

# 特定非営利活動法人 ADMS(アダムス) が取り組む活動 —「健康無関心層」を減らす草の根的な取り組み—

特定非営利活動法人 ADMS

金 光宇 (キン カンウ/KIM GWANGU)

## 1. ADMS の設立背景

足立区の主要死因の約6割は生活習慣病で、中でも糖尿病が「隠れ死因」と言われており、足立区国保被保険者における主傷病名が糖尿病の千人当たり件数と一人当たり費用額は、23区で最も多くなっています。

足立区国保の医療費内訳は、第1位が腎不全、第2位が高血圧性疾患、第3位が糖尿病ですが、腎不全や高血圧性疾患は、糖尿病の合併症として発症することも多く、この糖尿病関連の医療費が全体の医療費の約2割を占めています。また、足立区の平均寿命は、国や都と比べると男女ともに短く、23区の中でも下位のレベルとなっています。

このような深刻な状況に医療関連団体が座視していて良いのかという問題意識を踏まえ、医師会が呼びかける形で、平成18年10月から各団体と行政が「糖尿病対策の推進を通じて区民及び地域社会の健康度向上をめざす」という視点に基づいて協議を進め、糖尿病対策等を協働で推進する「地域横断的組織」の設立をめざしました。

## 2. 「生活習慣病指導員」の認定・育成

平成19年2月、「足立区糖尿病対策推進協議会(略称ADMS)」を設立し(図1参照)、足立区(衛生部、区民部、福祉部)、足立区医師会、足立区歯科医師会、足立区薬剤師会、足立区柔道接骨師会(※平成26年度から「足立区柔道整復師会」に名称を変更)、足立区助産師会、東京都看護協会東部地区支部、足立区の患者会から委員を選出しました。

ADMSの当初事業目的は以下5点でしたが、行政の予算ありきの活動ではなく、各団体の協力によって運営し、「できるだけ新しい仕組みはつくらない」、「できる限りコストをかけない」というスタンスに立ち、既に存在している資源・人材をネットワークとして紡いでいくことを重視しました。

- ①糖尿病対策推進の包括的ネットワークの形成
- ②足立区の地域風土に即した糖尿病対策のあり方の検討
- ③区民の視点に立ったサービス提供体制の構築
- ④足立区における糖尿病対策の取り組みに関する情報発信
- ⑤ADMS認定制度(生活習慣病指導員・糖尿病療養指導士・ADMS指導医)の展開

設立時は、上記目的のうち、「糖尿病対策の最も重要な機能は教育・啓発活動」という考えから、特にADMS認定制度の展開において「誰でもなれる」「自分自身のスキルアップにつながる」メタ

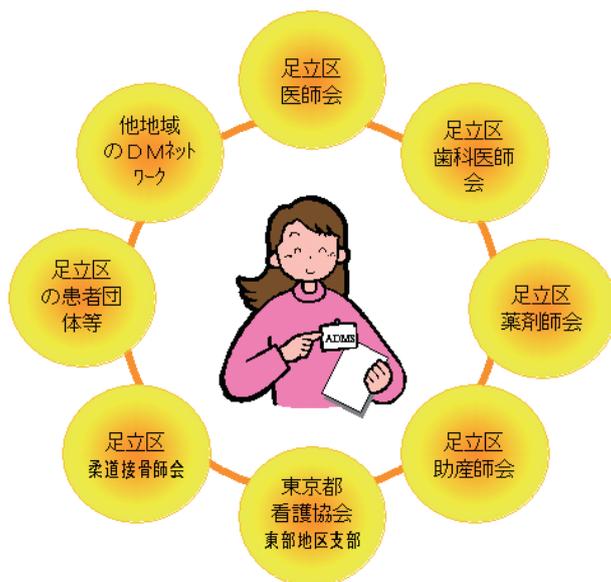


図1 ADMSのネットワークイメージ

ポのソムリエという「生活習慣病指導員」の認定・育成に注力し、現在、350名の方々が「生活習慣病指導員」の資格認定を受けています（図2参照）。

生活習慣病の予防については、正しい知識に勝る方法にはありません。正しい知識を自分自身が身につけ、自分の家庭から近隣の方々に広めることは、地域を健康面のみならず、「病気でムダな出費をしないですむ」「病気で仕事を休まないですむ」ことにつながり、地域社会を経済的にも豊かにすることになります。

