ふくしまの国保

3
2019年1月
第67巻3号

CONTENTS

01 年頭のご挨拶
04 永年の功績をたたえて
05 シリーズ企画 生涯健幸へのアプローチ
市町村先駆的健康づくり支援事業
「意欲と実感を引き出す企業連携プログラム」
09 国保制度改善強化全国大会
10 市町村紀行「鮫川村」
14 第58回「全国国保地域医療学会」
15 食で元気！
スパイスを効かせて旬をおいしく！
鶏肉とかぼちゃの赤ワイン煮
17 Dr.の健康メモ
腰部脊椎管狭窄症を知り早期発見を
19 健康運動
まいにち気軽にそのまんまストレッチ
立ったままストレッチで、冬こそ代謝アップ！
21 リレートーク
22 DATA LAND
27 連合会日誌
29 連合会行事予定
連合会からのお知らせ
30 キビタンのわかる国保
福島県からのお知らせ

福島県国民健康保険団体連合会広報誌

新国保制度の安定運営を目指し、さらなる保険者支援を

福島県国民健康保険団体連合会会長
鈴木　和夫

新年あけましておめでとうございます。平成31年の新春を健やかにお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

皆様方におかれましては、日ごろより国民健康保険事業の発展と健全な運営に御尽力いただいておりますことに深く感謝申し上げます。

さて、国民健康保険制度は、制度創設以来、国民皆保険制度の基盤として地域住民の健康保持・増進に大きな役割を果たしてまいりました。しかしながら、被保険者の高齢化や医療技術の高度化などにより、医療費は年々増加の一途を辿っており、一方で、医療費水準の高い高齢者や保険料（税）を負担することが困難な低所得者が多く加入しているという構造的な問題を抱えており、国保の財政運営は極めて厳しい状況が続いています。

こうした状況の中、国からの財政支援の拡充により国保財政の基盤強化を図るとともに、都道府県が市町村とともに保険者となり、中心的な役割を果たすことを柱とする新たな国保制度が平成30年4月に施行され、9か月が経過したところです。これまでのところ、新国保制度は大きな混乱なく運営されていると認識しており、それはひとえに保険者をはじめとした国保関係者の皆様の御尽力の賜物と、心から敬意と感謝を申し上げます。

本会といたしましては、今般の国保制度改革が将来にわたり実効あるものとなるよう、毎年３４００億円の公費投入を確実に行うとともに、保険料の激変緩和措置に必要な財源を確保するなど、財政支援策を拡充し、財政基盤を強化していくことを国に強く要請してまいります。

また、本県においては、新制度2年目に向けて国保運営安定化等連携会議等が開催されており、新制度の安定的な運営と定着に重心を置いた議論が交わされています。本会といたしましても、これまで以上に効率的で実効性のある施策を実施、展開するために、保険者を取り巻く環境の変化に注視しつつ、平成29年度に策定した中期経営計画の見直しを図りながら、保険者と緊密な関係のもと保険者支援に取り組んでまいる所存です。

特に、被保険者の健康寿命延伸、医療費適正化の推進にあたっては、県全域または2次医療圏単位での健康課題抽出、保健事業推進のための人材育成、生活習慣病予防対策等を効率的に実施するための対象者リストの開発・提供など、さらなる効果的な保健事業を実現するため、市町村支援を進めてまいります。

また、あん摩マッサージ指圧・はり・きゅう療養費では、本年1月から施術者等が患者に代わって療養費の支給申請を行う「受領委任制度」が導入されます。今後、あはき療養費の審査支払業務について、保険者と連携しながら検討を進めてまいります。

本年も、役職員一丸となって、保険者から信頼される事業運営にまい進してまいりますので、引き続き御支援、御協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、新しい年が明るく希望に満ちた素晴らしい一年となることを心から御祈念申し上げまして、新年の御挨拶といたします。

平成31年　元旦

情熱を胸に、挑戦を続ける

福島県知事
内堀　雅雄

謹んで新年の御挨拶を申し上げます。

私は、去る10月28日の知事選挙において、多くの県民の皆様の御支持を頂き、引き続き県政を担わせていただくことになりました。この選挙期間中、県内59市町村をくまなくまわり、復興を求める切実な声、県政に対する様々な思いを伺いました。そうした皆様の期待を胸に刻み、福島の未来を切り拓くため、これからも全力で取り組んでまいります。

福島県は、地震・津波・原発事故・風評被害という未曽有の複合災害からの復興と急速な人口減少・少子高齢化に対応するための地方創生という、困難な課題を抱えております。このような課題にしっかりと向き合うため、常に危機意識を持ちながら、これまでの挑戦を更に進化させなくてはなりません。

まず、避難地域の復興・再生につきましては、被災者の生活再建や生業の再生、廃炉・汚染水対策、医療・介護提供体制の構築、学校の再開、公共交通ネットワークの構築、さらには鳥獣被害対策など、安心して帰れる環境づくりを進めてまいります。

併せて、福島イノベーション・コースト構想に地元企業等の幅広い参加を頂きながら具体化を更に進め、再生可能エネルギーやロボットを始めとする新産業の創出・集積や農林水産業の再生など、浜通り地域の産業基盤の回復にしっかりと取り組み、ここで生み出された活力を、全県に広げていくとともに、商工業を始めとした既存産業の振興につきましても、人材の育成や確保はもとより、異業種とのコラボレーションやデザイン・ブランディングの強化など、産業の足腰を強化するための支援を行ってまいります。

次に、人口減少対策であります。人口は地域の活力であり、減少幅を抑えるためには、定住・二地域居住を進めながら、子育て世代や若者が安定的に生活できる雇用の場を確保するとともに、安心して結婚・出産・子育てができる環境を充実させることが重要です。18歳以下の医療費無料化の継続や待機児童対策はもとより、「本物で学べるふくしまづくり」を基本に教育環境の整備を行うなど、総合的な施策を講じてまいります。

また、医療・福祉・介護の人材確保・育成や全国に誇れる健康長寿県を目指す取組を引き続き積極的に進めてまいります。県は、県民の皆様が安心して生活していく上で重要な医療保険制度を堅持するため、昨年4月より国民健康保険の財政運営の責任主体となりました。国民健康保険の財政運営の安定化に向けて、引き続き市町村や国保連合会を始めとする関係機関の皆様と連携を図りながら取り組んでまいります。

県民の皆様、そして福島を応援してくださる全ての方々と「共働」しながら、挑戦を続け、生まれて良かった、住んで良かった、来て良かった、と思っていただける県づくりを進めてまいりますので、今後とも、一層の御支援、御協力をお願い申し上げ、新年の御挨拶といたします。

平成31年　元旦

国民健康保険中央会会長
岡﨑　誠也

国保制度の課題解決にまい進

新年あけましておめでとうございます。

平成31年、平成最後の新春を迎え、一言ご挨拶を申し上げます。

皆様には日頃から国保中央会の運営に対しまして、ご支援とご協力をいただいておりますことに厚く御礼を申し上げます。

ご案内のとおり、本格的な少子高齢化の進行、就業構造の変化、経済の低成長など、国保制度を取り巻く環境は年々厳しさを増しており、国保の事業運営は、今まで以上に厳しくかつ困難な多くの課題に直面しております。

このような状況の下、昨年4月より、国保運営の在り方の見直しと国保の財政基盤強化を大きな柱とする半世紀ぶりの大改革が実施され、医療提供体制の整備を担ってきた都道府県が、国保についても財政運営の責任を負うとともに、国保に投入される公費の拡充など財政支援の強化が図られることとなりました。

これに合わせて本会では、厚生労働省からの依頼を受けて、国保保険者標準事務処理システムを開発いたしました。国保事業費納付金等算定標準システム、国保情報集約システムについては、全国すべての都道府県及び国保連合会で、また、市町村事務処理標準システムについては、当初の想定を大きく超える256市町村においてご活用いただいており、今後も普及が見込まれます。本会は、引き続きシステムの安定稼働に注力してまいります。

国は、高齢者人口がピークを迎える2040年頃を見据えた社会保障・働き方改革の最大の課題として、現役世代、いわゆる働き盛りの生産年齢人口の減少に着目し、誰もがより長く元気に活躍できるよう、医療保険者としても健康寿命の延伸に積極的に取り組んでいくことを強く求めております。また、毎年増加する医療費の適正化という観点からも、予防・健康づくり事業の推進が極めて重要になっております。

本会及び国保連合会においては、こうした保険者機能がより一層発揮できるよう、健診・医療・介護のビッグデータを横断的に活用できる「国保データベース（KDB）システム」による各種データ提供等の支援を始め、国保・後期高齢者ヘルスサポート事業の中核となる「保健事業支援・評価委員会」による保健事業支援など、より効率的かつ効果的な健康づくりに貢献できることをめざしてまいります。

大きな改革が進む国保制度を持続可能なものとしていくため、本会としては、全国の国保連合会の皆様とこれまで以上に一体となって、全国知事会、全国市長会、全国町村会をはじめとする地方団体や国保組合などの関係団体とも十分に連携を図りながら、諸課題の解決に向けた取り組みを総力をあげて進めてまいりますので、一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、新しい年が明るく希望に満ちた素晴らしい一年となることを心からご祈念申し上げまして、新年のご挨拶といたします。

平成31年　元旦

永年の功績をたたえて

平成30年度国保関係功績者厚生労働大臣表彰式が10月18日に厚生労働省で開かれ、本県からは2名が受賞しました。また、国保中央会は10月1日の臨時理事会で、平成30年度の国保中央会表彰被表彰者を決定し、本県からは20名が受賞しました。受賞された皆様には心からお慶び申し上げるとともに、今後益々のご活躍を心よりお祈り申し上げます。

国民健康保険関係功績者厚生労働大臣表彰（順不同・敬称略）

福島県国民健康保険診療報酬審査委員会
委　員　水野　兼志

下郷町国民健康保険運営協議会
委　員　佐藤　正文

水野　兼志 氏

佐藤　正文 氏

国民健康保険中央会表彰

福島県国民健康保険診療報酬審査委員会
委　員　鈴木　恭一
委　員　星野　俊明

福島県国民健康保険柔道整復療養費審査委員会
委　員　本望　博
委　員　遠藤　寿之

公立藤田総合病院
健康管理課長　保坂　勝
主任薬剤師　川村　竜矢
主任看護師　林部　智香
主任看護師　鈴木　真奈美
主任看護師　森　由美
主任看護師　清水　八代江
看護師　佐藤　智美
看護師　渡邉　由美子
看護師　河内　幸雄

