

地域・在宅看護論概論①



2026年6月5日(金)

井坂 衣莉

地域・在宅看護論

目的

地域で暮らす人々の生活や行われる看護の特徴を理解し、支援につなげる基礎的な能力を養う。

目標

- 1 社会の変化と地域・在宅看護の意義を理解できる。
- 2 地域で暮らす人々の生活を理解し、健康との関連が理解できる。
- 3 地域で行われる看護の概要が理解できる。
- 4 地域・在宅看護に関する制度とその活用について説明できる。
- 5 地域・在宅看護の理念の基本事項・倫理について理解できる。

本日の授業内容

- 1 地域における健康な暮らし
 - 1) 暮らしとは
 - 2) 暮らしと健康の関係
 - 3) 暮らしの中で健康を捉える
- 2 暮らしと地域
 - 1) 地域の定義
 - 2) 環境が生活に及ぼす影響

1. 地域における健康な暮らし

1) 暮らしとは

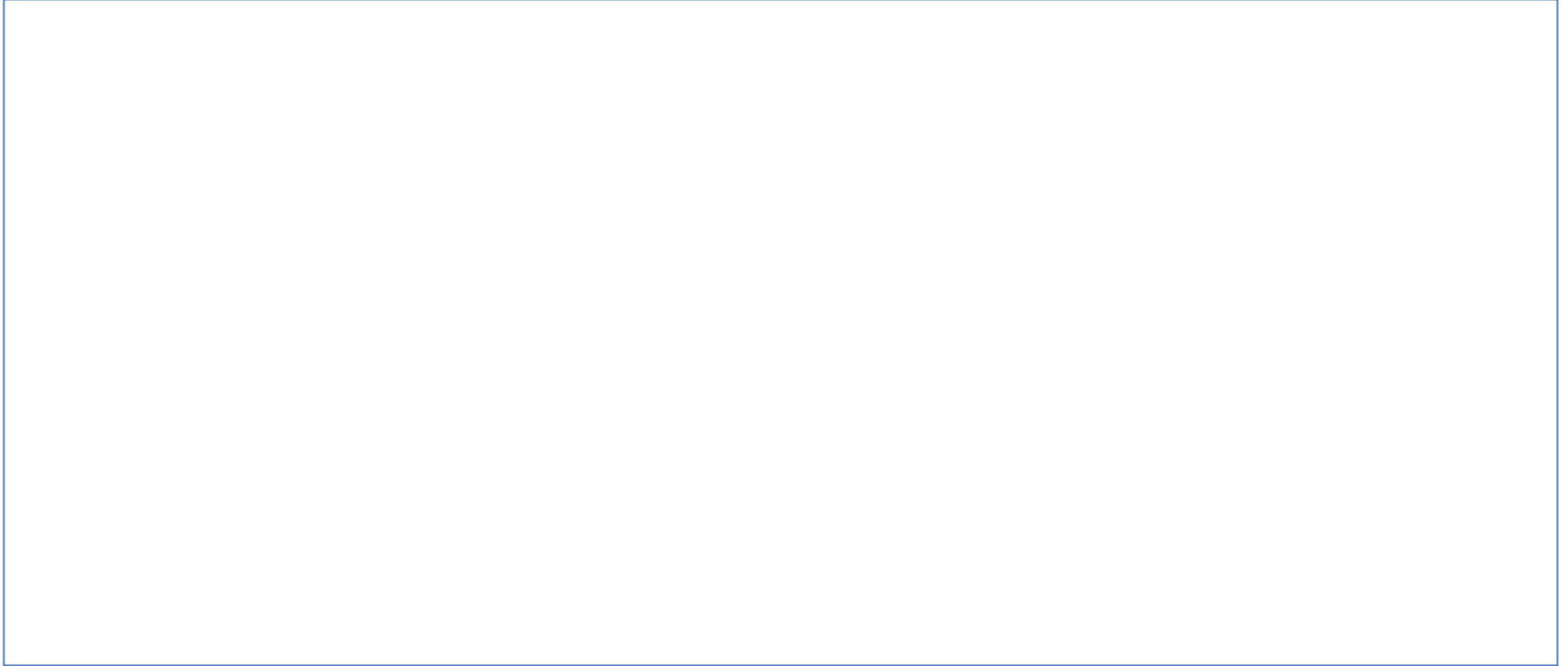


グループディスカッション

1. クラス仲間に自分の暮らしを紹介しよう。
(一人5分間)
2. 個人ワーク
仲間の暮らしを聞いて感じたことをまとめよう。
(5分間)
3. 「暮らしとは何か」を話し合ってみよう。



