



▲ 3月28日の記者発表の様子(写真左から大石充教授、前田祝成市長、尾辻和彦会長)

「高血圧ゼロの街 枕崎」プロジェクト 始動!

今年度の新たな事業として「高血圧ゼロの街 枕崎」プロジェクトが始まりました。このプロジェクトは本市、鹿児島大学、枕崎市医師会が共同で行うもので、血圧に特化した生活習慣病対策事業として、今年度から当面3年間の実施を予定しています。

プロジェクトの実施にあたり、3月28日(土)には前田祝成市長、鹿児島大学大学院心臓血管・高血圧内科学の大石充教授、枕崎市医師会の尾辻和彦会長が記者発表を行い、報道関係者にプロジェクトの概要やプロジェクトの実施に至った背景などについて説明を行いました。

「高血圧ゼロの街 枕崎」プロジェクトとは?

このプロジェクトは、市民の皆さんに血圧を測定してもらうことで健康意識の向上を図るとともに、多くの市民の皆さんの血圧が正常化することにより脳

卒中や心筋梗塞、人工透析などの生活習慣病の重症化を防ぐことなどを目的に実施します。

まずは、多くの市民の皆さんに日常的に血圧を測定してもらうよう、公共施設やコンビニ、スーパー、パチンコ店など、普段市民の皆さんが立ち寄る場所に血圧計を設置し、血圧を測定しやすい環境づくりに努めます。そして、血圧測定を促すためのイベントを実施するほか、各事業所や公民館、PTAなど、さまざまな団体・個人に対して日常的に血圧測定を促すための取り組みを進めます。

また、鹿児島大学から各種健康講座の講師の派遣やプロジェクトの効果的な運営に関する支援・指導をもらうほか、血圧測定データから本市の地域特性の分析をしてもらいます。枕崎市医師会からは市民の皆さんの血圧測定の推進とプロジェクトの効果的な運営に関する指導をもらうことで、本プロジェクトの充実を図ります。

このプロジェクトは、「血圧を下げる」ことだけに特化した事業です。市民の皆さんが血圧を測定することで自分の血圧を「知る」、そして、血圧の測定をおして健康意識の向上を図り、血圧を「下げる」、さらには下げた血圧を「上げない」、この「知る」「下げる」「上げない」という3つのことを柱にプロジェクトを実施します。

血圧を測定するだけで効果があるのか?

「血圧を測定するだけで効果があるのか?」と思う方も多いのではないのでしょうか。確かに、血圧を測定しただけで脳卒中や心筋梗塞などの生活習慣病がすぐに改善されるわけではありません。しかし、血圧を測定して自分の血圧を「知る」ことで、仮に血圧が高かった場合には早期発見、早期治療につながり、生活習慣病の重症化を防ぐことができます。また、正常な血圧の方でも、身近な場所に血圧計があり、血圧を測定する機会が増えることで、健康意識が向上し、生活習慣の改善につながることを期待されます。

鹿児島大学の尾辻和彦教授によると、ある自治体で血圧を測るこ

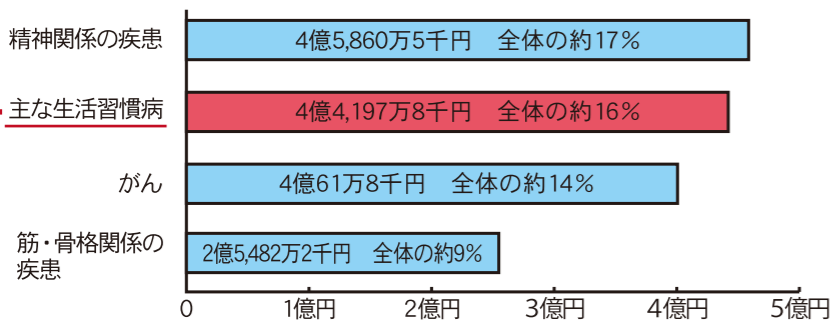
とだけに特化した事業を約15年間実施したところ、男性の脳卒中が3分の1に減るという成果が出たそうです。このことからわかるように、まずは血圧を測ることで自分の血圧を「知る」ことが重要なことです。

プロジェクト実施の背景

今回、このプロジェクトを実施する背景には、本市の厳しい国民健康保険の財政状況があります。今年度の国民健康保険に関する会計の当初予算では、約1億2千万円の財源不足が生じており、大変厳しい財政運営が続いています。

厳しい財政運営を強いられる増加の理由には、医療費の増加です。その背景には、高齢化の進行や医療技術の進歩などさまざまな要因が考えられますが、その中でも生活習慣病の医療費の増加が大きな要因であると考えています。医療費全体に占める生活習慣病の割合が高くなっており(図1)、特に糖尿病や高血圧の占める割合が高くなっていきます(図2)。

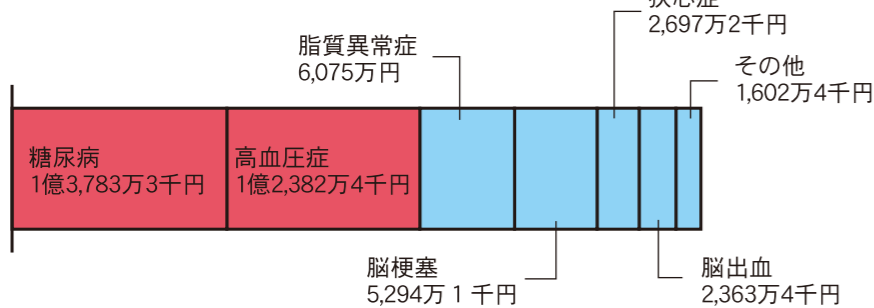
【図1】枕崎市国民健康保険で医療費に占める割合が高い疾病(平成29年度)



と重症化し、脳卒中・心筋梗塞・人工透析などのリスクが高くなります。さらには、生活習慣が重症化すると高額な医療費が必要になります。本市の高額医療費(1件80万円以上)の状況を見ると、新生物(がんなど)に次いで、高血圧をはじめとする循環器系の疾患の医療費が高くなっていきます。また、本市の脳卒中の死亡率は、全国平均と比

較して男性で約1.8倍、女性で約1.5倍と大変高く、脳卒中患者に占める高血圧の割合は男性で約80%、女性で約70%を占めています。これらのことから、今回の高血圧対策プロジェクトを取り組むことにより、加入者の負担増の抑制を含め国民健康保険財政の健全化や、脳卒中死亡率の減少を図り、健康なまちづくりを目指すものです。

【図2】「主な生活習慣病」の内訳



「血圧を測ろう祭り」を開催

「高血圧の日(毎年5月17日)」に合わせて、5月18日(土)の午後1時から枕崎市市民会館で市民健康講座「血圧を測ろう祭り」を開催します。

当日は、大石教授の講演前に、ロビーにて「血圧大測定会」を行います。家庭で使用するものと同様の自動血圧計を用いて、保健師・看護師が血圧測定と測定値の説明、正しい血圧測定の方法をレクチャーします。また、薬剤師による「お薬・サプリ相談」では、お薬の飲み合

わせ等について個別相談を受けることができますので、お薬手帳をご持参ください。そして、「高血圧予防栄養相談」では、栄養士によるミニ講座を行います。そのほか、食生活改善推進員連絡協議会による「薄味でもおいしく食べられる!」減塩食の体験コーナーもあります。自分の血圧を知らない人も、血圧が高いと言われたけど特に何もしていない人も、既に高血圧治療をしている人も、「ちょっといい血圧」を維持するためのヒントがたくさん得られますので、ぜひご参加ください。

■問合せ 健康課健康促進係
TEL 727176