

特集

ヤングケアラー支援 において期待されること

ヤングケアラーの支援に向けた福祉・介護・医療・教育の連携と今後の施策 厚生労働省子ども家庭局虐待防止対策推進室

保健師に期待されるヤングケアラー支援への関わり 森田久美子

埼玉県におけるヤングケアラー支援の現状 吉野若葉

神戸市におけるこども・若者ケアラー支援の現状 上田智也ほか

ふうせんの会の活動とこれからのヤングケアラー支援に期待すること 濱島淑恵

ケアラーアクションネットワーク協会の活動と
これからのヤングケアラー支援に期待すること 持田恭子

Pick Up

大田区の取り組み
行政運営の育児学級と自主サークルによる多胎児家庭支援 昆悠紀子

新連載

新宿区保健所における新型コロナウイルス感染症対応 池戸啓子ほか

連載

地域包括ケアシステムの構築に向けた都道府県本庁と保健所による
取り組み 本田あゆみ、村嶋幸代

ここがポイント！ アレルギーの「保健指導」 古川真弓

ポジティブな地域づくりを考える 公共哲学×ポジティブ心理学から見る
公衆衛生活動 小林正弥、島井哲志

編集後記

●本号の特集は、保健師が抱えるメンタルヘルスの課題や職務で生じる感情・ストレスについて整理し、メンタルヘルスを健全に保ちモチベーションを維持して職務を進める上で有効なコミュニケーションや組織づくりのヒントを提示できればと考え企画しました。特集では、各著者よりメンタルヘルスを健全に保つために有用な知見をご紹介いただいております。ご参考になりましたら幸いです。

メンタルヘルスを健全に保つためには、十分に休み、好きなことができる時間が取れるのが一番だと思いますが、そこまでできない状況の時、私は、マインドフルネスを意識して家事を行っています。料理や掃除などの家事に意識的に集中・没頭して懸念事項を意識から一時的になくすだけでも、気持ちが落ち着きます。お気に入りの、好きな音楽を聴きながらのアイロン掛けです。丁寧な家事で家族から喜ばれると幸福感が上がります。

ただ、家事すらまともにできない状況の場合は、組織的な対応や医療的なケアなど、個人の努力に抛らない対処が必要だと思います。(小林)

保健師ジャーナル 第78巻3号 2022年6月10日発行(隔月10日発行)
発行：株式会社医学書院 代表者 金原俊 〒113-8719 東京都文京区本郷1-28-23
Published by IGAKU-SHOIN Ltd, 1-28-23 Hongo, Bunkyo-ku, Tokyo © 2022, Printed in Japan
印刷：株式会社アイワード

1部定価：1,760円(本体1,600円+税10%)

2022年年間購読料(送料弊社負担) 冊子版または電子版：本体10,032円(本体9,120円+税10%)、冊子+電子版：13,332円(本体12,120円+税10%)

www.igaku-shoin.co.jp/journal/664 (「保健師ジャーナル」で検索)

販売・PR部：☎(03)3817-5659 保健師ジャーナル編集室：☎(03)3817-5774 hokenshi@igaku-shoin.co.jp 担当：小林、木下

🐦 www.twitter.com/hokenshiJ 📘 www.facebook.com/hokenshiJ 📷 www.instagram.com/hokenshi_journal (「保健師ジャーナル」で検索)

本誌に掲載する著作物の複製権・翻訳権・上映権・譲渡権・貸与権・公衆送信権(送信可能化権を含む)は株式会社医学書院が保有します。本誌を無断で複製する行為(複写、スキャン、デジタルデータ化など)は、「私的使用のための複製」など著作権法上の限られた例外を除き禁じられています。大学、病院、診療所、企業などにおいて、業務上使用する目的(診療、研究活動を含む)で上記の行為を行うことは、その使用範囲が内部的であっても、私的使用には該当せず、違法です。また私的使用に該当する場合であっても、代行業者等の第三者に依頼して上記の行為を行うことは違法となります。

📄 JCOPY 出版者著作権管理機構委託出版物

本誌の無断複製は著作権法上での例外を除き禁じられています。複製される場合は、そのつど事前に出版者著作権管理機構(電話03-5244-5088、FAX03-5244-5089、info@jcopy.or.jp)の承諾を得てください。

*「保健師ジャーナル」は株式会社医学書院の登録商標です。