「暮らし」って何だろう？



暮らしを構成するもの

はぐくむ



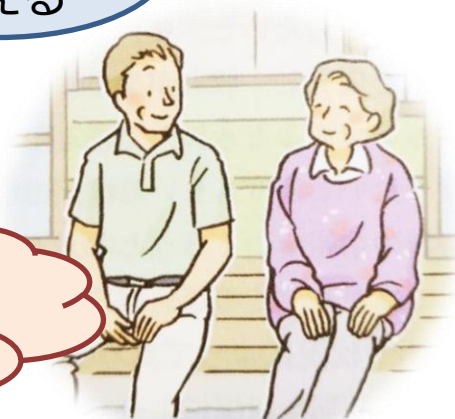
愛情

養生する



価値観や歴史

災いに備える



衣食住



喜怒哀楽

つながる



夢や希望

祈る



2) 暮らしと健康の関係



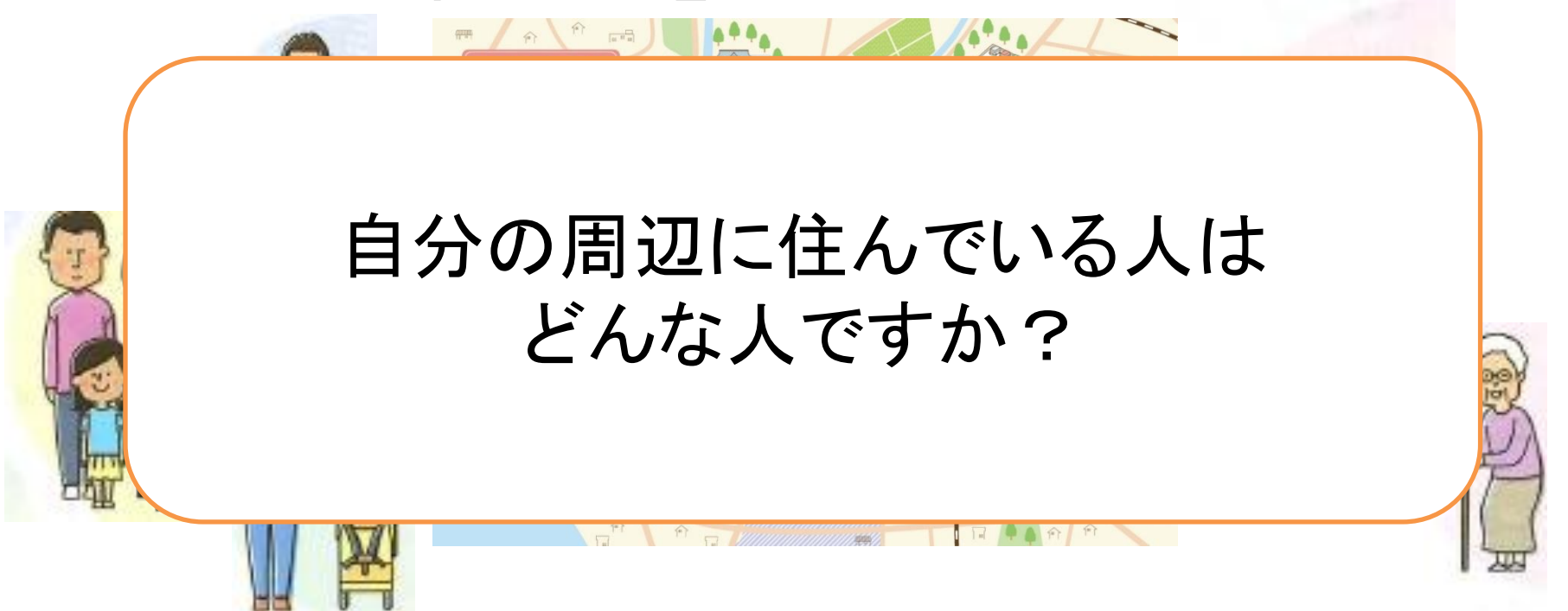
文章を読んで
健康な暮らしについて考えてみよう

文章のどの部分が健康な暮らしに関連していると考えますか？印をつけてみよう。

友達と昼食を取り、何気ない会話で談笑する。午後の授業を終えて家に帰る。夕飯は朝食の残りの味噌汁と雑穀米に、サーモンのムニエルと季節の野菜をゆでたもの、そしてヨーグルトを少し、カモミールティーを飲みながらYouTubeで大好きな番組を1時間ほど見た。授業で少しストレスだった出来事について電話で友達に聞いてもらい、気持ちが晴れた。40℃の風呂に浸かりリラックスタイムを過ごしたら、歯磨きをする。1時間ほど授業の復習をして、3行日記を書いてからベッドに入った。気持ちの良いベッド。今日も幸せだと思いながら眠りについた。

日々バランスを取りながら
自分らしい生活している

なぜ「暮らし」に注目するの？



自分の周辺に住んでいる人は
どんな人ですか？

地域の中には様々な暮らしをしている人がいる

何らかの病気や障害を持ちながらも
自分が選んだ地域で自分らしく暮らす人々への
看護を理解するためにこれまで以上に「暮らし」を
深く理解することが必要

一人ひとり異なる暮らし



時代



地域



価値観



時期や状況

価値観



- 嗜好の違い
- 家族との時間を大切にする
- 仕事やキャリアアップを目指す
- 趣味や娯楽を大切にする

など...

何を大切にしているかは人それぞれである

時代



大正 → 昭和 → 平成 → 令和

- ・家事の違い
- ・家族世帯の違い



時代とともに環境も変化し、
暮らしやすさも変化する



時期や状況

- 学生
- 社会人になってからの一人暮らし
- 結婚や出産
- 仕事(出世、失業...)
- 事故や病気
- 定年後



状況によって暮らし方も変化する。

地域

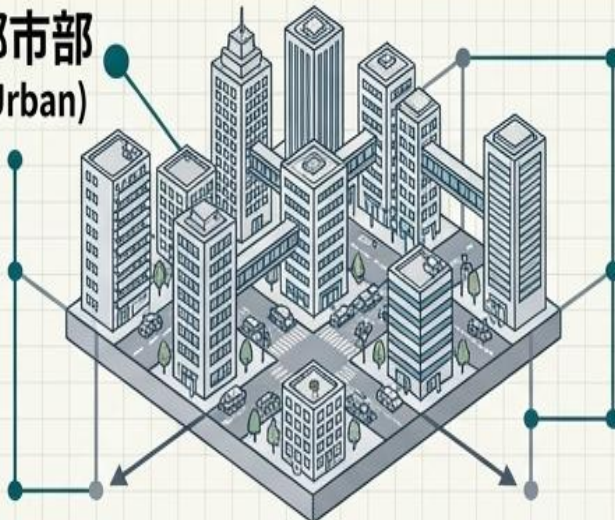
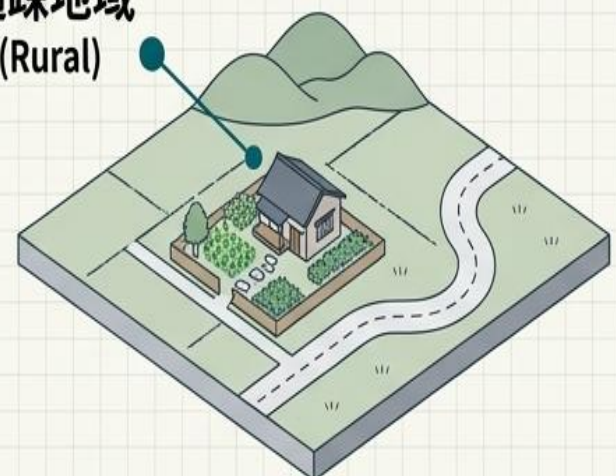








