

ふくしまの国保

[シリーズ企画 健康長寿を目指して]

福島県一認知症にやさしい町へ
認知症サポート会議

[市町村紀行]

西会津町

2

2016年9月
第65巻2号



住民への想いが
結成の原動力に

会津美里町は、平成17年10月にかつての会津高田町、会津本郷町、新鶴村が合併して生まれた町です。平成28年6月現在の高齢化率は34.57%で、福島県内平均よりも5%ほど高く、健康長寿をいかに推進するかが課題となつていきます。平成18年には介護保険法の改正により、地域における総合的な相談窓口として「地域包括支援センター」を設置。設立当初は町の直営となり、社会福祉士や保健師などの有資格者が業務に当たりました。今回お話を伺った会津美里町健康ほけん課介護保険係の保健師、長谷川国子さんは、主任介護専門員として当時活動していたそうです。その現場で目の当たりにしたのは、認知症が重症化してしまった多くの住民の姿。「なんでこんなになるまで病院に行かなかったの?」そんなやせぬ想いを強く感じたそうです。また、高田厚生病院に勤務していた後藤大介医師からも、「美里はなんでこんなに重度の認知症の人がいるんだい。町は、長谷川さんはどう考えているの?」と投げかけられたこともあり、しかし、当時は具体的に地域の中でどう活動したいかわからず、月日が流れてしまったそうです。

そうした中、転機が訪れたのは、町の直営だった地域包括支援センターが3年の任期を終えて、運営を民間に委託するにつ

「福島県一認知症にやさしい町」を
同じ想いをもつ仲間たちと



会津美里町健康ほけん課介護保険係
副主幹兼主任保健師
長谷川 国子さん



認知症サポート会議

構成メンバー

会津美里町、県保健福祉事務所、警察署、地域包括支援センター、高田厚生病院、社会福祉協議会、居宅介護支援事業所代表、商工会、民生委員、認知症の方の家族、グループホーム代表、精神保健ボランティア代表など

特別顧問 後藤大介医師 (現在、福島赤十字病院精神科部長)

なつた時でした。5年以上のケアマネージャーの経験があれば主任ケアマネージャー研修を受けられることになっており、町内の各居宅介護支援事業所に有資格者が誕生していました。そこで、主任ケアマネージャー会議を立ち上げることにになり、長谷川さんはその場で「つ投げかけます。「認知症について考えたいんだけど」。すると「自分たちもそう思うんだ」とみんなの意見が一致。後藤先生も「何かやろうよ」ということで、先生が平成24年3月で転勤される前に準備会の立ち上げを決め、同年4月に第1回準備会を開催しました。月1回話し合ううちに町ぐるみで動きたいということになり、平成24年の8月2日に「認知症サポート会議」を結成。高齢化率が高い会津美里町で、健康長寿を目指す上で欠かせない認知症対策に向けた取り組みが始まりました。「誰が発起人ということもなく、行政やケアマネージャー、病院など、みんなが同じ気持ちで同じ目標でいっしょに立ち上げられたことが今につながっていると思います」と長谷川さんは語ります。

シリーズ | 健康長寿を目指して

福島県一認知症にやさしい町へ

認知症 サポート会議

認知症患者は、平成24年の約462万人から平成37年には700万人を超えと言われる、健康長寿を目指す上でも大きな課題となっています。そうした中、会津美里町は「認知症サポート会議」を結成して、「福島県一認知症にやさしい町」を掲げ、多くの住民とともに予防や早期発見、進行の抑制などに取り組んでいます。



ふくしまの国保
2016年9月第65巻2号

CONTENTS

- 01 シリーズ 健康長寿を目指して 認知症サポート会議
- 06 市町村紀行「西会津町」
- 10 平成28年度 通常総会開催
- 13 平成28年度 福島県国保地域医療学会 健康寿命の延伸に向けて
- 15 健康な食彩 さばの韓国風(野菜のレンジ蒸し添え)
- 17 Dr.の健康メモ 使い捨てコンタクトレンズとトラブル
- 19 健康運動 暮らしの中でメタボ予防!
- 21 ESSAY CORNER
- 22 DATA LAND
- 27 連合会日誌
- 29 事業振興課保健事業係から 連合会行事予定
- 30 第33回 「健康なまちづくり」シンポジウム 平成28年度 全国市町村 国保主管課長研究協議会



認知症ケアパス
「会津美里町
認知症サポート
ガイド」



3つの部会で活動 住民と向き合いながら

「認知症サポート会議」は、町や県保健福祉事務所、警察署、包括支援センター、高田厚生病院など、認知症対策や健康づくりを推進するさまざまな団体の有志がメンバーとなり、準備段階から協力してきた後藤大介医師を特別顧問に迎えて活動しています。年2回の全体ミーティングのほか、普段は認知症サポーター部会、研修・教育部会、広報部会の3つの部会に分かれて取り組んでいます。

認知症サポーター部会では、「認知症サポーター養成講座」を開催して、認知症への正しい知識を持ち、認知症患者や家族を支援するボランティア「認知症サポーター」を養成。発足時は人口の1割、2300人の受講を目指し、いち早く達成しています。研修・教育部会は、関係者向けの講習会の開催やスタッフ向けの認知症チェックリストを作成。広報部会では、町広報紙へ認知症の記事を掲載したり、認知症サポーターがいる認知症にやさしいお店を掲載した「見守りサポートマップ」を作成したりしました。

順調に見える活動も、その道りは決して平坦ではありませんでした。立ち上げから1年が経過したころ、関係者向けアンケートの中で「何のために活動しているのかわからない」「当事者や家族、地域住民の

ケアパスや創作劇で 地域に広がる理解

「認知症サポート会議」は、その後、次々に新たな取り組みをカタチにしていきました。まずは認知症ケアパスを作成。認知症と診断された方やご家族などへ向けて認知症に関するサービスをいつどこでどのように受けられるかをまとめたものです。「ざっと年のせいだ」「どうせ治らない」といった誤解を解き、早期発見と適切な対応を取れば、いきいきと自分らしく暮らせて健康長寿につながることを伝えています。また、認知症の予防や早期発見は、病院での診療というより、生活の中での気付きや

いつまでも現役!わたしの楽しみを続け、わたしの家で暮らす!



▲劇団「オレンジ・じげん」活動の様子。歌や踊りなどを交えて認知症について分かりやすく楽しく情報発信しています。

声が聞こえてこない」といった声が上がったのです。そこで、介護給付を受けている人と家族、認知症サポーター養成講座の受講者を対象にアンケートを実施。その結果、「慣れ親しんだ自分の家で暮らしたい」「家族が認知症になってもなるべく自分の家で」「関係機関が連携した早期発見、早期治療の仕組みづくり」などの声が多く上がりました。住民の望みは、認知症になってもできるだけ今まで通り自分らしく暮らしたい、自治体や施設は、そのサポートをして欲しいというものでした。「メンバーだけで盛り上がったのかもしれないね」と長谷川さんは当時は振り返ります。そこで、サポート会議内にワーキンググループを設置



▲小学生へ向けての認知症サポーター養成講座

して、みんなにわかりやすい目標を作ること。そして、誕生したスローガンが「いつまでも現役!わたしの楽しみを続け、わたしの家で暮らす」。「町民みんながひとつのサポートチーム!みんなが知っている認知症のこと」というものでした。これらをメンバーだけでなく、認知症の方の家族や地域とも共有し、再出発することになったのです。

町民みんながひとつのサポートチーム!みんなが知っている認知症のこと!



会津美里町
見守り
サポートマップ

「オレンジリング」は認知症を正しく理解して、認知症の人や家族を温かく見守る「認知症サポーター」の証。「認知症サポーター養成講座」の受講者に渡されます。



実践が大切。そこで、認知症が病気であることを啓発した上で、早期発見につながるチェックシートや相談窓口などを紹介し、高齢者が健康でいられるよう取り組んでいます。さらに、発症後の介護保険サービスや地域の生活支援体制までを順序立てて案内しています。

さらに、「オレンジ・じげん」という劇団を立ち上げて公演会を実施。認知症を支援する目印である「オレンジリング」と、会津美里町のイメージキャラクター「あいづじげん」にちなんで名前を付けました。その活動の成果について伺ってみると、

「はつきりとはわかりませんが、早いうちから相談してもらえようになっと思っています」と長谷川さん。以前は、認知症は恥ずかしいからと隠してしまう人が多く、家族だけが疲弊して認知症の発見が遅れ、重症化してしまう傾向がありました。現在では、近所の方から相談を受けることもあり、重症化する前にサポートを行える事例も生じています。一方、認知症についてより専門的な知識を持った初期集中支援チームを立ち上げ、認知症の初期段階で医療や介護につながる活動も推進。高田厚生病院の精神科の医師に認知症サポート医になつてもらい、専門家の立場からも認知症の予防、早期発見に向けた体制を強化しています。

▼認知症の早期発見、早期対応を推進する「初期集中支援チーム」



「認知症にやさしい町」へ向けて 住民の理解とつながりを深める



居場所づくりで 深まる心のつながり

「このような「認知症サポート会議」の取り組みは、町が介護予防のために行っている「居場所づくり」にも相乗効果が期待できます。「介護予防には、体を動かすだけでなく、集会所で仲間と話をするだけでも効果があるんです」と語るのは、長谷川さんの上司に当たる介護保険係長の渡部雄二さん。地区ごとに、専門のリハビリテーションスタッフを派遣したり、うんどう教室や認知症予防教室、健康教室を開催したりして高齢者の外出を促しています。現場ではスタッフが認知症の予兆が見られる人



健康ほけん課介護保険係 係長 渡部 雄二さん

をチェック。さらに、住民同士が親しくなることで、仲間の変化に気づき、認知症の早期発見にもつながっています。住民の絆の中で、気付きあい、思い合える町づくり。「認知症にやさしい町」を支えるのは、認知症への正しい理解と、住民一人ひとりのお互いを思いやる気持ちなのだと感じました。

認知症でも 健康長寿になれる

今回は認知症サポート会議を通じて、特に認知症対策について見てきましたが、健康長寿にも置き換えられる部分が多くあると考えられます。今日、健康長寿と言われるのは、全身にまったく健康課題がない状態を指すのではなく、課題を抱えながらもいかに自分らしく生きていくかという点に力点が置かれていると言えます。長く生きていけば、体のどこかに多少の問題は抱えるもの。腰痛や筋力の低下のように、認知症もまた、ひとつの老いのかたちとも受け止めることができます。ただ、認知症は病気であり、毎日の「ミニミニセッション」

不具合が生じたり、その人らしさを阻害しかねないという点で、家族をはじめとする周囲の人の理解や適切な対応が特に求められるのも事実です。しかし、裏を返せば、周囲の人、さらには、町の住民全体の理解さえ得られれば、軽度の認知症であるなら、健康長寿を保つことは可能なのです。

「安心してさまよえる町にしたい」「長谷川さんはこう語っていました。さまよえると聞くとネガティブな印象を持たれるかもしれないですが、もし自分が認知症になった時、町をさまよっても出会った人が自分を理解してくれ、安心して過ごせるとしたらどうでしょう。それはひとつの健康長寿のあり方だと言えないでしょうか。」

