

平成25年2月26日 「高血圧重症化予防セミナー」開催報告

主催
全国健康保険協会（協会けんぽ）宮城支部
仙台市健康推進課 仙台市保険年金課

1. 「高血圧重症化予防セミナー」概要

事業所の担当者や、特定健診の結果比較的血压リスクの高い被扶養者の方を対象とした『高血圧重症化予防セミナー』を、当協会けんぽ宮城支部・仙台市が共同で開催しました。

詳細は以下のとおりです。

① 事業の主な目的

事業所の衛生管理担当者や、特定健診を受診した結果、血压リスクの高い被扶養者が本セミナーへ参加することで、担当者から高血圧リスクを保有している従業員へ生活習慣の改善を呼びかけることや、被扶養者自身の生活習慣の改善や血压コントロールの意識付けが期待されることなどを主な目的として、本セミナーを実施するもの。

② 開催日時、場所

平成25年2月26日（火） 14時～16時30分

仙台市シルバーセンター 第一研修室

③ セミナーの主な内容

(1) 講演会（14時～15時30分）

テーマ「高血圧をコントロールして、健康労働寿命を延ばそう！」

講師 独立行政法人労働者健康福祉機構

東北労災病院勤労者予防医療センター

相談・指導部長 宗像 政徳 医師

(2) 体験・展示コーナー（15時30分～16時30分）

・協会けんぽと仙台市の共催による、啓発パネル展示

・血管年齢測定体験、保健師による血压測定

④ 対象者

・事業所担当者

・仙台市在住の被扶養者で、24年度の特定健診の結果で特定保健指導対象者のうち、特に血压の階層化基準を超えた比較的ハイリスクな方

312名へ個別に案内文書を送付した

※仙台市も同様に、高血圧がハイリスクの国保被保険者721名に案内文書を送付した。

⑤ 参加職員 職員4名（うち保健師2名） 管理栄養士2名 計6名

2. 会場レイアウト



講演会会場(170名収容)
仙台市シルバーセンター 第一研修室



血管年齢測定コーナー
(協会けんぽで1台、国保連より1台借用し、計2台設置)



展示コーナー
(リーフレットは協会けんぽ、仙台市で提供)



健康相談コーナー



血圧測定コーナー
(測定機器は仙台市より提供)

(体験・展示コーナー)
講演会会場の外では、体験コーナーとして血管年齢測定コーナー、血圧測定コーナー、保健師・管理栄養士が対応する健康相談コーナー等を設置しました。
また、展示コーナーとして、食事や運動に関するリーフレットの配付や各種健康づくりに関するパネルを仙台市と共同で設置しました。

3. 講演会、体験・展示コーナーの様子

講演会 (14:00~15:30)



(講演会)
「高血圧をコントロールして、健康労働寿命を延ばそう！」
 東北労災病院勤労者予防医療センター医師、宗像政徳先生により、スライドを使用して、以下の項目を分かりやすく参加者の皆さまへ説明いただきました。

- ・高血圧治療の必要性
- ・高血圧のメカニズム
- ・血圧の測り方
- ・高血圧による動脈硬化を診る
- ・高血圧の治療

講演会出席者 63名

- 参加者への配付物
- ・特定健診リーフレットカード、リーフレット
 - ・宮城支部オリジナル「整骨院・接骨院へのかかり方」リーフレット
 - ・宮城支部提供「体に効くウォーキング」リーフレット
 - ・ジェネリックシール、
 - ・仙台市提供「減塩食事」リーフレット



