



# Project report 2025

## 小規模町村保健師活動報告リレー オンライン情報交換会

令和7年度 地域保健総合推進事業

---

「小規模町村保健師人材開発のための活動報告リレー及び交流促進事業」報告

## Greeting | ごあいさつ

2040年には、全国市町村の5分の1以上、370もの自治体が、人口5千人未満となると見込まれています。<sup>※</sup>

今後地方の小規模町村では、住民のニーズや規模に合わせて、これまでの保健医療サービス提供体制を見直し、変化させることが求められます。一方で、サービスの担い手不足はより一層深刻化しつつあります。

小規模町村の保健師は、これまでに経験したことのない困難な課題に直面する、あるいはすでに直面しており、悩みながら、様々な工夫や努力をなさっているところと存じます。

市町村保健師の研修などは、都道府県や保健所が企画し推進しています。

新任保健師については、都道府県レベルでの人材育成が普及し浸透してきていますが、小規模町村の保健師で中堅期以降になると、体制は十分とはいえない状況があります。

その背景には、少人数体制で研修のために職場を離れにくい事情や、保健師の人数・年齢構成・職位の有無や配置など体制が多様であることで市町村それぞれのニーズに合わせて研修を企画することが難しいなどがあると考えられます。

そこで、オンラインという参加しやすい形態で、また1時間程度という負担の少ない時間の範囲で、職場にしながら同様の規模の他の自治体の保健師活動を知ることができる「小規模町村保健師活動報告リレー」を、令和6年度に引き続いて開催しました（令和6年度は厚生労働省による「令和6年度市町村保健師管理者育成事業」にて実施。）。

また同様に、オンラインという方法で、都道府県を超えて小規模町村保健師同士、保健師活動の内容や課題・工夫・悩みを共有する「小規模町村保健師オンライン情報交換会」を、今年度新たに開催しました。

いずれも、参加者から多くの好評の声をいただきました。

そこで、この冊子を通して、参加いただけなかった方にもこの会の様子を共有させていただくこととしました。

距離を超えて小規模町村保健師同士交流することが、保健師として頑張るモチベーションとなり、自町村の保健師活動を発展させることにつながるかも?!という体験を、少しでもお伝えできればと思っています。

令和8年3月

令和7年度 地域保健総合推進事業

「小規模町村保健師人材開発のための活動報告リレー及び交流促進事業」

分担事業者 **牛尾裕子** 山口大学大学院  
医学系研究科

※ 国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」（平成25年3月推計）

## Support | 分担事業者・事業協力者一覧

### ● 分担事業者

**牛尾裕子**

山口大学大学院医学系研究科 保健学専攻 教授

### ● 事業協力者

**山田洋子**

岐阜県立看護大学 教授

**石川麻衣**

群馬大学大学院 保健学研究科 准教授

**吹田晋**

国立保健医療科学院 主任研究官

**宮前美紀**

全国保健師長会 / 日置市役所 市民福祉部福祉課 課長

**太田あゆ美**

NPO 法人へき地保健師協会 副理事 / 東京慈恵会医科大学 医学部看護学科 助教

**青木さぎ里**

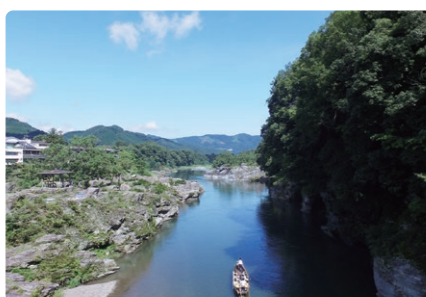
NPO 法人へき地保健師協会 理事 / 自治医科大学看護学部 講師

**村上祐里香**

山口大学大学院医学系研究科 保健学専攻 助教

## Case 01

### 埼玉県 秩父郡 長瀬町 Nagatoro



#### 概要

人口(R7.4.1)	6,453人
2040年推計人口 <sup>※注1</sup>	4,668人
高齢化率 <sup>※注2</sup>	39.6%
合計特殊出生率(出生数) <sup>※注3</sup>	1.15(令和5年度出生数:15人)
保健師数	7人
保健師の年齢構成	20代:1人、30代:2人 40代:2人、50代:2人
保健師の配置部署	健康こども課:5人 (課長:1人、健康づくり担当:3人、子育て支援担当:1人) 福祉介護課:2人(地域包括支援センター)
管轄保健所	埼玉県秩父保健所

