

横須賀市が誇る 全国トップレベルの地域医療体制

地域フォーミュラリ導入へ 災害時も安心

聞き手 コロナ禍での対策を通じ、強い信頼関係を築けたことは、地域医療のさらなる発展につながったと感じます。共に危機を乗り越えた今、四者間でどのようなことに取り組まれているのでしょうか。

荒木 人口減少と物価上昇の課題に対応するため、全国に先駆け、地域フォーミュラリの導入を進めています。これは「全員が同じ薬を使う」ことを強制するものではなく、先発品とジェネリックの価格や効果、費用対効果を比較して優先順位をつける仕組みです。災害時などに医師が参考にしやすい指針としても活用できます。医師の個々の診療方針は尊重しつつ、悩んだ際の支援ツールとして機能するのが特徴です。現在、医師会や歯科医師会と連携して運用しており、歯科分野では薬の種類が少ないため円滑に機能しています。市民の皆さんは、どの医療機関でも同等の効果が期待できる薬



を受け取れ、市としては医療費の抑制や重複投与の防止にもつながっています。

半澤 さらに周知を進め、歯科医師会での拡大を図っていきたいです。特に、複数の薬を併用しがちな高齢者にとっては、予測できない副作用や有害事象のリスクが高まりますので、それを防ぐ上でも非常に有効な仕組みであると思います。

高宮 有事の際にも大きなメリットがあります。大規模災害時に立ち上がる、救護所(応急処置を中心とした臨時施設)では、既に地域フォーミュラリと同様の仕組みが整っていると言えますが、導入によりさらに安心できる運営体制につながると思います。

上地 新しい取り組みや制度が次々と導入される中で、実は横須賀では既にモデルや基盤が整っているケースが多くあります。「そこからいかに発展させていくか」を考えてくださる、三師会の皆さんのご尽力に感謝するとともに、市民の皆さんの安心にもつながっていると実感しています。行政としても、制度の周知と普及に努め、今後も一丸となって取り組んでいけたらと思います。

健康寿命延伸を目指した 地域医療の展望

聞き手 それでは、最後のテーマです。「ただ長く生きる」だけでなく、「できるだけ住み慣



れた地域で自分らしく生活したい」という願いは、多くの市民の皆さんに共通していると感じます。今後の取り組みや展望について、順にお話を伺えればと思います。

上地 私の持論なのですが「人生の終わりの時点で、どれだけ幸福を感じられたか」は、生きる上で非常に大切な視点だと思っています。人生100年時代の今、長く健康な状態で過ごすことが、その幸福を増やすことにつながります。昨年、市では、健康データを活用した健康支援の取り組みを開始しました。その人の将来を予測し、生活習慣の改善などを職員がお手伝いすることで、発症予防につなげる仕組みです。健康づくりの土台として、推進していきます。



市民の安心を支える「地域フォーミュラリ」

地域フォーミュラリとは、地域の医療機関や薬局が共有する標準的な薬のリストのことです。導入により、適切かつ効率的な薬の提供と用法の一貫性が保たれます。不要な処方や在庫過多を防ぎ、災害時にも迅速で確実な薬剤供給を実現。救護所に専門医が揃わない場合でも、一定量の薬がストックされ、「まずは3日間この薬で対応」といった確実な対処が可能です。地域医療の質と安全性を高める重要な仕組みです。



日曜・祝日も安心「休日輪番薬局」

仕事や用事で忙しい合間に病院や診療所を受診し、「薬は後でもらおう」と思ったまま、「週末を迎えてしまった」「処方箋の期限(4日間)が切れてしまった」という経験はありませんか。そんな時でも、横須賀市では薬剤師会の協力により、日曜日も輪番制で開局しているため、安心して薬を受け取ることができます。輪番薬局の情報は、横須賀市LINE公式アカウントから確認できます。(※)



聞き手
森田佳重 氏
 現在の活動について、
 6面「よこすか名鑑」で
 紹介しています。



高宮 横須賀には、共済病院、総合医療センター、市民病院と3つの大きな病院があります。これは、地域医療支援病院として定義され、神奈川県平均を大きく上回っています。大規模で機能の充実した病院が複数存在し、病院の集約化が進んでいることが横須賀ならではの強みと言えます。これを推進していくためにも、さくらネット(病院や薬局などの関係機関で患者情報を相互共有できるネットワークシステム)を広め、いつでも安全で安心な医療を提供し続けていきたいです。



半澤 高齢者や妊婦、障害のある方からお子さんまで、幅広い口腔ケアに取り組んでいます。特に、妊婦歯科検診や、集団フッ化物洗口(保育園・幼稚園が集団で行う虫歯予防)は、横須賀市独自です。また、口の機能の衰えは、要介護の入口とも言われていて、高齢者の皆さんにとっては関心の高い事柄の一つかもしれません。オーラルフレイル(加齢に伴う口の機能の衰え)予防にも一層注力していきます。



