

過去から未来へ、次世代に繋ぐ。

ふくしまの国保

シリーズ企画

地域包括ケア
を追う

認知症 700万人 時代がやってくる

他人事ではない

新企画

人を思い、未来を想う。

Fuku^{福ら}Life

設楽農園（須賀川市）

設楽 哲也^{さん}

市町村紀行「相馬市」

こちら保健師さん情報局「相馬市保健センター」

1

福島県国民健康保険団体
連合会広報誌

【第64巻第1号】

福島県国民健康保険団体連合会会長

古川 道郎



就任のご挨拶

夏

至の候 平素より皆様方には、国民健康保険事業の発展と健全な運営にご尽力いただき、深く敬意を表しますとともに、格別のご理解とご協力を賜り深く感謝申し上げます。

このたび、福島県国民健康保険団体連合会会長に就任いたしましたので、ここに謹んでご報告申し上げます。本会の更なる発展のため精一杯務める所存でございますので、どうぞよろしく願いたします。

さて、国民健康保険は国民皆保険制度の基盤である地域医療保険を堅持し、地域住民における医療の確保と健康保持増進に大きく貢献しているところであります。

しかしながら、定年退職等により被用者保険から市町村国保に移行するため、高齢化とともに医療費が増大していくことに加え、保険料(税)負担能力が弱い方々の加入割合が高くなっていることから、国保財政は大変厳しい状況が続いております。

表紙撮影地：土合館公園（福島市松川町）



園内には展望広場、野外ステージなどがあり、1.7キロの遊歩道には約4000株のアジサイが咲き乱れています。園路の両側にはアジサイを植栽し、別名「あじさい公園」と呼ばれ、近年はアジサイの名所として市内外にも知られています。（見ごろ:6月下旬～7月中旬）



P11 New Contents!

Fuku Life 福らいふ

国保加入者でこれからの福島の未来を担う人物をクローズアップ。仕事・家族・健康・未来・福島への思いや生き方。人々の繋がりや健康でいつまでも楽しく働けることの素晴らしさなど地元の情報を交えながらご紹介していきます。

P04 地域包括ケアを追う



介護老人保健施設ひもろぎの園
福島県認知症介護指導者
リハビリテーション科長
石井 利幸 さん

P08 市町村紀行



相馬市役所
保険年金課長
加藤 一男 さん

P10 こちら保健師さん情報局



相馬市保健センター
主任保健師
齋藤 悦子 さん

表紙題字／福島県書道連盟会長
菅野 精堂

ふくしまの国保

第64巻第1号

1

01 会長就任挨拶

02 シリーズ企画／地域包括ケアを追う

07 市町村紀行【相馬市】

10 こちら保健師さん情報局【相馬市保健センター】

11 福らいふ

14 健康な食彩

16 Dr. の健康メモ

18 メンタルヘルスコラム「五十嵐だより」

20 国保連合会組織図

21 DATA LAND

26 連合会日誌

28 連合会行事予定／国保情報

29 内堀知事への訪問／編集後記

このような構造的な課題を打開するため、国においては平成27年の通常国会で「持続可能な医療保険制度を構築するための国民健康保険法等の一部を改正する法律」が成立し、

公費投入による財政基盤の強化と平成30年度から都道府県が財政運営の責任主体となり、国保財政の安定化と市町村格差の解消を図っていくこととなります。本会としても、この改革の趣旨に則り、保険者及び被保険者の立場に立って、円滑な移行が図られるよう取り組んで参りたいと存じます。併せて、平成30年度は新たな特定健診等実施計画、医療計画、介護保険事業(支援)計画などの保健・医療・福祉に関する各種事業計画の同時実施となる大きな節目となります。これらの社会保障制度の変化に柔軟に対応し、保険者とともに地域住民の健やかな生活の実現に向けた取り組みを推進して参りたいと存じます。

また、昨年11月に成立した「まち・

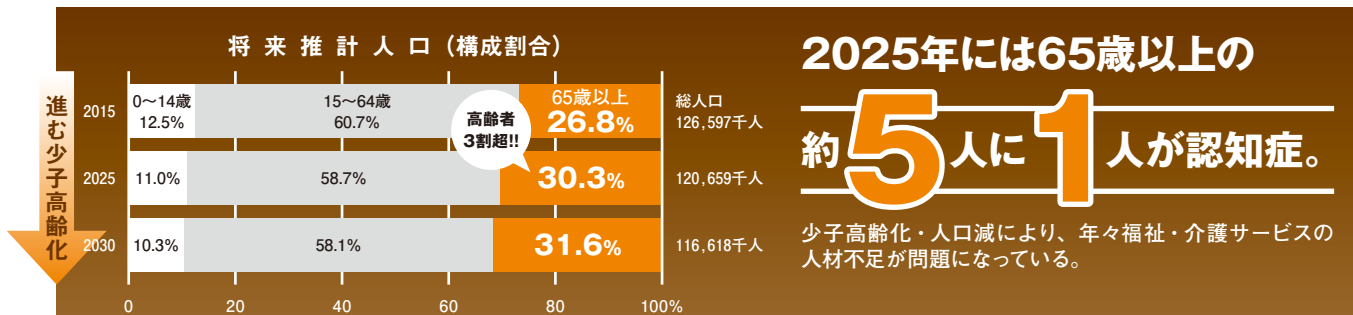
ひと・しごと創生法」により、それぞれの地域で住みよい環境の確保が求められています。併せて、団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に、地域住民が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けていくことができる仕組みづくり(地域包括ケアシステムの構築)が求められています。本会においても、保険者から預かる保健・医療・福祉の各種データを分析・研究し、福島県が全国に誇れる健康長寿県となるための地域づくりに貢献できるよう努めて参る所存であります。

皆様方の信頼に応えるべく、役員一同、最善の努力を尽くして、事業を運営して参りますので、引き続きご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、皆様方のご健勝とご多幸をお祈り申し上げ、就任のご挨拶といたします。

2025年、認知症 700万人

世界に先駆けて高齢化が進む日本です。欧州の先進国と比較すると認知症対策については遅れが目立ちます。昨年、ようやく国も認知症対策を国家戦略と捉え、強化していくことを表明しました。本人に対する対策もありますが、経済・労働・地域など様々な面で問題が起きることが予測されます。



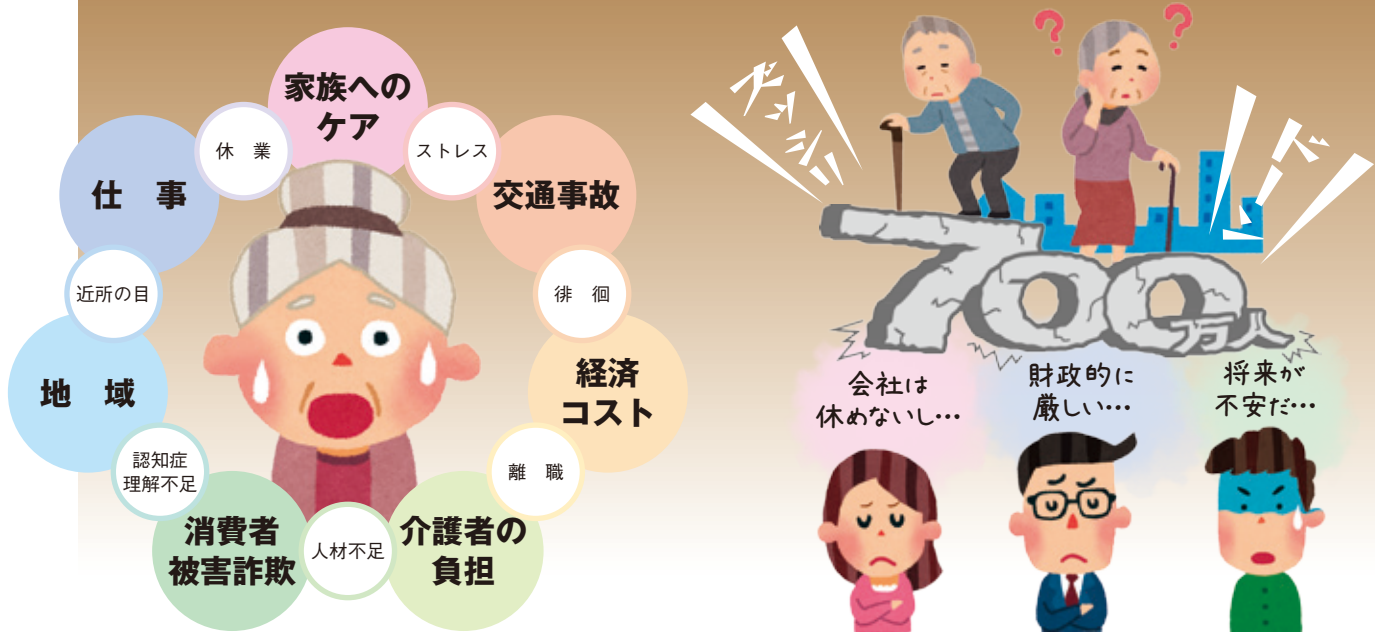
2025年には65歳以上の

約5人に1人が認知症。

少子高齢化・人口減により、年々福祉・介護サービスの人材不足が問題になっている。

他人事ではないのです!!

支える家族、介護者の働く環境や地域の特徴により様々で、問題が複雑に重くのしかかります。認知症は個人の問題ではなく、様々な場面で国民全員に関わってくる社会問題なのです。



脳は、私たちのほとんどあらゆる活動をコントロールしている司令塔です。それがうまく働かなければ、精神活動も身体活動もスムーズに運ばなくなります。ごはんを食べたことを覚えていない、自分のいる場所がどこなのか分からない。普通の人なら当たり前にわかっていることが、わからなくなる状態を認知症といいます。認識したり、記憶したり、判断したりする力が障害を受け、社会生活に支障をきたす状態のことです。

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったためにさまざまな障害が起こり、生活するうえで支障が出ている状態（およそ6ヵ月以上継続）を指します。

認知症を引き起こす病気のうち、もっとも多いのは、脳の神経細胞がゆっくりと死んでいく「変性疾患」と呼ばれる病気です。アルツハイマー病、前頭・側頭型認知症、レビー小体病などがこの「変性疾患」にあたります。

続いて多いのが、脳梗塞、脳出血、脳動脈硬化などのために、神経の細胞に栄養や酸素が行き渡らなくなり、その結果その部分の神経細胞が死んだり、神経のネットワークが壊れてしまう脳血管性認知症です。

認知症とは？

地域包括ケアとは？

平成26年度から新たに取り組んできた「地域包括ケアを追う」も5回目をむかえます。

地域包括ケアとは「それぞれの人々がそれぞれの地域で最後まで自分らしく生きぬくこと」つまり「生きる」ということです。現代の社会ではそれぞれのパーソナルが社会との関わりなしに生きることは不可能に近く、皆さんが住む地域でどのように社会と関わり、自分らしく生きていくか？がこれからの課題です。

