

脳血管疾患(脳卒中)の都道府県別年齢調整死亡率

1位	岩手県	1位	岩手県
2位	秋田県	2位	秋田県
3位	栃木県	3位	福島
4位	茨城県	4位	栃木県
5位	青森県	5位	茨城県



男性



女性

※厚生労働省「令和5年度人口動態統計特殊報告」より

死亡率高い脳卒中

生活習慣見直しを

心豊かに自分らしい人生を送るためには、健康で社会的なつながりを持ち続けることが大切です。明治安田(正式名称・明治安田生命保険相互会社)は、死亡原因の第2位になっている循環器病や「孤独・孤立」などの社会課題に着目し、解決に向けた取り組みを進めています。明治安田生命保険相互会社宇都宮支社の川口正人支社長と栃木県医師会の小沼一郎会長が栃木県民の循環器病や生活環境について語り合いました。

り腎臓の血流が少なくなると慢性の腎臓病になります。高血圧は多くの臓器に障害を起します。糖尿病も多いです。栃木県医師会

川口 明治安田生命はブランド通称を「明治安田」にし、「生命保険会社の役割を超えること」を目指してさまざまな社会課題の解決に取り組んでいます。中でも脳梗塞、大動脈解離、急性心筋梗塞といった「循環器病」について、国立循環器病研究センター(大阪府)と共同研究事業などを進めその制圧に力を注いでいます。

健康診断受診を

後押し

川口 脳卒中死亡率が全国に比べて高いことは伺っていましたが、栃木県はおいしいものがたくさんありますから、塩分や油の摂取量が多くなるのかもしれない。栃木県ではどのような病気になりやすく死亡率が高いのか県民の皆さんに知っていただき、予防に向けた生活習慣の改善などの行動変容を促すことが大切ですね。

小沼 病気の怖さや予防・進行抑制に関する情報を広報することは重要です。

川口 保険商品の中には健康診断の項目のうち、血圧や脂質、糖代謝等の結果が改善したらキャッシュバックする特約が追加できるものもあります。そうすると、「去年より良くなった、いくら返ってくるだろう」と健康診断の結果を意識するようになりま



一般社団法人
栃木県医師会

明治安田

栃木県民の健康長寿を目指して

一般社団法人 栃木県医師会

会長 小沼一郎氏

明治安田生命保険相互会社

宇都宮支社長 川口正人氏



す。保険に入ることでリスクを知り予防につなげ健康に近づいていく「健康増進保険」と言われるものです。

小沼 キャッシュバックとは良いアイデアです。自分の健康に関心を持ち、「何とかしよう」という気持ちが出ますからね。

川口 かかりつけ医に相談しながら、健康に留意してほしいです。

小沼 かかりつけ医を持つことは大切です。病気が発症しても早期治療する、重症化しないようにする。それは医療費の抑制にもつながります。医師会は栃木県糖尿病重症化予防プログラムの中で大学病院や地域の主だった病院と共同して、予防・未病に努めています。

川口 今年1月から発売している国立循環器病研究センターとの共同研究などを活用して開発した新商品「循環器病 対策PRO(プロ)」は、キャッシュバックのような健診の受診を後押しし予防につながるサポート、治療時の保険給付、罹患(りかん)後の治療や生活を支える、といった健康な時から発症後まで健康状態の変化に応じたサービスを展開します。「生活習慣を改善しないとまずいな」と思っている方々の関心が高く、問い合わせをいただいています。ヘルスケア・QOL(生活の質)の向上に役割を果たしてまいります。

川口 地域活性化に向けた活動も推進しています。高齢者の孤立・孤独も社会課題の一つです。

小沼 1人暮らしの高齢者の増加を実感しています。1人暮らしと言っても、遠くに子どもが住んでいる人、近所に住んでいる人、またその内容は一緒に住みたいのになかなかいない人、子どもの進学を機に覚悟をして1人暮らしを選んだ人、とさまざまです。それはそれでいいと思っています。

ただ、他者とのコンタクトや生きがいは大事です。庭の手入れや野菜作り、趣味の仲間の集まりなど何歳になっても生きがいを持つことが大切です。趣味や生きがいを持っている人はしっかりとつなげてほしいです。反対に子どもとけんかをして1人で住んでいるような人は「先生、何も生きがいが無い、もう死にたい」という話になりがちです。高齢者にとって、生きがい、社会とのつながり、心身の健康、経済的な地盤が大切ですが、経済の面は基盤にあった形でやっていると印象です。高齢者が楽しめるイベントを何かやってほしいです。

