



市民の健康に携わって  
いきたい!

保健師

工藤 沙紀 (平成 27 年度採用)

【所属】保健福祉部健康増進課  
【職名】技師

### 函館市を志望した理由は?

保健師は地域の人とのつながりが強い職業であり、どこの地域で保健師として働きたいのかが大事だと考えました。その時に真っ先に思い浮かんだのが高校時代を過ごした函館で、この街で市民の健康に携わっていけたらと思い、志望しました。

### 現在の業務は?

函館市民の健康づくりに関する仕事を行っています。例えば、地域や職域へ出向いての健康教育、未成年へのたばこフリーキッズ教室やアルコールフリーキッズ教室、来所や電話での健康相談および禁煙相談、保健指導、イベントでの普及啓発活動など、様々な年代の方を対象としています。



### 現在の業務のやりがいや魅力は?

保健指導や健康教育で関わった対象者が、何か1つでも健康のために取り入れはじめたことを知ると嬉しくなります。また、来所や電話での健康相談では、相談者の不安なことや困っていることが少しでも解決出来た時に、良かったなあと思います。

ケースバイケースなため何が正解か難しい部分もありますが、様々な対象と関わり経験を積めることは、この仕事の魅力でもあると思います。

### 職場の雰囲気は?

困ったことがあると「大丈夫?」と声をかけてくれたり、わからないことは丁寧に教えてもらえます。また、色々な話をして笑ったり、時には一緒に考えてくれたりと、働くうえで良い環境だと思います。

### 受験を検討している皆さんへ!

学業と就職活動の両立は大変だと思いますが、自身のやりたいこと・どんな環境で働きたいかなど自分の将来について考え、息抜きもしつつ頑張ってもらいたいと思います。応援しています。

～工藤さんのある日の1日～

6:45	起床
8:05	出勤
8:35	登庁
8:45	メール・スケジュール確認
9:30	健康教育(未成年喫煙防止講座)のため、保健センターを出発し、小学校へ
11:45	健康教育終了し、保健センターへ戻る
12:00	昼食
13:00	特定保健指導の記録
14:30	健康教育実施報告、アンケート集計など
16:00	記録、電話相談対応など
17:00	翌日の健康教育の準備
17:45	退庁
18:15	帰宅、夕食の準備
19:00	夕食
20:00	家事、テレビ鑑賞、入浴など
0:00	就寝