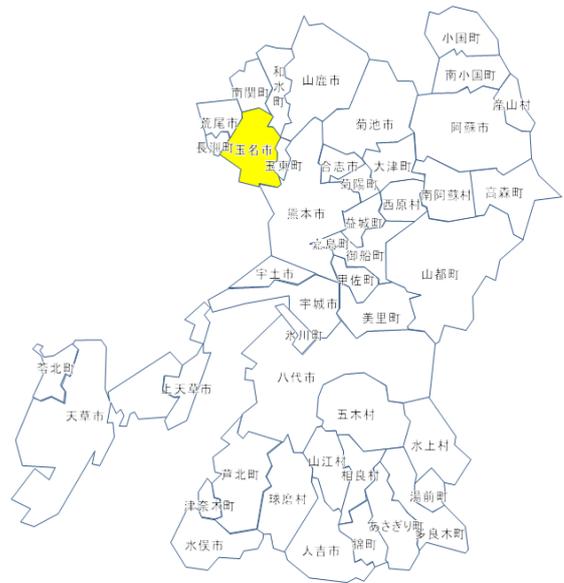


保険者を訪ねて

キラリ

かがやけ

玉名市



《玉名市の概要》

人 口	66,618 人	
国保被保険者数	17,653 人	
	一般	17,542 人
	退職	111 人
後期高齢者数	11,921 人	
世 帯 数	27,592 世帯	
	国保世帯数	10,148 世帯
医療機関等数	医科	57 機関
	歯科	34 機関
	調剤薬局	27 薬局

(平成 30 年 10 月末現在)

担 当 課	職 員	非常勤職員等
保険年金課		
国保年金係	9 人	1 人
後期高齢者医療係	3 人	1 人
保健予防課	職 員	非常勤職員等
健康管理係	13 人	-
健康推進係	9 人	-
税務課	職 員	非常勤職員等
市民税係	10 人	-
固定資産税係	6 人	-
納税対策室	9 人	-

玉名市は、熊本都市圏と福岡都市圏の中間に位置し、JR 鹿児島本線や九州縦貫自動車道、有明フェリーなどを近隣に有し、交通の便に恵まれた地域です。

有明海、菊池川、小岱山及び金峰山系の山々などの豊かな自然や多数の古墳が点在するなど、数多くの歴史的資源に恵まれています。

また、米やトマトをはじめとする野菜、イチゴやみかんなどの果物類の農産物や、ノリやアサリなどの水産物が盛んです。

今回は、玉名市の国保の状況や特定健診の取り組み、玉名市独自の活動についてお話しを伺いました。



一医療費適正化のためにどのような取り組みをされていますか。

玉名市では、「重複、頻回受診訪問指導」「若人健診」「若人国保人間ドック」「こくほ運動実践講座」を行っています。

「重複、頻回受診訪問指導」は、熊本県国保連合会が抽出した『多受診者一覧表』を活用し、外部委託による訪問指導を実施しています。訪問指導者数の実績は、平成 27 年度 169 人、平成 28 年度 202 人、平成 29 年度 452 人となっています。今後も、委託事業所と連携しながら多受診者減少に向け取り組んでいきます。



「若人健診」は、医療費の抑制はもちろん、若い頃からの健康管理や病気の早期発見・早期治療を心がけていただくため、職場等で健診のない 40 歳未満の若人を対象として実施する事業です。この「若人健診」は、特定健診と同等の健診内容を窓口負担 800 円で国保以外の方々にも受診していただけますので、今後、様々な方法を駆使し PR しようと課を挙げて意見を出し合っています。

一方、「若人国保人間ドック」は、国民健康保険加入者の 40 歳未満を対象としています。

生活習慣病の変化によって、糖尿病や慢性腎臓病等の生活習慣病を発症する年齢が低下していることから、玉名市では、人間ドック費用が 29,000 円のところを窓口負担 10,000 円で受診できる環境を整えています。

「若人健診」「若人国保人間ドック」をより多くの方に受診していただき、少しでも健康を維持していただきたいと考えています。

また、運動実践の習慣を身につけ『自分の健康は自分で守る』という意識を高めるとともに医療費の抑制につなげることを目的に、産官学連携（健康運動指導士・玉名市・九州看護福祉大学）で、「前期こくほ運動実践講座」を 7 月から 10 月に、「後期こくほ運動実践講座」を 11 月から 2 月にかけて開講しています。講師には、健康運動指導士を招き、週 1 回の全 12 回を 1 講座とし、楽しく受講できる次の 3 つのプログラムを準備しています。

- ① 持久力の向上による基礎代謝能力の改善(生活習慣病予防)
- ② 運動機能障害改善の為の筋力トレーニング（関節痛予防）
- ③ 習慣性のある運動を生活の中に（行動変容）

受講者からは、「身体を使った実践講座のため、毎週の受講が楽しみです。」といった感想が聞かれます。実際に身体を動かし、楽しみながら健康への意識を高めていただけるよう、これからも課を挙げてプログラムをより良くできるようアイデアを出し合いながら励みます。



