

保健師 ルポ



天城町保健センターの皆さん(筆者前列左端)

住民とともに健康づくりをしていきたい

天城町 保健センター 所長 峰岡 あかね

「天城町」×「ガラパゴス」
「アマパゴス」においでよ

天城町は、奄美群島の徳之島にある3町のうちの1町で、空港と港の両方がある便利な町です。亜熱帯性気候をいかしたサトウキビ栽培を中心に、バレイショ、マンゴー、パッションフルーツ等の園芸が盛んなほか、トライアスロンIN徳之島大会でも知られ、別名「鉄人たちの島」ともいわれています。

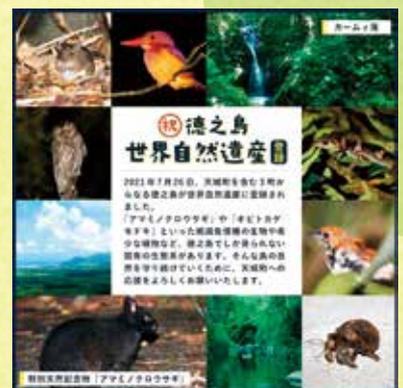


鉄人たちが競うトライアスロンIN徳之島

自然豊かで多くの固有種が存在しています。アマミノクロウサギに代表される、希少な動植物が数多く生息していることが評価され、令和3年7月に奄美大島、沖縄島北部、西表島とともに世界自然遺産に登録されました。徳之島は「子宝の島」とも呼ばれており、天城町のシンボルとして広く

愛されている通称「寝姿山」は、妊婦が仰向けに寝そべっている姿に見えることから「子宝の象徴」としても大切にされています。

鹿児島空港から約1時間のフライトで到着する徳之島空港の愛称は、その名も「徳之島子宝空港」。島では「くわど島ぬ宝(子は島の宝)」と昔から言われ、家庭だけでなく、地域全体で子を育てていく風習が色濃く残っています。



令和3年、世界自然遺産に登録された徳之島



天城町のシンボル 通称「寝姿山」

子育て世代包括支援センター

〜しあわせらびらびらもみんな〜

令和2年度から妊娠期から子育て期の様々な相談に応じ、切れ目ない支援ができるよう天城町子育て世代包括支援センターを設置しました。令和3年度から地区担当制を導入し、母子手帳発行から、妊娠、出産、新生児訪問と同じ地区担当が関わりを持つことで母との信頼関係を築き、その後の子育て期における手厚い支援にまで繋がるよう取り組んでいます。母との信頼関係づくりがうまくいくことで、産後の乳房トラブルの相談から乳房ケアの対応まで行うケースもあり、一つ一つの相談に丁寧に向き合っているところです。

現在は、センター設置以降の事業内容を振り返り、産後2週間前後の新生児訪問だけでなく、生後2ヶ月目でも体重測定や育児相談、家族計画のお話が行えるようセンターへ赤ちゃんが初来所する「きゅっきゅ」事業や乳幼児の対応に悩む保護者を対象とした臨床心理士による「こそだてらす相談会」による子育て支援を開始しています。また切れ目のない支援を行うために必要に応じて妊産婦から乳幼児の支援プラン作成まで手がけているところです。

今後は地域に出向き、地域全体の子育て支援が更に充実するように取り組んでいきます。

高齢者が元気の源となり、大きな笑い声、元気を響きわたらせー！！

地域包括支援センターでは、高齢者保健福祉計画及び第8期介護保険事業計画の基本理念を「日本一幸せな天城町〜自助・互助・共助・公助〜」と掲げ、スローガン「自分でできる幸せ 思いやりつながる幸せ 支え合う幸せ 安心して住める幸せ」を実現すべく、事業を進めております。本町の要介護認定率は全国や県と比べると低い状況で、畑作業や畜産などの生涯現役の元気な高齢者が多いです。各集落では、ゆいゆいサロンをはじめとする自主サロンやボランティアグループ活動による介護予防が効果的に展開され、高齢者の8割以上の方々が介護サービスを活用せずに地域で過ごされております。



元気高齢者の砂浜ウォーキング

きゅ！健診いから〜(さあ、健診に行こう)

元気な高齢者が多い一方で早生が課題です。本町の男性平均寿命は平成27年度全国市町村においてワースト20位であり、平成17年度から横ばいとなっています。特定健診の受診率は40%前後で推移していますが、40歳〜65歳の若年男性の受診率は25%と低くなっています。健診結果からは、メタボリックシンドローム予備群の割合、受診勧奨率、未治療者率が高くなっています。このことから、自身の健康状態を把握していない方が多く、治療が必要な方が受診に至っていないことが多くなっています。まずは特定健診を受け、年に一度は自分の体と向き合って欲しいと思います。各種講演会に出向いて話しをし、町内放送や各種団体への呼びかけをしています。また行政スタッフが広告塔となりPRポロシャツを着て活動し、横断幕やのぼりを設置して町民が健診に興味をもつようにしています。受診率は目標には届きませんが、今後も1人でも多くの方に受診してもらえよう活動していきます。健診を受けて精密検査が必要な方が確実に受診できるように健診後の確認を実施しています。また、糖尿病治療中の方の血糖コントロールを医療機関と連携して支援したり、高血圧治療中の方の二次健診として頸動脈エコーを実施したりと、重症化予防事業に力を入れてい

ます。健診の結果報告会では、食生活改善推進員さんがヘルシーメニューの試食提供を行っています。食に関することには食生活改善推進員さんが積極的に関与してくれ、行政と密に連携して取り組んでいます。また、定期的に実施している運動教室は健康づくり推進員さんが講師として進行してくれています。今後は、健康づくり推進員さんを中心に集落で健康づくり活動を推進していきます。

最後に健康づくりで大切なことは、地域の力を最大限に発揮できるように私たち保健師がどう関わるか、マネジメントしていくかがポイントになると思います。常に地域と関わり、アンテナを張り巡らし、住民視点で考え、情熱を持って楽しく活動・支援をしていきたいと思えます。



SUP(サップ)体験の様子
天城町では様々な海遊びの体験ができる