

健康福祉部 地域健康福祉室
(母子保健担当) 課長代理
沖 登美子 <行政的保健師>

現在の仕事内容

母子保健担当は、妊産婦・乳幼児健康診査、予防接種など、妊婦から高齢者までを対象とした、健康に関する様々な事業を行っている部署です。また保健師は、担当する地区に向いて相談支援や健康教育なども実施しています。

私は、妊娠期から子育て期までの様々なニーズに対する取り組みや、身体障害児・長期療養児への支援に関する取り組みを実施しています。地区は担当していませんが、部下から相談を受ける中で、地域にどのようなニーズがあるのか、どのような支援があれば問題が解決するのかを、部下と一緒に日々検討しています。

仕事のやりがい

母子保健担当の保健師は、妊娠届出時の面接や乳幼児健康診査などの事業を通して、多くの市民と接する機会があります。時には、家庭訪問等で継続的な支援を行うこともあります。その中で、人の様々な価値観やライフスタイルに触れることができ、視野が広がります。

また、市民の困り事についての解決策を考え、寄り添いながら支援することが自身の成長にもつながります。このように、人のためになり自分のためにもなるところが保健師の仕事の魅力です。



H9.4 入職
保健センターへ配属
R2.4 現職
(部署名は当時)

5:00	6:00	8:30 9:00	20:00	22:30
起床、朝食、家事(掃除・洗濯等)	子どもを学校へ送り出す、読書、ペット(インコ)と遊ぶ	出勤	メール確認、決裁処理、打合せ等	退勤
			ウォーキング、夕食、入浴	就寝

枚方市の受験を考えている皆さんへ

入職して、何度も挫けそうになりながらも気づけば20年以上同じ職場で働いています。出産・育児も経験しましたが辞めることなく続けてこられたのは、先輩や仲間の助けがあり、市民からの励ましや感謝の言葉があったからです。皆さんも、枚方市でキャリア形成の第1歩を踏み出してみませんか？一杯、応援します！

ワーク・ライフ・バランス実践のコツ

子どもが成長して手がからなくなつたので、ライフよりワークにやや偏っています。フルで働いていると、家でも職場でも時間に追われる日々なので、時間を大切にしています。ワーク・ライフどちらにおいても、時間を「何に」「どれだけ」使うか吟味し、自分が納得のいくように使っています。また、ワークで培ったものはライフに活かすこともできるので、ワークの時間もライフのためになる、と思うようにしています。

キャリアについて

入職以降たくさん先輩方から支えられ、後を追うように仕事をしています。10年目を過ぎたあたりから、保健師の中堅職員として旗振り役を担えるようにスキルアップをしなければならぬと思うようになりました。保健師は専門職としてのスキルアップも重要ですが、やりたい仕事を形にするためには行政職としてのスキルアップ(事務的なこと)も必要です。そのため、経験を重ねることも一つの方法だと思っています。