会津美里町は、認知症という、一見健康長寿と共存しにくい課題を、住民みんなで共有し、理解とつながりを通じて、いきいきと乗り越えようとしているひとつの先進的な例だと言えます。「福島県一認知症にやさしい町」になる頃には、「福島県一健康長寿な町」とも言える笑顔あふれる町になっているんじゃないでしょうか。



上/徘徊模擬訓練の様子
下/サポーターステップアップ講座

声を上げることから 町づくりは始まる

長谷川さんは、もともと介護や認知症について知らないことばかりだったそうです。でも、分からないことをそのままにせず、周囲に「助けて」と言いながら、認知症と認知症の方々、そして、ご家族への理解を深めていきました。その過程があったからこそ、人々のつながりが生まれ、組織の枠を超えた仕組みづくりが行えたのだと思います。「私はあれがしたい、これがしたいと言っているだけ」と長谷川さんは恐縮されていましたが、「何とかしたい」と思ったことに対して、まずは「声を上げる」ことが大切なのかもしれません。その思いが同じ思いを持つ人を呼び寄せ、それが事業となって地域を変えていく。日常の中で感じた違和感や不具合をそのままにせず、正面から向き合って素直に声を出していくこと。だからこそ、健康長寿を目指す上でも基本とすべき姿勢なのだと感じました。



西会津町

西会津町は、福島県西北部にある豊かな自然と長い歴史を持つ町です。会津霊地信仰の里として知られており、大山神社は一生に一度は「なじやかな願いも聞きなされる」とんな願いでも聞いてくださる」といわれる神様で、毎年6月の春の例大祭には約11万人もの参拝客で賑わいます。平安初期、仏都會津の祖・徳一大師の創建と伝えられる鳥追観音は、金剛寿命尊をなで、肌守を念持すれば病気が除かれ、安らかに往生できるといわれる、ごくり三観音のひことです。

近年では、ミネラル豊富な土壌で作られたミネラル野菜が特産品となっており、米粉パンズに名産の「車麩」と新鮮な野菜をたっぷり挟んだベジメルバーガーが人気です。また、総面積10万㎡を有する「さゆり公園」には、さまざまな運動施設が整備されており、四季を通じて多くの住民が訪れて心身をリフレッシュさせています。

西会津町 国民健康保険の概要

		平成25年度	平成26年度	平成27年度
国保世帯数	(世帯)	1,308	1,285	1,213
国保加入割合	(%)	30.69	30.25	29.40
収納率(現年度分)	(%)	96.76	97.08	96.25
被保険者数	(人)	2,244	2,162	2,051
一人当たり医療費 (一般・退職の計)	(円)	223,837	224,855	-
調剤報酬一人当たり額 (一般・退職の計)	(円)	64,435	65,726	-
特定健診受診率	(%)	63.66	64.24	-



上/保健師として住民の健康課題と向き合ってきた新田幸恵保健師長。
下/健康支援係の様子。ベテランと若手が密に連携して業務を推進しています。

ので、笑顔を忘れず業務に取り組むよう係員にも声掛けをしています」と新田師長。健診が始まる前には、国保医療係と健康支援係とでシミュレーションも行われており、一丸となって取り組んでいる姿が窺えます。

町民との協力で高める 特定健診受診率

平成26年度の西会津町の特定健診受診率は64.24%と県内でも上位に位置しています。新田師長に受診率の高さについて伺ったところ、「受診率は元々高い傾向にありますが、それに加え、健診の意向調査で『受けない』と回答した人には電話で理由を確認しています。『病院で定期的に健診を受けている』といった回答もあり、実際にはもっと多くの人が健診を受けていると捉えています」とより詳細な現状をお話しいただきました。

また、受診意向調査票は保健指導員が全戸に配付・回収を行っています。「未記入の方には記入を促したり、長期不在の方には時間を置いて再訪して受診を勧めるなど、地域の状況を把握し声掛けをしています。その結果、受診率の伸びに繋がっているのだと思います」と新田師長は力を込めて話します。

他にも、平日働いている方に受診してもらうために、64歳までの方を対象とした「働き盛り健(検)診」を日曜日に実施するなど、町民との協力や様々な工夫により高い受診率を維持していることが分かります。

特定健診後の特定保健指導にも積極的な取り組みがされています。新田師長は「初回面接がとて大切だと捉えています。特に働き盛り健診を受診された方には、初回面接の予約を全員に取ってもらうことで、忙しい中でも確実に来ていただくようにしています。その後、継続してきてもらうことは課題ですが、勤務時間後の対応や、訪問指導など、地区担当の保健師とも連携して様々な方法でアプローチしています」と前向きに話します。

また、面接の中では来年に向けて一つだけ目標設定をしてもらっているそうです。「そうすると日常生活の中で気を付ける意識が働き、翌年の健診で少し良い数値が出る事が多くあります。その結果を褒めると、また一年頑張ろう、という気持ちが起こり、その積み重ねでここ5年で若い方の特定健診は良い結果へ繋がっています」と新田師長は嬉しそうに語ります。

求められる状況変化と見えないリスクへの対応力

西会津町の一人あたりの医療費は平成26年度は22万4855円となっています。これは長年の高血圧への取り組みが実を結んだ結果であり、近年で最も低い数値でした。しかし、平成27年度は増加傾向にあり、この原因を分析したところ、血圧への取り組みが結実した一方で、糖尿病性腎症が増え、医療費が増加したことが要因として挙げられます。「高血圧対策に取り組む裏で糖尿病の罹患率が伸び、対応が遅れたのは大きな反省点です。現在はメタボ対策に力を入れると共に、より一層状況の変化に注視し、健診結果の分析をしっかりと行っていきたいと考えて



昨年度から西会津町で取り組む「こゆりちゃん健康ポイント手帳」。日々の健康づくりでポイントを貯めた方に、健康関連グッズなどをプレゼントしています。



高齢化の中でも医療費の伸びを抑制できている理由とは？

進む高齢化の中で

西会津町の高齢化率は42.9%(平成28年4月1日現在)と県内でも高い状況です。その一方、一人あたりの医療費の伸び率は低く抑えられ、特定健診は県内でも高い受診率を誇っています。

国保事業を健康福祉課が担当しており、その中でも保険証発行や給付、特別会計の管理、補助金への対応といった事務的業務を国保医療係が、町の状況分析や実際に町民への働きかけ、健康に関する各種組織の育成などの業務を健康支援係が担っています。今回は、国保医療係の船橋政広係長と健康支援係の新田幸恵保健師長にお話を伺いました。

調査・分析―地域一丸での 取り組み

西会津町は保健・健康の課題へ取り組みに当たり、しっかりとした調査とその分析をした上で、必要とされる対応を検討・実行しています。疫学・栄養・健康の観点から総合健康調査を実施し、調査結果を分析、特定された問題(塩分摂取量の多さやたんぱく質摂取の不足、冬期間の運動不足等)を改善するための様々な取り組みを行っています。

これらの結果に加え各種お知らせなどを、全世帯が加入しているケーブルテレビ

放送を使って住民に周知しています。新田師長は「ケーブルテレビには保健師や管理栄養士も出演し、健康情報などを中心に町民に対して働き掛けをしています」と話します。

そして、町民と一体になって健康への課題に取り組んでいる点も特徴的です。健康支援係では各種組織の育成を積極的に行っており、食分野では食生活改善推進員の養成講座を開き、規定の講義を受けた受講者が、減塩味噌汁や骨粗鬆症予防食の推進活動など住民への知識の普及を行っています。運動分野では健康運動推進員を養成し、運動関連の知識を身に付けてもらい、介護予防運動の普及や指導を行っています。地区ごとに2年の任期で活動してもらう保健指導員には、数回の研修を経て各種健診をはじめ各地区の住民の健康保持のために様々な活動に協力してもらいます。「こうしたやり取りの積み重ねで、町民の健康に対する意識は高くなっていると感じます」と新田師長は振り返ります。行政が一方的に指導するのではなく、地域と一体になって健康づくりに取り組んでいる好例と言えます。

また、町民との連携は勿論、係内での情報共有も密に行われており「町民との面接や訪問の後には必ず会議を行い『こんな気づきがあった』『来年はこうしよう』と話すことで、次年度の改善に繋がっています。仕事はたくさんありますが、自分たちも楽しみながら仕事をしないと町民には伝わらない

通常総会開催

平成
28年度

7月25日(月) 杉妻会館 4F 牡丹

福島県国民健康保険団体連合会総会



議決事項7件いずれも原案通り可決

提出議案

報告事項

- 報告第1号 規約の一部改正の専決処分について
- 報告第2号 引当資産の処分の専決処分について
- 報告第3号 平成27年度補正予算の専決処分について
- 報告第4号 平成28年度補正予算の専決処分について

議決事項

- 議案第1号 平成27年度事業報告
- 議案第2号 平成27年度一般会計及び特別会計歳入歳出決算
 - 1 一般会計
 - 2 診療報酬審査支払特別会計
 - A 業務勘定
 - B 国民健康保険診療報酬支払勘定
 - C 公費負担医療に関する診療報酬支払勘定
 - D 出産育児一時金等に関する支払勘定
 - 3 後期高齢者医療事業関係業務特別会計
 - A 業務勘定(後期高齢)
 - B 後期高齢者医療診療報酬支払勘定
 - C 公費負担医療に関する診療報酬支払勘定(後期高齢)
 - 4 国保基金特別会計
 - 5 保険財政共同安定化事業・高額医療費共同事業特別会計
 - 6 介護保険事業関係業務特別会計
 - A 業務勘定(介護)
 - B 介護給付費等支払勘定
 - C 公費負担医療等に関する報酬等支払勘定(介護)
 - 7 障害者総合支援法関係業務等特別会計
 - A 業務勘定(障害者総合支援)
 - B 障害介護給付費等支払勘定
 - 8 国保高齢者医療制度円滑導入基金事業特別会計
 - 9 特定健康診査・特定保健指導等事業特別会計
 - A 業務勘定(特定健診・特定保健指導)
 - B 特定健康診査・特定保健指導等費用支払勘定
 - 10 妊婦健康診査委託料支払特別会計
 - 11 職員退職金特別会計
 - 12 福島県保険者協議会関係業務特別会計
 - 13 平成27年度末財産目録
 - ◎ 監査結果の報告
- 議案第3号 引当資産の処分について
- 議案第4号 平成28年度診療報酬審査支払特別会計歳入歳出補正予算(第2号)
 - A 業務勘定
 - C 公費負担医療に関する診療報酬支払勘定
- 議案第5号 平成28年度後期高齢者医療事業関係業務特別会計歳入歳出補正予算(第2号)
 - A 業務勘定(後期高齢)
- 議案第6号 平成28年度介護保険事業関係業務特別会計歳入歳出補正予算(第2号)
 - A 業務勘定(介護)
- 議案第7号 役員の補欠選任について



▲開会の宣言をする
添田理事



▲挨拶をする
須藤副会長



▲議長の岡部町長

総会は添田勝幸理事(天栄村長)が開会を宣言し、幕を開けた。

開会にあたって挨拶に立った須藤一夫副会長(浅川町長)は本会の事業運営について本年度重要視することとして、「平成30年度の国保都道府県化に向け、制度移行までには様々な課題や検討事項が山積しているが、本会は国保保険者の共同目的を達成するために設立された公法人として、国保制度改革に積極的な役割を果していく所存である」と述べた。また財政面について「コスト意識と良質な保険者サービスの両立を念頭に、適正な手数料の在り方について検討を行っていくとともに、国

