



市町訪問

第48回

市の中心市街地は、ＪＲ草津駅とＪＲ南草津駅の両駅を中心に形成しています。

ＪＲ草津駅はＪＲ東海道本線とＪＲ草津線が接続する駅であり、乗降客数が多い駅です。駅周辺では大型商業施設や高層住宅等が整備され、旧東海道沿道や草津川跡地公園などでは、多くのひとが行き交い、集うなど、にぎわいと交流が広がっています。

ＪＲ南草津駅は、京都・大阪へのアクセスがよく、立命館大学びわこ・くさつキャンパスの最寄り駅です。駅周辺では、マンション等の住宅基盤が整備され、ファミリー世帯や学生の転入が多く、若い力がまちにあふれ、にぎわいと活力に満ちています。

市の東部は、良好な居住環境が広がるとともに、びわこ文化公園都市区域には、立命館大学びわこ・くさつキャンパスや県立長寿社会福祉センターなどの教育・福祉・医療・文化等の施設が集積しており、多様な機能の交流が図られ、新たな都市の魅力が生み出されています。

市の西部では、琵琶湖のほとりに豊かな農地が広がり、烏丸半島には、県立琵琶湖博物館や市立水生植物公園みずの森などの環境分野の施設が集積しており、人と環境の調和が図られています。



草津市
たび丸

**若年層の受診率向上を
目指して！**

団塊の世代の後期高齢者医療制度への移行により特定健診の受診率が伸び悩んでいたため、40～50代の受診率を伸ばし、また、高齢者にも継続して受診していただき、健康づくり、健康管理を継続してもらえようという取組を行っています。

その取組の一つとして、今年度から集団けん診の会場にイオンモール草津を追加しました。若い世代の方たちにも、買い物ついでに気軽に健診を受けてもらえるようにしています。

また、昨年度からWeb予約サービスを本格的に導入しました。以前までは開庁時間に電話で予約を受け付けていましたが、Webでも予約できるようになり、働き世代の方も時間を気にせず、都合のよいときに



▲集団けん診会場の様子

ブースでは、歯科健診の啓発や、ベジエック、姿勢チェックなどを行っています。このような特典を受診勧奨はがきに掲載することで、関心を持っていただけるよう取り組んでいます。



▲集団けん診会場の様子

市では、広報紙や公式SNS、駅でのデジタルサイネージ、また、健康イベントでのチラシ配布といった周知啓発を行っています。国保加入者で特定健診という言葉を知らない方はまだまだ多いため、対象の方々に啓発するとともに、社保に加入され

ます。津市のHPのURLを掲載しています。メッ

未受診者対策の取組として、はがきの送付や電話勧奨等を行ってきましたが、今年度からは、SMS（ショートメッセージサービス）による受診勧奨を追加しました。国保関係の連絡先としての携帯電話番号届出率は若い方が高いため、若年層に向けた受診勧奨として新たに始めました。メッ

未受診者に向けた 新たな取組



特定健康診査受診までの流れ

- 1 日程を選ぶ
ご希望の日程をお選びください。
- 2 電話またはWEBで申し込む
077-561-2366
- 3 受診する
国保加入者
国保加入者
国保加入者

集団けん診 受診までの流れ

- 1 日程を選ぶ
ご希望の日程をお選びください。
- 2 電話またはWEBで申し込む
077-561-2366
- 3 受診する
国保加入者
国保加入者
国保加入者

集団けん診の日程・会場

日程	会場	申込締切
10月 10日(土)	津市立総合市民センター	9月 10日(土)
10月 17日(土)	津市立総合市民センター	9月 17日(土)
10月 24日(土)	津市立総合市民センター	9月 24日(土)
11月 1日(土)	津市立総合市民センター	10月 1日(土)
11月 8日(土)	津市立総合市民センター	10月 8日(土)
11月 15日(土)	津市立総合市民センター	10月 15日(土)
11月 22日(土)	津市立総合市民センター	10月 22日(土)
11月 29日(土)	津市立総合市民センター	10月 29日(土)
12月 6日(土)	津市立総合市民センター	11月 6日(土)
12月 13日(土)	津市立総合市民センター	11月 13日(土)
12月 20日(土)	津市立総合市民センター	11月 20日(土)
12月 27日(土)	津市立総合市民センター	11月 27日(土)

▲受診勧奨はがき

ている方々にも「特定健診」という言葉を広めていきたいと思っています。「特定健診」という言葉を聞いたことがある」と感じていただくことが、今後の受診に繋がるのではないかと考えています。

周知の方法については様々な角度から行っていますので、今後どのように伝えていくべきなのか考えていきたいと思っています。

生活習慣病の 重症化予防策



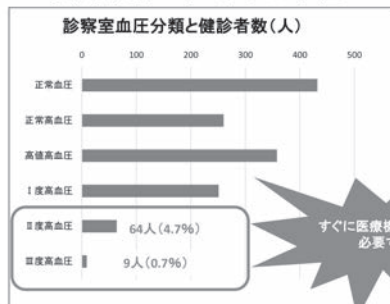
健診を受けられた後、結果が受診勧奨判定値以上になった方に対して毎月通知をお送りしています。

「受けよう」という気持ちになっただけでなく、堅い通知文ではなく、たび丸イラストや保健師からの手書きコメント、また、ご自身の数値を健診受診者全体と比較した際の位置をグラフで確認できるようにするなど、通知文の内容を工夫しています。