※注1: 令和5年国立社会保障・人口問題研究所 ※注2: 令和2年国勢調査結果(総務省統計局)  
※注3: 平成30年～令和4年人口動態保健所・市区町村別統計の概況

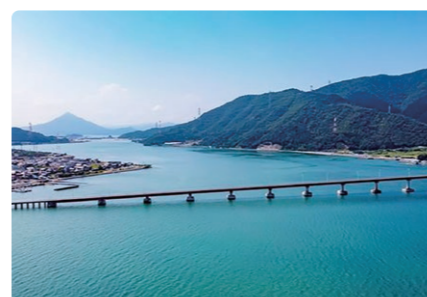
#### まとめ

- 保健師の定着がよい 継続できた理由、原動力は何だったのか。
  - ・保健師のチームワークがよい
  - ・人とのつながりの中で成長、楽しさが感じられることがモチベーションに
- 秩父地域の力、強み
  - ・保健所保健師とのつながり(Give and Take!であったり、Win Win!の関係性)
  - ・秩父地域保健師会での役割(顔の見える関係性の構築)

- 報告者/福島陽子(長瀬町 健康こども課 課長)
- コメント/鈴木幸子(埼玉県秩父保健所 担当部長)

## Case 02

### 福井県 大飯郡 おおい町 Ohi



#### 概要

人口(R7.4.1)	7,635人
2040年推計人口 <sup>※注1</sup>	6,112人
高齢化率 <sup>※注2</sup>	32.4%
合計特殊出生率(出生数) <sup>※注3</sup>	1.91(令和6年度出生数:48人)
保健師数	7人
保健師の年齢構成	40代:2人(27年目(統括)・25年目) 30代:5人(17年目・16年目・14年目2人・6年目)
保健師の配置部署	すこやか健康課(こども家庭センター):4人 保健福祉室(地域包括兼務):1人 いきいき福祉課(地域包括含む):2人
管轄保健所	福井県若狭保健所

※注1: 令和5年国立社会保障・人口問題研究所 ※注2: 令和2年国勢調査結果(総務省統計局)  
※注3: 平成30年～令和4年人口動態保健所・市区町村別統計の概況

#### まとめ

- 保健所と管内市町で共に学びあう環境
  - 顔の見える関係づくり → 困ったときに相談しやすい
  - 地域全体の保健活動の質の向上にもつながる
- 日頃のコミュニケーションを大事に
  - 毎月のミーティングの他、日頃からの情報共有も大事に。
  - 業務を一人で抱え込まないように、皆を巻き込みながら仕事をしたいこう!

- 報告者/林早苗(おおい町 すこやか健康課 課長補佐)
- コメント/玉井さをり(福井県嶺南振興局若狭健康福祉センター 所長)

## About | 報告概要

2つの自治体からのご報告に共通していた2点の工夫が印象に残りました。

1点目は、事務職や多職種の専門職との連携の工夫です。おおい町からは若狭地域保健研究会の活動が紹介されました。この研究会は保健所と管内4市町で設置したもので、保健師、栄養士、事務職等が参加しているようです。研究会において過去に、新型インフルエンザの対応について検討していたため、新型コロナウイルスの感染拡大時に、スムーズな連携につながったことが報告されました。このように、小規模自治体において保健活動を推進するためには、事務職や多職種の専門職と連携した取り組みが必要であることを実感しました。

2点目は、保健所と連携をしながら活動を推進していることです。長瀬町では秩父地域保健師会といった、保健所と管内の自治体が連携するための基盤が整備されていました。このような会議体を維持していくことが保健所と管内自治体との連携を推進するためには大切だと思われました。さらに、個別ケース支援を通じた保健所と町との連携も行われています。このように、保健師同士や他職種、地域内での情報共有や検討をする機会を設けること、また、日頃の保健活動の中で保健所と管内市町村がwin-winの関係で連携していくことの重要性を実感する報告内容でした。

