

保国のしまくふ

シリーズ企画
健康長寿を目指して

「健康長寿」の浸透を目指す
須賀川市 健康長寿推進事業

市町村紀行

いわき市

2018年3月
第66巻4号

4

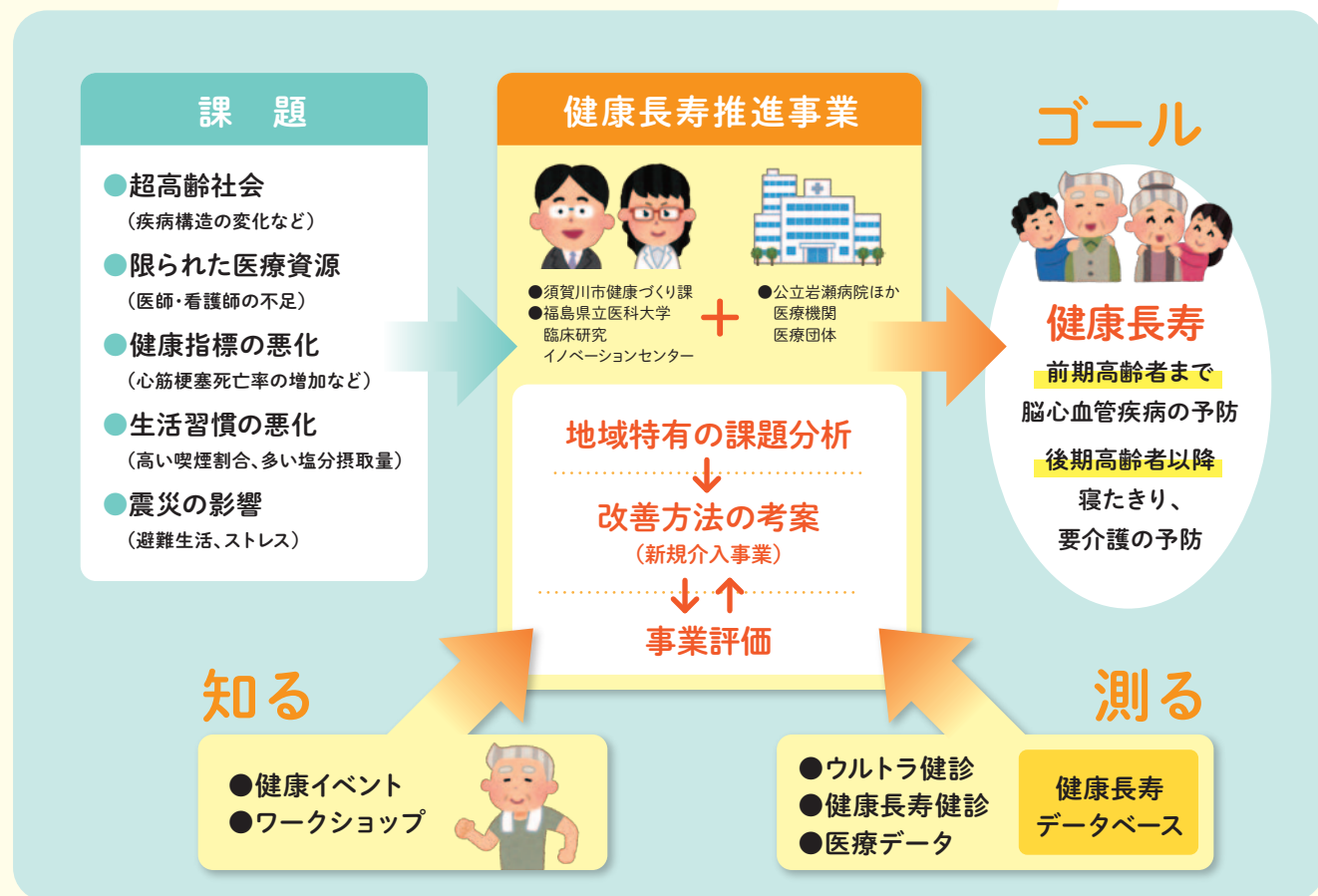


市民主体の健康づくりのために

須賀川市は、特定健診の受診率が県平均と比べて低く、生活習慣病を原因とした死亡率が高いという課題を抱えています。課題を解決し、「健康寿命」を延ばすことを目的に、市では平成26年度より「健康長寿推進事業」を開始しました。主管課である健康福祉部健康づくり課は、一般事務員に加え、保健師や管理栄養士など多職種を配置し、事業に取り組みます。

さらに本事業には、市から委託を受ける形で福島県立医科大学臨床研究イノベーションセンター（以下「イノベーションセンター」）が参加、事業を支援しています。イノベーションセンターは福島県民の健康寿命を日本トップレベルにすることを目指し、医療者の育成や健診情報データベース化などを通じた健康長寿事業の支援等を行う研究機関です。今回の事業には、センター長はじめスタッフが総動員で参画しており、ブランドデザイン策定段階から助言や指導に携わっています。

（図表1）須賀川市健康長寿推進事業グランドデザイン／



「知る」観点からの取り組みは、須賀川市独自の健診制度の導入です。健康寿命延伸のためには、年齢層ごとの健康課題に応じた対策が必要と考え、通常の特定健診と後期高齢者健診に加え、「ウルトラ健診」と「健康長寿健診」という2つの独自の健診制度を導入しました。

「測る」独自の健診

「測る」観点からの取り組みは、市独自の健診の実施とその分析を行う「測る」と、体験型ワークショップを通じて市民への意識づけを行う「知る」の2つの観点からの取り組みを繰り返すことで「健康長寿」の達成を目指します。「様々な立場、職種のメンバーがそれぞれに事業の方策を練ると共に、密に意見交換し、試行錯誤しながら取り組んでいます」と、健康づくり課予防係の永山勇作係長は語ります。

事業のグランドデザイン（図表1）には、須賀川市の健康課題を解決し「健康長寿のまち」を達成するために、「測る」と「知る」の2つの観点から取り組むことが示されています。

シリーズ | 健康長寿を目指して

「健康長寿」の浸透を目指す

健康長寿

須賀川市

推進事業

市民の健康寿命延伸のため、平成26年度より「健康長寿推進事業」を開始した須賀川市。福島県立医科大学臨床研究イノベーションセンターの支援のもと取り組んでいる市独自の先進的な施策についてお話を伺いました。



須賀川市
健康福祉部
健康づくり課
予防係 係長

永山 勇作さん

ふくしまの国保

2018年3月第66巻4号

CONTENTS

- 01 シリーズ 健康長寿を目指して
須賀川市 健康長寿推進事業
- 07 平成29年度
通常総会開催
- 10 市町村紀行「いわき市」
- 14 平成29年度 第5回
保健事業支援・評価委員会
平成29年度
障害者総合支援担当者説明会
- 15 食で元気!
真鯛とあさり、菜の花のアクアパッツァ
- 17 Dr.の健康メモ
関節リウマチの診断と治療の進歩
- 19 健康運動 はじめてのらくヨガ
体幹を強化して、いきいきとした春を迎えよう!
- 21 リレートーク
- 22 DATA LAND
- 27 連合会日誌
- 29 連合会からのお知らせ
連合会行事予定
- 30 貸し出し機材のご案内

「ウルトラ健診」は40歳から74歳までの特定健診対象者、「健康長寿健診」は75歳以上の後期高齢者健診対象者が対象となっています。初年度からの2年間は地区を限定し、指定した病院での施設健診により実施。高血圧症や認知症の早期発見を目的に、健診項目として塩分摂取量に関する検査や認知度チェックを設定しました。初年度は案内を出したうちの約9%が受診、平成28年度は約15%へと受診率を伸ばしました。

(図表2)平成29年度 ウルトラ健診・健康長寿健診 検査項目

■ウルトラ健診（40～74歳の特定健診対象者）
※平成29年からは、特定健診に下記項目を加えた内容をウルトラ健診としています。

検査項目	内 容
尿中塩分摂取量測定	採尿により一日に摂取した塩分量を調べます。

■健康長寿健診（75歳以上の後期高齢者健診対象者）

区分	検査項目	内 容
集団健診	握力測定	筋力測定を行い、運動器の衰えを調べます。
	ミニコグテスト	記憶力や判断力の認知機能を調べます。
施設健診	握力測定	上に同じ
	ミニコグテスト	上に同じ
	AGE検査	糖尿病と関連性の深い終末糖化産物について検査します。
	ロコモ健診	ロコモティブシンドローム※の発見・予防のため、10m通常歩行検査、握力測定、筋肉量測定を行います。
	認知症検査	簡単な質問に答えていただき、認知症の程度をチェックします。

※骨や関節、筋肉などの運動器が衰えること。

福島県立医科大学附属病院
臨床研究教育推進部副部长・特任講師

大前 憲史先生

3年目となる平成29年度からは、記憶力や判断力の認知機能を調べるミニコグテストを追加するなど一部検査項目を見直した上で、須賀川市全域に事業を拡大。更に、従来の施設健診に加え、集団健診での受診も可能となりました。（図表2）

健診後には、結果説明会も実施し、イノベーションセンターの医師による健診結果の説明や指導を受けることができます。初年度より説明・指導を行う大前憲史医師は「説明会参加者には「ご自身の健診結果を持参してもらいますが「思っていたよりも数値が悪かった」という方も少なくありません。健診結果に対してのアドバイスはもちろん、普段の食事に関することや家庭で気をつけるべきことなど日々の疑問も気軽に質問できる雰囲気づくりに努めています」と語ります。

さらに、健診で集められたデータは受診者の同意を得た上で集約され、医療・介護関連データと統合し、イノベーションセンターが分析を行います。事業に参加する医師によって、経年的な分析が行われることで、地域特有の健康問題を見つけることが可能となります。また、その改善に向けて保健事業の方針や次年度以降の健診項目についての検討を行うなど、分析をもとに、より効果的な施策が検討されています。

こうした先進的な取り組みを行うにあたっては、市民への周知と理解

WSは好評を博し、平成27年度には年3回、平成28年度には年4回、平成29年度には4回と、毎年実施しています。

また、平成27・28年度には「健康長寿推進事業」を市民へ周知するためのイベントとして「健康長寿ワークショップ（以下「健康長寿WS」）」も実施しました。市の保健事業の拠点である保健センターの各フロアを利用して、「食と健康コーナー」「歯科相談コーナー」といったブースを設置。医師や歯科医への健康相談、薬剤師へのお薬相談を行えるほか、減塩味噌汁の試食やヨガインストラクターによる運動教室へ

の参加など健康に関する様々な体験ができます。また、イノベーションセンターによる健診結果分析内容についての講演会も実施し、健康長寿推進事業の周知に努めました。

来場の呼びかけとして回覧板を活用したチラシ配布や、来場者にくまなくブースを周ってもらうためにスタンプラリー形式のシートを配布するなど工夫を凝らし、多くの来場者がありました。

体験し、楽しみながら健康を「知る」ことができるWSを通して、市民へ確実に健康長寿への意識が芽生えています。

「知る」体験型 ワークショップ

健康長寿推進事業のもう一つの大きな取り組みは「知る」観点からの取り組み、体験型ワークショップの実施です。

「食と健康のワークショップ（以下「食と健康のWS」）」は、日々の食生活から健康を目指すための講座です。グループディスカッションや調理実習など、体験型の学習方法

を採用。市民同士で交流を深め、意見交換を活性化することで、市民主体の健康づくりを目指します。参加者はグループに分かれてテーマに対する意見を出し合い、日々の食生活への生かし方を探っていきます。野菜の正しい摂り方について考える回、だしの魅力について考える回など、テーマは様々。健康づくり課の管理栄養士、保健師、イノベーションセンターの医師などが参加者をサポートし、専門的な見聞からアドバイスをします。