通知文配布後はレセプトの確認を行い、受診が確認できない方には電話をしたり、場合によっては訪問も

するなど、手法を変えながら行っています。通知文を送った方のうち、7割前後の方が受診いた

健診受診者の中のあなたの位置



すぐに医療機関受診が必要です

(参考)成人における血圧値の分類

分類	診察室血圧mmHg	
	収縮期血圧	拡張期血圧
正常血圧	<120	かつ <80
正常高血圧	120~129	かつ <80
高血圧	130~139	かつ/または 80~89
1度高血圧	140~159	かつ/または 90~99
2度高血圧	160~179	かつ/または 100~109
3度高血圧	180以上	かつ/または 110以上

出典「高血圧ガイドライン2019」p18

あなたの血圧レベルは、Ⅱ度以上の高血圧です。この血圧レベルの人は、正常血圧分類の人と比べて、約5倍脳卒中や心臓病にかかりやすいことがわかっています。



医療機関を受診してください (再勧奨のご案内)

令和6年度特定健康診査の結果、〇〇項目にて『要受診』と判定されましたので、早急に医療機関をご受診ください。受診の際には、健診結果をご持参ください。
※健診結果の再発行は、受診された病院にお問い合わせください。

担当：〇〇保健師 △△看護師
☎077-561-2366
(平日 9:00~16:45)

その後、ご体調はいかがでしょう。食事にも気を付けられ、数値の方もきちんと確認されているということで、今年もぜひ無料の特定健診を受け、経過を見ていただきますよう、よろしくお願ひ致します。
LD(脂質)コレステロール値が高いと動脈硬化を進行させ、心臓病や狭心症のリスクが高くなるため、今年度も高値であった場合は、そういったリスクを高めるためにもお近くの内科をご受診ください。

「何科に行ったらいいの？」
「生活習慣を見直したいけど、どうしたらいいの？」

お気軽にご相談ください

地域住民との交流

だけいているため、今後とも継続していきたいと思っています。押し付けるのではなく、生活状況等を聞きながら親身に寄り添った声かけを心がけています。

立命館大学で毎年秋に行われる「BKCウェルカムデー ～びわこ・くさつ健幸フェスタ～」に参加させていただいています。

地域の町内会や企業、また草津市からも出展をしており、100以上のブースが並んでいます。その中で保険年金課は、健康づくりの一環としてブースを出しており、昨年度は骨密度測定、今年度は血管年齢測定を行いました。測定後は保健師から結果のフィードバック、生活習慣の聞き取りやアドバイスを行い、様々な世代へ健康づ



▲BKCウェルカムデー ～びわこ・くさつ健幸フェスタ～

くりの啓発をさせていただいています。また、測定とともにマイナ保険証の啓発として、マイナンバーカードを健康保険証として利用するための登録支援も行いました。立命館大学で行っていますが、学生だけでなく、地域の方々なども多く来場してくださり、子ども世代から高齢者の方まで幅広くお越しいただき、また働き世代の方も多くいらっしやいま

した。

また、「くさつ健康ウォークラリー」というスタンプラリーを実施し、草津市全体で健康啓発を行いました。

地域の方から直接お話を聞く場は貴重ですので、こういったイベントで地域の方とお話すること、その方の生活習慣や地域の特性について知る機会になっています。地域の声を拾い、地区担当保健師と共有することで市の健康づくりに生かしていきたいと思っています。

糖尿病性腎症重症化 予防事業

滋賀県糖尿病性腎症重症化予防プログラムに沿って、過去に治療歴があり、現在医療機関を受診されていない方や、健診結果で抽出基準に該当し糖尿病に関する医療機

関受診のない方に対して、訪問等でアプローチを行っています。

医療機関の治療中断や未受診の理由について訪問時に聞き取りを行ったリ、アンケート返送内容を確認すると、薬や医療に対する不安、治療継続の必要性の認識不足などが聞かれました。ご本人の状況を知ること、個別性のある受診勧奨や保健指導を行い、改善に繋がっていききたいと思っています。

また草津市では、未受診者を健康増進課、治療中断者を保険年金課が担当しています。対象者に専門的にアプローチを行い保健指導に繋がった方に対しては、健康増進課で保健指導を実施しています。

すぐに効果を出すことが難しい事業だと感じていますが、継続的に介入を行い、少しずつでも改善に繋がるよう事業を進めていきたいと思っています。

草津市の魅力

草津市は「健康都市」を掲げており、誰もが生きがいを持ち健やかで幸せに暮らすことのできるまちを目指しています。

その取組として市役所や市営施設等に「くさつ健康ステーション」を設置し、体組成計や

血管年齢を測定する場を設けています。市民の方が行きやすい場所で測定をしていただくことで、少しでも健康に関心を持っていただくきっかけになれ

ば良いと考えています。

また市民だけではなく、職員の健康づくりとして「健康都市くさつみんなで歩数チャレンジ2025」を実施しました。歩いた歩数で点数をつけ、チーム戦を行いました。

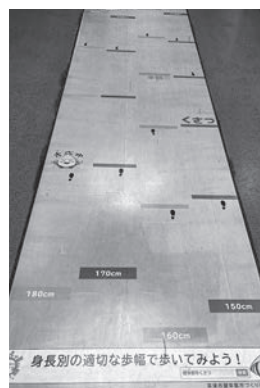
庁舎の階段や廊下に消費カロリーを記載したり、身長別に適切な歩幅を意識できるような啓発を行っています。



▲くさつ健康ステーション



▲本庁舎階段



▲本庁舎廊下