## Message | 視聴者の声

- 2つの自治体の活動報告より、小規模市町村ならではの工夫点をおきすることができました。事務量、事業量も多い中、その自治体ならではの工夫、多職種、他機関を巻き込んだ活動、頑張り、日々の自分自身の活動を振り返る機会にもなりました。
- 今回のご報告では、置かれている状況が似ており、共感できる部分がたくさんありました。大変な状況ではありますが、強みに目を向け、仲間同士助け合っていきたいと思いました。
- やはり保健所とのつながり、普段から保健事業の評価や事例検討などを行う機会があることが、モチベーションにつながるのだなと思いました。
- 保健師以外の職種と協力して事業を進めている点で共通していました。他職種が自分事として保健事業に関わってもらうために保健所でも必要な視点だと思い活かしていきたいです。また、保健所が市町村に出向いて保健所への希望をヒアリングしたとお聞きし、オンラインでは実現できない従来の顔の見える関係の必要性も感じました。

## Case 01

### 岐阜県 加茂郡 東白川村 Higashishirakawa



#### 概要

人口(R7.4.1)	1,998人
2040年推計人口 ※注1	1,214人
高齢化率 ※注2	45.1%
合計特殊出生率(出生数) ※注3	1.50(令和4年度出生数:7人)
保健師数	4人
保健師の年齢構成	20代、40代、50代、60代
保健師の配置部署	村民福祉課 (包括:1人、保健:2人、子育て支援:1人)
管轄保健所	岐阜県可茂保健所

※注1: 令和5年国立社会保障・人口問題研究所 ※注2: 令和2年国勢調査結果(総務省統計局)  
※注3: 平成30年~令和4年人口動態保健所・市区町村別統計の概況

#### まとめ

人をまるごとみていける小規模自治体の保健師って、結構すごいんじゃないかしら。  
一人小規模多機能で、事務量はんばなし。  
ずっと若手のまま、思いがけず昇格することもある。  
それでも、健康をまもる人として、個人も地域も安心感・幸福感を持ってもらうために奮闘している!

- 報告者/桂川のぞみ(東白川村村民福祉課 課長兼包括支援センター長)
- コメント/児玉美智子(岐阜県可茂保健所健康増進課 保健予防係長)

## Case 02

### 富山県 中新川郡 舟橋村 Funahashi



#### 概要

人口(R7.4.1)	3,326人
2040年推計人口 ※注1	2,978人
高齢化率 ※注2	18.5%
合計特殊出生率(出生数) ※注1	1.86(令和6年度出生数:27人)
保健師数	4人
保健師の年齢構成	40代、30代、20代
保健師の配置部署	健康福祉課保健係
管轄保健所	富山県中部厚生センター

※注1: 「第2期舟橋村人口ビジョン」より  
※注2: 「舟橋村高齢者保健福祉計画(令和3年度~令和5年度)」に基づく住民基本台帳データより

#### まとめ

小規模自治体の保健師は、何でもするから、何でもできる、例え近隣と同じ事業が出来ずとも個性を活かした方法で出来ることがあるはず。

- 報告者/黒田綾子(舟橋村健康福祉課 保健係長)
- コメント/浦辻効英(富山県中部厚生センター企画調整班 班長)

## About | 報告概要

両自治体はいずれも保健師数4人規模ですが、東白川村は中山間地域、舟橋村は都市近郊のベッドタウンと、地理的条件や人口構成、住民の暮らしぶりが大きく異なっていました。

東白川村は、少子高齢化が進む小規模自治体で、人口規模や資源に限られる中で保健師活動を展開しています。保健師は多岐にわたる業務を担い、「一人小規模多機能」と表現される状況にあり、地域を深く理解し、住民一人ひとりを「まるごとみる」姿勢を大切にしています。また、学生実習を積極的に受け入れ、人材育成と人材確保の両面につなげている点が特徴です。

舟橋村は、人口増加を背景に、多様な世代への対応が求められてきた村です。保健師の中途採用により経験年数と役職の逆転が生じる体制の中で、各保健師の得意・不得意や関心のある分野を踏まえ、業務担当制と地区担当制を組み合わせています。係内ミーティングを通じて、業務や判断が特定の保健師に集中しないよう工夫し、互いの取り組みを認め合う関係づくりを大切にしています。学生対応や行事参加も前向きに捉え、仲間づくりや人材育成、地域理解につなげています。