このWSには、市民が意欲を持つて取り組める仕組みがあります。「WSに一度参加した市民は、次のWSではボランティアスタッフとして役割を持ちます」と、同課の須田直子管理栄養士。ボランティアスタッフはWSの企画段階から運営に携わります。WSの最中もチーム名「チームそこがみそ」のロゴが入ったおそろいのTシャツを身に付け、先輩として新規参加者をフォローしたり、グループ討論のリーダーとなり話し合いを盛り上げるなど中心的な役割を果たします。運営側として関わることで意欲が芽生え、リピート参加へとつながっています。この



▲市民が中心となり、企画から運営まで行う「食と健康のWS」の様子。

須賀川市
健康福祉部
健康づくり課
管理栄養士

須田 直子さん



▲「広報すかがわ」では健康長寿推進事業に関する情報を定期的に紹介しています。

須賀川市
健康福祉部
健康づくり課 課長

大槻 和之さん

が必要になります。同課が活用したのは市の広報紙。年に一度、見開きの特集を組み、図表やデータを用いながら事業内容をわかりやすく紹介しています。

また、健診結果説明会でも「なぜこの検査が必要なのか」「健康であ



周知とリソースの有効活用で 効果的な事業を

「健康長寿推進事業」として独自の健診や参加型WSに力を入れている根底には、「市民一人ひとりが主体的に生活習慣病予防を実践できるよう」という事業の理念があります。

大槻課長は「市民一人ひとりに『自分の健康は自分で守る』という意識を持つてもらいたいです」と言葉に熱を込めます。「行政や医療機関はあくまでサポーター。自ら行動を起こさなければ、健康長寿は目指せません。そこで、特徴的な事業であるウルトラ健診、健康長寿健診を

周知して、まずは『健康長寿』という考え方を広めるところから始めたのです」と語ります。ユニークなネーミングや検査項目、丁寧な健診結果説明会が奏功し、市民の関心度を向上させたのは前述の通りです。

さらに、市民が関心を持つと同時に、事業を継続的、そして効果的に実施するために必要なのが「限りあるリソースをどう使うか」だと大前医師は語ります。

例えば事業初年度のウルトラ健診・健康長寿健診を振り返ると、受診率は9%に留まりましたが、対象者へ事前に行う問診票での基本調査の回答率は80%に上りました。

「回答率の高かった問診票の内容をより精緻にして、ハイルスクに該当する人を把握できるかなど今あるリソースを活用する方法を考えていく必要があります」と大前医師は語ります。

また、成果を出すためには関係機関と共に取り組むことも重要です。健康長寿推進事業では市とイノベーションセンターが情報共有、意見交換をしながら事業運営を進めていますが、必要に応じて

地元の医療機関や医師会、歯科医師会、薬剤師会等の医療従事者との連携を取っています。

「意見交換や情報共有の場をつくることで、それぞれが個別に動くよりも効率的な取り組みができると考えています」と大前医師。

周知活動による意識づけと、限りあるリソースの上手な活用が、事業継続と、効果的な結果を生むことへとつながります。

「健康長寿」の意識を 当たり前のものに

事業の目標である「健康長寿のまち」を目指し、健診やWSを開始してから3年が経とうとしています。

「今年度より須賀川市全域に健診エリアを拡大したことで、本格的にデータが揃い、より明確に課題が見えてくるでしょう。『知る』の段階を超えたら『生活に浸透する』段階を目指したいです」と大槻課長。大前医師は「健診もWSも『参加していないほうが、むしろ格好がつかない』と意識が変わるくらい、当たり前のものにしていきたいですね」と



展望を語りました。

須賀川市の取り組みは、独自の健診の実施やその結果に対する医療的観点からの継続的な分析を繰り返すことで、日々進化しています。その一方で、「健康長寿への意識」を根付かせるために、WSの開催やチラシ配布など、地道な取り組みを継続しており、その両輪が上手く回ることで大きな目標達成へ一歩一歩近づいています。

従来とは違った方向からの新たなアプローチと地道な継続により、中長期に渡る当該事業は、全市民を巻き込みながら成熟した事業となっしていきます。変化が芽生え始めた須賀川市民の意識は、行政と関係機関の熱意あふれる連携によって今後さらに花開いていくことでしょう。

シリーズ企画「健康長寿を目指して」を終えて

様々な健康長寿の形

前担当者から広報誌の編集業務を引き継ぎ、「健康長寿を目指して」というテーマで2年継続の記事を作成することとなった当初、私自身の「健康長寿」という言葉に対してのイメージは漠然としたものでした。

しかし、この2年間、県内外の取り組みを取材し、健康長寿には様々な形があることに気が付きました。健康に留意した生活を心がける、自分に合った運動を続け健康状態を維持する、といった形がある一方、病気や認知症になった時にも、症状とうまく付き合え、また周囲の理解と支えを得ることで、その人らしく生きる健康長寿の形があることを知りました。

福島県では塩分摂取量が多い、喫煙率が高いなどの従来からの問題に加え、震災以降はストレスや運動不足などにより健康状態がさらに悪化しています。厚生労働省が実施した2016年の調査によると、健康寿命は男性72・14歳（全国36位）、女性

74・79歳（同24位）であり、今後もしらなる取り組みが求められます。

そうした課題を抱えつつも、県内各地で多くの人が、各々が考える健康長寿のあるべき姿を目指し、工夫しながら取り組んでいることを取材を通して感じました。

人と人との つながりを大切に

健康長寿を目指す多様な取り組みがある中で、共通して重要だと感じたことがあります。それは、人と人とのつながりを大切にすることです。

「一人ではなくみんなで」、「地域全体で」といった言葉は、取材した数多くの場所で聞かれました。一つひとつの点がつながり、線となり、線が集まることで面となり、面が組み合わさって空間となるように、健康長寿に向けての取り組みも、個人個人の活動がつながり、組織となり、ひいては地域全体での取り組みとなっていくことで、より大

きな効果を生み出します。

また、近年の研究では、閉じこもりがちになる高齢者が周囲の人との関わりを持つことや、社会的活動に参加することは健康寿命の延伸に大きな影響を与えることが明らかにされています。つながることの大切さは、事業を实践する側だけでなく、市民や患者といった参加者側においても同じく重要なことと言えます。

いくつになっても、 生き生きと笑顔で生きる

健康長寿を考えると、身体的健康はもちろんですが、毎日を生きたきと笑顔で過ごすことができてこそ、健康長寿を達成していると言えるのではないのでしょうか。

人はみな年を取り、老いにより体力や記憶力が衰えることは避けられませんが、老いてなお、一人ひとりがその人なりの健康状態を維持する努力をし、自分らしく生き生きと笑顔で過ごすことができるような生きがいを見つけること、また地域全体でそれを理解し支えることが、健康長寿を達成する上で重要なことだと考えます。

今後、住民が生き生きとした毎日を送れるようサポートする保健・

医療関係者の役割は、より重要度を増してきます。国が推進する地域包括ケアシステムの構築により、組織間の連携を図りながら、支援する環境づくりにさらに力を注いでいかなければならないと感じました。

おわりに

本シリーズを通し、私は健康長寿とは「人とのつながりを大切に、その人らしく生き生きと笑顔で毎日を過ごすこと」だと考えます。

本県の高齢化は今後、より一層拍車がかかります。健康長寿の達成に向けては解決しなければいけない課題が山積していますが、個人や組織の活動とともに、市町村や地域が協力して取り組みを進めることで、福島県全体の健康長寿の実現へと近づいてほしいと思います。

本記事が、自分自身や自分の住む地域などそれぞれの立場のことに置き換えて、健康長寿について考える一助となれば幸いです。

最後に、取材にご協力いただいた皆様、ご拝読いただいた皆様に心から感謝いたします。ありがとうございました。

五十嵐



議決事項25件いずれも原案通り可決

提出議案

- 報告事項**
報告第1号 引当資産の処分の専決処分について
報告第2号 平成29年度補正予算の専決処分について

- 議決事項**
議案第1号 規約の一部改正について
議案第2号 平成30年度事業計画
議案第3号 平成30年度負担金及び手数料等
議案第4号 積立資産及び引当資産の処分について
議案第5号 平成30年度一般会計歳入歳出予算
議案第6号 平成30年度診療報酬審査支払特別会計歳入歳出予算
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
議案第7号 平成30年度後期高齢者医療事業関係業務特別会計歳入歳出予算
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)
議案第8号 平成30年度国保基金特別会計歳入歳出予算
議案第9号 平成30年度介護保険事業関係業務特別会計歳入歳出予算
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)
議案第10号 平成30年度障害者総合支援法関係業務等特別会計歳入歳出予算
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
議案第11号 平成30年度特定健康診査・特定保健指導等事業特別会計歳入歳出予算
A 業務勘定(特定健診・特定保健指導)
B 特定健診・特定保健指導等費用支払勘定
議案第12号 平成30年度妊婦健康診査委託料支払特別会計歳入歳出予算
議案第13号 平成30年度レセプト点検業務特別会計歳入歳出予算
議案第14号 平成30年度職員退職金特別会計歳入歳出予算
議案第15号 平成30年度福島県国民健康保険団体連合会一時借入金について
議案第16号 平成29年度一般会計歳出補正予算(第3号)
議案第17号 平成29年度診療報酬審査支払特別会計歳入歳出補正予算(第4号)
A 業務勘定
D 出産育児一時金等に関する支払勘定
議案第18号 平成29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4号)
A 業務勘定(後期高齢)
C 公費負担医療に関する診療報酬支払勘定(後期高齢)
議案第19号 平成29年度保険財政共同安定化事業・高額医療費共同事業特別会計歳出補正予算(第1号)
議案第20号 平成29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3号)
A 業務勘定(介護)
B 介護給付費等支払勘定
議案第21号 平成29年度障害者総合支援法関係業務等特別会計歳入歳出補正予算(第3号)
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
議案第22号 平成29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3号)
A 業務勘定(特定健診・特定保健指導)
議案第23号 平成29年度妊婦健康診査委託料支払特別会計歳入歳出補正予算(第1号)
議案第24号 平成29年度職員退職金特別会計歳入歳出補正予算(第1号)
議案第25号 役員の補欠選任について



▲議長の添田村長 ▲挨拶をする大和田副会長 ▲開会の宣言をする三澤副会長

総会は三澤豊隆副会長(湯川村長)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大和田昭副会長(小野町長)は「平成30年4月からの新たな国保制度は、これまで市町村が積み上げてきた国保運営の経験を踏まえつつも、県に国保運営の中心的役割を担っていただくものであり、新制度を円滑かつ安定的に運営していくためには、県、市町村及び国保連合会が引き続き協力、連携していくことが重要である。本会としても、国保保険者の共同体としての責務を果たすべく、保険者ニーズに即した事業運営を図ると共に、新制度に対応する各種システムの安定稼働を進めるなど、平成29年2月に策定した中期経営

計画の理念と基本方針に基づき、新制度の円滑移行そして安定運営に向け、積極的にその役割を果たしていく所存である」と述べた。続いて、天栄村の添田勝幸村長が議長に選出され、議事へと入った。まず、事務局から引当資産の処分の専決処分と平成29年度補正予算の専決処分の2件について報告があった。議決事項に移ると、平成30年度事業計画、一般会計及び特別会計歳入歳出予算等、全25件の議決事項について、慎重なる審議の結果いずれも承認・議決され、三澤副会長の閉会の挨拶により今総会の幕が閉じた。

福国連公告第258号

平成30年2月28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

1 積立資産及び引当資産の処分
(1)減価償却引当資産(平成29年度)
(2)退職給付引当資産(平成30年度)
(3)財政調整基金積立資産(平成30年度)
(4)減価償却引当資産(平成30年度)