川口 公民館の講座や講習会を明治安田がサポートする「地域の公民館元氣プロジェクト」や健康

マージャンイベント、体力測定機器を備えた健康増進のイベントなどを開催しています。また高齢者が楽しみにしているお祭り、地域の伝統を未来世代につなげるために祭事への助成もしています。地域住民の方と明治安田が共存共栄できること、サポートできること、はないのか、常に探っています。

小沼 イベントに参加するために外出するのは良いことです。なるべく多くの人と交流して体を動かしたりおしゃべり

地域活性化向け

取り組みを推進

川口 自治体と包括連携協定

を結び、「MYリンクコーディネーター」と呼ぶ営業職員が、お客様にお会いした際に、行政サービスの案内を行っています。行政は多様なサービスを用意してはいますが、なかなか住民への周知が行き届かないようです。ですので、MYリンクコーディネーターがお客様に適した行政サービスをお案内し、健康増進に役立てたいと考えています。地域・行政と契約者をつなぐ役割で、それが地域の活性化になることを目指しています。

小沼 地域住民の健康増進や地域活性化など、そういう気持ちを持つた生命保険会社には、医師会もぜひ協力していきたいですね。

医師会として、健康長寿のために県民の皆さんに伝えたいことがあります。まず自分の健康状態、病気をきっちり自覚することです。血圧が高ければ塩分を控える、適度に運動をする、健康診断を受ける、定期的にかかりつけ医の診察を受けるなどを行ってください。脳梗塞や心筋梗塞の死亡率が高いのは、県のイメージが悪く、医師の偏在が話題になっていますが、脳梗塞や心筋梗塞の死亡率が高いところで家族と生活したくない」と、医師が来なくなる場合もあります。

病気がとちと向き合って、生活習慣を克服してゆくことが大切だと思います。県のイメージをあげていきましょう。

川口 栃木県に赴任して1年

あまりですが、とても素晴らしい

ために明治安田として何が

のかと考えると、循環器病にか

かる方が多いのならば、それを

知っていただき健康になる方が

増えるお手伝いできるのでは

ないかと思えます。この社会課題

はすぐに解決できるものではありませんが、解決につながるお手

伝いが少しずつできたら素晴らしいと思えます。

人とサービスをつなぐ

川口 自治体と包括連携協定

を結び、「MYリンクコーディ

ネーター」と呼ぶ営業職員が、お

客様にお会いした際に、行政サ

ビスの案内を行っています。行政

は多様なサービスを用意してい

ますが、なかなか住民への周知が

行き届かないようです。ですので

で、MYリンクコーディネーター

がお客様に適した行政サービス

をお案内し、健康増進に役立て

たいと考えています。地域・行政と

契約者をつなぐ役割で、それが

地域の活性化になることを目指

しています。

小沼 地域住民の健康増進や地

域活性化など、そういう気持ち

を持つた生命保険会社には、医

師会もぜひ協力していきたい

ですね。

医師会として、健康長寿のため

に県民の皆さんに伝えたいこと

があります。まず自分の健康状

態、病気をきっちり自覚すること

です。血圧が高ければ塩分を控

える、適度に運動をする、健康

診断を受ける、定期的にかかり

つけ医の診察を受けるなどを行

ってください。脳梗塞や心筋梗

塞の死亡率が高いのは、県のイ

メージが悪く、医師の偏在が話

題になっていますが、脳梗塞や

心筋梗塞の死亡率が高いところ

で家族と生活したくない」と、

医師が来なくなる場合もあり

ます。

病気がとちと向き合って、生

活習慣を克服してゆくことが大

切だと思います。県のイメージ

をあげていきましょう。

川口 栃木県に赴任して1年

あまりですが、とても素晴らしい

ために明治安田として何が

のかと考えると、循環器病にか

かる方が多いのならば、それを

知っていただき健康になる方が

増えるお手伝いできるのでは

ないかと思えます。この社会課題

はすぐに解決できるものではあ

りませんが、解決につながるお