都市部と郊外

- 医療機関の違い
- 商業施設の違い
- 娯楽施設の違い
- 自然環境の違い
- 気候の違い

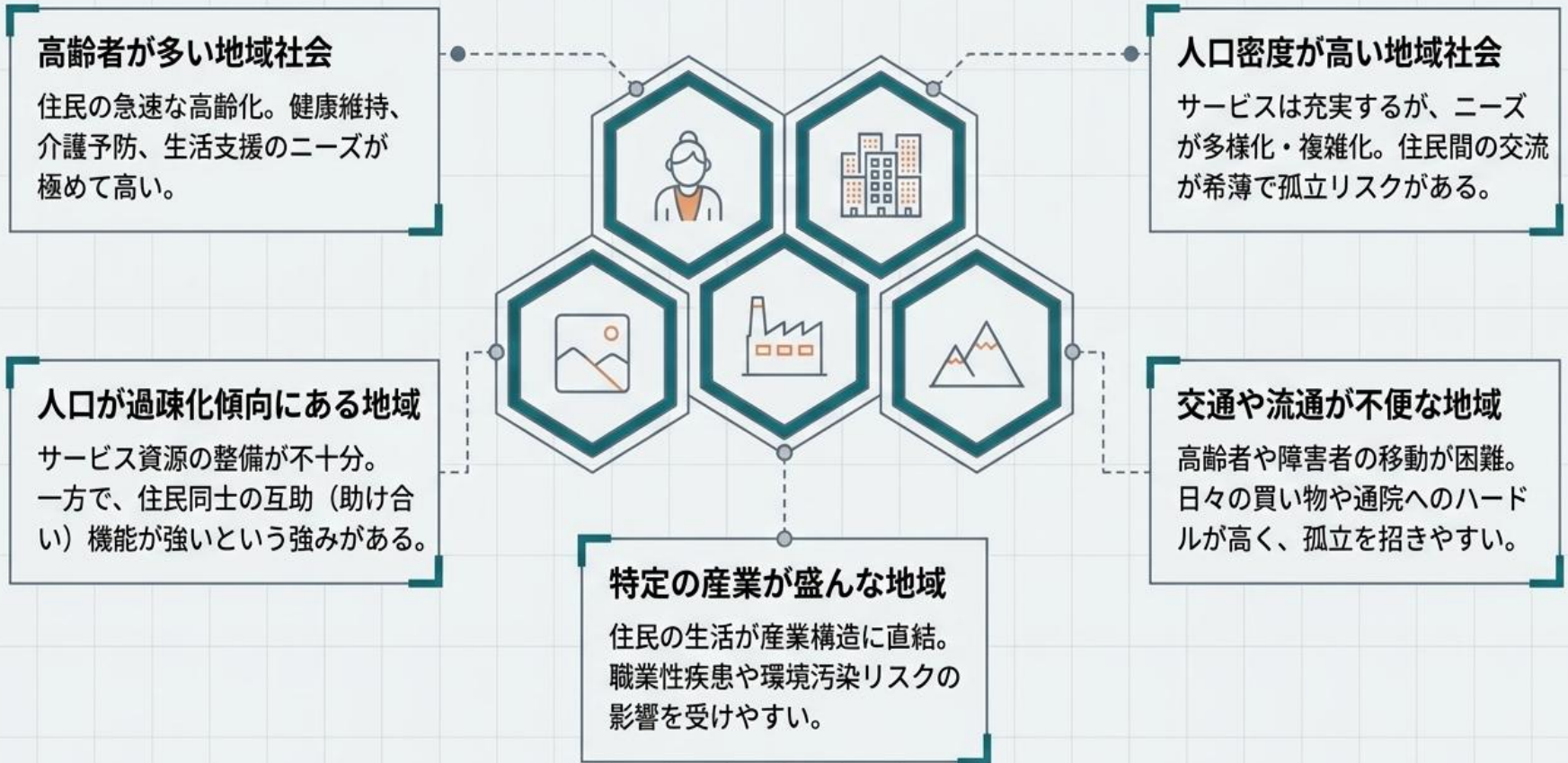


環境は暮らしに影響する

マクロ環境の診断：都市部と過疎地域の構造的差異

	<p>都市部 (Urban)</p> 	<p>過疎地域 (Rural)</p> 
<p>居住空間</p>	<p>人口が集中し、居住空間が狭い。</p> 	<p>土地が広く人口が少ないため、居住空間が広い。</p> 
<p>周辺施設</p>	<p>商業・娯楽施設が密集し、生活利便性が高い。</p> 	<p>施設が少なく、食料や日用品の買い出しが困難。</p> 
<p>交通インフラ</p>	<p>交通インフラが整備され、公共交通機関を利用。</p> 	<p>インフラが衰退。自家用車に頼る移動（交通弱者）。</p> 
<p>医療・福祉</p>	<p>病院が集中するが、高齢者急増で介護施設の待機者が増加。</p> 	<p>医師・介護人材が流出し、無医地区や搬送時間の長さが課題。</p> 

5つの地域社会アーキタイプとその固有ニーズ



各地域社会の特徴やニーズは、地域社会の歴史や現在の健康状態によって違うため、データを収集し理解することが大切！

地域の多様性

テキストP37～

1. 人口構成

地域によって人口構造の違いがある。

2. 産業構造

第一次産業：農業、林業、漁業

第二次産業：加工業など

第三次産業：商業、金融業、運輸業、サービス業

3. 住民・文化・歴史

4. 人口密度

生活空間における環境の影響

生活空間

居室・寝室・台所・トイレ・浴室など・・・(転倒・ヒートショックなど)

人との関係

家族構成
子育て
介護

食事

何を・誰と・どこで・どのように食べるか



栄養障害
肥満
など

排泄

トイレ環境
食事内容
活動状況



排泄障害
便秘・下痢
など



一人ひとり異なる暮らし



時代

地域

暮らしの
多様性



価値観

時期や状況

3) 暮らしの中で健康を捉える



町のどんな場所を利用する？

レクリエーション
遊び場、憩いの場

物理的環境
自然環境、住居環境
景観や雰囲気、環境問題の有無

教育
学校
図書館

経済
主な産業
住民が働く場所
商業施設
買い物の場所

情報
情報伝達手段
住民が集まって
情報共有できる
場所の有無

地域の人々はどうか
・様子
・人口動態
・地域の歴史や伝統
・価値観や信念
・文化・習慣・規範・宗教
・政治など

安全と交通
治安、消防、警察
災害対策
公共交通機関
住民の移動手段

保健医療と社会福祉
疾患の罹患状況、要介護者の状況
医療機関(病院、診療所、訪問看護ステーションなど)
社会福祉機関(介護・障害者施設、子育て支援センターなど)

暮らしの中で生じる健康問題と

その影響



考えてみよう

自分の暮らす町は、自分・家族の暮らしに
どのような影響を与えているだろう？

暮らしの中で生じる健康問題とその影響

徒歩圏内に行ける場所がある？



山や川や、海がある？



かかりつけの病院・薬局はある？



日当たり騒音臭いは？



家は集合住宅？一戸建て？
どのくらいの広さ？

災害が起きた時に被害を受ける危険は？

地域での健康な暮らしに影響を与える一要素

努力だけではどうしようもない
(良いことも悪いことも)ことが
地域の環境によってもたらされる

家族の暮らしと健康

家族の習慣

・食生活



・家族の喫煙



・活動



など...