今回は高齢者の5人に1人はなるであろうと言われる「認知症」について特集しました。

皆さん、他人事ではありません。

シリーズ企画

第5回

地域包括ケアを追う

認知症 700万人

他人事ではない

時代がやってくる

2025年の総人口
1億2,065万人（推計）

65歳以上の
5人に1人が認知症
（人口の約17人に1人）

高齢化社会における認知症

「65歳以上の5人に1人」

なぜ、認知症が社会や地域包括ケアの中で問題となっているのか？

日本の認知症の人数は2012年で約462万人、65歳以上高齢者の約7人に1人となっています。団塊の世代が75歳以上となる2025年には認知症の人は約700万人となり、65歳以上の約5人に1人になる見込みとなっています。

そのような中、認知症高齢者のひとり暮らし世帯は増加し、認知症の人が認知症の人を介護する「認知介護」が現実の問題になるなど、認知症は他人事ではなくなっています。自分自身が認知症になるかは別としても、家族も含めれば、認知症は私たち1人1人の問題になってきていることは明白であり、それを支える社会・環境整備が求められています。今回は、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの実現を目指す中で、この問題を取り上げていきます。



認知症を理解する上で必要なこと



福島県認知症
介護指導者の
石井さんに
聞きました！

編集部（芳）

◀施設内はお年寄りの療養の場であると同時に生活する場でもあります。それを考慮して、花や絵、ぬいぐるみといった普通のお宅にあるものを置くことで家庭に近い雰囲気をつくり、安心感を与えています。

認知症について「日常生活や社会生活に支障をきたす状態のことを言います」と話す石井さん。認知症の代表的な症状は物忘れですが、同じような物忘れであっても周囲の受け入れ方次第では日常生活・社会生活に支障が出たり出なかったりする場合があります。また、認知症は周囲のサポートや環境によって症状が温和にも、不穏にもなり得ます。ここが普通の病気とは違う部分で、認知症は人と人との関係性に強い影響を受けるといえます。

記憶保持のための取り組み

認知症の中核症状のひとつである記憶障害は、その名の通り自分の体験した出来事や過去の事について記憶が抜け落ちてしまう障害のことをいいます。それには、最近のことから徐々に忘れていくという特徴があり、進行とともに悪化していく傾向があります。

典型的な物忘れのひとつに、食事したことを忘れてしまう場合があります。認知症の人の中には、食事が済んで自分のお膳が下げられた後、周囲の人がまだ食事しているのを見て、「食事がまだ来ない」と勘違いする人もいます。このような人に、談笑しながら食事してもらったところ、通常より少しだけ記憶が伸びました。その結果、周囲の人が食べているのを見ても、「自分だけ食事をもらっていない」と勘違いすることが少なくなったそうです。一つの行動に対して、感情を強く働かせることが記憶力を普段よりも長く保つことのできる秘訣であるといえそうです。

認知症の主観的な世界への理解

普通の人は主観と現実の世界をきちんと分別することが可能ですが、認知症になるとその様な分別が出来なくなってしまう。それだけでなく、現実の世界にしながら自分があたかも

気を理解し、さりげないサポートが必要となつてきます。

そして、忘れていけないのは家族への支援です。認知症を家族だけで抱え込むと精神的、身体的に疲労困憊してしまいます。「介護を行う上で介護サービスなどを利用して、できるだけ家族の負担を減らし、気持ちに余裕をもって本人と接することが大切です。また、認知症の介護家族は近隣に迷惑をかけていないか不安を抱えているので、ねぎらいの言葉をかけてあげるといった心理的サポートに加え、地域全体での見守りや場に応じた手助けといった直接的な支援があるのが理想です。」と石井さんは話します。

認知症の人が住みやすい環境を目指して

今まで、認知症の人が社会に参加する機会や家族が情報交換できる場は、かなり限られていました。また、一般の人が認知症について知る機会や接する場は少なかったように感じます。

石井さんは「認知症カフェ※2など、気軽にに行けるような社会交流の場があるといいですね。」と話します。認知症カフェは認知症の人と家族を支える心のよりどころであり、地

空想の世界に

いるように自由に表示してしまうため、普通の人から見ると思いもよらない行動をとってしまうのです。

認知症の人にも喜怒哀楽といった感情がありますが、周囲の状況が理解できないために現実との調和がとれない状態に陥ってしまっています。石井さんは「無理に現実の世界に引き戻そうとするのではなく、まずはその人の主観的な世界を十分なコミュニケーションを通して探っていく、その世界に合わせて対応することが大切です。」と話します。

本人や家族への必要な支援

「認知症の人には自覚がない」という考えは大きな間違いであり、初期には本人が違和感を覚える場合が多いようです。物忘れによる失敗や今まで出来ていたことが徐々に出来なくなることに対して、不安を感じ、苦しむのは本人です。認知症の人は理解力が落ちています、感情面はとても繊細です。そのため、周囲は認知症という病

家族へのストレス・メンタルヘルス対策と社会全体の共通認識が不可欠です。



域の人が直接認知症の人と交流できる場としての役割が期待されています。今後このような場が身近な場所で広がっていくことで認知症の人が住み慣れた地域でいつまでも自分らしく暮らしていける環境づくりへと繋がっていくと考えられます。

※2 認知症カフェ
認知症の方が社会に参加したり家族が情報交換出来る場所は限られていましたが、認知症の人と家族を支える新しい心のよりどころとして、また認知症を知り、交流出来る場として期待されています。運営主体は官民様々で、場所も民家や病院、高齢者施設など幅広い。

認知症を理解して温かく見守る事が大切なんです。

介護老人保健施設ひもろぎの園
福島県認知症介護指導者
リハビリテーション科長

石井利幸

認知症サポーター

認知症を正しく理解してもらい、認知症の人や家族を温かく見守るのが認知症サポーターです。「認知症サポーター養成講座」を受けた人がサポーターの「目印」として、ブレスレット(オレンジリング)をつけてもらいます。



保険者の「声」を聞く。

市町村紀行



相馬市

伝統が息づく海と緑のまち

相馬中村神社

〒976-0042
福島県相馬市中村字北町140
TEL：0244-35-3363
E-mail：info@
somanakurajinja.or.jp

相馬市 国民健康保険の概要

			平成24年度	平成25年度	平成26年度
国保世帯数	(世帯)		5,735	5,625	5,654
国保加入割合	(%)		29.00	27.90	27.67
収納率(現年度分)	(%)		90.38	90.92	
被保険者数	一般	(人)	9,754	9,379	9,423
	退職	(人)	744	640	486
	計	(人)	10,498	10,019	9,909
一人当たり医療費	一般	(円)	298,648	305,815	
	退職	(円)	365,003	368,454	
	計	(円)	303,533	310,221	
調剤報酬一人当たり額(一般・退職の計)			(円)	54,544	59,589
特定健診受診率	(%)		40.86	40.21	42.90

相馬市は福島県の浜通り北部に位置しています。西に阿武隈高地・相馬丘陵と霊山を最高峰に山々がそびえ、東が太平洋に面しており、宇多川と小泉川の河口に松川浦があります。

市役所の近くにある相馬中村神社は国の重要文化財に指定されており、要所に漆塗り、彩色、飾金具で飾られ、相馬地方を代表する建築となっています。

また、相馬市・南相馬市をはじめ旧相馬藩(二市四町一村)を挙げて開催される国の重要無形民俗文化財である相馬野馬追は、相馬氏の祖である平将門が原野に放してあった野馬を捕らえる軍事訓練と、捕らえた馬を神前に奉納したことに由来します。総大将を擁する相馬市の「宇多郷勢」は中村神社で出陣式を行い、騎馬武者らの行列が市中を一巡します。

認知症高齢者にやさしい地域づくりに向けて

政府は平成27年1月27日、認知症対策についての関係閣僚会合を開き、認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)を策定しました。

新オレンジプランでは、「認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けることができる社会の実現を目指す。」を基本的な考え方としています。

1 認知症への理解を深めるための普及・啓発の推進

認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り、支援する「認知症サポーター」の育成など具体的な施策が考えられています。



3 若年性認知症施策の強化

若年性認知症の人の居場所づくり、就労・社会参加の支援などが行われます。



5 認知症の人を含む高齢者にやさしい地域づくりの推進

高齢者が利用しやすいサービスや商品の開発を支援することで、高齢者にやさしい地域づくりを目指します。



新オレンジプランの7つの柱

2 認知症の容態に応じた適時・適切な医療・介護等の提供

医療・介護従事者の認知症対応力の向上に加え、連携支援を行う認知症地域支援推進員の配置などにより、専門的なケアを一層進めて行くこととなります。



4 認知症の人の介護者への支援

介護者が相談できる認知症カフェの設置や認知症初期集中支援チーム等による早期発見・対応を行うことで介護者の負担軽減を図っていきます。



7 認知症の人やその家族の視点の重視

認知症の人が必要と感じていることについて実態調査を実施し、その結果に基づく支援策の強化などを進めて行きます。



6 認知症の予防法、診断法、治療法、リハビリテーションモデル、介護モデル等の研究開発及びその成果の普及の推進

ビックデータなどを活用した認知症予防のための研究や治療薬の開発を進めて行きます。



地域の未来のために

日本は先進国の中でも高齢化が最も早く進んでいるにも関わらず、その対策や法整備などの遅れが目立ちます。少子高齢化・人口減少などは医療・介護分野だけの問題ではなく、経済産業構造、ひいては国力そのものに影響を及ぼします。誰かが幸せな未来を作ってくれるのか？まずは地域ごとに置かれている現状を把握、理解することが必要だと感じます。公的機関・民間・学校・家庭・それぞれのパーソナルが5年後・10年後の自分たち、身近な親や家族、友人、近隣の住民がどのような暮らしをしているのか想像し、創造することが必要です。決して未来が暗い話ばかりとは限りません。少しでも出来ることを考え、行動することで、歳をとっても地域ごとに明るく楽しい人生を迎えることが出来ると考えられます。そのためには認知症の社会問題等、地域包括ケアに関して皆さんにご理解して頂きたいと思います。今後も認知症に関連した記事を取り上げていきますので「地域包括ケアを追う」をよろしく願います。



▲和やかな雰囲気での保険年金課の皆さん
(左から高橋さん、鈴木さん、加藤課長、村井課長補佐、小泉さん、橋浦さん、太田さん)

国保業務の概要

国保の状況に目を移すと年々被保険者数が減少する一方、一人当たり医療費とともに、調剤報酬一人当たりの額は増加傾向にあります。震災後の人口減少と医療費の問題は重要課題であり、今後医療費適正化のため、住民の意識向上を図っていく必要があります。

相馬市の保険年金課は国民健康保険係で給付や資格をはじめ、国保業務全般を担当しています。また、国保税の賦課、徴収はすべて税務課、市民課が窓口業務等を担当しています。

