

## 保険者を訪ねて

笑顔輝き

魅力あふれる

# 和水町



《 和水町の概要 》 (令和3年5月末現在)

人 口	9,625 人	
国保被保険者数	2,491 人	
後期高齢者数	2,283 人	
世 帯 数	3,833 世帯	
	国保世帯数	1,509 世帯
医療機関等数	医科	3 機関
	歯科	4 機関
	調剤薬局	1 薬局

担当課・係	職 員	(うち専門職)
税務住民課 国保年金係	10 人	5 人
健康福祉課 保健予防係	9 人	7 人
(支所)住民課 税務住民係	4 人	0 人

和水町は、平成 18 年 3 月に、三加和町と菊水町が合併して誕生し、熊本県北西部、福岡県との県境と、九州の中心部に位置しています。九州自動車道菊水 IC を有し、福岡都市圏まで 60 分と、都市へのアクセス条件の良い地域です。

また、菊池川と緑の山々等の豊かな自然と江田船山古墳、田中城跡や豊前街道を代表とする数多くの歴史的資源に恵まれています。

産業面では、米をはじめ、野菜や果実等の農畜産物の生産が盛んであり、また電器、精密機械等の企業を誘致して、農工併進による発展を遂げてきました。



税務住民課と健康福祉課の皆さん



取材の様子

**和水町**の人口は、令和元年度に1万人を下回って以降、減少し続けており、高齢化率も41.7%（令和3年5月末時点）と、熊本県平均の約31%を大きく上回っています。

しかしながら、国保、後期高齢者医療ともに、一人当たり医療費は、県内市町村と比較しても低い水準にあります。

その要因として、幼少期をはじめ各年齢層に対し、ご自身の健康に関心を持っていただく取り組みを実施していること、事務職と専門職の役割分担の明確化や、職種に関わらず、町独自で作成した各種台帳を活用し、課の垣根を超えた情報の共有・連携することで保健事業が効率的に実施できていることなども、特定健診や特定保健指導の高い実施率へとつながり、医療費抑制や重症化予防に寄与しているのではないかと、国保担当者は分析しています。

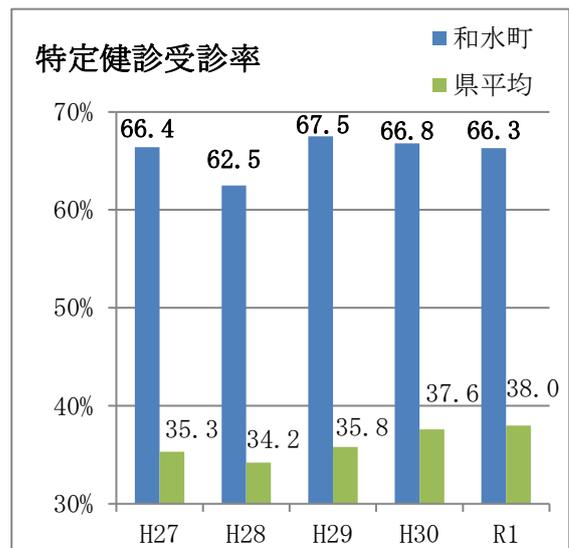
## 保健事業の取り組み

### ～特定健診の受診率向上に向けて～

本町では5～6月に町内3か所で集団健診を実施しています。特定健診受診率（図1）は平成29年度以降、目標の65%を上回っており、令和元年度は66.3%と熊本県の平均38.0%を大きく上回っています。そのうちの約8割が集団健診にて受診という状況です。

令和2年度は、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、62.6%（暫定値）と下がる見込みですが、密にならないよう集団健診の時期を分けて実施するなど、新型コロナウイルス感染防止対策にも取り組みました。

（図1）特定健診受診率



### 地域との連携を活用した取り組み

毎年2月に全世帯に対して健診希望調査を実施しています。令和2年度実施分までは、各地区健康推進員に配付と回収を依頼していましたが、健康推進員の高齢化に伴い、令和3年度実施分から健診申込書を郵送し、各区長に回収をお願いすることとしました。今後も、地域住民と一体となり町の健康づくりに取り組みたいと考えています。

