

保険者訪問 清流に育まれた自然豊かな山里

# 山江村



万江川とボンバス「マロン号」

## 山江村の概況は？

山江村は、県の南部に位置し、面積の約9割を山岳地帯が占める農山村です。日本3急流の1つ「球磨川」の支流である「万江（まえ）川」と「山田川」が流れています。「万江川」はヤマメやアユなどが生息する九州でも有数の清流です。

村ではいろいろな農作物が栽培されていますが、特に栗の栽培が盛んです。昼夜の寒暖差と赤土系の酸性土壌が生み出す栗は「山江栗」として知られ、加工品の「栗まんじゅう」も村の物産館や九州自動車道山江SAなどで販売されていて人気があります。

4月に「山江村ケーブルTV局」が開局しました。村内での普及率は8割に上り、地デジやCS放送などのほか、村制作の専用チャンネルも視聴できるので、村からの情報発信にも活用されています。

人口	3,862人	
国保被保険者数	1,167人	
	一般	1,086人
	退職	81人
後期高齢者数	637人	
世帯数	1,232世帯	
	国保世帯数	613世帯
医療機関数	医科	0機関
	歯科	0機関
担当課	健康福祉課	

(平成22年4月末現在)



村の広告塔でありシンボリック的存在でもある「マロン号」。九州地区に現存する最も古いボンネット型のバスで、村内のイベントや福岡県等での特産物販売などで活躍している。5月に、役場前にバス型の専用車庫が完成し、普段はその中に保管されている。役場に申し込めば車庫内の見学もできる



マロン号の車庫



役場に隣接するケーブルTV局のスタジオ。職員が出演して、村からの情報を発信している

## ▶ 力を入れている国保や介護の事業は？

### 運動を習慣化し、継続してもらおうきっかけづくり

山江村では、以前から村民一般を対象に運動教室を実施していましたが、平成21年度は「らくらく運動教室」として、30歳から65歳までの方を対象に、特定保健指導も兼ねて夜間に実施。3月から5月までの3ヶ月に、全6回の教室を開催しました。

参加者は全部で14名（男性6、女性8）。そのうち、特定保健指導対象者は7名で、昼間の集団指導に参加できなかった40～50代の方に直接声かけしました。

教室では、村の福祉保健センター「健康の駅」にあるトレーニングマシン類を利用して、運動指導士による運動指導や、栄養士による栄養指導を行いました。家庭では、毎日の食事や運動などを記録してもらいました。

教室の効果として、数値的に大きく改善したという方はまだ少ないですが、終了後もウォーキングを継続したり、食事や飲酒に気を配っているとの声が聞かれ、意識面での改善に役立っているようです。

教室は、今年度も同様に開催することとしています。



「らくらく運動教室」でトレーニングに励む村民の皆さん

### 特定健診受診率向上のために

今年度の特定健診は、10～11月に「健康の駅」で実施する予定です。

平成20年度の受診率は52%、21年度は53%でした。

受診率向上のために、がん検診との同時実施、土日の受診日設定、バスでの送迎などにより、受診者の便宜を図っています。また、村内には16の区がありますが、区毎の受診率を公表して、受診率の高い区は産業祭で表彰しています。

今年度は、4月に開局したケーブルTVでの受診の呼びかけも考えています。

### 介護予防に、オリジナル健康体操を制作。ケーブルTVでオンエアも

村では、防災無線を活用した休肝日の呼びかけなど、ユニークな健康づくりの取り組みを実施していますが、今回、担当課（健康福祉課）職員と地域包括支援センター、社会福祉協議会のほか、外部アドバイザー（健康運動指導士）もメンバーに迎えて、「たっしゅか健康づくりプロジェクト」を立ち上げました。

