



健康医療福祉部 がん・生活習慣病対策課

青森県庁ホームページ
イナーシャをなくそう！

治療・受療リテラシー向上事業【新規】 13,546千円

Take medicine イクブメダシム なくすぜイナーシャ

血圧は、上が155でしたね
佐藤さんは脂質異常症がありますし、タバコも吸っていますよね。
そろそろお薬始めましょう。

…えっ！
ボク健康診断の時
看護師さんの自衣みると
緊張しちゃうんですよ～
家ではもっと低く、
140くらいなんだけどなあ

あと今度から…
ラーメンを汁まで
飲み干すのは
やめて～
(嫌いだけど)
野菜も食べます
ウォーキングも
しますから…

大変よいことですが
それらで様子を見ていいのは
125前後までの人ですよ

佐藤さんは
「高血圧症」と
いう診断名が付く
一刻も早く治療が
必要な状態なんです

この病気は
しっかり治療しないと
脳卒中や急性心筋梗塞で
命にかかわることに
なりかねませんよ

状態にもよりますが
治療費は3割負担で
1日あたり30円くらいから
です

野菜・減塩・運動とともに
しっかりと「お薬」で治療を
始めてみましょう！

イナーシャ: Inertialは「惰性」と訳され、高血圧診療におけるClinical Inertialは「高血圧症にも関わらず治療開始しない」「治療ガイドラインが示す降圧達成目標値より高いにも関わらず治療を強化せず様子を見る」ことを意味する治療イナーシャと「難治性・治療抵抗性高血圧の原因を精査しない」を意味する診断イナーシャが含まれます

県ではこれまで生活習慣病の発症予防、重症化予防対策として減塩・野菜摂取・運動・禁煙を中心に、中・長期的視点から取り組んできました



新年度では、より短期的な取組として、高血圧診療におけるクリニカル・イナーシャへの対策を併せて進めます



青森県庁ホームページ
イナーシャをなくそう！

健康医療福祉部 がん・生活習慣病対策課

治療・受療リテラシー向上事業【新規】 13,546千円

青森県の現状

- 青森県では1年間に脳血管疾患で約1千5百人、心疾患で約3千人の方が亡くなっており、これらで全死因の2割超を占めます
- 前のスライドのドミノ図にある、脳心血管病につながりやすい高血圧症・脂質異常症・糖尿病のうち、脳心血管病死亡の最大の要因である高血圧症の未治療者が、特に多い状況にあります
- 40歳以上の青森県民約82万4千人のうち、高血圧判定がなされるのは、治療中である方を含め約36万2千人と見込まれます
- この推計約36万2千人のうちで、治療を行っているのは約21万3千人にとどまり、行っていない方は約14万9千人いらっしゃると推計されます

割合	人数
治療中	213,000人
未治療者	149,000人
それ以外	462,000人

青森県保険者協議会「R34年度健診等データ」と令和3年青森県推計人口を基に推計

- 高血圧症の未治療者を減少させ、このことにより脳心血管病の発症者を減少させることは、①全体としての医療費の低減と、②救急医療現場の負荷軽減、そして③将来の介護費用の低減にもつながります
- 仮に、これまで高血圧症を放置してきた人のうち、年間1万人が新たに降圧治療を始めたとして、脳心血管病による死亡者を年間3百人減らすことができると考えています
- この事業では、新たに降圧治療を開始する方を令和7年度中に2万人増やしたいと考えています

降圧治療を開始した方
対象のインセンティブ

健康診断の結果から高血圧症の診断につながった佐藤さん

PHARMACY

整形外科受診中に内科受診も勧められ高血圧症の診断につながった成田さん

お薬千帳などで初めての調剤であることを確認しQRコードをお渡し

キャンペーンQRコード

応募

賞品(例)
3か月ごとに抽選で
1等1万円相当…10本
2等5千円相当…20本
3等2千円相当…50本
など

血圧測定の習慣がある方
対象のインセンティブ

毎日の血圧測定を欠かさない工藤さん

専用サイトで個人情報の取扱いに同意し、メールアドレス等を登録

リフトで測定血圧を登録

10回測定・登録で1回抽選に応募できる

賞品(例)
2千円相当…45本
など

本事業では、県医師会・県薬剤師会と協同で、病院・診療所において右記の動機付け・インセンティブも紹介しながら、治療ガイドライン適合者(収縮期140mmHg以上、又は拡張期90mmHg以上)に対し、生活習慣の改善を強化しつつ、降圧治療の開始を促し、適切な治療につなげることを目指します。



ちやんと通って、
ながく生きる。

かよ



大人のみならず！知ってましたか？
ほんとうは高血圧症かもしれないのに、
気づかない、治療していない人が
青森県にはたくさんいるんだって。
毎日ちゃんと血圧はかってね。そして、
上（収縮期）が140mmHg以上、
下（拡張期）が90mmHg以上になったら要注意。
お医者さんに相談して、治療をはじめてください。
私たちからも願っています！
家族のみんなにもお願いしようっと！



“高血圧症 未治療ゼロチャレンジ” キャンペーン

ご応募は青森県内居住者に限ります。

2025年6月3日(火)～2026年2月28日(土)

病院で、初めて降圧剤の処方された
青森県民の方に、抽選でQUOカードや素敵な賞品が当たる

QUOカード
10,000円分
10名様

QUOカード
5,000円分
20名様

QUOカード
2,000円分
30名様

協賛企業
提供品
10名様

賞品は各回分ご用意 /

抽選は、9月・12月・3月の3回のチャンス。応募は1回のみ。

応募方法

処方箋取扱いの協力薬局にて、条件を満たした方に配られる応募用QRコードをスマートフォン等で読み取り、必要事項を入力の上、ご応募いただけます。

詳しくは、“高血圧症 未治療
ゼロチャレンジ”特設サイトへ



協力薬局の
一覧はコチラ



※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です

クリニカル・イナーシャ、ゼロチャレンジ!

