



野洲市は、歴史と自然が調和した、琵琶湖のほとりに位置する街で、歴史、自然、食、文化、そして利便性の高い交通アクセスなど多くの魅力が詰まつた、住み心地の良い街です。

また、古代からの歴史を感じられる史跡や、豊かな自然を楽しめる公園があり、琵琶湖の恵みを受けた新鮮な魚介類や農産物が味わえます。教育機関や文化施設も充実していく、若い世代も楽しめる街です。交通の便も良く、大阪や京都へのアクセスも便利です。

〔背景写真：11月上旬の三上山〕

特定健診受診率向上の取組として、集団教室による「生活習慣病予防セミナー」を実施しています。昨年度は、健康運動指導士の先生に

## 保健指導の名称に ひと工夫

**研究により将来の疾病発症確率を確認できるようになりました。**

**1 前回の健診結果**

料金別納付便	HbA1c	XX %	異常なし
親展	空腹時	XX mg/dL	程度異常
	HDLコレステロール	XX mg/dL	軽度異常
	LDLコレステロール	XX mg/dL	異常なし
	コレステロール・生活習慣	XX mg/dL	異常なし

**2 前回の結果から将来の疾病発症確率**

- 糖尿病 | 6.5倍 (10年後 ●)
- 心血管病 | 0.8倍 (10年後 ●)

**3 疾病発症確率は更新できます**

今年も健診を受けて、疾病発症確率を更新しましょう。(受診しないと疾病発症確率は更新されません)

**01 健診受診場所を選ぶ**

受診する日時 年 月 日( ) 時 分~  
午前 □ 午後 □  
就診受診場所

**02 電話で予約する**

予約が必要な医療機関の場合は、直接電話して下さい。「特定健診を受けたい」旨をお伝えください。

**03 健診を受ける**

「受診券」と「マイ保険証」または「国民健康保険の資格証明書」をお持ちの人は、健診を受けて下さい。

意欲を高めるために何らかのインセンティブを考えていく必要があります。受診意欲を高めるために何らかのインセンティブを考えていく必要があります。

意欲を高めるために何らかのインセンティブを考えていく必要があります。受診意欲を高めるために何らかのインセンティブを考えていく必要があります。受診意欲を高めるために何らかのインセンティブを考えていく必要があります。

意欲を高めるために何らかのインセンティブを考えていく必要があります。受診意欲を高めるために何らかのインセンティブを考えていく必要があります。

意欲を高めるために何らかのインセンティブを考えていく必要があります。受診意欲を高めるために何らかのインセンティブを考えていく必要があります。

意欲を高めるために何らかのインセンティブを考えていく必要があります。受診意欲を高めるために何らかのインセンティブを考えていく必要があります。

**40歳代の  
特定健診受診率向上で  
全体の底上げを!**

特定健診受診率向上の取組として、

例年、未受診者を受診動向によりタ イプ分けして受診勧奨を行っています

が、今年は勧奨内容をより細分化し、

医療機関受診の有無も含め11パターン

の通知とし、デザインも一新しています。受診意欲の高い団塊の世代が75

歳となることで、国保の特定健診受診率は徐々に下がり始めしており、これま

で健診を受診したことがない方や、受

診率の低い40歳代の方に受診していた

だくことが必要と感じています。受診

意欲を高めるために何らかのインセン

ティブを考えていく必要があります。

現在は、5月～9月までに特定健診を

早期受診された方に、年齢層関係なく、抽選でQJUOカードを渡していくま

すが、今後、様々な取組を試していくことで、特定健診受診に繋げていきた

いと考えています。

野洲市は、女性の腎不全のEBSMR（標準化死亡比）や、がんや脳血管疾患と糖尿病合併症の割合も多いです。また、人工透析に係る医療費や、HbA<sub>1c</sub>やeGFRの健診有所見率が男女ともに上昇傾向にあるといった健康課題があり、糖尿病重症化予防に重点的に取り組んでいます。

来ていただき、生活習慣病の話を聞くことで実施しました。80分の教室とすることで保健指導の初回面接の要件を満たし、3か月後にフォローアップの連絡を行っています。「行ってみようかな」と思つてもう見えるようなきっかけとなるように、「特定保健指導」という名称ではなく、「生活習慣病予防セミナー」という名前で実施しています。毎年、健診結果がある程度揃う1月～2月に開催し、保健指導をまだ受けていない方に案内し、多くの方に参加いただけるようにしています。

## 主治医と連携した 糖尿病重症化予防の取組

野洲市は、女性の腎不全のEBSMR（標準化死亡比）や、がんや脳血管疾患と糖尿病合併症の割合も多いです。また、人工透析に係る医療費や、HbA<sub>1c</sub>やeGFRの健診有所見率が男女ともに上昇傾向にあるといった健康課題があり、糖尿病重症化予防に重いきませんが、維持改善の方が例年8割ほどとなっています。今では継続利用の方も対象としており、これがあるのでモチベーションを保つているという声もいただいています。

具体的には、滋賀県糖尿病性腎症重症化予防プログラムに沿って、治療を中断していると思われる方や健診結果で異常値が見られるが医療機関に受診していない方について医療機関に受診勧奨する取組と並行して、主治医と連携した個別保健指導を実施しています。個別保健指導における野洲市の特徴的な取組として、抽出条件に該当した方について主治医に指導の対象となるかどうかの確認をいただき、対象となつた方には主治医からの推薦書を同封し案内しています。推薦書が入っていることで、主治医が薦めているのであれば受けてみようかなと利用に繋がり、例年20名超の申込があります。