体験・展示コーナーの全景
講演会終了後、多くの方が訪れました。



血管年齢測定コーナー
血管年齢測定はとても人気があり、
多くの方にご利用いただきました。



血圧測定コーナーの様子



展示コーナー
多くの方が、健康づくりに関する
リーフレットを手にとられていました。



健康相談コーナー
講演会后、保健師・管理栄養士に
積極的に相談されておりました。



血圧測定コーナーの様子

・血管年齢測定利用者 54名
・健康相談利用者 11名

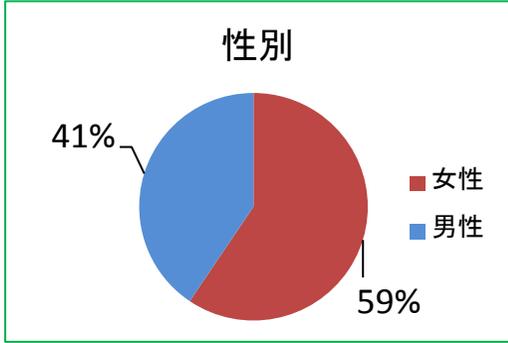
4. 「高血圧重症化予防セミナー」参加者アンケート結果について

○ アンケートの集計結果について

参加者及び関係者 計69名のアンケート集計結果は以下のとおりになります。
 なおアンケートは、講演会終了後に参加者より回収しました。

① 性別

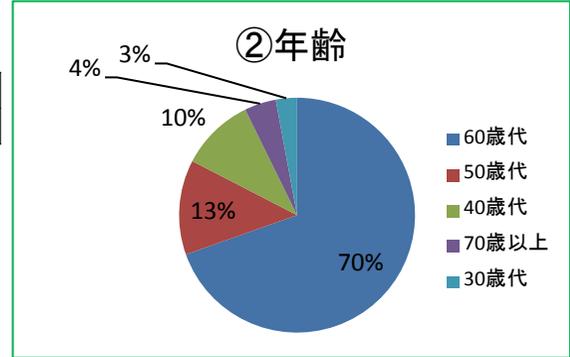
女性	男性
41人	28人



参加者の半数以上が女性の方でした。

② 年齢

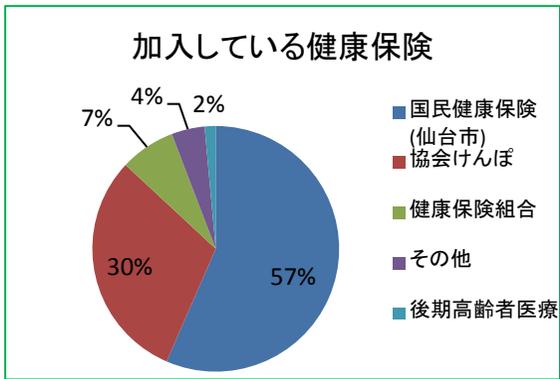
60歳代	50歳代	40歳代
48人	9人	7人
70歳以上	30歳代	
3人	2人	



参加者のうち、60代の方が最も多く、次いで50代、40代の方でした。

③ 加入している健康保険

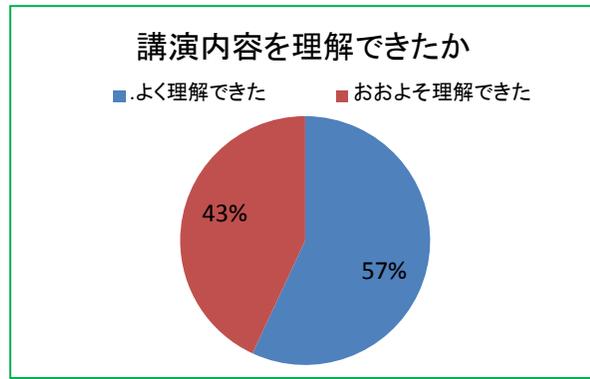
国民健康保険 (仙台市)	協会けんぽ	健康保険 組合
39人	21人	5人
その他(他 市町村国保)	後期高齢者 医療	
3人	1人	