ADMSは、「生活習慣病指導員」を住民1人ひとりの健康がもたらす地域社会の豊かさを創出するためのパイオニアとして位置付け、認定のハードルを低くし、基礎知識を有して指導に熱意を持って従事する方々に対して門戸を開放しました。

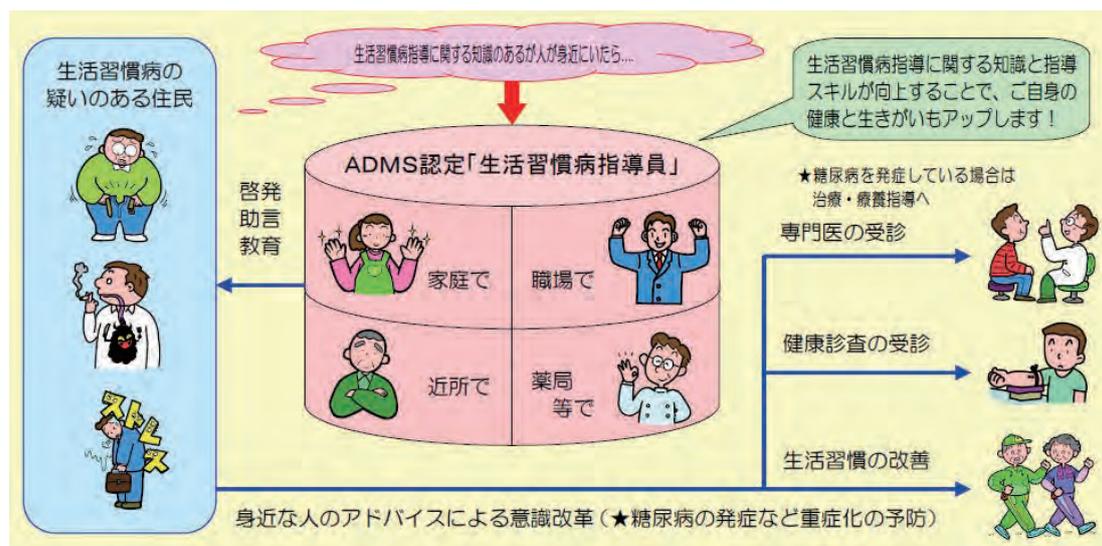


図2 「生活習慣病指導員」のイメージ

### 3. 任意団体から NPO 法人へ

設立時から以下の3つの視点に基づき、任意団体の「足立区糖尿病対策推進協議会」を NPO 法人化する準備を進めてきましたが、平成 20 年 10 月、「健康無関心層」を減らす! というスローガンに基づく事業を、地域でより効果的に展開するため、「特定非営利活動法人 ADMS」を発足しました。

- ①ADMS 認定制度の認定申請者の「個人情報の適切な管理」を行う必要性
- ②長期にわたる ADMS 認定制度の実施主体としての「事業の持続性」確保
- ③任意団体として制限されていた「柔軟な活動展開」の積極的推進

現在の ADMS 会員数は 491 名ですが、NPO 法人として柔軟な発想で草の根的な教育・啓発活動に取り組んでいます。

NPO 法人化することにより、行政職員が本会の活動に参加することができなくなりましたが、NPO 法人の発足と同時に「足立区糖尿病対策推進会議(糖対会)」を発足し、各団体と区との意見交換の場を確保しました。

現在、足立区は「健康あだち 21 (第二次) 行動計画(平成 25~34 年度)」において、施策の重点を「従来の健康に関心のある個人に対するアプローチ」から、健康無関心層をも巻き込む「健康になれる地域環境づくり」へと移すことで、区民の健康格差の是正に努めるとしており、また、その最大の障害要因である糖尿病対策に関しては別途「足立区糖尿病対策アクションプラン(図 3 参照)」を策定し、強力に推進することとしています。アクションプランでは、①野菜を食べる環境、②子ども、家庭の良い生活習慣、③重症化予防対策を「糖尿病対策の3つの基本方針」と定めていますが、ADMS は、アクションプランの実現を支援するためにも、足立区との協働により、地域風土を踏まえた「発症予防対策」に寄与していきたいと考えています。

