

活動成果報告書

平成26年度（第18回）「チョダ地域保健推進賞」

活動テーマ

地区診断を行い、地域の健康課題を踏まえた脳血管疾患予防事業の取組

応募グループ名称及び氏名（グループの場合は代表者名）

小田原市福祉健康部健康づくり課

代表者：青木 章子

勤務先：小田原市役所

所 属：福祉健康部 健康づくり課

所在地：〒250-0816

神奈川県小田原市酒匂2-32-16

TEL：0465-47-0820

FAX：0465-47-0830

E-Mail：kenko@city.odawara.kanagawa.jp



地域に向いての健康教育、「健康劇」で普及啓発

◇活動方針

平成22年度から、本市の脳血管疾患で死亡する者の割合が全国平均と比べて高いこと、食事の食塩摂取量が目標量以上であること、野菜摂取量が目標量に達していないことなどの現状を保健師が共有した。

そこで、『市民が本市の死因の現状（脳血管疾患死亡率など）について理解し、脳血管疾患予防及び高血圧予防についての取組を進めることで、地域住民が健康への意識を高め、自身の健康管理と地域の健康課題の解決のために必要な行動がとれる』ことを活動方針として、脳血管疾患予防のための事業を展開してきた。

◇活動内容とその成果

① 地域診断の実施

脳血管疾患に関する統計の整理をすることで地域診断を実施し、地域の健康課題を抽出した。

- ・本市の死亡原因上位10位の死亡率を昭和55年から平成24年まで国、県と比較した結果、明らかに脳血管疾患の死亡率が高い（平成24年の脳血管疾患死亡率、国：96.5、県：74.1、本市：123.4）ことを確認した。
- ・国民健康保険被保険者の特定健診の結果から、収縮期血圧値の平均値が特定保健指導基準値より2mmHg高く、血圧に課題がある人が多いことを確認した。
- ・平成25年度に食事調査（BDHQ）を実施した結果、食塩摂取量は、国の目標量8グラムより多い11.1グラムで、野菜摂取量は、目標量350グラムより低い262グラムだったことを確認した。

活動成果報告書

・今までに訪問した脳血管疾患罹患者に対してアンケート調査を実施した結果、脳血管疾患の発症時に早期に医療に繋がらない状況があることがわかったため、消防署に救急搬送の状況を確認したところ、急患搬送中の脳血管疾患での搬送割合が、平成22から24年の平均が全国：9.8%、本市：6.6%と、全国より低いことを確認した。

・保健事業や地区活動を通して、市民が脳血管疾患の死亡率が高いことを理解していない状況があるということがわかり、市民にこの現状を知ってもらう必要があること確認した。

以上のことを、全庁保健師全員で共有し、事業への取組の必要性を認識したこと（ワールドカフェ形式）で、目的がはっきりし、保健師の士気が高まり、地区活動を積極的に行うことができた。

②地域へ出向いての普及啓発健康教育の実施

上記のことを市民に理解してもらうため、地区での教育を実施した。

26行政区に担当保健師を配置していることから、1地区につき2回以上、①についての現状について講話を行う機会を設けることとした。その対象者としては、住民同士の波及効果を狙い、自治会長、民生委員、体育協会、子供会等、地域の中で役割を担っている団体が打ち合わせ等を行っている機会を捉え実施した。そのために、地区担当保健師が活動しやすいように、あらかじめ、自治会長会議や民生委員児童委員連絡協議会等地区の母体団体に対する講話を行い、協力を求めた。

市民からは、「なぜ高いのか」「他地域と比べてどうなのか」「予防するにはどうしたらよいのか」など、予防方法のだけの教育では聞くことがない質問が積極的に聞かれ、自分の問題として置き変えることができた。保健師も、市民の健康課題を伝えることの重要性を再認識した。