参加者のうち、仙台市国保加入者が最も多く、次いで協会けんぽ加入者、健康保険組合加入者でした。

④ 講演内容はよく理解できたか

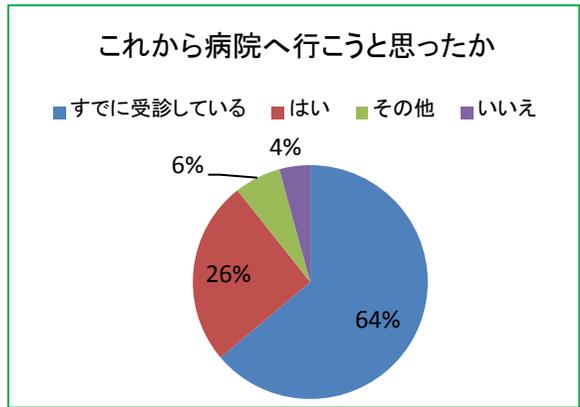
よく理解 できた	おおよそ 理解できた
37人	28人



日常生活習慣の考え方、生活習慣の改善の効果、高血圧重症化の予防の必要性など、参加者からはとてもためになった、というような声を多くいただきました。

⑤ 血圧が高い方へ、本日の講演を聞いて、これから病院へ行こうと思ったか？

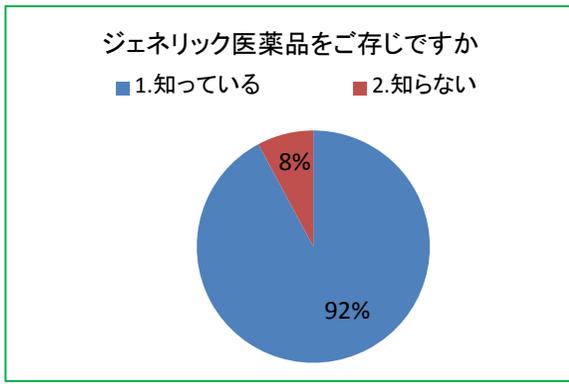
すでに受診している	はい
30人	12人
その他	いいえ
3人	2人



参加者の中で、多くの方がすでに受診中の方でした。また、この講演会をきっかけに、受診を考える方も12人ほどいらっしゃいました。「その他」や「いいえ」を答え方は、主に「体に不調がない」「服薬を続けるのが不安」のほか、「医師に服薬の必要がないと言われた」などの理由によるものでした。

⑥ ジェネリック医薬品をご存じですか

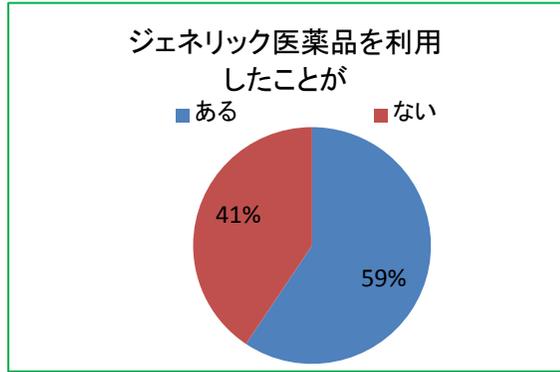
知っている	知らない
59人	5人



参加者のほとんどの方が、ジェネリック医薬品を知っていました。

⑦ ジェネリック医薬品を利用したことがあるか

ある	ない
38人	26人



参加者の約6割の方が、ジェネリック医薬品を利用したことがありました。

○ ご意見、ご感想など

- ・分かりやすい内容だった、資料がとても良かった(大多数)
- ・参考になった、とてもためになった(大多数)
- ・質問内容とその回答がとてもためになった(多数)
- ・一般の人にも分かりやすかった。
- ・血圧測定が大事だということが分かった。
- ・高血圧の予防が大事だということが分かった。
- ・私はもう高血圧で薬を飲んでいますが、前の(予備群)段階で予防すべきですので、もっと対象者を広げて参加したほうが良いと思いました。
- ・早期受診、治療の必要性が良くわかった。

など