

そこが知り隊！レポ 第3回

錦町
国保ヘルスアップ事業

若い世代への
受診勧奨を中心に

錦町☆プロフィール
 平成 27 年 7 月に合併 60 周年、
 町制施行 50 周年を迎えた
「剣豪とフルーツの里」
 人口 11,163 人
 高齢化率 27.9%
 (平成 27 年 4 月 1 日現在)

紅葉の新宮寺



錦町では、平成 26 年度から国保ヘルスアップ事業に取り組み、特に特定健診受診者が昨年度から約 200 人増と成果を上げています。
 今回、同町健康保険課（保健センター）を訪ねて、受診者増に向けた取り組みを含めてお話を伺いました。

—国保ヘルスアップ事業に取り組んだきっかけは。

「錦町では、平成 24 年度から国保保健事業として、健診未受診者対策や糖尿病の発症予防事業に取り組んできました。それでも、24 年度に総診療費に占める人工透析診療費割合が熊本県内第 1 位（14.27%で、県内市町村平均 7.67%の 2 倍弱）となるなど危機感を覚えたため、自分たちで町の健康課題を見つめ直して、平成 26 年度から重症化予防をメインに国保ヘルスアップ事業に取り組むことにしました」

—健康課題の見直しでどんなことがわかりましたか。

「町にはもともと高血圧の人が多く、透析に至る原因も高血圧からの腎症が多いです。基礎疾患が高血圧で糖尿病を併せ持つ腎症も増えています。背景には、錦町だけでなく人吉球磨圏域全体で高血圧が多いという地域性と、加齢による血管変化もあると思われます。基幹産業が農業で、『仕事で体を動かしているから』と運動習慣がない人も多いです」

—どんなことから取り組んだのですか。

「国保・包括・ヘルスの 3 部門に分散配置されていた保健師が、平成 25 年度から保健センターに集約されました。現在、保健師 5 人、栄養士 1 人に加え、ヘルスアップ事業で臨時の栄養士 1 人を雇用し、地区担当制と業務担当制を併用しながら業務に当たっています」

—保健師の集約配置はどうやって実現したのですか。

「『生涯を通しての健康管理が大事』という医療職の気持ちを上司に伝えたところ、理解が得られ、町の健康課題の解決に向けてセンターへの集約配置が実現できました」

—事業について教えてください。

「まず、未受診者対策です。若い世代に健診未受診者が多かったのが、今年度から 40～50 代を中心にした未受診者訪問、40 歳到達者の無料健診を実施しています。継続事業では 30～39 歳の基本健診、健康づくり三団体活用による受診勧奨などを実施しています」

—40～50代を中心にした未受診者訪問から具体的に教えてください。

「地区担当が問診票と町で作成した若い人向けの啓発チラシを持って訪問しました。その際に血圧・HbA1c、検尿などの簡易測定を行い、健診や医療機関への受診勧奨、治療中の人への継続支援を実施しました。簡易測定した人の中には、『もっと詳しく調べたい』と健診受診につながった人もいました。測定機器のうち随時血糖測定器と血圧計、尿たんぱく検査ができる尿分析器は、訪問時に携行しやすいものを今年度ヘルスアップ事業で新しく購入しました」

—40歳到達者の無料健診と30～39歳の若者健診について教えてください。

「先に、若者健診についてですが、30代の全住民を対象に特定健診と同じ内容の健診と保健指導を実施しています。そして40歳到達者の無料健診として、これまで若者健診を受診してきた人には継続して受診してもらえるように、受診してこなかった人には40歳という節目を機会に受診してもらえるように、今年度から無料クーポンと啓発用チラシ、問診票を持って訪問し、受診勧奨しています」

—健康づくり三団体活用による受診勧奨など、地区での取り組みはありますか。

「健康づくり推進員にまず健診を受けてもらうことに加え、各地区で健診受診についてのチラシ配布や声掛けを行ってもらっています。

また、各地区で2年毎に開かれる町政座談会に保健師・栄養士が参加し、町の医療費や受診率について説明しました。昨年は開業医の先生に生活習慣病予防事業推進会議に入ってもらったところ、健診受診を勧めてくださり、今年はその先生の病院での受診が増えています」