保保険者の他、後期高齢者医療広域連合などの協議を踏まえながら、財政基盤の確立に努めていく」と述べた。

続いて、古殿町の岡部光徳町長が議長に選出され、議事へに入った。

まず、規約の一部改正の専決処分、平成27年度補正予算の専決処分等、全4件について報告があり、承認された。

議決事項に移ると平成27年度事業報告、一般会計及び特別会計歳入歳出決算等、全7件の議決事項については出席者の慎重なる審議の結果、いずれも承認され、添田勝幸理事(天栄村長)の挨拶により今総会の幕が閉じた。



上/医療費適正化に向け、データ分析から見た課題を語る船橋政広国保医療係長。
下/貯筋運動教室など、予防対策にも積極的に取り組んでいます。

楽しみながら体力づくり

「います」と新田師長は表情を引き締めます。

一方、船橋係長の国保医療係でも医療費適正化のために分析を行っています。平成26年度と27年度の10万点超レセプトの請求について調査したところ、26年度の54件から、27年度は71件へと17件増となりました。これらのレセプトについて見てみると、健診を受けていない方や、要精密検査となったが未受診の方が、全体の約7割を占めていました。「健診受診率は高いですが、被保険者数が約2000人の西会津町では10万点超の病気が数人出てしまうと国保の財政状況が大きく変わってしまうます。今後、こうした未受診で大病のリスクを持つている被保険者に対し、取り組みをしていかなければいけないと考えています」と力が入ります。

高齢者が多く、骨粗鬆症による関節炎や腰痛などが多い西会津町では、予防への対策も積極的にを行っています。いざというときのために貯筋しておく「貯筋運動教室」は日々の簡単な運動から筋肉をつけるために実施されています。参加していた方が手術をしたところ、予定より1週間早く退院できた、という結果も出ており、下半身の体力づくりには有効です。サロンでも介護予防のため「棒体操」と呼ばれる新聞紙を丸めた棒を使って簡単な体操を実施しており、握力や動作、動体視力が良くなった、という報告がありました。全部で40分〜1時間のメニューでみんな楽しみながら体力づくりを行っています。他にも毎週行われている高齢者水泳教室など、様々な健康づくりの機会が提供されています。

雪深い西会津町ですが、元気なお年寄りを中心に冬でも室内ゲートボール場で練習が行われています。輪投げ大会などもあり、各々の体力に応じて楽しんでいま

他者の目による気づき

町民との密な連携で多くの成果を上げている西会津町は他地域からの視察の受け入れも積極的に行っています。「視察は行く方は勿論ですが、来てもらう方にもメリットがあると思います。良い点を褒められたり、コメントをもらうことで、自分たちのことを改めて知ることが出来ます。町民の意識の高さに驚かされているのを見ると自信にも繋がりますし、情報発信したことを町民の皆さんがきちんと受け取ってくれているとありがたく感じます」と新田師長はこやかに話します。

緑豊かなどかな温かい雰囲気西会津町ですが、国保医療係、健康支援係の

す。また、昨年からの雪処理支援隊という組織が設置され、高齢者世帯で雪かきが出来ない方を対象に、その方のお宅の玄関から歩道までの雪かきを行うとともに、声掛けをして安否確認してもらう、ということを行っています。「一人暮らしの方からは『雪処理支援隊に声を掛けてもらうことで生活のリズムができた』との声もありました」と新田師長は目を細めます。

外に出ることが困難な冬も、一人暮らしの高齢者が孤立してしまわないよう、地域全体で高齢者をサポートする体制がとられています。



万年雪に包まれた飯豊連峰と阿賀川の風景。近年では、野菜をたっぷり使った会津野澤風味噌ラーメンが人気です。



西会津町キャラクター「こゆりちゃん」

皆さんも町の雰囲気同様温かく、同時に真剣な熱い気持ちで町民の健康に対して取り組んでいることを終始感じる取材でした。情報の丁寧な分析と町民と一体となつての取り組みで、今後も皆が安心して暮らせる西会津町であり続けてほしいと思います。

議決事項

議決事項として、平成27年度事業報告、一般会計及び特別会計の歳入歳出決算、補正予算や役員の補欠選任について協議が行われ、承認された。主な内容は次の通り。

平成27年度事業報告

運営方針の推進



▲事業報告をする片平事務局長

28年度までの運営方針「ふくしま国保プラン」を策定した。単年度の「事業計画」に明記した各業務の円滑な運営を推進し、当該業務の進捗管理を行い、幅広い議論の中から保険者サービスの充実、発展を追求することを目的として、「ふくしま国保プラン・事業計画推進会議」を定期的に開催した。

国保の共同電算処理事業

保険者が行う国保事業の共通事務について、国保総合システムの国保共同電算処理システムを使用した二元的な共同処理を実施し、保険者事務の効率化及び事業の充実を図った。また、被保険者証・医療費のお知らせ等を作成し、保険者への提供を実施した。

レセプト電子請求の状況

平成26年度よりレセプト請求は、原則、完全オンライン請求となったが、やむを得ない理由により、紙媒体による請求が残っている。レセプトの電子請求率は、磁気媒体・オンライン請求合わせて、98.2%である。

医療費適正化等に関する事業

第三者行為求償事務の支援として、本年4月1日以降の事故分より、損害保険会社等から無償で傷病届等の作成・提出の支援を受けることとし、第三者行為求償事務における保険者の事務軽減と強化に努めている。

また、後発医薬品普及促進保険者支援事業として、各種基礎分析資料の提供やジェネリック医薬品希望カードの斡旋差額通知書作成業務の実施など、後発医薬品の普及を促進しているところである。

介護保険業務並びに障害者総合支援業務の円滑な推進

介護保険認定者数10万3748人、認定

福国連公告第252号

平成28年7月25日に開催した本会総会において議決を得たので公告する。

記

- 平成27年度一般会計及び特別会計歳入歳出補正予算
 - 平成27年度一般会計歳出補正予算(第2号)
 - 平成27年度診療報酬審査支払特別会計歳入歳出補正予算(第3号)
 - 平成27年度後期高齢者医療事業関係業務特別会計歳入歳出補正予算(第3号)
 - 平成27年度介護保険事業関係業務特別会計歳出補正予算(第2号)
 - 平成27年度介護保険事業関係業務特別会計歳出補正予算(第3号)
 - 平成27年度障害者総合支援法関係業務等特別会計歳出補正予算(第3号)
 - 平成27年度国保高齢者医療制度円滑導入基金事業特別会計歳出補正予算(第2号)
 - 平成27年度特定健康診査・特定保健指導等事業特別会計歳出補正予算(第2号)
 - 平成27年度職員退職金特別会計歳入歳出補正予算(第2号)
- 平成28年度特別会計歳入歳出補正予算
 - 平成28年度診療報酬審査支払特別会計歳入歳出補正予算(第1号)
 - 平成28年度診療報酬審査支払特別会計歳入歳出補正予算(第2号)
 - 平成28年度後期高齢者医療事業関係業務特別会計歳入歳出補正予算(第1号)
 - 平成28年度後期高齢者医療事業関係業務特別会計歳入歳出補正予算(第2号)
 - 平成28年度介護保険事業関係業務特別会計歳出補正予算(第1号)
 - 平成28年度介護保険事業関係業務特別会計歳出補正予算(第2号)

平成28年9月30日

福島県国民健康保険団体連合会
会長 古川道郎

福国連公告第250号

平成28年7月25日に開催した本会総会において議決を得たので公告する。

記

- 福島県国民健康保険団体連合会規約の一部を改正する規約

平成28年9月30日

福島県国民健康保険団体連合会
会長 古川道郎

福国連公告第251号

平成28年7月25日に開催した本会総会において議決を得たので公告する。

記

- 引当資産の処分
 - 退職給付引当資産(平成27年度)
 - 減価償却引当資産(平成28年度)
 - 減価償却引当資産(平成28年度)

平成28年9月30日

福島県国民健康保険団体連合会
会長 古川道郎

福国連公告第253号

平成28年7月25日に開催した本会総会において議決を得たので公告する。

記

- 平成27年度事業報告
- 平成27年度末財産目録

平成28年9月30日

福島県国民健康保険団体連合会
会長 古川道郎

率19.4%となり、認定率は制度開始時の平成12年と比較すると、約2倍となっている。また、介護給付費の支払額は1538億3772万1754円となっており、前年比2.7%の伸びとなっている。

会計業務の透明化

「国民健康保険団体連合会における経理事務について」等の一部改正について(平成26年10月31日付保国発1031第2号)に基づく実費弁償方式の考えにより次の取り組みを行った。

- 実費弁償方式の確認申請事務の確実な実施
- 手数料設定の透明化
- 積立根拠の明確な積立金の保有

平成27年度一般会計・各特別会計歳入歳出決算状況

各会計歳入歳出決算の概要



▲歳入歳出決算について説明する藤田総務課長

平成27年度の各会計歳入歳出決算

状況は図1のとおり。
国保連合会では、平成26年10月31日に発

業務運営主要会計の概要

業務運営主要会計歳入の状況は図2の通り。平成26年度において実費弁償方式による平成25年度決算分剰余(約1億1千万円)を返還した一方、平成27年度では剰余返還がなかったため、前年度比で増となった。業務運営主要会計歳出の状況は図3の通り。人件費は定期昇給により若干の増となった。委託料については、各幹幹システム

の運用内容の効率化による費用削減を行ったため減となった。

図1 会計 (単位:円)

会計	歳入合計額 A	歳出合計額 B	歳入歳出差引残額 C(A-B)	前年度繰越額 D	当期収支差額 E(C-D)
一般会計	270,369,305	256,175,898	14,193,407	53,872,619	-39,679,212
診療報酬審査支払特別会計	156,727,319,888	156,311,906,886	※ 415,412,992	287,827,035	-110,111,408
後期高齢者医療事業関係業務特別会計	226,460,110,538	226,113,581,709	346,528,829	387,940,950	-41,412,121
国保基金特別会計	1,262,846,040	1,254,697,092	8,148,948	8,148,948	0
保険財政共同安定化事業・高額医療費共同事業特別会計	57,980,115,959	57,978,618,601	1,497,358	1,984,035	-486,677
介護保険事業関係業務特別会計	154,177,040,507	154,052,687,060	124,353,447	112,838,748	11,514,699
障害者総合支援法関係業務等特別会計	26,385,481,718	26,347,500,683	37,981,035	35,019,821	2,961,214
国保高齢者医療制度円滑導入基金事業特別会計	456,220,755	456,220,755	0	61,472,285	-61,472,285
特定健康診査・特定保健指導等事業特別会計	1,122,728,804	1,111,491,253	11,237,551	15,806,304	-4,568,753
妊婦健康診査委託料支払特別会計	1,360,163,228	1,360,146,690	16,538	16,538	0
職員退職金特別会計	154,322,842	154,322,842	0	0	0
保険者協議会特別会計	2,382,866	1,901,966	480,900	850,866	-369,966
計	626,359,102,450	625,399,251,435	722,153,640	965,778,149	-243,624,509
※ 高齢者医療制度円滑導入臨時特例交付金 国への返還額 237,697,375円を除く					
			実費弁償方式における収益事業会計当期差額		-141,616,369

