

■平成26年11月6日～7日 厚生委員会県外調査（沖縄県）

1 11月6日 沖縄県議会（那覇市泉崎1-2-3）

【調査目的】

健康おきなわ21について

【調査概要】

沖縄県は平成22年都道府県別生命表で平均寿命の順位が男性30位、女性3位と順位を下げた。主要死因の年齢調整死亡率及び年齢階級別死亡率の都道府県順位をみると、20～64歳の働き盛り世代の死亡率が高く、急性心筋梗塞、脳血管疾患といった生活習慣病の合併症やアルコールが原因の肝疾患が、主要死因のワースト5に入っている。

そこで、2040年には平均寿命の都道府県順位1位を男女とも奪回し、健康寿命を延伸させるため、健康・長寿おきなわ復活プラン（健康おきなわ21（第2次計画））を策定し、平均寿命延伸の鈍化、高い壮年期死亡率、健康意識の浸透などの課題を克服するため、健康意識優先度が高くかつ効果が大きい、①特定健診、がん検診の受診率向上、②肥満解消、③適正飲酒について重点的に取り組むことにしている。

推進体制としては、県庁内全部局で構成する健康長寿おきなわ復活推進本部を平成25年9月に立ち上げて各部局との連携を強化し、さらに、官民71団体で構成した健康づくりの県民運動を推進する健康長寿おきなわ復活県民会議を今年4月に設立。県民宣言やキックオフイベントなども開催した。また、平成26年の組織改編では健康企画班を新設し、体制を強化した。

【質疑応答】

Q：健康長寿おきなわ復活県民会議は官民71団体の構成となっているが、どのような団体で、どのような取組をされているのか。

A：経済団体として中小企業団体中央会など18団体、保健医療福祉関係として医師会など13団体、医療保険者として国民健康保険団体連合会など3団体、学校関係としてPTA連合会など8団体、労働団体として沖縄県労働組合総連合など2団体、マスコミとして沖縄タイムスなど8団体、行政関係として沖縄県など10団体、その他の団体として婦人連合会など9団体、合計71団体の構成である。

各団体の活動としては、マスコミ関係では地元2社が昨年度から各市町村や学校の取組など健康長寿に関する特集の記事を概ね週1回連載していただいている。

医療関係者や栄養士等の専門職の団体については、以前から行っている健康づくりの活動を引き続き行っている。労働関係では沖縄労働局で、働き盛り世代に対して「おきなわを歩こう」というアプリソフトを開発して、バーチャル上で沖縄を1週するというキャンペーンをしており、協賛企業から特典を受けられるようにしている。

Q：食生活が平均寿命を下げている主な原因とのことだが、この5年間で食生活が変わったのか。また、食生活を変えていくことについて県として徹底していく手段をどう考えているのか。

A：20～64歳の主な死亡要因は、急性心筋梗塞や脳血管疾患、脳内出血など血液関係で、75歳以上はそうではないという特徴的な傾向がある。これは、沖縄の歴史的な背景が若干あり、第2次世界大戦で米軍統治の時代が27年間続いたときに、欧米型の食生活習慣がかなりのスピードで普及した。それまでバランスの良い食生活だったが、油が多い、肉をたくさん食するという食生活に変わり、血中コレステロールなどの健康状態が悪くなり、その年代が最近になって平均寿命を下げている傾向がある。

県の対策としては、小学生向けに生活習慣や食生活の重要性を普及啓発する副読本を作って来年度から授業をしてもらうことや、実証モデル事業で県内11市町村の小学校で給食を通じて食育をしていながら、食生活の大切さを地域に返していくといった公衆衛生学的なものをやりながら、食生活を変えていきたい。

Q：がん検診の受診率向上について県民の意識はどうか。

A：沖縄県もがん検診受診率は低いが、精密検査の指示が出たにも関わらず、再検査を受ける率も低いのが特徴である。検診を受けない理由としては「必要性がない」「お金がない」などであるため、無関心層への意識付けや、職場の経営者に働きかけることもひとつの手段と考えており、県民会議を通じて取組を進めようとしているところ。

Q：沖縄県内で食生活改善推進員はどれくらいいるのか。

A：食生活改善推進員は現在1000名程度で、19市町村で活動していただいている。各市町村では講座を実施しており、受講生の中から食生活改善推進員になってもらうという形で健康に関する担い手の育成を図っていきたい。しかし、最近はなり手がなく、会員も高齢化しているため、どのように増やしていくかが課題である。

Q：保健師の活動という視点でどのような取組をしているのか。

A：市町村ががん検診や特定健診の活動をされているが、市町村の保健師も訪問や活動が減っているのが現状である。保健所の健康推進班に医師や保健師、歯科医師などがおり、各市町村の健康課題にどのようにすれば取り組めるかという部分で、市町村に関わっている。保健師活動は具体的にはまだ見えてきていないが、市町村と一緒に課題に取り組んでいきたい。