平成30年3月30日

福島県国民健康保険団体連合会
会 長 鈴木 和夫

福国連公告第259号

平成30年2月28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

1 平成29年度一般会計及び特別会計歳入歳出補正予算
(1)平成29年度一般会計歳出補正予算(第2号)
(2)平成29年度一般会計歳出補正予算(第3号)
(3)平成29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)
(4)平成29年度診療報酬審査支払特別会計歳出補正予算(第3号)
(5)平成29年度診療報酬審査支払特別会計歳入歳出補正予算(第4号)
(6)平成29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)
(7)平成29年度後期高齢者医療事業関係業務特別会計歳出補正予算(第3号)
(8)平成29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4号)
(9)平成29年度保険財政共同安定化事業・高額医療費共同事業特別会計歳出補正予算(第1号)
(10)平成29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)
(11)平成29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3号)
(12)平成29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2号)
(13)平成29年度障害者総合支援法関係業務等特別会計歳入歳出補正予算(第3号)
(14)平成29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)
(15)平成29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3号)
(16)平成29年度妊婦健康診査委託料支払特別会計歳入歳出補正予算(第1号)
(17)平成29年度職員退職金特別会計歳入歳出補正予算(第1号)

平成30年3月30日

福島県国民健康保険団体連合会
会 長 鈴木 和夫

福国連公告第260号

平成30年2月28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

1 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30年3月30日

福島県国民健康保険団体連合会
会 長 鈴木 和夫

福国連公告第261号

平成30年2月28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

1 平成30年度一般会計及び特別会計歳入歳出予算
(1)平成30年度一般会計歳入歳出予算
(2)平成30年度診療報酬審査支払特別会計歳入歳出予算
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)平成30年度後期高齢者医療事業関係業務特別会計歳入歳出予算
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)平成30年度国保基金特別会計歳入歳出予算
(5)平成30年度介護保険事業関係業務特別会計歳入歳出予算
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)
(6)平成30年度障害者総合支援法関係業務等特別会計歳入歳出予算
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
(7)平成30年度特定健康診査・特定保健指導等事業特別会計歳入歳出予算
A 業務勘定(特定健診・特定保健指導)
B 特定健診・特定保健指導等費用支払勘定
(8)平成30年度妊婦健康診査委託料支払特別会計歳入歳出予算
(9)平成30年度レセプト点検業務特別会計歳入歳出予算
(10)平成30年度職員退職金特別会計歳入歳出予算

平成30年3月30日

福島県国民健康保険団体連合会
会 長 鈴木 和夫

福国連公告第262号

平成30年2月28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

1 平成30年度福島県国民健康保険団体連合会一時借入金

平成30年3月30日

福島県国民健康保険団体連合会
会 長 鈴木 和夫

議決事項

平成30年度事業計画について

基本方針



▲事業計画について話す片平事務局長

中期的な視点に立ち、新たに生じる課題や財政の健全化を含めた計画的な事業運営と財政運営を明確にし、引き続き保険者の負託に応えるため策定した平成29年度から平成33年度までの5か年の「中期経営計画」に基づき、次の通り基本方針を定める。

- 1 保険者事業運営の支援
- 2 新たなニーズ・課題への取り組み
- 3 健全で効率的な組織運営への取り組み

重点事業

各基本方針に沿って、以下の事業を重点事業として事業展開していく。

- 1 保険者事業運営の支援
(1)医療費適正化の推進

平成30年度一般会計・各特別会計歳入歳出予算について

当初予算額は約10%減



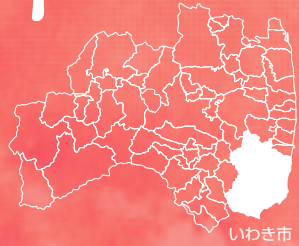
▲予算について説明する藤田総務課長

平成30年度の本会会計は、一般



市町村 紀行

保険者を
訪ねて



いわき市

いわき市 国民健康保険の概要

		平成26年度	平成27年度	平成28年度
国保世帯数	(世帯)	51,014	50,197	48,274
国保加入割合	(%)	24.99	24.27	23.02
収納率(現年度分)	(%)	85.93	86.08	86.37
被保険者数	(人)	83,785	80,769	76,258
一人当たり医療費 (一般・退職の計)	(円)	348,607	358,772	355,959
調剤報酬一人当たり額 (一般・退職の計)	(円)	79,485	86,378	81,608
特定健診受診率	(%)	29.82	31.35	32.25

福島県浜通り南部に位置するいわき市は、県内で最大の人口および面積を誇ります。

特産品のメヒカリを始めとする水産物はもちろんのこと、温暖で安定した気候からトマトやシイタケ、コメなどの農作物の生産も盛ん。市産米「いわきライキ」は（二財）日本穀物検定協会の食味ランキングにおいて、平成28年度より2年連続で「特A」を取得し、「高い評価を受けています。奈良時代から親しまれていると言われるいわき湯本温泉は、肌をなめらかにする泉質を持つ「美人の湯」。江戸末期の純和風建築を模した外観が一際目を引く公衆浴場「さはこの湯」には地域住民から観光客まで多くの方が訪れ、英気を養っています。

会計・特別会計を合わせ10の会計があり、特別会計には14の勘定がある。当初予算額合計が5990億1016万9千円であり、レセプト点検業務特別会計が新設されたが、保険財政共同安定化事業・高額医療費共同事業の廃止に伴う特別会計廃止により、結果的に前年度比89・89％となっている。

図1

主要会計当初予算は約5％増

本会予算総計の約99・5％は「保険者等から医療費等を受け、医療機関等へ支払う」という、診療報酬等の受払いである。この受払いを除いた、本会業務運営経費を経理する主要会計当初予算は29億126万8千円で、前年度比95・71％、約1億3千万円の減となっている。後期高齢者医療広域連合電算処理システム機器更改に係る支援業務（約7千万円）等の新規業務などにより、約2億8千万円の予算増の一方で、固定的な業務経費についてのシーリングの実施（前年度比98・83％、約3千万円）や新システムに係る機器更改や導入業務等の業務終了（約1億8千万円）などにより、約4億1千万円の予算減となり、結果、1億3千万円の減となった。

図2

主要会計歳入の概要

主要会計歳入の状況は、図3のとおりで、手数料（国保）は国保情報集約システム手数料（約8千1百万円）及びレセプト点検手数料（約3千4百万円）の新設により予算増となっている。補助金は国保情報集約システム導入関連の補助が終了したため予算減となった。また、積立金繰入金については、減価償却引当資産を財源とする独自システム開発や業務端末の一括調達等が完了したため予算減となった。繰越金は平成29年度の各会計においてマイナス収支の影響により予算減となっている。

主要会計歳出の概要

主要会計歳出の状況は、図4のとおりで、人件費はほぼ前年度同額を計上している。委託料は国保情報集約システムの運用開始等の増要因はあるが、独自システム開発や保険者回線の高速化等の業務が完了したため予算減となっている。負担金補助交付金については、国保中央会への国保総合システム開発分担金の支出が完了したため予算減となっている。積立金については、減価償却引当資産の積立額を増額したため予算増となっている。

図1

平成30年度各会計 当初予算一覧表 (単位:千円)

会 計	予 算 額	前年度比
一 般 会 計	313,617	99.75%
診療報酬審査支払特別会	150,242,484	94.46%
（業務勘定）	1,193,557	86.12%
国民健康保険診療報酬支払勘定	142,790,149	97.90%
公費負担医療に関する診療報酬支払勘定	5,698,771	76.37%
出産育児一時金等に関する支払勘定	560,007	12.87%
後期高齢者医療事業関係業務特別会計	236,909,773	103.26%
（業務勘定）	1,188,387	95.29%
後期高齢者医療診療報酬支払勘定	235,404,178	103.29%
公費負担医療に関する診療報酬支払勘定	317,208	120.20%
国保基金特別会計	1,490,584	100.00%
介護保険事業関係業務特別会	174,343,456	95.20%
（業務勘定）	278,285	88.82%
介護給付費等支払勘定	173,053,871	95.19%
公費負担医療に関する報酬等支払勘定	1,011,300	100.25%
障害者総合支援法関係業務等特別会計	33,020,230	103.90%
（業務勘定）	79,051	97.42%
障害介護給付費等支払勘定	32,941,179	103.91%
特定健康診査・特定保健指導等事業特別会計	1,181,375	66.87%
（業務勘定）	54,378	96.10%
特定健診・特定保健指導等費用支払勘定	1,126,997	65.91%
妊婦健康診査委託料支払特別会計	1,450,014	93.55%
レセプト点検業務特別会計	43,578	—
職員退職金特別会計	58,636	94.23%
保険財政共同安定化事業・高額医療費共同事業特別会計	0	—
合 計	599,010,169	89.89%

図2

平成30年度主要会計 当初予算一覧表 (単位:千円)

	一般	業務勘定 (国保)	業務勘定 (後期)	業務勘定 (介護)	業務勘定 (障害)	業務勘定 (特定)	レセプト 点検	合計
平成29年度(A)	277,916	1,065,003	1,247,066	304,171	80,680	56,586	—	3,031,422
平成30年度(B)	284,743	985,457	1,188,387	269,434	75,291	54,378	43,578	2,901,268
前年度比(B/A)	102.46%	92.53%	95.29%	88.58%	93.32%	96.10%	—	95.71%

※1 一般会計から県民健康調査受入金・支出金28,874千円を除く
※2 業務勘定(国保)から保険者間調整受入金・支出金208,100千円を除く
※3 業務勘定(介護)から電子証明書発行手数料受入金・支出金8,851千円を除く
※4 業務勘定(障害)から電子証明書発行手数料受入金・支出金3,760千円を除く

図3

平成30年度主要会計歳入予算 (単位:千円)

	一般	業務勘定 (国保)	業務勘定 (後期)	業務勘定 (介護)	業務勘定 (障害)	業務勘定 (特定)	レセプト 点検	合計	前年度比
1 一般負担金	163,692	0	0	0	0	0	0	163,692	100.44%
2 手数料	139	813,810	795,381	171,493	38,567	41,802	34,423	1,895,615	109.17%
3 負担金	0	0	105,036	2,865	0	0	0	107,901	98.16%
4 補助金	11,976	8,249	1,535	4,484	2	2	1,150	27,398	44.14%
5 他会計繰入金	81,368	0	0	0	0	0	8,000	89,368	101.96%
6 積立金繰入金	10,546	106,354	81,761	19,055	4,530	4,265	3	226,514	80.18%
7 繰越金	8,631	56,012	204,294	69,378	31,744	8,304	1	378,364	65.50%
8 その他	8,391	1,032	380	2,159	448	5	1	12,416	102.02%
合 計	284,743	985,457	1,188,387	269,434	75,291	54,378	43,578	2,901,268	95.71%

図4

平成30年度主要会計歳出予算 (単位:千円)

	一般	業務勘定 (国保)	業務勘定 (後期)	業務勘定 (介護)	業務勘定 (障害)	業務勘定 (特定)	レセプト 点検	合計	前年度比
1 報酬	18,693	61,261	56,638	2,847	0	0	0	139,439	100.77%
2 人件費	161,518	169,507	252,643	45,713	16,657	3	8,108	654,149	101.47%
3 需用費	33,377	11,111	10,158	2,794	525	118	678	58,761	102.71%
4 役務費	3,169	30,629	20,660	17,516	1,394	910	48	74,326	84.05%
5 委託料	16,733	409,081	428,968	42,274	4,782	29,574	11,316	942,728	93.50%
6 負担金補助交付金	14,460	41,313	36,934	46,337	14,633	7,092	8	160,777	66.68%
7 積立金	4,001	148,900	134,674	30,713	5,543	5,270	87	329,188	153.58%
8 公課費	1,364	23,100	25,500	4,470	920	760	989	57,103	89.57%
9 繰出金	13,000	42,334	35,349	20,194	7,483	6,009	1	124,370	101.40%
10 その他	14,150	11,285	8,362	4,552	315	532	20,258	59,454	63.44%
11 予備費	4,278	36,936	178,501	52,024	23,039	4,110	2,085	300,973	83.87%
合 計	284,743	985,457	1,188,387	269,434	75,291	54,378	43,578	2,901,268	95.71%