図2 業務運営主要会計科目別一覽(歳入) (単位:円)

科目	一般	業務助定(国保)	業務助定(後期)	業務助定(介護)	業務助定(障害)	業務助定(特定)	その他会計	合計	前年度比
1 一般負担金	159,824,500	0	0	0	0	0	0	159,824,500	97.69%
2 手数料	146,082	715,793,393	713,424,524	151,728,771	35,153,748	34,982,533	7,536,416	1,658,765,467	106.24%
3 負担金	0	0	107,326,036	2,699,205	0	0	0	110,025,241	91.73%
4 補助金	12,475,000	6,175,000	1,332,000	6,802,392	0	0	0	26,784,392	80.57%
5 繰入金	7,170,000	90,571,000	74,894,000	22,869,000	3,162,000	5,916,000	0	204,582,000	282.19%
6 繰越金	53,872,619	278,451,595	380,551,536	111,981,491	34,972,072	15,804,570	63,456,320	939,090,203	83.47%
7 その他	5,771,941	875,252	614,860	712,015	411,760	2,000	18,000	8,405,828	86.13%
歳入合計額	239,260,142	1,091,866,240	1,278,142,956	296,792,874	73,699,580	56,705,103	71,010,736	3,107,477,631	100.71%
※1 一般会計その他から県民健康調査受入金31,111,953円を除く				※4 業務助定(介護)その他から電子証明書発行手数料受入金3,021,775円を除く					
※2 一般会計その他から老人保健診療報酬受入金2,790円を除く				※5 業務助定(障害)その他から電子証明書発行手数料受入金3,196,561円を除く					
※3 業務助定(国保)その他から保険者間調整受入金24,209,066円を除く				※6 その他会計は保険財政共同安定化事業・高額医療費共同事業特別会計、国保高齢者医療制度円滑導入基金事業特別会計から受払に係る科目を除いた金額					

図3 業務運営主要会計科目別一覽(歳出) (単位:円)

科目	一般	業務助定(国保)	業務助定(後期)	業務助定(介護)	業務助定(障害)	業務助定(特定)	その他会計	合計	前年度比
1 報酬	13,830,379	61,220,444	56,603,250	4,709,082	0	0	0	136,363,155	97.49%
2 人件費	98,319,096	205,896,474	240,321,807	41,449,476	13,897,485	5,563,591	0	605,447,929	102.00%
3 需用費	27,097,471	12,296,338	10,915,366	2,800,669	297,187	3,996	0	53,411,027	91.73%
4 役務費	3,949,313	33,161,237	30,081,963	8,762,185	342,015	755,429	363,315	77,415,457	99.10%
5 委託料	45,862,431	361,791,141	368,805,646	40,858,440	3,523,705	27,466,360	0	848,307,723	98.51%
6 負担金補助交付金	17,941,872	81,714,540	72,082,184	43,461,571	12,749,253	6,104,715	0	234,054,135	162.49%
7 積立金	0	132,505,000	126,979,000	20,627,000	4,017,000	4,834,000	699,000	289,706,000	273.40%
8 公課費	1,103,800	17,186,100	16,457,800	3,199,700	695,900	523,800	0	39,167,100	188.31%
9 その他	16,962,373	16,070,201	14,527,904	7,001,640	106,620	217,207	0	54,885,945	36.39%
歳出合計額	225,066,735	921,841,475	936,774,920	172,914,763	35,629,165	45,469,098	1,062,315	2,338,758,471	108.67%
※1 一般会計負担金補助交付金から県民健康調査支出金31,111,953円を除く				※4 業務助定(介護)負担金補助交付金から電子証明書発行手数料支出金3,295,900円を除く					
※2 一般会計負担金補助交付金から老人保健診療報酬支出金2,790円を除く				※5 業務助定(障害)その他から電子証明書発行手数料支出金3,333,200円を除く					
※3 業務助定(国保)負担金補助交付金から保険者間調整支出金23,942,919円を除く				※6 その他会計は保険財政共同安定化事業・高額医療費共同事業特別会計、国保高齢者医療制度円滑導入基金事業特別会計から受払に係る科目を除いた金額					

平成28年度 福島県国保地域医療学会 健康寿命の延伸に向けて

平成
28年度



開会にあたり、本会の二瓶辰右エ門常務理事は「本学会が、健康づくりの推進を図るために、多くの関係者が共通認識を持つ場として活発な議論が展開することを期待している」と挨拶。続いて、福島県国保医学部会の堀川哲男部会長（公立藤田総合病院院長）は「高齢者が増える中で重要課題となっている健康寿命について、今年は『現場の声を聴く』というテーマでの開催である。相互理解と研鑽する場として是非活発に意見交換をしてもらいたい」と挨拶した。

▲挨拶する二瓶常務と堀川部会長

7月23日(土) ホテル福島グリーンパレス 2F 瑞光西の間

研究発表

研究発表では、福島県国保医学部会の藤井文夫幹事（公立小野町地方総合病院企業団企業長）を座長に、4人の方が分野で研究成果を発表した。

水腎症を示したIgG4関連疾患の2例

公立藤田総合病院 研修医

加藤 美野里 氏



水腎症を初発としたIgG4関連後腹膜線維症を2例経験した。2例とも腹部CTで大動脈周囲の線維性肥厚を認め、血清IgG4が高値であったことから、IgG4関連後腹膜線維症と診断し、プレドニゾン20mgの投与をおこなったところ、速やかに水腎症の改善を認めた。水腎症を認めた際にはIgG4関連後腹膜線維症も鑑別として考慮すべきである。

左脳梗塞による右片麻痺、失語症を呈した症例

公立藤田総合病院 理学療法士

鈴木 晃生 氏



左脳梗塞を呈し入院した患者が退院後、活動低下の状況にあったが、訪問リハビリテーションを週2回の頻度で行い、機能向上に

特別講演

最後に、福島県国保医学部会の堀川哲男部会長（公立藤田総合病院院長）の司会で、川勝忍教授（福島県立医科大学会津医療センター）の特別講演が行われた。

エキスパートが考える 先端医療を生かした認知症診療

福島県立医科大学 会津医療センター
精神医学講座 教授

川勝 忍 氏



認知症診断治療はここ数年、格段に進歩しているが未だ難しいとされている。診断集計

を例に、近年の認知症はアルツハイマー型認知症が77%と大多数を占めることや、高齢になっても地域の医者に診断してほしいという方が増えている、と解説した。

4大認知症の1つであるアルツハイマー型認知症はゆっくり進行するのが特徴であるが、早期受診、早期発見により問題への対応が可能であることを示した。また、既存の治療薬の使用で症状の改善が見込まれることに加え、iPS細胞を使用した新しい治療方法も発見されており、今後も進展が見込まれるとの説明に、参加者からは大きな拍手が送られた。

最後に、福島県国保医学部会の古内秀幸幹事（川内村国保診療所 歯科長）が閉会の辞を述べ、平成28年度福島県国保地域医療学会は幕を閉じた。

その人らしさを支えて 地域につながる認知症ケア

公立藤田総合病院 看護部
主任看護師 認知症看護認定看護師

高橋 廣美 氏



発信によって地域全体での認知症患者のサポート体制を作るべく活動している。看護部では認知症の方が自分らしく生きられる適切なケアを行うことで、健康寿命の延伸を推進。また、「その人らしさ」の情報提供を施設や自宅と共有して、退院後の地域全体でのケアへ繋げていきたい。

地域包括ケアシステムの推進と 健康寿命の延伸にむけて

社会福祉法人 ライフタイム・福島
理事兼事務局長

森 重勝 氏



当法人では、地域の高齢者が元気に暮らすためのサービス提供や、サロン開催、徘徊模範訓練、地域の団らん・情報交換の機会提供などの取り組みを行っている。自分たちだけでなく、地域住民に参加してもらえることで高齢者が生き生きと暮らせるまちづくりを目指していきたい。

福島県における 地域包括ケアシステムの構築に 向けた取り組み

福島県 保健福祉部 高齢福祉課
副課長兼専門保健技師

本田 あゆみ 氏



2025年の高齢者人口のピークに伴い、高齢者の単身世帯や認知症高齢者の増加などが課題とされている。一方、要介護状態でも住み慣れた地域で自分らしく生活したい、という願いは多くの県民が持つものであり、その実現には地域包括ケアシステムの構築が必要である。県では関係機関との連携の下、地域ケア会議や在宅医療・介護連携の推進等の取り組みを行っている。

「福島県一認知症にやさしい町」を 目指して、会津美里町認知症 サポート会議の取組み」

会津美里町 健康ほけん課
介護保険係 副主幹兼主任保健師

長谷川 国子 氏



会津美里町では平成24年8月に「認知症対策サポート会議」を発足させ「福島県一認知症にやさしい町」を目指して活動を開始した。介護保険関連事業所の多職種連携に加え、警察、商工会、金融機関等の事業所と連携し、認知症になっても地域で安心して生活できるまちづくりに取り組んでいる。

新病院で稼働した フィルムレス化の体験報告

公立小野町地方総合病院 診療技術部
診療放射線室 主任診療放射線技師

荻野 泰寛 氏



2015年3月の新築移転に伴い、一般撮影室などで使用するワイヤレスタイプのカメラ型FPD（フラット・パネル・ディスプレイ）システム、FPD搭載のデジタルマンモグラフィ、FPD搭載のX線TVシステム、PACS（医療用画像ネットワーク管理システム）を導入した。結果、移動や確認にかかる時間の短縮などが実現され、作業効率が大きく向上している。

シンポジウム

次に、福島県国保医学部会の関根俊二副部会長（浪江町国保津島診療所所長）と本会の大久保友絵保健師の司会で「健康寿命の延伸に向けて」現場の声を聴く」をテーマにシンポジウムが行われた。



▲熱心に質問する司会者



今回のテーマ
旬のさばも
甘辛い
韓国風だれで！

健康な食彩

さばの韓国風(野菜のレンジ蒸し添え)

材料(2人分)

エネルギー
295 kcal

たんぱく質…16.5g
脂質…19.0g
炭水化物…12.4g
食塩…1.3g

生さばフィレ…半身(140g)
塩…少々
片栗粉…大さじ1
油…適宜

長ネギ…5cm
しょうが…薄切り2枚
にんにく…1/2片
コチュジャン…小さじ2/3
醤油…小さじ1
砂糖…小さじ1
酒…小さじ2
水…大さじ1

長ネギ…適宜
糸唐辛子…少々
大葉…2枚
かぼちゃ…1cm厚4切れ
しめじ…一口大2個
ブロッコリー…一口大2個



1 長ネギは縦に切り目を入れ、中の芯を取り出し、外側だけを繊維に添って千切りにし、水にさらす(白髪ネギ)。



2 長ネギの芯、生姜、にんにくはみじん切りにし、調味料を合わせておく(韓国たれ)。



3 さばは1人分3枚になるようにそぎ切りし、塩を振って5分おき、ペーパータオルで表面の水気を拭き取る。
塩を振ると水分と一緒に臭みが出ます



4 ③に片栗粉をまぶし、余分な粉をふるい落とし、油でからっと揚げ、熱いうちに、②の韓国たれをかけておく。



5 かぼちゃは1cm厚さに切り、ラップをしてレンジ(600W)で1分30秒、しめじとブロッコリーは一口大の小房に分けて、ラップをしてレンジ(600W)で1分加熱する。