暮らしの中の健康の多様性



その人の暮らしの中で
健康をとらえる

- ・こうあるべき
- ・こうでないわけはない
- ・なぜできないんだろう
(問題探し)

その人の暮らし
を**尊重**する

暮らしの中で健康をとらえる

1. 健康の多様性がある。
2. 健康をとらえるために、その人や家族の暮らしぶりに関心を向け、尊重する姿勢を持つ。
3. 対象者の日々の暮らしからの学びがある。

まとめ

- 暮らしを構成する要素について理解しよう。
- 暮らしには一人ひとり異なる暮らしがあり、多様性を有する暮らしを受け止め、尊重していく必要がある。
- 暮らしと健康は影響し合っている。
- 地域・在宅看護の対象は、あらゆる年代の個人・および家族・集団・コミュニティである。
- 人々の暮らす場所のすべてが看護活動の場となる。

2. 暮らしと地域

1) 地域の定義

テキスト①P37

地域・在宅看護における地域とは

その人のライフステージや健康レベルなどによって異なる

- ・学生 : 自宅と学校、その近隣
- ・社会人 : 通勤範囲、県内もしくは都道府県を
またぐ広範囲のこともある
- ・高齢者 : 生活拠点の範囲

個人と家族、コミュニティ(集団)との
つながりから地域の範囲を考える



地域の特性

- ・地理的環境
- ・自然環境、安全性(治安、消防、警察・・・)
- ・風土、価値観(健康観など)
- ・昔から伝承されてきた文化や信仰
- ・歴史・産業・政治・経済・交通・安全・医療
- ・福祉・教育・学習
- ・レクリエーション
- ・コミュニケーション(情報通信) など・・・

人々の暮らす地域は多様である。

調べておきたい地域の特性の例

自然環境	位置、地形、気候
社会的環境	市役所（役場）、交通の便、産業、公園、運動施設、店舗など
	近隣とのつながり（互助）
健康状態	人口動態、平均寿命、健康寿命、死因順位、受療者数、がん検診受診率など
介護事業統計	要介護認定割合、要介護認定者の有病状況など
医療施設	特定機能病院、地域医療支援病院、病院、診療所など
保健施設	保健所、市町村保健センター、母子健康包括支援センター、精神保健福祉センターなど
介護施設	地域包括支援センター、介護老人保健施設、介護老人福祉施設、介護医療院、居宅サービス施設など
福祉施設	福祉事務所、児童相談所、児童福祉施設、障がい者福祉施設など
訪問看護ステーション	
子育て環境	学校、保育所、学童保育など
文化的環境・風土等	

地域の市勢要覧などでデータを収集し、
地域の特性を理解し看護に活かす



2) 環境が生活に及ぼす影響

＜外部環境＞

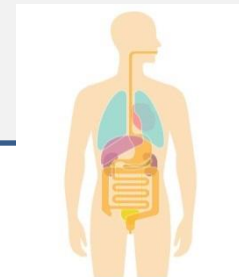
- 自然環境（空気、水、光など）
- 住まいの構造・建材
- 食物
- 経済状況
- 医療や介護資源
- 人的（人とのつながり）
- 地域の歴史や文化



関連

＜内部環境＞

- 人体を構成する細胞や組織を取り巻く体内の環境
- （外部環境から取り入れた栄養素などを内部環境で消化吸収して活動する。）



2) 環境が生活に及ぼす影響

① 自然環境の変化

② 少子・高齢化

③ 社会環境の変化

④ 家族形態の変化

⑤ 文化的な環境



① 自然環境の変化と人々の健康問題

大気環境

水環境

土壌環境

地球温暖化



大気汚染



水質汚濁



土壌汚染



オゾン層破壊
砂漠化
海洋汚染



騒音



振動



地盤沈下



悪臭

環境汚染がもたらす疾病



○4大公害病

- ・水俣病
- ・第二水俣病(新潟水俣病)
- ・四日市喘息
- ・イタイイタイ病

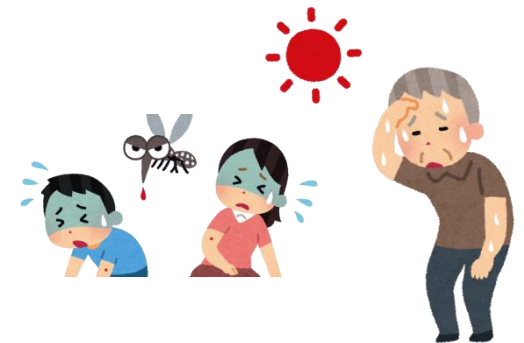


○肺がん、じん肺

○シックハウス症候群

○熱中症

○マラリア・デング熱



など...

水



[写真特集1/26] | 毎日新聞 <https://mainichi.jp/graphs/20161004/hpj/00m/040/003000g/1より引用>

