

次回、2014年 国際HPHカンファレンスの開催国 スペイン・バルセロナに向けて ヘルスプロモーションの実践！

大泉生協病院 健診課 保健師 中野ひろえ

ヘルスプロモーション活動を推進するための自分の役割は、“職員健康づくりプロジェクト委員”でした。ヘルスチャレンジを職員の皆さんに呼びかけ、健康づくりに取り組みました。そして、その取り組みを研究し、抄録にまとめて国際カンファレンスの演題発表にエントリーし、ポスターを作成しました。

国際HPHネットワーク事務局からの返事とともに、国際カンファレンス代表団が結成され、カンパ活動と壮行会準備を行いました。

皆様のご協力により、カンパ活動は目標としていた金額に超過達成し、壮行会には、たくさんのかたに来ていただきました。盛況でした。

そして国際カンファレンスに出発。18時間かけてスウェーデンに行き、国際カンファレンスに参加しました。

スウェーデンのHPHネットワークのHFSは、1996年に設立されました。第1回国際HPHカンファレンスが、スウェーデンで行われました。それから20年がたち、第21回国際HPHカンファレンスが再びスウェーデンで行われました。

スウェーデンの健康政策にもっとも影響をおよぼした1人、スウェーデンのHPHネットワークのコーディネーターの講演では、「人生で最も重要なものは、健康であること。スウェーデンで様々な実践をした結果、アルコールの摂取量を減らしたり、喫煙率を低下させてきた。個人がパブリックヘルスの中心的な役割を担う。個人の自主性を尊重し、自分で健康を求めなければならない」と講演されました。カンファレンスのテーマ「Body and Mind」に関連してとても勉強になる講演が多くありました。

国際カンファレンスでは、外国の人ばかりでとても緊張しましたが、発表の合間には、子供たちがバイオリンを弾いたり、スウェーデンの人達が、民族衣装をきて踊っていたりと、リラックスする演出がされていました。

プレゼンテーションでは、昨年の国際HPHカンファレンスの開催国台湾で健康局長のチョウさん(女性)や民医連の伊藤先生、みさと健和病院の篠塚先生が口演しました。伊藤先生の口演の質疑応答では、「日本は人口も多いし、とても忙しい。HPHネットワークをつくりヘルスプロモーションを実践するのは大変でしょう。いつ取り組んでいるのですか？」とたずねられました。その答えでは、「ヘルスプロモーションに取り組むことが、どれだけ有益なことか分かっている。そういう感覚を大事にして取り組んでいきたい」と答えられました。先生方の発表は素晴らしかったです。

大泉生協病院の職員健康づくりプロジェクトのポスター発表では、ヘルスチャレンジ参加者に、「一般性自己効力尺度(GSES)」の質問紙とアンケートを実施し、点数と実施率を比較検討しました。

私のポスターのところに、若い台湾の女性が来て、ポスターをみて、ヘルスチャレンジのコースごとの実施率や、「どのコースが一番効果的だったのか」と質問がありました。私が、「一番効果があったのは体重測定だった」と答えると、「私は夕食後のおやつと果物バイバイチャレンジだと思う」と話されました。

そして、一番印象に残ったことは、約400枚のポスターの中から、土支田・大泉支部の菊地さんが、組合員さんと取り組んだ、ヘルスチャレンジを紹介したポスターが科学雑誌に選ばれたことでした。組合員さんとヘルスチャレンジに取り組んでよかったという思いでいっぱいでした。

齋藤院長の、「在宅患者さんの栄養評価」や、理学療法士・秋野さんの「体力測定で自分をコントロール」すること、自分たちの「ヘルスチャレンジの動機づけと行動変容についての研究」などヘルスチャレンジにかかわるポスター発表ができてよかったです。

ポスターを見ていて目にとまるのは、写真のあるポスターでした。統計も大事ですが、自分たちがどんな取り組みをしたか写真で説明すると分かりやすいと思いました。

大泉ヘルスプロモーションネットワークに大きな成果がありました。地域や病院スタッフの皆さんが取り組むヘルスプロモーション活動をぜひ発表してください。



以上