



【青島写真：11月上旬の三上田】

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った、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て、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。



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QUOカードを渡していますが、今後、様々な取組を試していくことで、特定健診受診に繋がっていきたいと考えています。

保健指導の名称に ひと工夫

特定保健指導利用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

科金別納郵便
親展

このハガキは受診券ではありません。

野洲市の特定健診に関する
大事なお知らせです。
必ずご確認をお願い致します。

受診期限：令和8年2月28日(土)まで

※既に健診を受けた方、資格喪失された方に限りは、ご返却ください。

【お問い合わせ】野洲市 保健指導係
保健指導係の電話 2100 直通
電話番号 077-587-6081

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。

ひきかえ元予報は、健康診査結果や生活習慣から将来疾病を発症するリスクを予測するものです。福岡県糟屋郡久山町の地域住民を対象に、九州大学が実施している久山町研究の成果をもとに開発されました。

1 前回の健診結果

身長	XX cm	HbA1c	XX %
体重	XX kg	空腹時血糖	XX mg/dL
脂質	XX mmol/L	LDLコレステロール	XX mg/dL
収縮期血圧	XX mmHg	LDLコレステロール	XX mg/dL

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 健診を受ける

「受診券」と「マイナ保険証」または「国民健康保険の資格証書等」をお持ちください。健診をご受診ください。

01 健診受診場所を選ぶ

02 電話で予約する

03 健診を受ける

来ていただき、生活習慣病の話を聞き、実技、それを振り返りグループワークで個別の目標を立てるという流れで実施しました。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」と思ってもらえるようなきつかけとなるように、「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(標準化死亡率)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、HbA1c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。

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、対象となった方には主治医からの推薦書と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。申込者には、管理栄養士が半年間に渡り指導を行います。3回から4回行われる面談の度に、主治医からの指示箋をもらい、指導結果を報告するというサイクルで実施しています。治療中

の方のため、目に見えて値が改善とはいきませんが、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、これがあるのもモチベーションを保っているという声もいただいています。

受診を中断されている方は様々な理由があるので、必要に応じて市民生活相談課と連携するなど、その方がどのような形で生活していけるかも含めて考えます。また、若い世代の方は病識の低い方も見受けられます。数年かけてようやく受診いただけることもあり、息の長い関わりができるのは市町の強みだと思っています。

がん検診受診率向上と 受ける習慣作り

がん検診の受診率向上の取組として、特定健診受診券送付時に案内を同封するほか、個別勧奨通知や再通知を送付しています。特定健診の受診券送付時にがん検診の申し込みにつ



いても思い出すとよく聞くので、案内を受診券に同封することによって目に留まり受診に繋がっています。個別健診の場合は、医院により受けられるがん検診の種類が違つので、その案内もしています。個別勧奨の通知は今年度からはがきを、毎年受けている方、受けたことがない人、受けたことがある人の3種類に分けて送つていま

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ばないので、ここでしっかり受けていただくことが大事です。野洲市では、女性には胃がん、男性は肺がんのEBUSMR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。

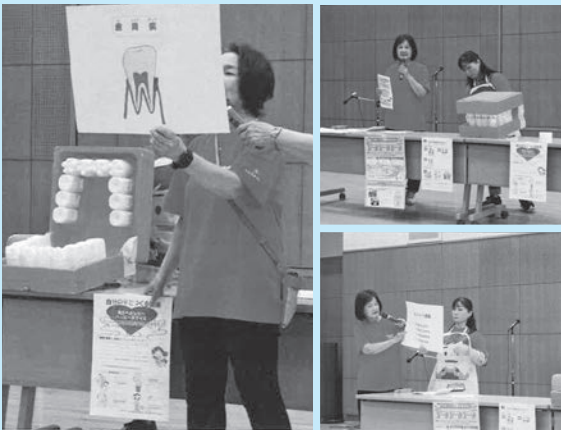
現在は個別通知を強化し、市のがん検診の対象だと分かるように周知をしています。まずは1回受けて、受ける習慣ができるといいなと思っています。特定健診を受けると全て分かると思っている方の中にはおられるので、がんも健康課題としては大きいため、特定健診と併せて受けてもらえるように情報を届けていきたいです。

健康推進員や図書館との協力による地域の健康づくり

「ほほえみやす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ただいています。

また、図書館連動特集として、食育月間等の各種月間や週間において、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を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



▲歯の寸劇の様子



▲図書館連動特集による啓発

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、デジタルとアナ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



▲COPD検診チラシ

てもらい、リスクが高いと判定された方に受診券を送っています。一度は呼吸機能を調べてみましょうということで、早期発見のための検診を推進しています。受診勧奨だけでなく、検診費用まで補助している取組は、全国的に珍しいのではないかと思います。

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ないと考えています。

自然に健康になれる 環境づくりに向けて

その他のタバコ対策として、卒煙相談の案内、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。

が早くに分かります。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。

す。BIWATEKUアプリの積極的な活用に加えて、河川や企画といった市の街づくりのプロジェクトチームに関連部署の一つとして健康部門の職員や保健師も参画し、街づくりの段階から健康づくりの視点を入れるような形で進めています。今後、自然に健康になれる環境づくりが進んでいけばいいと思っています。



▲保険年金課、健康推進課の皆さん

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