両自治体ともに、限られた資源や人脈を活かしながら保健師活動を展開していました。人材育成には苦労も多い中、熱い思いをもって取り組んでいる姿が印象的でした。

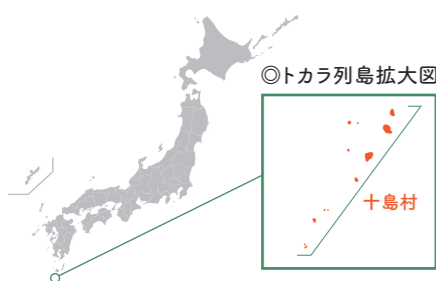
## Message | 視聴者の声

- 小規模町村の例えが「一人小規模多機能」とわかりやすく、日々の業務の大変さが伝わりました。その中で学生実習をうまく活用されており、すごいと思いました。限られた体制の中でも前向きに取り組まれている様子が印象に残りました。
- 学生実習を積極的に受け入れ、村の業務を経験してもらう中で、学生の視点を得る等、業務の活性化に活かしているところが印象的でした。新規採用職員が実習経験者ということもすばらしいと思いました。人材育成と人材確保につながっている点が参考になりました。
- 経験と年齢構成に逆転現象があっても、保健師活動の目的に都度、立ち返って活動をしているところが印象に残りました。人材育成の在り方として大変参考になりました。役職や経験に関わらず支え合う姿勢が伝わりました。
- 他自治体も似たような課題があると知ることができました。その課題に対して工夫しながら取り組んでいる様子がわかり、力をもらいました。自分の自治体でも活かせる視点があると感じました。

### Case 01

## 鹿児島県 十島村 Toshima

日本一長い村



#### 概要

人口 (R7.10.1)	657人
2040年推計人口 ※注1	558人
高齢化率 ※注1	33.8%
合計特殊出生率(出生数) ※注2	1.57(令和6年度出生数:8人)
保健師数	4人
保健師の年齢構成	50代前半:1人(27年目) 30代後半~40代前半:3人(11年目,5年目,3年目)
保健師の配置部署	健康福祉室:3人、村民室:1人
管轄保健所	鹿児島県伊集院保健所

※注1(国立社会保障・人口問題研究所:日本の地域別将来推計人口令和5年推計)  
※注2(H30-R4推計)人口動態

#### まとめ

##### ●災害対応で大切にしてきたこと



●報告者/本砥貴子(十島村役場住民課 村民室室長)

●コメント/林しおり(鹿児島県鹿児島地域振興局保健福祉環境部 健康企画課 課長)

### Case 02

## 島根県 隠岐郡 知夫村 Chibu



#### 概要

人口 (R6.1.1)	592人
2040年推計人口 ※注1	492人
高齢化率 ※注2	44.8%
合計特殊出生率(出生数) ※注3	1.60(令和6年度出生数:4人)
保健師数	令和5年度~令和6年度 常勤保健師:0人 令和7年度 常勤保健師:1人
保健師の年齢構成	令和7年度 50代:1人
保健師の配置部署	村民福祉課
管轄保健所	島根県隠岐保健所

※注1:令和5年国立社会保障・人口問題研究所 ※注2:令和2年国勢調査結果(総務省統計局)  
※注3:平成30年~令和4年人口動態保健所・市区町村別統計の概況

#### まとめ

- “できない理由”より“できる工夫”で地域を笑顔に!
- 小さな村でも、健康づくりのアイデアは無限大!
- 限られた資源を有効に活用し、地域全体で保健活動の継続と健康増進を図る。

●報告者/山岡伸之(知夫村役場 村民福祉課 課長)、松本つばさ(管理栄養士)

●コメント/西明美(島根県 隠岐支庁 隠岐保健所 島前地域危機管理 スタッフ)

