

2026年2月20日 和歌山中ロータリークラブ 創立40周年記念講演

「心不全にご注意を — NPOと地域で支える未来 —」

本日は、和歌山中ロータリークラブ創立40周年、誠におめでとうございます。このような記念の場で、特定非営利活動法人「和歌山心不全アラート」の活動をご紹介します機会と、温かいご支援を賜りますことに、心より御礼申し上げます。

心不全は特別な病気ではなく、高血圧や糖尿病、肥満、喫煙など身近な要因を背景に、誰にでも起こり得ます。いったん発症すると完治は難しく、多くの場合、病気と上手に、長く付き合う必要があります。

そのため重要なのが「発症予防」と「再発（増悪）予防」です。私たちは2020年、医療・介護・福祉の多職種で「和歌山心不全地域連携の会」を立ち上げ、施設の垣根を越えた連携を進めてきました。そして2024年6月、持続可能な体制を目指してNPO法人「和歌山心不全アラート」を設立しました。現在、医師・看護師・薬剤師・理学療法士・介護支援専門員（ケアマネジャー）の5職種が理事として参画し、医療と介護のさまざまな“つなぎ目”を埋める体制を整えています。

患者さんご自身が体調変化に気づき、必要時に医療へつながれるよう、「和歌山心不全アラート」と「和歌山心不全手帳」を開発しました。アラートは体調を信号のように“赤・黄”で可視化し、患者さん・ご家族・医療者が共通の言葉で状況を共有できる仕組みです。手帳は記録と情報共有の基盤として、表紙に「きいちゃん」を用いるなど、親しみやすさにも配慮しています。

和歌山心不全手帳は5,000冊以上を無償で配布してきました。あわせて医療・介護・福祉の専門職向けの講演会や勉強会を継続し、連携の輪を広げています。

さらに「地域の理解」を広げる市民向け活動も進めています。2025年9月には市民公開講座「心不全にご注意を」を開催し、読み聞かせ、クイズ、相談・測定コーナー、フレイル予防体操、心臓のVRモデル紹介などを通じて、心不全を身近に学べる場づくりを行いました。

心不全患者さんは医療機関だけでは支えきれません。地域の理解と支える仕組みがあってこそ、患者さんご家族は安心して暮らし続けられます。本日のご縁を大切に、今後も地域全体で支える活動を進めてまいります。引き続き、ご指導ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

NPO法人 和歌山心不全アラート 代表
和歌山県立医科大学 教育研究開発センター 准教授
谷本貴志