環境汚染がもたらす健康への脅威

「水俣病」

工場廃液であった「メチル水銀」が原因で、四肢の感覚障害と運動失調、視野狭窄、言語障害を引き起こす。

1956年:熊本県の水俣湾周辺
1964年:新潟県阿賀野川流域

空気

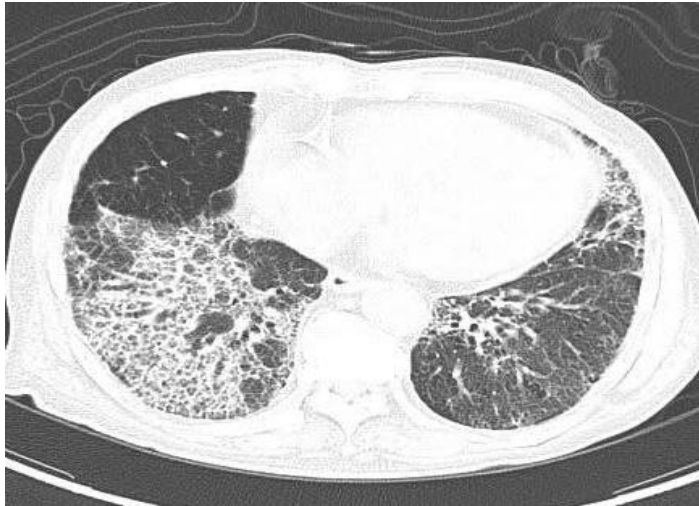


四日市喘息 - 広辞苑無料検索 (sakura-paris.org)より引用

「四日市喘息」

三重県四日市市にて石油工業基地から排出される煤煙(ばいえん)などが原因となり、多くの喘息患者が発症した。

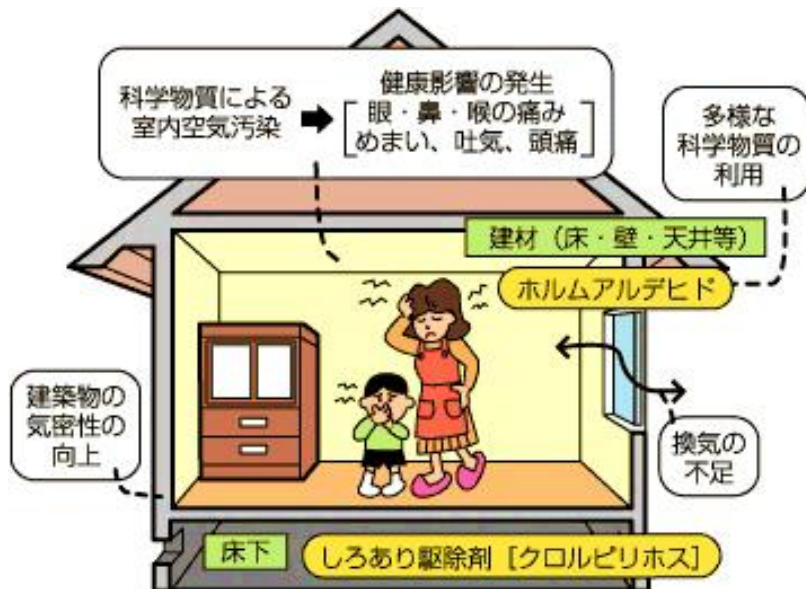
環境汚染がもたらす健康への脅威



「じん肺」

粉じんやアスベストなどの吸入によって肺の線維化増殖性病変を主体とする疾患。

砕石、採鉱、研磨、窯業、鋳物などの職業に従事する人に発症しやすい。



「シックハウス症候群」

室内の空気が建材や家具に含まれる揮発性有機化合物(ホルムアルデヒド、トルエンなど13物質)に汚染される状況。

②少子・高齢化現象

テキストP33～

- 晩婚化、晩産化による少子化の進行
- 超高齢社会