今回は、保険年金課の加藤一男課長と村井智一課長補佐兼国民健康保険係長に相馬市の震災復興への取り組みや保健センターとの連携等について伺いました。

震災復興を目指して

東日本大震災後、復興計画の基本理念である、「高齢者、子供、青壮年層がそれぞれの人生のステージで生活再



建をどのように果たしていくか」を念頭に被災者の生活基盤の再生と産業振興を図るために、「相馬市民であること」に誇りを持てる相馬市の創造、「力強い復興と安心して子育てができる新しい相馬市」を将来像としました。

この目標の実現に向けて8つの主要テーマに基づいて、各復興施策を実施しています。

また、東日本大震災復興の着実な実現を図るために、市民の代表や関係団体から構成される「相馬市災害対策復興会議」を定期的に開催し、各事業の推進状況の把握や新たに発生する問題や課題へ対応し、事業の見直し・充実を図っています。

8つの主要テーマ

- ・速やかな復旧と社会資本の整備
- ・生活基盤の再整備
- ・被災者の生活支援と孤独死対策
- ・放射能対策
- ・明日の「相馬っ子」人づくり
- ・相馬の元気復活 産業づくり
- ・より強固な防災体制
- ・震災を乗り越えた相馬の新しい顔づくり

医療費適正化に向けた取り組み

全国で医療費の伸びが深刻な問題となっている中、医療費適正化に向けて実施していることを伺うと「レセプト

薬品」に切り替えた場合の差額を知らせるものであり、このような地道な努力が医療費適正化に繋がると考えられます。

保健センターとの連携について

保健師の勤務する保健センターは相馬市役所と別庁舎にあり、徒歩10分ほどのところにあります。保健師との連携について村井課長補佐に伺うと「保健事業や特定健診などの実施主体は保険年金課ですが、企画運営については保健センターと協議検討しながら、保健センターが主体となり実施をしています。また、保健師からの要望に応じて、KDBや医療統計システムを使い、情報を提供し、活用しています。現在は保険年金課にしか入っていないKDBを次年度以降は保健センターにも設置を予定していて、保健師が直接見て保健指導や地域分析等に活かさればと考えています。」と話します。現在、「日本再興戦略」の重要施策である「国民の健康寿命の延伸」の実現のためにもデータヘルス計画の策定が求められています。そのような中、KDBの活用により、地域全体の健康状態の把握や健康課題を明確にすることで、地域の疾病予防、介護予防がより効率的に進み、ひいては地域の健康水準の向上に期待が寄せられます。

自然のぬくもり。海と緑に恵まれた相馬市。



若き挑戦者

農業の未来を担う

設楽農園（須賀川市）
設楽 哲也 さん

1979年生まれ（36歳）
県立安積高等学校、宮城教育大学卒業、
Central Queensland University（オーストラリア）留学、
ANAセールス株式会社に就職。
福島に帰郷し、小学校講師を経て
家業の農業に従事。
特定非営利活動法人OYAKODOふくしま理事
ジュニア野菜ソムリエ、食育指導士

「本当に両親には感謝しています。いつから設楽家が農家を営んできたのかは定かではありませんが祖父父母の代のもっと前からだと言われています。私の先祖、祖父父母、両親が毎日、畑を耕し、雨にも風にも雪にも負けず、暑さ寒さ

いつか継がなくては、自分の代で終わらせるわけにはいかない。」

「定めない。彼は家業である農家の長男として生まれ育ち、いつかは農家を継がなくてはならないと小さい頃から思っていた。御両親も理解があり、設楽さんは勉強、スポーツと好きなことをやり、好きな職業に就くこともさせて貰ってきた。福島へ帰り、家業を継ぐことに、どんな思いがあったのだろう。

人を思い、未来を想う。

福らいふ
Fuku Life

異色のキャリアの若手農家

農家としては異色のキャリアを持つ設楽さん。教育大学卒業、留学経験、ANAグループ社員、教員を経て家業の農業へ転身。家業の農園は祖父以前の代から続いている農家である。主に米、須賀川特産のキュウリ、ネギ、ウドなど季節によって様々な農作物を生産出荷している。就農して7年たち、最近では各種メディアにも取り上げられ、若手の農業の担い手として期待されている設楽さんだが、震災後の福島の一側面から取り上げられていることは否定できない。彼は家業である農家の長男として生まれ育ち、いつかは農家を継がなくてはならないと小さい頃から思っていた。御両親も理解があり、設楽さんは勉強、スポーツと好きなことをやり、好きな職業に就くこともさせて貰ってきた。福島へ帰り、家業を継ぐことに、どんな思いがあったのだろう。

こちう

保健師さん情報局

今回は
相馬市
保健センター
さんです！

今回は保健師さんが
取り組む保健指導等
についてご紹介
していきます。

特定保健指導を栄養・運動面から行うことで、
生活習慣の改善を図り、住民の健康維持に努めます。



資料を見せながら話す齋藤保健師（左）と佐藤保健師（右）

検査と併せて血液検査
の中で行う
ことのでき
る貧血と血
小板の検査
を平成27年
度より受診
者の自己負
担なしに受
けられるよ
うになりま

福島県医師会生活習慣病予防委員会
肝がん部会メンバーの医師が中心とな
り、相馬市肝がんスクリーニング準備
委員会を立ち上げ、住民が肝がんとな
らないように取り組みができないか検
討を重ねました。そこで、相馬市の特
定健診で行っている肝炎や肝機能の

早期発見早期治療に向けて

相馬市では1人当たりの保健師が受
け持つ住民の人数が多く、マンパワー
不足が懸念されています。そのような
中でも、充実したサービスを住民に提
供するためにできることを日々検討し
ています。今回は相馬市保健センター
で働く齋藤悦子主任保健師と佐藤宏美
主任保健師に日頃の保健指導や震災後
の新たな取り組みについて伺いました。

充実したサービスの提供を目指して

震災後の新たな取り組み

相馬市保健センターでは震災後から
特定健診と併せて新たに骨密度の検査
やロコモ対策の運動を行っています。
骨密度測定は骨の中にあるカルシウ
ム・マグネシウムなどのミネラル成分
を計測するもので、ミネラル成分が不
足すると、骨がもろくなり、骨折しや
すくなります。そのため、骨密度を測
定することは、骨粗鬆症の早期発見に
も関わってきます。

また、ロコモは、からだを動かすのに
必要な骨・関節・筋肉の衰えにより、寝
たきりになる危険性が高くなる症状を
いいます。ロコモ対策のためにも「椅子
に座りながら誰でも簡単にできるよう
な運動を集団で実施しています。血液
検査だけではわからない身体の異常や
運動機能の低下に気づいてもらうことが
健康意識の向上になると考えています。」

す。血小板は血液に含まれる細胞成
分の一種で、血管が損傷した時に傷口
をふさぐといった、止血作用がありま
す。血小板をつくるために肝臓も大切
な役割を担っています。齋藤保健師は
「特定健診は9月からの実施となるの
で受診率の向上を期待しています。ま
た、検査結果によって、精密検査の勧
奨をすることで疾病の早期発見早期治
療に繋がればよいと考えています。」
と話します。

腹ヘルス教室の実施

特定健診受診者のうち健診結果や問
診票から、特に生活習慣の改善が必要
と判断された人を対象に「腹ヘルス（減
らす）教室」と題して、特定保健指導
を栄養・運動両面から行っています。
教室の内容について伺うと「栄養士に
よる講話から栄養バランス・食生活に
ついて学び、自分の生活習慣を見直す
場を作っています。また、調理実習を
通して家庭でも取り入れられるような
料理を紹介しています。他にも、健康
運動指導士による講話に加え、メタボ
改善に有効な運動を実際に体験するこ
とで、効果を実感できるようにしてい
ます。」と齋藤保健師は話します。食
と運動は健康を維持する上で重要な位
置を占めていることは明白です。今後
もこれらの取り組みを続けることで健
康寿命の延伸や生活の質の向上に繋が
ると期待されます。

と佐藤保健師は
話します。
震災後、住民
の健康への不安
が大きくなる
中、このような
住民目線の取り
組みが、今後の
健康なまちづく
りへと繋がっていくと感じました。



▲腹ヘルス（減らす）教室の様子



▲時間を見つけては、仲間との情報交換、イベントなどの企画のためにパソコンに向かう。設楽さんの情報発信、プレゼンテーション能力は各機関からの高い評価があり、サラリーマン時代の経験が生きている。

生産者と消費者がコミュニケーションをして、
お互いが見える農業をしたいんです。
自分の育てた野菜が
おいしいって言って貰えると
励みになりますね。



前職場ANAグループの研修で講師として招かれた。

「見える化」
彼の新たな挑戦が始まる。

日本の農業は高齢化による後継者不足、TPPなどたくさんさんの問題を抱えている。そんな中で彼がまず始めたのはネギとウドの栽培である。彼のレスポンスとポテンシャルがここで生きてくる。サラリーマン時代に培った企画営業力である。美味しいネギだけでは日本全国どこにもある。ネギをどのように食べてもらうか。どのように育てられて食卓に届くのかを「見える化」することで安全でおいしいをブランドディングすることであった。ホームページ、フェイスブック、イベント、農業のインタースhipなどあらゆることを企画し参加した。その中でもネギ・ウド・キュウリは須賀川市内にあるキッチンあぐり[※]で提供されている。彼が飛び込みで営業をし、実際に試食してもらい「見える化」で成功した例である。育てるだけではなくそれを提供する飲食店と協働しながら消費者の声を聞き、現場では何が求められているのかを考えた。

お互い様

「実際考えていただけじゃダメで、何も考えずに動いてるだけでもダメです。両方とも大事だと思うんです。」
生産者、飲食店、それを食べる消費者。

自分の道を切り開く挑戦者でありたい。

に耐えこの土地を守り僕たち兄弟（三人兄弟）を育ててきました。小さい頃から分かっていたことですが、いつ実家に戻るのかは悩みました。やりたいことがたくさんあったので。」

彼はANAグループを辞めて福島に帰り一年間地元で小学校の教員をしていた。彼は、子供たちに教えながら未来の事を話すのに、自分のおかれている状況が矛盾しているのではないかと疑問を抱くようになっていった。それから、実家の農業を手伝うようになるが実際にやってみると、子供の頃に手伝いをしていたのとは訳が違った。

「朝が早く、手を抜けば抜いた分だけ跳ね返ってくる。また、天候に左右されやすく一生懸命やっても報われないこともたくさんあります。サ



親子三人でキュウリの手入れ作業の合間に。お母さんの初英さん（59歳）

愛犬のぎん

ラリーマン時代とは勝手が違いますし、自分の未熟さを痛感し、様々な葛藤もあり親と喧嘩した事もありました。」

ターニングポイント

彼が変わったのは、地元の須賀川4Hクラブ（農業成年クラブ）に参加するようになってからである。会議やイベント、会合での酒席でメンバーと熱く議論するようになってからである。



▲子供たちの農業体験教室（NPO法人OYAKODOふくしま）や高校生のインターンシップなど、農業者育成や食育にも力を入れている。

どこの誰がどのように育てたのかが見えることで、食に対し興味を持ち、自然や地域の人々の繋がりに感謝することが出来るのではないかと。お互いに必要とされ生かされていることを。