## About | 報告概要

第3回リレー報告では、鹿児島県十島村と島根県知夫村より、限られた資源で困難に立ち向かう小規模自治体の貴重な実践が報告されました。

十島村は「動いて、任せて、つながる」と題し、令和7年7月トカラ列島近海地震対応について報告されました。迅速な現場把握、外部への業務委託、そして住民との日頃の信頼関係により、発災後わずか40分で全島民の安否確認を完了させました。保健師が住民の声を汲み取り対策本部へ繋げたことで島外避難が実現。日頃の「顔の見える関係性」といざという時の専門職の介在価値を再確認させる内容となりました。

知夫村からは「常勤保健師ゼロ」の危機を乗り越えた体制構築が報告されました。令和5年度に保健師不在という深刻な事態に陥り、看護師や管理栄養士を中心に、保健所のサポートを受けつつ、このピンチを業務整理の好機と捉えて改革を断行。真に保健師(専門職)がすべき業務を整理し、属人化を防ぐマニュアル化や引継ぎの工夫を凝らした体制、住民主体の活動の導入など構築しました。この前向きな姿勢が、令和7年度の常勤保健師確保という成果にも繋がっています。

今回の2村に共通していたのは、非常事態において、限られた人員でも「住民とともにできる最大限の可能性」を追求する強い意志です。困難を単なる「ピンチ」で終わらせず、体制を見直す「チャンス」へ変える考え方が、小規模自治体の保健活動の根底にあることを深く実感させる報告となりました。

## Message | 視聴者の声

- 保健師として地域に出向くという普段の業務が平時の取り組みにつながり、災害時に他機関に支援してもらう際の重要な情報になるということを改めて強く感じました。
- 災害時、行政のできることは限られているので、普段から住民を巻き込むことの重要性を上司と共有しておくことが大事だと感じました。また、自身が保健師として住民に役立つ資源となるよう「学び続ける」という姿勢に感銘を受けました。
- 保健師がいないという難局を乗り越えるために保健事業を見直し、住民の力を借りること、住民主体にシフトしたことに着眼されたことなど参考になりました。
- 保健師が不在となった事例を知り、事務職員とも人材確保について意見交換を行う際の参考にしたいと感じました。また、今後人材確保が難しくなることも想定し、業務の在り方を考えていきたいと思いました。

## 目的

小規模町村(概ね人口1万人未満)の保健師が、オンラインで、同規模町村の保健師と交流することにより、課題や工夫を共有・情報交換し、人材育成や保健業務遂行のあり方を考える機会とする。

## 内容

第1~3回の小規模町村保健師活動報告リレーを振り返った後、各4~6人の計5グループに分かれ、交流・情報交換を行いました。話し合ったテーマは、「人材確保と定着支援」「人材育成」「事業の効率化」「保健師としてのキャリア形成」などでした。最後に各グループからの発表を共有しました。

