

# 島 根

## 過疎新時代

### 第一部 スマート社会の潮流

②



朝一番と夜寝る前、居間に座って血圧を測る。益田市高津の守下健一さん(72)の日課だ。ただのセルフチェックではない。データは自動で大学へ送られ、研究者が分析。「塩分を控えて」「もっと歩いたほうがいい」といった看護師や管理栄養士のアドバイス付きで結果が戻ってくる。「健康への意識が増す」。守下さんは「市が、健康器具大手オムロンヘルスケア(京都府)や岡山大(岡山市)と連携したスマートヘルスケア・ヘルスケア推進事業。高齢化が深刻になる一方、医療体制が弱まる地域で、病気の予防に力点を置く。同社の最新機器を市民に貸し出し、大学と地域の看護師たちが個別に改善策を助言する「カस्ताマイズ医療」を掲げる。

## 医療

# 測定値送信 遠隔でケア

## 腕時計と一体の端末も

データを管理。機器一式を月1回、一般社団法人益田ヘルスケア推進協会に届け、チェックを受ける。過去に脳梗塞を患い、腎臓にも不安を抱える守下さん。

参加を促すヒントになりそうな試みが昨年11月、同じ県西部の江津市などで始

### 着けやすさ好評

ん。昨年秋には腎機能を示す尿の数値が10倍に跳ね上がり、炎症が見つかった。「自覚症状はなく、いつも数値を見ていたから気付けた」と胸をなで下ろす。

事業への市民参加はしかし、伸び悩んでいる。2018年度に始め、現在は約380人。目標の千人の半数に満たない。「日々の測定が面倒」と抜ける人も多い。市健康増進課は「健康意識を地道に広げていくしかない」と頭を悩ませる。

まった。腕時計と一体となった「スマートウォッチ」と呼ばれる端末を活用する発想だ。

住民の健康づくりを手助けする看護師「コミュニティナース」の平岩汀さん(26)は江津市にたち3人が、江津、浜田両市と津和野町の住民約30人にモニターを依頼。手首に機器を巻いてもらい、血圧や脈、体温などを平岩さんたちが管理する。ビデオ通話での聞き取りや体操などの指導を通してケアも続ける。

江津市に住む森脇輝さん(76)は「軽くて着けている感覚がほとんどない」と目を見張る。それでも、高齢者にとって最新機器は親しみにくいものの。画面の数字が見えやすいタイプや手頃な台湾製を試したり、適度な料金設定をモニターを通じて調べたり。実情になじむ仕組みを模索する。

### 参加数伸び悩む

同市では脳卒中による中高年の死亡率が全国平均より高いデータもある。守下さんは1日1回、自宅で採尿もし、塩分やカリウムの



森脇さん(右)にスマートウォッチを着ける平岩さん。血圧や脈、体温などを自動で測定する。

アクセスの乏しい過疎エリアで通院ができないお年寄りも多い。だからこそ始めた「地域へ出向く」ナースの仕事も、新型コロナウイルスの影響で控えざるを得ない状況が続く。「ここにに住むみんなの健康を守りたい」。平岩さんたちの願いが思案の源になる。

(根石天輔、下高充生)

- 松江支局 ☎085522(2)(3)3322 FAX(2)(3)33224
- 邑智支局 ☎085555(3)(3)0270 FAX(3)(3)0271
- 浜田支局 ☎085555(2)(1)845 FAX(24)00661
- 益田支局 ☎085666(2)(1)6366 FAX(31)00040