事のやりがいは？**

生活習慣や健診結果の改善につながったことを、対象の方と一緒に喜び合えた時や、『あなたに相談してよかった』と言われた時に、大きなやりがいを感じます。

**Q わたし流、モチベーションアップの方法は？**

全国の保健師や栄養士と交流ができる自主的研究会に参加しています。  
現場での悩みや成功事例を共有することで、新しい視点や具体的な改善策を得られ、日々の保健活動に前向きに取り組めています。



職場内は明るく  
穏やかな雰囲気です、  
困ったことがあれば  
気軽に相談できます。



**赤ちゃんから高齢者まで、  
その人の生涯を見据えた健康支援を心がけています。**

**Q “関市×私”の未来予想は？**

市民のみなさんがいきいきと暮らせるよう、身近に相談しやすい保健師になれることを目指して、地域の活動に積極的に参加し、顔の見えるつながりをつくっていきたいです。

**Q 未来の後輩へメッセージ**

市の保健師は、住民一人ひとりの人生に寄り添えるやりがいのある仕事です。新人の方には指導員が1対1で丁寧に指導し、若手職員との交流もあり、相談しながら一緒に活動できます。ぜひ関市で一緒に働きましょう！

1日のスケジュール

- 8:10 ● 出勤
- 8:30 ● 始業  
スケジュール確認  
メールチェック  
電話・窓口対応
- 10:00 ● 健康教育
- 12:00 ● 昼食
- 13:00 ● 乳幼児健診  
計測、保健指導、  
カンファレンス
- 17:15 ● 終業