

# 保健師 ルポ



知名町保健センターの皆さん(筆者前列右1人目)

## 子や孫が誇れる町を目指して

知名町 保健センター 助産師 前原 亜依

### 幻想的な自然、知名町

知名町のある沖永良部島は、南西諸島に属し鹿児島本土より約530km南に位置します。人口は5509人(令和6年3月1日時点)です。

隆起サンゴ礁の島ならではの独特な景観に圧倒されます。石灰岩に覆われた大地には、雨水

や地下水で削られてできた洞窟や鍾乳洞がいくつもあり、その造形美と幻想的な景観を体験できるケイビングは観光客に人気です。冬場は、クジラの遊泳を目にすることもできます。

また、令和4年4月に和泊町と共に脱炭素先行地域(第1回募集)に選出されました。

脱炭素分野における取り組みの一端として、小型風力発電設備(マルチレンズ風車)を町の公園内に整備し、電動モビリティと併せてカーポートを導入・設置しています。

この他にもグリーンズローモビリティを町内の観光施設や市街地エリアで走行する取り組みを計画しており、EV等の低炭素型モビリティの普及を目指すことと併せて、すばらしい自然環



マルチレンズ風車とグリーンズローモビリティ



ケイビングの様子(銀水洞にて)

境の保全、そして次の世代に引き継ぐために脱炭素に関する取り組みを並行して推進しています。

## 特定健診・保健指導実施率向上に向けて

本町では、7月に特定健診対象者へはがきによる個別・集団健診、人間ドック等の案内を行い、集団健診時には対象者全員に受診票を送付しています。また、国保被保険者で集団健診受診者には商工会と連携し、商品券の配布も行い受診率向上に努めています。しかし、特定健診受診率が例年50%前後を推移しており、伸び悩んでいるのが現状です。前年度は、未受診者でレセプト情報のある方に健康づくり推進員による訪問や電話での受診勧奨を実施しました。

保健指導については令和4年度から積極的支援も委託を行い、令和5年度からは集団健診時に同会場において血圧・腹囲・BMI・喫煙・前年度対象者等を確認し、委託業者の保健師による初回面談を実施しました。健診の待ち時間を行うことで、再度初回面接の案内を行う必要もなくなり、対象者68名に対し、47名実施することができました。

『とても勉強になった』『面倒くさかったが聞いてよかった』等の声もあり、結果報告会やその後の来庁で最終的には初回面接率87%に達することができました。例年、対象者が同じであることから、『毎年同じ話で聞

き飽きた』『聞いても変わらない』といった声も多かったため、町職員ではなく、委託業者（島外）が保健指導を行うことで、保健指導対象者のやる気アップに繋がっていると感じています。

## 町民の健康を支えるために

本町は、1日当たりの歩数が全国に比べ少ないこと、運動習慣のある者が少ないこと、メタボリックシンドロームの該当者・予備軍の割合が高いことが課題です。そのため令和6年度からは、新規事業として運動習慣の定着、また、肥満者数の減少を目的として、国保被保険者かつ前年度受診者に対して、当年度健診受診を条件とした運動施設の利用料の補助を実施します。この事業をきっかけに多くの町民が自らの健康について考え、意識変容・行動変容に繋がりを、ひいては生活習慣病の予防に繋がっていくことを期待しています。

これからも町民の健康保持増進のため、『いきいきと笑顔で暮らせるまち』を目指し、町民一人ひとりが主体的な取り組みができるよう積極的に支援していきたいと思えます。

## 妊娠期から切れ目ない支援を目指して

平成29年度から、妊娠期から子育て期の相談にに応じて支援できるように、「知名町子育て世代包括支援センター」を立ち上げました。母子手帳交付時から顔が見える関係を作り、安心して出産・育児期を迎えられるように取り組んでいます。

知名町は、令和5年度の出生数は30人でした。第1子23・3%、第2子30%、第3子以降46・6%であり



ベビーサロン

ますが、出産数は横ばいから減少が続いています。

また、転勤族も多く、慣れない土地での妊娠・出産育児に対する不安を抱えている方もいます。安心して過ごせるように、いつでも温かい雰囲気です迎えることを心がけています。

その一環として、笑顔溢れるママを一人でも多く、そしてママたちの拠り所になってほしいとの願いを込めて育児サークル活動を行っています。こちらでは、ベビーサロンとして、生後2か月からの赤ちゃんを対象にベビーマッサージを実施し、ママたちには赤ちゃんと楽しく触れ合う時間を過ごしていただいています。

またママサロンとして、産後5か月からのママを対象に産後ヨガを実施しています。ママサロンをご利用の間は、スタッフが赤ちゃんを預かり、ママだけの時間を大切に、心も体もリフレッシュする時間を作っています。

今後も本センターは、保護者に寄り添い、子どもの成長を見守る身近な存在であり続けたいと思えます。

どのライフステージにおいても気軽に相談できる場所を目指し、いつか子どもたちが帰ってきた町、帰ってこられる町、そして全ての町民が健康寿命を延伸できる環境を作るために、スタッフ全員で取り組んでいきます。