茨城の国保

IBARAKI NO KOKUHO

新春号

No.536
2021.1

新年のごあいさつ

「再認識される
国保制度の重要性、
保険者から信頼され
満足される国保連合会を
目指して」

理事長　小林 宣夫

保険者紀行

坂東市

伝統と歴史の息づく
自然豊かなまち

茨城の国保

No.536　2021.1

もくじ

1 新年のごあいさつ
茨城県国民健康保険団体連合会　理事長　小林　宣夫
茨城県知事　大井川和彦
国民健康保険中央会　会長　岡﨑　誠也

4 国保制度改善強化全国大会

6 保険者紀行
坂東市

11 こくほっとぴっく　国保担当者紹介

12 シリーズ健康を考える
「笑顔をひきだす診療」
第三回「スタッフマネージメントはお風呂に似ている!?」
サンキュー耳鼻科クリニック　乾　智一

14 茨城の医療と福祉の視点から

19 こちら国保Q&A

20 地域ケアホットライン

22 けんふくTOPICS

24 後期高齢者医療広域連合通信

26 こくほ随想「顕彰制度の審査で見えたこと」

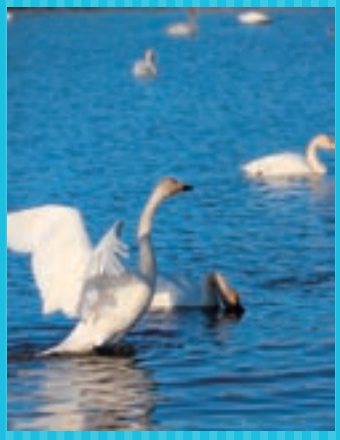
28 統計情報

29 国保連合会ヘッドライン

29 お知らせ・標語結果発表

29 行事予定・編集後記

裏表紙　おとどけ！特産品のおいしいレシピ
坂東市編



新春号の表紙

坂東市

菅生沼とコハクチョウ

坂東市と常総市に隣接している菅生沼は、県内最大級の自然環境保護区域に指定されています。毎年飛来するコハクチョウは、冬の風物詩として人気です。

新年のごあいさつ

再認識される国保制度の重要性、保険者から信頼され満足される国保連合会を目指して

茨城県国民健康保険団体連合会
理事長　小林宣夫（茨城町長）

明けましておめでとうございます。

皆様方におかれましては、輝かしい新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

また、平素から本会の事業運営に多大なご理解とご協力を賜っておりますことに厚くお礼申し上げますとともに、今般の新型コロナウイルス感染症に関し、現在も感染予防や診療、治療などに従事し、地域医療を支えてくださっている医療従事者の皆様に、心から感謝を申し上げる次第でございます。

さて、国民健康保険制度は、これまで国民皆保険制度の中核を担い、地域医療の確保や地域住民の健康の維持増進に貢献してまいりました。特に、今般の新型コロナウイルス感染症の拡大の中で、国民の生命と健康を守る医療を支える、国民皆保険制度の重要性も再認識されているところです。

このような状況の下、本会における新型コロナウイルス感染症に係る対応につきましては、国の要請により昨年6月末にコロナウイルスの影響により収入が減少し独立行政法人福祉医療機構等からの融資が必要となっている医療機関に対し、融資が実施されるまでの資金対策として、本会において金融機関から資金を調達し、申請医療機関等に対し支払を実施いたしました。

また、9月末からは新型コロナウイルス感染症緊急包括支援交付金として医療従事者等への慰労金の支給、医療機関等の感染拡大防止等のための支援金の支給に関する事業を都道府県が実施するにあたり、県から委託を受け、本会においては当該事業に関する申請書受付及び支払い等の事務を行っているところでございます。