西会津町国民健康保険西会津診療所
所長　坂田　敏夫

二本松市岩代国民健康保険診療所
准看護師　石井　とみゑ

福島県医師国民健康保険組合
常務理事　佐藤　英典

南会津町
健康福祉課主任保健技査　木村　真理子

福島県国民健康保険団体連合会
業務審査課主任主査兼業務第1係長　佐々木　加奈
業務審査課高点数係主査　石田　順子
業務審査課歯科係長　安達　真人

企業の持つノウハウで実効性向上！

市町村先駆的健康づくり支援事業「意欲と実感を引き出す企業連携プログラム」

福島県はメタボリック症候群に該当する県民の割合が全国3位になるなど、健康課題が山積しています。各市町村で工夫を凝らし住民の健康づくりに取り組んでいますが、より効果的・効率的に進めるため、市町村が行う健康増進事業に民間企業のノウハウを活用し県が助言、支援する「市町村先駆的健康づくり実施支援事業」が平成29年度から始まりました。各市町村で健康課題への改善策を検討し、健康づくりの専門知識や技術を有する民間企業から支援プログラムの提案を受けた上で、適した支援プログラムを選定するというものです。今回は平成30年度の事業に参加する15市町村の中から、国見町と石川町の取り組みに迫ります。

事例1　国見町

町民の興味関心を喚起する「食生活改善セミナー」

特定健診において糖尿病関連項目での有所見率が高い傾向にある国見町は今年度から本事業に参加し、企業が提案する様々なプログラムの中から、食品メーカーのカゴメ株式会社（以下カゴメ）が提供する「野菜と生活 管理栄養士ラボによる食生活改善セミナー」を選定しました。糖尿病の重症化予防と切り離せない食生活の面から、町民の健康づくりを支援しようという考えです。保健福祉課の中野敬一課長補佐兼保健係長は「カゴメは食と健康のプロ。専門家からの楽しく分かりやすい指導で町民の意欲や関心を効果的に引き出せればと思い、選定に至りました」と振り返ります。

このセミナーは、カゴメ社内の管理栄養士による専門研究チーム「管理栄養士ラボ」が実施するもので、ラボに所属する管理栄養士が講師となり、野菜の重要性や摂取のコツを伝えます。参加者はセミナー参加の翌日から2週間にわたり毎食の野菜摂取量の記録に挑戦。実践と習慣の定着を図ります。

▲イラストやレイアウトを工夫したチラシ。

気軽に参加し楽しみながら学んでほしいとの思いから、保健福祉課では「カゴメ」という企業名や参加特典などを大きく打ち出したチラシを制作し、町内各戸に配布。参加の間口を広げるために対象年齢層も絞らず、事前申込不要での開催としました。「興味本位でも構いません。まずは来てもらうことが重要です」と中野課長補佐。健康増進事業の活性化のために、町民への告知にも工夫が欠かせません。

国見町保健福祉課
中野敬一　課長補佐 兼保健係長

イメージしやすさが実践につながる

11月18日（日）のセミナー当日、会場には定員と同数の60人もの参加者が集まりました。誰でも気軽に参加できる印象の強いチラシの効果もあって、町の健康推進員や食生活改善推進員を務める主婦層を中心に、30～40代の家族連れや、友人連れの若い女性、シニア層の男性の姿も見られました。

▲当日は幅広い年代の町民が参加しました。

セミナーでは管理栄養士ラボの安東（あんどう）芳理（かおり）さんが講師を務め、1日分の野菜摂取目標量350gを達成する工夫などについて指導。写真を多用したスライドを流し、参加者に質問やクイズを投げかけながら明るい雰囲気で講義を行いました。中でも参加者に好評だったのは「ベジハンド®」という考え方です。「野菜350g」と聞くだけではその量が想像しにくいですが、片手1杯分の野菜を60g（1ベジハンド）として計算。すると、1日6ベジハンドを目指せば350g分以上の野菜を摂取できることになり、イメージや実践がしやすくなるのです。また安東さんは、忙しくてもしっかり野菜を摂るためのコツも紹介。「野菜ジュースやカット済み野菜、冷凍野菜などを上手に活用しましょう」と声を掛けました。参加者からは「片手6杯分と言われて目安が分かった。1日の目標が立てやすい」「加工野菜を上手く使って家族の健康につなげたい」といった声が聞かれ、翌日から始まる野菜摂取量の記録にも意気込みが感じられました。

カゴメ株式会社
東北支店　管理栄養士
安東芳理（あんどう かおり）さん

セミナー後、中野課長補佐は「楽しい講義や実践しやすいコツの伝授で、町民の意欲が喚起されました。今後は各家庭で実践し、健康づくりにつなげてほしいです」と笑顔を見せました。参加者は野菜摂取量を記録したシートの提出とともに、事業前後の意識調査アンケートにも回答。町では今後、回収したシートやアンケートの結果をもとに次年度以降の健康づくり事業の方針を探っていく予定です。

事例2　石川町

町民主体の健康づくりのために「健康リーダー養成講座」

一方石川町では平成29年度から本事業に参加しており、運動に関するプログラムを実施しています。フィットネスクラブを運営する株式会社ルネサンス（以下ルネサンス）と連携しており、今年度実施するプログラムは「健康リーダー養成講座」です。その名の通り、健康づくりの牽引役を生み出すためのトレーニング講座で、実施の背景には、町民が主体となった健康づくりに対する思いがありました。

75歳未満のがんの死亡者が多い傾向にある石川町。50～60代を含む比較的若い層については運動の習慣がほとんどなく、高血圧で治療中の町民や尿中塩分濃度が高い町民が多いという調査結果も出ています。生活習慣病の予防のために、特に若い層の自発的な健康づくりを広める必要がありました。「ルネサンスの『健康リーダー』の提案を聞き、町の課題解決に最適だと感じました」と振

り返るのは緑川真理子保健師。「健康づくりの牽引役となる人材が町民の中から生まれることで、町民主体の健康づくりが活性化し、運動習慣の定着につながります。健康意識が高い方に指導のノウハウを身に付けてもらい、各地域に持ち帰って広めてもらおうと考えました」とプログラム選定の理由を語りました。

地域に広げるための独自ツールを利活用

町の課題も考慮し、対象者は「健康づくりに関心のある50～60代の町民」に設定。事業2年目となる今年度は、昨年度のプログラムで健康づくりの基礎を学んだ参加者からさらに意欲的な方を募っての実施となりました。参加者16名の平均年齢は64・5歳。10月下旬から2月上旬まで、全12回の講座を受講します。

11月9日（金）、会場となる石川町保健センターに伺うと、インストラクター金森千穂（かなもり ちほ）さんによるレクチャーが行われていました。この日の講座内容は「映像体操の体験・実践」。この「映像体操」はルネサンスが独自に制作したもので、ゴムバンドなどを使った健康体操の一連の動きが映像化されています。参加者は映像中の人物の動きを真似して体を動かしていくのですが、時折、画面の右上に「声」「姿勢」などと書かれた白い吹き出しが現れます。この吹き出しは「コールサイン」と呼ばれるもので、体操の指導者が参加者に呼び掛けるタイミングを示しています。例えば、ゴムバンドを腕の力で伸ばし続ける体操の途中に「声」というサインが現れたら、指導者は「大きな声で数えましょう！」と声を出すように呼び掛け、皆で秒数のカウントを行います。「姿勢」というサインが現れたときは参加者に正しい姿勢を意識させるため「背すじは伸びていますか？」などと呼び掛けます。つまり、本プログラムの参加者が「健康リーダー」として自地域の指導者となった際、何を考えどのように声を掛ければいいか、映像が適切なタイミングで合図を出してくれるのです。この映像はDVD形式で参加者にプレゼントされ、実際に地域サロン等で利活用することができます。

講座では各回にわたってこの映像を視聴。まずは参加者自身が手順を覚え、金森さんのレクチャーを受けながら徐々に指導者側に立ったときの役割を想定できるようにしていきます。

「健康づくりのメニューを一から考え、適切に声掛けを行うのは簡単ではありません。この映像はメニューと声掛けをサポートするので、教えやすく安全に指導することができます」とルネサンス地域健康営業部の仁平恵理（にへい えり）さんは説明。声掛け自体を映像に入れ込まず、あくまでもサポートとなる合図

石川町 保健センター
緑川真理子保健師

プログラムの内容はルネサンスと協議して決定。
オリジナルのテキストを使って講座を開催します。

▲「映像体操」の様子。画面右上の吹き出しが呼び掛けの合図です。

株式会社ルネサンス インストラクター
金森千穂（かなもり ちほ）さん

担当者の理解が事業を支える

国見町、石川町ともに、対象となる層を的確に募り、目標参加者数を達成していたのが印象的でした。お話を伺った国見町の中野課長補佐、石川町の緑川保健師をはじめとする各町の担当者の広報や呼び掛けの工夫が功を奏したのでしょう。活気あふれるプログラム遂行の陰には、各市町村担当の方の地域に対する深い理解があるのではないかと感じます。健診データや健康課題の把握はもちろんのこと、住民の健康活動や各イベントへの参加状況など現場の様子を普段から意識しているからこそ、プログラムに即した参加者を募るための工夫を施せるのではないでしょうか。担当者が町の現状を詳細に伝えることで、企業側もより具体的な提案を検討することができます。本事業に参加している市町村担当者の皆さんが熱意をもって取り組まれていることを感じた取材となりました。各市町村から今後どのような取り組み成果が表れるか、期待を込めて見守っていきたいです。

二つの事例を通して

企業との連携で意欲と実感を引き出す

二つの町での取り組みを伺って感じたのは、参加者の意欲と取り組み効果の実感が最大限に引き出されているということです。

聞きなじみのある企業との連携事業であることを周知広報することで、住民の意欲関心を引き出すことができます。国見町のように、これを差し込むという構成から、地域住民が活動の主体となることを重視していることがわかります。

企業連携について緑川保健師は「指導者の養成に関する理論や成果が明確なので安心してお任せできます」と語った上で「参加者にとって、これならできると実感できるのは嬉しいこと。この実感が地域での広がりにつながることを願います」と期待を込めました。退職して間もない方の生きがいづくりや健康ポイント事業の活性化などにも活用していきたいと、町はすでに今後の展開にも目を向けています。