若い世代へ人気、 『スマホドック』

もう一つの新事業は「スマホドック」という自宅で行える血液検査サービスです。スマートフォンやパソコンからインターネットを通じて申し込むと、検査キットが郵送で

届きます。これを使って自分で採血し、返送すると血糖、糖質、肝機能など14項目の健康状態について検査され、その結果がスマートフォン等で確認できるというものです。特定健診の受診対象者となる40歳を控える38歳・39歳の国保加入者1113名に無料でサービスを利用できることを通知したところ、117名の方から申し込みがありました（平成30年2月7日時点）。作山主査は「元々40代の健診受診率は低く、そのような中で100名を超える方に参加いただけたのは大きな一歩でした。申し込み時のアンケートによると、スマートフォンやパソコンから短時間で申し込むことができ、自宅での簡単な採血で検査できるという点が良かったとの声が多かったです。今後

も、アプローチの難しい健康無関心層や若年層に健康へ関心を持つても届きます。これを使って自分で採血し、返送すると血糖、糖質、肝機能など14項目の健康状態について検査され、その結果がスマートフォン等で確認できるというものです。特定健診の受診対象者となる40歳を控える38歳・39歳の国保加入者1113名に無料でサービスを利用できることを通知したところ、117名の方から申し込みがありました（平成30年2月7日時点）。作山主査は「元々40代の健診受診率は低く、そのような中で100名を超える方に参加いただけたのは大きな一歩でした。申し込み時のアンケートによると、スマートフォンやパソコンから短時間で申し込むことができ、自宅での簡単な採血で検査できるという点が良かったとの声が多かったです。今後

新事業の周知徹底に熱意を見せる笠原主任主査兼係長。



住民へのきめ細かな対応について語る作山主査（左）と佐藤主任保健技師（右）。



市での分析の結果「国保の特定健診の全対象者のうち、特定健診も医療機関の受診もしておらず、全く健康状況を把握できていない方が全体の約24%いることが分かっています。特定健診の受診が無いとその先の特定保健指導へつなげることができません。その結果、メタボ該当者が増加し、重症化を招くことになってしまいます。そのため、まずは特定健診受診率と特定保健指導終了率の2つを上げていくことが一番の課題だと考えています」と平山指導保健技師は語ります。

3つのコースで行う 特定保健指導

いわき市では特定保健指導の終了率を上げるための取り組みとして、市内11の医療機関で受けることのできる「医療機関型」、20名ほどが一緒に受ける「教室型」、一人ひとりのペースに合わせた「個別型」の3コースを設置しています。以前は「医療機関型」と「教室型」の2つのコースのみでしたが、特定保健指導率を上げるために、国保年金課で保健指導員を新たに雇用し、平成27年度から個別型を追加した全3コースとなりました。利用者は3つのコースの中から自分が希望する

に医療費適正化へつなげることができるとしています」と笠原係長にお話しいただきました。

特定健診受診率を上げるため、健康無関心層が興味を引くようなインセンティブの設定や、若い世代の身近な利用ツールであるスマートフォンやパソコンを活用した健康チェックなど、アプローチが難しい層をターゲットとした新しい取り組みが進められています。これらの新たな取り組みが多く、健康無関心層・若年層に浸透し、特定健診の受診へより多くの方が進んでほしいと感じました。



いわき市
市民協働部国保年金課の皆さん
左上段から時計回りに、
佐藤主任保健技師、作山主査、
平山指導保健技師、
笠原主任主査兼係長、
遠藤臨時職員、佐川保健指導員、
田中保健指導員、
永山保健指導員

世代や要望に合わせた新施策で、健康の基盤づくりを

全国の市の中で12番目に広い面積を持ち、県内で2番目に多くの国保被保険者約7万人（平成29年10月1日現在）を擁するいわき市。

いわき市の健康への取り組み状況の中で最大の課題となっているのは特定健診受診率の向上です。近年の受診率を見ると、平成25年度は26・89%、平成26年度は29・82%、平成27年度には31・35%と年々数値を伸ばしています。しかし県平均40・11%（平成27年度）や同規模平均35・8%（同）と比較するとまだ低く、より一層の取り組みが必要とされています。いわき市で国保業務を担当しているのは市民協働部国保年金課です。同課の中には5つの係があり、今回は被保険者の資格、国保の給付、保健事業等を担当している調査給付係の笠原主任主査兼係長、平山指導保健技師、佐藤主任保健技師、作山主査にお話を伺いました。

特定健診 受診率向上を目指して

特定健診受診率向上のために、市では特定健診受診料自己負担の無料化、ナイト健診や休日健診の実施、健診カレンダーの配布、医療機関へのポスターやチラシの配布など様々な事業を展開してきました。いわき

市が抱える健康課題について語る平山指導保健技師。



市での分析の結果「国保の特定健診の全対象者のうち、特定健診も医療機関の受診もしておらず、全く健康状況を把握できていない方が全体の約24%いることが分かっています。特定健診の受診が無いとその先の特定保健指導へつなげることができません。その結果、メタボ該当者が増加し、重症化を招くことになってしまいます。そのため、まずは特定健診受診率と特定保健指導終了率の2つを上げていくことが一番の課題だと考えています」と平山指導保健技師は語ります。

こうした中、特定健診受診率を上げるための取り組みとしていわき市では平成29年度から2つの新しい事業をスタートさせました。

平成29年度 第5回福島県国民健康保険団体連合会 保健事業支援・評価委員会

平成30年1月25日（木） 福島市 ホテル福島グリーンパレス「瑞光西の間」



開催の挨拶をする旭副委員長

今年度5回目となる保健事業支援・評価委員会が開催され、データヘルス計画策定中の計19保険者が参加した。

冒頭、旭副委員長より「課題の抽出、目標設定、個別保健事業の計画に対する検討等、盛りだくさんでスケジュール的にもタイトですが、充実したディスカッションをし、今後の事業展開に有益な成果が得られるよう、委員一同適切な助言をできるように努めてまいります」と挨拶があった。



保険者と委員との間で活発な意見交換が行われた



保険者の説明に対し、助言する佐藤委員

対象が19保険者と多いことから、9～10保険者ずつ前後半、更に各2つのグループに分かれ、平成30年度から35年度の6年間の計画期間とするデータヘルス計画について検討が行われた。まず計画策定に対する支援を希望する各保険者から、課題抽出の状況、目標設定の根拠、個別保健事業の計画等について説明があり、それに対して有識者である各委員から目標設定の妥当性やより効果的に事業を実施するための助言等が行われた。データヘルス計画の策定及び展開に向けて、対象保険者による活発な討議・意見交換が行われ、今年度5回目の保健事業支援・評価委員会は幕を閉じた。

平成29年度 障害者総合支援担当者説明会

平成30年2月21日（水） 福島市 杉妻会館 3階「百合」



熱心に耳を傾ける参加者

障害者総合支援法の改正に伴い、来年度から段階的に行われる審査支払業務の見直しの内容について、市町村担当者を対象にした説明会が開催された。

はじめに、主催者を代表して本会介護保険課長から、「障害者総合支援法の一部改正法が平成28年6月3日に公布され、国保連合会に従来からの支払業務に加え、審査業務を委託可能とされた。このことについて本会では、新たに障害福祉係を設置して対応していく。本日は、段階的に導入される審査業務に関して、具体的な事務の流れや共同処理の拡充された機能等について説明させていただきます。効率的な審査支払業務のためには今まで以上に市町村からの正確な情報提供が必要となる。ご理解とご協力をお願いします」旨の挨拶があった。

引き続き本会担当者より、去る平成30年1月19日に宮城県仙台市で行われた「障害者総合支援法等審査支払業務に係る自治体職員等担当者説明会」の内容や審査支払事務の受託に向けた今後の対応について、さらに支給対象者が拡大となる新高額障害福祉サービス等給付費への対応について説明が行われた。



主催者挨拶をする本会安藤介護保険課長



市内のイベントでは測定コーナーなどを展開し、来場者の健康への関心を喚起します。

コースを選択することが可能です。指導を受けている方の中には「個別型で受けていたけど、一人だと続けられないので、教室型で受けたい」などの理由で、次の年に違うコースを希望する方もおり、こうした要望にも対応しています。

佐藤主任保健技師は「モチベーションを維持してもらうために、対象者が自分に合った指導方法を選択できるようにしています。その他にも、目標を達成できているか、続けられているかなど、電話や手紙、訪問等により定期的に声掛けを行い、途中で脱落してしまう方が出ないように、きめ細かなフォローを心掛けています」と話します。

特定健診で見つけた病気の芽を見逃

すことなく摘み取れるよう、住民に寄り添った丁寧な対応をしていることがうかがえました。

組織を超えた連携で より良い保健事業を

特定健診受診率と特定保健指導率の向上を最重要課題と位置づけ新たな取り組みを進めてきたいわき市ですが、平成29年度は市の他の部門や様々な組織との連携を通してより良い保健事業を目指した一年でもあります。

例えば、高齢者への対応について地域包括ケア推進課との連携が検討されています。「それぞれの課が持つ様々なデータを活用することで、市民へ効率よく的確な対応ができるのではないかと、とより良い事業展開に向けて話し合っています。地域包括ケア推進課では各地区を周っているいろいろな事業を行っていますので、来年度は私たちもそこへ参加し、健康に関する情報を伝えていきたいです」と平山指導保健技師は展望を語ります。

また、将来の生活習慣病予備軍を減らしたいとの考えから、いわき市保健所が主催する『いわき わくわく食育フェスタ！』へ参加し、子どもや若い世代への健康意識の向上に取り組みました。血管年齢測定器や血管模型等と共に「子どものうちから生活習慣病を

予防しましょう」といった内容の展示物を掲示したこのイベントでは、「血管年齢測定器での測定結果に驚いた方が詳しく説明を聞いてくれたり、血管模型に興味を持った子どもの親御さんへ動脈硬化となる過程について説明したりと多くの方にアプローチすることができました」と平山指導保健技師は笑顔を見せます。

部門や組織を超えての協力や情報共有により、今ある資産を有効活用し、より良い保健事業を行えるよう努力が続いています。

目標達成に向けて、 日々やれることを

最後に今後の目標を伺いました。平山指導保健技師は「やはり特定健診の受診率を上げ、それにつながる特定保健指導の終了率を上げ、そこから更なる健康づくりへつなげていくためにも、日々やれることを着実に実施していきます」と一貫した姿勢を見せます。

既存の取り組みに加え、今年度からの新たな事業やこれまで以上の他部門等との連携を通して課題解決へ一丸となって取り組むいわき市。様々な工夫が市民へ伝わり、粘り強い取り組みが実を結ぶ日もそう遠くないように感じる取材でした。



1



2

- 1 特産品のメヒカリ。脂の旨みとふんわりした食感が特徴です。
- 2 太平洋の潮目をテーマにした環境水族館「アクアマリンふくしま」。

真鯛とあさり、 菜の花のアクアパッツァ



毎日の「食のチカラ」は、元気の源。

この一年、四季折々の料理をご紹介し、体調に合った食べ方をお伝えして参りましたが、お役に立ちましたでしょうか。いつまでも健康で日々の生活を充実させるために、旬の食材を取り入れて毎日の「食べること」を大切にしましょう。「食で元気！」です。