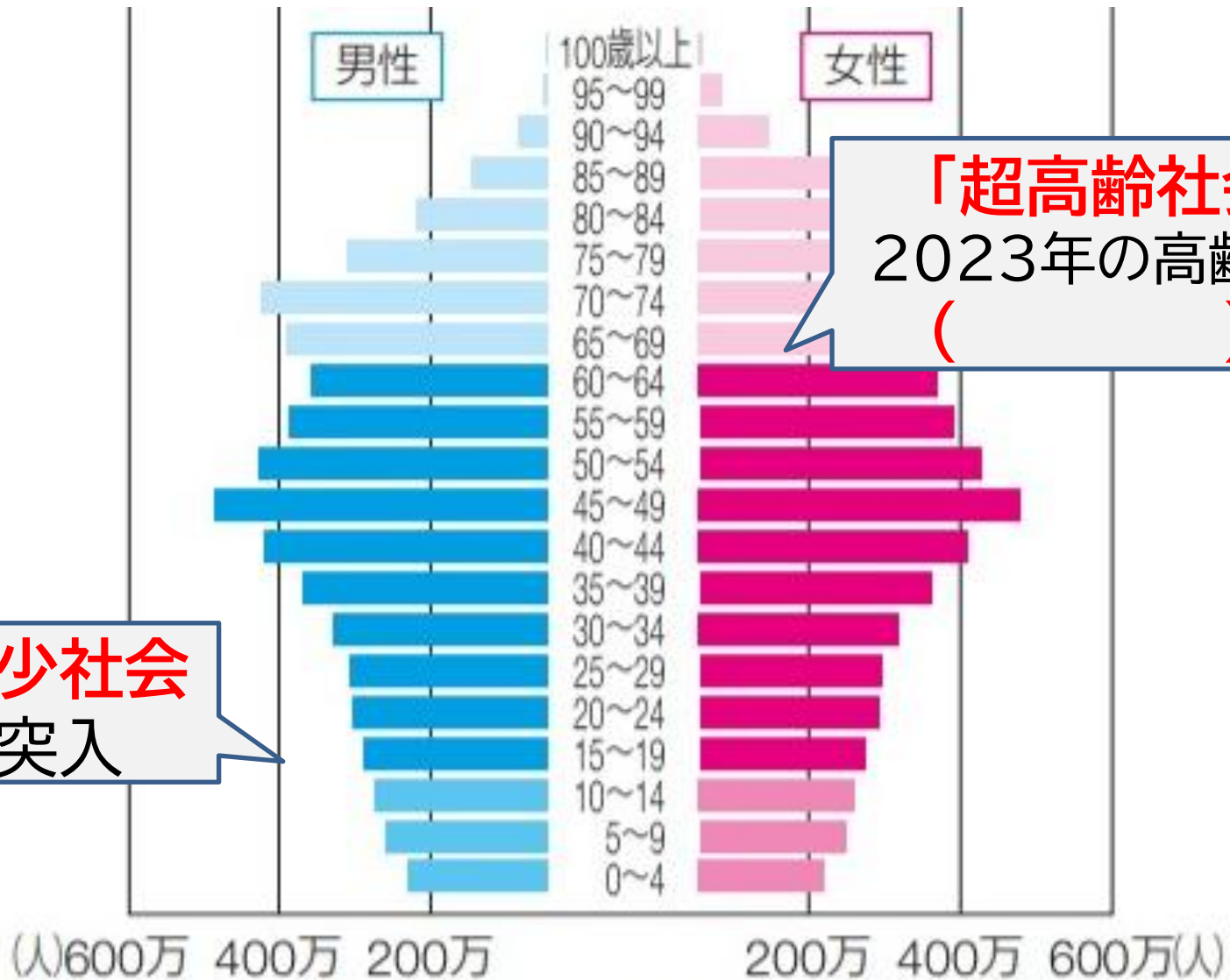
- 人口減少
- 生産年齢人口の減少
- 死亡率の上昇



多死社会の到来



年齢別人口

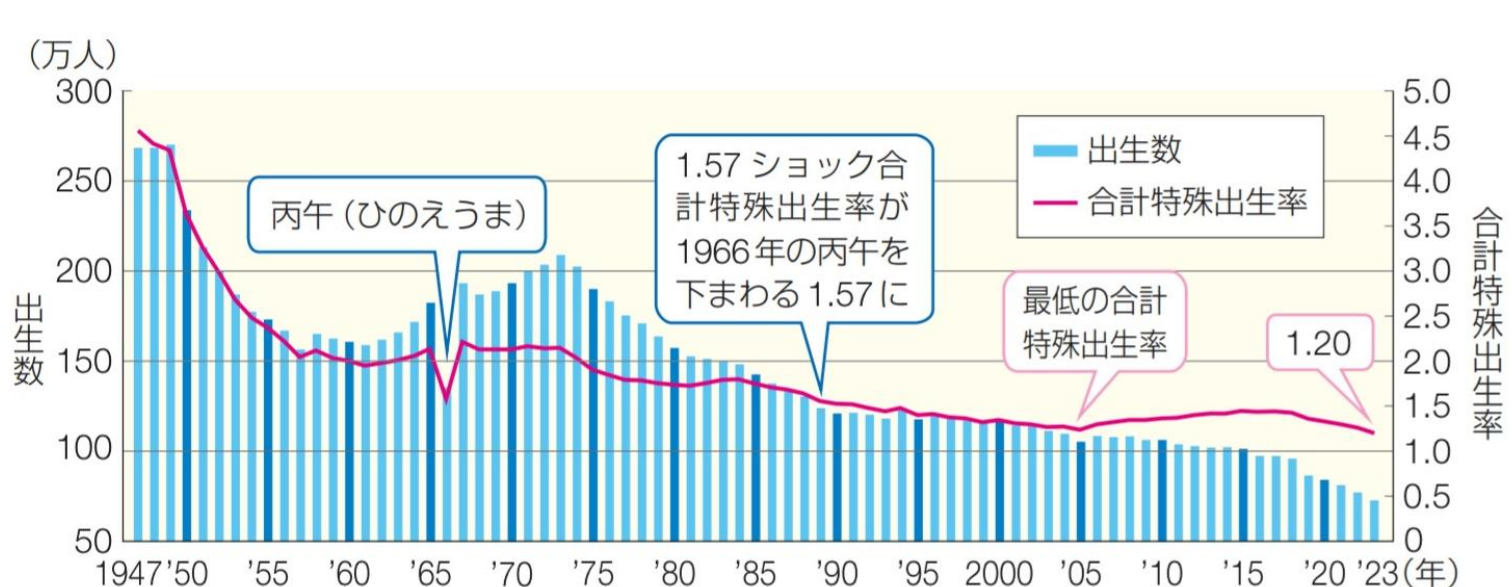


「超高齢社会」
2023年の高齢化率
()%

人口減少社会
への突入

a. 全国

出生数及び合計特殊出生率の年次推移



※1945, 1946年は資料不備のため省略。1947～1972年は沖縄県を含まない。

※丙午：干支の1つで60年に1回まわってくる。この年に生まれた女性は気性が激しいという言い伝えがあり、出産を避けた夫婦が多い。

(「人口動態調査」による)

図 3-12 出生数と合計特殊出生率の推移

令和6年(2024年)

出生数

68万6061人

前年比4万1227人減

令和6年(2024年)

()%

死因別に見た死亡率の年次推移

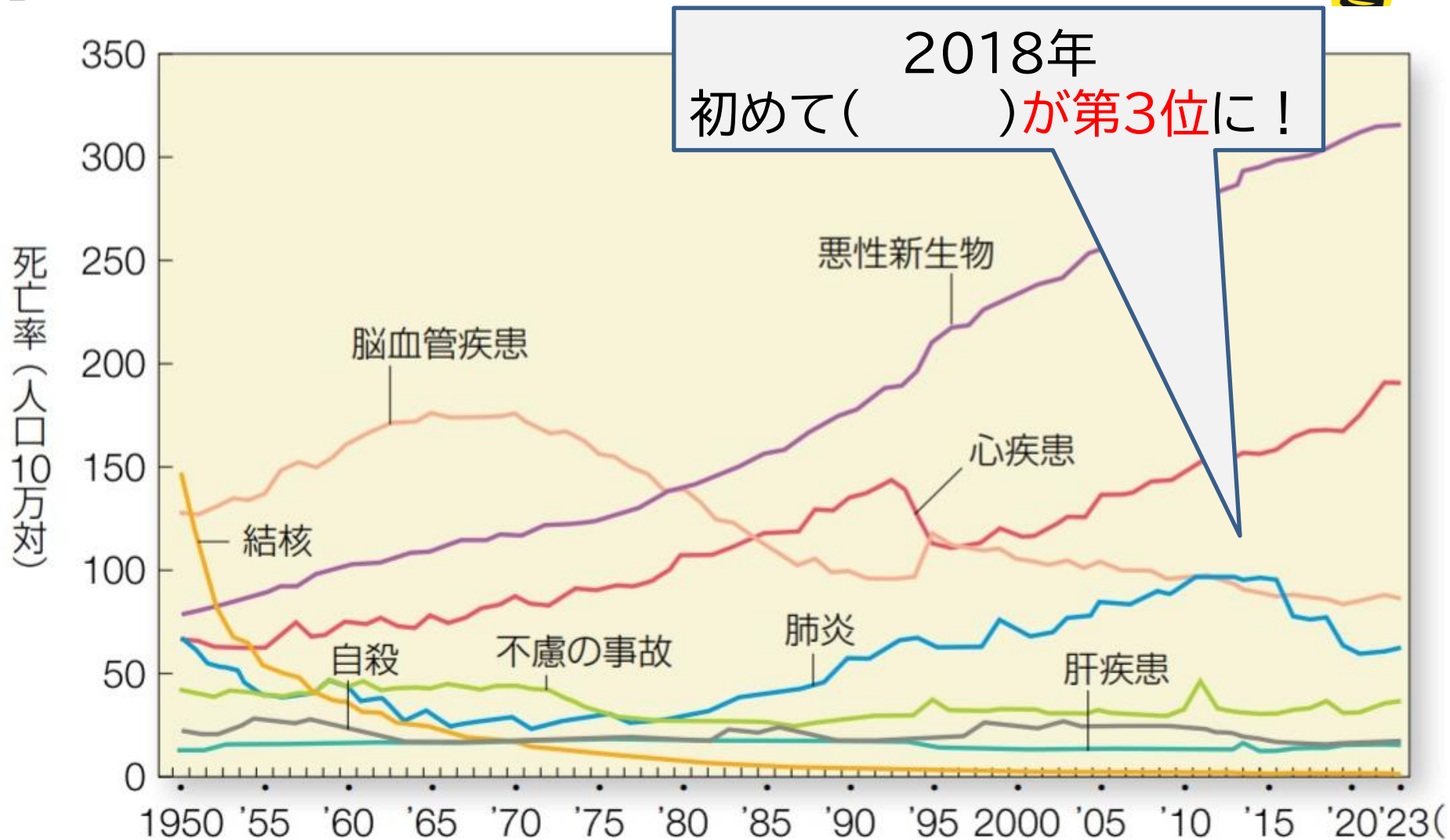


図 2-14 主要死因別に見た死亡率(人口10万対)の推移

(「令和5年人口動態統計(確定数)の概況」による、一部改変)