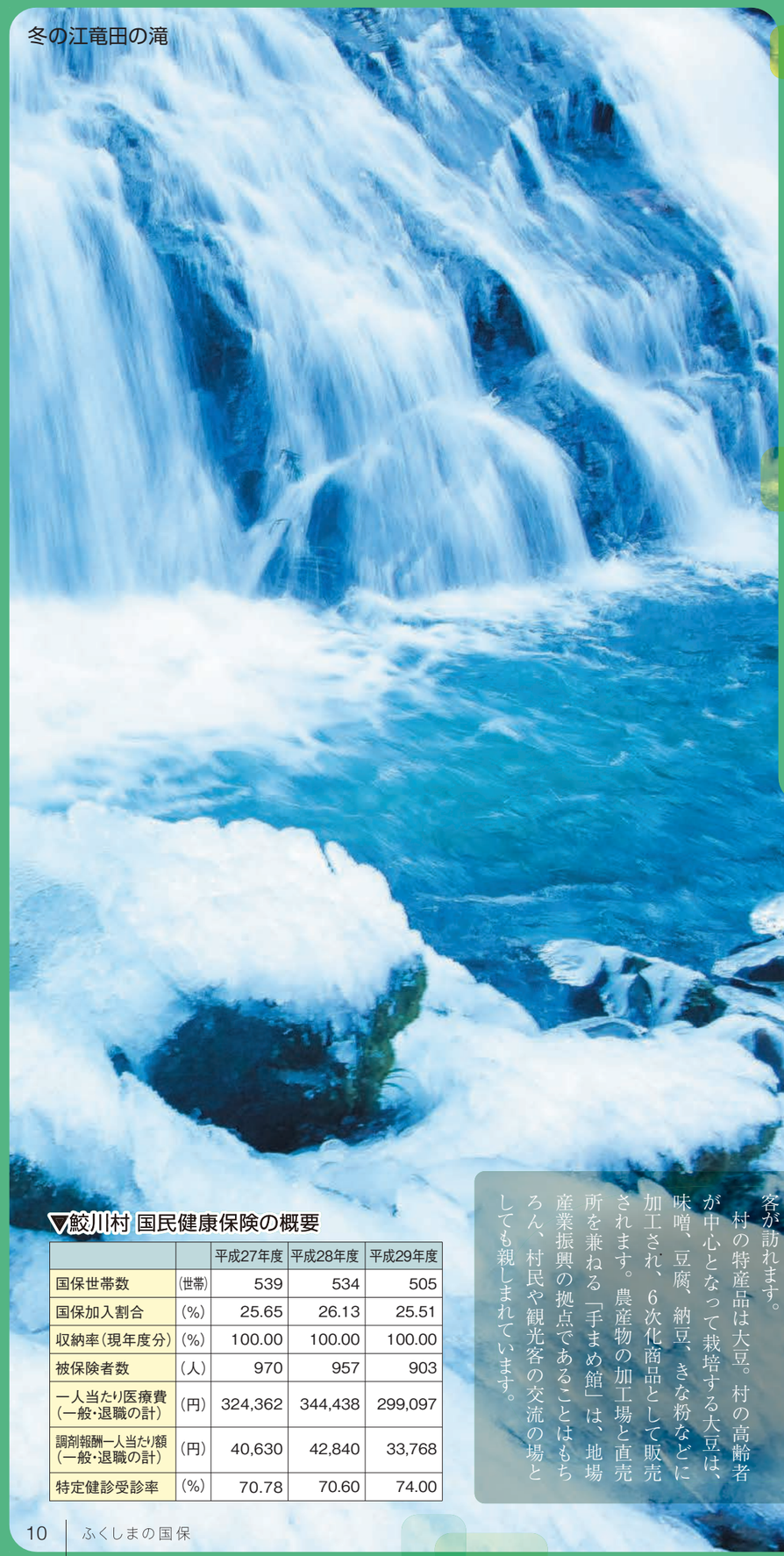
課題に即した連携施策を

このように「市町村先駆的健康づくり実施支援事業」では、健康課題の解決を図るプログラムが各参加市町村で実施されています。企業によってはコンテンツの一部を変更したり組み合わせたりして、より各自治体の課題に即したプログラムの提案を行います。本事業の参加市町村においては、実績ある企業との連携で自発的に健康づくりを継続する住民が増え、今後は各種健診における数値にも変化がみられるのではないでしょうか。

市町村によって抱えるさまざまな健康課題に応じた保健事業が展開される中、健康に関するノウハウを持つ企業や専門機関との連携は課題解決の手がかりとなり得ます。特に住民の意識変化や行動変容を促したい市町村にとって、本事業の取り組みは知見を得る貴重な機会となるでしょう。「市町村先駆的健康づくり実施支援事業」、今後の成果や次年度の発展にも注目が集まります。

▲実践を通しながら、リーダーとしての声掛け方法を学ぶ石川町の参加者。

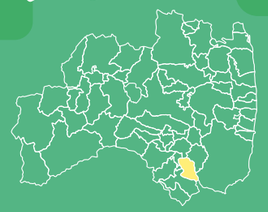
担当者の理解が事業を支える



冬の江竜田の滝

市町村紀行

保険者を訪ねて



-鮫川村-

福島県の南東部、阿武隈高原南部の頂上部に位置する鮫川村は、標高400mから650mの範囲に集落が点在しています。「ふくしま遊歩道50選」にも選ばれている「江竜田の滝渓谷遊歩道」には大小さまざまな滝が流れており、特に新緑や紅葉の時期には多くの観光客が訪れます。

村の特産品は大豆。村の高齢者が中心となって栽培する大豆は、味噌、豆腐、納豆、きな粉などに加工され、6次化商品として販売されます。農産物の加工場と直売所を兼ねる「手まめ館」は、地場産業振興の拠点であることはもちろん、村民や観光客の交流の場としても親しまれています。

▽鮫川村 国民健康保険の概要

		平成27年度	平成28年度	平成29年度
国保世帯数	(世帯)	539	534	505
国保加入割合	(%)	25.65	26.13	25.51
収納率(現年度分)	(%)	100.00	100.00	100.00
被保険者数	(人)	970	957	903
一人当たり医療費(一般・退職の計)	(円)	324,362	344,438	299,097
調剤報酬一人当たり額(一般・退職の計)	(円)	40,630	42,840	33,768
特定健診受診率	(%)	70.78	70.60	74.00

根本厚労相へ代表陳情を行う三澤湯川村長(右から3人目)

国保制度改善強化全国大会

11月16日(金)　東京都渋谷区「明治神宮会館」

国民健康保険中央会、都道府県国民健康保険団体連合会など国保関係9団体は、新国保制度施行後初めてとなる国保制度改善強化全国大会を開催し、医療保険制度一本化の早期実現など9項目の決議を満場一致で採択した。大会終了後、市町村長を先頭に本県選出の国会議員に対し、本大会決議事項の陳情を展開した。

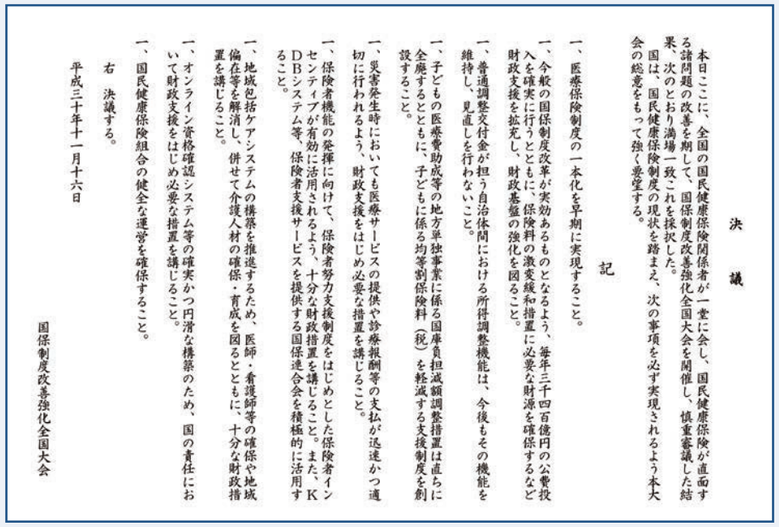
大会は全国の市町村長のほか、新たに保険者になった都道府県も含む国保関係者1500人が参集。三重県の亀井利克名張市長が開会の辞を述べ、国保中央会の岡崎誠也会長が主催9団体を代表して挨拶に立った。

続いて、千葉県東庄町の岩田利雄町長が大会宣言を読み上げた。

議事に入り、和歌山県海南市の神出政巳市長が、今般の国保制度改革が実行あるものとなるよう、毎年3400億円の公費投入を確実に行うことなど9項目の決議文を読み上げ、大会の総意として採択した。

鳥取県若桜町議会議長の川上守氏が閉会の辞で「実りある成果を上げられるよう大いに期待する」と激励し、大会は幕を閉じた。

大会終了後、三澤豊隆湯川村長が全国の代表として、本県選出の根本匠厚労相をはじめとした国会、政党及び政府関係者に実行運動を展開した。また、本会副会長の大楽勝弘鮫川村長をはじめとする陳情団が、衆参議院の本県選出国会議員に対して、大会決議事項の早期実現に向けた実行運動を展開した。



決議

本日ここに、全国の国民健康保険関係者が一堂に会し、国民健康保険が直面する諸問題の改善を期して、国保制度改善強化全国大会を開催し、慎重審議した結果、次のとおり満場一致これを採択した。

国は、国民健康保険制度の現状を踏まえ、次の事項を必ず実現されるよう本大会の総意をもって強く要望する。

記

一、医療保険制度の一本化を早期に実現すること。

一、今般の国保制度改革が実効あるものとなるよう、毎年三千四百億円の公費投入を確実に行うとともに、保険料の激変緩和措置に必要な財源を確保するなど財政支援を拡充し、財政基盤の強化を図ること。

一、普通調整交付金が担う自治体間における所得調整機能は、今後もその機能を維持し、見直しを行わないこと。

一、子どもの医療費助成等の地方単独事業に係る国庫負担減額調整措置は直ちに全廃するとともに、子どもに係る均等割保険料(税)を軽減する支援制度を創設すること。

一、災害発生時においても医療サービスの提供や診療報酬等の支払が迅速かつ適切に行われるよう、財政支援をはじめ必要な措置を講じること。

一、保険者機能の発揮に向けて、保険者努力支援制度をはじめとした保険者インセンティブが有効に活用されるよう、十分な財政措置を講じること。また、KDBシステム等、保険者支援サービスを提供する国保連合会を積極的に活用すること。