旬の鯛は「花鯛」とも呼ばれてこの季節に脂がのっておいしくなる魚の一つですが、血流をよくし、花粉症の予防、軽減にも役立つと言われるDHAやEPAなどのn-3系の多価不飽和脂肪酸が多く含まれています。また、春に身がふくらみおおいしくなる貝類のあさりには体調を整えるミネラルも豊富です。その他、旬の菜の花などの春野菜はビタミンAやカロテン、ビタミンCを多く含み、皮膚や粘膜を強くします。風邪を引きにくくし、抗ストレスホルモン生成にも一役買ってくれるので、こまめに食卓にのせましょう。この春は朝ご飯をちゃんと食べてしっかり睡眠を取り、体のリズムを整えて元気に新生活をスタートさせてください。

春先は季節の変わり目で風邪を引きやすかったり、花粉症など不快症状が現れたりするなど体調が崩れがちです。また新しい職場や学校などの新しい環境でストレスを多く抱えるのもこの季節です。この時期には特にホルモンバランスを整える良質なたんぱく質を含む魚介類や、皮膚や粘膜を強くする春野菜がおすすめです。

春先の体調管理には 魚介と春野菜

今回の旬な食材は
真鯛、あさり、
菜の花

旬な食材で
簡単レシピ

食で元気！

テーマ 心身の乱れ対策

春は寒暖の差も大きく体調も崩れがちです。また就職や進学などで新生活が始まる時期でもあり、気づかない内に心身に負担をかけることもあるので要注意です。今回はホルモンバランスを整え、免疫力を高める旬のレシピをご紹介します。

エッセイ・レシピ
橋本 ヨシイ

福島学院大学食物栄養学科講師、管理栄養士。「ヘルシークッキング教室」を主宰するほか、「全国みぞ健康づくり委員会」にてみぞ料理レシピ管理業務を行う。福島中央テレビ「I LOVE キッチン」月曜担当。現代栄養学や薬膳をベースに、健康を考慮したヘルシー料理を得意としている。



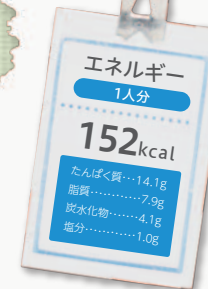
このレシピの作り方が
動画でご覧になれます！

下記のキーワードで
検索いただくか、
QRコードを読み込んで
ご覧ください。



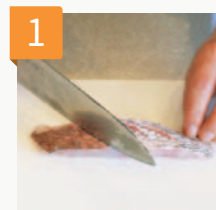
ふくしまの国保

検索



【材料(4人分)】

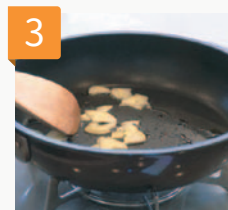
真鯛	2切れ	オリーブ油	大さじ1
塩、白コショウ	少々	白ワイン(又は酒)	50ml
あさり(殻付)	200g	粗挽き	
菜の花	1束	ブラックペッパー	少々
にんにく(薄切り)	2片		



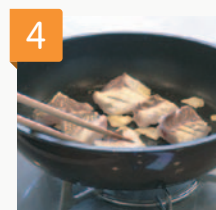
鯛は1切れを2〜3つに切って軽く塩とコショウを振り、4〜5分置く。あさは海水程度の塩水で砂抜きをして流水でよく洗う。



菜の花は、硬い部分を取り除き、3等分の長さに切る。



フライパンにオリーブ油とにんにくを入れて弱火にかける。



香りが出てきたら水気を拭いた真鯛を皮目から入れてカリッと焼く。鯛を裏返して焼き、七分火を通す。



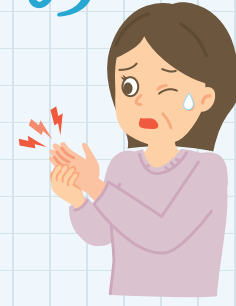
あさりと菜の花を加え、白ワインを振る。中火にして蓋をする。



あさりの口が開くカランとした音がしてきたら蓋を取ってブラックペッパーを少々振りかけて出来上がり。



関節リウマチの診断と治療の進歩



はじめに

日本には約70万人の関節リウマチの患者さんがいます。リウマチと聞くと、骨がぼろぼろになって、手指が曲がって固まってしまう姿を想像される方もまだたくさんいらっしゃるでしょう。しかし、この10年ぐらゐの間に治療方法が著しく進歩した結果、見た目には全く関節に異常のない患者さんも増えました。なぜそのような患者さんが増えたのか、それは良い薬ができただけでなく、その他のやり方も進歩した結果だということをご紹介します。

診断方法の進歩

関節リウマチと診断するには、従来(1)多くの関節が腫れて痛いこと、(2)血液検査で関節リウマチに特徴的な「リウマチ因子(抗体)」が検出されること、(3)朝のこわばりがあること、(4)レントゲン写真で骨が欠けて見えること、などが重要な所見と考えられてきました。しかし、後述べるような効果の高い治療薬が次々に発売されると、良い薬をなる

べく発症早期に患者さんに使ってもらえるよう、新薬の開発に後押しされるように診断方法も進歩しました。まず、血液検査で「リウマチ因子」以外にも信頼性の高い抗体が発見され、誰でも検査できるようになりました。次に、骨以外の関節の構造物が見える画像検査が発達しました。レントゲン検査は主に骨しか写しませんが、超音波検査や核磁気共鳴画像法(MRI)は、関節を包む膜や、骨髄に起きているリウマチの初期病変を写すことがわかってきました。これらの検査方法を駆使して、骨が欠けるほど進行する前に関節リウマチと診断する方法が、2010年にヨーロッパとアメリカのリウマチ学会から共同で発表され、以後広く使われるようになった結果、従来よりも早い時期に関節リウマチと診断することができるようになりました。

評価方法の進歩

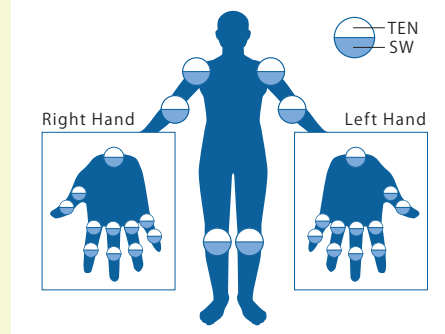
関節リウマチと診断されても、患者さんの症状は一人一人違います。痛くてあつという間に寝たきりに

なってしまう人から、痛みは軽いけれども関節が変形する人など、「どのくらい悪いリウマチか」を客観的に表現することは、実はとても難しいことです。しかし、治療薬の選択肢が増えるにつれ、「どのくらい悪かったらどのくらい強い薬を使うべきか」という判断の基準も求められるようになってきました。いろいろな試みがなされた結果、患者さんの自覚症状、腫れている関節の数、押されて痛い関節の数、CRPや血沈といった検査結果を計算式にあてはめて出された数字で「リウマチの悪さ」を表す方法が広まりました(図1)。この方法だと、患者さんと医療者側が情報を共有でき、治療の目標をより高く設定し、薬剤も選択しやすくなります。すなわち、糖尿病の患者さんに対して血糖値やHbA1cの値をよりどこに薬を選ぶように、リウマチの患者さんにも、計算式で出された数字をよりどころにして薬を選ぶやり方が良いとされています。しかし、リウマチの治療という点では数値目標を立てることはとても効果的ですが、薬の副作用に早く気付くという点では患者

さんのお話を丁寧に聞くということ、が、今でも最も大切です。

図1

リウマチの悪さ(活動性)を表す方法



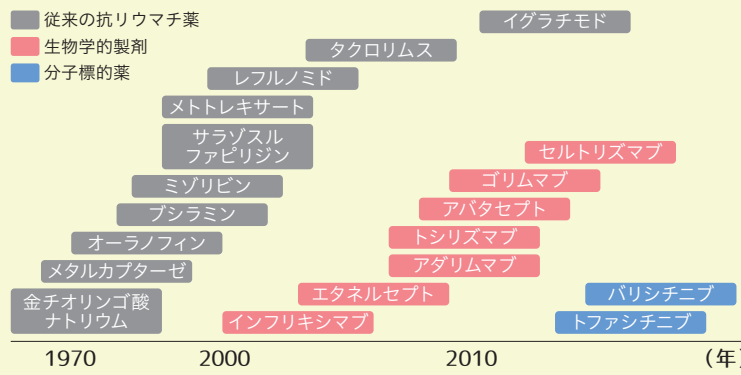
決められた28関節について腫れている関節(SW)の数、押して痛い関節(TEN)の数を数える。患者さんに体の調子を10cmの線の上に表してもらって、「良い」方からの距離を測る。腫れている関節の数、押して痛い関節の数、患者さんの体の調子、CRPあるいは血沈などの検査結果を計算式に入れて、出された数字が高いほど悪く、低いほど良いと評価する。

治療薬の進歩

日本における関節リウマチの治療薬の年表を図に示します(図2)。

図2

日本における抗リウマチ薬の歴史



「分指標的薬」という内服薬も使えるようになってきました。「分子標的薬」も「生物学的製剤」と同様に特定の物質の働きを抑えることによって、関節の腫れや痛みを強力に抑えることができます。

おわりに

より早期に診断し、関節炎の程度を客観的に評価し、より積極的に安全な治療をするためのガイドラインも発表され、「標準的治療」が広まった結果、見た目にはリウマチにかかっているかどうかかわからない患者さんが増えてきました。しかし、解決できていないことはまだまだあります。第一に、リウマチを「本当に治す薬」はいまだにありません。今使われている薬は全て「病気の勢いをおさえている」だけです。リウマチという病気の「本当の原因」がわからなければ、リウマチを「本当に治す薬」はできません。第二に、治療効果の高い薬が非常に高額であることです。薬剤費が負担でぎずに十分な治療を受けられない患者さんもありますし、日本全体の医療費の負担

も増えています。第三に、治療法が進歩したスピードに医師の養成が追いついていません。多くの薬を適切に使えるようになるまでには、医師免許を取得してから10年近い修行が必要です。さまざまな課題は残っていますが、20年前は誰も今のようリウマチが良くなる時代が来るとは想像していませんでした。世界中で協力すれば、いつかリウマチという病気の原因が解明され、リウマチが治る時代が来ることを信じています。

Doctor's Profile

小林 浩子

Kobayashi Hiroko
福島県国民健康保険
診療報酬審査委員会委員



健康運動

はじめてのらくヨガ

今回のテーマ

体幹を強化して、いきいきとした春を迎えよう！

2 木のポーズ

片足でバランスを取るポーズ。体幹が鍛えられると、安定感のある姿勢を保つことができます。



ポイント

転倒しないように、下半身が安定してから背すじを伸ばしましょう。

2

背すじを伸ばし、胸の前で合掌してゆっくり3呼吸。静かに左足を下げて元の姿勢に戻します。

1

左足の裏を右足の付け根にぴったりと付け、まっすぐ立ちます。両足の太ももに軽く力を入れ、互いに押し合わせるように。

3 トラのポーズ

肩こり改善にも役立つポーズ。今回は初心者向けの方法をご紹介します。

1

四つんばいの姿勢をとります。肩の真下に手のひら、腰の真下にひざが来るように位置を調整します。頭とお尻を引き離すようなイメージで背すじを伸ばし、下腹部を軽く引き締めましょう。

2

息を吸いながら右足をゆっくりと後ろに蹴り出しましょう。腰が反りすぎないように注意しながら一息つきます。引き締めた下腹と伸ばした足でバランスを取りましょう。

3

吐く息に合わせて右ひざを額に近づけ、体を丸めます。お腹から息を吐ききったら、息を吸いながらもう一度右足を伸ばして2の姿勢に戻します。呼吸に合わせて2と3の姿勢を5回程度繰り返し、一息ついたら反対側も同様に行います。

ポイント

はずみを付けるのではなく、全身を長く伸ばす感覚でゆっくりと。

心身のバランスを整えて疲労感を軽減

膨大な情報の波に頭と心が翻弄される一方で、機械化によって慢性的な運動不足に陥りがちな現代社会。頭はつねに忙しく動いているのに体が動いていないと、心身のバランスを保てず、疲れが蓄積しやすくなります。

