

保険者訪問



川辺川の清流に育
まれた水と緑の郷

行くと『相性が良くなる村』

相良村



川辺川と、地元で「トトロの森」として人気の雨宮の森

相良村は熊本県の南部、球磨郡のほぼ中央部に位置し、村の中央には日本三大急流の一つである球磨川の最大の支流、川辺川が北から南へと流れています。北部は山林地帯ですが、南部（川辺川の中・下流域）は平野が開けて水田や畑が広がっており、お茶やメロン、イチゴなどが栽培され、村の特産品となっています。

7年連続水質日本一の清流「川辺川」は、アユやヤマメが豊富で、全国から釣りファンが訪れます。夏季には中流域から川下でカヌーを楽しむ人の姿も見られます。

川だけでなく、相良村と五木村、山江村にまたがる仰烏帽子山（のけぼしやま、1,302m）には、フクジュソウやヤマシャクヤクの群生地があり、それぞれの花の時期には多くの登山者が訪れます。

また、人吉・球磨地方には相良藩時代に始まった三十三観音巡りが今も伝わっています。そのうち相良村には十島、蓑毛、深水、廻り、上園の五観音があり、春秋の彼岸の御開帳時には多くの参拝者が訪れます。十島観音の近くには、鎌倉時代の創建と伝わる十島菅原神社もあり、平成6年に国の重要文化財に指定されています。

村では現在、村名にちなみ、“行くと「相」性が「良」くなる「村」”を新たなブランドコンセプトに掲げた「LOVE♡SAGARA PROJECT」を展開しています。村内の魅力ある地域資源を「相性が良くなるスポット」として認定し、村の知名度アップと地域活性化及び交流人口の拡大等を図っています。ぜひ、恋人や親友、家族などで訪れてください。

人 口	4,863人	
国保被保険者数	1,499人	
	一般	1,336人
	退職	163人
後期高齢者数	956人	
世 帯 数	1,657世帯	
	国保世帯数	788世帯
医療機関等数	医科	2機関
	歯科	—
	調剤薬局	1薬局
担 当 課	保健福祉課	

（平成26年1月末現在）



熊本県内一の生産量を誇るお茶畑

相良村は、特定健診受診率が開始当初から高く、毎年少しずつ上がっていますが、伸び悩んでいる状況です。受診率向上を含めて力を入れている保健事業について、保健福祉課でお話を伺いました。

受診勧奨も結果説明、特定保健指導も個別対応でいいに

相良村では住民健診の一つとして特定健診を実施している。集団は行わず、個別と人間ドックで行っている。

平成 24 年度の特定健診受診率は 62.3% で、県平均よりかなり高く、県下第 4 位。平成 20 年度も 54.4%、第 5 位と制度開始以来高い状況が続いてはいるが、伸び悩んでいる。また、若い世代では低い。

未受診者対策としては、申し込まない理由が明確でない人には受診票を送付、通院中や自費受診などが理由の人には保健師と管理栄養士の二人で分担して家庭訪問し、受診を呼び掛けた。また、窓口での保険証交付時にも受診票を手渡して受診を呼び掛けるなど、個々に合った説明を行い受診率アップにつなげた。

住民健診の申し込みから受診までの流れは、まず毎年 1~2 月頃、翌年度の健診の希望調査票を区長から各家庭に配布、回収してもらう。その後、申し込みのあった人に受診票を送る。健診期間はドックを 4~12 月、個別健診を 8~10 月に設定している。特定健診については、申し込まない理由が明確でない人にも受診票を送るようにしたところ、受診につながった人もいた。

結果説明会は、当初は集団で実施していたが、平成 23 年度から個別に変え、同じ日に初回面接まで行っている。今年度は火曜日の午前と木曜日の午後に、予約制で一人 20 分程度ずつ、15~16 日間実施した。個別にしたことで一人一人にいいに説明でき、住民側からも聞きたいことが聞けると好評であった。

住民の意識にも変化が表れている。最初のうちは説明会の案内を出すと「なぜ説明を聞きに行かなければいけないのか」と苦情の電話があっていたが、一度来た人は次

の年も説明を聞きに来る人が多くなった。また、待ち時間が長くなると「待てない」と帰る人もいたが、最近は待ち時間に住民同士で結果や健康づくりについて話す姿も見られ、結果を聞かずに帰る人はいなくなった。説明時に住民からの質問も多くなり、具体的な生活習慣などを話して相談する人も増えてきた。