一、地域包括ケアシステムの構築を推進するため、医師・看護師等の確保や地域偏在等を解消し、併せて介護人材の確保・育成を図るとともに、十分な財政措置を講じること。

一、オンライン資格確認システム等の確実かつ円滑な構築のため、国の責任において財政支援をはじめ必要な措置を講じること。

一、国民健康保険組合の健全な運営を確保すること。

右　決議する。

平成三十年十一月十六日

国保制度改善強化全国大会

若松謙維議員への陳情の様子。左から江田浅川町長、岡部古殿町長、若松議員、石森玉川村長、澤村平田村長

亀岡偉民議員への陳情の様子。左から亀岡議員、大楽鮫川村長、宮田塙町長、古張矢祭町長

行政区や商工会の協力のもと高い収納率・受診率を維持

鮫川村 住民福祉課・総務課税務係

（左から）坂本雄希主任主事、川名誠住民係長、鏑木重正住民福祉課長、村山通子保健センター所長、鈴木啓枝子嘱託職員

鮫川村は、平成16年度から開始された「まめで達者な村づくり事業」という事業で有名です。これは、農業の振興と高齢者の健康・生きがいづくりを同時に目指すもので、早くから高齢者の生きがいづくりに着目してきたことが分かります。

国保事業においては、昭和33年度から国保税（料）収納率100％を堅持し、特定健診受診率も平成26年度から70％を超えています。さらに、保険者努力支援制度でも高い点数を獲得するなど、県内有数の実績ある保険者であり、今回はどのような取り組みが成果に結びついているのかを探ります。

国保事業を担う住民福祉課は、住民係が国保会計を担当し、保健センターが保健指導をはじめとした健康増進事業全般について取り組んでいます。また、国保税の徴収は総務課税務係が担当しています。今回は鏑木重正住民福祉課長、川名誠住民係長、長久保仁一税務係長、村山通子保健センター所長にお話を伺いました。

国保税収納率100％を維持するには

鮫川村は国保税収納率100％を維持し続けています。その秘訣について伺うと、長久保税務係長は「第一に、国保税は自分が医療機関にかかるために必要なものであるという村民の理解を得ていることが大きいです。また、収納率100％という数字は、村民への説明にも説得力を持たせています。毎年完納しているので、今年もお願いしたいと言うことができるのです」と語ります。具体的な取り組みとしては、督促状の送付や夜間も含めた戸別訪問、役場に相談に来てもらうなどの対策を行っています。通常7期で納めてもらっているところですが、納められない人には8期以上に分けて1期あたりの金額を減らすなど、村民に寄り添った対応が功を奏しています。

▲国保税収納率100%の背景を語る長久保税務係長。

▲住民福祉課の鏑木課長。
村民と強いつながりを持つ行政区長との連携について語ります。

鏑木課長は「加えて、村に7つある行政区の区長の力も大きいです。行政区長とは、議会の同意を得て村長が選任する特別職です。区長と副区長には税を預かることを許可し、税を徴収してもらっています。これは鮫川村独自の取り組みです」と力を込めます。つながりのある区長からの税徴収は、村民にとって受け入れやすいものなのかもしれません。

多方面からのアプローチで特定健診受診率が向上

特定健診受診率は平成26年度から継続して70％を達成しています。この高い受診率を支えているのが、行政区ごとに3～5人ずつ村から委嘱される保健推進員です。保健推進員は生活習慣病予防など健康について学んだ上で、住民健診とがん検診の受診勧奨をはじめとした活動を行い、地区内での健診への意識づけに貢献しています。

さらに、未受診者が突然、脳・心・血管疾患等の重症化になる事例も見受けられることから、保健センターと住民福祉課の職員2人一組体制で、特定健診の前年度未受診者を訪問する対策も取り入れられました。その他、「区長会、商工会など集会の場での受診勧奨も行っています。誰か一人で頑張ったとしても結果は出ません。地域全体が役割を持って協力し合っている。それが数字に表れているのでしょう」と村山保健センター所長は語ります。

健診結果を基にした学習機会の提供

健康づくりに関わる保健推進員、食生活改善推進員、健康運動サポーターの3団体の協力で、行政区内で40歳以上を対象とした「地区栄養運動教室」を、健診結果発送後に毎年開催しています。今年は「糖尿病予防」をテーマに、保健推進員が、受診勧奨の結果として健診受診状況を説明しました。村が派遣した保健師によって、地区の有所見状況や、健診結果と体のメカニズムやインスリン等の学習も行われました。また、食生活改善推進員がバランスのよい食事や血糖値を上げない食べ方を説明し、健康運動サポーターは、ラジオ体操やウォーキング等、血糖値を上げない運動体験をサポートしました。村民だけでなく団体の会員も、地区の状況を知り、健康について学ぶ機会となっています。

◀「地域全体の協力を得て各取り組みを推進しています」と話す村山保健センター所長。

▲生活習慣病と予防について学ぶ保健推進員の様子

発症予防から重症化予防へ医療費適正化を推進

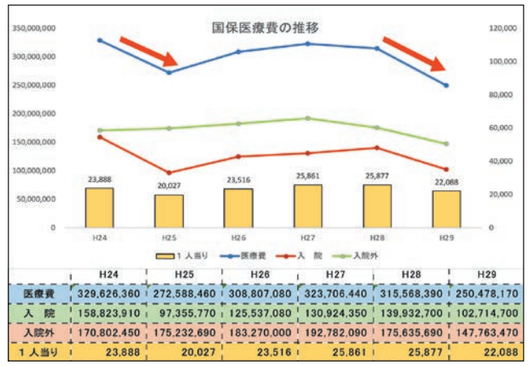
健康課題への取り組みとして、平成20年度から重症化予防のため、HbA1c、クレアチニン、尿酸、貧血一般、尿潜血を特定健診の検査項目に追加し、平成23年度からはメタボの解決に向けて2次健診（75g

◀国保医療費のデータ分析結果について話す川名住民係長。

糖負荷試験、尿中アルブミン、頚動脈超音波）を追加しました。また、平成28年度からは、国が掲げている「糖尿病性腎症重症化予防」を推進してきました。プログラムの作成、対象者の明確化、介入の優先順位等を決めて、対象者の同意のもと、糖尿病連携手帳、ＣＫＤ（慢性腎臓病）精密検査依頼書等を活用し、医療機関や専門医との連携を図ってきました。今年度は、県南地域全体で連携体制整備を進めています。

特定保健指導の発症予防だけでは重症化抑制が出来ない課題が生じたため、平成23年度から重症化予防に着手し、平成27度から平成29年度の第1期データヘルス計画の評価では、人工透析への移行が減少し、入院医療費の抑制にもつながってきています。ＫＤＢシステム等を用いデータ分析を行う川名住民係長は「医療費全体も減少傾向（図1）にあるのが重症化予防事業の成果ではないかと思います。それは、単年度だけでなく、今年度も維持しています」と話します。

今後も、医療費が高額となり要介護状態の原因となる「脳・心・腎」の重症化予防を目標とし、重症化の共通リスクである高血圧、脂質異常症、糖尿病、メタボ等を減らす活動を引き続き地道に推進していきます。



	H24	H25	H26	H27	H28	H29
医療費	329,626,360	272,588,460	308,807,080	323,706,440	315,568,390	250,478,170
入院	158,823,910	97,355,770	125,537,080	130,924,350	139,932,700	102,714,700
入院外	170,802,450	175,232,690	183,270,000	192,782,090	175,635,690	147,763,470
1人当り	23,888	20,027	23,516	25,861	25,877	22,088

▲図1 ※出典 KDBシステム 健診・医療・介護データからみる地域の健康課題（4～3月診療分 医科・DPC・歯科・調剤）・医療費 一般+退職

国保保健事業を軸に全世代へ生活習慣病予防の推進

村の平成29年度の高齢化率は35・9％で、7年後の２０２５年の高齢化推計では44・5％となり、村民の2人に1人が高齢者になります。また、国からは、保険者が取り組む高齢者に対する予防・健康づくりの強化についての基本方針が示されています。

これらを踏まえ、これまでは40歳から74歳までの特定健診、保健指導、重症化予防事業を軸として、19歳から39歳の若年者の重症化予防が進められてきましたが、今後はライフステージの乳幼児から後期高齢者まで健診、医療、介護等のデータを分析して、健康増進事業目標である適正体重、重症化予防対象者の減少、健康寿命延伸等を目指していきます。

行政区の結びつきの強さを基盤に、村民主体のむらづくりが進んでいることがうかがえる鮫川村。だからこそどの取り組みも、結果が伴ってくるのではないかと感じました。地域包括ケアなど地域のあり方を見直すことが重要になってきた今、鮫川村は一つのモデルになるのではないでしょうか。

2

1「まめで達者な村づくり事業」の一環として村の高齢者が大豆を生産。きな粉や豆腐などに加工されています。

2 大豆とともに鮫川村の特産品として知られるえごまは、ラー油や唐辛子にも利用され村民に親しまれています。

1

第58回 全国国保地域医療学会

平成30年10月5日(金)・6日(土)　徳島県 アスティとくしま

地域包括ケアで日本の未来を切りひらこう
-海・山・川の恵みの阿波(あわ)の国での実践-

挨拶する押淵会長

発表する堀川院長

全国国保診療施設協議会、国保中央会等国保診療施設関係4団体が主催する第58回全国国保地域医療学会が徳島県徳島市で2日間に渡り開催された。本学会は地域医療及び地域包括医療・ケアの実践の方途を探求するとともに、関係者の相互理解と研さんを図ることを目的としており、本年も約１２００名が参加した。

開会にあたり、沖津修学会長は「国保直診施設の主眼である地域包括ケアについて学び、率直な意見を交換する場となれば幸いである」と述べた。主催者の押淵徹国診協会長が新たな専門医である総合診療専門医制度を取り上げ、「総合診療医が地域包括ケアシステムを構築し、5人に1人が75歳以上という超高齢社会になる２０２５年の課題に応える役割を果たす医師として、日本各地で活躍していくことを期待する。それぞれの地域で全国の国保直診がつくりあげてきた地域包括ケアシステムの理念をもとに総合診療医の養成に積極的に関わり、地域ケアの現場に送り出したい」と挨拶した。