本会といたしましては、基幹業務である審査支払業務の適正な執行はもとより、令和元年5月の法改正により対応しております「国保データベース（ＫＤＢ）システムを活用したデータ分析手法の研修や支援、保健事業支援・評価委員会を活用した保健事業の実施状況の分析評価」や「オンライン資格確認の実現に向けたシステム改修等の準備」などをはじめ、保険者が行う事務の効率化を図るための各種共同事業、保健事業や医療費適正化事業など、社会情勢の変化や保険者ニーズを踏まえた事業について、これまでの精力的な取り組みや蓄積してきた多くのノウハウを最大限に活用しながら積極的に取り組んでいくことは勿論ですが、さらに、新型コロナウイルス感染症という未曾有の難局に係る対応につきましても、本会の社会的使命・責務であると考えており、迅速、適切、柔軟に対応してまいりたいと存じますので、引き続き、皆様のご協力方よろしくお願いいたします。

本年も引き続き「保険者から信頼され満足される国保連合会」を目指し、保険者の皆様の負託に応えるべく、役職員一丸となって全力で取り組んでまいります。

皆様方には、更なるご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、新型コロナウイルス感染症の一日も早い終息、そして、新しい年が皆様にとりまして実り多き年となりますようご祈念申し上げまして、新年のご挨拶といたします。

新年のごあいさつ

国民健康保険事業運営の取組推進に向けて

茨城県知事　大井川 和彦

新年あけましておめでとうございます。

皆様におかれましては、新春を健やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。

今なお、新型コロナウイルス感染症の流行により国内外が未曽有の危機に直面する状況が続いております。感染状況は刻々と変化しておりますが、引き続き、感染拡大防止と社会経済活動の両立に向け、感染対策の徹底と医療提供体制の確保、県民生活および県内産業への支援などにスピード感をもって全力で取り組んでまいります。

さて、人口減少や少子高齢化など社会情勢が急速に変化する中、私は、「これからの10年間」が極めて重要との強い思いのもと、一貫して「挑戦」「スピード感」「選択と集中」の三つの基本姿勢を共有しながら、困難な政策課題にも躊躇せず取り組んでまいりました。

その結果、最も重要な施策の一つと位置付けた医師確保は目標数達成の見通しが立ち、企業誘致は2年連続全国トップの実績を上げ、農産物の輸出額は3年間で5倍に拡大いたしました。

今後とも、新型コロナウイルス感染症対策と社会経済活動の両立にしっかりと取り組みながら、東京オリンピック・パラリンピックなどを契機に茨城の魅力を世界に発信するとともに、デジタル社会の構築や力強い産業の創出、教育環境の充実、次世代を担う人材の育成など、未来への投資につながる施策に積極的に取り組んでまいります。

こうした中、我が国の国民皆保険制度の基盤となる国民健康保険につきましては、平成30年度の制度改革から4年目を迎えます。県といたしましては、財政運営の責任主体として、引き続き、市町村との連携を深め、保険料（税）の収納率向上や、医療費の適正化、被保険者に対する健康づくり・疾病予防事業の強化など、様々な取組を推進し、保険者機能の強化に努めてまいります。

皆様におかれましては、引き続き、国民健康保険制度の適正かつ効率的な運営に、なお一層のご尽力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、皆様にとりまして、本年が実り多き素晴らしい一年となりますことを心よりお祈り申し上げます。

新年のごあいさつ

ウィズコロナ時代を共に乗り越え、保険者業務支援に総力を

国民健康保険中央会
会長　岡崎誠也

新年あけましておめでとうございます。

令和3年の新春を迎え、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。

昨年は、新型コロナウイルスの急激な感染拡大により、世界中が大きな被害に見舞われました。

最前線で治療や感染防止策に懸命に取り組んでおられる医療関係者や自治体関係者などの皆様に敬意を表しますとともに、各地でお亡くなりになられた方々のご冥福と、感染されました方々の一日も早い回復をお祈り申し上げます。

我々、国保関係者においては、国民の健康と命を守る国民皆保険の一翼を担う重要な立場から、本年におきましても国保事業はもとより、新型コロナウイルス感染症対策をはじめとする様々な事業の実施に万全を期してまいります。

