

# 知っ ていま 保健師



## Q1 保健師ってどんな職業？

**A1** 地域の健康づくりを支援しています。病気の予防が目的です。

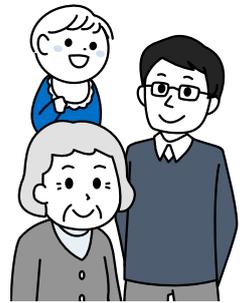
保健師は、病気の予防や地域の健康づくり活動への支援などを行う、地域看護の専門職です。病気やケガをした人を治す医師や看護師とは違い、保健師は皆さんの病気の予防、健康維持・増進のお手伝いをしています。



## Q2 地域の健康づくりにどのように関わっているの？

**A2** 地域全体を対象に幅広い活動をしています。

乳幼児から高齢者、健康な方から病気や障がいをお持ちの方まで、保健師の活動は地域に住む方全員が対象です。健康教室や個別相談などを通して、より健康的な生活を送れるようにアドバイスしています。



## Q3 健康相談をしたいときは？

**A3** 区役所の保健師にご相談ください。

豊平区役所  
(豊平保健センター)

部署名・所在・電話番号	担当
健康・子ども課健やか推進係 豊平区役所 3階 ☎822-2472	子ども・子育て世帯の健康、健康づくり活動について
保健福祉課保健支援係 豊平区役所 3階 ☎822-2461	高齢者・障がいをお持ちの方の健康、介護予防について

### 区役所保健師から メッセージ



(左) 原 智子さん  
(右) 吉田 里菜さん

「子育てを頑張っているけど、うまくいかない。身体や心がちょっとつらい……」という方、「介護がっつらくなってきた。なにか良い方法はないかな」という方など、お気軽にご相談ください。

他にもこんな相談先があります。

地域包括支援センター  
介護予防センター

高齢者の生活や健康について総合相談ができます。介護予防教室や健康講話も行っています。

名称・所在・電話番号	担当地区
<b>第1 地域包括支援センター</b> 美園12条7丁目7-8 ☎841-4165	下記の4地区
<b>介護予防センター中の島</b> 中の島1条8丁目3-18 ☎813-3311	平岸 中の島
<b>介護予防センター美園</b> 美園12条7丁目7-8 ☎817-1294	豊平 美園
<b>第2 地域包括支援センター</b> 西岡4条3丁目7-5 ☎836-6110	下記の3地区
<b>介護予防センター西岡</b> 西岡5条12丁目1-2 ☎581-3000	西岡
<b>介護予防センター東月寒・福住</b> 月寒東2条18丁目7-35 ☎852-8830	東月寒 福住
<b>第3 地域包括支援センター</b> 月寒中央通7丁目6-20 ☎854-7777	下記の2地区
<b>介護予防センター南平岸</b> 西岡4条13丁目17-1 ☎584-1325	南平岸
<b>豊平区介護予防センター月寒</b> 月寒西2条5丁目1-2 ☎857-6110	月寒