初日には、「国保制度変革期の地域づくり」と題し、国保直診開設者サミットが開かれ、4名の各地域の市町村長・病院長により、地域医療の確保に向けた地域包括ケアの取り組みについて発表された。本県からは堀川哲男公立藤田総合病院長が、関係機関との連携強化による地域包括ケア、地域住民と交流を図りながらの健康づくり、近隣大学の臨床実習受け入れをはじめとした人材育成の取り組み等を発表した。厚生労働省保険局国民健康保険課長の野村知司氏は本サミットを総括し「時代や環境の変化にあわせて地域の医療を確保していくことが、国保直診開設者としてのミッションである。また、地域包括ケア体制の声掛け役の役割も期待される。ノウハウを積み上げ、全国に発信していくことが必要である」と助言した。

２日目には「地域包括ケアシステムの新しい展開」と題したシンポジウムが開かれ、4名の代表者が、薬剤師による過疎地の訪問を行う取り組み、住民が地域医療を守る会を立ちあげ医療従事者を支援する活動など、地域の実情に合わせた地域包括ケアシステム構築の事例を発表した。これに対し、厚生労働省老健局老人保健課長の眞鍋馨氏は「地域包括ケアシステムは住民を中心として、住み慣れた地域で暮らし続けるために、何ができるかを考えることが真髄である。システムの提唱当初は厚労省からモデルを提示していたが、地域のやり方を地域で考えてもらわなければならない時代に入った」とアドバイスした。

閉会式では第59回学会は長崎県長崎市で開催されることが発表され、本学会は幕を閉じた。

ドクター Dr.の健康メモ

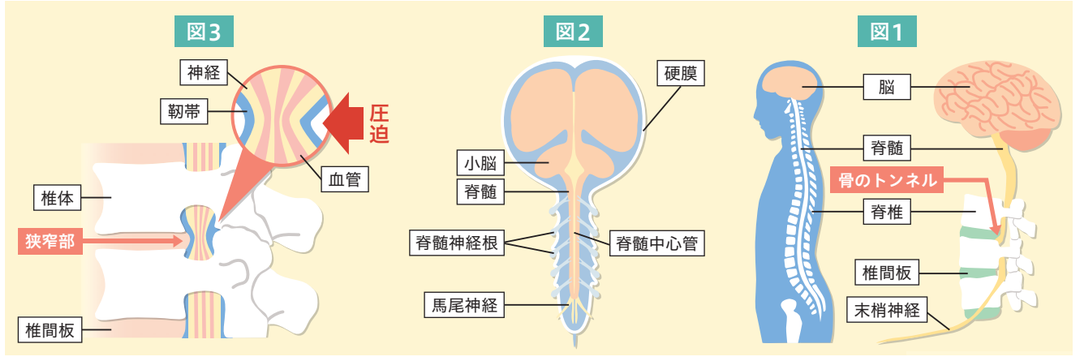
腰部脊椎管狭窄症を知り早期発見を

神経と骨の構造 狭窄症とは？

人の神経系統は脳から脊髄、さらに、馬尾（ばび）神経となって、お尻の辺まで分布しています。脊髄は頚部、胸部、腰部の3部に分かれています。そして、樹木から枝が出るように、首（頚部脊髄部）から腕や手に行く神経が出ていき、胸部からは肋間（ろっかん）神経、腰部からは脚や足部へいく神経が分布するようになっています。

脳や脊髄、神経は硬膜（こうまく）と呼ばれる丈夫な膜に包まれた脳脊髄液の中にあります。妊婦さんのお腹の中の赤ちゃんが羊水に守られて育つのと、とても良く似た構造です。この硬膜の外側に脊柱管と呼ばれる脊髄神経が通る骨（脊椎）の中にトンネルがあります。（図1、図2参照）

年を取ると、トンネルを作っている背骨が変形したり、椎体と椎体との間にある椎間板という軟骨がつぶれて、脊柱管内へ突出したり、骨や靭帯が肥厚して、神経の通る脊柱管を狭くし、神経が圧迫され、神経へ血流が低下して、腰部脊柱管狭窄症が発症すると考えられています。（図3参照）



狭窄症ではどんな症状が出るの？

主な症状は、歩行時や立っている時に、臀部から下肢にかけての痛みやしびれ感、重苦しさなどです。下肢筋力低下が出現し、歩行が困難になる場合もあります。しばらく歩き続けていると脚に疼痛が出現し、一定時間休憩したくなり、休憩すると再び歩くことができるようになる。これを「間欠跛行（かんけつはこう）」と言います。間欠跛行が見られるのも腰部脊柱管狭窄症の特徴の一つです。

ただし、間欠跛行は閉塞性動脈硬化症でも見られるため、鑑別が必要です。閉塞性動脈疾患では下肢の血行障害があり、運動（歩行）で血液の供給がさらに不十分になり、痛みが生じ、休憩を取らざるを得なくなります。この場合は血管性跛行と言われ、立ち止まるだけで症状が改善するのに対し、神経性間欠跛行の腰部脊椎管狭窄症では、前かがみになって休むと楽になり、痛みが取れます。また、前かがみで歩行すると跛行が起こりにくいという特徴があります。尿の出が悪くなる、尿漏れが起こる、便の排出が困難になるなど、膀胱直腸障害が見られたら、手術を急ぐ必要があります。

診断はどうするの？

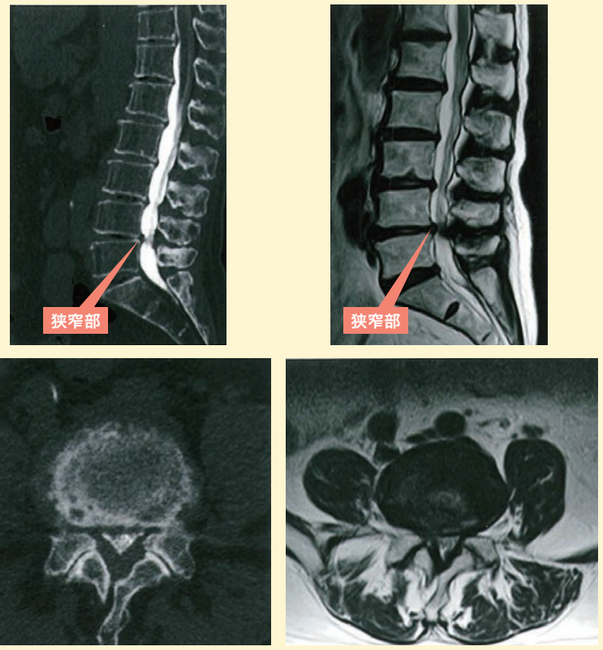
問診や身体診察で、下肢筋力低下の有無や知覚障害の有無を評価し、脊髄造影、脊髄造影ＣＴ検査、ＭＲＩ検査などの画像診断（図4参照）で評価し、診断します。最近はＭＲＩ検査が主流になっています。しかし、旧来の脊髄造影にも利点があります。それはＭＲＩ検査後よりも、脊髄造影後の方が治療薬の一つであるプロスタグランディン製剤の効きが良いことです。私の考えでは、脊髄造影後は脊髄液の流れが改善されるためだろうと推測されるのです。

治療法は？

症状の軽減を目的として行われる保存的治療法と手術法とがあります。

保存的治療法は薬によるものが主で、他に運動療法として前屈運動があります。前屈することにより、硬膜管が広くなり、脊髄液の流れが改善すると推測されます。薬はオパルモン®、プロレナール®などの血流をよくするプロスタグランディン製剤に、メチコバール®などの末梢神経障害に適応のあるＶＢ12製剤、痛み止めとして、ロキソニン®などの消炎鎮痛剤や神経障害性疼痛に用いるリリカ®などを投与します。注射療法として、麻酔薬を神経に作用させ痛みを軽減または消失させるブロック療法などもあります。

図4



脊髄造影CT　　脊柱管狭窄症のMRI

数カ月間の保存療法で治らない場合、手術が行われます。手術療法は脊髄や神経の圧迫を取り除く除圧術が主で、腰椎すべり症など、骨（腰椎）の並びに不安定性があれば、腰椎と腰椎との間の安定性を得るため、固定術も追加されることもあります。除圧術では2カ所までであれば内視鏡手術が選択されます。内視鏡手術は傷跡が小さく、癒着が少ない利点があります。

気になる症状があれば、早めに整形外科医に相談されることをお勧めします。

Doctor's Profile

阿部 三千男
Michio Abe
福島県国民健康保険
診療報酬審査委員会委員

健康運動
まいにち
気軽に

そのままストレッチ

仕事中でも、おやすみ前でも、手軽にできて
スッキリ笑顔になれる体ほぐしストレッチ！

STEP 1 こわばりスッキリ！回して&振って肩ほぐし

寒い日は、つい肩まわりが縮こまりがち。
意識的に体を動かして、体内の熱を生み出しましょう。

❶しっかり立つ

脚を
肩幅に広げて
立ちます。

耳・肩・腰の骨が
一直線になるように！
これで背すじが
伸びた状態を
キープできます。

❷360°肩回し

両腕を伸ばし、
ぐるりと1回転。
胸まわりも
引っ張られるくらい
大きく回します。

前回し、後ろ回し10回ずつ。
クロールの動きをイメージ！

❸腕の振り上げ・振り下ろし

今度は伸ばした腕を
交互に振り上げ、
振り下ろします。

大きくはずみを付けて10回。
体の後ろに腕を振り切る感覚で！

STEP1のPOINT

鎖骨から肩にかけての筋肉が伸びるのを意識しましょう。
下半身がつられて動かないよう注意！

今回のテーマ
**立ったまま
ストレッチで、
冬こそ
代謝アップ！**

STEP 2 猫背も改善！じっくり背中伸ばし

肩や胸まわりをほぐしたあとは、背中側のストレッチ。
背中の筋肉が鍛えられれば、猫背の改善も期待できます。

❶両指を組んで準備

脚を肩幅に広げ、
体の前で両指を組んで
腕を伸ばします。

手のひら同士は
くっ付けず、
腕全体で楕円を
描くような形に。

❷上半身を丸める

背中から腰にかけて、
上半身をゆっくり丸めていきます。

顔はおへそを覗き込むように。
背中が伸びるのを意識！

❸体側を伸ばす

上半身を右に
ゆっくり傾け、
背中の左側にある
筋肉を伸ばします。

息を吐きながら10〜20秒。
反対側も同様に。

正面から見ると
こんな姿勢！

STEP2のPOINT

息を止めず、リラックスしてゆっくりと
呼吸しながら行いましょう。

動画でしか見られない、
先生からのワンポイントアドバイスも！

**「そのままストレッチ」が
動画でご覧になれます！**

CHECK!