## がん検診受診率向上と 受けける習慣作り

野洲市は、女性の腎不全のEBSMR（標準化死亡比）や、がんや脳血管疾患と糖尿病合併症の割合も多いです。また、人工透析に係る医療費や、HbA<sub>1c</sub>やeGFRの健診有所見率が男女ともに上昇傾向にあるといった健康課題があり、糖尿病重症化予防に重いきませんが、維持改善の方が例年8割ほどとなっています。今では継続利用の方も対象としており、これがあるのでモチベーションを保つているという声もいただいています。

具体的には、滋賀県糖尿病性腎症重症化予防プログラムに沿って、治療を中断していると思われる方や健診結果で異常値が見られるが医療機関に受診していない方について医療機関に受診勧奨する取組と並行して、主治医と連携した個別保健指導を実施しています。個別保健指導における野洲市の特徴的な取組として、抽出条件に該当した方について主治医に指導の対象となるかどうかの確認をいただき、対象となつた方には主治医からの推薦書を同封し案内しています。推薦書が入っていることで、主治医が薦めているのであれば受けてみようかなと利用に繋がり、例年20名超の申込があります。

野洲市は、女性の腎不全のEBSMR（標準化死亡比）や、がんや脳血管疾患と糖尿病合併症の割合も多いです。また、人工透析に係る医療費や、HbA<sub>1c</sub>やeGFRの健診有所見率が男女ともに上昇傾向にあるといった健康課題があり、糖尿病重症化予防に重いきませんが、維持改善の方が例年8割ほどとなっています。今では継続利用の方も対象としており、これがあるのでモチベーションを保つているという声もいただいています。



す。国保の被保険者は、市のがん検

診以外で受ける機会がほんないので、こじでしつかり受けたいたいことが大事です。野洲市では、女性は胃がん、男性は肺がんのEBMが高く、死因の割合はがんが1番なので、がん対策は重要と考えています。

現在は個別通知を強化し、市のがん検診の対象だと分かるように周知をしています。まずは一回受けて、受けた習慣ができるるといいなと思っています。特定健診を受けると全て分かれます。特定健診を受けるとおられる方で、がんも健康課題としては大きいため、特定健診と併せて受けてもうえるように情報を届けていきたいです。

## 健康推進員や図書館との協力による地域の健康づくり

「まほえみやす21健康プラン」で掲げる6つのテーマ（栄養・運動・健診・歯・タバコ・心）を基に様々な活動を行っています。市内でのイ

ベントへの参加として、健康推進員の方が中心となり、6月に開催された「やすまる広場」において歯の寸劇をしたり、スーパーでの推定野菜摂取量測定など、地域で息の長い活動を行っています。

また、図書館運動特集として、食育月間等の各種月間や週間ににおいて、図書館の司書の方に月間等に関連する本を集めていただき、ポスターやティッシュ用意することでコーナーを設置しています。野洲市の図書館は貸出し冊数も多く、足を運んでい

ただいた市民の方にきちんと健康情報が届く機会として啓発しています。また、市の公式ラインやホームページで健康情報を発信し、デジタルとログの両方を使いながら、多くの方に情報が届くように取り組んでいます。

## タバコ対策としてのCOPD検診の実施

守山市と共に、守山野洲医師会等の関係機関の協力をいただきながらCOPD検診の取組を進めています。5歳刻みの方に質問票（リスクが高いかどうかのアンケート）に回答し

▲歯の寸劇の様子



▲図書館運動特集による啓発



▲COPD検診チラシ

COPD（慢性閉塞性肺疾患）は徐々に悪くなる病気で、自覚症状に気付かないまま悪化していることもあります。一度、年相応の呼吸機能があるのかどうかを調べることで、異常

健康無関心層の方が楽しんで何かをする時に、それが健康に繋がるような仕掛けをこれから考えていかなければならぬないと考えていま

### 自然に健康になれる 環境づくりに向けて

相談の案内、市内の小中学校からの依頼により、ゲストティーチャーとして防煙教育を行うこともあります。学校現場からは、子供たちの心に少しでも残っているという声をいただいています。

が早くに分かれます。喫煙者で65歳以上であればそれだけでリスクが高く検査対象になるので、一度調べてもらいたいです。早めに吸入薬の処方など必要な治療を受けることで、悪化するのを防ぐことができます。年に100人くらい受けており、男性が圧倒的に多く、検査対象の方の9割以上に喫煙歴があります。

その他のタバコ対策として、卒煙



▲保険年金課、健康推進課の皆さん

## N F O R M A T I O N 野洲市のイベントについて

### 国スポ

### 卓球

全種別	9 / 28 ~ 10 / 2
野洲市総合体育館	

### バスケットボール

成年女子	10 / 4 ~ 10 / 7
野洲市総合体育館	

### ラグビーフットボール

成年男子・女子・少年男子	10 / 3 ~ 10 / 7
滋賀県希望が丘文化公園	

### 障スポ

### 卓球

(サウンドテーブルテニスを含む)

10 / 25 ~ 26

野洲市総合体育館



▲国スポ・障スポリハーサル大会の様子