活動的な時間と休息の時間のメリハリが付くよう、心と体それぞれのバランス力を鍛えれば、疲れも軽減。いきいきとした毎日を送ることができます。

「らくヨガ」最終回は、体幹強化によって心身の安定感を生み出すポーズをご紹介します。

Maki Okada

岡田麻紀

福島県郡山市生まれ。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。現在、自治体や企業等で健康運動を指導している。



1年を振り返って…

誰でも自宅で気軽にできるヨガのポーズをご紹介いたしました。ヨガは「結ぶ」という意味があります。健康の秘訣は、心の声と身体の声聞きながら、心身がつながってともに喜ぶような、心地よい運動を継続することです。ぜひ楽しんでヨガを続けてください。ありがとうございました。

1 瞑想の基本

まずは凝り固まった心身を瞑想で解きほぐします。第1号でご紹介した呼吸法と似ていますが、瞑想は心身を空っぽの状態にリセットすることが目的です。

両足を楽な形に組んで座ります。左右の坐骨がしっかり床に当たるように座ると、姿勢をキープできます。両手を中央で組み、胸を開くようにして肩甲骨を持ち上げ、肩の力は抜いて軽く目を閉じます。瞑想では呼吸を意識しすぎず、心を落ち着かせて、頭が空っぽになる状態を心地よく楽しみましょう。

手の組み方は様々な種類があるので、自分の落ち着くポーズを探してみてください。

ポイント

ほっかいじょういん「法界定印」という手の組み方。親指と人差し指が軽く触れる程度につけ、きれいな楕円形をつくりまします。



「らくヨガ」の動きが動画でご覧になれます！

下記のキーワードで検索いただくか、QRコードを読み込んでご覧ください。

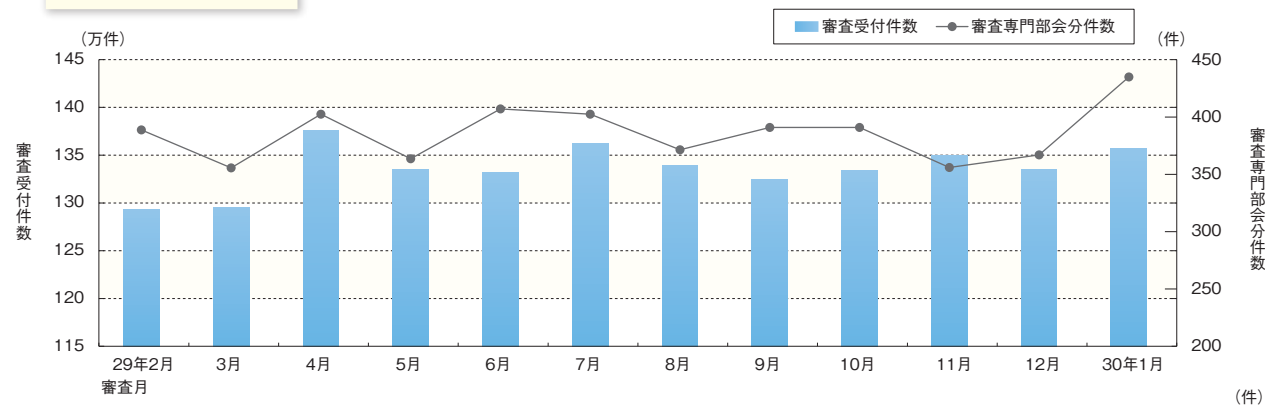
ふくしまの国保

検索



1月審査分の審査専門部会分件数は430件を超え、過去1年で最多

国保・後期高齢者分レセプト審査状況



※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 審査専門部会分件数：20万点以上40万点未満のレセプト。
※3 特別審査分件数：40万点以上のレセプト（医科分のうち心・脈管に係る一部手術のレセプトは70万点以上、歯科分のレセプトは20万点以上）。

※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

11月、1月審査分で110万点越えのレセプト発生

平成29年11月審査分（10月診療分）

国 保		請求点数	入外	日数	性別	年代	傷 病 名
	医 科	1,164,403	入	16	男	70代	急性大動脈解離
	歯 科	107,705	入	22	男	50代	両側下顎歯肉癌

後期 高齢者医療		請求点数	入外	日数	性別	年代	傷 病 名
	医 科	891,826	入	31	女	80代	胸部大動脈瘤
	歯 科	212,651	入	9	女	80代	右側下顎歯肉癌

平成29年12月審査分（11月診療分）

国 保		請求点数	入外	日数	性別	年代	傷 病 名
	医 科	789,280	入	5	男	40代	ムコ多糖症IVA型
	歯 科	69,686	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	1,003,533	入	30	女	80代	大動脈弁狭窄兼閉鎖不全症
	歯 科	166,821	入	4	男	80代	左側頬粘膜癌

平成30年1月審査分（12月診療分）

国 保		請求点数	入外	日数	性別	年代	傷 病 名
	医 科	1,144,019	入	31	男	60代	連合弁膜症
	歯 科	89,419	入	23	女	50代	上顎骨悪性腫瘍

後期 高齢者医療		請求点数	入外	日数	性別	年代	傷 病 名
	医 科	763,716	入	18	男	70代	胸部大動脈瘤
	歯 科	141,701	入	14	女	80代	両側顎関節前方脱臼

start!

リレートーク

福島県内各地の国保担当者を毎号紹介するコーナー。
日々の仕事や将来の夢、プライベート等について答えてもらいながら、
国保に携わるみなさんをつないでいきます。

Question!

- ①現業務を担当して、または今後の目標
- ②趣味・特技
- ③健康法・リフレッシュ方法
- ④最近思うこと、または私の街自慢

市民の方からいただく声を大切に、
日々奮闘しています。



福島市役所 国保年金課 国保資格係(2年)

主な業務／国保資格

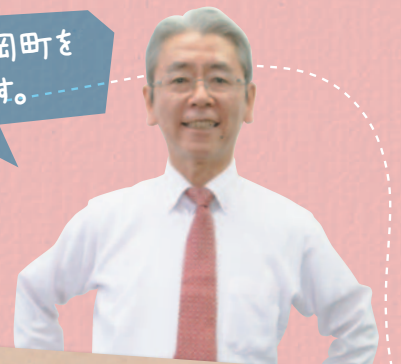
たむら
田村 のどかさん



提供：国土交通省東北地方整備局
福島河川国道事務所

- ①窓口にいらっしゃる市民の方と直接お話をすることが多いので、より身近な距離で様々な意見を聞くことができます。**市民の方からいただく声を大切に**、満足いただける住民サービスを提供できるように日々奮闘しています。
- ②ソフトテニス
- ③休日の暖かい時期に友達とソフトテニスをします。**体を動かすことはもちろん、友達と会える楽しさが、心身ともにリフレッシュさせてくれます。**
- ④東北中央自動車道の福島大笹生IC～米沢北IC間の35.6キロメートルが、平成29年11月4日に開通しました。全国で5番目に長い約9キロメートルの「栗子トンネル」を新設し、冬期でもより快適に、そして便利に通行ができるようになりました。この道路を通じて**福島市の魅力が多くの方に広まり、地域が活性化されることに期待しています。**

復興を目指す富岡町を
応援しています。



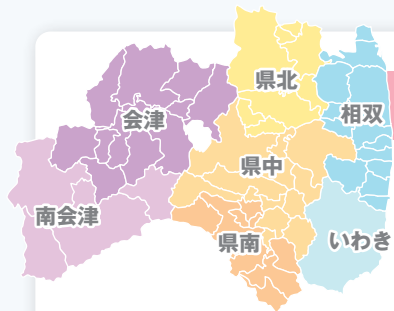
富岡町役場 健康福祉課 くらはし せいじ
国保年金係(8か月)
主な業務／
国民健康保険(療養費等)、後期高齢、国民年金、乳幼児医療等

倉橋 誠二さん

- ①復興庁の市町村応援職員として島根県出雲市から来ました。よろしくお願いします。
私の力は微々たるものですが、一人の復興応援団としての思いから富岡町へ昨年8月に来ました。健康保険等の業務を行うのは初めてのことですが、常に初心を忘れずに業務を行って行きたいと考えます。
- ②下手なゴルフ、ドライブ
- ③ジョギングを時々行うこと。**東北地方を愛車で回り、ワクワクしながら初めて行くところへドライブを楽しんでいます。**
- ④**～未来へと つながれ ひろがれ 富岡町～**
帰還困難区域を抱えこれから更なる復興を目指している町です。さくらモールとみおかの開業、富岡ホテルの開業、富岡駅の開通、富岡町図書館が4月の再オープンを目指して準備中等、復興に向けての動きが未来へ繋がっているものと考えます。**ぜひ富岡町にお越しください。**



the next issue



地域別の医療費の動き

全ての地域で後期高齢者の対前年比費用額が増加している

平成30年1月審査分

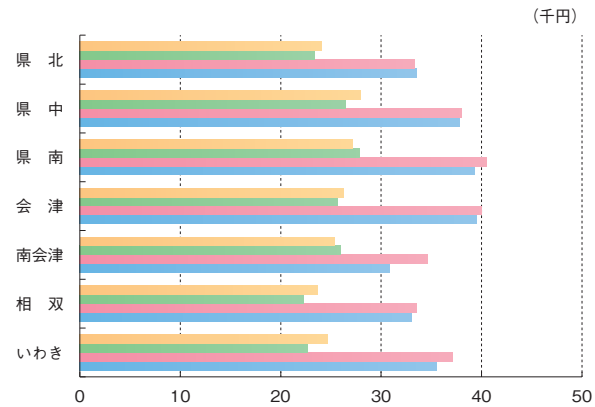
ここでは、59市町村を県北、県中、県南、会津、南会津、相双、いわきの7地区に分けて医療の動向をお知らせします。

①件数・費用額(医科、歯科、食事・生活療養、調剤、訪看)

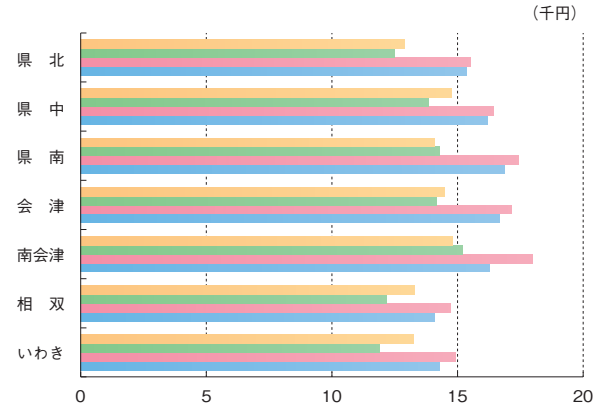
	一 般 / 退 職				後 期 高 齢 者			
	件 数	対前年比	費 用 額	対前年比	件 数	対前年比	費 用 額	対前年比
県 北	149,299	95.91%	3,077,247,488	99.86%	185,031	101.69%	5,084,191,453	101.29%
県 中	154,152	95.54%	3,567,364,889	102.04%	166,151	101.13%	5,088,147,608	101.48%
県 南	38,909	96.17%	920,848,566	94.16%	42,066	100.75%	1,454,282,666	103.75%
会 津	81,181	95.00%	1,789,640,542	97.41%	101,141	99.00%	3,221,369,775	100.43%
南 会 津	8,258	91.81%	190,932,933	91.08%	12,604	98.87%	380,383,897	107.91%
相 双	87,984	94.81%	1,824,499,599	101.56%	74,896	99.76%	2,094,586,980	102.05%
い わ き	109,746	94.65%	2,256,653,518	102.54%	134,782	102.09%	3,898,699,193	104.97%

②諸率(医科、歯科)