「ありがとう」と言える
日常の暮らしの大切さ

「何の仕事をしていても自分次第だと思うんです。何が大切で何がしたいのか？人に喜んで貰えるのが僕の喜びなんです。それが見える仕事が見たい。自分の道を切り開く挑戦者でありたい。」
昔とは違いインターネット、SNSなどの普及により情報交換のしやすい時代である。反面、お金を出せば色々な物が当たり前に入る無機質な時代でもある。その中で、設楽さんがこれからやろうとしている農業とは何か？食は健康に生きていく上で基本の事である。

「まず、自分の心と体が健康じゃなきゃダメだと思います。」

食えることは人の体を作ることである。福島で、生まれ育った故郷で心も体も豊かに、自然や人々にお互いに感謝する心を持って生きることの素晴らしさを伝えたいのであろう。お互いに見える「ありがとう」。そんな、食と農業のコミュニケーションを伝えていく設楽さんの未来に期待せざるを得ない。（TKAB）

▼農家ライブと題して設楽さんの生の話を聞きながら料理を堪能できる。

▼設楽さんのネギは焼くと本当に甘くておいしい。



▲キッチンあぐりでは季節限定ではあるが設楽さんのネギを存分に堪能できるとお客様からも好評である。

彼にとっては現実の自分を同年代の人に突き付けられ今までの自分の甘さに気付かされた。それからは、たくさん農家を回ったり、父親から米やキュウリの栽培方法を真剣に学んだ。

何かのせいにして言い訳するのはもうやめよう。

「地元農家の先輩たちがお酒を飲むと熱く語り始めるんです。あれやりたい、これやりたいって。設楽は何をやりたいんだって聞かれてドキッとした。少なくとも今こうして自分があるのは先祖だったり、両親が毎日一生懸命、泥だらけになって働き、僕たちを育ててきたからです。最低限のことを自分で一からまずはやってみよう、挑戦してみようと思いました。」

ここから彼の今までのキャリアが生き始める。



▲父親の幸一さん（61歳）は親子で農業が出来ることを心から喜んでいる。



▲ウドは繊細な植物なので、毎日のきめ細やかな管理が欠かせない。

※「須賀川Kitchenあぐり」
福島県須賀川市中町66 フカヤビル2F
TEL 0248-94-2454

今回福らいいで登場した設楽さんの動画が公開されています。農業や食に対しての熱い思いや美しい風景が見れます。どうぞご覧ください。

食大学

食文化研究 食文化 食文化とは 食文化とは

食文化とは 食文化とは 食文化とは 食文化とは

食文化とは 食文化とは 食文化とは 食文化とは

食文化とは 食文化とは 食文化とは 食文化とは

食文化とは 食文化とは 食文化とは 食文化とは

食文化とは 食文化とは 食文化とは 食文化とは

食文化とは 食文化とは 食文化とは 食文化とは

食文化とは 食文化とは 食文化とは 食文化とは

食文化とは 食文化とは 食文化とは 食文化とは

食文化とは 食文化とは 食文化とは 食文化とは

チンジャオ
ロースー



チンジャオロースー

フライパンにごま油を追加し、①の肉を入れてほぐしながら炒め、火がとおったら⑤の野菜を戻し、温かい④のスープを加えて手早く混ぜ、ひと煮立ちしたら火を止め、③の水溶き片栗粉を加えて手早く混ぜる。再び火をつけ、トロミがでたらでき上がり。

ふくしまの国保 14

Dr. 王の健康メ

現代にも通用する 韓非子

はじめに

ここに掲載する内容は『韓非子』よりほんの一部を抜粋したものである。現代人が生活する上で、又「医療に従事する人たち」にとり非常に大切な基本的な事項と思われる心構えと、病める人々に対する考え方に、つき記載する。

内容

(一) わたしは意見を發表すること自体をはばかるわけではありません。意見を言うことをはばかるわけは、こういうことからです。ことが相手の心に逆わず滑らかで、よどみなくのびのびと続くようであれば、君主には華やかだが実がないと思われまゝです。ていねいで慎重、骨太でがっしりしているようであれば、君主には不器用できま

りがないと思われまゝです。豊富な話題をもちだし、例を引きたとえを挙げて説けば、君主には空虚で役立たずのものとと思われまゝです。大綱をまとめ要点を説き、簡潔で飾り気がないようであれば、君主にはことばがとげとげしくて口下手と思われまゝです。ものごとに立ち入りすぎて、ひとの内情を探っているようであれば、君主には人をそしって自分を売ろうとするものと思われまゝです。言うことが宏大でまるで計り知れないようであれば、君主には誇大で無用のものと思われまゝです。小さな利益までこまごま並べたて、具体的にこうこうですというようであれば、君主には心卑しいものと思われまゝです。言うことが世俗的で、しかも言葉遣いは鄭重というようであれば、君主には世慣れたおべっか者と思われまゝです。言うことが浮世離れしていて、常識外のことをうるさく

述べ立てるようであれば、君主にはでたらめでいい加減なものと思われまゝです。敏捷で口も上手、しかも文飾が多いようであれば、君主には軽薄で実のないものと思われまゝです。学問を否定し生地のみで話すようであれば、君主には野鄙なものと思われまゝです。ときどき『詩経』や『書経』をもちだし、過去を手本にするようであれば、君主には昔のことの丸暗記に過ぎぬものと思われまゝです。これらのことが、わたくしが意見を述べるのをはばかり、思い悩んでいる理由なのであります。

ことをとやかくいえば、君主はその人が彼らを後楯にしようとしているのだと考えるであろうし、君主の増悪している者のことをとやかくいえば、君主はその人が自分の感情の動きをためしているのだと考えるであろう。君主に説く人が、自説を省略して話をする、知恵がないと思われて相談相手からはずされるし、処世上のこまごました事柄についてまでまくしたてると、たんなる物知りにすぎないと思われて軽くあしらわれる。事柄を省略して大意だけを述べれば、臆病で君主の前ではいいたいこともいえないといわれるし、あれこれとひろく考えて大きな話をもちこめば、教養がなく傲慢だといわれる。これが君主を説得することのむずかしさであって、わきまえておかなければならぬことである。

(二) 医師の扁鵲は、蔡の桓侯に拝謁した。しばらくして扁鵲は、「わが君には毛孔のところに病根がございます。治療いたしませぬと取り返しのかぬことになりましょう」といった。桓侯は、「わしは病気ではない」といい、扁鵲は退出した。桓侯はいつた、「医者」というのは金儲けが好きだ。わしが病気でもないのに治療して手柄顔しようというのじゃ」。

十日ほど経って、扁鵲はまた拝謁し、「わが君の病根はもう皮膚にまで達しております。治療をいたしませぬといつそうひどくなりましょう」といっ

た。桓侯は、黙ったままで答えなかった。扁鵲は退出した。桓侯は、こんども不機嫌であった。さらに十日ほどしてから、扁鵲はまた拝謁していった、「わが君の病根は、もはや腸や胃を冒しております。治療いたしませぬといつそうひどくなりましょう」。桓侯は、まともな返事をしない。扁鵲は退出した。桓侯は、またまた不機嫌になった。それからさらに十日ほどして、扁鵲は桓侯をちらりと見かけると大急ぎで退出した。桓侯は、わざわざ人をやってそのわけをたずねさせた。扁鵲はこたえた、「病根が毛孔にあるうち

は、罽法でなおりますことができます。皮膚の場合には、鍼でなおりますことができます。腸や胃の場合には、煎薬でなおりますことができます。しかし、骨髓にまで病根が達してしまつたのでは、もはや運命の神の手にまかせせるよりほかはなく、手の施しようがありません。いま、わが君の病根は骨髓に達しております。わたくしは、そこで何も申しあげず退出したのでございます」。五日ほどすると、桓侯は身体が痛みだしたので、人をやって扁鵲をさがさせたが、扁鵲はすでに秦の国へ逃れ去っていた。桓侯はこうして死んだ。このように、良医が治療をする場合には、病根が毛孔のところにあるうちになおしてしまふのである。これは、すべて小さなうちに正しく処置することである。そもそも、ものごとの災難や幸福にも、やはりこうした毛孔ほどの初発の場所というものがあるものである。そこで、老子も「聖人は、大事にならぬうちに早く事进行处理する」というのである。

まとめ

ここに述べた内容の前半は人間の心理的な面を記載したものであり、後半は病気の初期の段階で治療すべきことを主張している。現代にも充分に通用するものである。(ここに述べてある病態の経過は不明である。)



Doctor's Profile

天野 孝八

Kouhachi Amano

福島県国保診療報酬
審査委員会委員

注一 韓非(子) 法家の代表的人物。

紀元前二百八十年〜紀元前二百三十三年

注二 扁鵲 中国戦国時代の名医。

魏の太子の急病を救ったという。

注三 「韓非子」町田三郎訳より抜粋。

『韓非子』は、韓王を弁護するための文章とされているが、現代では君主を一般民衆(主権在民なる故)・リーダーと置き換えることにより充分に理解可能である。

約二千三百年前に以上のような内容が見られることは驚愕を覚える。

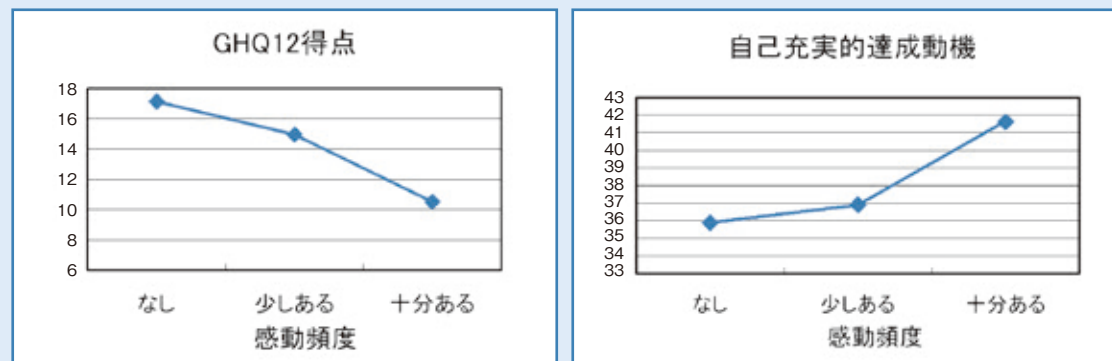
日常生活をする上で参考の一部になれば幸いである。



こころの耳
働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト
心の健康確保と自殺や過労死などの予防
【厚生労働省】