説明会に来なかった人に対してはすべて家庭訪問し、会えなかった人には文書を残して帰るようにしている。

特定保健指導は、人間ドック受診者で動機付け支援の人は委託先で、積極的支援とドッグ以外の動機付け支援の人は保健師・管理栄養士による家庭訪問を基本として実施している。若い世代は仕事等で不在のことが多く、実施率がなかなか上がらないのが現状である（平成 24 年の保健指導終了者割合は 53.9%）。

担当職員は「個別訪問するようになって、住民と会う機会が増えた。一人ずついいに対応することが本人の健診を受けた意義につながるの、時間が掛かり大変ではあるが、今後もいいに関わっていききたい。また、ようやく個での関わりができてきたので、今後は広く集団に対して、健康教室のような形で、住民全体の意識を変えられるような取り組みもできれば」と話している。

小冊子やポケットティッシュなどで健康づくりと健診受診を呼び掛ける



今年度、健康づくりの啓発冊子を食事編と運動編それぞれ 500 部作成した。また、特定健診受診啓発用に熊本県の PR キャラクター「くまモン」のイラストを入れてポケットティッシュを 500 個作成した。これらは

保険証交付時に住民に配布したり、窓口において自由に取ってもらったりしたところ、たいへん好評だった。平成 26 年度は、村のキャラクター「サガラッパ」のイラストを入れて作成することにしている。

健診の申込書を住民に送るための封筒も「サガラッパ」のイラストと、「自分の体と相性の良い、食事と運動を見つけるために特定健診を受けましょう」と村のキャッチコピーにちなんだ文言を入れて作成し、特定健診受診を呼び掛けている。



若者の生活習慣病を見逃さないために

平成 24 年度から、20～39 歳の全住民を対象に「若っかもん健診」を実施している。指定医療機関で、3 割負担で受けられる。平成 24 年度は対象者 788 人中 46 人、25 年度は 751 人中 58 人が受診し、継続して受診する人も多かった。（去年受けて今年申し込んでいない人の中には、職場で受けられるようになったからという人もいた。）また、オプションで乳がん・子宮がん検診を受けられるようにしたため、これらを追加で申し込む人も多かった。その影響か、受診者の男女比では女性が多く、夫婦で受ける人も多かった。

受診者の中には、38 歳で糖尿病の自覚症状がないまま要治療と診断され、治療につながった人もいた。LDL コレステロール高値の人や肝機能が悪い人（特に男性）も多く、20 代、30 代でも問題のある人がかなりいることがわかった。

担当職員は「40 歳からの特定健診も大事だが、できるだけ早い時期に病気を見つけ治療につなげたり、予防できるよう、若い人たちの健診にも力を入れていきたい」と話している。



保健福祉課の職場風景

住民の健康課題に合わせて教室を開催

相良村は、一人当たり医療費は県下でも低い方だが介護費が高い。そこで、介護予防を目的として、平成 22 年度から 65 歳以上（原則。実際は希望者）の住民を対象に「元気アップ教室」を開催している。月 1 回の開催で、参加費は無料、バスでの送迎もある。現在 2 クラスに 10～15 人程度ずつ参加している。昼間の開催のため女性の参加が多く、夫婦で参加する人もいる。

また、高血圧症対策として平成 23 年度から実施しているのが、「高血圧予防教室」。食生活改善推進員の協力を得て、減塩調理の指導を行ったり、保健師や管理栄養士による講話を行っている。今年度は、健診結果から高血圧まではいかないが血圧高値で未治療の人 120 人を対象として参加を呼び掛けたところ、17 人が参加した。

その他にも、食生活改善推進員とともに、健康栄養教室「スマイル教室」や男性料理教室などを開催している。

担当職員は「まだまだ住民の自覚も少なく、教室についての周知も十分ではないので、参加を呼び掛けて、住民の健康づくりに役立つ教室として継続していきたい」と話している。