3月には、専任の事務職が過去の健診結果とKDBシステムから抽出した重症化予防対象者や健診の申込結果を基に受診把握台帳を作成しています。専門職が台帳を活用し、年間を通して、個別に受診勧奨を実施しています。

また、生活圏が近い山鹿市や玉名市と定住自立圏形成協定を締結しており、熊本県や郡市の医師会を通じて特定健診等委託機関に、歯科医師会を通じて歯科口腔健診委

託機関に対し、かかりつけ患者への受診勧奨の協力を依頼しています。

9月には、健診申込者で、未受診の方に対して、専門職が訪問や郵送にて受診勧奨を実施しています。11月には、区長会等に各地区の受診率を周知し、更なる受診率向上をお願いする予定です。

最終的に未受診者となった方にはアンケートを実施し、今後の受診勧奨に役立てています。職場で受診したため未受診となっている場合には、本人の同意が取れた場合に限り、事業主から健診結果のデータを提供していただく等、住民の健康状態把握にも務めています。

また、19～39歳の若年層にも生活習慣病予防健診を実施しており、令和元年度受診率は全体で約40%（そのうち国保被保険者は約30%）と高い実施率でした。

その他、前年度特定健診受診者を対象に、人間ドックの助成を、年間100人上限で募っています。例年、申し込み上限に達しており、特定健診受診率の向上にもつながっています。

### ～保健指導台帳を活用した保健指導の効率化～

本町では、専任の事務職が、特定健診や人間ドックの結果データを基に保健指導台帳を作成しています。

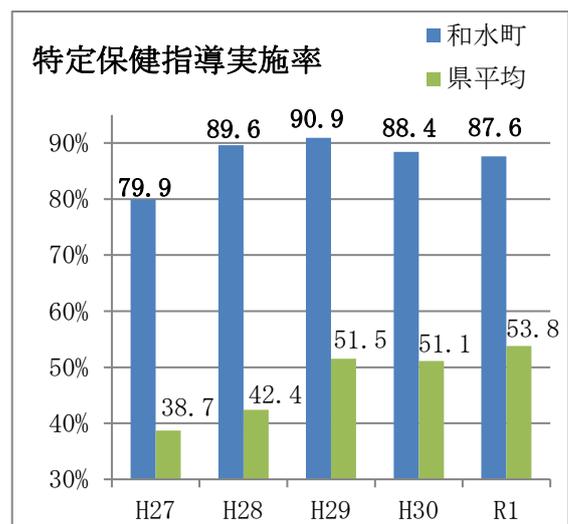
特定健診の結果説明は、台帳から重症度が高い対象者を優先して、日時・会場を指定した個別説明又は訪問指導にて実施します。不在の場合でも、不在通知を投函するなど何度も足を運び、対象者とアポイントが取れるよう対応しています。

訪問指導は、7校区を保健師・栄養士等10人で地区担当割り、職員と会計年度任用職員の保健師がペアになり実施しています。その際に、血圧記録手帳や糖尿病連携手帳を配付し医療機関との連携にも役立てています。また、台帳を活用することにより、指導担当者、指導状況、検査結果等が把握でき、効率よく実施することができます。

特定保健指導は、基本的に、重症度の高い対象者を直営で、それ以外は委託で実施しています。この結果、特定保健指導実施率（図2）も約90%と高い水準で推移しています。

今後は、指導が結果改善に結びつくこと、対象者が確実に自力で改善に向けて取り組めるよう導くことを目標に取り組んでいきたいと思えます。

（図2）特定保健指導実施率



### 糖尿病性腎症重症化予防

ヘモグロビンA1c6.5%以上の未治療者には医療機関への受診勧奨を、ヘモグロビンA1c7.0%以上の治療者で血糖コントロールがうまくいっていない方には医療機関と連携して血糖コントロールを良好に持っていくことを目標に実施しています。加えて、糖尿病性腎症の患者には、腎機能の維持・改善に関わっていきます。

