

はつらつ保健師 葛城市

～イキイキ輝くまちづくり～



◇葛城市新庄健康福祉センター◇

葛城市新庄健康福祉センターは、健康増進課としての扱いで「母子係」「成人係」「予防接種係」「健康づくり係」の4係がある。嘱託職員を含めて13人の体制で、そのうち保健師が7人、管理栄養士1人の専門職が従事されています。

健康増進課の岩永課長と保険課の葛本課長補佐同席のうえ、吉川^{よしかわ} 泰典^{やすのり}保健師に活動状況等の話を伺いました。

◇糖尿病性腎症重症化予防はまず受診勧奨から実施◇

現在、国保事業の中で重点的に取り組んでいることを伺ったところ、糖尿病性腎症重症化予防の取組について紹介がありました。

葛城市では、平成28年度から国の糖尿病性腎症重症化予防プログラム開発のための研究に参画し、そこでの情報を得ながら、まずは、一番やりやすい受診勧奨を平成29年度からスタートしたとのこと。

その理由を伺ったところ、研究グループからの他の市町村の事例で、このプログラムを進めるには、市町村から地元医師会や医療機関等に十分に説明し、合意を得ながら、進め

ていくことが重要とのことでした。

それを踏まえ、葛城市では以前に糖尿病等治療勧奨推進事業（レッドカード事業）を医師に説明してきたうえで実施してきたので、糖尿病性腎症重症化予防プログラムの受診勧奨なら基準は変わるが、内容的には変わらないので、まずはその了解を市の医師会で得たとのこと。



慢性腎臓病予防講演会の様子

また、慢性腎臓病予防講演会を中和保健所と共催で開催し、市の医師会長に座長、市の腎臓専門医に講演をしていただいた際の打合せの中で、葛城市の糖尿病合併症の医療費が

上がっていること、生活習慣病起因の人工透析が増えていること等の課題を共有しながら医師との関係を構築したとのことです。

◇医師会の了解を得て今年度から保健指導を開始◇

そして、平成30年度から糖尿病性腎症重症化予防プログラムの保健指導の部分を開始したい旨を医師会長と相談し、また、他の医師にも一人一人説明に回って了解を得たうえでスタートを切りましたとのことです。

今年度の保健指導は、まず体制づくりというところで、医師会長から紹介していただいた1名に対して実施されています。また、保健指導は市の専門職（主に吉川保健師）が中心となっており、行って行っていないとのこと。

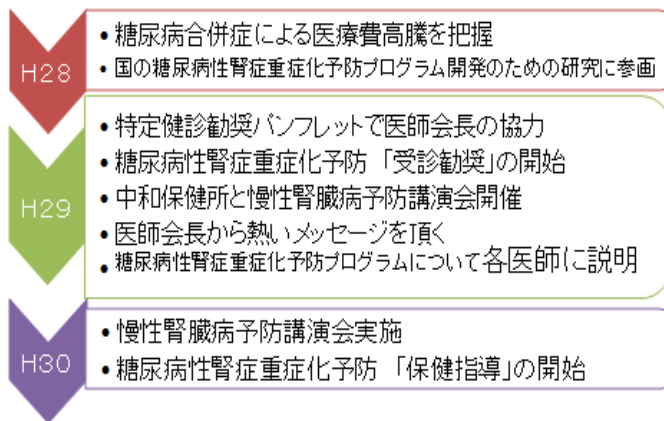
◇事業の継続性における課題も◇

一方で、一人が担当して、一人で研修（国保事務支援センターによる糖尿病性腎症重症化予防の人材育成に参加）を受け、一人で保健指導を実施しているけれども、この事業の継続性をどうしていくかということが一番の心配ごとだとのこと。

事例の検討を医師との勉強会等で保健師や管理栄養士と共有していくことが継続に繋が

っていくのではないかと、また、どんな指導をしているのかを医師に知ってもらいアドバイスをもらうことで今度もうまく連携していく機会が増えていくのではないかと考えていますと述べられました。

葛城市は少しずつステップを踏んで実施されておられ、それが良い結果に繋がっているのではないかと感じました。



医師との連携のフロー図

◇特定健診の受診率は年々上昇◇

特定健診の受診率は、平成27年度が30・

1%（県平均30・8%）、平成28年度が31・4%（県平均31・2%）、平成29年度が32・4%（県平均31・6%）、となっております。



吉川保健師

毎年1ポイント以上の伸び率となっており、平成28年度以降は県平均を上回っています。受診率が伸びている要因を伺ったところ、5歳刻みの無料クーポン、がん検診とのセット健診の充実、受診勧奨業務の実施の3点を挙げられました。