2 11月7日 沖縄県立総合精神保健福祉センター（島尻郡南風原町宮平212-3）

【調査目的】

うつ病デイケアについて

【調査概要】

○沖縄県総合精神保健福祉センターにおけるうつ病デイケアの特徴

- ①認知行動療法講習をデイケアの中に組み込み、作業療法と認知行動療法によるトレーニングの相乗効果を図った。
- ②テキストはカラー図示を増やし、わかりやすくした。
- ③対象者の年齢と疾患を限定しているためグループの凝集性が高く、相互の体験を学び合える。
- ④精神科医が講義を行っており、医学的専門性を提供できる。
- ⑤認知行動療法プログラムを簡素化し、構造化しているため治療の再現性が高く、多職種との関与が容易である。
- ⑥復職支援だけでなく、再就職、就労継続、再休職予防の支援も実施している。
- ⑦他施設における回復プログラムの実施を支援している。

○うつ病デイケア・認知行動療法普及の意義と課題

- ①急増する自殺の最大の原因はうつ病であり、その対策の強化が必要である。
- ②うつ病の自殺対策には、早期発見・早期治療とともに、慢性うつ病の回復支援、再発予防支援が重要である。
- ③慢性うつ病の回復にうつ病デイケア及び集団認知行動療法が有効というエビデンスを明らかにした。
- ④うつ病デイケア及び集団認知行動療法の実施施設は県内外でまだ一部であり、継続した普及対策を必要としている。
- ⑤普及のためには研修システムの確立が必要不可欠であり、人材及び財源の充実が望まれる。

○うつ病デイケア概要

目的：一定のプログラム等によるリハビリテーションを実施し、職場や家事復帰等の自立と社会参加及び生活の質の向上を図ること

対象者：慢性のうつ病患者で、30歳～55歳位

うつ病デイケアの一番の目的は職場復帰のため、年齢を就労年齢に限定

期間：3ヶ月を1クールとし12回（週1回）

内容：認知行動療法（CBT）、作業療法（陶芸、手工芸、革細工、ストレッチ、リラクゼーション等）

○復職支援連絡会議の実施

開催日：各クールに1回 3時間程度

内容：講義、グループ討議など

本人の了解を得て上司に連絡し、職場の方に集まっただき、うつ病の理解と職場支援の進め方、デイケアの有効性について講義を実施。また、グループ検討会では、職場の方たちの日頃の関わり方や、職場復帰のプログラムを具体的に検討している職場も聞くので、そこで悩んでいることなどを報告している。

○家族懇談会の実施

開催日：各クールに1回

内容：講義、意見交換

所長からは病気の理解とその対応を講義し、主幹からは実際の状況を説明。新規の家族にはできるだけ参加するよう呼びかけている。

○技術指導・支援について

見学研修の受入、集団認知行動療法ワークショップの開催、希望する機関に対して認知行動療法の研修会の実施、うつ病デイケア実施（予定）機関や集団認知行動療法実施機関への支援を行っている。

○関係機関との連携

主治医、職場、障害者職業センター、精神障害者雇用連絡協議会等と連携している。

【質疑応答】

Q：センターへの通所申請書は、主治医の紹介により提出されるのか。また、参加者は県下各地から来られるのか。

A：うつ病デイケアの案内については、離島を含めた県内全ての医療機関へ毎回している。それを見て主治医が判断し、本人に説明をしている。本人が来られる場合もあり、申請書を含めてデイケアの説明をし、主治医と相談して来てくださいと話している。主治医の意見書は必要である。
参加者には、宮古島から来られた方もいる。

Q：認知行動療法はうつ病以外にも採用されるのか。

A：ここでは二次的なうつ病に特化してやっている。

Q：グループワークはどのようなことをしているのか。

A：ひとりずつ自分が向き合った課題を発表し、意見交換をしている。発表しないという保障もしている。

Q：うつ病になる原因は、環境など背景に要素があると思うがどうか。

A：心に原因がある人や、過重労働などで燃え尽きる人、トラウマでうつになる人もいる。自分のうつに対する取組をできるようなプログラムにしており、自分に合った回復・予防の方法を見つけることを大事にしている。

Q：沖縄県のいろいろなところで取組をされていると思うが、30～55歳の就労を対象とした患者を中心にされているのか。

A：働いている20歳代や55歳を過ぎても来られているが、あくまで目安を作っている。

Q：全国でこのようなケアをされている施設はどれくらいあるのか。

A：届け出がなく、全体の把握は難しい。

Q：認知行動療法の集団療法はないが個別療法はあるのか。

A：ある。診療報酬として、認知行動療法の点数がついているのは個人であり、集団療法の点数もあるが、安くて病院経営はできない。

Q：(株)BOWLとは、どのような連携をしているのか。

A：うつ病の認知行動療法を主にした就労支援施設で、地域や病院の広がりについて意見交換をしている。