③健康おだわら普及員活動との連携

26地区の自治会より推薦され市長の委嘱を受けた健康おだわら普及員の活動目標を、保健師の活動目標（活動方針）と同様にして、脳血管疾患予防事業に取り組んだ。

健康おだわら普及員への教育として、小田原市の死因の現状の理解、減塩食の必要性、運動の効果等を行い、それを踏まえて、地域で医師講演会、調理実習、運動実習等の健康教育を保健師と協働で開催した。特に、食塩摂取については、減塩みそ汁の試飲や、個人で調理したみそ汁の塩分測定を実施する事業を、従来から行っている会場以外で実施できるよう、健康おだわら普及員自らが、新たな開催場所を開拓するなど、積極的に事業を実施した。

脳血管疾患の死亡の状況を理解したことや、健康おだわら普及員の活動が、市の活動目標と同じである事などから、健康おだわら普及員自身の役割が明確になり士気が高まった。その結果、事業に対して創意工夫がみられるようになった。

④3歳児健康診査時の大人の血圧測定の実施

脳血管疾患の予防のために、若い時から脳血管疾患や高血圧症に関心を持ってもらうために、若い世代からの支援が重要であるが、なかなか関わりづらい年齢層である。そこで、受診率95%以上の3歳児健康診査時に来所した保護者等に対して、血圧測定を実施し、日頃から血圧に関心を持ち、検診を受けるよう指導した。

子どもの健康診査という限られた時間の中で、保護者が自分の検診の必要性を理解し、集団検診を申し込んでいくという事もあり、保護者が自分の健康について考える良いきっかけの場になっている。

⑤小学生を対象とした、減塩教育

若年からの取組のもう一つとして、小学生5、6年生に対して「塩のはたらきを知ろう」をテーマに「SIO^{しお}

活動成果報告書

博士」 「減塩カレーを作ろう」を実施した。普段の食べ物（間食を含む）に食塩が多く含まれていることが実感でき、考えて食塩を取ることが重要であることが、小学生でも理解できた。

参加した児童や、保護者からは概ね好評を得たが、興味のある児童が参加する形態となっているため、参加方法については課題がある。

⑥医師会との連携

小田原市の地域診断を医師会とも共有し、脳血管予防事業の普及啓発等について意見交換を実施した。また、健康おだわら普及員事業の、「医師が地域に出向いて講話をする」事業の協力体制を確認した。さらに、一次予防の早期発見という観点から、特定健診の受診率の向上などについても話し合いを行うことができた。

年3～4回意見交換を実施したことにより、状況の共有ができ、事業への協力を受けやすくなるなど連携が取りやすくなった。

⑦定期的な健康情報の発信

広報活動として、医師、歯科医師、薬剤師等にポスターの掲示を依頼した。ホームページへは、小田原市の健康課題の他、脳血管疾患の予防等について掲載し、庁舎内へは、手作りの掲示物を展示した。

あらゆるところに同じ内容を情報発信したことにより、地域で脳血管疾患について話題になる事も多く、市民から市民へと情報が広がっていった。

◇今後の計画

①「特にPRしたいこと」

- ・脳血管疾患の死亡率を減少させるため、脳血管疾患の予防を進める体制を、市全体の取組として、医師会、地区組織、地域等と連携を持って進めた。
- ・地域診断を行い課題の共有を行ったことにより、保健師間のチームワークが形成され、一貫性、継続性のある事業が提供できている。
- ・PDCAサイクルを意識した事業展開ができ、事業実施後の評価は、保健師だけではなく医師会や健康おだわら普及員等からの意見も参考にして、次の実践（改善）に生かしている。

②今後の計画

- ・脳血管疾患による死亡者を減少するために啓発活動を実施していく中で、まだアプローチできていない対象（職域・学校等）やアプローチ方法等を検討し、もっと広がりを持った事業展開を行う。
- ・一次予防だけでなく、二次予防では重症化対策、三次予防では、再発予防を含む在宅支援等についての事業を展開していく。