6 皿に、大葉をしき、④を盛り、白髪ネギと糸唐辛子を天盛りにし、⑤の蒸し野菜を添える(糸唐辛子無しでもOK)。

手軽に美味しく作るコツ

手に入りやすい塩さばを使っても

- ◆塩さばを使用する場合は、ごく薄い塩水に1時間程度漬けて塩抜きします。その際、たれの醤油は減らしましょう。
- ◆さばを揚げるのが面倒な場合は、片栗粉をまぶしてフライパンでこんがり焼いてもできます。

健康に食べるコツ

- ★さばは、揚げずに魚焼きグリルでこんがり焼くと、エネルギーが少なくなります。その場合は、30分間位、たれに漬け込むと味が染みて美味しくなります。
- ★さばの韓国風は油で揚げられており、辛味がしっかりついた主菜料理なので、油を使用しないさっぱりした料理を組み合わせます。ご飯、春雨スープ、ワカメときゅうりの酢の物がオススメです。

会津大学短期大学部
食物栄養学科 准教授
文
レシピ
鈴木 秀子
福島大学大学院地域政策科学研究科修士
管理栄養士、修士(地域政策)
県職員として、県立病院、栄養士養成施設、
保健福祉事務所勤務を経て、現在に至る。
幼児期の食育、食環境整備、食とおした
地域づくり活動をテーマに研究。

店頭のスバは3種類あることに気づいていますか？塩サバや冷凍サバに加えて、いつでも店頭にあるノルウエーサバは、背側の銀色地にはっきりとした青黒い太い波線がきちんと並んでいて、名のとおりノルウエー(大西洋)でとれる輸入ものです。最近、店頭で見かける丸魚のスバは、魚の背側に青黒い波線があり、やや黄色がかつたものと、青黒い波線と真ん中横筋にゴマを散らしたような黒い斑点があるものの2種類ありました。前者がマサバ、後者がゴマサバで、日本近海もので、宮城県や静岡県産をよく見かけます。ノルウエーサバは脂がのっていて焼いても煮ても美味しいですが、マサバとゴマサバはノルウエーサバに比べて脂が少なく、あっさりしています。特徴を知ると、好みや料理方法で、サバの種類を選べて便利です。

サバに限らず魚のたんぱく質は、必須アミノ酸をバランスよく含む良質で、脂肪は、高血圧や心疾患、脳血管疾患等の循環器疾患や一部のがんのリスクを低下させる、ドコサヘキサエン酸やイコサペンタエン酸というn-3系多価不飽和脂肪酸を多く含んでいます。旨い！健康によい！安い！と拍子揃ったサバ、是非、食べてみてほしいです。

マサバ・ゴマサバ・ノルウエーサバ



ゴマサバ▲

豊かな海に囲まれた島国で暮らす日本人は世界でも魚好き、食用魚介類の1人当たり年間消費量は、人口100万人以上の国の中で第1位を誇ってきました。しかし、近年、ポルトガル、韓国に越され、第3位に。他の国が消費量を伸ばしている一方で、日本は減少傾向です。

日本の魚介類の1人当たり年間消費量(純食料)が最も多かったのは、2011年度の40.2kg。単純に365日で割ると1人1日当たり約110g、秋刀魚1尾+切り身半切れの量を食べていたことになります。ところが、3年後には年間27.3kg、1日約75gに減り、替わりに肉類が多くなっています。よく若者の魚離れが標的にされますが、若くないわが家でも、魚介類を食べるのは、1日1回程度、しかも、切り身魚や練り製品が主流です。下処理の手間やキッチンにつく臭い、そして肉類より高価なことが、食卓登場回数を減らしています。

魚食大国を取り戻すには、魚介類の健康効果に加え、豊かな漁場に囲まれた日本ならではの楽しみがあることも忘れてはなりません。魚介類は、季節や地域によって店頭に並ぶ種類も味わいも食べ方も違います。地域に根付いた素晴らしい魚食文化があります。出回っている魚を見て季節を感じ、地方に出かけて「地魚」料理を食べ、その地域や先人の知恵を知るのを楽しみ、魚好き日本人のDNAが疼いてくるはずです。

(数値データ引用・参考:平成24年度水産白書、平成27年度水産白書、水産庁)

Dr.の健康メモ



使い捨てコンタクトレンズとトラブル

使い捨てコンタクトレンズとは？

寿命が来るまで使用する従来型コンタクトレンズ(以下CL)に対して、目から外したらケアをせず捨てるCLのことです。起きている間のみ使うワンデータイプと、1週間以内で夜もつけたまま過ごす連続装用タイプがありますが、連続装用タイプは平成28年7月で国内販売終了しています。他開封から2週間を限度にケアしながら使用するいわゆる2週間タイプや1か月の限度に使用する1か月タイプ等があります。これらは厳密には使い捨てではなく、頻回交換CLとよべれます。

コンタクトレンズの合併症

コンタクトレンズは便利だけどRISKもある。CLを使う事 = 目に異物を入れることです。

きちんと使ってもトラブルは起きません。使用時間が長い、入れたまま寝る、ケアの手を抜く、CLの使用期限を守らない(忘れる?)など習慣化してしまうとなかなか改善できません。今まで大丈夫でも合併症は突然おきて、重篤化することも少な



カラコンは目に悪い
= 本当です。

茶目(虹彩)の色を全体に覆う従来型カラーコンタクトレンズは、販売以来角膜炎等の合併症が多発し多くのメーカーが販売中止しました。虹彩の縁取りをするいわゆるサークルレンズは現在も販売されていますが、多くが動きをおさえたいためのフィットをするため、長時間装用には向きません。ネットやドラッグストア等で輸入もののカラコンが売っていますが、かなり固い素材で酸素透過率もわるいものがほとんどです。



Q なぜ毎日または頻回交換しないといけないのか?

A 汚れやすい素材だから

高い酸素透過性のある素材をつかっているため、蛋白などの汚れが付きやすいし、破けやすいのです。



Q なぜ使い捨てCLは安いのか?

A 大量生産だから

従来型CLが1枚2万円程度していたのに、使い捨てCLは1枚150円程度で買えます。従来型CLは1枚ずつ研磨や加工する製法でコストがかかっていましたが、鑄型を使い安価で大量生産できる製法が開発されました。販売当初に比べて最近では乱視入り、遠近両用CLなど多彩な規格のCLが製造されています。しかし高度近視や遠視、不正乱視など従来型でないに対応できない事が現在も少なくありません。

角膜感染症

写真① 写真② 黄矢印

全国の感染性角膜炎のうち、CL装用が原因とおもわれるものが40%以上の報告があります。一部の細菌や真菌(カビ)やアカントアメーバなどの微生物は一般のCL消毒液が無効で重篤化しやすいので、CLを扱う前の手洗いがとても大事です。ソフトCLのケアに水道水は絶対使ってはダメです。水道水で洗った手はよく拭いて、レンズケースは洗浄後きちんと乾燥させます。

巨大乳頭角膜炎

写真③

CLを長期間、長時間使っていると、目やにが増えてきたり、かゆくなったり、レンズ

角膜血管新生 角膜内皮細胞異常

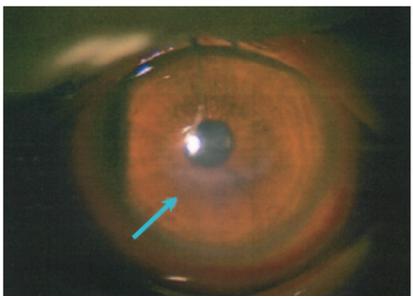
写真② 黄矢印
写真④

CL長時間装用で角膜の慢性的な酸素不足がつづいたり、炎症を繰り返したりしていると、角膜の透明な部分に血管が侵入

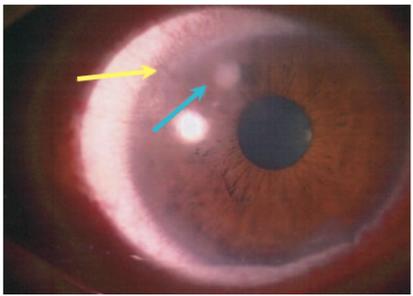
ドライアイ

CL装用するとその異物反応により涙液の蒸発が数%以上亢進するという報告があります。そのため自覚症状の強弱はあるものの非装用時よりは乾燥します。もともとドライアイが強い人にはCLはおすすめできません。装用したら普段よりまめにしっかり瞬きをして、涙液が減ってくる夜間は眼鏡に変更します。湯き止めの点眼は

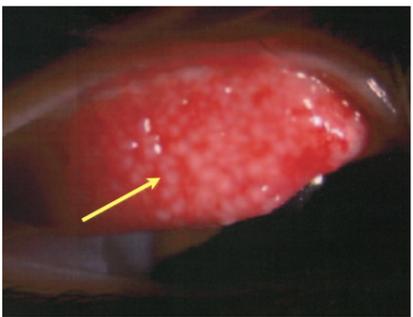
CLはうまく付き合えばとても便利な視力矯正手段です。大きなトラブルなく過ごせるよう定期検査を受けてください。



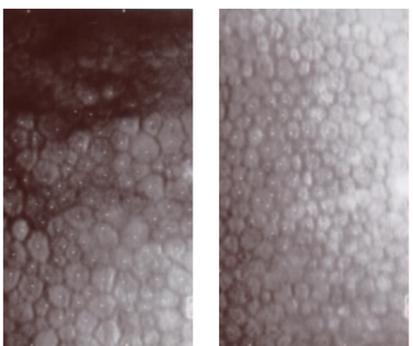
写真①



写真②



写真③



写真④

大小不同、不整な内皮細胞 正常

Doctor's Profile

萩原 香
Kaori Ogihara
福島県国民健康保険
診療報酬審査委員会委員

ツイスト

椅子に座ったまま行えるので、日常生活に取り入れやすい筋力トレーニングです。

効果のある部位

外腹斜筋、大腰筋、大腿筋

ポイント

椅子から転倒しないように気をつけてください。慣れてきたらできるだけ膝を上にあげます。大きく捻り、太腿の外側にタッチするようにすると負荷が増します。

回数

片足を上げて1回と数え、まずは6回程度を目指しましょう。慣れてきたら16~20回程度を目指します。



1 椅子にやや深く腰掛け、背筋を真っ直ぐに伸ばします。

大腿筋
足の曲げ伸ばし、走る、ジャンプなどで使う筋肉。

2 片足をつけたまま、膝をあげて、反対の腕の肘とタッチします。足を上げたまま3~5秒キープ。

3 反対側の足も同じです。

腕振り

継続すると上半身は柔軟性が高まり、下半身は腰周りがしっかりとします。リラックス効果も有り!

