

保健師 ルポ



阿久根市市民課国保係の皆さん(筆者前列中央)

介護部門や地域の医療機関と連携し 切れ目ない支援を目指す

阿久根市 市民課 国保係 主査(保健師) 小田 洋子



阿久根大島

阿久根市は、鹿児島県北西部に位置し、北部は黒之瀬戸を隔て長島町と接し、東部は出水市、南部は薩摩川内市と接しています。東シナ海に面した約40kmにも及ぶ美しい海岸線や沖合いおよそ2kmに浮かぶ阿久根大島は、海水浴や釣りのメッカとして知られており、毎年多くの観光客が訪れます。

品質の高い数多くの生鮮品や加工品は、「アクネうまいネ自然だネ」の統一ブランドで全国に向けて出荷されており、なかでも特産品の「阿久根ボンタン」は全国有数の生産量を誇ります。

令和6年10月時点の本市の人口動態は、総人口1万7584人、高齢化率44・4%、出生数96人、死亡数

阿久根市について

413人、自然増減率マイナス1・80となっています。

保健師体制

市民課国保係には、事務職4人、保健師1人、レセプト点検員(会計年度任用職員)2人、訪問看護師(会計年度任用職員)3人の計10人が配属されています。その他、保健師10人が、こども保健課、福祉課、介護長寿課、教育委員会等に分散配置さ



阿久根大島に生息する鹿



海水浴で賑わっている様子(阿久根大島)

れています。

特定健診の実施体制

本市の『集団健診』は、鹿児島県厚生農業協同組合連合会健康管理センターに委託し、毎年7～9月（令和6年度は18日間）に、各地区の公民館等で実施しています。被保険者が受診しやすいように特定健診の無料化や土・日健診を行うなどの工夫をしています。また、1月には受付時間を指定した『働き世代予約制健診（30歳以上74歳以下）』を実施しています。さらに、集団健診終了後のタイミングで、特定健診未受診者に受診券及び情報提供票を個別通知し、健診の受診を促しています。『個別健診』については出水郡医師会が、『情報提供』については県医師会及び水保市芦北郡医師会が協力してくださり、受診率向上に一役担って下さっています。

特定健診受診率向上を目指して

令和5年度の特定健診受診率は、50・7％で年々受診率は向上していますが目標の60％には届いていない状況です。令和6年度は、前年度新規国保加入者を中心とした訪問や電話での受診勧奨を重点的に行った結果、新規受診者は増加しました。

平成30年から、30歳代の国保被保

険者を対象とした若年健診を、特定健診と同じ検査項目で実施しています。受診者は、26人（18・3％）と低い状況です。若いうちから自分の健康に関心を持ち健康づくりのきっかけになるよう受診率の向上に努めたいです。また、受診者のうち、すでにメタボリックシンドロームに該当・予備軍と判定される方も多いので、健診後の保健指導もしっかりと行っていきます。

生活習慣病重症化予防対策

本市は、人工透析者率がとても高く、一人当たり医療費を上げている要因の一つになっています。そのため、糖尿病、高血圧症、CKD（慢性腎臓病）の重症化予防の取組を重点的に行っています。血圧1度の方には血圧手帳を配布し、家庭血圧を測ることと自分の血圧を知っていただくことから、生活習慣改善へ支援を行っています。血圧Ⅱ度以上の方には、受診勧奨を兼ねた保健指導を行います。毎年、約半数の方は、病院受診をしない状況です。2年3年と長い時間をかけて保健指導を行った結果、病院受診につながる方もいるので、次年度の健診の受診勧奨を行いながら継続して経過を見ていきたいです。

切れ目ない支援を目指して

本市では、令和4年度から「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」に取り組んでいます。以前から介護部門が住民主体の通いの場である「ころばん体操教室」を市内の多くの地区で立ち上げて、高齢者への支援を実施していました。その本市の強みを生かして、市内で協力し合いながら一体的に高齢者支援を行っているところ。この事業を通して、やはり、若いころからの健康づくりが高齢者のフレイル予防につながっていると実感したので、介護部門と連携して、今後も長寿健診の受診勧奨及び健診後のフォローを大切にしながら、様々な状況にある高齢者に寄り添っていきます。

地域の医療機関と連携して

本市では、令和5年度から、出水郡医師会広域医療センターと共催で健康教室を開催しています。令和6年度は、「胃がん・大腸がん」「脳卒中予防」「慢性腎臓病」「変形性膝関節症・変形性股関節症」「脂質異常症」など、医師、薬剤師、管理栄養士等に約1時間、講話をしていただきました。集団健診の前にはがん検診受診の大切さを、集団健診後には生活習慣病の重症化予防をテーマにするなど、住民の皆さんの関心があるタイミングで聴講できるよう協力していただきました。直接専門家の話が聞ける

とあつて毎回質問が出るほど住民の皆さんに好評です。また、地域の医療機関として普段の診療で感じていることも交えてお話ししていただけるので行政としても実情が分かる良い機会になっています。



健康教室の様子

おわりに

国保保健師の業務は、データヘルス計画の策定、特定健診・特定保健指導、生活習慣病重症化予防対策や高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施など、事業が多岐にわたり、また保健指導対象者も数年前と比較すると増加しています。医療・介護分野と情報交換を密に取り、地域の専門職・医療機関と連携しながら国保事業を着実に取り組んでいきたいです。