—これらの取り組みが受診者増につながったということですね。

「特定健診受診率と保健指導実施率は下表のとおりで、受診率は制度開始以来ほぼ50%前後で推移してきましたが、平成26年度は前年度に比べ8.3割（約200人）増の59.6%（40代44.3%・50代52.8%）となりました。それまで個別健診実施機関が球磨郡医師会だけだったのを平成26年度から人吉市医師会にも委託したこと、人間ドックの対象年齢を5歳引き上げて69歳までにしたことなども要因と思います。また、7月の集団健診前には、過去に受診していて25年度未受診者に健診問診票を持って、国保事務職も一緒に手分けして訪問しました。そのうち約3割の人が受診されました。12月のもれ健診（集団健診）前には未治療者や、過去に健診を受けていない人を中心に訪問し、受診率アップにつながりました。

（単位：％）

	H20年度	H21年度	H22年度	H23年度	H24年度	H25年度	H26年度
特定健診受診率	53.3	50.3	48.6	48.3	51.1	51.3	59.6
保健指導実施率	4.2	36.2	39.7	14.2	49.6	56.4	

今年度は7月の集団健診で対象者2184人中986人、個別で106人が受診しています（平成27年10月末時点）。26年度の受診率を維持できるように、これから40代・50代を中心に秋の未受診者訪問を実施予定です」

—特定保健指導はいかがですか。

「動機づけ支援の一部を委託し、それ以外は町の保健師・栄養士で実施しています。26年度は、動機づけ支援69.1%、積極的支援46.9%と前年度よりそれぞれ5%増加しました。将来重症化しないように、内臓脂肪症候群とその予備群該当者の減少を目指しています」

—ヘルスアップでは重症化予防事業に取り組まれているそうですね。

「平成 20～25 年度の健診結果で腎機能低下のある人、血圧・HbA1c・LDL コレステロール・中性脂肪・CKD の一定値以上の人を保健師・栄養士が訪問して、改善状況の確認など継続支援し、健診の受診勧奨を行っています。糖尿病性腎症患者に対しては人工透析導入前の人から国の基準に基づいて該当者を抽出し、管理栄養士を中心に保健指導を実施しています。

今年度からは、二次検査で 75g 糖負荷検査、微量アルブミン尿、尿蛋白定量、頸部エコーの各検査を必要な人に実施し、結果を保健指導に活かしていく予定です」

—子どもの生活習慣病予防事業も準備中と聞きました。

「小学生（または中学生）とその親を対象にした血液検査を、教育委員会を通して学校に働き掛ける準備をしているところです。熊本県は全国的に見て子どもの肥満が多い中、球磨圏域はさらに多く、親世代（主に 30 代）では脂質異常が多くなっています。そこで、子どものころから自分の体を守ることを身に付けてほしいと考えました。ライフステージで見たときに学童期で途切れないようにしたいとの思いもあります」

—食の取り組みにも力を入れているそうですね

「錦町は食事の味付けが甘辛く濃いことが、血圧や血糖値に影響していると思います。また、果物が豊富で、特に女性は食べる量・機会ともに多いようです。

商工会や JA、食生活改善推進員に協力をお願いして『野菜から先に食べようプロジェクト』に取り組んでいるところで、町でもヘルスアップ事業で関連ポスターやチラシを作成し、それを活用して、一緒に『野菜から先に食べる運動』を推進しています。また、訪問時に味噌汁の塩分を測定して減塩指導したり、いろいろな機会に野菜の 350g/日摂取を呼び掛けたりしています。

食生活改善推進員にも町の健康課題に合った活動をお願いしています」



保健センター前で、健康保険課の皆さん

—その他の取り組みがあれば教えてください

「今年度から保健指導力量形成のために、経験豊富な保健師を講師に招いて、年 3 回学習会を開催しています。重症化予防は圏域全体で取り組む方が効果的なので、他町村の保健師にも参加を呼び掛けています」

—最後に、今後について聞かせてください。

「重症化予防事業では、説明会実施後の継続支援が必要なのにできていない人もいます。重症化レベルの人を減少させ医療費の安定化を図るために、まだいろんなことを模索中です。それらを踏まえながら、来年度に向けてヘルスアップ事業を見直し支援体制も整えて、これからも地道に取り組んでいこうと考えています」