## 糖尿病対策 3つの基本方針

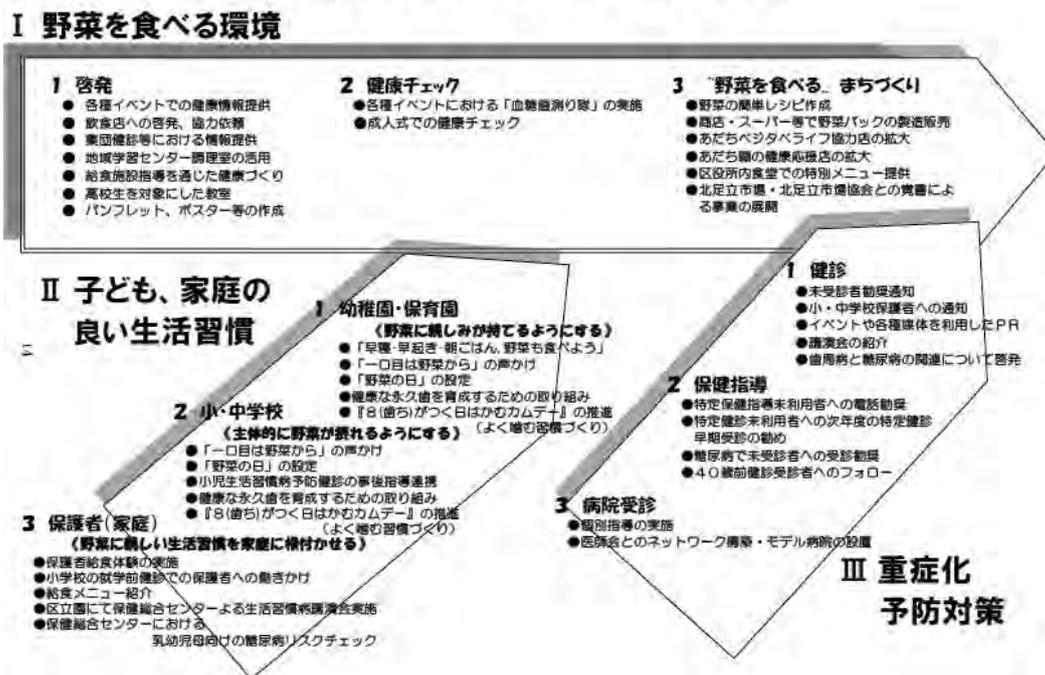


図 3 足立区糖尿病対策アクションプラン【改定版】

## 4. NPO 法人 ADMS の活動

現在、ADMS が取り組んでいる活動について、概略をご紹介します。

### (1) ADMSNEWS の発行

『「健康無関心層」を減らす!』に基づいたポピュレーションアプローチの一環として、糖尿病対策に関する草の根的な情報発信を目的とした機関紙「ADMS NEWS」を、これまでに 33 号発行しています。会員や各団体に送付するとともに、ADMS が開催するイベント等で配布しています。固い内容ではなく、各団体持ち回りでコラムを掲載したり、足立区からも寄稿していただいています。

### (2) あだち DM クラブの事務局運営

平成 21 年 11 月に医療機関単位での組織ではない「地域横断型」の患者友の会として、初めて日本糖尿病協会への加入を許可された「あだち DM クラブ」の事務局機能を担っています。

「あだち DM クラブ」は、足立区を中心とした糖尿病の患者さんとそのご家族、糖尿病に深い関心をもつ方々（※医療従事者を含みます）を会員として組織し、糖尿病の治療・予防の推進、生活習慣の改善に資する知識の習得、会員相互の自己啓発並びに親睦を図ることを目的とした活動に取り組んでいます。現在の会員数は 72 名（患者：52 名・医療従事者：20 名）です。

