

保健師ルミ



成人・国保事業担当者の皆さん(筆者前列右から2番目)

健康で生きがい満ちた
笑顔が自然とこぼれるまちを
目指します



霧島市の食育キャラクター
酢がめちゃん

霧島市 すこやか保健センター 保健師 坂口 晃子

自然が多彩で豊かな地域

霧島市は、鹿児島県本土のほぼ中央部に位置し、面積は603.18㎢、国際空港や高速道路、鉄道が交差するまちです。

海拔0mから霧島山の最高峰(韓岳)1700mまで豊かな自然に恵まれ、北部には日本で最初に国立公園に指定された霧島山を有し、南部は、広大な平野部が波静かな錦江湾に接し、その海岸線は約35kmにも及び湾に浮かぶ雄大な桜島を望むことができます。

また、霧島山系から裾野、平野部を経て錦江湾まで流れる清く豊かな天降川をはじめ大小199の河川があり、その流域には豊かな田園が広がります。

そして、山麓から平野部まで温泉群などを有しており、海、山、川、田園、温泉など多彩で豊かな地域です。人口は12万4785人(平成30年10月1日現在)で高齢化率は27%出生数は1149人(平成29年度)で出生率、合計特殊出生率は全国県に比べると高くなっていますが、年々高齢化率が上昇傾向にあります。

山間部地域と平野部地域では、出生率、高齢化率にかなりの差があるのが特徴で、地域特性にあった保健事業を行うことが課題となります。

地区担当はグループで互いに助け協力し合える体制に

霧島市には、保健師が31人(職員25人 嘱託6人)、管理栄養士が3人(職員2人 嘱託1人)、歯科衛生士が1人(嘱託)がおり、ほとんどがすこやか保健センターに所属していますが、本庁健康増進課に保健師3人、管理栄養士1人、長寿障害福祉課に保健師2人、発達サポートセンターに保健師3人(職員2人 嘱託1人)が所属し、国保保健事業については、保険年金課国民健康保険グループと連携しながら、すこやか保健センターで実施しています。すこやか保健センターでは、18人の保健師で地区を分担しており、管理期・中堅期、新任保健師、嘱託保健師の組み合わせで3人〜4人のグループをつくり地区担当をしています。グループ毎に情報交換をしたり、難しいケースや夜間の訪問では一緒に訪問する等助け合いながら行っており、この体制がとても良いと感じています。国保事業については、地区担当だけでなく、在宅保健師6人、在宅管理栄養士7人、理学療法士にも



庁内会議の様子

協力をもらうことができ人材に恵まれているのがとてもありがたいと感じています。

特定健診・特定保健指導の取り組み

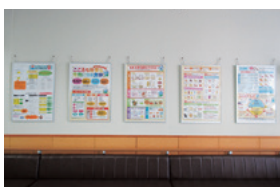
特定健診については、医師会の協力により5月～10月まで医療機関に委託して実施しており受診率44.2%となっています。毎年、広報や通知文、脱漏通知など工夫しながら受診率向上を目指していますが、なかなか受診率が伸びないのが悩みです。

特定保健指導については、一部医療機関に委託し約85%を保健センターで実施しており、休日実施や夜間訪問等を行いながら年々指導率は向上してきていますが、データ改善が難しく指導効果を上げることが現在の課題です。

平成29年度から、国保連合会の「医療費適正化対策に係る保健活動支援事業」を受け国民健康保険グループと保健センターで一緒に学習を深めてきました。支援を受ける中で



特定健診アピールののぼり旗 (行舎内)



保健センターの栄養パネル

返書がなかった方は、レセプトで受診を確認し合計で311人(82%)が受診できていました。受診確認ができなかった方については、地区担当保健師が家庭訪問で再度の受診勧奨を行うことができました。保健

自分たちだけでは気づかないことをアドバイスいただき事業をすすめることができ、毎回、自分たちのできていないところを反省し、少しずつではありますが実践に繋がっていることを実感しています。いざ、実践してみると住民の方の反応が悪かったり、思うように話がでなかったりすることも多いですが、実践の積み重ねを大事に地道に活動していきたいと考えています。

糖尿病重症化予防の取り組み

糖尿病重症化予防については、医師会の協力のもと未治療で空腹時血糖126mg/dl以上またはHbA1c6.5%以上の方に受診勧奨通知とかかりつけ医あての糖尿病精密検査の依頼文を同封し、かかりつけ医から返書をお願い、保健指導依頼があった場合は保健指導を行うという取り組みを平成29年度から行っています。平成30年度は、378人に通知を送り、医療機関より174件の返書があり、そのうち106件の保健指導がありました。

指導については、在宅の管理栄養士、理学療法士にも協力をもらい実施し、指導を受けた方の83%にデータの改善がみられています。

かかりつけ医から指導依頼があっても、本人から指導を断られる場合もあり、住民の方それぞれに合わせた声かけの仕方等の工夫が今後の検討課題と考えています。

また、今年度より血糖コントロール不良者についても、医師会、糖尿病専門医の先生方に相談し、HbA1c8.0%以上の方から訪問し、かかりつけ医から指導依頼をいただいている指導を実施するように検討をしているところです。

今後を見据えてのCKD対策

平成29年度から始良地区CKD予防ネットワークの運用が開始となりました。霧島市は腎専門医が少ない現状もあり、かかりつけ医と専門医の連携が重要と考えます。今年度、CKD紹介基準の見直しがあり紹介基準該当者が増える予測もあり、かかりつけ医の登録医を増やす必要性があると考え、医師会や始良保健所と相談し、かかりつけ医になつていない医療機関に協力依頼通知を出したり、医療機関に直接出向き、協力の依頼をお願いしました。新たに10人の先生方に登録をしていただき43人の先生方が、

かかりつけ医として登録していただいている状況です。今後は、糖尿病性腎症をはじめ、受診後にかかりつけ医の指示のもとに保健指導ができる体制づくりをしていく必要があると考えているところです。

市民が元気で長生きできるように

私は、国保事業の担当になってから3年目になりました。パソコンを活用した特定健診後の保健指導や健診データの分析等、パソコン操作は得意ではないのですが、多くの研修会に参加したり、まわりの皆さんに助けられながら楽しく仕事ができています。少しでも霧島市民が元気で長生きできるように、また、少しでも医療費が抑制できるように日々の積み重ねを大切にしていきたいです。

今後は、高齢者の保健事業と介護事業との一体的実施なども検討していく必要があるため、これまで以上に庁舎内の連携を図っていく必要があると感じています。保健センターは、保険年金課や長寿障害福祉課、健康増進課のある本庁舎から4kmほど離れたところにあり、すぐに顔をみながら担当で相談したり、協議することができないという不便さがありますが、お互いがうまく連携していけるように協議をすすめていけたらと思います。