

保健師 ルポ



曾於市 保健課のみなさん(著者前列右から5番目)

住民の方の話を聴き、個別の支援を大切に して保健指導を行っていく！

曾於市 保健課 健康増進係 保健師 原田 弥生



豊かな自然の中でみんなが
創る笑顔輝く元気なまち

曾於市は、大隅半島の北部に位置し、宮崎県都市に隣接、高千穂の峰をはじめとする霧島山系を仰ぎながら、白鹿岳・高之峯や大川原峽・花房峽・大鳥峽といった風光明媚な景勝地などすばらしい自然に恵まれています。

鹿児島県の指定無形民族文化財の「岩川八幡神社の弥五郎どん祭り」や「末吉住吉神社の流鏝馬」、全国遊歩道百選の森に認定された悠久の森で行われる「悠久の森ウォーキング大会」と1年を通して色々な祭りやイベントを開催しています。また、朝どれ野菜、こだわりの黒豚、旬の味覚に手作りの味。「おおすみ」「すえよし」「たからべ」と3つの道の駅が曾於市自慢の地元の物産をいっぱい並べ、いつも笑顔でお待ちしていますので、ぜひお越しください。

保健課・介護福祉課・福祉事務所と協力して健診の実施

曾於市は人口3万5798人(平成31年1月末)で、国民健康保険被保険者は28・8%を占めています。私は、保健課の健康増進係に所属し、係長と保健師5名、管理栄養士1名、臨時職員が配属



全国遊歩百選の森認定「悠久の森」で行われるウォーキング大会



駆け抜ける馬は迫力満点 流鏝馬祭り



900年以上の伝統を持つ「弥五郎どん祭り」

されています。

毎年4月には県内で一番早く、特定健診とがん検診を組み合わせた総合健診を、保健課・介護福祉課・福祉事務所が課を超えて協力して行っています。また、健診結果報告会や特定保健指導などの保健事業は、課全体で取り組みを行っています。

特定健診受診率アップのために

特定健診は、4月に行う総合健診（集団健診）と、6月～12月に市内医療機関で行う個別健診、ミニドック（特定健診とがん検診のセット）の3つのスタイルがあります。ミニドックは、自分の都合に合わせて受診ができるので毎年受ける方も多く、さらに新規の受診者も増えています。

また、通院中の方には、通院時の検査情報を利用しての健診受診を勧めています。県外（都市市）の医療機関に通院中の方も利用できるような体制をつくっています。平成28年度からは、対象となる方に情報提供の依頼を年2回実施し受診率向上に努めています。さらに、情報提供を下さった方には、経年の結果表を送り自分で健診結果を確認できるようにしています。

CKD予防連携システムを活用した保健指導

腎不全による標準化死亡比と人工透析率が高い曾於市では、新規透析患者を減らすことを目標として、平成26年度から鹿児島県でもいち早く、曾於市・志布志市・大崎町と曾於医師会でCKD予防連携システムを構築しました。健診受診者の中からCKD基準に該当する方等ばかりつけ医への受診を促します。かかりつけ医は必要に応じて、曾於医師会病院に月1回来られる腎専門医へ紹介し、専門医と連携をとっていきます。

受診結果について、かかりつけ医から市へ返信してもらう様式の中に、市への指導依頼の項目（栄養指導や生活指導）があります。かかりつけ医から栄養指導や生活指導の項目にチェックがある時には、保健師と栄養士で家庭訪問による保健指導を行い、その結果をかかりつけ医へ報告し連携をとっていきます。

住民の方の話を聴いて、個別の支援を大切に

脳血管疾患の標準化死亡比が高い曾於市では、重症化の予防に力を入れて取り組んでいます。集団健診受診者でリスクの高い人は個別で結果説明を行います。さらに、

地区担当の保健師が、その後の様子を確認するために家庭訪問を行っていきます。必要に応じて栄養士との同伴訪問も行います。

経年健診結果表を住民の方と見ながら、基準値を超える項目や基準値を超えることが続いている項目と一緒に確認します。また、データが変化している年がある場合は、生活で何か変化があったのかを聞きそれが健診データに影響しているか一緒に確認していきます。健診

保健師と栄養士が作成した資料を使い保健指導を行う

データに対しての住民の方の思いや考えを聴き、そこから必要な支援をしようと思つて訪問をしています。相手の思いを十分に聴き出せないことも多く、1件1件の訪問から学ぶようにしています。

昨年度は、家庭訪問をする中で保健師が住民の方の疑問や思いを聴き、そこから栄養士と一緒に栄養資料を作成、特定保健指導や重症化予防対象者にその資料を配布したところ、「例年より資料に対する質問が増え、冷蔵庫に貼って確認するようになってきている」との声が聞かれました。住民の方の話を聴き、思いに寄り添って作った資料だからこそ住民の方に受け入れられたのだと思います。

現在、曾於市の保健師・栄養士は、住民の方の話を聴き、住民のニーズにあった保健指導につないでいこうとがんばっています。今後も住民の声を聴きながら、多くの情報を住民の方に返せるよう個別の支援を大切にしていきたいと思っています。