事務局活動の一環として、医師が同行する「えんそく会（バスハイク）」をこれまでに 14 回開催し、参加した患者さんから好評を博しています（写真 1 参照）。また、気軽に参加できる料理教室などの「にこにこ勉強会」を 5 回開催しました（写真 2 参照）。

### (3) 足立区医師会「特定保健指導実施者研修会」の企画・運営

平成 20 年度から、足立区医師会が特定保健指導の計画策定者・実施者に対するスキルアップ研



写真 1 えんそく会（バスハイク）



写真2 にこここ勉強会(料理教室)



写真3 よろず相談室

修として毎月1回開催している「特定保健指導実施者研修会」の企画・運営を行っています。講義と演習による研修会で、「生活習慣病指導員」のスキルアップ研修の対象にもなっています。

#### (4) 教育・啓発活動

ポピュレーションアプローチに基づいた教育・啓発活動として、設立当初から「メタボ勉強会」を67回開催してきました。また、生活圏に密着した地域の集会場等において出前方式で開催する「よろず相談室(写真3参照)」を19回、北千住駅前の至便な立地で日曜日に外出している「健康無関心層」をターゲットとした「ADMS健康講座(写真4参照)」を19回開催しました。



写真4 ADMS 健康講座



写真5 ADMS 元気フェスタ(1)

#### (5) イベント開催

平成21年度からADMSの活動PR及び地域住民の健康増進に資する情報発信を行うことを目的に「ADMS 元気フェスタ」を企画し、これまでに6回開催しました（写真5参照）。平成22年度からは、「ADMS 元気フェスタ」の会場内で、城東ブロック糖尿病教室（東京都糖尿病協会公開講座）、東京東部CDEJネットワーク勉強会も開催し、気軽に足を運んでもらえるように、生け花展示、親子英語サークル、かみしばい教室なども実施しています。



写真5 ADMS 元気フェスタ(2)

また、平成 25 年度は、荒川河川敷で開催された「あだち区民まつり（A-Festa2013）」で ADMS のブースを出展し、来場者に無料で血管年齢測定、骨密度測定を実施し、ADMS の活動 PR を行いました（写真 6 参照）。



写真 6 「あだち区民まつり」におけるブース出展

#### (6) 厚生労働省補助金事業の実施

平成 25 年度感染症予防事業費国庫負担（補助）事業の「地域の健康増進活動支援事業」に「健康無関心層を減らそうプロジェクト ～地域からの草の根アプローチ～」というテーマで応募して採択されました。

このプロジェクトでは、健康づくりのイベント運営に、健康増進活動とは関係のない一般市民サークルや一般ボランティア等の団体に参加してもらい、一般市民が健康とは関係なく参加したくなるコンテンツづくりにより、健康に関心の薄い層が参加させられてしまうイベントを通して、健康無関心層の健康行動変容につながるイベントモデルの構築をめざしました。

具体的には、2 回のイベントで（1 回目は市民&医療従事者の交流イベント、2 回目は一般市民中心、健康無関心層がターゲットのイベント）を開催し（図 4、写真 7 参照）、各回で質問紙調査を実施し、来場・参加前後で健康に関する意識がどう変化したか、しなかったか、来場・参加動機等を調査し、イベントコンテンツを評価しました。



図4 「げんきフェス☆2014」ポスター

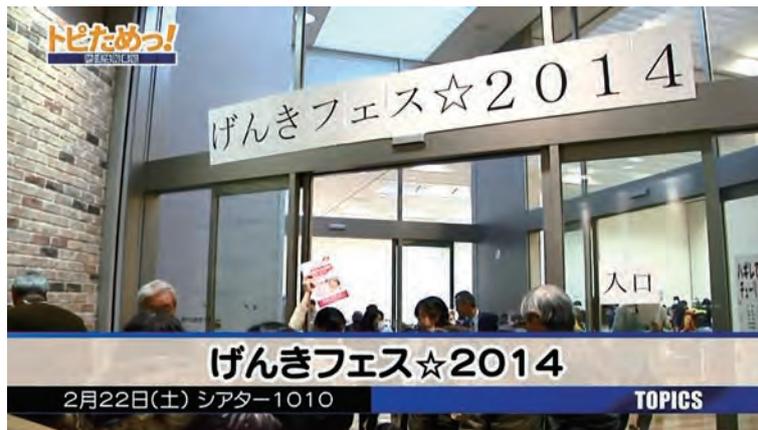


写真7 げんきフェス☆2014(1)