また、集団健診で尿蛋白定性検査結果が±以上の対象者に尿蛋白定量検査を追加で実施しています。定量検査結果を反映した保健指導台帳を基に、対象者を優先順位付けし、保健指導や栄養指導、医療機関への受診勧奨を実施しています。

今後も、人工透析の予防のため、糖尿病の早期発見・治療への取り組みを継続していきたいと考えています。

## 脳卒中の予防

本町では健診を受診しているにもかかわらず、脳卒中に罹る割合が熊本県内において高く、その原因の8割は高血圧でした。そのような現状を踏まえ、リーフレット「知ってほしい！和水町の現状」(図3)を作成し、健診結果に同封したり、ポスター(図4)を町内のスーパーや医療機関等に掲示したり、周知啓発に取り組んでいます。

また、令和2年度から乳幼児健診や健康相談で減塩食品を配付したり、保健指導での血圧記録手帳の配付を始めました。乳幼児健診の際には、大人同様、子どもも離乳食が始まる前から減塩・高血圧対策に取り組む、生活習慣を整えた方が動脈硬化の予防効果が高くなることを説明することで、食生活を見直すきっかけにもなっています。

他にも、小学6年生を対象に、夏休みの期間中に和水町立病院の健康管理センターに来場してもらい、生活習慣病に特化した血圧測定、血液検査(血糖、中性脂肪等)、尿検査を実施しており、令和2年度からは、推定1日食塩摂取量検査(尿検査)も取り入れています。学校教育課が主管ですが、個別の結果説明については、保健師・栄養士が対応しています。小学生でも血液検査で有所見があることは少なくなく、学童期からの生活習慣病予防対策の重要性を実感していただく機会となっています。

(図4) 脳卒中予防ポスター

**今なら、間に合う！** 家族みんなで**減塩**を  
**高血圧対策**で**脳卒中**を**予防**

**和水町の現状**

- ① 75歳以上で**脳卒中**の人の割合が熊本県で**2番目に多い**。  
65歳~74歳国保では、**4番目に多い**。
- ② 脳卒中の原因の**8割**が**高血圧**です。
- ③ **3人に1人**が**高血圧**です。
- ④ **小学6年生の8割**が、**食塩の摂りすぎ**でした。  
尿検査でわかりました。

**血圧目標**

	家庭	病院・健診
74歳以下の人	125/75 未満	130/80 未満
75歳以上の人	135/85 未満	140/90 未満

※脳卒中でも予防できるように、  
令和2年度から減塩食品が新しく追加しました。  
※健康管理センター健診がある場合は、医師が測ってくれる場合があります。  
※測定の先生におたずねください。

【問合せ先】 和水町役場 健康福祉課 保健予防係  
TEL. 0968-88-5724

(図3) リーフレット(表裏面)

**知ってほしい！和水町の現状**

脳  
卒  
中

熊本県での順位 ~割合の多い方から~

75歳以上 第2位 (32%)  
65歳~74歳の国保 第4位 (15%)  
(令和元年度 熊本県脳卒中治療率ランキングより)

寝たきりの原因 第1位  
(平成30年度 新規要介護認定者(要介護度4・5)の原因疾患より)

↑

高  
血  
圧

脳卒中の人、**8割**が**高血圧**から  
(令和元年度 国保 脳卒中者の基礎疾患より)

血圧が140/90以上の人

40~74歳国保 3人に1人  
75歳以上 2人に1人  
(令和元年度 特定健診結果・後期高齢者健診結果より)

小学6年生の**8割**が、**食塩の摂りすぎ**  
(令和2年度 尿検査結果より)