③社会環境の変化と人々の健康問題



雇用形態の多様化



パワーハラスメント



ワークライフバランスの不良



SNSによる誹謗中傷



悩み・不安・ストレス



生活習慣の影響

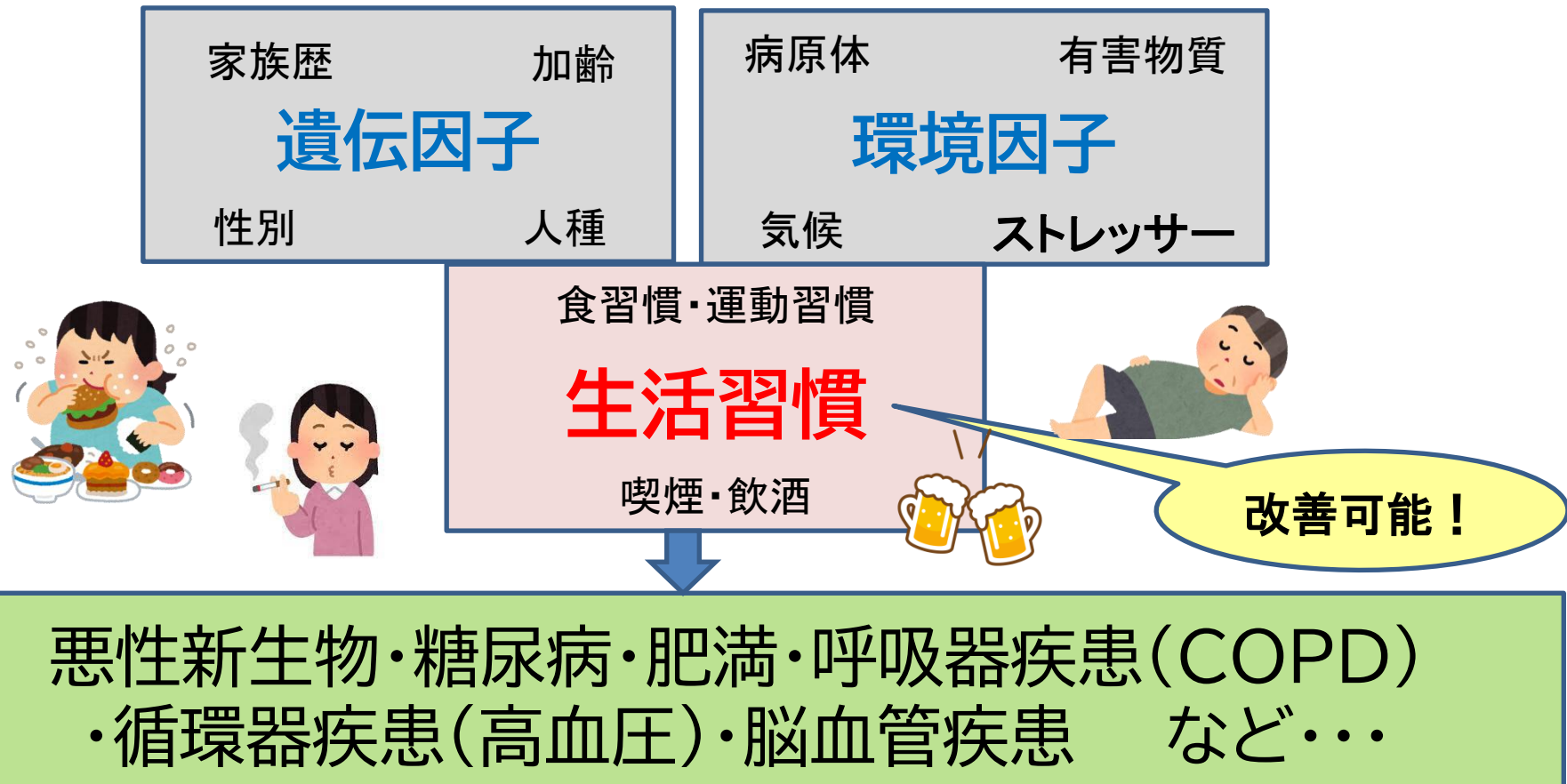


」の発症



生活習慣病

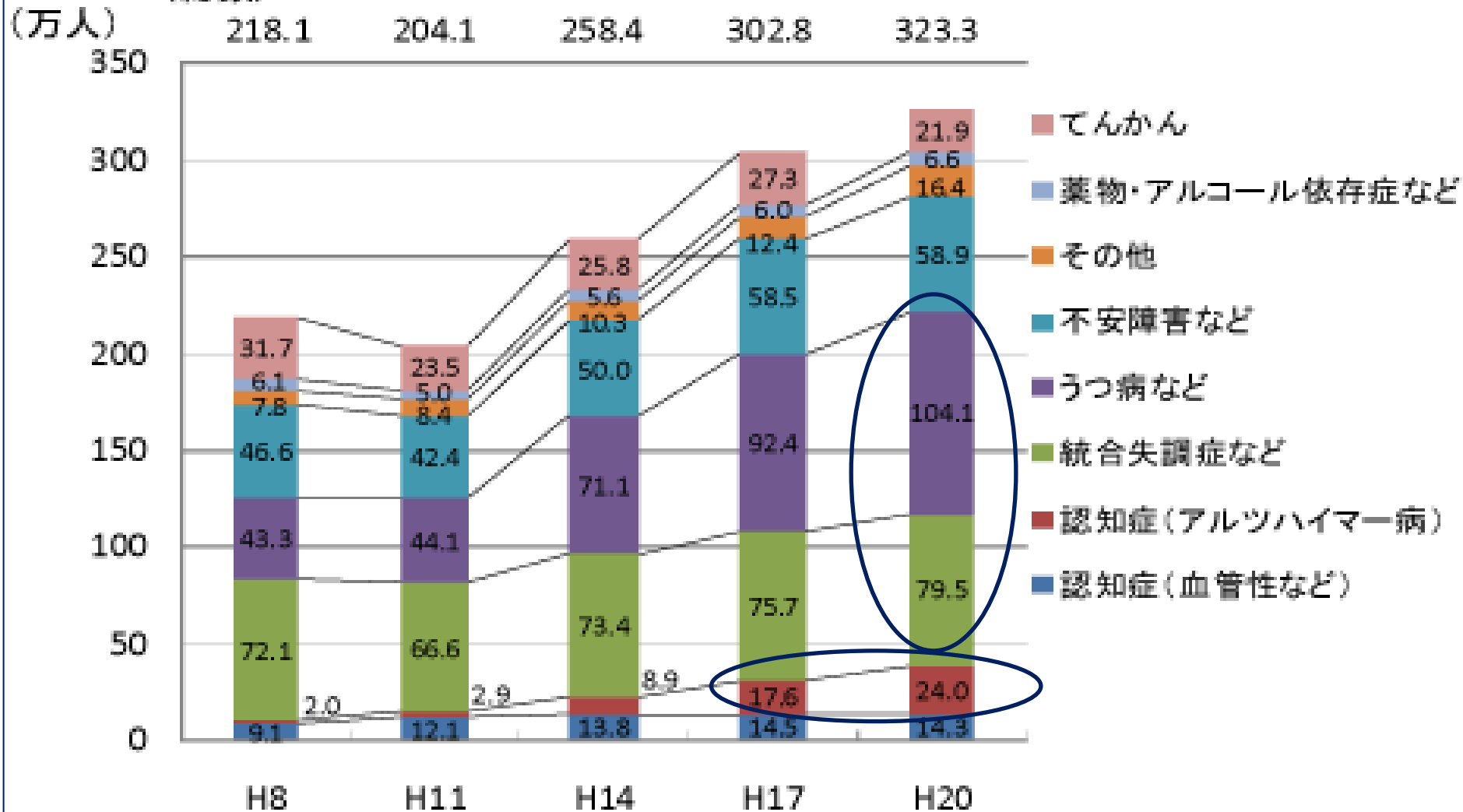
「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣がその発展・進展に関与する疾患群」