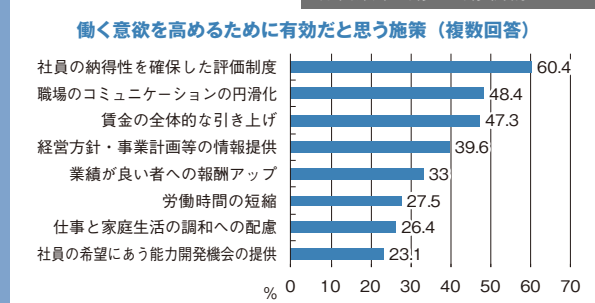
「感動体験の頻度とメンタルヘルス」

この図は、以前筆者のゼミ生が「感動体験」の頻度との関係を調べた結果です。GHQとは精神的健康の悪さを示しています。もうひとつはモチベーション（やる気）との関係を見たものです。皆さんは最近何かに感動した経験はありますか？ささいな小さなことでも大切です。（グラフの数字は各尺度の得点です）



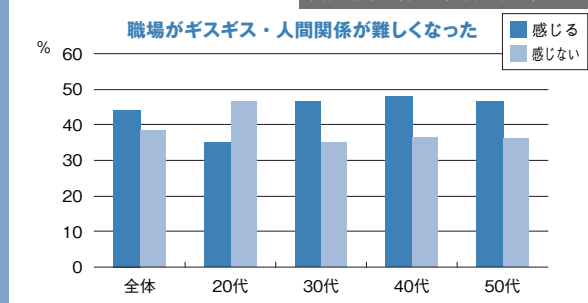
生き生きした職場をつくるためには、働く意欲は大切ですね。参考になる要因はあるでしょうか。

労働政策研修・研修機構2008



職場の人間関係が難しくなったという状況はかなり以前から見られます。

内閣府経済社会総合研究所 H16



自己中心的な態度に陥ってしまいかねません。余談ですが、「こころの専門家」と言われる人に案外多いようです。あつ！自分かもしれないね。注意します。

3 感情的になることの大切さ

衝動的ということとは違います。時と場合によりますが、豊かな感情は良いサービスの基本です。コントロールできるかどうかは鍵です。日々の忙しさのなかで、それをどう味わうか、そんな時間を大切にしたいものです。つまり少なくとも笑顔で対応し、うれしくても顔に出せなかったり、といった自分の感情を押し殺しているのはつらいことです。お客さんに合わせているのは、どこか無理して働くことで感情労働（emotional labor）とも言われます（Hochschild, 1983）。無理な要求のもとで責任を果たすことが求められています。いつしか疲れとともにセンサーとしての感情まで麻痺してしまいます。対応も機械的でパターン化してしまいますね。「おもてなし」などと改めて言われると押し付けがましく感情はこもっていないのではないのでしょうか。

感情は伝染します。職場や家庭などで、どのような感情が生まれ伝わっているのでしょうか。過剰に感情を抑えていなければいけない職場ほど過



福島大学 キャリア研究部門 教授

五十嵐 敦

Atsushi Igarashi

1957年生まれ
独立行政法人労働者健康福祉機構
福島産業保健総合支援センター相談員
専門領域：職業心理学、キャリア発達心理学
その他、文部科学省就職問題懇談会、厚生労働省職業訓練構想研究会などの委員。

最近の研究テーマ：「過重労働とメンタルヘルス」「交代制勤務と日中の眠気」「職場の人材育成とキャリア形成」など。

今年度のテーマは「働く人の心の健康」です

当たり前ですが、健康の維持増進はご本人だけでなく家族にとっても職場にとっても、そして地域にとって最も重要な課題です。しかし、本人だけが頑張っても効果はありません。それぞれの立場や役割がうまく機能することが必要です。そこで今度のシリーズでは職場を中心に上げてみます。なお、働く場は雇用によるものだけでなく家事も大切な“働く場”ですね。

第5回 「働く場と健康について」



1 最近の職場

1990年代以降わが国の産業構造は大きく変化し、サービス業が6割以上を占めるようになりました。なかでもヒューマンサービス職ではメンタルヘルスの問題が増大しました。ヒューマンサービスというと、「おもてなし」が思い浮かびます。それがストレスとなっていると歪んだサービスになりそうですね。お客さまの満足だけを考えるのはバランスがとれません。それもうり取りを欠いた押しつけサービスにもなりかねません。

しかし、もともと働くことはヒューマンサービスだったのでないでしょうか。たとえそれが、自分が食べるためではあっても、それは自分へのサービスであり、そのことが他の人との役割分担のひとつとなって助け合いになります。人と人がつながることで働く喜びが得られたのです。それなのになぜヒューマンサービス職を中心に健康の問題が多くなっているのでしょうか。

2 働くことは人とつながること

ひとりですべての仕事をこなすことは、とても疲れますし無理が多いです。そこで他の人たちと協力しあい分担しあい少しでも良い仕事を効率よく進めるようになりました。そこでは、いろいろな人がいるわけですから作業のス

ピードも取り組む態度も異なります。この違いが、さまざまなズレを生んでイライラしたりガツカリしたりという感情を生んでいます。せっかくなので料理が、ほかの人に拒否されたらガツカリします。腹も立ちます。人とつながるというのは、相手に合わせその期待に応えなければいけないという大きなストレスなのです。

でも、その一方で喜ばれたり認められたりするのも人とのつながりがあるからこそですね。それは働くことを楽しくさせ、疲れを忘れさせる面もあります。一緒に悲しめば少しは楽になるかもしれませんし、ともに笑ってくれる人がいたら幸せな気分になれるかもしれませんね。それをほかの人に求めてばかりいませんか。期待して待つことも素晴らしいことです。期待を裏切られることも多いものです。だったら自分がまず、ほかの人の悲しみや喜びに同調してみるのはいかがでしょうか。こうした同調行動は、相手との親密感を高める効果もあるようです。一緒に働く人、生活する人にとってちょっとした工夫です。

それに、こうしたちょっとしたやり取りがあれば、何か問題があった時も声をかけたがり高い緊張をほぐしたり、ミスや事故も防いでいることがあるのです。挨拶しても返せない偉そうな人、返事もできない忙しそうなお人、そういう人は自分の狭い限られた関係の中で

「豊かな感情」の生活づくりのためのヒント

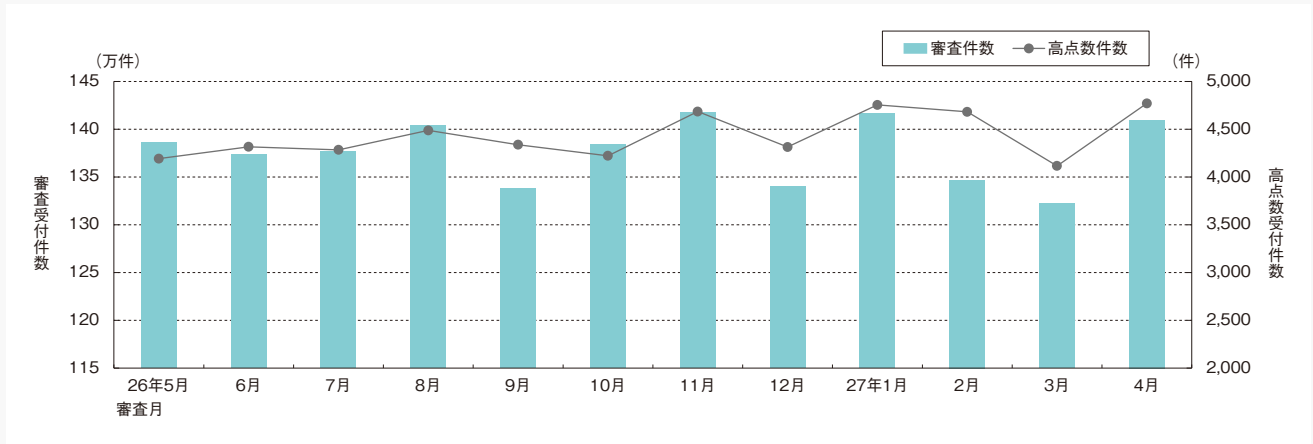
まずは、活動の記録から始めてみてはいかがでしょうか。その記録をもとに行動の計画をたててみてください。

1. 達成感・気持ちよさが高い時間に着目してください
2. それは「いつ」ですか
3. 「どのような活動」をしている時ですか
4. それは増やせそうですか
では、やってみましょう…



国保・後期高齢者分レセプト審査状況

4月審査分の高点数件数は直近の1年で最高件数



審査月	26年5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	27年1月	2月	3月	4月
審査受付件数	1,386,031	1,373,676	1,376,869	1,403,464	1,337,698	1,384,124	1,417,624	1,340,074	1,416,746	1,346,954	1,322,256	1,409,667
高点数件数	4,192	4,316	4,284	4,488	4,338	4,222	4,685	4,314	4,754	4,682	4,116	4,770
特別審査分件数	21	36	17	28	21	17	26	23	25	17	25	26

*1 審査受付件数は、国保・退職・後期分の医科・歯科・調剤レセプトを対象。
*2 特別審査分：40万点以上のレセプト（歯科分のレセプトは20万点以上）。
*3 高点数：8万点以上40万点未満のレセプト。
*4 *2～3共に返戻分・調剤分のレセプトを除く。
*5 東日本大震災による概算請求分等は含まない。

最高点数レセプト 3月審査分の後期医科は90万点を超える

○平成27年2月審査分（1月診療分）

(1) 国 保

	請求点数	入外	日数	性別	年代	傷 病 名
医 科	816,793	入	25	男	70代	胸部大動脈瘤
歯 科	162,959	入	4	男	50代	舌癌

(2) 後期高齢者医療

	請求点数	入外	日数	性別	年代	傷 病 名
医 科	854,668	入	22	女	70代	腹部大動脈瘤
歯 科	127,188	入	26	女	80代	習慣性顎関節症脱臼

○平成27年3月審査分（2月診療分）

(1) 国 保

	請求点数	入外	日数	性別	年代	傷 病 名
医 科	829,841	入	28	女	60代	脊柱後側弯症
歯 科	143,012	入	28	男	60代	口腔底癌

(2) 後期高齢者医療

	請求点数	入外	日数	性別	年代	傷 病 名
医 科	942,262	入	10	女	90代	うっ血性心不全
歯 科	128,792	入	28	女	80代	下顎歯肉癌