さて、本格的な少子高齢化と人口減少が進む中で、国においては、すべての世代が安心感と納得感の得られる「全世代型」の社会保障制度への転換をめざし、これを将来の世代にしっかりと伝えるべく、様々な改革を進めているところであります。

医療分野においては、後期高齢者医療制度の見直しや医療提供体制の改革に加えて、マイナンバーカードを使い、患者さんの最新の保険資格をその場で自動的に確認できるオンライン資格確認制度が本年3月からスタートする予定です。

本会はこの制度のシステム開発と運用に携わっておりますが、この仕組みを活用したデータヘルス改革の様々な取組が始まることとなっております。

一方、国保を取り巻く状況は、医療費の増高や低所得者の増加といった構造的な問題が依然として続いており、さらに新型コロナウイルスの感染拡大の影響により、国保の被保険者の保険料減免の増加なども見られ、国保の事業運営は今年も厳しい状況が続くことが見込まれます。

本会といたしましても、全国の国保連合会の皆様とこれまで以上に一体となり、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、後期高齢者医療広域連合などの関係団体とも十分に連携を図りながら、保健事業はもとより、医療費の審査支払や事務処理システムの開発・運用など、保険者の皆様の業務支援に総力をあげて取り組み、この「ウィズコロナ時代」を共に乗り越えてゆく所存でありますので、なお一層のご支援、ご協力を賜りますよう切にお願い申し上げます。

結びに、コロナ禍が早期に収束し、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。

令和3年　元旦

国保制度改善強化全国大会

令和2年11月13日（金）／東京都「砂防会館」

公費投入の確実な実施や新型コロナ対策への支援など10項目を決議

国保中央会など国保関係9団体が、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や国保の財政基盤強化のため公費投入の確実な実施など10項目を満場一致で採択した。

小林理事長はじめ茨城県からの参加者

大会会長挨拶をする岡崎国保中央会会長

大会会場は、新型コロナウイルス感染症の予防対策を講じ、全国の市町村長や都道府県関係者が参集し、本県からも小林理事長をはじめ国保関係者が参加した。また、田村厚労相の代理である樽見厚労事務次官をはじめとする来賓や国会議員の臨席があり、国保への協力姿勢を示された。

はじめに、全国知事会の平井鳥取県知事が開会の辞にあたり、公費投入は時限的なものではないはずとして国が医療保険制度への責

任を果たされるよう述べた。続いて、国保中央会の岡﨑会長が主催9団体を代表し、新型コロナウイルスの影響による国保の事業運営への懸念や毎年3400億円の公費投入の確実実施などによる財政基盤の強化を講じることを強く要望するなどあいさつした。その後、徳島県那賀町の坂口町長が大会宣言を読み上げ、来賓あいさつの後、議事に入った。議長団が選出され、沖縄県宮古島市の下地市長が10項目の決議文を読み上げ、大会の総意として採択した（大会決議文は下記のとおり）。

大会終了後、市町村長を先頭に集中陳情の実施

大会終了後、参加者は決議の実現へ向け、市町村長を先頭に政党や政府関係者へ陳情を展開した。班に分かれ、自民党、立憲民主党、衆議院第一議員会館、衆議院第二議員会館、参議院議員会館、厚生労働省、総務相を訪問して実行運動を展開した。自民党本部では、二階幹事長や佐藤総務会長らと面会し、公費の確実な投入や普通調整交付金の担う自治体間の所得調整機能維持を要請した。

また、茨城県選出国会議員17名に対しては、県内市町村・国保組合の代表者らが陳情を行い、決議の実現や国保を取り巻く諸問題について理解を得られるよう働きかけた。

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、国保の財政基盤強化のための公費投入の確保を確実に実施するとともに、保険者努力支援制度等が有効に活用されるよう、財政支援の充実を図ること。

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、新型コロナウイルス感染症対策に万全を期すため、公立病院等の医療提供体制や国保制度の安定的な運営が確保できるよう、地方自治体及び国保連合会に対して必要な支援措置を講じること。