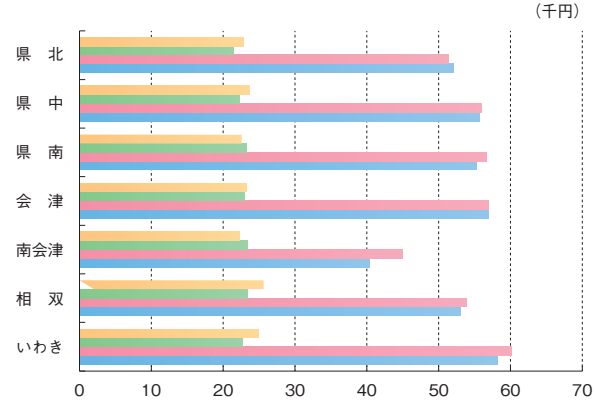
1件当たり費用額



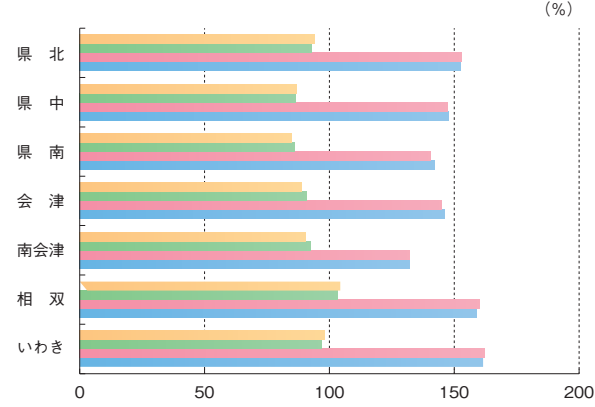
1日当たり費用額



1人当たり費用額



受診率

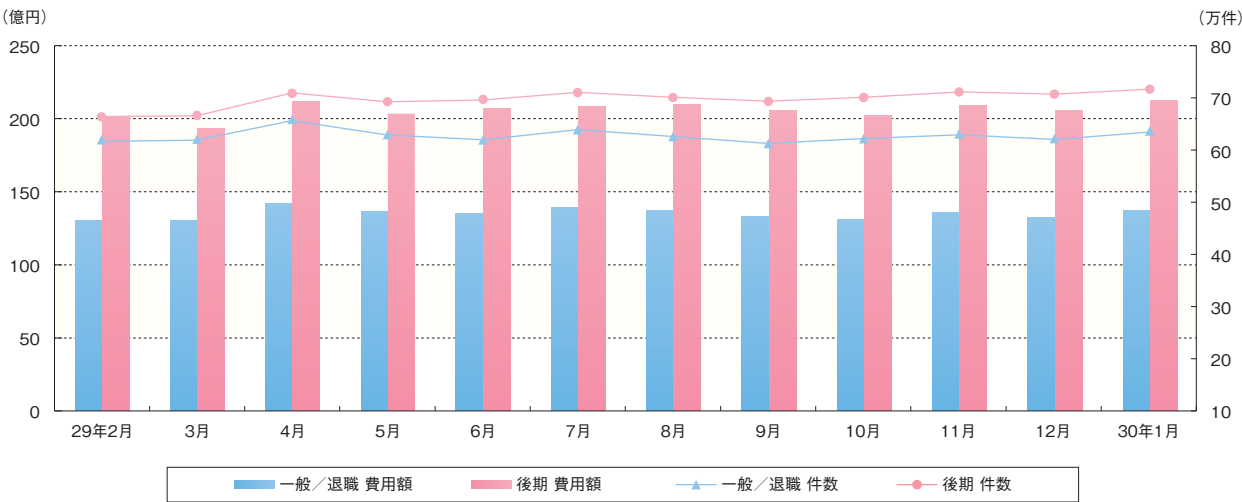


※ ①②共に本会の審査支払確定値より算出し、東日本大震災による概算請求分等は含まない。

国保・退職・後期高齢者医療の動き

1月審査の後期高齢者件数は直近1年間で最高件数

■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。)

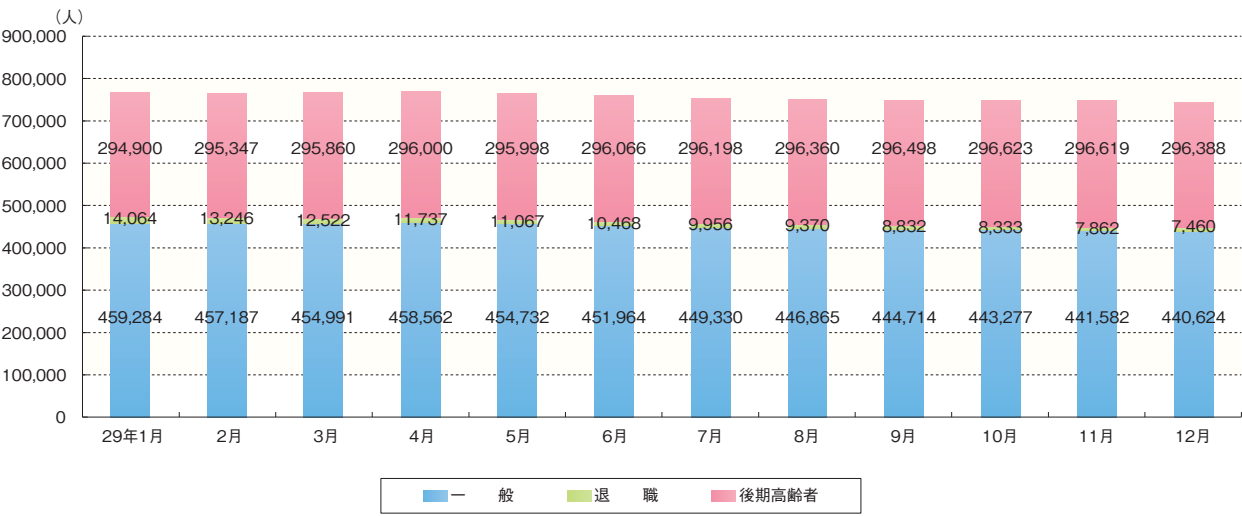


													(件)
件 数	審査月	29年2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	30年1月
	一般／退職	619,046	620,553	658,167	630,426	626,010	638,789	624,313	612,997	621,563	629,268	620,254	634,660
	後 期	666,557	668,111	710,637	697,835	700,649	714,723	707,806	701,186	704,172	711,349	707,209	716,671
	計	1,285,603	1,288,664	1,368,804	1,328,261	1,326,659	1,353,512	1,332,119	1,314,183	1,325,735	1,340,617	1,327,463	1,351,331

(千円)													
費 用 額	審査月	29年2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	30年1月
	一般／退職	13,125,916	13,095,468	14,143,288	13,332,954	13,268,335	13,618,716	13,364,127	13,243,177	13,212,205	13,541,643	13,238,547	13,722,507
	後 期	20,169,363	19,368,905	21,329,052	20,395,347	20,699,309	20,726,771	20,779,547	20,568,152	20,250,326	20,903,431	20,577,527	21,221,662
	計	33,295,279	32,464,373	35,472,340	33,728,301	33,967,644	34,345,486	34,143,674	33,811,329	33,462,531	34,445,074	33,816,074	34,944,168

※ 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 平成30年1月審査分

一人当たり施設サービス費用額の
平均は前号の325,320円と比べて
13,871円増

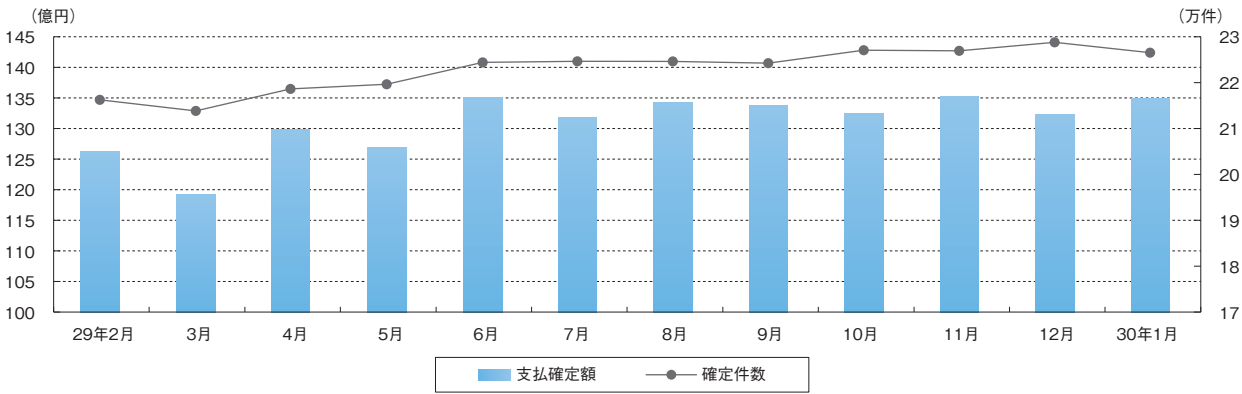
保険者名	一人当たり 平均費用額	介護給付			一人当たり 介護予防・日常生活支援 総合事業費用額
		一人当たり居宅サービス費用額	一人当たり地域サービス費用額	一人当たり施設サービス費用額	
福島市	136,159	106,105	169,430	327,442	32,133
二本松市	170,177	105,706	163,876	342,187	29,429
郡山市	135,076	102,459	185,515	344,773	32,799
須賀川市	148,296	108,413	155,654	339,447	32,567
白河市	155,358	103,005	154,459	354,209	33,354
会津若松市	143,978	118,484	146,665	344,629	31,047
喜多方市	160,263	87,798	193,392	333,098	30,243
いわき市	135,094	104,221	171,824	327,855	32,727
相馬市	168,198	130,008	133,235	326,679	31,757
田村市	159,540	105,223	279,640	338,536	34,102
南相馬市	147,987	110,998	171,865	320,980	33,369
伊達市	146,512	105,851	164,202	338,725	26,540
本宮市	171,134	104,268	186,750	356,954	33,730
川俣町	158,251	118,375	213,712	342,087	25,341
桑折町	162,827	129,894	121,474	334,533	29,416
国見町	149,900	113,930	163,495	346,832	27,641
大玉村	201,054	123,547	211,165	364,112	30,230
鏡石町	170,624	119,197	196,769	334,826	31,006
天栄村	181,272	112,939	110,836	354,982	47,350
南会津町	153,035	85,201	99,628	339,216	36,213
下郷町	165,926	106,343	88,282	361,865	31,126
檜枝岐村	152,419	87,348	89,463	308,424	0
只見町	145,754	72,912	177,096	324,616	29,337
磐梯町	170,761	88,178	214,694	339,246	35,760
猪苗代町	167,137	98,405	194,237	343,812	30,689
北塩原村	162,368	96,161	255,580	354,062	28,808
西会津町	170,162	113,683	229,988	333,906	26,676
会津坂下町	173,739	119,466	198,431	329,765	33,046
湯川村	159,973	96,535	287,064	335,209	33,977
柳津町	169,699	90,254	140,015	318,922	25,346
会津美里町	171,516	124,870	240,574	334,342	34,274
三島町	214,575	108,308	144,653	330,913	14,770
金山町	173,805	111,166	164,424	328,871	30,491
昭和村	209,638	129,213	0	397,574	21,305
棚倉町	154,799	97,131	129,446	341,527	31,693
矢祭町	149,213	107,637	176,598	304,020	18,873
塙町	144,298	78,891	108,122	343,430	36,309
鮫川村	192,746	113,624	350,481	315,837	37,993
西郷村	154,327	107,027	158,086	327,218	33,283
泉崎村	197,086	119,277	176,403	391,330	29,506
中島村	191,181	137,164	288,330	357,596	28,871
矢吹町	168,577	109,954	277,551	341,235	32,592
石川町	151,676	108,457	150,369	327,807	33,807
玉川村	165,639	102,981	188,425	353,522	31,666
平田村	142,354	104,319	287,926	336,494	21,389
浅川町	138,481	90,011	155,329	324,537	25,679
古殿町	186,464	107,101	212,407	338,987	32,990
三春町	165,344	115,104	253,069	348,956	31,939
小野町	164,943	107,037	250,342	335,832	32,814
広野町	153,940	112,081	183,295	335,381	36,215
楡葉町	171,457	118,309	137,547	340,583	31,427
富岡町	147,263	121,032	178,342	334,464	36,241
川内村	192,290	112,961	236,337	336,405	36,501
大熊町	146,824	130,329	188,412	318,427	33,631
双葉町	149,677	122,739	142,990	343,712	34,011
浪江町	146,977	117,345	160,408	328,663	38,101
葛尾村	162,954	122,594	203,175	339,066	50,660
新地町	149,375	100,253	95,365	339,141	30,126
飯舘村	166,089	118,878	236,591	354,477	36,659
平均	162,986	108,825	182,092	339,191	31,179

