

保健師 ルポ



南大隅町国保と保健センターの皆さん(筆者 2列目右2人目)

“自分らしく過ごせるための健康づくり”を 支援する

南大隅町 町民保健課 保健衛生係 係長(保健師) 南 明子



佐多岬

南大隅町の紹介

南大隅町は、鹿児島県大隅半島南部に位置し、三方を海に囲まれ、町の南端には、九州本土最南端の佐多岬を有している自然環境が豊かな町です。

人口は令和5年9月末現在6217人。高齢化率51・02%と、鹿児島県内で最も高い状況にあります。産業は、温暖な気候や自然環境を活かした第一次産業が中心ですが、就業者の高齢化、担い手不足が課題となっています。また、近年は、「佐多岬」や「雄川の滝」を中心とした観光振興等により交流人口の増加に取り組んでいるところです。

町民保健課の役割

町民保健課には、年金戸籍係、環境衛生係、高齢者医療係、国民健康保険係、保健衛生第一係、保健衛生第二係、子育て包括推進係(子育て世代包括支援センター)、地域医療推進係の8つの係があり、会計年度任用職員を含む合計23名の職員が配置されています。うち専門職は、保健師3名(うち、1名は会計年度任用職員)、助産師1名、看護師2名(うち、1名は育休中、1名は会計年度任用職員)、管理栄養士1名となっており、10月から保健センターへ集約され、母子保健、予防接種、健康増進事業、特定健診、特定保健指



雄川の滝

導、一体化事業など、妊娠期から高齢者まで幅広い世代の健康づくりを課内で協力しながら取り組んでいます。

私自身は令和4年10月の人事異動で地域包括支援センターから保健センターの健康づくり部門への異動となり、健康増進事業、国保事業、一体化事業を担っており、若年期からの健康づくりに対する意識づくりをどうしていくか模索しているところです。

特定健診受診率・特定保健指導終了率への取り組み

特定健診受診率は令和3年度が62.4%です。特定健診受診率向上の取り組みとして、未受診者訪問事業や、健康づくりマイレージポイント事業での商品券に交換できるポイント付与に取り



未受診者訪問の看護師さんと、
国保会計年度任用職員の保健師さん

組んでおり、未受診者訪問事業では年間申込終了後に特定健診の申込がなかった方や特定健診集団健診未受診者へ在宅看護師による受診勧奨を実施しています。「また来たね、いつものやつでしょ」「そんな時期ね」と住民の方から言われるようになっており、「健診と関係ないけど、最近ねえ・・・」等、受診勧奨だけではなく地域の困りごとを役場へつなぐ役割も担っていただけではない状況です。このような顔の見える関係性によつて集団健診の申込・受診や、情報提供の承諾につながり、高い受診率を維持している状況です。しかし、特定健診継続受診者や情報提供に同意されているのは前期高齢者の方が多く、将来的に考えると今後受診数の低下も予測されます。平成21年度から男性も追加した形で19歳～39歳までの若けもん健診（特定健診と同項目）を実施していますが、受診数は減少傾向にあり、いかにして若い年代に健康・健診に対する興味を持ってもらうかが課題となっています。

健診受診率に対し、特定保健指導終了率は令和3年度が48.9%と低めです。まずは終了率60%を目標に、管理栄養士・保健師が協力し、個別訪問だけでなく、既存の事業等も活用しながら対象者へ声かけや状況確認等を行い、継続支援に努めています。

自分らしく過ごせるために

今年度から高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業が始まり、いつまでも元気に自分らしく過ごせるために「心臓を守ろう」をテーマに、サロン参加者を対象とした口腔・栄養・運動の各教室や高血圧Ⅱ度以上の方を対象とした生活習慣病重症化予防事業等を実施しています。高齢化率1位の本町ですが元気な高齢者が多く、80代でも現役で農業をしている方や、ゲートボールやグラウンドゴルフ、スポーツ吹き矢、ころばん体操等、自主的に集まってグループで活動している高齢者も多くいます。しかし、若い年代については、一人で自分時間にジム利用やウォーキングをしている方も見かけますが、多くの方が仕事や子どもの行事が忙しく自分のための時間を過ごせている方が少ないように感じます。本町の健康課題として

がん・心疾患・脳血管疾患の標準化死亡率（SMR）が高く、また特定健診受診者のメタボ予備群・メタボ該当者も県より高くなっており、特に若い年代については、肥満・高血圧・高血糖が多い状況です。高血圧対策とともに、母子保健分野とも連携し、若い年代からの肥満対策に取り組んでいく必要があると感じています。また事業としては、若い年代や遠方の方も参加しやすいようにリモートを活用した夜間の運動教室



サロン参加者を対象に行われた運動教室



リモートと併用で行った運動教室

室や、今年度から特定健診・長寿健診・若けもん健診受診時に推定尿中食塩摂取量検査を実施し、生活習慣の見直しや運動習慣獲得のきっかけづくりを行っています。健診データ等を住民の皆様へしっかりと還元し、自分事として健康づくりのことを考えてもらえるような働きかけが行えるよう努めていきたいと思っています。