



薩摩川内市地域医療介護情報ネットワーク
～あなたの健康をみんなで見守る～

令和5年度、国のデジタル田園都市国家構想交付金を活用した本市のマルチ医療DX(デジタル・トランスフォーメーション)事業の一環として運用が始まった「かごネット」について紹介します。



かごネットって何?
病院、診療所、歯科、調剤薬局、介護事業所などを相互につなぐ医療情報ネットワークです。
これまで複数の医療機関に分散されていた患者さんの医療情報を、本人の同意のもと、参加施設の間で、インターネット上で連携カルテとして共有します。診断や治療、調剤などを行うときに、より正確な診断、安全な処置などができるようにするサービスです。

かごネットに登録しましょう
かごネットに登録するとカードが交付され、参加している医療機関などに提示することで、さまざまなメリットがあります。

- ▼かかりつけの病院以外でも病歴などを共有することで、適正な治療を受けられ、重複検査も避けられます。
- ▼処方情報が共有されることで、薬の飲み合わせの確認や、重複処方を防ぐことができます。
- ▼入退院時の施設間の情報連携がスムーズになり、待ち時間が短縮されます。
- ▼救急搬送時、本人の意識がない状態でも、病歴などの情報把握ができるため、素早くて確かな処置が受けられます。

アプリで健康管理
かごネットと連携する健康づくりサポートアプリ「かごマイカルテ」は、脈拍、呼吸、血圧、体温などの情報の登録や管理、受診した医療機関の処方、検査内容の確認などができます。
さらに、毎日の血圧、体重、食事、服薬の登録や1日2000歩以上歩くことで、健康ポイントを獲得できます。ポイントは3カ月ごとに集計し、ランキング上位の方に、薩摩川内市スマートフォン決済アプリ「つんPay」の地域通貨をプレゼントします。



▲かごネットホームページ

かごネット手続きの流れ

- ①登録ブースで説明を受ける。(ブースの開設日時のかごネットホームページのお知らせから確認ができます。)
 - ②同意書にサインする。
 - ③かごネットに登録
 - ④アプリをダウンロード
- ※申し込みには本人確認書類が必要です。

参加している医療機関などの確認や、詳しい内容はかごネットホームページでご確認ください。

医療関係者や登録者の声

医療関係者
▼夜間・休日当番医において、初診の患者さんに対し、かごネットで病歴やアレルギーなどの情報を確認して診察できることは、医師にも患者さんにもメリットがある。
▼医師や薬剤師が患者情報を共有できるので、患者さんが多数の薬を服用することによる副作用の発生など有害な事象を防ぐことにつながる。

登録者
▼病院や薬局、介護施設など、医療機関ごとに病状などの説明をする必要があったが、かごネットですべて共有していただけるので安心。
▼高齢な親が倒れた際、家族がそばにいてもアレルギーや服薬情報などを共有していただけるので安心。

現在、かごネットに参加している医療機関などは116施設です。(3月31日時点)
今後、参加する施設が増えることで、共有できる医療情報も充実し、地域内でのより良い医療・介護サービスの提供につながります。

問合せ先／本庁スマートフォンデジタル戦略室
(内線6152)

5月17日は高血圧の日
～家庭で血圧を測りましょう！～

本市では、脳血管疾患や心筋梗塞で亡くなる方が、全国・県と比較して多い現状です。これらの主な原因の一つが「高血圧」です。高血圧対策には、減塩・バランスの良い食事、肥満解消などが大切です。今回は家庭での血圧測定の重要性についてお伝えしていきます。

●なぜ家庭での血圧測定が大切なの?

高血圧は血管に強い圧力がかかっている状態です。放っておくと血管がぼろぼろになる「動脈硬化」が進み、血管が詰まったり破れたりすることで、脳血管疾患や心筋梗塞、慢性腎臓病などを引き起こす可能性が高まります。高血圧はほとんど自覚症状がないので、治療開始が遅れることが多く、治療をしても血圧コントロールが不十分な方が多くいます。

普段の血圧の状態を正確に知り、管理をするために、日頃から家庭で血圧測定をすることが大切です。血圧記録手帳や携帯の血圧記録アプリの活用もおすすめです。血圧記録手帳は、市民健康課で配布しています。下表を参考に、まずは血圧記録を管理してみましょう。

高血圧の判断基準(薬が必要な判断基準)

測定場所	収縮期	拡張期
自宅	135mmHg以上	85mmHg以上
病院	140mmHg以上	90mmHg以上

参考：高血圧治療ガイドライン 2019

血圧の正しい測り方
参照：日本高血圧学会 家庭血圧測定ガイドライン

測定のタイミング
◎1日2回(朝・夜)

朝

- ・起床後1時間以内
- ・トイレに行った後
- ・朝食の前
- ・薬を飲む前

夜

- ・寝る直前
- ・入浴や飲酒の直後は避ける

家庭で血圧を測定する場合には、上にあげた条件のもとで行うことが大切です。

※カフとは、血圧計とつながった腕帯のことで、血圧測定する際に上腕に巻き付ける部分です。

測定するときのポイント

いすに座って1～2分経ってから測定する

座ったばかりだと、血圧が安定していないことがあります。測定時には、腕の力を抜いて、リラックスすることが大切です。

※カフは心臓と同じ高さで測定する

心臓よりも低い位置だと、「数値が高く出る」など、不正確になる場合があります。

薄手のシャツ1枚なら着たまでもOK

カフは素肌に直接巻きつけたほうがよいですが、薄手のシャツ1枚ぐらいいなら、着たま測定してもよいです。

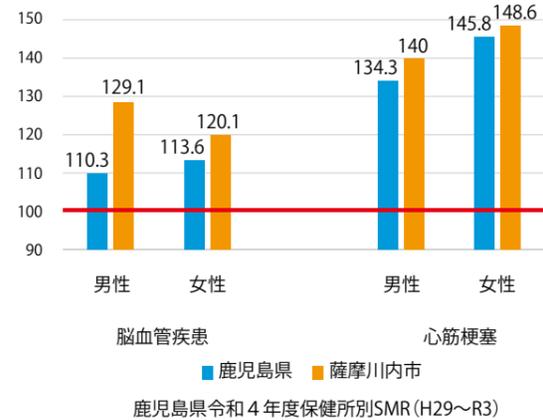


▲血圧のはなし

問合せ先
市民健康課健康増進第1G
(すこやかふれあいプラザ内)
(22)8811

●健康相談のご案内
市民健康課では、生活習慣病予防・改善のための食生活や運動などについて、個別で相談を行っています。気軽に相談ください。
また、市のホームページには、血圧についての情報を掲載しています。ぜひご覧ください。

脳血管疾患と心筋梗塞のSMR



※SMR(標準化死亡率)は、その病気による死亡率の全国平均を100とし、100以上の場合は死亡率が高い、100以下の場合は低いと判断されます。
(出典：厚生労働省)