## About | 各グループからの発表の概要

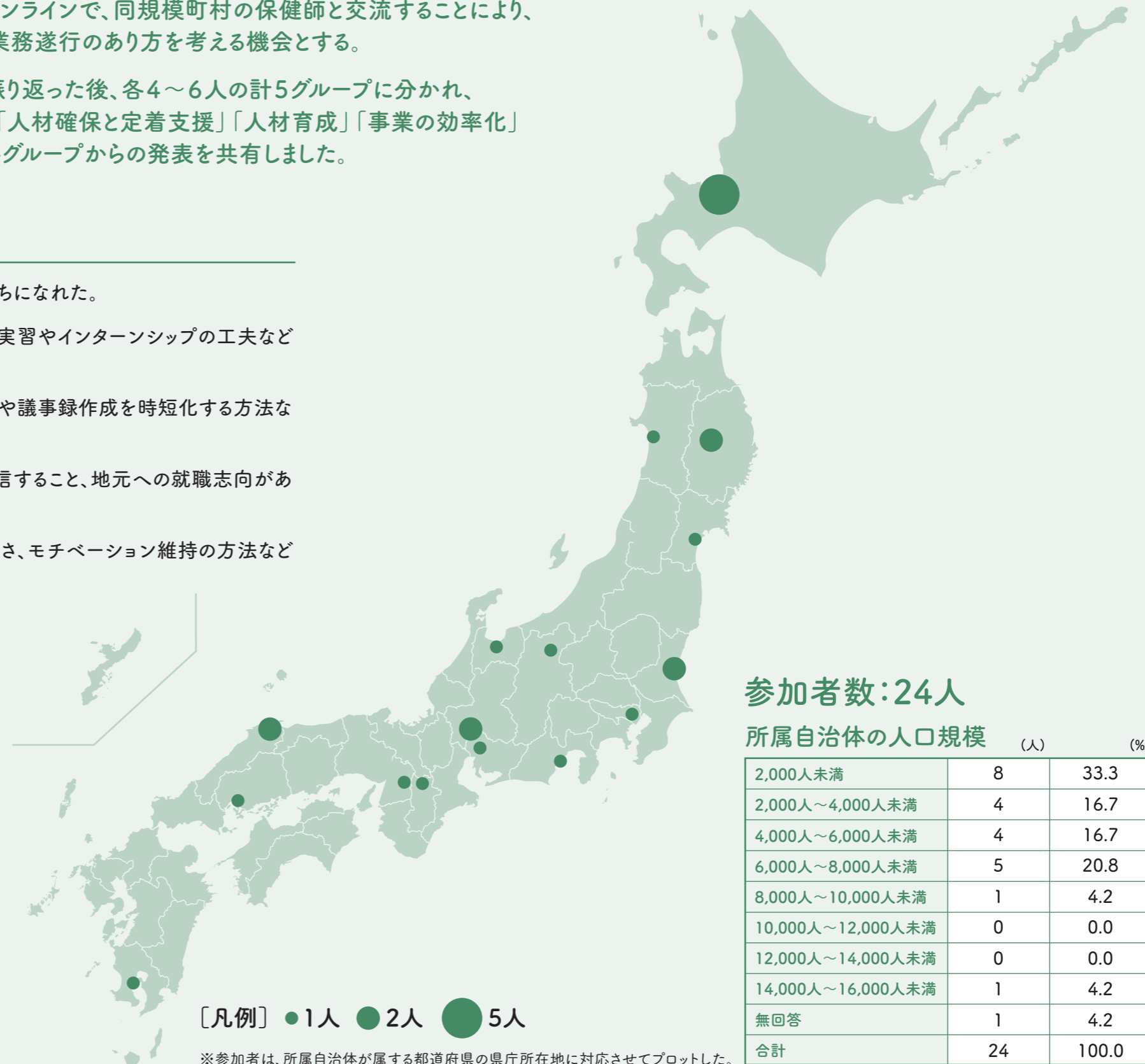
- 小規模特有の悩みを直接話すことができ、明日から頑張ろうという気持ちになれた。
- 地域住民に保健師の顔を売っていくための工夫、人材確保としての学生実習やインターンシップの工夫などについて共有・情報交換できました。
- 事業の効率化について、具体的には、母子保健事業の広域化、訪問記録や議事録作成を時短化する方法などについて情報交換できました。
- 人材の確保・定着には、保健師が生き生きと活動している様子を外に発信すること、地元への就職志向があるため中学生に向けてPRすることなどが大事だと話し合いました。
- 保健師自身のキャリア形成について、プライベートも充実させることの大切さ、モチベーション維持の方法などについて意見交換できました。

## Message | 司会者まとめ

「もう少し時間があるとよかった」と感じるほど、どのグループも盛り上がっていました。全体共有では、小規模自治体ゆえの困難・課題はあるものの、小規模自治体ならではの強みを活かし、創意工夫して活動していることがわかりました。

各グループの報告から、小規模自治体特有の状況の中で保健師活動をしていく上では、受援力が大事であることが確認できました。職場の同僚・上司や職場内外の他職種に「困っている」ということを伝えること、管轄の保健所に相談することも有用であると確認しました。

そして、この情報交換会を通じて、小規模自治体で働く保健師同士がつながることができたので、今後も連絡を取り合い、交流を継続してもらいたいと期待して終了しました。



参加者数:24人

所属自治体の人口規模 (人) (%)

2,000人未満	8	33.3
2,000人~4,000人未満	4	16.7
4,000人~6,000人未満	4	16.7
6,000人~8,000人未満	5	20.8
8,000人~10,000人未満	1	4.2
10,000人~12,000人未満	0	0.0
12,000人~14,000人未満	0	0.0
14,000人~16,000人未満	1	4.2
無回答	1	4.2
合計	24	100.0