荒木 高齢化が進む中、多くの薬が処方される一方で、飲み忘れによる残薬が増え、副作用のリスクも高まっています。その対応策の一つとして、ネイビーバッグの配布(患者の不要な薬の無償回収)を進めています。医療機関と連携しながら、次回の処方进行调整だけでなく、薬の飲み合わせなども確認することで、服薬ミスや副作用のリスク低減につながります。患者さんの負担軽減や健康維持、医療費削減を目指していきます。

上地 ありがとうございます。それぞれのお立場で「市民のために何ができるか」を考えてくださる、三師会の皆さんの存在は本当に心強いと改めて感じました。皆さんのおかげで、横須賀の充実した医療体制を推進できることに改めて感謝を申し上げたいと思います。「誰も一人にさせないまち」に向けて、今後も「四位一体」での連携を深め、共に市民の皆さんの命・健康を守れる行政でありたいです。

**人生100年時代を迎えて
 地域で支える健康寿命**

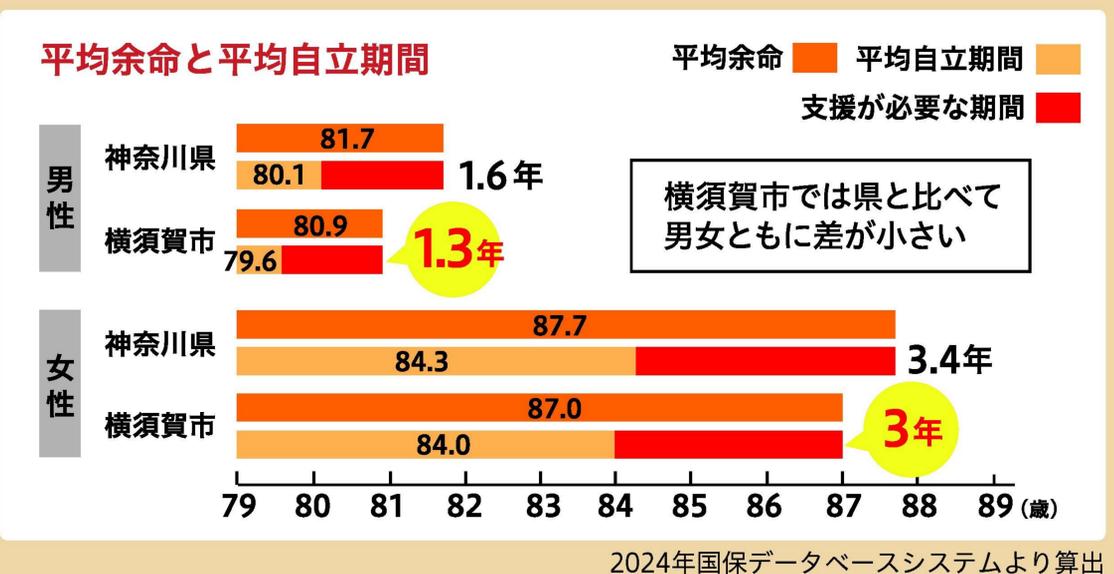
現在、横須賀市に暮らす100歳以上の人は約300人。人生100年時代の今、「いつまでも生き生きと、自分らしく暮らす」ということは、身近になりつつあるのではないのでしょうか。

皆さんの日々の健康を守り、未来の安心につながるさまざまな取り組みは、町内会・自治会や老人会、民生委員をはじめとする、地域の皆さんに支えられています。特に、介護予防やフレイル予防の推進は、地域での担い手を軸に広がりが進んでいます。今後も、横須賀市は、地域医療を支える三師会との連携を深めながら、地域の皆さんと共に、一丸となってさらなる健康寿命の延伸を目指していきます。



横須賀市民は「いつまでも元気」

医療や介護の取り組みでは、2つの重要な指標があります。それは、65歳の人の平均余命(平均して何歳まで生きられるかを示す数字)と平均自立期間(その中で介護や支援を受けずに、自分らしく元気に生活できる期間)です。この2つの差は、支援が必要な期間を表します。差が小さいほど、最期まで元気に自分らしく暮らし、穏やかに人生を全うできる理想的な姿といえます。



健康診査・がん検診のご案内



②～⑪ 本年度市民税が非課税世帯の人は無料(要事前申請・受診後の返金不可)

健診名	対象	費用
① 特定健康診査	40歳～74歳 ※1	1,230円
② 胸部検診	40歳以上	520円 ※2
③ 胃がんリスク検診 (リスク層別化検査)	20・30歳 40歳以上	無料 ※3 1,360円
④ 大腸がん検診	40歳以上	520円
⑤ 乳がん検診 ※4	40歳以上	1,670円 ※5
⑥ 子宮頸がん検診	20歳以上	1,680円 ※6
⑦ 前立腺がん検診	50歳以上	730円
⑧ 成人健康診査	18歳～39歳	1,250円
⑨ 後期高齢者健康診査	75歳以上	無料
⑩ 骨密度検診	40・45・50・55・60・ 65・70・75歳の女性	600～1,600円
⑪ 肝炎ウイルス検診	40歳以上	1,250円 ※7
⑫ 歯周病検診	20・30・40・50・60・70歳	無料 ※8※9