○平成27年4月審査分（3月診療分）

(1) 国 保

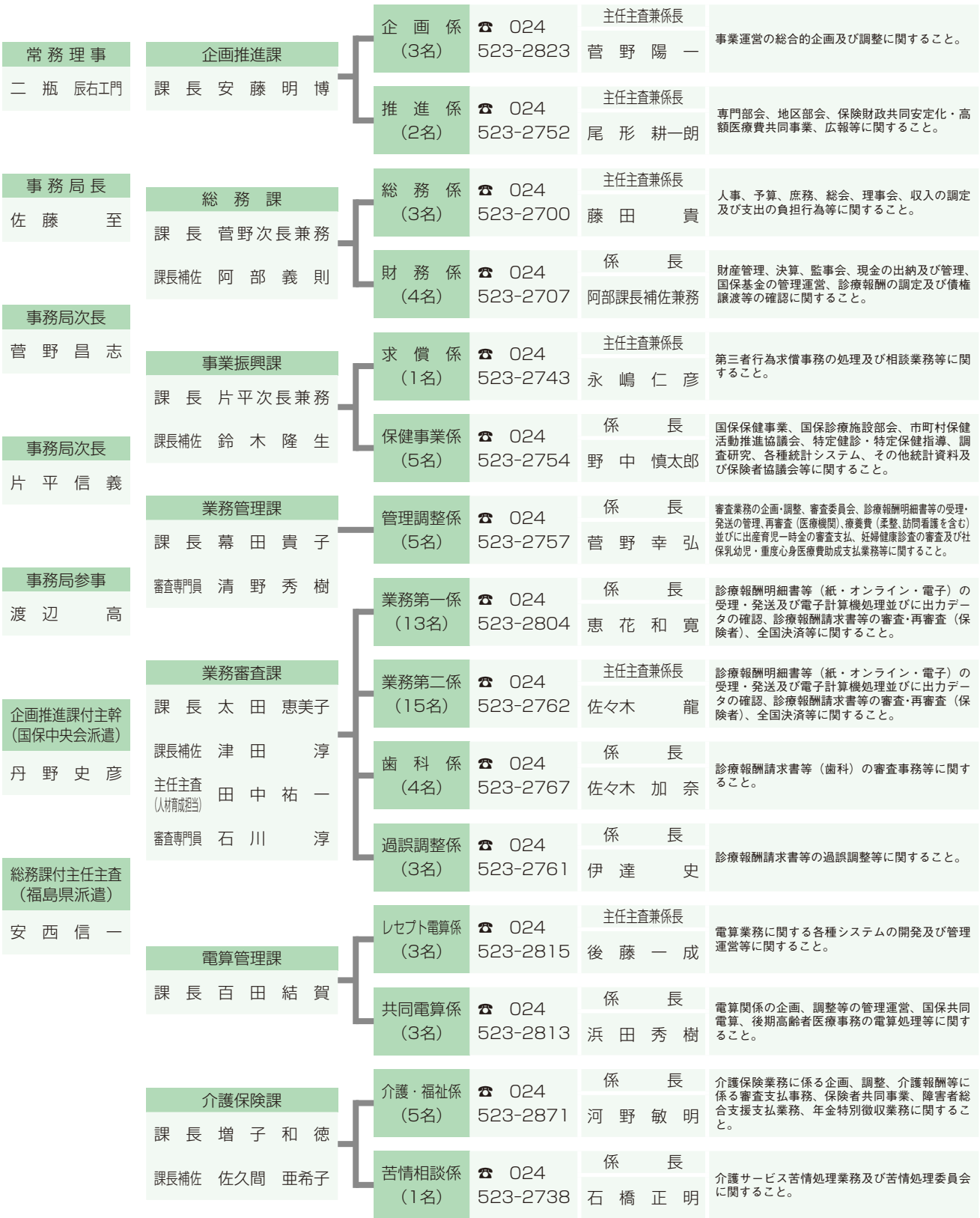
	請求点数	入外	日数	性別	年代	傷 病 名
医 科	877,005	入	19	女	70代	胸腰椎側弯症
歯 科	135,312	入	16	男	70代	舌小帯・口底部・上顎犬歯部悪性腫瘍

(2) 後期高齢者医療

	請求点数	入外	日数	性別	年代	傷 病 名
医 科	856,578	入	27	女	70代	胸腰椎側弯症
歯 科	122,041	入	31	女	70代	上顎歯肉癌

福島県国民健康保険団体連合会

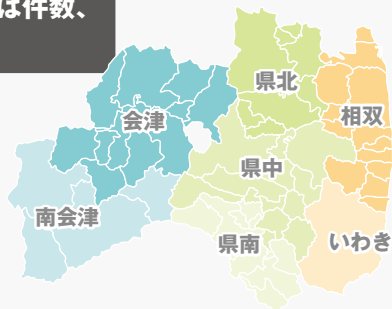
事務局組織



（平成27年4月1日）

■ 地域別の医療費の動き

南会津地区の一般／退職対前年比は件数、費用額ともに約5ポイントの減少



平成27年4月審査分

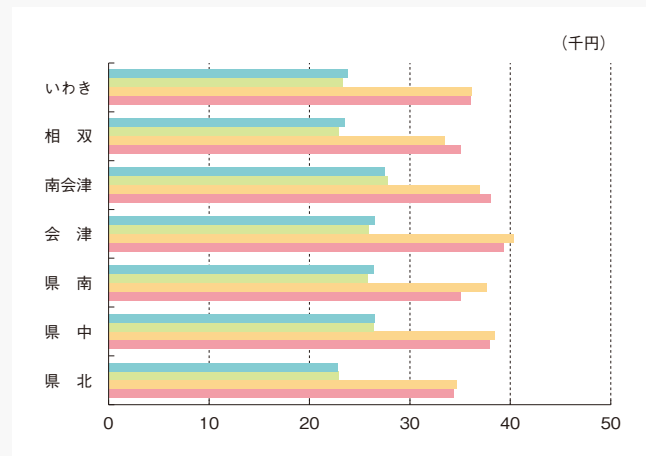
ここでは、59市町村を県北、県中、県南、会津、南会津、相双、いわきの7地区に分けて医療の動向をお知らせします。

① 件数・費用額（医科、歯科、食事・生活療養、調剤、訪看）

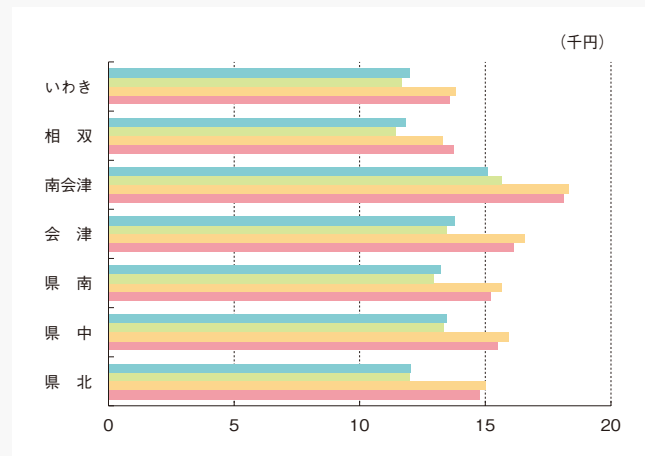
	一 般 〃 退 職				後 期 高 齢 者			
	件 数	対前年比	費 用 額	対前年比	件 数	対前年比	費 用 額	対前年比
県 北	167,576	98.81%	3,290,263,826	98.99%	176,370	101.56%	5,007,563,194	102.55%
県 中	172,251	100.21%	3,863,794,926	99.93%	157,876	102.18%	4,953,682,264	102.32%
県 南	42,843	99.11%	1,007,884,580	101.28%	40,761	101.23%	1,343,248,638	107.58%
会 津	87,723	96.20%	1,931,849,080	98.63%	98,994	98.90%	3,205,714,680	101.35%
南 会 津	9,909	94.82%	243,462,212	95.55%	12,848	101.59%	410,916,688	98.51%
相 双	96,957	102.67%	1,981,518,696	104.37%	71,462	103.35%	2,017,405,770	98.80%
い わ き	128,334	98.22%	2,558,846,116	100.89%	128,579	101.26%	3,730,693,268	101.71%

② 諸率（医科、歯科）

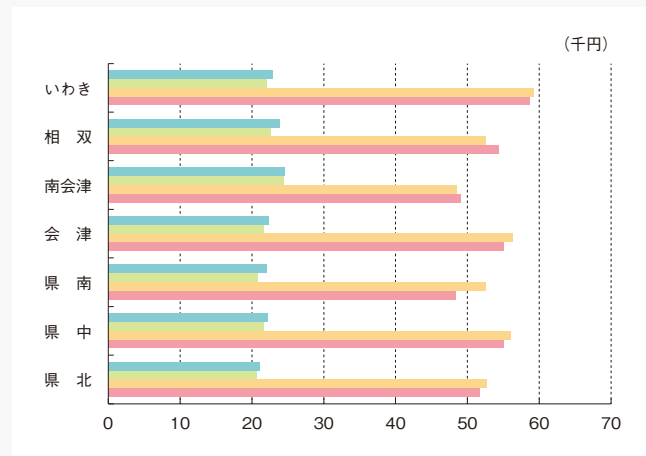
◆1件当たり費用額



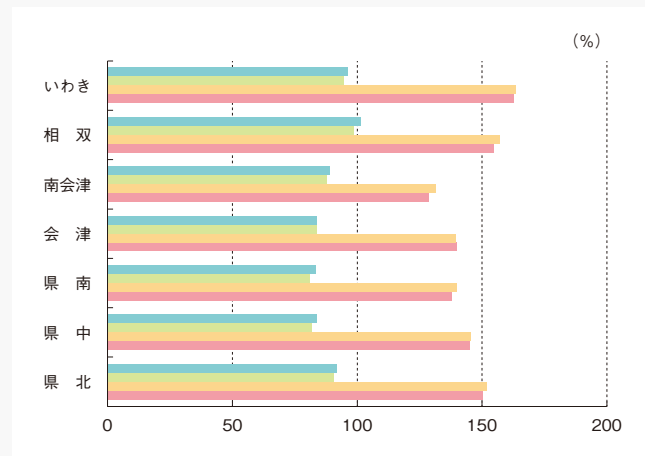
◆1日当たり費用額



◆1人当たり費用額



◆受診率



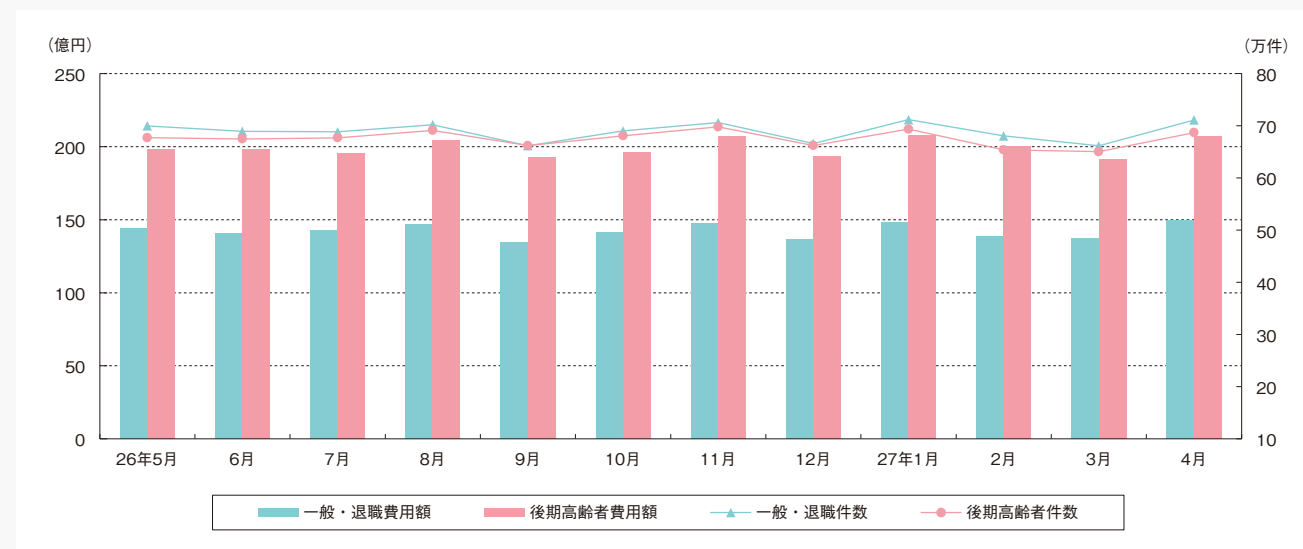
■【一般/退職】27年4月審査分 ■【一般/退職】26年4月審査分 ■【後期】27年4月審査分 ■【後期】26年4月審査分