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

**暖房と運動をバランスよく
体は内側からも温める工夫を！**

寒い日はじっとしていたくなりますが、私たちの体は動くことで熱を生み出します。暖房は「寒くない」と感じる程度に抑え、自分で熱を作ろうとする体の機能を活性化させることが健康への近道。今回ご紹介したストレッチは上半身を温める効果があります。立ったまま場所を取らずに実践できるので、家を出る前やちょっとした待ち時間などにぜひ試してみてください。

鈴木 秀紀
（すずき ひでのり）
いわきFC パフォーマンスコーチ

ドームアスリートハウス所属。いわきFCのパフォーマンスコーチとして、TOPチームから15歳以下対象のアカデミーまで幅広い分野でトレーニングをサポート。

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、
国保に携わる皆さんをつないでいきます。

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

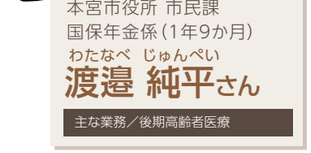
市民の方の目線に立った仕事ができるよう、日々試行錯誤しています。

❶市民の方と直接関わる業務ということもあり、難しさを感じることもありますが、やりがいのある仕事だと思っています。
市民の方の目線に立った仕事ができるよう、日々試行錯誤しています。

❷バイクツーリング・温泉巡り・食べ歩き

❸休日はバイクに乗って、県内各地を巡っています。毎回出かけた先では新しい発見があり、とても楽しいです。これからも安全運転で、色々な所に出かけたいと思っています。

❹本宮市には「プリンス・ウィリアムズ・パーク」という屋内外の遊び場や英国庭園を備えた公園があります。特に私が好きな場所は、英国庭園です。平成27年に英国王室のウィリアム王子が訪問されたことをきっかけに、日英友好と復興の証として開園しました。庭園では季節の花々が咲き並び、とても美しい景観を楽しむことができます。ぜひ、英国気分を味わいに来てください。



本宮市役所 市民課
国保年金係（1年9か月）
わたなべ じゅんぺい
渡邉 純平さん

主な業務／後期高齢者医療

棚倉町役場 健康福祉課
健康づくり係（5年）
はが あやか
芳賀 礼佳さん

主な業務／
母子保健事業、国保保健指導事業
（特定保健指導・重症化予防事業）

指導率の向上、改善率につながる保健指導を実施することが最大の目標です！

❶保健指導の訪問や面接を通して、住民の方が自分の健康、健診結果をどう捉えていて、どんなところに疑問を持っているのか実感できます。住民の方から疑問を投げかけていただくことで、改めて資料を確認したり、とても勉強になります。
最近は住民の方の「気づき」につながるような指導が実施できるように、国保の研修会等に参加し、スキルアップを目指しているところです。指導率の向上はもちろんですが、改善率につながる保健指導を実施することが最大の目標です！

❷趣味は外遊びと音楽鑑賞、特技はキャッチボールです。

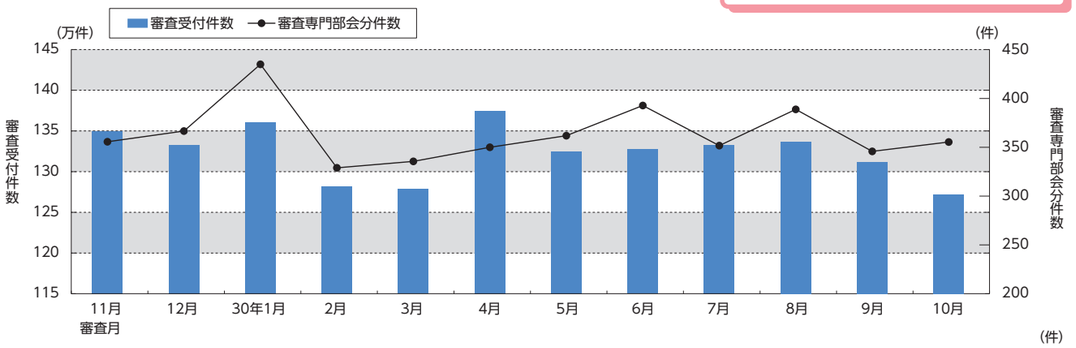
❸休日は、愛犬とゆっくり散歩したり、買い物に出かけることです。
天気のいい日はお外でのんびりと過ごしたくなります！

❹春になると500本ソメイヨシノが一斉に咲きほこる『棚倉城跡』はおすすめスポットです！

DATA LAND データランド 目で見る 医療費の動き

国保・後期高齢者分レセプト審査状況

審査受付件数は、10月に直近1年で最小件数となる



（件）

審査月	11月	12月	30年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
審査受付件数	1,349,720	1,334,612	1,357,319	1,283,394	1,279,783	1,373,663	1,326,883	1,331,528	1,335,943	1,338,604	1,308,764	1,271,885
審査専門部会分件数	356	367	435	327	335	351	363	391	355	387	346	359
特別審査分件数	17	19	40	27	17	27	42	18	15	31	22	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 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

8月審査分の後期歯科で35万点越えのレセプト発生

● 平成30年8月審査分（7月診療分）

		請求点数	入外	日数	性別	年代	傷病名
国保	医科	768,963	入	7	男	40代	急性大動脈解離StanfordA
	歯科	163,714	入	30	男	70代	歯肉悪性腫瘍

		請求点数	入外	日数	性別	年代	傷病名
後期高齢者医療	医科	746,346	入	28	女	70代	脊柱後側弯症
	歯科	388,869	入	29	女	60代	左下顎歯肉癌

● 平成30年9月審査分（8月診療分）

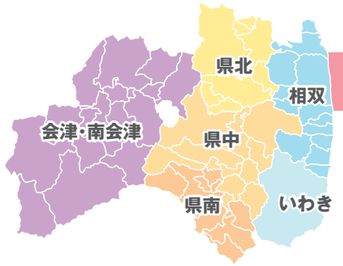
		請求点数	入外	日数	性別	年代	傷病名
国保	医科	898,393	入	15	男	50代	急性大動脈解離StanfordA
	歯科	86,520	入	31	男	60代	左舌癌

		請求点数	入外	日数	性別	年代	傷病名
後期高齢者医療	医科	806,812	入	27	男	80代	破裂性腹部大動脈瘤
	歯科	188,490	入	29	男	80代	下顎歯肉癌

● 平成30年10月審査分（9月診療分）

		請求点数	入外	日数	性別	年代	傷病名
国保	医科	786,674	入	30	男	60代	大動脈弁狭窄症兼僧帽弁閉鎖不全症
	歯科	76,466	入	30	男	70代	左舌癌

		請求点数	入外	日数	性別	年代	傷病名
後期高齢者医療	医科	789,164	入	30	女	80代	左ラクナ梗塞
	歯科	147,289	入	19	男	80代	右下顎骨折



地域別の医療費の動き

後期・いわき地区を除く全ての地域で、対前年比は件数と費用額共に減少している

平成30年10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6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	135,867	94.73%	2,736,514,603	93.45%	176,969	97.46%	4,730,773,489	97.15%
県中	139,217	94.35%	3,148,405,993	96.02%	159,595	97.66%	4,704,895,836	95.45%
県南	35,909	96.10%	839,285,671	95.49%	40,176	97.72%	1,268,962,924	94.27%
会津・南会津	80,947	95.40%	1,831,850,849	98.14%	108,656	96.20%	3,309,879,697	96.21%
相双	80,281	95.21%	1,633,015,262	95.52%	71,130	96.73%	1,916,383,496	94.07%
いわき	99,281	93.81%	2,033,511,336	93.33%	129,468	98.38%	3,680,027,855	101.45%

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

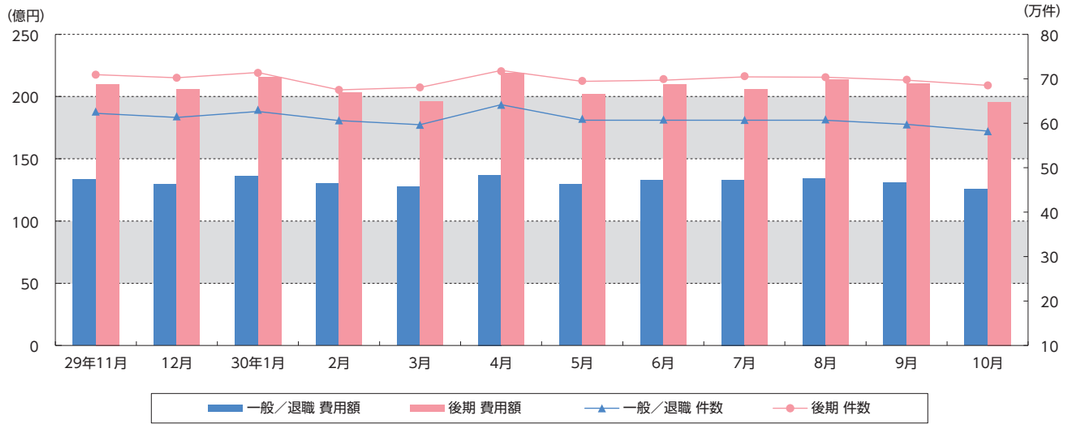
【一般／退職】30年10月審査分　【一般／退職】29年10月審査分　【後期】30年10月審査分　【後期】29年10月審査分