写真7 げんきフェス☆2014(2)

また、平成26年度「地域健康増進促進事業」に「足立区若年層DM対策プロジェクト～糖尿病及び予備群早期発見と早期介入～」というテーマで応募して民間2団体の一つとして採択されました。本事業は、公募公示における応募団体の要件が「民間団体については、一つ又は複数の自治体と連携して、その自治体の住民に対して事業を行う。」と定められており、現在、足立区衛生部と連携して事業に取り組んでいます。

(7) 「糖尿病診断アクセス革命」の支援

現在、ADMSは、筑波大学と足立区薬剤師会の連携で取り組まれている「糖尿病診断アクセス革命」を支援しています(図5参照)。

「糖尿病診断アクセス革命」は、自分で行える「指先採血でのHbA1c測定」の新技术を活用し、足立区医師会ならびに足立区薬剤師会と緊密に連携しつつ、区内10箇所の薬局店頭「指先採血HbA1c測定装置」を常設する(図6参照)ことで、これまで検査を受けずにいた人々にHbA1cの簡易検査を促し(※糖尿病治療中の方を除く)、未発見の糖尿病や予備群の早期診断へつなげていこうという新たな「医薬連携」の試みとして、平成22年度から実施されています。

糖尿病による死亡率が5年連続日本1位の徳島県でも平成24年度から薬局10店で実施され、この簡易検査を受けたのは今年3月までに足立区と徳島県で計約3千人になりますが、糖尿病が強く疑われる人が12%、糖尿病の可能性を否定できない人は16%になりましたが、全体の44%は定期

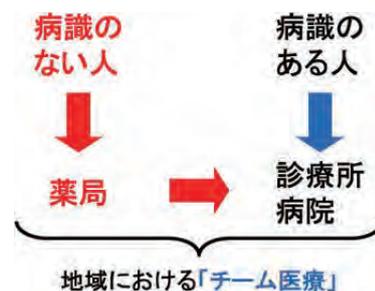


図5 「糖尿病診断アクセス革命」の基本コンセプト



図6 「糖尿病診断アクセス革命」におけるHbA1cの簡易検査

的な健康診断を受けていませんでした。

採血などを伴う検体検査を行う際には、臨床検査技師法に基づき都道府県に登録する必要があるため、自己採血による糖尿病の簡易検査はほとんど広がっていませんでしたが、本研究の成果が認められ、厚生労働省は、今年3月に、臨床検査技師法告示を改正し、登録を行わずに薬局などで簡易検査をできるようになりました。

## 5. おわりに

こうしたADMSの活動(地域の医療関連団体等が一体となり、地域住民の糖尿病対策を協働で推進していく「地域横断的組織」の構築)は、平成20年度東京都医師会グループ研究賞を受賞しました。まだ認知度が低く志半ばの団体ですが、現在、認定NPO法人への移行をめざしており、ADMSの役員一同(表1参照)の力を合わせて、会員とともに地域密着型の幅広い活動に取り組んでいきたいと考えております。

表1 ADMSの役員構成

役職	氏名	所属団体	
		名称	役職
理事長	須藤 秀明	足立区医師会	会長
副理事長	原 龍馬	足立区歯科医師会	会長
副理事長	藤田 義人	足立区薬剤師会	会長
副理事長	金 光宇	足立区医師会	元理事
理事	天沼 満	足立区医師会	副会長
理事	山村 彰義	足立区医師会	元理事
理事	山田 冬樹	足立区医師会	理事
理事	阿部 裕一	足立区薬剤師会	理事
理事	伊勢谷 道義	足立区柔道接骨師会	会長
監事	土居 誠	足立区柔道接骨師会	元会長

※平成26年5月31日現在