村民の健康づくりや高齢者の介護予防等推進に向け、3月から話し合いを進めています。プロジェクトで重点的に取り組もうとしているのが、介護予防です。

高齢化が進み、要介護の中・重度の方が多い中で、独居高齢者世帯や老老介護世帯が増加している村の現状を考えると、介護予防は今後ますます重要な課題となってきます。

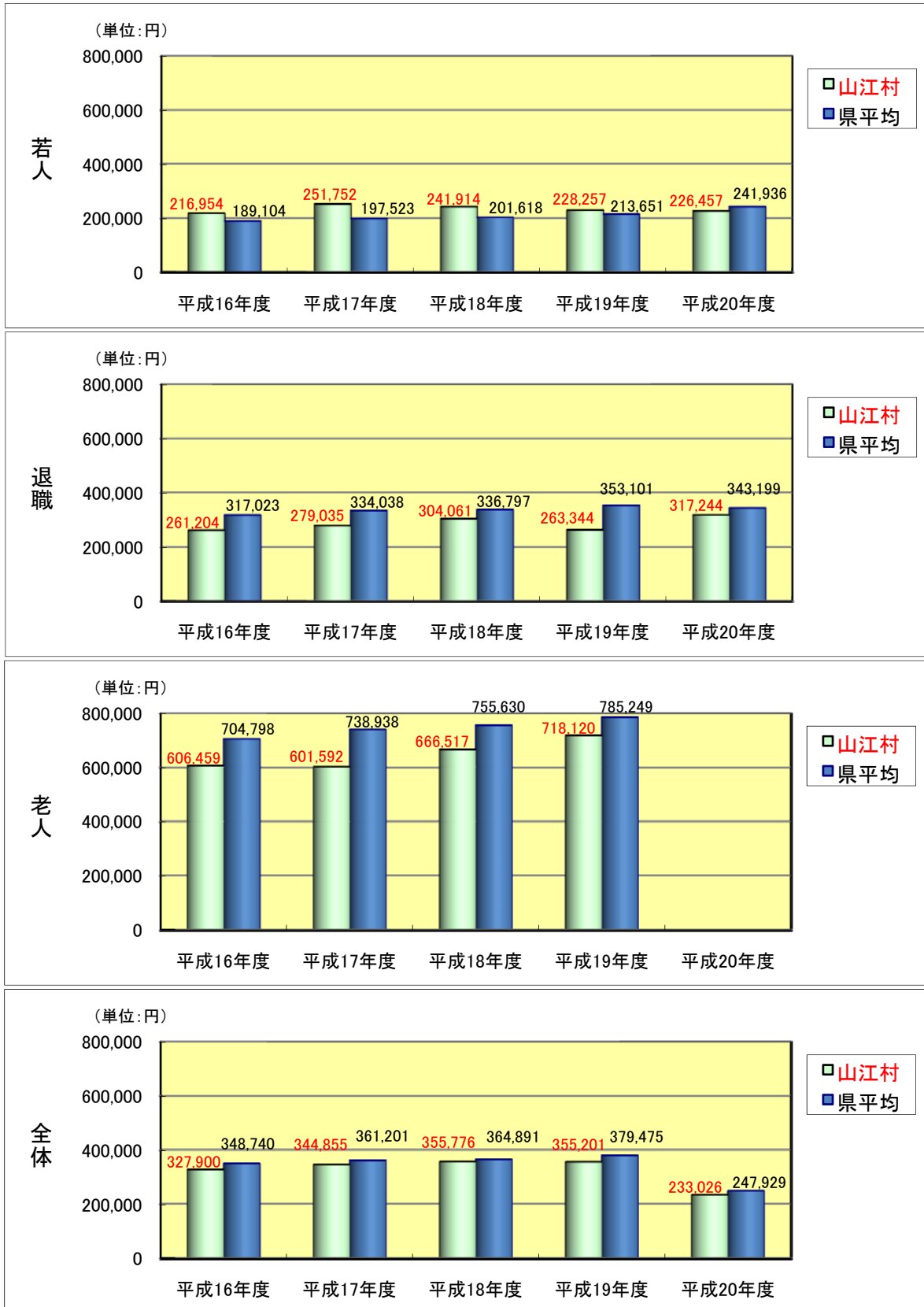
そこで、できるだけ早い取り組みが効果的と考えて、「やまえ健康体操」を制作し、普及を図ることにしました。

体操は、村民になじみのある「山江村賛歌」「目を覚ませボンバスくん」の2曲にそれぞれ振り付けしたもので、各区での出前福祉講座や山江温泉「ほたる」での生き生きデイサービスなどで紹介していきます。

立っても椅子に腰掛けてもできる体操なので、子どもからお年寄りまで、誰でもいっしょに楽しく取り組んでもらえます。

これをCATVで毎日一定の時間に放送することで、広く村全体に普及させ、少しでも介護予防につなげることができればと考えています。

法制別 1人当たり診療費



注：上記グラフで、若人・老人・退職とは、それぞれ国保被保険者のうち、若人は「老人以外のもので退職者医療制度の適用を受けない者」、老人は「老人保健法による医療の給付の対象者」、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年以上であるか若しくは40歳以降10年以上である者及びその被扶養者」をいう。ただし、老人は平成20年度から後期高齢者医療に移行したため、平成20年度分は表示していない。また、全体も若人と退職のみの合計となっている。