※ 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

10月は一般／退職は件数と費用額共に、後期は費用額が直近1年間で最小値

● 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）

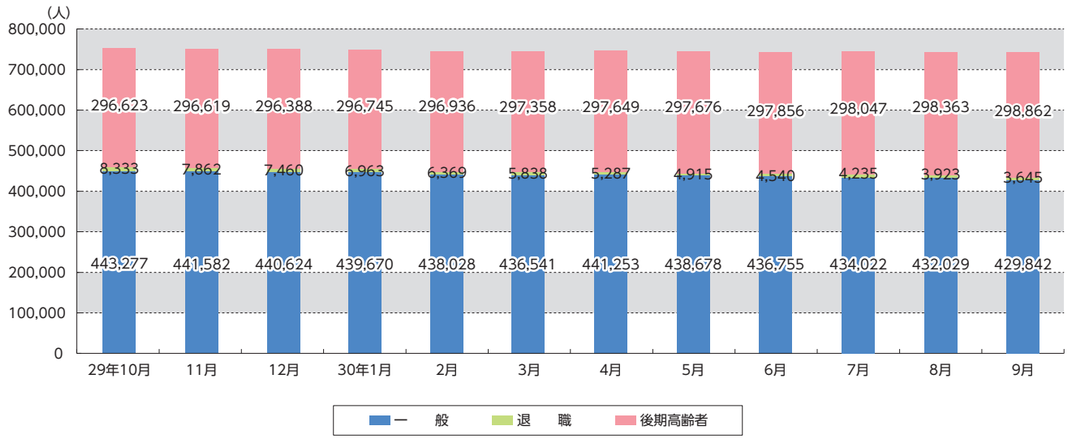
	審査月	29年11月	12月	30年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
件数	一般／退職	629,268	620,254	634,660	606,543	601,507	648,134	615,902	614,906	615,861	614,734	594,096	576,342
	後期	711,349	707,209	716,671	668,969	672,232	716,948	702,960	708,994	712,948	716,226	703,419	685,994
	計	1,340,617	1,327,463	1,351,331	1,275,512	1,273,739	1,365,082	1,318,862	1,323,900	1,328,809	1,330,960	1,297,515	1,262,336

（千円）

	審査月	29年11月	12月	30年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
費用額	一般／退職	13,541,643	13,238,547	13,722,507	13,014,928	12,784,617	13,801,169	13,016,261	13,140,976	13,002,424	13,209,485	12,825,974	12,305,992
	後期	20,903,431	20,577,527	21,221,662	20,231,932	19,759,126	21,571,507	20,231,998	20,677,665	20,444,861	20,956,487	20,639,608	19,610,923
	計	34,445,074	33,816,074	34,944,168	33,246,859	32,543,743	35,372,676	33,248,259	33,818,641	33,447,285	34,165,972	33,465,582	31,916,915

※ 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）

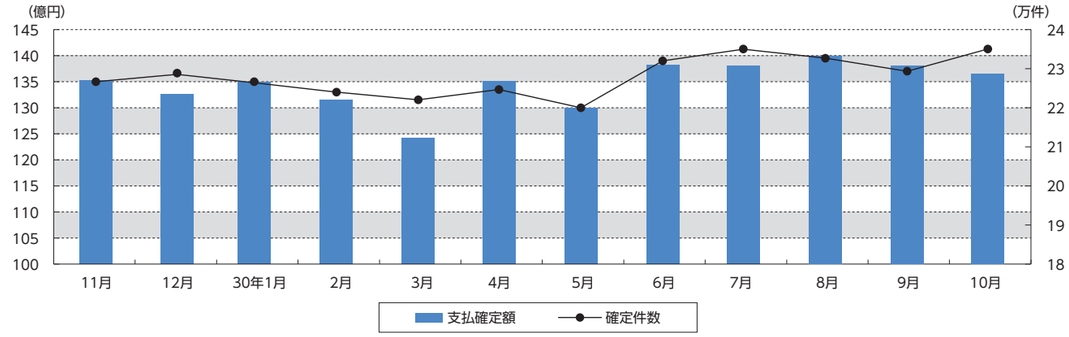


※ 被保険者数は、福島県の「毎月事業状況報告書（月報）」による。

介護の動き

支払確定額は8月、確定件数は10月に直近1年間で最高値となる

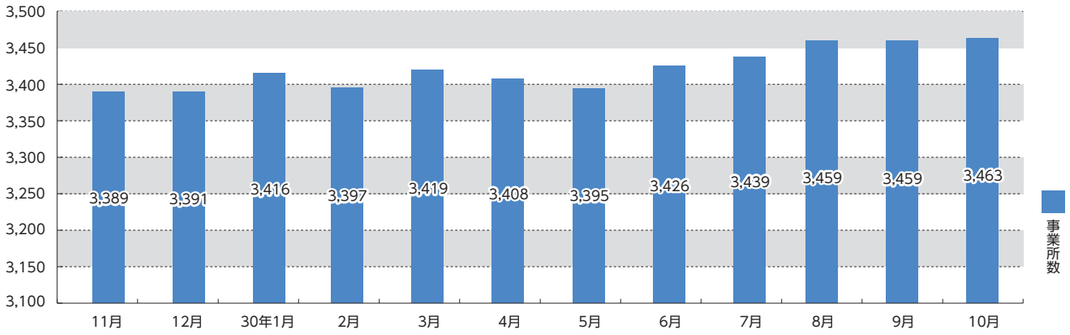
①介護給付費等支払状況



(件／千円)

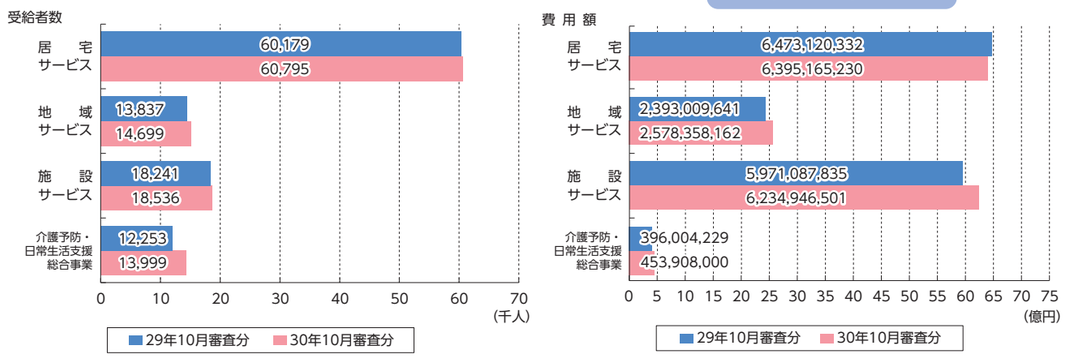
審査月	11月	12月	30年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
受付件数	231,948	232,773	230,514	227,641	225,702	228,330	231,400	238,570	240,605	237,594	235,429	239,829
確定件数	226,941	228,793	226,535	223,849	222,329	224,433	220,201	231,888	235,145	232,996	229,753	235,238
支払確定額	13,531,277	13,236,212	13,483,902	13,156,981	12,428,392	13,525,277	12,984,281	13,817,160	13,789,183	14,013,181	13,784,602	13,627,733

②事業所数



③サービス別 受給者数・費用額（30年10月審査分 対前年同月比）

認定者【29年10月】 112,944人
【30年10月】 115,994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。

介護 ～ 一人当たり費用額 30年10月審査分

一人当たり地域サービス費用額は、昨年度同月の176,621円と比べて14,168円増

(円)

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	139,162	106,053	171,616	348,112	32,354
二本松市	171,023	109,685	181,063	335,338	28,746
郡山市	130,806	96,958	180,887	341,182	32,509
須賀川市	148,665	106,608	161,087	332,010	32,080
白河市	147,861	100,417	152,030	337,775	31,828
会津若松市	140,747	114,657	142,853	340,980	31,342
喜多方市	163,967	90,409	201,759	334,240	29,529
いわき市	134,253	102,302	175,070	332,398	34,077
相馬市	167,441	127,586	132,061	326,394	32,739
田村市	157,426	106,069	264,989	339,924	33,900
南相馬市	142,669	109,952	177,930	310,429	33,203
伊達市	143,507	103,984	160,794	341,613	27,364
本宮市	158,259	101,616	174,675	327,055	34,050
川俣町	146,634	110,814	211,231	324,965	24,203
桑折町	157,615	128,201	139,226	328,412	27,998
国見町	141,109	118,882	50,281	351,375	44,603
大玉村	188,634	116,449	257,699	332,122	39,147
鏡石町	167,962	102,828	237,307	346,155	34,407
天栄村	174,474	114,365	123,192	351,429	33,363
南会津町	144,943	78,596	96,516	340,797	36,601
下郷町	147,606	90,455	81,101	352,868	34,062
檜枝岐村	250,478	75,103	333,351	330,972	0
只見町	148,448	74,359	169,642	325,803	35,108
磐梯町	171,197	94,870	186,351	326,207	35,156
猪苗代町	159,527	92,111	211,412	330,986	33,091
北塩原村	165,857	89,436	268,403	345,642	29,613
西会津町	181,999	118,289	295,161	341,347	29,888
会津坂下町	172,227	121,768	195,453	323,227	35,419
湯川村	178,763	106,022	319,724	328,388	30,873
柳津町	143,630	90,317	147,053	316,933	21,271
会津美里町	175,581	124,121	220,382	339,292	39,866
三島町	204,729	124,189	114,028	326,155	24,520
金山町	166,447	118,723	148,540	317,493	31,746
昭和村	174,515	116,928	0	343,803	23,267
棚倉町	154,007	98,169	129,505	341,180	34,589
矢祭町	158,617	108,303	198,478	315,807	18,998
塙町	141,717	80,554	120,207	324,162	36,835
鮫川村	198,819	111,346	335,462	331,775	38,007
西郷村	154,245	109,944	150,663	336,143	33,912
泉崎村	169,919	107,046	274,092	332,006	26,564
中島村	186,660	129,473	282,250	337,491	29,829
矢吹町	151,344	91,580	265,939	326,737	20,609
石川町	150,379	108,722	140,040	322,356	33,514
玉川村	167,585	117,159	217,296	331,043	36,699
平田村	141,387	100,486	269,209	344,698	20,343
浅川町	136,843	89,679	167,532	329,837	26,902
古殿町	192,794	118,773	236,681	348,455	34,396
三春町	162,978	121,129	256,026	351,621	30,238
小野町	160,761	99,608	244,592	347,610	36,684
広野町	149,216	100,787	226,209	329,345	33,743
楢葉町	167,991	101,791	186,687	325,895	34,130
富岡町	148,213	117,088	179,677	332,388	39,648
川内村	204,218	114,646	239,446	320,681	0
大熊町	142,450	128,687	164,597	334,134	36,028
双葉町	156,203	120,400	221,351	315,497	41,209
浪江町	144,907	119,956	163,601	341,112	34,057
葛尾村	150,003	97,612	221,526	317,765	36,351
新地町	145,407	90,906	105,439	346,596	30,097
飯舘村	159,204	113,107	177,195	375,602	28,043
平均	161,085	106,442	190,789	334,437	31,006
昨年度平均	159,813	109,245	176,621	325,320	31,983