一、後期高齢者医療制度の窓口負担の見直しについては、必要な医療への受診抑制につながらないよう、低所得者に十分配慮すること。

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の全廃及び子どもに係る均等割保険料（税）の軽減制度の創設を行うこと。

一、生涯にわたる健康づくりや高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施を推進するため、保健医療専門職の確保やＫＤＢシステム等を活用した保健事業への支援を更に充実させること。

一、医師をはじめとした医療・介護人材の確保、地域偏在の解消のため、必要な措置を講じること。

一、オンライン資格確認等システムの円滑な実施やデータヘルス改革の推進に当たっては、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。

令和二年十一月十三日

国保制度改善強化全国大会

保険者紀行

坂東市

伝統と歴史の息づく自然豊かなまち

坂東市は、水と緑につつまれた自然豊かな田園都市です。

総面積は123・03㎢、首都50㎞圏内に位置し、全域が首都圏近郊整備地帯に指定されています。

中心部は猿島台地と呼ばれる平坦な台地で、田畑が広がるなか、多くの平地林やコハクチョウの飛来で有名な菅生沼など、多くの自然が残されています。

坂東市マスコットキャラクター
将門くん

ふる里さしま古城まつり

戦国時代当時の伝承に基づいた「出陣式」、迫力満点の「火縄銃演武」が披露されます。のぼり旗や陣幕で華やかに飾られた会場の中を鎧甲冑に身を包んだ武者たちが、鉄砲隊の援護のもと逆井城を出陣する勇壮な姿は必見です。

自然に憩い、歴史を想う

逆井城跡公園

今から400年以上前の戦国時代末期に後北条氏の北関東進出拠点として築城されました。
芝生広場や桜の木々もあり、人々の集いの場となっています。

菅生沼（すがおぬま）

飛来する鳥類や岸辺で見られる野草の種類が豊富で自然観察者に人気の高い「菅生沼」。
冬期には約300羽のコハクチョウやカモが飛来し、冬を越すために過ごします。

郷土の英雄平将門を現代に

岩井将門まつり

神田明神将門太鼓の勇壮な響きの中を進み、武者の参詣シーンである戦勝祈願で始まる「坂東市岩井将門まつり」。昭和47年に始まり毎年11月に行われるこのまつりは秋の風物詩として、市内外の人たちから親しまれています。出陣式には、地元高校生等による弓道模範演技が披露され、武者行列は、可愛らしい稚児行列等とともに神田ばやし（県指定無形民俗文化財）のお囃子にのって歩行者天国を練り歩きます。クライマックスには山車が共演します。

いわい将門ハーフマラソン大会

岩井将門まつりと同日開催であり、秋晴れのさわやかな天気の中を全国から集まった多数のランナーが将門ゆかりの地を駆け抜けます。

時代を超えて親しまれるまち

観光交流センター「秀緑（しゅうろく）」

明治時代に建てられ国の有形文化財にも登録されている旧大塚酒造の店舗兼主屋と本蔵を利用した観光交流センターで、木工、陶芸の体験教室や屋台村があり、週末は観光客でにぎわいます。

歓喜寺（かんきじ）の江戸彼岸桜

その名のとおり、例年春の彼岸ごろ見ごろになり、樹齢400年といわれる大樹が、春の青空のもと枝いっぱいに花を咲かせる姿は圧巻です。期間中は夜のライトアップが行われ、大樹のまた違った姿を楽しむことができます。

