

特集  
群馬県渋川市

家庭血圧目標値  
「収縮期血圧125mmHg未満」  
を目指した  
群馬県渋川市の  
取り組み

# 域・活 連 携

いき・いき れんけい

2025年10月発行  
群馬県



# 家庭血圧目標値「収縮期血圧125mmHg未満」を目指した群馬県渋川市の取り組み

高血圧は、脳卒中や心筋梗塞などの要因となる国民病である。群馬県は、全国的に見て高血圧の有病率が高いという課題を抱えてきた。この課題に対し、同県では、家庭血圧目標値「収縮期血圧125mmHg未満」を目標に掲げ、高血圧対策に取り組んでいる。その中で渋川市では「渋川市家庭血圧チャレンジ」を開始し、高血圧対策を強化している。群馬県および渋川市が展開する取り組みについてお話を伺った。

[取材日：2025年 7月 15日] ＊記事内容、所属等は取材当時のものです。



(左から)  
伊勢 久美子様  
渋川市副市長  
川島 崇先生  
群馬県医師会 副会長／川島内科クリニック 院長  
石井 秀樹先生  
群馬大学医学部附属病院 内科学講座循環器内科学分野 教授  
脳卒中・心臓病等総合支援センター長  
齋藤 章古様  
渋川市役所 育都推進部長

## 群馬県における血圧の課題と取り組み

高血圧は、脳卒中や心臓病、腎臓病などの疾患の主要な危険因子であり、健康寿命の短縮、医療費の増大にもつながる。群馬県は他県に比べ、高血圧の有病率が高いことが課題だった。そこで、公益社団法人 群馬県医師会、群馬大学医学部附属病院脳卒中・心臓病等総合支援センター（略称：ぐんまのうしん）が中心となり、産官学が連携し「元気県ぐんま家庭血圧チャレンジ」を開始した。その中で、家庭血圧目標値「収縮期血圧125mmHg未満」達成を目標に掲げ、普及啓発に取り組んでいる。

群馬大学医学部附属病院脳卒中・心臓病等総合支

援センター長の石井秀樹先生は、「高血圧は、脳卒中や心筋梗塞に限らず、慢性腎臓病（CKD）や認知症などさまざまな疾患の危険因子となります。しかし、自覚症状がないため見逃されやすいことが問題です。ただし、血圧は簡単に測定することができて、数字として治療効果が見えるため、健康意識を高めるためにも、家庭血圧の測定を推進することは重要だと考えます」と話す。



石井 秀樹先生  
群馬大学医学部附属病院 内科学講座循環器内科学分野 教授  
脳卒中・心臓病等総合支援センター長



川島 崇先生  
群馬県医師会 副会長  
川島内科クリニック 院長

群馬県医師会副会長で川島内科クリニック院長の川島崇先生は、「高血圧は短期間では大きな問題が起きないため、放置される方も少なくありません。早いうちに、食事の注意など生活習慣の改善をして治療を開始することが大

切です。また以前は、高齢者の血圧管理はそれほど厳格にしなくてもよいといった風潮が患者さんだけでなく医師の側にもありましたが、現代は80歳を超えても元気な方が多く、厳格に管理をすることで健康寿命の延伸が望めます。ですから、医療におけるイネーシャが起きないように医療者側も意思統一することが大切だと思います」と語る。

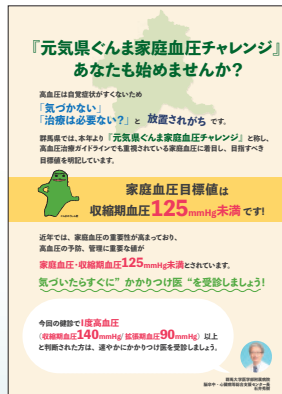
啓発については、一般市民と医療従事者に血圧管理の重要性を知ってもらうため、「元気県ぐんま家庭血圧チャレンジ」ポスターを作成（提供：群馬県医師会 後援：群馬県 監修：群馬大学医学部附属病院脳卒中・心臓病等総合支援センター長 石井秀樹先生）し、県内のかかりつけ医、薬局に配布した。また、渋川市の家庭血圧チャレンジでは、「家庭血圧チャレンジリーフレット」を作成（群馬大学医学部附属病院