※「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。

連合会日誌

Event Report

10月

3 (水) 国保料(税)収納率向上対策研修会(中級者向け)(福島市)…①
5 (金) 第58回全国国保地域医療学会(徳島県)～6日
11 (木) 介護保険業務推進検討委員会(国保会館)…②
再審査部会(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)
23 (火) 介護給付費審査委員会(国保会館)
26 (金) 平成30年度市町村介護保険担当者説明会(福島市)…③
29 (月) 第三者行為求償事務相談業務(国保会館)

11月

2 (金) 国保問題調査委員会(国保会館)…④
8 (木) 在宅保健師の会「絆」役員会(国保会館)…⑤
12 (月) 国保主管課長部会(福島市)…⑥
国保保険者及び後期高齢者医療広域連合の主管課長を対象に、本会の平成31年度事業運営等を協議した。
15 (木) 国保連合会保健事業支援・評価委員会研修会(福島市)…⑦
再審査部会(国保会館)
16 (金) 国保制度改善強化全国大会(東京都)
保険者協議会保健事業部会(国保会館)
21 (水) 福島県国保運営協議会連絡会(石川町)～22日…⑧⑨
福島県内の国保運営協議会代表者が一堂に会し、国保制度について討議するとともに情報交換を行った。また、国民健康保険中央会の松岡正樹審議役、国民健康保険課の滝本裕彦主幹兼副課長、フリーランスアナウンサーの花一実先生に講演いただいた。
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)
介護給付費審査委員会(国保会館)
保険者協議会医療調査部会(国保会館)
26 (月) 第三者行為求償事務相談業務(国保会館)
29 (木) 保険者協議会プログラム研修会(福島市)…⑩

12月

11 (火) 効果的な特定健診・保健指導の実践を目的とした研修(福島市)…⑪
13 (木) 再審査部会(国保会館)
20 (木) 第2回国保連合会保健事業支援・評価委員会(福島市)…⑫
審査委員会(国保会館)～23日
柔道整復審査委員会(国保会館)
歯科部会(国保会館)
21 (金) 介護給付費審査委員会(国保会館)
25 (火) 第三者行為求償事務相談業務(国保会館)

9

8
滑舌のトレーニングを指導する
フリーランスアナウンサー花形一実先生

7

3

2
挨拶をする
本会岡部常務理事

1

12
挨拶をする
支援・評価委員会 旭副委員長

11

10
腎疾患腎症重症化予防について説明する
国立病院機構千葉東病院 今澤俊之腎センター長

6
来年度の業務について説明する
本会鈴木企画推進課長

5

4

連合会行事予定

1月
- 25（金） 平成30年度介護給付適正化担当者説明会（福島市）

2月
- 下旬 保険者協議会第3回企画調整部会（国保会館）
- 7（木） 第3回保健事業支援・評価委員会（福島市）
- 8（金） 第2回国保医学部会役員会（福島市）
- 12（火） 理事会（国保会館）
- 21（木） 通常総会（福島市）

3月
- 6（水） 介護サービス苦情処理委員会（国保会館）
- 上旬 第2回保険者協議会総会（国保会館）

連合会からのお知らせ

企画推進課から

保険料（税）適正算定マニュアル訪問研修を受付中です

本会では平成30年度より、国保保険者において賦課業務の一助となることを目的に、国保料（税）の試算システムである標記マニュアルに関する訪問研修を実施しています。
研修では、主に基本操作の説明や各保険者の基礎情報を用いた試算等を行います。
ご要望、ご相談等は逐次受け付けておりますので、お問い合わせ先までご連絡ください。

保険料（税）適正算定マニュアルの特長

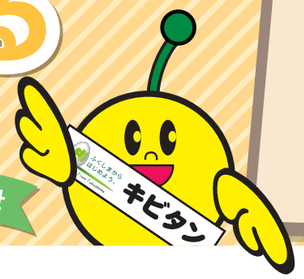
- 無償でダウンロードが可能
- 通常のパソコンで保険料(税)の賦課シミュレーションが可能
- 現状の賦課状況の分析、保険料(税)率改正による影響の比較分析が可能

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

編集後記

あけましておめでとうございます。亥年は「無病息災」の年という意味もあるそうで、みなさんがそのとおり健康で過ごされるようお祈り申し上げます。
今号はいつもより多く取材にお伺いしました。実際に体を動かし、セミナーに参加して、「百聞は一見に如かず」のことわざを久しぶりに思い出しました。取材の大切さを胸に刻み、今後も広報誌作成に取り組みたいと思います。読んでみようと思う広報誌、読みやすい広報誌をどうすれば作れるのかまだまだ模索は続きますが、試行錯誤することで自分自身の成長にもつながっていると感じています。成長の跡を広報誌にも残せるよう頑張りますので、今年もどうぞよろしくお願いいたします。（冨）

キビタンの
わかる国保
福島県からのお知らせ



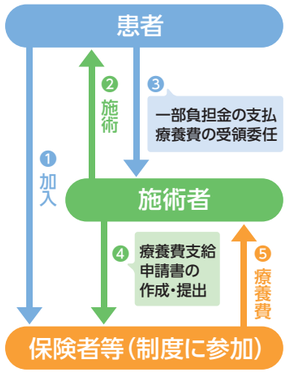
第3回
はり、きゅう及びあん摩マッサージ指圧について受領委任制度のご案内

はり、きゅう及びあん摩マッサージ指圧について、施術者等が患者等に代わって療養費の支給申請を行う「受領委任制度」が導入されました。
（平成31年1月1日から取扱い開始）

制度の仕組み

受領委任とは、施術者が、医療保険（療養費）で定める施術を行い、患者等から一部負担金を受け取り、患者等に代わって療養費支給申請書を作成・保険者等へ提出し、患者等から受領の委任を受けた施術者等が療養費を受け取る取扱いです。このような取扱いは、これまでも療養費の支給申請先（保険者等）ごとの判断で行われておりましたが、今回、厚生労働省で共通の取扱いとして制度化しました。

受領委任の取扱いは、制度に参加する保険者等に関する取扱いです。各保険者等の制度への参加やその時期については保険者等により異なるのでご注意ください。制度に参加する保険者等については、参加する1か月前までに厚生労働省のウェブページに掲示される予定です。



受領委任の取扱いを希望される場合は、地方厚生（支）局へ申請をお願いします

具体的な手続きについては、各地方厚生(支)局のウェブページで掲示しておりますので、施術所の所在地（出張専門の施術者の場合は自宅住所）を管轄する地方厚生(支)局のウェブページをご確認願います。

平成31年1月1日から受領委任を取り扱う保険者等一覧

保険者番号	保険者名	保険者番号	保険者名	保険者番号	保険者名	保険者番号	保険者名
070011	福島市	070516	桑折町	070953	昭和村	071118	浅川町
070029	会津若松市	070532	国見町	070961	西郷村	071126	三春町
070037	郡山市	070615	大玉村	070995	泉崎村	071134	小野町
070045	いわき市	070672	鏡石町	071001	中島村	071191	広野町
070052	白河市	070763	只見町	071019	矢吹町	071209	楢葉町
070078	須賀川市	070797	北塩原村	071035	棚倉町	071217	富岡町
070086	喜多方市	070847	磐梯町	071050	塙町	071233	大熊町
070102	二本松市	070862	会津坂下町	071068	鮫川村	071258	浪江町
070128	南相馬市	070888	柳津町	071084	石川町	071266	葛尾村
070136	伊達市	070938	三島町	071092	玉川村	071308	飯舘村
070144	本宮市	070946	金山町	071100	平田村	071324	南会津町
073015	福島県歯科医師国民健康保険組合			39070008	福島県後期高齢者医療広域連合		

参考 厚生労働省ウェブページ
- 通知「はり師、きゅう師及びあん摩マッサージ指圧師の施術に係る療養費に関する受領委任の取扱いについて」
  https://www.mhlw.go.jp/bunya/iryouhoken/iryouhoken13/dl/180612-01.pdf
- 通知「「はり師、きゅう師及びあん摩・マッサージ・指圧師の施術に係る療養費の支給の留意事項等について」の一部改正について」
  https://www.mhlw.go.jp/bunya/iryouhoken/iryouhoken13/dl/180621-06.pdf

詳しくは　厚生労働省 ウェブページ　検索

表紙によせて ～生涯健幸へのアプローチ～

福島県内で心身ともにいきいきと過ごしている方を、毎号お一人ずつご紹介。各世代で叶えたい「生涯健幸」の秘訣を探っていきます。

1号:学童期 | 2号:青年期 | **3号:壮年期** | 4号:高齢期

大堀相馬焼陶吉郎窯（いわき市）

近藤（こんどう） 学（まなぶ）さん（64歳）

近藤さんが窯主を務める陶吉郎窯では、浪江町の伝統工芸「大堀相馬焼」を継承しています。東日本大震災および原発事故の被害のため避難を余儀なくされましたが、すぐに仮の工房を探して作陶を続け、2018年4月にはいわき市に新たな工房を構えました。産地を離れてなお伝統を継承し続けることへの想いや覚悟を語る中で、近藤さんは「これからいくらでも成長できる、まだまだ道半ばだという向上心を持つことが、生きる上での信条です」と目に光を宿しました。

スパイスを効かせて旬をおいしく！
食で元気！と 健康運動 まいにち気軽に そのまんまストレッチを動画でチェック！

動画でしか見られない、先生からのワンポイントアドバイスも！
下のQRコードを読み取って、今すぐチェック！

今回の「食で元気！」は…

血行促進で冷え知らずの冬へ！
【鶏肉とかぼちゃの赤ワイン煮】

「食で元気！」の動画を見る

今回の「健康運動」は…

立ったままストレッチで、
冬こそ代謝アップ！

「健康運動」の動画を見る

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。

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
第67巻第3号 2019年1月11日発行

●発行／福島県国民健康保険団体連合会
福島県福島市中町3番7号　TEL:024-523-2700㈹　FAX:024-524-1041㈹
●発行人／太田　恵美子
●企画・編集／株式会社ル・プロジェ　TEL:024-935-0789㈹　FAX:024-935-0760