※「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。

介護の動き

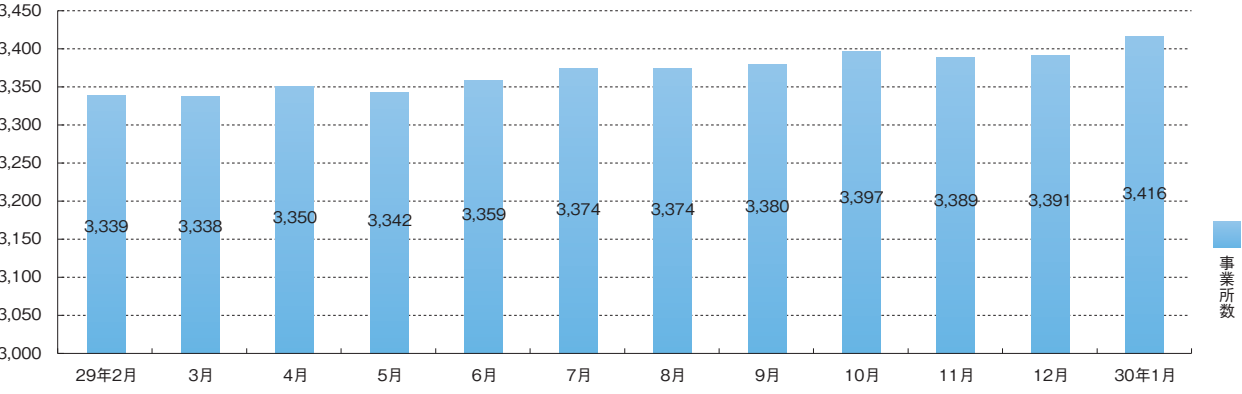
12月審査の確定件数は直近1年で
最高件数となる

①介護給付費等支払状況



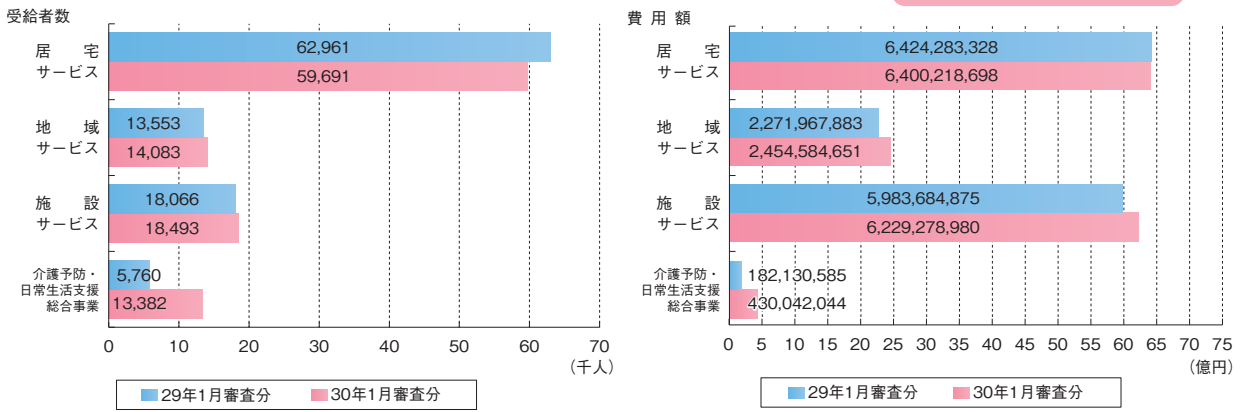
審査月	29年2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	30年1月
受付件数	219,743	217,063	222,121	225,234	229,323	229,126	229,161	229,085	231,525	231,948	232,773	230,514
確定件数	216,256	213,840	218,367	219,632	224,650	224,652	224,627	224,479	227,301	226,941	228,793	226,535
支払確定額	12,665,590	11,959,950	13,024,526	12,710,726	13,502,353	13,223,828	13,433,488	13,380,571	13,243,134	13,531,277	13,236,212	13,483,902

②事業所数



③サービス別 受給者数・費用額(平成30年1月審査分 対前年同月比)

認定者【29年1月】109,829人
【30年1月】113,579人



※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。



平成30年度予算編成について説明する
本会 藤田総務課長

挨拶をする本会 鈴木会長

開会の挨拶をする
本会 太田事務局次長兼事業振興課長

開会の挨拶をする
本会 介護保険課 安藤課長

3月

2月

1月

26
[月]

● 第三者行為求償事務相談業務(国保会館)

23
[金]

● 介護給付費審査委員会(国保会館)

22
[木]

● 審査委員会(国保会館) 25日
● 柔道整復審査委員会(国保会館)
● 歯科部会(国保会館)

15
[木]

● 再審査部会(国保会館)

6
[火]

● 介護サービス苦情処理委員会(国保会館)

2
[金]

● 保険者協議会総会(国保会館) …… 11 12

28
[水]

● 通常総会(福島市) …… 10

26
[月]

● 第三者行為求償事務相談業務(国保会館)

23
[金]

● 介護給付費審査委員会(国保会館)

22
[木]

● 審査委員会(国保会館) 25日
● 柔道整復審査委員会(国保会館)
● 歯科部会(国保会館)

21
[水]

● 障害者総合支援担当者説明会(福島市)

19
[月]

● 理事会(国保会館) …… 8 9

15
[木]

● 再審査部会(国保会館)

7
[水]

● 市町村保健活動推進協議会部会長会議(国保会館) …… 6 7

29
[月]

● 第三者行為求償事務相談業務(国保会館)

26
[金]

● 平成29年度介護給付適正化担当者説明会(福島市) …… 2 3 4
● 医学部会役員会(福島市) …… 5

25
[木]

● 第5回保健事業支援・評価委員会(福島市) …… 1

23
[火]

● 介護給付費審査委員会(国保会館)

18
[木]

● 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)

11
[木]

● 再審査部会(国保会館)



12



11

議長を務める本会 阿部常務理事



10



5



4

平成29年度介護給付適正化に係る
北海道東北ブロック研修会の
内容について説明する
福島県介護保険室 佐久間主事

◆◆◆貸し出し機材のご案内◆◆◆ 平成29年度 貸し出しランキング

本会で貸し出ししている健康機材について、本年度（平成29年4月～平成30年1月）、貸し出し回数の多かった機材をランキングで紹介します。

第1位

メタボリ先生



指先から簡単に血管年齢や血管老化偏差値を測定できます。その他にBMI（肥満度）も算出できます。

第2位

超音波骨密度測定装置（最新型）



超音波を利用して骨梁面積率（踵骨の断面内の骨梁部分の割合）を算出します。

第3位

脳年齢計



不規則に散らばる数字を順に押し、脳の機能年齢を測定します。その他にストレスチェック、トレーニングも行えます。

第4位

チェッカー君



足の親指と第2指でつまみを挟むだけで下肢筋力が測定でき、フットケアへの関心を高め、転倒予防へつなげます。

第5位

胎児人形



3ヶ月、5ヶ月、6ヶ月、8ヶ月、9ヶ月の胎児5体です。

お申し込み
お問合せ

まずは、お電話で予約状況を確認していただき、本会ホームページの保険者専用ページ内、「教育広報用機材の貸し出し」より「教育広報用機材予約申込書」をダウンロードし、FAXにてお申し込み下さい。また、FAX送信後は確認のお電話をお願いいたします。

事業振興課 保健事業係 TEL: 024 (523) 2754 FAX: 024 (523) 2704
ホームページ http://www.fukushima-kokuho.jp

編集
後記

これを書いている3月半ば、福島市では風が冷たく未だコートが手放せない毎日ですが、お届けの頃には多少春めいているでしょうか？一緒にやってくる花粉は遠慮したいところですが、それを差し引いてもポカポカと暖かな陽射しの降り注ぐ春は待ち遠しいです。福島市の花見山、三春町の滝桜、平田村の芝桜に塙町のつつじと春の訪れを感じさせてくれる花の名所が福島にはたくさんありますが、未だ訪れたことのない場所も多数。暖かくなったら、まだまだ下手なカメラの練習も兼ねて、春巡りをしたいと思います。（五）

連合会からのお知らせ

新年度に向けて新しい広報物が完成しましたので、積極的にご活用ください！

国民健康保険広報用ポスター
（国保税（料）収納率向上）



国保被保険者の納税に対する意識向上と納付につなげることを目的に、ポスターを作成しました。
また、保険税（料）納付を認知する機会をさらに広げるため、電子掲示板やホームページ、広報誌掲載用に画像データの提供も開始しましたので、ご希望の保険者は本会ホームページより申請書をダウンロードし、お申し込みください。

健康保険脱退・加入手続き
周知パンフレット



求職・離職に伴う健康保険脱退・加入手続きの必要性の周知を目的にパンフレットを作成しました。
裏面には手続きに必要な資格取得（喪失）証明書の様式を掲載しています。国保窓口などに設置し、ご活用ください。本会ホームページより印刷が可能です。

お問い合わせ先

本会ホームページでは、本会の実施する各種広報物を紹介しています。ぜひご確認ください！

URL <http://www.fukushima-kokuho.jp/kouhou/>

福島県国民健康保険団体連合会 企画推進課
TEL: 024 (523) 2752 E-mail: kikaku@fukushima-kokuho.jp

連合会行事予定

- | | | | | | | | |
|---|--|---|---|---|---|---|--|
| <p>下旬</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 保険者協議会総会（国保会館） ● 国保総合システム操作研修会（国保会館） | <p>29 [金]</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 国保税（税）収納率向上対策研修会（管理監督者向け）（福島市） | <p>中旬</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 在宅保健師の会「絆」役員会（国保会館） | <p>上旬</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 保健事業担当者研修会（福島市） ● 平成30年度国保総合システム新任担当職員説明会（福島市） | <p>6 [水]</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 国保税（税）収納率向上対策研修会（初級者向け）（福島市） | <p>下旬</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 平成30年度介護保険主管課長会議（福島市） | <p>21 [月]</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 国保主管課長部会（福島市） | <p>16 [水]</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 国民健康保険・高齢者医療担当新任職員研修会（福島市） |
|---|--|---|---|---|---|---|--|

6月

5月

表紙によせて



東北初のいちご狩り農園として平成元年に開業した和田観光いちご園。「東日本大震災後、お客さんの応援が力になった」と組合長の岩本孝さん(70)は語ります。首都圏からのボランティアに励まされながら全国出荷も再開。震災直後は1万人程に落ち込んだ集客も、今年は2万人を目指す勢いとのこと。岩本さんは「趣味でも仕事でも、とにかく体を動かすことで元気になれる。スタッフと仲良く動き回っているよ」と足取り軽く、農園へ戻って行きました。

—— 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



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> へアクセス

「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。