精神疾患の患者数

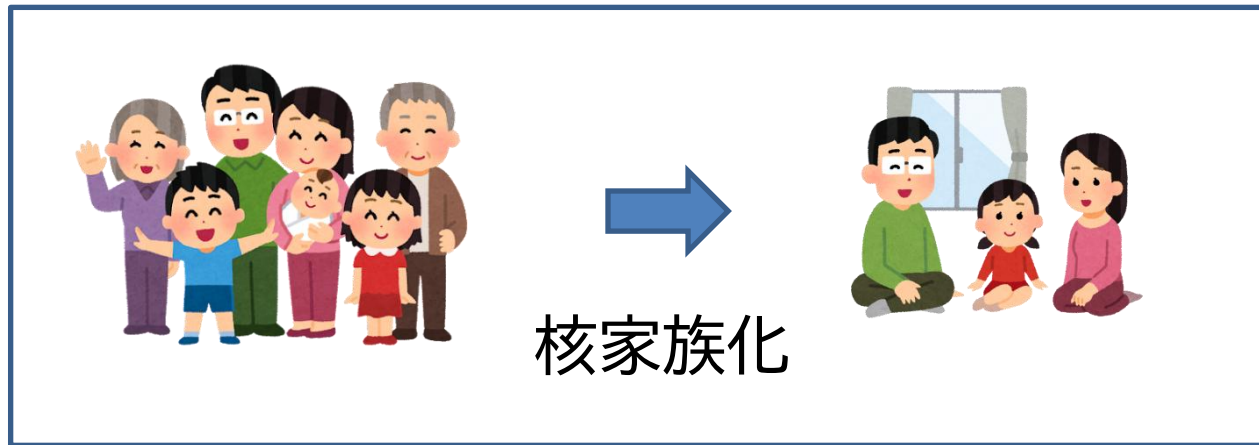
(医療機関に受診する患者の疾病別内訳)

(総数)



厚労省:患者調査より

④ 家庭形態の変化と家族の役割



育児への不安や孤立



単身赴任・共働き



老老介護・認認介護・孤立死

⑤ 文化的な環境と人々の健康



地域システム

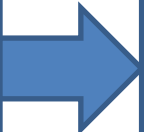
地域を1つの単位として
アセスメントする



個人システム

統合された1人の人間と
してアセスメントする

地域の人々との関係の希薄化



国家試験過去問題を解いてみよう

必修問題

基礎的な問題で、合格には80%以上の正答率が必要
1問1点:50問出題

<健康に影響する要因>

生活環境・社会環境・生活行動習慣

<健康の定義と理解>

健康に関する指標

<在宅看護の対象と基盤となる概念>

在宅看護の対象と背景

問題

第109回

じん肺に関係する物質はどれか。

1. フロン
2. アスベスト
3. ダイオキシン類
4. ホルムアルデヒド

解答：

問題

第107回

シックハウス症候群に関係する物質はどれか。

1. アスベスト
2. ダイオキシン類
3. 放射線セシウム
4. ホルムアルデヒド

解答：

問題

第109回

平成29年(2017年)の日本の人口推計で10年前より増加しているのはどれか。

1. 総人口
2. 年少人口
3. 老年人口
4. 生産年齢人口

解答:

問題

第103回

日本の平成26年(2014年)における主要死因別に見た死亡率が最も高いのはどれか。

1. 肺炎
2. 心疾患
3. 悪性新生物
4. 脳血管疾患

2021年現在の死亡率

第1位:悪性新生物

第2位:心疾患

第3位:老衰

第4位:脳血管疾患



解答:

まとめ

- 看護師は、社会の動向も注意深く見据えて、時代に飲み込まれることなく、地域の人々の暮らしを支える役割を果たしていく必要がある。
- 人々にとっての暮らしの基盤はその人が生活する地域であり、看護は暮らしを取り巻く環境を考える視点が必要である。
- 地域の特性があることから、人々の暮らす地域は多様性がある。

地域・在宅看護の基盤



対象となる人の障害や疾病を理解し、療養者を含めた地域で生活する人とその家族を理解するために
一人ひとりの地域での「暮らし」を把握することが基盤となる

地域・在宅看護は、地域における様々な場で、
地域での生活を支えるための看護

質問・感想を記入してください。
ワークシートを回収します。

参考資料

- 看護師教育のための地域看護概説. ニューヴェルベル
ヒロカワ
- 国民衛生の動向 厚生労働統計協会
- 地域・在宅看護の基盤地域 在宅看護論1.医学書院
- 医学概論. 医学書院
- ナーシンググラフィカ地域・在宅看護論① 地域医療
を支えるケア
- 基礎からわかる 地域・在宅看護論