

はつらつ保健師 檀原市

健康づくりで明るいまち かしはら



左から保険医療課の保健師岡村さん、健康増進課の管理栄養士岸さん、同課の保健師池田さん

◇健康増進計画等

檀原市では、健康増進計画として「健康かしはら(第2次)計画」が、檀原市第3次総合計画を上位計画とし、保健・福祉などの関連計画との整合を図りながら策定されている。本計画は、平成25～34年度を計画期間に、「健康づくりで明るいまち かしはら」を基本理念とし、市民・協力団体・市などが一体となって健康づくりを推進する行動計画とされている。

この計画を効果的に推進するために、「栄養・食生活」、「運動・身体活動」、「歯の健康」、「タバコ」、「健康チェック」、「こころの健康・休養」、「健康のための社会環境づくり」の7つの領域が設定され、領域ごとに、目標、目標値、市が実施する事業、協力団体が実施する活動、市民一人ひとりができることが掲げられている。そして、健康チェックの領域では、特定健康診査の受診率の向上として目標値60%、特定保健指導の実施率の向上として目標値60%などが設定されている。

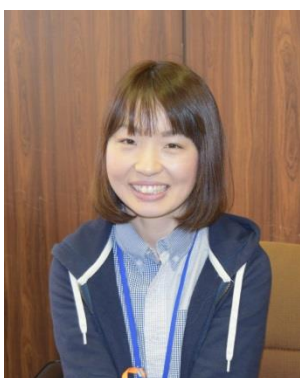
また、国民健康保険の分野では、国保の健康・医療情報を活用して、PDCAサイクルに沿った効果的かつ効率的な保健事業を行い、医療給付費の適正化と健康なまちづくりを目指す国民健康保険保健事業実施計画(データヘルス計画)の策定が、平成29年度に予定されている。

◇特定健診・保健指導のスタッフ
檀原市の国民健康保険における

特定健診・特定保健指導の業務は、保険医療課と健康増進課が連携のもとに実施し、保険医療課は特定健診業務を、健康増進課は特定保健指導業務を分担している。そして、それぞれの部署に保健師等の担当スタッフが配置され、常に連絡を取り合って業務を進めている。

このような体制の中、保険医療課で特定健診を担当しているのが、保健師の岡村恵里加さんである。

岡村さんは、国保の特定健診の業務だけでなく、窓口での資格管理や給付の業務も担当している。岡村さんは、「忙しい毎日を送っています。事務的な仕事もよい経験になると思っています」と、何事にも積極的に取り組んでいる。



岡村さん

特定健診に続く業務として、健康増進課で特定保健指導の業務を

担当しているのが、保健師の池田佳子さんと管理栄養士の岸奈津子さんである。

池田さんは、成人保健系の幅広い業務の中で特定保健指導の業務も担当している。池田さんは、高齢者の健康づくり等推進連携事業というモデル事業に携わっている経験から、「医療費等の分析、指導プログラムの作成、保健指導等の実施、評価のとりまとめを行い、次の展開を考える楽しさを体験した。ただ指標を何にするか悩むこともある」と、PDCAサイクルでの仕事について語っていただいた。



池田さん

続いて、岸さんは、ボランティアで活動している食生活改善推進員の活動支援、各種健康教室の運

営業務等とともに、国保の特定保健指導、特に食生活中心の改善が必要な方を対象とする栄養コースの業務を担当している。岸さんは、「個人個人に関わって、生活習慣が変化し、取組みの成果が出てきたときは、手助けできた喜びを感じる。一方、電話勧奨等で少しも話を聞いてもらえないときは悩む」と、担当業務の楽しさと苦労を語っていただいた。



岸さん

◇特定健診受診率の向上策
檀原市の特定健診は、医療機関で受診する個別健診の方法で、5月～2月の期間で実施している。

檀原市の特定健診受診率は、平成24年度29・5%、平成25年度28・1%、平成26年度31・1%、平成27年度30・1%と、頭打ち傾

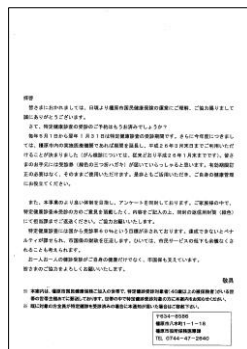
向がみられる。

そのため、県内で優れた対策を行っている市に出向き、そのきめ細やかな取組みを学んだり、独自に案内チラシを見直したり、様々な取組みを重ねている。

有効な手段である文書での勧奨は、毎年、9月と12月の2回、案内チラシを送付して実施している。平成27年度から、その案内チラシにイラストを入れたり、見出しをつけたりして、見栄えをよくし、健診内容や受診方法を分かりやすいようにした。受診率が上がる効果が出ている。



工夫後



工夫前

また、電話勧奨は11月と12月に、受診していない全世帯を対象に業者委託で実施しているが、一昨年受診したが昨年未受診の方とか壮年の方とか、属性で対象を分けて実施している。

特定健診以外で検査を受けたデータの入手にも力を入れており、医療機関で治療を受けている方、商工会の事業主健診、消防団の健診等について、協力を得られるよう取り組んでいる。

インセンティブによって受診率を上げることにも取り組んでいて、商工会議所の商品券1万円分を抽選で健診受診者及び健診データ提供者にプレゼントしている。

この他には、市広報誌での呼びかけや市ホームページでの情報提供等を行っている。

なお、特定健診の結果説明については、個別健診受診者は医療機関で医師から直接説明を受ける。また、医療機関から国保連合会を通じて送られてくるデータを基に、保険医療課から文書で健診結果を通知し、その際に、メタボリック

シンドロームの判定基準に該当された方には特定保健指導の利用券と案内チラシを同封している。

◇多様な特定保健指導

檀原市の特定保健指導終了者割合は、平成24年度9・2%、平成25年度13・0%、平成26年度7・2%、平成27年度は12・8%である。割合は年度により増えたり減ったりがあり、年度を通してはあまり伸びていない傾向がある。

保健指導は、利用者の多様なニーズに答えられるように、栄養コース、運動コース、医療機関で保健指導を受けるコースの3つを設



保健福祉センターでの保健指導の様子

定している。また、その保健指導の各コースは、積極的支援と動機付け支援で、内容がそれぞれにふさわしいものになっている。栄養コースは、動機付け支援は保健福祉センターで実施し、積極的支援は平成28年度から民間の管理栄養士の専門家団体に委託している。運動コースは、民間スポーツクラブ施設や市体育館での民間スポーツクラブのスタッフが指導する方法で実施している。

保健指導の対象者には、健康増進課から全員に電話で勧奨するとともに、電話がつかない方には、案内チラシを送付するなど、勧奨に努めている。



藤原宮跡