

# 健康長寿に係る先進的な取組事例

## 川島町

### ～減塩への取組み（尿中塩分濃度測定）～

#### (1) 取組みの概要

町の死亡原因をみると悪性新生物、心疾患、脳血管疾患等の生活習慣病が6割を占めている。疾病状況を見ると高血圧で受診している人が市町村平均よりも高い状況である。仮説として「塩分の取過ぎ」が考えられるので生活習慣病の悪化原因となる高血圧予防の取組みの一環として、塩分モニタリング事業を実施する。調査対象者からの尿中塩分濃度を測定することで、塩分摂取量について性別、年代別、地域別でデータ化し、データ結果より町の疾病状況との関係等を分析、検証し今後の町の予防事業の方向性や医療費適正化施策の計画に役立てる。また事業対象者に対し減塩についての個別保健指導を行う。

#### (2) 取組みの契機

##### (ア) 高血圧の人が多い。

町の死亡原因をみると悪性新生物、心疾患、脳血管疾患等の生活習慣病が6割を占めている。疾病状況を見ると高血圧で受診している人が市町村平均よりも高い。

##### (イ) 減塩教育が必要

平成25年度より、生活習慣病予防対策として減塩教育を実施。減塩教室を3回の講座（専門医による講義、栄養実習、運動）により実施。

##### (ウ) 取組みの内容

###### ①事業名

塩分モニタリング事業

###### ②事業開始

平成26年度

###### ③予算

108万円

尿中塩分測定用キット 104万

（ウロペーパーソルト、スピッツ管、スポイト、検尿用容器）

人件費（受付、検査） 4万円

###### ④対象者

720人

1歳6か月児健診対象の母親 120名

集団胃がん検診申し込み者 600人（30歳以上）

④実施内容

期 間	内 容
4 月	尿中塩分濃度測定モニタリング通知及び結果通知を作成。
5 月～3 月	1 歳 6 か月児健診対象の保護者 1 歳 6 か月児健診対象児の保護者にモニタリングの依頼文及び尿中塩分キッドを健診通知と一緒に郵送。 健診時にモニタリング協力者の尿中塩分測定をし、結果及び減塩の必要性について個別保健指導を行う。
10 月	集団胃がん検診対象者（30 歳以上） 集団胃がん検診申込者全員に、モニタリングの依頼文及び尿中塩分キッドを検診通知と一緒に郵送。
10 月、11 月	胃がん健診時にモニタリング協力者の尿中塩分測定をし、結果及び減塩の必要性について個別に保健指導を行う。