クリニカル・イナーシャとは、本当は治療が必要なのに、
治療していない状態のことをいいます。





高血圧症を放置するとどうなる？

- ① 動脈硬化が進行し、狭心症や心筋梗塞などの**心疾患**、脳出血や脳梗塞などの**脳血管疾患**のリスクが高まる。
- ② 腎臓の機能が低下し、**人工透析**が必要になることがある。
- ③ 将来、**認知症**を発症するリスクが高まる。
- ④ 目の網膜にある細い血管がダメージを受けると、視力の低下や視野欠損が生じることがあり、**失明**のリスクが高まる。

高血圧症の疑いがあるその大人の方。
病院への早めの受診をおすすめします。

“高血圧症 未治療 ゼロチャレンジ” キャンペーン概要

期間	2025年 6月3日(火)から、2026年 2月28日(土)まで
対象	高血圧症疑いの所見があった方が病院を受診し、初めて降圧剤を処方された青森県内に居住する方。
応募方法	協力薬局にて、条件を満たした方に配られる応募用QRコードをスマートフォン等で読み取り、必要事項を入力の上、ご応募いただけます。
抽選	抽選は、2025年 9月、12月、2026年 3月の3回です。 景品は、3回分ご用意しています。ご応募は全期間中、1人につき1回です。



協賛企業 提供品の一例

- キッコーマン ● 大塚食品 ● みすずコーポレーション ● ハッピー・ドラッグ
 - 亀田製菓 ● イオン東北 ● 味の素 ● 明治安田生命保険 ● ユニバース
- の各企業様からご提供いただいた、「スマートウォッチ」や「減塩商品」などが当たる!

詳しくは、“高血圧症 未治療ゼロチャレンジ”特設サイトへ ▶



お問合せ先

治療・受療リテラシー向上事業運営事務局
(株式会社デルタアイエムシー内)



0120-039-041
(受付/平日10時~17時)



青森県

Aomori Prefectural Government



ちよいと測って、
ながく生きる。



大人のみならず！知ってましたか？

高血圧症って、とてもこわい病気だから、

予防のためにも自分の血圧は毎日をはかると良いんだって。

上（収縮期）が140 mmHg以上、

下（拡張期）が90 mmHg以上になったら要注意。

家族のためにも、

いつまでも健康でいてほしいから、覚えておいてね。

まずはちゃんとはかってくれよう、

家族のみんなにもお願いしようっ！



“血圧未測定ゼロチャレンジ” キャンペーン

ご応募は青森県内居住者に限ります。

2025年6月3日（火）～2026年2月28日（土）

一定回数血圧を測定し、必要事項を入力した
青森県民の方に、抽選でQUOカードや素敵な賞品が当たる

QUOカード
1,000円分 × 140名様

協賛企業
提供品 × 90名様

10回測定で10くちのご応募。抽選は、3月に行います。

測定すればするほど
当選確率アップ!!

応募方法

右記応募フォームから、10回分の測定結果など、必要事項を入力の上、ご応募ください。お一人につき、最大54口分ご応募可能です。

詳細・ご応募は、
“血圧未測定ゼロチャレンジ”特設サイトへ



※QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です

クリニカル・イナーシャ、ゼロチャレンジ!

クリニカル・イナーシャとは、本当は治療が必要なのに、
治療していない状態のことをいいます。



高血圧症を放置するとどうなる？

- 1 動脈硬化が進行し、狭心症や心筋梗塞などの**心疾患**、脳出血や脳梗塞などの**脳血管疾患**のリスクが高まる。
- 2 腎臓の機能が低下し、**人工透析**が必要になることがある。
- 3 将来、**認知症**を発症するリスクが高まる。
- 4 目の網膜にある細い血管がダメージを受けると、視力の低下や視野欠損が生じることがあり、**失明**のリスクが高まる。

日頃の健康対策にお悩みのそこの大人の方。
定期的な血圧測定から始めてみましょう。

“血圧未測定ゼロチャレンジ” キャンペーン概要

期間	2025年 6月3日(火)から、2026年 2月28日(土)まで
対象	青森県内に居住する方。
応募方法	上記応募フォームから、10回分の測定結果(1日2回まで入力可)など、必要事項を入力の上、ご応募ください。お一人につき、最大54口分ご応募可能です。※10回の計測で1口分となります。
抽選	抽選は、2026年 3月です。ご応募は期間中、1人につき最大54口までです。



血圧が基準値
上(収縮期)が140mmHg
下(拡張期)が90mmHg
より高かったら、
こちらもチェック!



協賛企業 提供品の一例

- キッコーマン ● 大塚食品 ● みすずコーポレーション ● ハッピー・ドラッグ
 - 亀田製菓 ● イオン東北 ● 味の素 ● 明治安田生命保険 ● ユニバース
- の各企業様からご提供いただいた、「スマートウォッチ」や「減塩商品」などが当たる!

詳細・ご応募は、「血圧未測定ゼロチャレンジ」特設サイトへ ▶



お問合せ先

治療・受療リテラシー向上事業運営事務局
(株式会社デルタアイエムシー内)



0120-039-041
(受付/平日10時~17時)



青森県

Aomori Prefectural Government