－特定健診の取り組みについて聞かせてください。

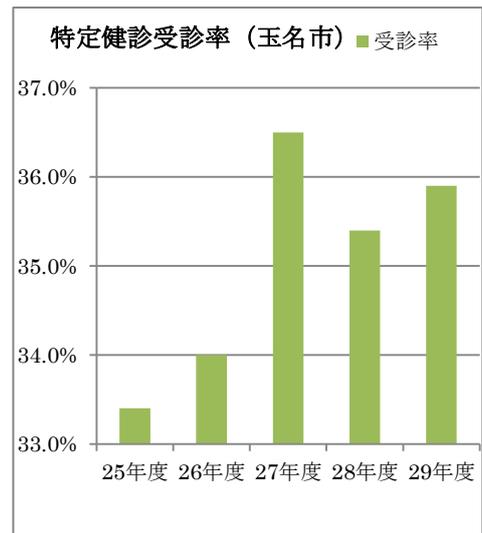
特定健診は、集団健診を公立玉名中央病院附属健診センターに、個別健診を玉名郡市内の医療機関に委託して実施しています。特定健診の案内方法は、広報誌「広報たまな」や玉名市ホームページ内で特定健診の申込方法・実施機関等を掲載しています。

特定健診の実績としては、平成 29 年度の特定健診受診率は 35.9%で、第二期特定健診が始まった平成 25 年度の 33.4%から 2.5 割増加しています。人数にすれば対象者が約 1,450 人減ったのに対し受診者数は減っていないことが要因と考えています。玉名市では、リピーター率が高く、毎年受診していただける人が多い一方で、治療中の人に関しては、病院にかかっていることを理由に受診しないことも多いため、少しでも特定健診を意識する機会を増やせるよう、医療機関の先生方との協力体制の構築に励んでいます。

また、特定健診未受診者への対策、受診率向上のための取り組みとして、次の 2 つを行っています。

- ① 特定健診未申込者に対し、受診を促す文面を記載した個別医療機関受診券を送付。
- ② 集団健診申込者で、未受診者に対し受診勧奨の案内を行う。

玉名市は、2023 年度の特定健診受診率を 56%と目標設定しています。目標達成できるよう、職員一同、受診勧奨の方法などのアイデアを出しながら業務に励んでいます。



－保健事業の取り組みについて聞かせてください。

玉名市では、糖尿病等の発症予防のための特定保健指導と、脳・心臓・腎臓の血管を守るための重症化予防に重点を置いて保健指導の充実を図っているところです。

今年度は、平成 29 年に作成したデータヘルス計画に基づき、これまで実施していた「グループ単位での健診結果説明会」を見直し、対象者の生活実態が見える「訪問を中心とした個別保健指導」を行うことに力を入れています。

玉名市は、「メタボリックシンドローム該当者及び予備群」の有所見率が 33.1%で、県平均 28.3%、全国平均 28.0%と比較すると、高い状況にあり、有所見率を下げることを健康課題に挙げております。これらのメタボリックシンドローム該当者や予備群の人が、現在の生活状況等をそのまま放置してしまうと糖尿病へ移行する可能性があるため、特定保健指導に力を入れて発症予防を行っています。

また、喫緊の健康課題は、糖尿病未治療者（糖尿病治療中断者含む）の 44.9%に対し、医療機関への受診勧奨の保健指導を行っています。一方、糖尿病治療を行っている人の中には、コントロール目標値に達していない人が 60.1%います。これらの人に対しては、玉名郡市医師会の先生方や公立病院の専門医の先生方との連携を図り、重症化予防に努めているところです。

今後、より効果的な保健指導を行うため、講師を招き、保健指導の力量形成研修会の実施を予定しています。

—まちの見どころについて教えてください。



金栗足袋

日本マラソンの父・玉名市名誉市民

金栗四三

日本人でオリンピックに初参加・箱根駅伝創設に尽力



ここに注目

平成 31 年 1 月から放送されている大河ドラマ「**いだてん**」の主人公の 1 人として、玉名市の名誉市民である 金栗四三先生がモデルとして登場します。

金 栗四三のオリンピック人生 日 本人初のオリンピック選手

日本が初めて参加した 1912 年（明治 45 年）の第 5 回オリンピックは、スウェーデンの首都「ストックホルム」で開催されました。日本選手団の 1 人が金栗四三（マラソン）でした。開催地までは、船とシベリア鉄道を経由して 17 日間にも及ぶ長旅でした。

そして、マラソン当日。金栗は長距離移動や異国の慣れない疲れに加え、当日の酷暑のために 26～27 ㎞付近で意識不明となり落伍となりました。完走した選手は半分程度。亡くなる者も出るような過酷なレースだったそうです。

その後、金栗は 23 歳で結婚。ランナーとして絶頂期だった 1916 年（大正 5 年）の第 6 回オリンピックベルリン大会では、「金栗の優勝は疑いなし」と期待されていました。しかし、第一次世界大戦のために中止となりました。

その 4 年後の 1920 年（大正 9 年）の第 7 回アントワープ大会（ベルギー）では、2 時間 48 分 45 秒で 16 位。母に宛てた手紙では「**雨ふり寒く皆くるしみました。わたしもよく走りましたが練習中に足を痛み、一時 6 位にまで走ったが追い抜かれ 16 位になった。**」と書いています。

1924 年（大正 13 年）、パリ大会では途中で意識を失い途中棄権となり、帰国後、選手活動を引退しました。

箱 根駅伝のパイオニア

金栗は、日本マラソン界の発展に尽力します。

「オリンピックで日本を強くするにはマラソン選手を育成が必要」という発想で箱根駅伝が生まれました。これが、新春の風物詩となった箱根駅伝のはじまりです。

そして、箱根駅伝誕生のきっかけを作った金栗四三の名前を冠してつけられたのが「金栗四三杯」です。箱根駅伝では、この「金栗四三杯」が最優秀選手に贈られます。