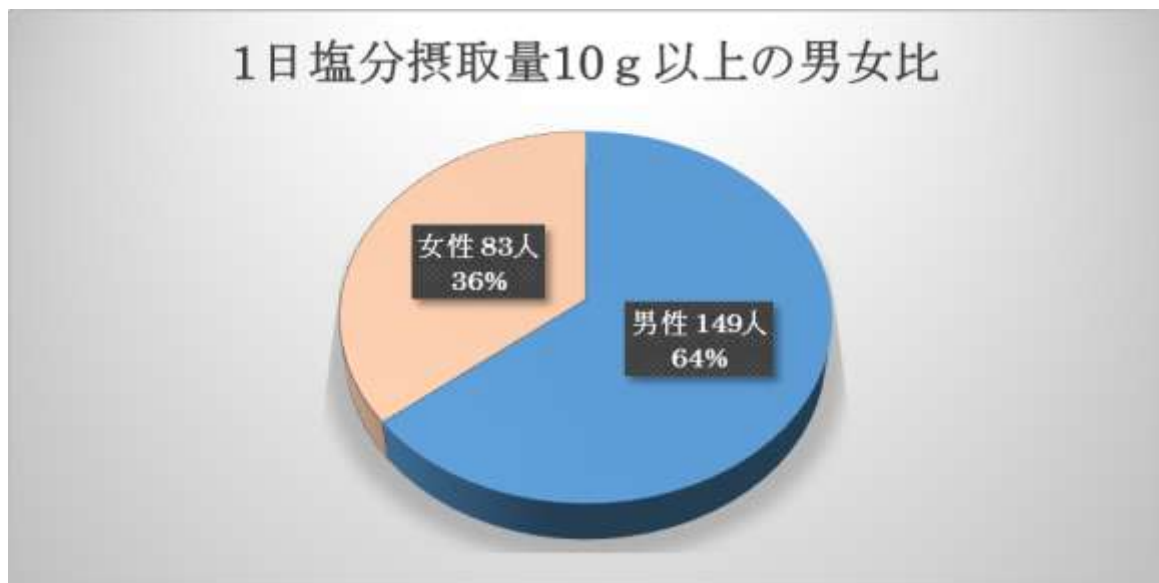
(エ) 取組みの効果

集団胃がん検診受診者 571 人中、530 人が検証に協力。

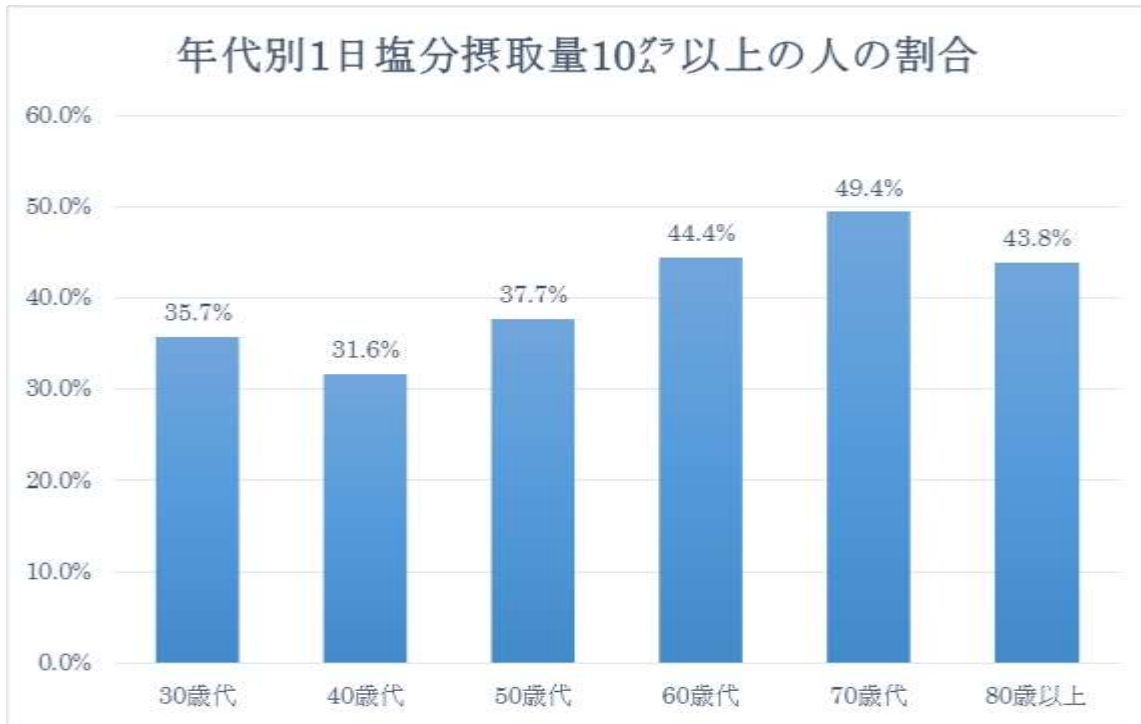
1 歳 6 か月児健診対象児の母親 59 人が検証に協力（平成 2 6 年 11 月末現在）

モニタリング協力依頼に対して、1 歳 6 か月児健診対象の保護者は、全員協力している。集団胃がん検診受診者に於いても 93%の人がモニタリングに協力。自分の日頃の塩分摂取量に関心が高かった。結果を個別保健指導しながら返すことで減塩への啓発ができた。

【集団胃がん検診モニタリング結果より】

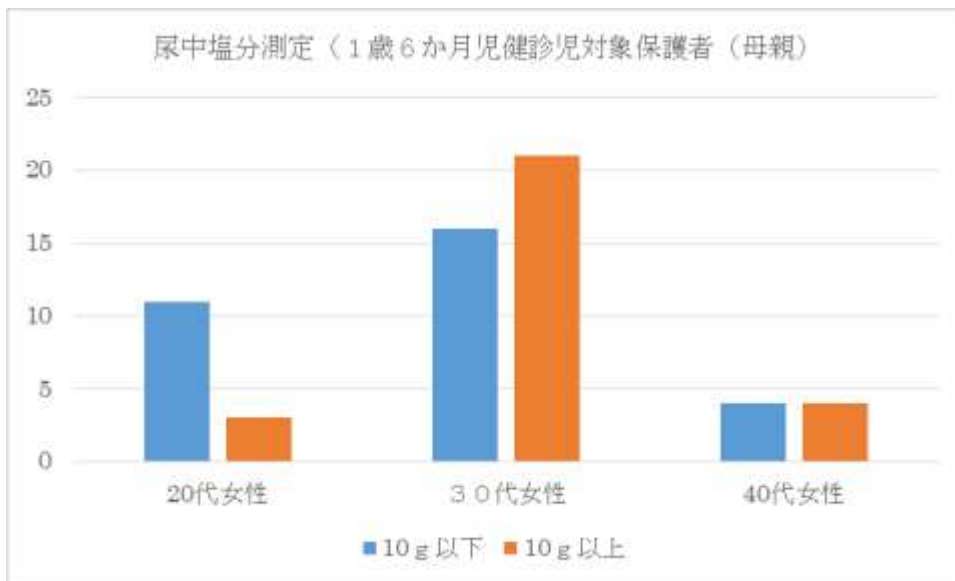


【集団胃がん検診モニタリング結果より】



【1歳6か月健診児対象保護者モニタリング結果より】

平成26年11月末現在



【結果検証】

集団胃がん検診でのモニタリング協力者の1日の塩分摂取量については、特に60代、70代が多く、その中でも男性の割合がやや高い。普段から気をつけているつもりでも数字で可視化することで塩分摂取量について驚いている人も多かった。

また1歳6か月健診対象の保護者（母親）の塩分摂取量については、20歳代は10g以下が多かったが、30歳代は10g以上が多かった。年齢が上がるにつれて塩分摂取量が高くなっている。

(オ) 創意工夫した点

対象者を1歳6か月児健診、集団胃がん検診に絞り、対象事業の通知と一緒に本事業の通知を送ることで、事業費が削減できた。結果を数値で可視化し、個別保健指導を行うことで、より高い啓発となった。

(カ) 今後の課題及び取組み

今回のモニタリングの結果を検証し、今後、住民への減塩対策事業に反映させたい。特に塩分摂取量において男性の数値が高い結果から男性への予防アプローチを行う必要がある。