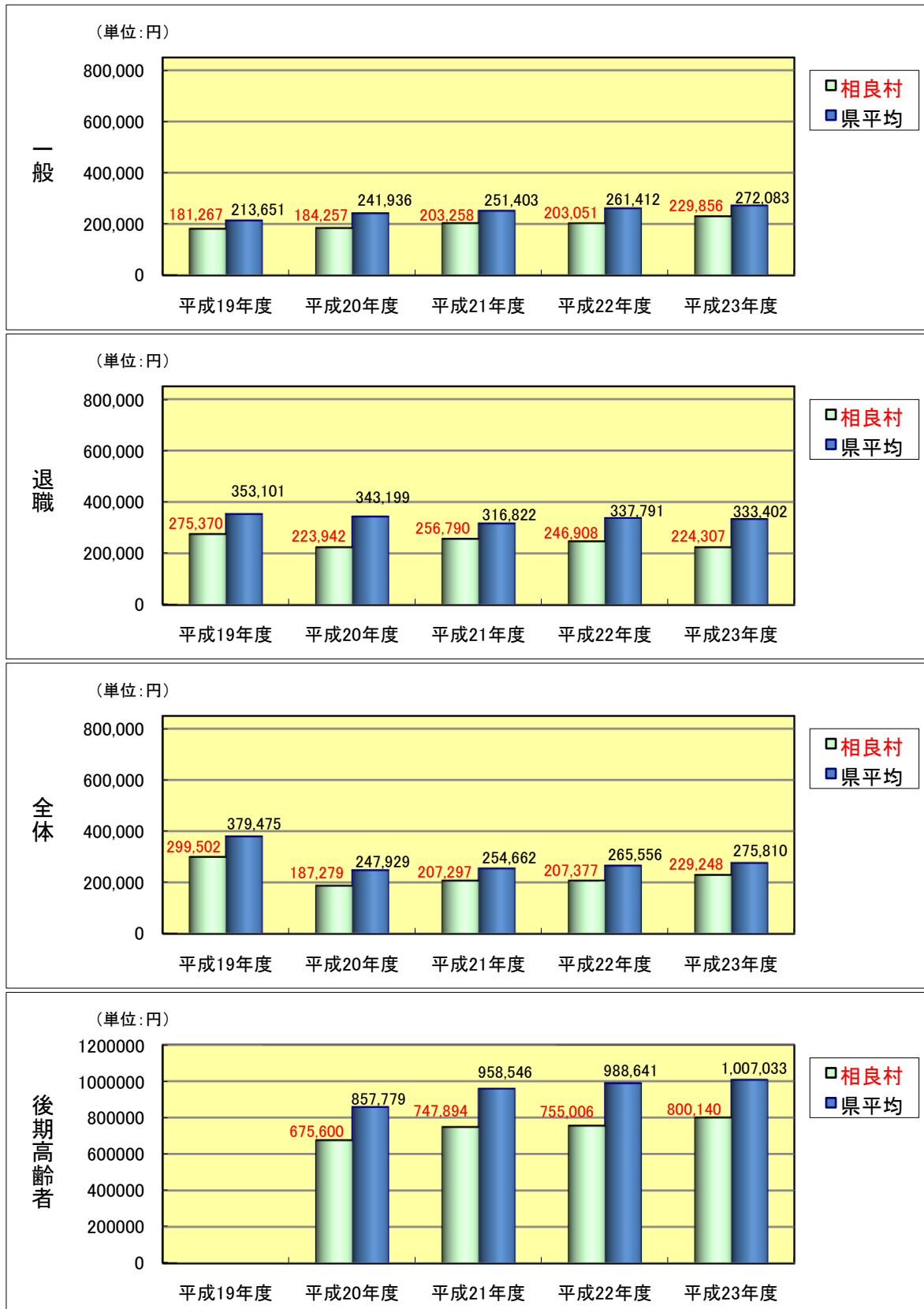
元気アップ教室の様子



村のマスケットキャラクター「サガラッパ」。川辺川に住み、村の営業主任として活躍中



法制別 1人あたり診療費



注：上記グラフで、一般は、国保被保険者のうち「退職者医療制度の適用を受けない者」、退職は「被用者年金の老齢（退職）年金受給権者であって、被用者年金の加入期間が20年以上若しくは40歳以降10年以上の者及びその被扶養者」をいい、全体の数値は一般と退職の合計になっている。（ただし、全体の平成19年度には老人医療分も含まれている。）
後期高齢者は、平成19年度は制度施行前のため表示していない。