

# 保健師

## ルポ

### 龍郷町の紹介

龍郷町は沖縄本島と本土との中間的な位置にあり、鹿児島市から南西へ約380kmの奄美大島の北部にあります。西郷隆盛翁の潜居地や、450年以上の歴史がある国重要無形民俗文化財に指定されている秋名アラセツ行事「平瀬マンカイ、シヨチヨガマ」など、素晴らしい地域文化も持ち合わせています。

手広(てびろ) 集落には、国内有数のサーフポイントがあり、年間を通して多くのサーファーが訪れる他、ハートロックと呼ばれるハートの形をした潮だまりも人気のスポットです。道路からビーチに出るまでの小道も緑の草木が生い茂り、素敵な風景で、大河ドラマ「西郷どん」の撮影もこの小道で行われました。特に、1月〜3月はハートがアオサに

囲まれて、緑と青のコントラストがとてもきれいです。

円(えん) 集落の県道にある全長29mの「かがんばなトンネル」に、春分の日と秋分の日前後数日間だけ、夕日がすっぽりと入る神秘的な光景を見ることができ、人気の観光名所があります。龍の顔に目が入るように見えることから「龍の目」や「ドラゴンアイ」と呼ばれ、春と秋の風物詩になっています。

加世間峠(かせけんとうげ)の頂上



干潮の時にだけ姿を現すハート型の潮だまり「ハートロック」



かがんばなトンネルの「龍の目」

付近からは、奄美大島の西海岸と東海岸を同時に見わたせる場所があり、くびれている地形は函館山からの眺めに似ていると言われています。

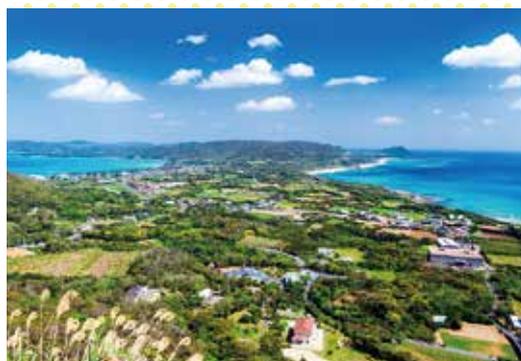
また、世界三大織物にも数えられる「大島紬」の代表的な柄である「龍郷柄」「秋名バラ」発祥の町であり、これまで



国民健康保険係の皆さん(筆者中央)

## 健康づくりの一助となる 保健事業を展開したい

龍郷町 保健福祉課 国民健康保険係 保健師 南 香澄



東側と西側、2つの海を同時に見渡することができる絶景ポイント「加世間峠」

大島紬のまちとして発展してきました。

近年は空港と名瀬の市街地へのアクセスの良さから、他市町村からの転居者が多く、人口が増加している市町村が多い中、本町ではほぼ横ばいで推移しています。

今後も「歴史と文化をつむぎ 未来へつなぐまちづくり」を基本理念に、町民と協働によるまちづくり、町民が希望を持てる活力に満ちたまちづくりを推進していきます。

## 浮き彫りになった生活習慣改善の重要性

国保事業を担当する保健福祉課は、国保係だけではなく、障害係、後期高齢者係、介護保険係、老人福祉係、地

域包括支援センター係で構成され幅広い業務を行っており、国保税係は、課を隔てていますが、同じフロア内であるため、連携しながら業務に取り組んでいます。

私は、健康増進事業と国保事業を担当しています。平成27年度から策定しているデータヘルス計画では、特定健診の受診率が低いこと、心臓病や脳血管疾患、糖尿病などにかかる医療費の割合が高い状況にあることが課題となっています。また、平均寿命は県と同等ですが、男性の平均自立期間が3歳短く、介護を要する期間が長いいため、介護予防、介護の重症化予防のためにも、生活習慣の改善の重要性が浮き彫りとなっています。

これらの分析から、「生活習慣病のリスクの高い人への重症化予防」「特定健康診査受診者フォローアップ」「特定健康診査未受診者対策」事業を課題解決策として取り組んでいます。

1つ目の重症化予防として、健診項目に腎機能検査や貧血検査、心電図検査を町独自で追加しています。町民全体の健康意識を高めるため、年に一回の健康チェックとして、休日や早朝などに健診を年3回開催し、一人ひとりが健診を受け続けていける体制整備に取り組んでいます。

2つ目のフォローアップ対策では、健診受診後の健診結果報告会を開催し、

健康保険協会や国民健康保険といった制度にとらわれず、健診結果を手渡しながら説明、指導を行い、確実に健診結果を対面で渡せるような工夫も行っていきます。その際、次回の生活習慣の改善・重症化予防につながるよう一人ひとり取り組み可能な目標設定を行っています。また、ハイリスクの方を対象として、管理栄養士による「けんこう教室」を開催しています。

栄養の分野は、生活習慣の大きな要であり、改善に大きな影響をもたらす分野です。私も苦手分野であり、分かりやすく伝えるポイントを習得するために、町民とともに共有しやすい指導の在り方について学習しています。

3つめの未受診者対策は、日ごろから医療機関を受診しているため、健診は必要ないといった理由で断られること



けんこう教室の様子

もありませんが、根気強く住民と顔を合わせた時、声かけをしたりすることで思いが伝わり、受診行動につながるという小さい町のつながりも感じます。

## 健やかで安心して暮らせる地域づくりにつながる

自分の体を知るための一歩として健診があります。しかし、様々な理由で受診に至らない町民の方も多くいらっしゃいます。まずは町民の方がその一歩を踏み出すことができるように、事務担当と連携しながら取り組んでいくことが重要です。また、昨年度より、後期高齢者医療制度の保健事業等及び高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施についても取り組んでおり、各年代に応じた健康課題を共有し、事業展開をすることで切れ目のない支援につなげているところです。この積み重ねによって、すべての町民が住み慣れたまちで、その人らしく、健やかでいきいきと暮らせる町づくり、安心して生活できる暮らしづくりにつながっていくと感じています。

今後も、保健師としての視点だけでなく、事務担当と連携し情報共有しながら、町民の健康づくりの一助となるように、様々な仕組みや体制整備を行い保健事業を展開していけるようにしたいと思っています。