セット健診については、託児所が開設される女性限定日の設定があることが特徴です。特定健診対象者以前の方であっても若い時からプレ健診を受診していただくことで、健診への習慣作りに繋がっていきたくという思いがあるとのこと。また、葛城市は胃がんや死亡の方が多いので、ヘリコバクターピロリ菌検査の実施も可能になっていくことが特

微的と感じました。

受診勧奨については、男女別、生活習慣病の既往歴等ターゲットに合わせた案内文を作成し、掘りおこしを行っているとのことでした。

さらには、保険者異動の方に対し、転入時の手続きの際に特定健診受診のチラシを配布することも検討していると伺いました。

◇特定保健指導は個別訪問を実施◇

特定保健指導の実施率は、平成27年度が35・7%（県平均15・4%）、平成28年度が27・1%（県平均17・3%）、平成29年度が26・3%（県平均15・8%）となっています。

葛城市は、特定保健指導対象者には個別健診、集団健診に関わらず健診結果を持って自宅訪問を行っており、きめ細やかな保健指導を実施されているとのこと、この辺りが比較的特定保健指導の実施率が高い要因になっているのではないかと思います。

◇平成30年度から当日特定保健指導も実施◇

また、葛城市では今年度から健診当日の特定保健指導を実施されています。中には「健診なのに保健指導ですか」という人もおられるようですが、前年度の結果等の準備をして

おいて、それを提示しながら市の運動教室の案内をするなど、他の事業に繋げていくようにしているとのことでした。

以前から集団健診の際に保健指導の候補者に対し事前に面接を行い、連絡先の把握等を含め環境づくりを行ってきたとのこと、スムーズに保健指導に結び付けているとのことでした。

また、仮に特定保健指導の対象者でない場合でも、今後の腹囲等改善のための提案をしておかなければいけないので、リスクが隠れている人に対して話しておくことは、予防という意味で、長い目で見たら価値があると考えていますと述べられました。

◇健康増進課の主な取り組みについて◇

葛城市では健康増進計画に基づき、関係団体も参加のうえ健康なまちを作っていくためにどんなことをすればよいか、自分たちでできること、お互い協力できることを検討しながら活動を推進されており、これが市にとっての強みであると述べられました。

そこで、健康増進課として頑張っていることをPRしたいということで、「喫煙対策」「運動習慣」「栄養食生活」の3点を紹介していただきました。

① 喫煙対策

各公共施設に受動喫煙防止ロゴマークを貼っています。

また、市内の全ての小中学生を対象に防煙教室しています。これは、小中学生に対し、『タバコを吸わないようにしましょう!』という啓発のため、喫煙対策推進パートナーと協力して学校の教室に行つて説明を行っています。



防煙教室の様子

② 運動習慣

普段からの生活の中で体を動かすことが特に若い世代で少なくなってきたので、まず、階段を使うことで少しでも身体活動を増やしていきましょうというところで、市内各施設と近鉄尺土駅に階段利用促進のポスターを掲示しています。

市民ボランティア活動の活性化と支援のため、健康づくり推進委員（健康ボランティア）や自主ウォーキング団体が自主的に行っているウォーキング（月4回）の実施にあたって、支援や広報活動を行っています。



健康づくり推進員の活動の様子

③ 栄養食生活

小さい時から栄養バランスと減塩についての大切さをPRするため、小学生親子を対象にした親子クッキングを実施しています。

また、イベントや教室等で野菜をしっかりと摂る必要性についての説明を健康づくり推進員が行っています。

◇保健師をやっていたよかったこと◇

最後に、保健師業務をやっていたよかったと思うことを伺いました。

吉川保健師は、「自分自身の保健師活動の面白さ、楽しさというのは、こういう課題があるから対策をしないといけないということをして住民さんと共有する中で、住民さんと一緒に市の課題解決に向けて動き出したときに凄く楽しさという面白さを感じます。

その効果が出てくるのは先の話になるので、結果として例えば喫煙率や死亡率が下がったという話に繋がってくるのであれば、なおさらやりがいというものが凄く感じられます。

活動しているうちに保険課もそうですが、庁内で一緒に活動してくれる方がどんどん増えていくことも自分にとってありがたいし、

凄く恵まれていると思ったときに、この仕事をしていたよかったです」と述べられました。



健康増進課の皆さん

吉川保健師をはじめとする皆さんの熱意が周囲を巻き込んでいたのでないかと感じたインタビューでした。