※①②共に本会の審査支払確定値より算出し、東日本大震災による概算請求分等は含まない。

■ 国保・退職・後期高齢者医療の動き

後期高齢者数は1年間で約1200人の増加

■件数・費用額の動き（医科、歯科、食事・生活療養、調剤、訪看を対象。国保は県内61保険者の計。）

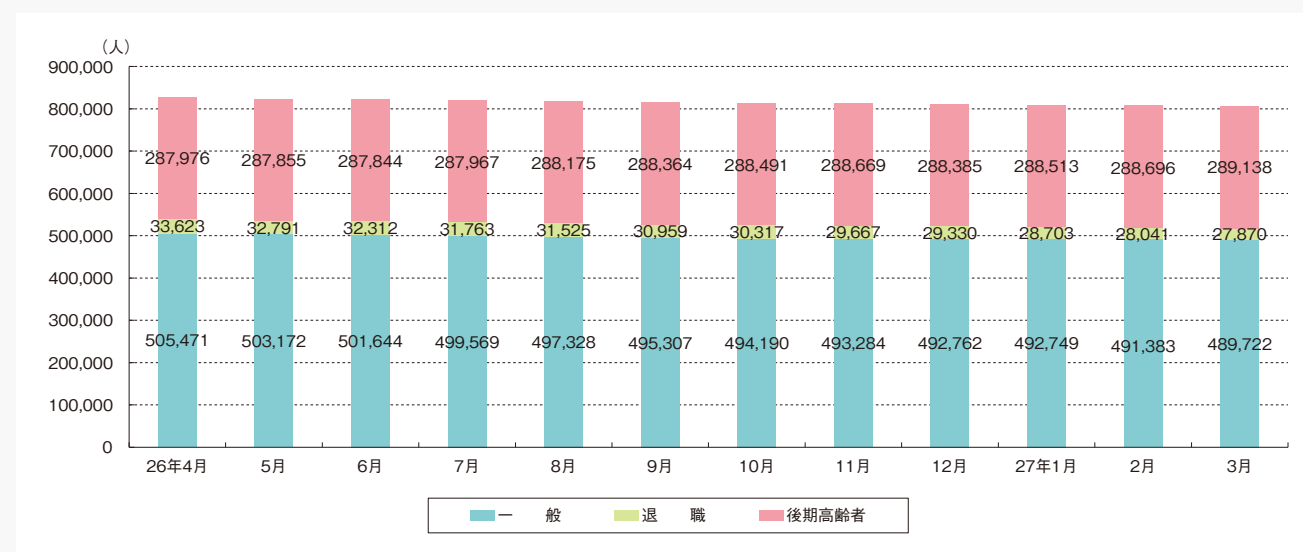


(件)													
件 数	審査月	26年5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	27年1月	2月	3月	4月
	一般退職	699,815	689,316	688,457	702,015	661,866	690,209	706,056	666,231	711,802	680,673	661,700	711,180
	後 期	677,135	674,905	677,060	691,212	662,143	680,863	697,998	662,218	693,705	653,762	650,273	686,890
	計	1,376,950	1,364,221	1,365,517	1,393,227	1,324,009	1,371,072	1,404,054	1,328,449	1,405,507	1,334,435	1,311,973	1,398,070

(千円)													
費用額	審査月	26年5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	27年1月	2月	3月	4月
	一般退職	14,371,872	14,055,464	14,255,655	14,709,353	13,478,202	14,146,173	14,760,746	13,671,298	14,821,422	13,834,159	13,741,395	14,962,978
	後 期	19,841,345	19,792,909	19,554,073	20,440,350	19,271,363	19,590,885	20,719,398	19,337,744	20,795,268	20,006,996	19,147,097	20,669,225
	計	34,213,217	33,848,373	33,809,728	35,149,703	32,749,564	33,737,058	35,480,144	33,009,043	35,616,690	33,841,156	32,888,492	35,632,202

*本会の審査支払確定値より算出。

■被保険者の動き（県内61保険者の計）



※被保険者数は、福島県の「毎月事業状況報告書（月報）」による。

介護 ～ 一人当たり費用額

一人当たり居宅サービス費用額は
前号と比べて2,113円増

27年4月審査分

(円)

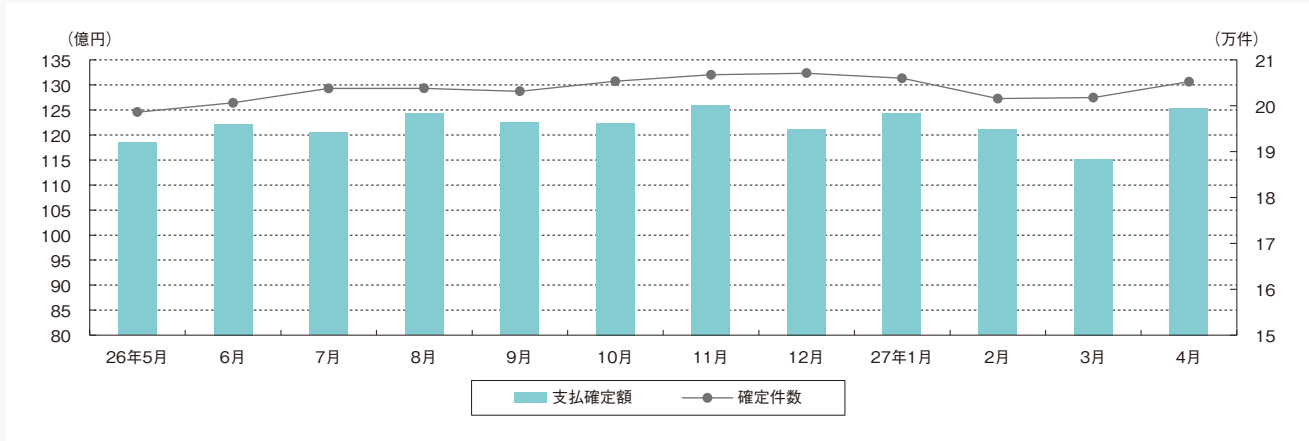
	保険者名	一人当たり 平均費用額	一人当たり 居宅サービス費用額	一人当たり 地域サービス費用額	一人当たり 施設サービス費用額
1	福島市	152,096	106,722	220,922	332,529
2	檜枝岐村	154,687	45,065	183,663	308,928
3	会津若松市	155,047	108,349	180,640	337,067
4	いわき市	155,311	107,744	255,309	330,042
5	郡山市	156,782	106,337	233,417	341,052
6	伊達市	158,513	104,671	168,910	341,212
7	国見町	158,873	111,982	114,498	343,824
8	玉川村	161,375	95,678	212,550	339,054
9	田村市	163,095	100,576	248,839	335,441
10	北塩原村	163,634	89,352	273,997	320,743
11	塙町	164,214	95,564	93,290	320,081
12	小野町	164,348	105,188	248,980	336,634
13	石川町	165,332	105,926	280,689	322,180
14	矢祭町	166,066	92,721	256,908	288,122
15	双葉町	166,357	120,549	255,107	348,056
16	須賀川市	166,395	110,815	239,004	333,181
17	柳津町	166,672	89,333	279,570	329,800
18	西郷村	166,987	108,425	199,199	317,363
19	棚倉町	167,706	103,853	192,844	299,111
20	三春町	168,041	109,595	318,036	333,921
21	浪江町	168,332	114,035	228,366	349,244
22	南会津町	168,832	95,839	185,232	329,672
23	只見町	169,696	98,477	205,843	328,666
24	猪苗代町	170,008	91,446	236,196	340,179
25	磐梯町	170,341	103,480	204,617	306,372
26	広野町	171,265	109,558	290,828	338,417
27	会津坂下町	172,362	113,563	254,719	316,205
28	南相馬市	172,522	116,161	263,514	322,735
29	昭和村	172,791	101,884	0	355,431
30	富岡町	173,313	124,391	277,494	353,238
31	白河市	173,419	109,277	244,650	315,884
32	喜多方市	173,434	96,842	251,597	333,697
33	川俣町	174,022	118,136	232,686	346,750
34	下郷町	174,499	107,928	280,345	333,789
35	西会津町	175,736	116,328	240,925	321,056
36	矢吹町	176,738	113,665	285,675	315,494
37	鏡石町	176,850	112,033	268,481	324,538
38	平田村	177,259	108,525	304,224	339,675
39	二本松市	177,608	109,841	196,616	327,814
40	大熊町	177,974	128,554	249,504	353,461
41	本宮市	179,332	112,610	230,963	322,912
42	会津美里町	179,657	122,572	332,122	322,666
43	飯舘村	179,748	96,002	235,151	356,125
44	浅川町	180,549	112,002	268,605	322,869
45	相馬市	182,352	123,307	211,700	333,081
46	桑折町	183,260	126,326	223,745	341,574
47	中島村	183,576	112,218	292,232	321,531
48	葛尾村	187,176	121,103	270,692	347,630
49	大玉村	188,094	113,007	224,954	314,510
50	古殿町	188,866	107,903	341,200	340,661
51	檜葉町	189,244	118,101	275,177	332,708
52	金山町	189,798	119,112	260,552	311,631
53	新地町	190,756	115,771	337,051	359,548
54	川内村	193,058	116,036	339,684	328,528
55	湯川村	197,412	110,335	363,374	345,705
56	天栄村	198,783	117,233	293,775	341,638
57	鮫川村	206,683	97,586	357,550	340,949
58	泉崎村	214,817	123,561	300,025	376,689
59	三島町	221,034	131,331	0	331,706
	平均	175,300	108,551	242,651	332,260

※「保険者別 国保連合会業務統計表（確定給付統計）」より算出し、東日本大震災による概算払分等は含まない。
※一人当たり平均費用額の低い順に掲載。
※サービス受給者一人当たりで算出。