予約・受診先

健診センター 3月13日(金)までの受診
→定員に達し次第、受付終了



☎822-4351 FAX 822-4390

月～金曜日 9時～12時・13時～16時(祝・休日を除く)

実施医療機関 本年度の受診は、①～⑦ 3月6日(金)まで
直接各医療機関へ ⑧～⑫ 2月28日(土)まで

問合せ

コールセンター
☎822-4000

担当

① 国保特定健診担当 ☎822-8227
②～⑪ 市民健診担当 ☎822-4307
⑫ 総務・歯科健診担当 ☎824-7640

※1 横須賀市国保に加入の人に受診券を送付 ※2 65歳以上は結核健診を兼ねる ※3、5、6 送付・交付された受診券などで費用が無料 ※4 受診は隔年に一度 ※7 40歳は無料 ※8 送付された受診券で実施医療機関で無料 ※9 健診センターで受診の場合は18歳以上無料

40～74歳の国保加入者にお得な情報です

- 人間ドック費用の助成
- 勤務先の健診結果提出でクオカード贈呈 など

詳細は
こちら



困りごとの相談はこちらへ

市HPも
ご覧ください



福祉の総合相談窓口

☎822-9613

LINEでは24時間受け付けます。



LINE相談

日曜日の 生活困窮相談

(年末年始などを除く)



行政センターの地域生活相談窓口

日常生活の困りごとをお気軽にご相談ください。



要予約 専門家による特別相談 原則月1回実施

予約は市民相談室(市役所1階) ☎822-8114

離婚、相続、近隣問題など、暮らしの困りごとを専門家に相談できます。



相談できる専門家

法律・交通事故(弁護士)	税務(税理士)
登記・相続・成年後見(司法書士)	登記・境界(土地家屋調査士)
宅地建物(宅地建物取引士)	労働・年金(社会保険労務士)
相続・成年後見・終活(行政書士)	
人権(人権擁護委員)	行政サービス(行政相談委員)

- ▶ 相続・成年後見・終活相談は行政センターでも実施しています。
- ▶ 市政への要望や一般的な相談などは、市民相談室職員がお聞きします。

各種相談機関のご案内 まずはお電話ください

健康・医療

暮らし

子育て・教育

女性

精神保健福祉・ひきこもり	☎822-4336	
感染症(結核など)	☎822-4317	保健所保健予防課
HIV・性感染症	☎825-6117	
健康・食事	☎822-8135	健康増進課
生活・食の困窮、ひきこもり支援	☎822-8070	生活支援課
消費生活の苦情・多重債務	☎188(局番なし)	消費者ホットライン
失業で減収した人などへの食料支援	☎822-8176	地域福祉課
終活支援(緊急連絡先などの登録)	☎822-8570	
ひとり親・離婚	☎822-0133	こども給付課
虐待・障害・非行、里親	☎820-2323	児童相談所
学校生活	☎822-8564	支援教育課
子どもの行動、家族関係	☎823-3152	
子育て相談(24時間)	☎822-8511	こども家庭支援課
女性のためのDV相談	☎822-8307	
一般相談・法律相談	☎828-8177	デュオよこすか

よこすか名鑑

新春座談会の聞き手を務めた

NPO法人あかり

よしえ
森田佳重 理事長

横須賀から全国へ

心の健康を支えるリカバリーカレッジ



森田さんは、横須賀市の健康部長として、市民の暮らしと健康を支えてきました。定年退職後にはNPO法人「あかり」を設立し、地域の皆さんの心身の健康促進や福祉向上を目的に、多彩な支援プログラムを展開。医療や福祉、介護の連携を促進し、地域に根差した活動で厚い信頼を得ています。また、障害者支

援にも熱心に携わり、成年後見制度の活用や、チームで継続した支援ができる法人後見を推進しています。

健康部長時代には、新型コロナウイルスの危機に直面。市民の命を守るため、第一線で最善を尽くしてきました。先の見えない、多忙な日々の中で、心身の不調に悩まされる場面も多かったという森田さん。「心の健康を取り戻せたのは、リカバリーカレッジとの出会いだった」と振り返ります。「講座に参加するたびに元気なれた」ことで、コロナ禍を乗り切ることができたといいます。そんな自身の経験から、ポストコロナの時代に生じるさまざまな心の不調をサポートするため、県内初の「リカバリーカレッジ」を開講しました。

NPO法人「あかり」では、対面でクラスを開設。多

くの参加者が心の健康を取り戻し、その中から講師として地域に貢献する人も生まれているといいます。地域のさまざまな場でリカバリーカレッジを広げ「横須賀市を元気にすること」が目標。健康づくりの担い手として走り続ける森田さんは「横須賀を起点に、その輪を全国に広げていきたい」と、未来を見据えています。

リカバリーカレッジとは

精神的困難などを経験した当事者と専門職、家族、地域住民が「共同創造」の理念のもとに学び合い、治療ではなく「自分らしい人生の再構築(リカバリー)」を主体的に目指す教育的な場。 NPO法人あかりHP