効果のある部位

大腰筋・腸骨筋・上半身全体

ポイント

全身脱力して、心地よくリズムカルに行いましょう。その際、猫背にならず、背筋をまっすぐにして下を見ないように気をつけてください。

回数

まずは1分程度を、慣れてきたら5分を目指しましょう。音楽などに合わせると無理なく継続できます。15分程度行うと効果が高いです。



1 足を肩幅に、目はまっすぐ前へ。両手は左右対向、手のひらは内側にしておいてリラックス。

2 両手・両ひじを一緒に前後に振ります。後ろに振る時は少し力をいれ、前の時は力を抜き、反動で帰ってくるように。

3 膝は真っ直ぐにせず、腕の振りに合わせて若干屈伸させます。

腸骨筋
股関節を動かす筋肉。

大腰筋
体幹の柱となる筋肉。

笑顔で楽しく!!

メタボに効く! 簡単 エクササイズ3

岡田麻紀

Maki Okada

福島県郡山市生まれ。健康生活研究所 所長、福島大学 非常勤講師、福島学院大学 非常勤講師。やせる! 楽しい! 若返る! 「やきとりじいさん体操」を考案。動画サイトYouTubeで話題となり、2008年にYouTube年間動画大賞(ハウツー部門)を受賞。



1 背筋を伸ばしてまっすぐに立ちます。肩幅程度に足を開きます。

僧帽筋
首・肩・背中の中程に広がる筋肉。

三角筋
肩を動かす筋肉。

広背筋
腕を上下に動かす筋肉。

2 両手を組んで、まっすぐ上に伸ばします。一旦下におろします。

腹斜筋
体を前や左右に倒す筋肉。

3 両手を組んで、まっすぐ上に伸ばし、次は体側を伸ばします。左右行います。下におろします。

全身伸ばし

運動不足解消には動きやすいカラダづくりが大切。そのためにも、全身をすみずみまで伸ばす運動です。

効果のある部位

腹斜筋・僧帽筋・広背筋・三角筋

ポイント

運動不足の方や身体が硬い方は、まっすぐ上に伸びない場合もあります。その時は、まずはできるところまで伸ばし、徐々にまっすぐ伸ばせるようにしましょう。

回数

朝昼晩、1~3回、自分で気持ち良く感じる回数を行いましょう。

毎日の体操で健康長寿を目指そう!



健康運動

毎日たった10分でできる健康運動をご紹介します。自宅で手軽にできるエクササイズで健康長寿を叶えましょう!

今回のテーマ

暮らしの中でメタボ予防!

メ タボリックシンドローム(以下、メタボ)とは、内臓脂肪型肥満に、高血糖・高血圧・脂質異常症のうち2つ以上を合併した状態。その危険性は、手遅れになるまで症状がほとんどないことです。「予備群」や「軽症」でも、複数重なっている場合は手を打つ必要があります。そこで大切なのが毎日の暮らし方。「積極的に体を動かす」「軽めの運動を続ける」「筋肉を鍛える運動」の3つを習慣化して、消費エネルギーを増やし、基礎代謝を高めて、メタボを予防していきましょう。

運動を行う上での注意点

- ① 持病や痛みのある方は、自分の体調や体力に合わせて負荷や回数を調整してください。見本通りでなくても効果があります。
- ② 痛みがある場合は、痛みがでないように無理のない範囲で行ってください。
- ③ 床が滑ったり、周りにモノがあったりすると怪我の原因に。運動しやすい服装と環境で行ってください。
- ④ 食後1時間は行わないことが望ましいです。
- ⑤ 持病のある方は専門医に相談しながら行ってください。

運動を行う上でのポイント

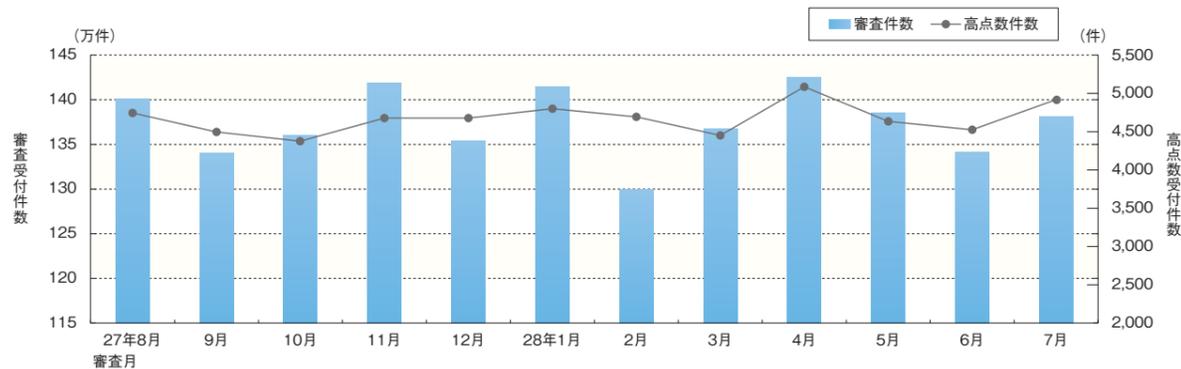
- ① 呼吸を止めないで行います。
- ② 反動をつけずにゆっくりと行います。
- ③ 動かしている部分を意識して行うと効果が高いです。

目で見る 医療費の動き

データランド
DATA LAND

4月以降審査受付件数、高
点数件数、特別審査分件数
いずれも減少しているが、7
月に増加

国保・後期高齢者分レセプト審査状況



審査月	27年8月	9月	10月	11月	12月	28年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
審査受付件数	1,401,442	1,342,807	1,358,040	1,415,461	1,352,194	1,413,506	1,298,863	1,365,830	1,426,184	1,384,723	1,342,640	1,384,210
高点数件数	4,705	4,524	4,349	4,644	4,623	4,742	4,692	4,418	5,103	4,648	4,534	4,909
特別審査分件数	25	30	24	18	26	37	37	38	44	29	20	36

※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。

6月審査分で120万点越えの レセプト発生

最高点数レセプト

平成28年5月審査分（4月診療分）

国保	請求点数		入外	日数	性別	年代	傷病名
	医科	歯科					
	943,380	101,534	入	26	男	60代	胸部大動脈瘤破裂
			入	17	男	60代	右上顎歯肉癌

後期 高齢者医療	請求点数		入外	日数	性別	年代	傷病名
	医科	歯科					
	787,203	115,014	入	19	男	70代	僧帽弁、大動脈弁および三尖弁の合併障害
			入	30	女	70代	顎歯肉癌の術後

平成28年6月審査分（5月診療分）

国保	請求点数		入外	日数	性別	年代	傷病名
	医科	歯科					
	1,214,457	87,629	入	21	男	70代	大腸癌
			入	31	男	60代	右下口腔底癌

後期 高齢者医療	請求点数		入外	日数	性別	年代	傷病名
	医科	歯科					
	431,813	110,307	入	20	女	80代	第二腰椎破裂骨折
			入	26	男	80代	難治性Stom

平成28年7月審査分（6月診療分）

国保	請求点数		入外	日数	性別	年代	傷病名
	医科	歯科					
	859,195	283,079	入	14	男	70代	後天性血友病A
			入	30	男	70代	左舌癌

後期 高齢者医療	請求点数		入外	日数	性別	年代	傷病名
	医科	歯科					
	992,641	118,688	入	23	男	70代	解離性大動脈瘤
			入	24	女	70代	根尖性歯周炎

ESSAY CORNER エッセイコーナー

福島県内の市町村等の国保担当者をご紹介します。エッセイコーナー。
職場環境や健康づくり、趣味の話題等、日々の暮らしの中で感じたことを語ってもらいます。



昭和村役場 総務課
住民係（1年目）

山内 翔吾さん

主な業務
国民健康保険業務全般
趣味
音楽フェス、買い物



南相馬市役所 市民課
保険年金係（4年目）

渡邊 美沙紀さん

主な業務
国民健康保険給付関係
趣味
旅行、買い物

はじめての異動

皆さん、こんにちは。私は昭和村役場総務課住民係の山内と申します。平成24年4月に採用、保健福祉課配属を経て、平成28年4月の異動で国保業務全般を担当させていただいております。はじめての異動で戸惑いつつも、先輩方のサポートにより何とか日々の業務を務めています。まだ日は浅いですが、国保業務に携わり気づいたことは、以前関わっていた保健・福祉は国保と密接な関係があるということでした。異動前は、住民の健康保持、疾病の重症化予防という観点で保健事業に携わってききましたが、結果としてそれは医療費の抑制につながり、国保の健全な財政運営につながります。今まで分かっていたつもりになっていたことも新たな職場、職務からの観点で見ると、さらに視野が幅広く感じます。これまでの経験を業務に生かし、新たな職場や住民の方に頼られる職員を目指したいと思います。

毎日が勉強

皆さん、こんにちは。南相馬市役所市民課の渡邊と申します。私は、大学を卒業後、平成25年4月に南相馬市役所に入庁しました。市民課保険年金係に配属され、1年目は年金業務を担当し、2年目以降は国保業務を担当しています。今年度で4年目を迎えることとなりましたが、年金制度も国保制度も奥が深く、まだまだ分からないことばかりだと日々感じています。これからもたくさん知識を吸収できるよう頑張りたいと思います。



▲仲間たちと参加した「奥会津ロックフェスティバル2016」



▲「セデッてかしま」は常磐自動車道からも一般道からも利用可能

さて、南相馬市といえば、相馬野馬追が有名ですが、私がおすすめしたいスポットが「セデッてかしま」です。施設内には、相馬野馬追を紹介しているホールやお食事処、外には遊具やドッグランもあります。自宅から近いこともあり、私はたまにお散歩にも行きます。南相馬市にお越しになる際には、ぜひお立ち寄りください。



地域別の医療費の動き

会津地区の一般／退職は対前年比で件数・費用額共に減少傾向にある

平成28年7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。

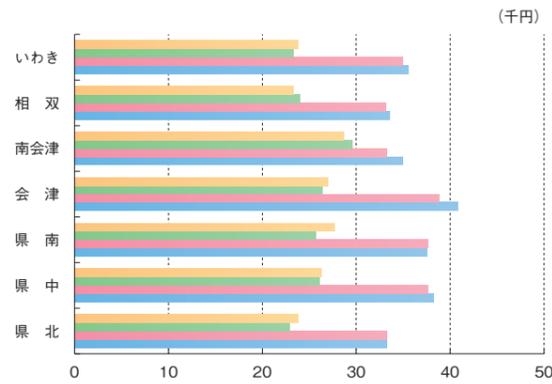
①件数・費用額(医科、歯科、食事・生活療養、調剤、訪看)

(件/円)