介護の動き

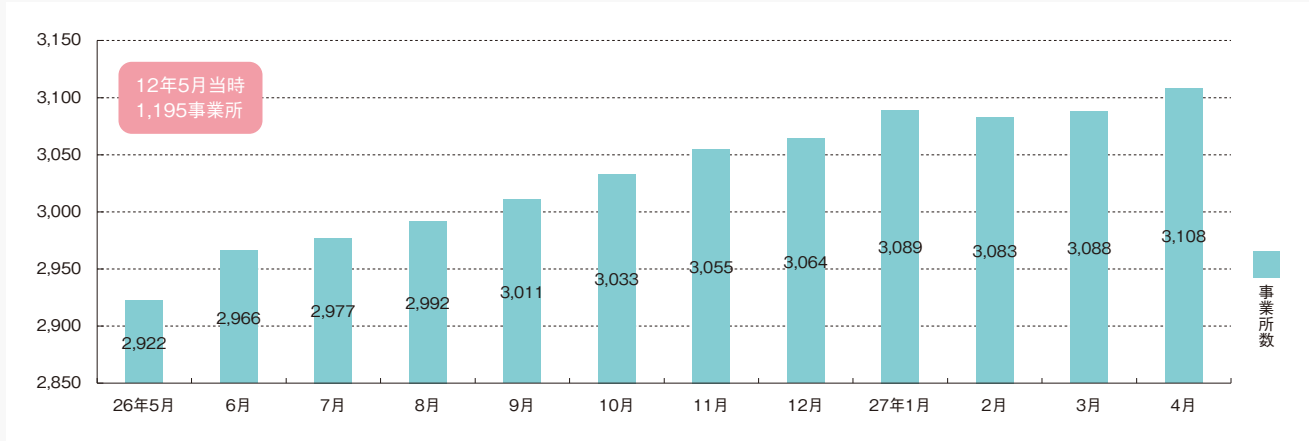
2月の事業所数は直近の1年で初めての減少

① 介護給付費支払状況

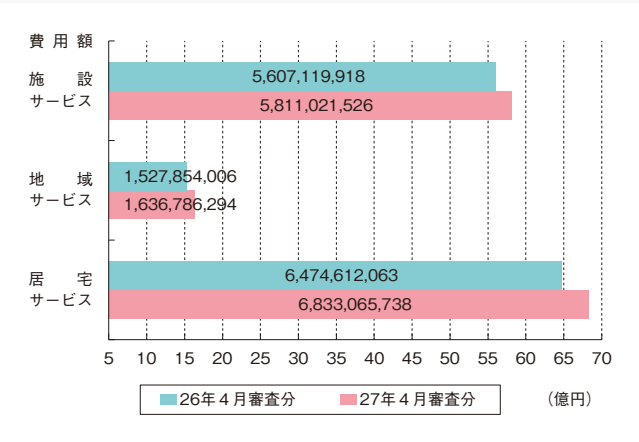
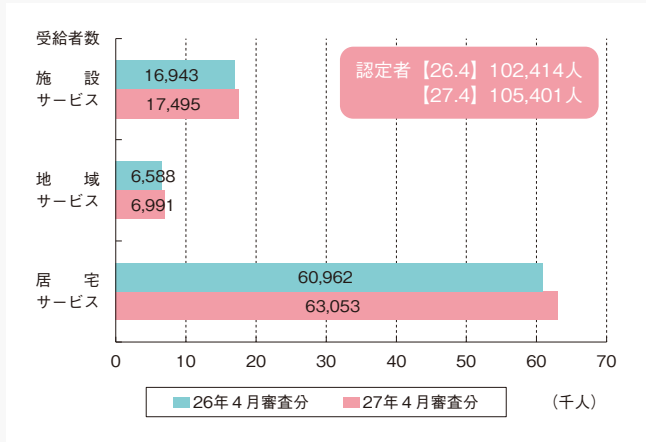


審査月	12年5月	26年5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	27年1月	2月	3月	4月
受付件数	63,219	206,458	204,811	207,698	207,627	208,699	208,509	210,657	210,652	210,515	205,204	204,895	209,079
確定件数	60,069	198,612	200,637	203,787	203,803	203,172	205,354	206,746	207,093	205,999	201,573	201,778	205,250
支払確定額	3,837,411	11,853,362	12,216,958	12,044,850	12,429,986	12,250,724	12,236,652	12,601,351	12,117,410	12,426,694	12,108,091	11,520,232	12,541,403

② 事業所数



③ サービス別 受給者数・費用額（27年4月審査分 対前年同月比）



※①、②は「国保連合会業務統計表」より算出。
※③は「保険者別 国保連合会業務統計表（確定給付統計）」より算出。

4
April

●平成27年度東北地方国保協議会定期総会（青森市）…10日

9
●月

●平成27年度法改正にともなう保険財政共同安定化事業・高額医療費共同事業にかかる事務担当者説明会（杉妻会館）…1

13
●月

●再審査部会（本会大会議室）

16
●木

●審査委員会（本会大会議室）…20日
●歯科部会（本会役員室）

17
●金

●介護給付費審査委員会（医療部会）（本会2階小会議室）

22
●水

●第三者行為求償事務相談業務（本会役員室）

5
May

●全国国保連合会常勤役員会議（奈良市）…8日

7
●木

●国保市部会（本会役員室）…2
県内13市から構成される国保市部会が開催され、各市から国保事業の状況、課題等の説明があった。
また、各市からの提出議題に対し、意見の交換を行った。

13
●水

●再審査部会（本会大会議室）

14
●木

●保険者協議会総会（本会役員室）…3

15
●金

●在宅保健師の会「絆」役員会（本会役員室）…4
平成27年度在宅保健師の会「絆」の事業計画・活動方針について協議した。

19
●火

21
●木

●審査委員会（本会大会議室）…24日
●歯科部会（本会役員室）

22
●金

●国保県南地区部会総会（西郷村）
企画調整部会（本会役員室）…5

25
●月

●第三者行為求償事務相談業務（本会役員室）

26
●火

●保険者協議会総会（本会役員室）…6

27
●水

●国保主管課長部会（杉妻会館）…7
●国保県北地区部会総会（福島市）

6
June

2
●火

●全国国保連合会常勤役員・事務局長合同会議（東京都）

3
●水

●国民健康保険・高齢者医療担当新任職員研修会（杉妻会館）…8

5
●金

●国保県中地区部会総会（郡山市）

11
●木

●再審査部会（本会大会議室）

18
●木

●審査委員会（本会大会議室）…21日
●歯科部会（本会役員室）

23
●火

●国保料（税）収納率向上対策研修会（初級者向け）（杉妻会館）
介護給付費審査委員会（医療部会）（本会1階審査会室）

25
●木

●国保総合システム操作研修会（本会大会議室）…26日

29
●月

●国保総合システム操作研修会（本会大会議室）…30日
●第三者行為求償事務相談業務（本会役員室）



内堀知事への訪問



平成27年4月に福島県国民健康保険団体連合会長に就任しました古川道郎会長（川俣町長）が平成27年4月15日(水)に県庁を訪れ内堀知事を訪問しました。

そのなかで古川会長は、今通常国会で審議されている国民健康保険の安定化を中心とした医療保険制度改革の法律案が成立（※）すれば、平成30年度から都道府県が財政運営の主体となり、市町村とともに国保事業を運営することになることを伝え、国保連合会としては、本法案の改革の趣旨に則り、保険者及び被保険者の立場に立って円滑な移行が図られるよう全職員一丸となって取り組んでいくことを伝えました。

また、福島県が全国に誇れる健康長寿県となるため、国保連合会が保険者から預かる保健・医療・福祉の各種データを分析・研究し、地域づくりに貢献できるように努めていくことを伝えてきました。

※ 法案は平成27年5月27日(水)に成立後、29日に公布・施行しております。

編集後記

広報誌を担当して二年目になりました。一年間右も左も分からず只々ひたすらに追われる毎日でした。何とか取材の段取りなど出来るようにはなったのですが、取材先で知らないことが多く勉強させられる事が多いです。特に地域包括ケアに関しては現場サイドの生の声を聞く度に、医療制度・介護制度の理解力のなさに反省しきりでした。今回からもっと踏み込んだ内容にしようと広告代理店さんの協力とアドバイスを頂きながら新企画「福らいふ」も掲載しました。広報誌の基本コンセプトである「過去から未来へ、次世代に繋ぐ」をテーマにした内容で国保制度の主役である被保険者の生の声や地域に根ざした人々の繋がりがや暮らしの大切さを伝える番組です。国保制度はお互いが助け合い成り立っている互助制度です。日常の暮らしの喜び、家族や地域の人々の繋がりは国保制度の原点だと思います。安心して暮らせる毎日が、いかに大切か。この先の未来にも、この幸せの価値や風景を伝えていきたい。そんな思いで制作しています。より良く、より伝わるようにこれからも頑張ります。（若）

連合会行事予定

9 September	8 August	7 July
18 金	22 水	3 金
● 国保診療施設協議会連絡会議（青森県）	● 総会（ホテル福島グリーンパレス）	● 障害者総合支援担当者説明会（杉妻会館）
下旬	16 木	8 水
● 市町村介護保険担当者説明会（福島市）	● 東北地方国保運営協議会代表者連絡協議会（青森県） ～17日	● 理事会（役員室）
下旬	9 木	
● 保険料（税）適正算定マニュアル研修会（国保会館）	● ジェネリック医薬品セミナー（会津若松市）	
28 金		
● 全国市町村国保主管課長研究協議会（東京都）		
27 木		
● 第32回健康なまちづくりシンポジウム（東京都）		
1 土		
● 国保地域医療学会（ホテル福島グリーンパレス）		

保健師劇団を活用ください

ふくしまけんざいたく ほけん し かい きずな
福島県在宅保健師の会「絆」では、生活習慣病予防のための「健康劇」と「講話」をセットとして要請があれば出向いております。

今のところ「高血圧症」・「もう受けた？特定健診」をテーマに公演しております。住民の皆様へのポピュレーションアプローチや各種会合（保健協力員さん等研修会）の前座などに活用ください。時間は、15～20分程度です。

申し込み・問い合わせは下記担当へお電話で。（国保連合会 事業振興課 保健事業係）



費用は
掛かりません。
お気軽に
ご相談を！

お問い合わせ

福島県国民健康保険団体連合会
〒960-8043
福島市中町3番7号 国保会館
事業振興課 保健事業係
TEL 024-523-2754
FAX 024-523-2704
e-mail: jigyou@fukushima-kokuho.jp

表紙Photo：土合館公園（福島市松川町）



「雨音」

霧煙る
紫陽花の
聞こえてくる
微かな雨の
ささやく声

L i f e
i s
R o a d

連合会HP



広報誌バックナンバー



E-mailアドレス



福島県国民健康保険団体連合会

「ふくしまの国保」では皆様のご意見、ご感想をメールで募集しております。今後の紙面づくりに生かして参りますのでご協力、よろしくお願いします。

E-mail：kikaku@fukushima-kokuho.jp（企画推進課）

※QRコードを読み取り、表示されたURLからメールが作成できます