#### ■「元気県ぐんま家庭血圧チャレンジ」ポスター



石井先生は、「群馬県の形に似せた「ぐんまのうしん君」というキャラクターを作り、さまざまな取り組みに活用しています」と話す。

#### ■「家庭血圧チャレンジリーフレット」



脳卒中・心臓病等総合支援センター）して、特定健康診査（特定健診）の受診者全員に血圧測定時に手渡し、また結果と共に送付する活動を行っている。

### 「渋川市家庭血圧チャレンジ」の取り組み

群馬県の中でも、高血圧対策に積極的に取り組んできた渋川市では、第3期渋川市国民健康保険健康事業実施計画（データヘルス計画）に基づき、ぐんまのうしん、渋川地区医師会、渋川市が中心となり、産官学、地域の先生方が協働する「渋川市家庭血圧チャレンジ」を始動した。石井先生は、「ぐんまのうしんが中心となる『元気県ぐんま家庭血圧チャレンジ』の活動を県内各地域で推進したいという思いがありました。渋川市はデータヘルス計画に高血圧の取り組み目標値を掲げており、医師会の川島先生、中野先生に事前にご相談し、産官学で一緒に取り組めな



齋藤 章吉様  
渋川市役所 育都推進部長

いかとお声掛けさせていただきました」と振り返る。  
渋川市役所育都推進部長の齋藤章吉さんは渋川市が抱えてきた課題について、「渋川市は群馬県平均と比較して、脳血管疾患、心不全の死亡率、医療機関への受診率も高く、ま

た、収縮期血圧140mmHg以上の割合が男女ともに有意に高く、I度高血圧以上の割合も増加傾向にあります。脳血管疾患、虚血性心疾患の発症を防ぐためにも、高血圧の方に適切な医療を受けていただき、重症化を予防していただくことが大切です」と話す。

渋川市では、特定健診受診者に対し、I度高血圧以上の市民への啓発促進、受診勧奨、医師会所属の医療機関による高血圧患者への適切な治療介入を推進してきたが、本取り組みでは、その上でI度高血圧

以上の人の割合と服薬なしの人の割合、医療機関受診率の変化を検証する予定だ。

また、特定健診の結果からⅡ度高血圧と判明したにもかかわらず、医療機関を受診していない市民には、これまで受診確認・再勧奨は行ってきたが、さらに保健師から電話での受診再勧奨を強化していく予定だ。

## 渋川市の取り組みの目標と今後の展開

渋川市は具体的な評価指標・目標として、特定健診受診者のうち、血圧がⅠ度高血圧以上で服薬なしの人の割合を開始時の54.7%より減少させることを短期指標として、血圧がⅠ度高血圧以上の人の割合を開始時の32.9%から減少させることを中期目標に掲げている。その上で、長期目標として、虚血性心疾患の入院受診率を開始時の10.6(件/千人)から5.8(件/千人)に、脳血管疾患の入院受診率を12.5(件/千人)から1.6(件/千人)に、年間新規透析導入患者数を19人から10人に減少させることを目標としている。

渋川市副市長の伊勢久美子さんは、「血圧は体内からのサインですので、見過ごすことなく早くに見つけて治療することが大切です。行政の責務は高血圧の重要性を市民に伝えていくことと強く認識し

ています。そのためには、行政だけでなく医師会、薬剤師会、専門医、産業界など、さまざまな人たちが、持てる知識と資源を合わせて取り組むことが大切です。行政の役割は市民の声を聞いて、問題解決のプラットフォームをつ

くり、前向きに取り組むためのムーブメントを起こすことではないかと思いますので、今後も真摯に取り組んでまいりたいと思います」と話す。

石井先生は、「心不全に関しては、群馬大学医学部附属病院循環器内科とぐんまのうしんが中心となり前橋市で『心不全の早期発見事業』に取り組み、その成果を高崎市や太田市に広げています。本事業は、県庁の方にも非常に協力いただいております。渋川市の『家庭血圧チャレンジ』も将来的には、群馬県の他の地域に広げたいと思っています。渋川市役所の方が大変協力的でありたいです。本事業を、群馬県のみならず日本全国にモデルケースとして紹介できればと思っています」と展望を述べる。群馬県および渋川市の取り組みの今後の成果が期待される。



伊勢 久美子様  
渋川市副市長

一般社団法人 渋川地区医師会会長で医療法人社団皆成会 中野医院院長の中野正幸先生は、「渋川市は高血圧の有病率が高く、特定健診後のⅠ度高血圧以上での受診や生活習慣の改善がなかなか進んでいないといった課題があります。渋川地区医師会では、渋川市の取り組みと連動し、かかりつけ医により、家庭血圧目標値『収縮期血圧125mmHg未満』を目指して、生活指導、薬物治療の介入を進め、渋川市民の血圧管理を地域全体で支える体制づくりを目指しています」と話す。



中野 正幸先生  
渋川地区医師会 会長  
中野医院 院長