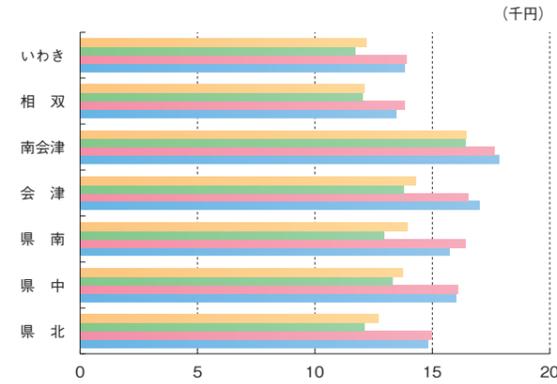
	一 般 / 退 職				後 期 高 齢 者			
	件 数	対前年比	費 用 額	対前年比	件 数	対前年比	費 用 額	対前年比
県 北	158,159	96.66%	3,164,255,499	98.38%	180,850	101.44%	4,878,585,385	100.22%
県 中	161,436	95.60%	3,566,852,033	95.95%	162,456	101.38%	4,930,577,998	99.00%
県 南	39,797	94.86%	965,799,260	100.11%	40,699	99.07%	1,315,043,262	98.11%
会 津	84,993	96.61%	1,887,354,797	98.10%	101,783	99.80%	3,134,799,224	94.56%
南 会 津	9,114	93.97%	229,805,961	90.19%	13,245	101.86%	378,166,646	95.91%
相 双	92,618	96.58%	1,851,490,985	92.87%	73,989	101.02%	2,020,029,879	97.83%
い わ き	117,914	95.10%	2,314,026,403	95.37%	131,298	101.47%	3,626,753,898	98.80%

②諸率(医科、歯科)

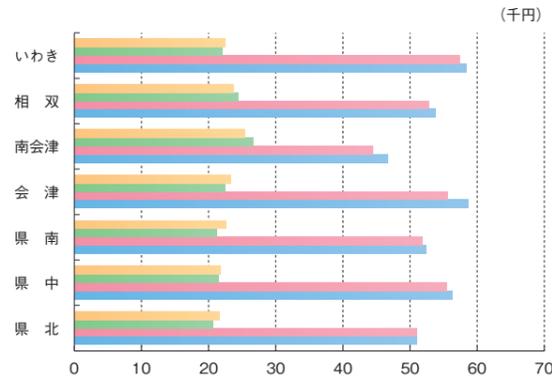
1件当たり費用額



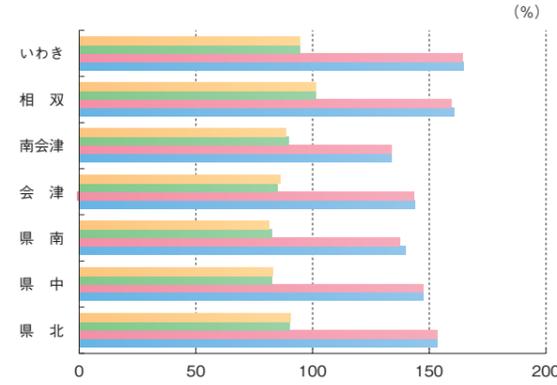
1日当たり費用額



1人当たり費用額



受診率



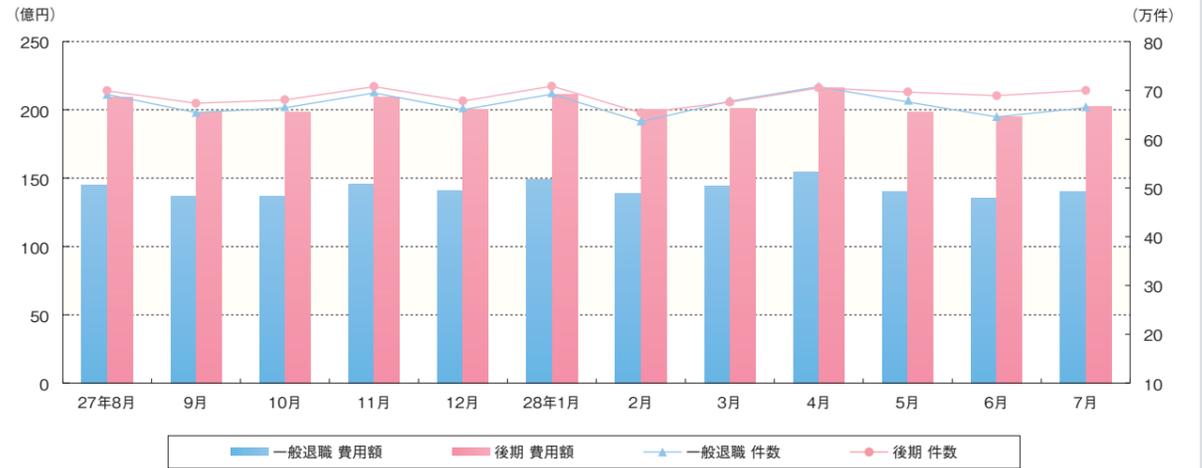
【一般/退職】28年7月審査分 【一般/退職】27年7月審査分 【後期】28年7月審査分 【後期】27年7月審査分

※ 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

後期高齢者数は一年間で約2500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。)

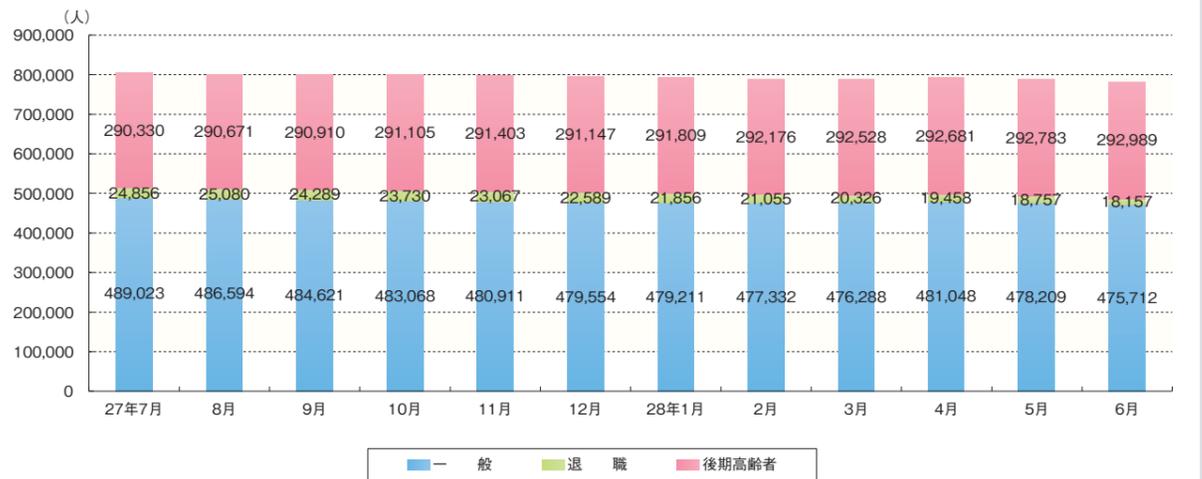


審査月	27年8月	9月	10月	11月	12月	28年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
一般退職	689,999	653,454	664,606	694,417	660,753	694,249	635,390	678,054	707,265	675,135	648,342	669,323
後 期	699,088	673,262	679,339	707,917	678,985	707,987	653,633	676,945	707,400	696,477	683,033	704,320
計	1,389,087	1,326,716	1,343,945	1,402,334	1,339,738	1,402,236	1,289,023	1,354,999	1,414,665	1,371,612	1,331,375	1,373,643

審査月	27年8月	9月	10月	11月	12月	28年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
一般退職	14,537,029	13,695,478	13,724,582	14,597,902	14,107,010	14,947,637	13,969,490	14,435,132	15,445,628	14,088,942	13,536,955	14,065,820
後 期	20,896,710	19,860,527	19,836,098	20,968,198	20,028,598	21,184,738	19,993,563	20,174,625	21,656,180	19,960,141	19,504,644	20,283,956
計	35,433,739	33,556,005	33,560,680	35,566,099	34,135,608	36,132,376	33,963,052	34,609,757	37,101,809	34,049,083	33,041,598	34,349,777

※ 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 28年7月審査分

一人当たり平均費用額の平均は、前号の173,904円と比べて11,803円減

(円)

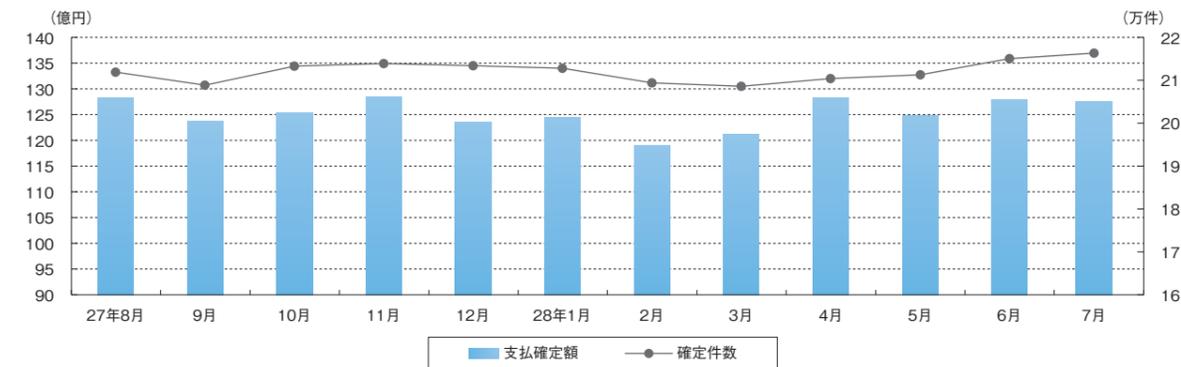
保険者名	一人当たり平均費用額	一人当たり居宅サービス費用額	一人当たり地域サービス費用額	一人当たり施設サービス費用額
福島市	138,312	101,379	163,924	319,260
二本松市	168,888	105,022	152,395	321,369
郡山市	135,370	104,173	181,525	323,338
須賀川市	148,378	104,995	152,257	319,625
白河市	157,862	97,079	159,221	322,226
会津若松市	146,861	101,143	147,717	323,165
喜多方市	159,066	86,081	183,322	321,770
いわき市	138,109	96,659	169,844	311,676
相馬市	170,638	120,963	133,152	316,438
田村市	160,913	105,879	237,451	322,751
南相馬市	155,895	104,823	172,802	306,809
伊達市	145,177	108,518	149,257	329,133
本宮市	162,332	103,955	158,414	312,134
川俣町	157,620	115,322	193,561	332,210
桑折町	159,298	124,607	112,949	317,432
国見町	155,498	121,097	85,084	337,770
大玉村	183,863	118,744	149,543	304,202
鏡石町	164,466	100,019	171,280	323,015
天栄村	193,705	127,689	144,993	327,330
南会津町	146,461	83,233	104,821	321,067
下郷町	176,972	106,344	238,960	328,964
檜枝岐村	157,413	67,191	148,618	294,323
只見町	150,954	76,021	163,129	307,808
磐梯町	169,679	98,652	188,436	312,425
猪苗代町	158,999	87,717	172,436	315,288
北塩原村	164,092	97,045	239,838	318,193
西会津町	168,297	112,017	212,938	297,443
会津坂下町	180,848	117,638	199,357	323,408
湯川村	169,657	99,551	284,554	320,489
柳津町	144,234	74,296	116,851	301,000
会津美里町	169,163	125,067	257,881	324,115
三島町	214,639	133,915	183,980	308,418
金山町	164,913	91,487	143,657	313,721
昭和村	177,105	108,990	0	391,937
棚倉町	163,086	94,516	148,811	313,379
矢祭町	174,962	94,393	270,498	306,051
塙町	148,845	87,317	107,820	310,398
鮫川村	183,115	92,563	318,731	303,693
西郷村	162,018	101,214	158,208	316,264
泉崎村	184,262	122,024	125,742	318,825
中島村	172,565	110,327	221,277	314,754
矢吹町	173,985	103,329	326,914	325,344
石川町	149,158	97,714	136,035	315,508
玉川村	159,626	94,547	193,555	335,988
平田村	158,623	117,751	265,651	327,113
浅川町	135,863	88,276	129,729	322,120
古殿町	182,919	106,798	225,754	332,188
三春町	159,145	105,492	233,545	326,228
小野町	160,570	100,314	229,353	325,873
広野町	155,791	101,896	163,779	333,159
檜葉町	167,098	118,824	133,011	302,362
富岡町	149,580	114,429	153,198	319,764
川内村	184,632	106,204	229,719	314,466
大熊町	156,786	124,519	188,438	303,071
双葉町	151,264	116,480	171,787	318,627
浪江町	144,413	104,291	159,843	302,448
葛尾村	150,081	89,763	186,782	330,039
新地町	158,857	104,707	111,033	320,327
飯舘村	161,037	100,098	176,272	328,913
平均	162,101	103,815	176,943	319,274