高血圧改善の最大の目的は、  
**「普段の生活をずっと送れること」**です。  
 普段の血圧を知るために、**家庭で血圧を測りましょう。**

裏面あります

**血圧計の選び方**

腕に巻くタイプ

腕を挿入するタイプ

手首に巻くタイプ

※和水町役場 健康福祉課で、血圧計の無料貸し出しを行っています。ただし、数に限りがあります。

**正しい測り方**

**朝**

起床後  
1時間以内

食前・  
尿直前

**夜**

トイレに  
行った後

寝る直前

入浴や飲  
酒後は  
避ける

1~2分の  
安静後

◆朝と夜に、できれば2回ずつ測定し、それぞれの平均で判断します。  
記録する内容は、測定日時、1回目と2回目の血圧の値、脈の数です。

◆1週間の平均が**135/85**を超えたら、記録を持って**病院**に行きましょう。  
※糖尿病など、動脈硬化のリスクが高い人は、治療開始の値が低くなる場合があります。

【問合せ先】 和水町役場 健康福祉課 保健予防係 TEL. 86-5724  
税務住民課 国民年金係 TEL. 86-5723

# 国保制度周知の取り組み

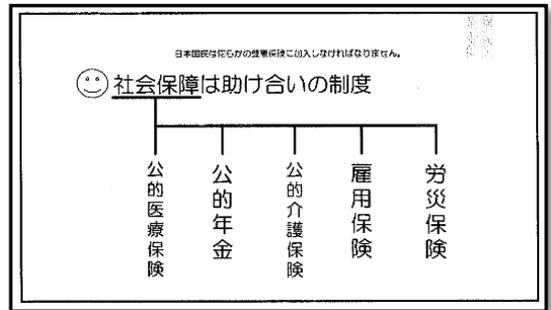
## ～中学生向け授業～

令和2年度から、町内中学校2校に出向き、3年生を対象に、社会保障の授業の一環として、町職員が講師を務め、国保・年金制度の授業(図5)を年に1回実施しています。実施に至った経緯は、担当者が国保年金係に異動したばかりの頃に、担当者としての国保・年金制度の知識が少ないこと、また、住民に手続き等の周知ができていないことに気づき、若年層からの制度周知を進めたく、町教育委員会に相談し、承諾していただきました。

受講した中学生からは、「こんなに医療費がかかっているとは思わなかった」等の感想をいただきました。

社会保障は、年齢を問わず住民生活に関わってきますので、今後も継続していきたいと考えています。

(図5) 授業資料の一部抜粋



Q.自分の健康保険の種類は何でしょうか？

和水町 国民健康保険

- 社会保険
- 共済保険
- 船員保険



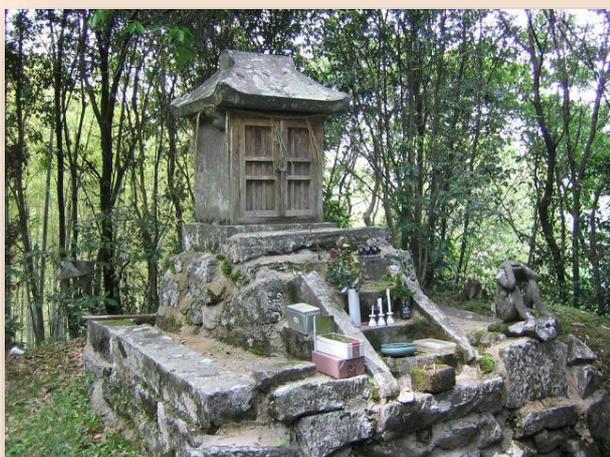
国民健康保険和水町立病院

## まちの見どころ

### 八つの神様

和水町には、身体にまつわる「八つ（目、いぼ、胃、性・腰、歯、命、耳、手足）の神様」が点在しています。昔から各村に治らぬ病の神頼みとして祀られていました。健康祈願のご利益めぐりにお出かけください。

#### 胃の神様



#### 手足の神様



### 金栗四三の生家

日本マラソンの父と言われる金栗四三が、玉名中学校に入学するまでの約14年間を暮らした生家は、築200年を超えた今でも、当時の趣を残したまま現存しています。（内部観覧有料）