※「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。
※サービス受給者一人当たりで算出。

地域サービスの対前年比は受給者数、費用額共に増加

介護の動き

①介護給付費支払状況

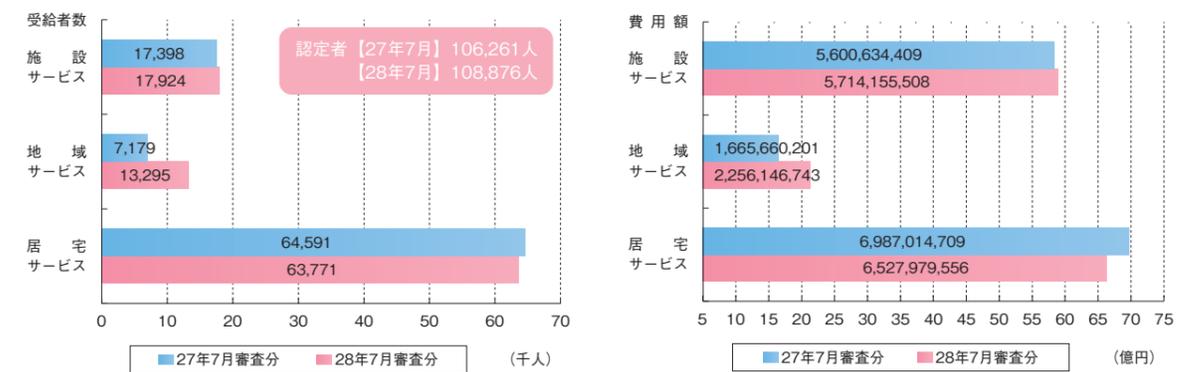


審査月	12年5月	27年8月	9月	10月	11月	12月	28年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
受付件数	63,219	215,960	213,827	218,356	219,521	218,662	217,293	213,872	213,137	216,293	217,417	221,895	221,572
確定件数	60,069	211,852	208,863	213,289	213,991	213,390	212,754	209,359	208,566	211,403	211,351	215,122	216,412
支払確定額	3,837,411	12,836,858	12,366,466	12,541,177	12,839,237	12,364,336	12,440,529	11,900,345	12,128,782	12,815,710	12,494,581	12,802,961	12,751,339

②事業所数



③サービス別 受給者数・費用額(28年7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。



7月

- 1 (金) 国保総合システム操作研修会(国保会館)～6日…①
- 介護給付適正化担当者研修会(福島市)
- 第1回 国保保険者標準事務処理システム担当者説明会(福島市)…②③
- 理事会(国保会館)…④
- 第1回 保健事業支援・評価委員会(国保会館)…⑤
- 東北地方国保運営協議会代表者連絡協議会(若手懇)～15日…⑥
- 東北7県から国保運営協議会の代表者などが集まり、平成28年度の役員選任、前年度の経過が報告された。
- また、各県から提出された議題はすべて提案通りに採択を受けた。
- 再審査部会(国保会館)
- 第三者行為求償事務研修会(福島市)…⑦
- 審査委員会(国保会館)～24日
- 柔道整復審査委員会(国保会館)
- 歯科部会(国保会館)
- 介護給付費審査委員会(国保会館)
- 福島県国保地域医療学会(福島市)
- 国保診療施設関係者の研究発表、「健康寿命の延伸に向けて」をテーマとするシンポジウム「エキスパートが考える先端医療を生かした認知症診療」と題した特別公演が行われた。
- 通常総会(福島市)
- 第三者行為求償事務相談業務(国保会館)

8月

- 27 (水) 保険料(税)適正算定マニュアル研修会(国保会館)…⑧⑨
- 28 (木) 国保料(税)収納率向上対策研修会(管理監督者向け)(福島市)…⑩
- 29 (金) 障害者総合支援市町村担当者研修会(福島市)

9月

- 2 (火) ジェネリック医薬品セミナー(福島市)…⑪
- 9 (火) 国保地区部会連絡会議(国保会館)…⑫
- 12 (金) 広報委員会(国保会館)
- 18 (木) 再審査部会(国保会館)
- 23 (火) 審査委員会(国保会館)～21日
- 柔道整復審査委員会(国保会館)
- 歯科部会(国保会館)
- 健康なまちづくりシンポジウム(東京都)
- 介護給付費審査委員会(国保会館)
- 全国市町村主管課長研究協議会(東京都)
- 第2回 保健事業支援・評価委員会(福島市)
- 第三者行為求償事務相談業務(国保会館)
- 24 (水) 第2回 国保保険者標準事務処理システム担当者説明会(福島市)…⑬
- 25 (木) 介護サービス苦情処理委員会(国保会館)
- 29 (月) 再審査部会(国保会館)
- 9 (金) 審査委員会(国保会館)～25日
- 15 (木) 柔道整復審査委員会(国保会館)
- 22 (木) 歯科部会(国保会館)
- 23 (金) 介護給付費審査委員会(国保会館)
- 26 (月) 第三者行為求償事務相談業務(国保会館)



第33回「健康なまちづくり」シンポジウム

平成28年8月23日(火) 東京都千代田区一ツ橋 「一ツ橋ホール」

健康長寿社会に向けて、健康無関心層にまで届くまちづくり



基調講演で熱心に話す久野教授



梶原町の取り組みについて説明する矢野町長

国保中央会主催の第33回「健康なまちづくり」シンポジウムが開催され、都道府県や市町村、国保連合会の保健事業担当者など約680名が参加した。

基調講演では筑波大学大学院人間総合科学研究科の久野譜也教授が「健康長寿社会を可能とする健幸都市とは」と題し、健康無関心層への取り組みの必要性や海外の事例なども交えた超高齢化社会において目指すべき健康都市について講演した。

続くシンポジウムでは「健康無関心層まで届く健康づくりを考える」というテーマの下、首都大学東京の星旦二名誉教授をコーディネーターに迎え、4名のパネリストから各市町村での取り組みについて報告があった。高知県梶原町の矢野富夫町長は、住民との意見交換会の充実や、「健康文化の里づくり推進員」制度への多数の町民の参加により健康意識が高まり、これが魅力的なまちづくりへと繋がり、人口減少に歯止めがかかり始めたことを報告した。



参加者に問いかける星コーディネーター



真剣な表情で耳を傾ける参加者

平成28年度 全国市町村国保主管課長研究協議会

平成28年8月24日(水) 東京都千代田区一ツ橋 「一ツ橋ホール」

目前に迫る国保改革と各地域での取り組み報告

平成28年度全国市町村国保主管課長研究協議会には、全国から市町村国保の課長を中心に約800名が参加した。開会に際し挨拶に立った国民健康保険中央会の原勝則理事長は「社会保障制度の持続可能性を高めていくためには、制度改革と並んで、地域における保健事業の取り組みがきわめて重要であり、国保連合会、国保中央会でもこれを支えるため、地域の状況を的確に把握し、効果的な健康づくりをサポートする取り組みを進めていきたい」と挨拶した。

厚生労働省保険局国民健康保険課長の榎本健太郎氏による講演では「国保制度改革の検討状況について」と題し、平成30年度に迫る国保改革に向けた現状報告と改革までの課題、スケジュール、保険者への影響と必要とされる対応等について説明が行われた。

シンポジウムでは、「保険者努力支援制度に向けた取り組み」と題し、5名の市町村担当者が発表を行った。福岡県飯塚市の第三者行為求償の取り組み強化事業や鹿児島県奄美市の収納率向上アドバイザー派遣事業を利用した滞納対策事業など、現場からの熱のこもった報告に、参加者たちも熱心に耳を傾けていた。



主催者挨拶をする原理事長



市町村担当者による発表



国保改革について説明する榎本氏



質問する助言者

編集後記

ふくしまの国保、第二号はいかがだったでしょうか？取材や原稿に追われていた8月、日本は連日オリンピックで盛り上がり上がっていました。日本は史上最多となる41個のメダル獲得、テレビや新聞は明るいニュースで溢れ、日本全体が元気になったような気がします。メダルの獲得如何にかかわらず、真剣に一つのことに取り組む選手たちの姿にはとても感動しました。4年後は東京オリンピック、今から楽しみにしつつ、また元気に応援できるよう4年間健康で頑張ろうと気持ちを新たにしました。(五)

事業振興課保健事業係から

保健師劇団を活用ください



福島県在宅保健師の会「絆」^{きずな}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伺っております。



平成28年度までは「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。今後は「糖尿病」をテーマに加え、公演を予定しておりますので、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。

問い合わせ

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

費用は掛かりません。お気軽にご相談!

12月

中旬

● 理事会(国保会館)

下旬

● 在宅保健師の会「絆」役員会(国保会館)

中旬

● 第3回保健事業支援・評価委員会(福島市)

24

[木]

● 国保運営協議会連絡会(いわき市) 25日

17

[木]

● 国保制度改善強化全国大会(東京都)

15

[火]

● 国保主管課長部会(福島市)

2

[水]

● 国保問題調査委員会(国保会館)

7

[金]

● 全国国保地域医療学会(山形県) 8日

4

[火]

● 国保料(税)収納率向上対策研修会(中級者向け)(福島市)

連合会行事予定

表紙によせて



橋本広司(ひろじ)さん(71歳)は、郡山市のデコ屋敷で17代続く張り子人形の職人。50年の経験がありながら「作るほど先祖の心が見えてくる。追いつきたい」と語ります。健康長寿の秘訣は「ひょっとこ」。当日もお面を被ってエネルギッシュな踊りを披露してくださいました。「自分をゼロにして心を開放する。すると、世界のすべてが美しく見えて笑顔になれるんです」

福島県国民健康保険団体連合会の様々な情報は

<http://www.fukushima-kokuho.jp> ヘアクセス

—— 福島県国民健康保険団体連合会 ——



連合会HP



広報誌
バックナンバー



E-mailアドレス

「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、よろしく申し上げます。

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。