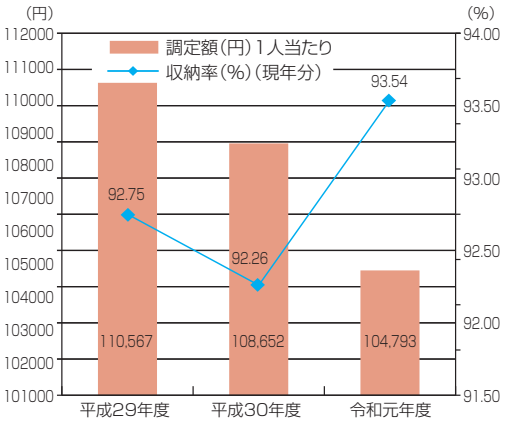
夜のライトアップ時の写真はこちら。かがやく桜の姿がきれいです！

保険者の概況

国保の加入状況等

		平成29年度	平成30年度	令和元年度
総世帯数（世帯）		20,033	20,133	20,346
総人口（人）		55,188	54,549	53,970
保険者 国保被	加入世帯数（世帯）	9,600	9,218	8,891
	被保険者数（人）	18,040	16,947	16,002
	被保険者加入率（%）	32.7	31.1	29.6
保険料（税）収納状況	調定額（円）1人当たり	110,567	108,652	104,793
	収納率（%）（現年分）	92.75	92.26	93.54
1人当たりの療養諸費費用額（円）		291,233	298,849	305,824
医療費適正化対策の状況	財政効果額1人当たり（円）	1,481	1,035	1,074
	財政効果率（%）	0.64	0.56	0.43
保健事業費の状況	保健事業費1人当たり（円）	1,150	1,115	1,055
	保険料（税）に占める割合（%）	1.12	1.48	1.72
特定健診・特定保健指導の状況	特定健診受診率（%）	39.9	40.0	40.2
	特定保健指導実施率（%）	37.3	41.2	40.3

国保税収納状況〔現年分〕



※総人口・総世帯数：住民基本台帳より入力
総人口・総世帯数以外：国民健康保険事業年報より入力（年間平均）
特定健診・特定保健指導の状況：特定健診等データ管理システムからの情報を入力

多角的で丁寧なアプローチ～より効果的な国保事業を

様々な角度からアプローチする収納対策

坂東市の令和元年度保険料（税）現年分収納率は93・54％で、平成30年度当該収納率を1・28％上回っています。主な収納対策として、毎月1回の電話催告、年4回の催告書の送付、徴収員（会計年度任用職員）による訪問徴収、コンビニ及びクレジット納付の拡大等に取り組むほか、令和2年10月からスマホアプリ決済も開始するなど、被保険者に対し様々な角度からアプローチしています。

保険年金課のみなさま

特に、催告書の送付については、「5月・7月・11月に加えて昨年度から1月送付を追加し、送付書の色を変え滞納者の目に付くように工夫した結果、前年同月比より収納率が上がったので効果がありました」と張替収納課長は語られました。

今後も、工夫しながら収納率の向上を目指し取り組んでいきます。

外国人における収納対策の取り組み

現在、本県全体の課題のひとつである外国人収納対策ですが、坂東市においては、農業実習生のほか工場等で勤務するために来日している外国人も多く、外国人国保被保険者は年々増加しています。

令和元年度から開始した現年分滞納者に対する差押え予告の一斉送付と夜間徴収のうち、夜間徴収については外国人にも実施していますが、日本語が通じず通訳となる人がいない場合など対応に苦慮しています。しかし、制度を説明するなど丁寧に対応すると国保制度について理解していただき保険料（税）を納付してくださるケースが多く、丁寧な対応が収納率向上の要因のひとつと考えています。

坂東市役所

コロナ対策を講じた特定健診

坂東市では、例年5月から特定健診を実施していますが、今年度は新型コロナウイルス感染症の影響により6月から開始し、密を避けるため完全予約制という形式を取りました。

予約は電話で行い、健診日当日は会場での感染予防として、受診者への体温測定のお願いやマスクの着用、アルコール消毒、パーテーションの設置などコロナ対策を講じて実施しました。

特定健診の実施については、事前に市の広報紙やホームページ、防災ラジオなどで周知を図りました。防災ラジオからは予約の前日にも広報を行い、1日あたり140人の実施を予定していましたが、当初の予定人数を上回る160人に変更しました。来年度は、1日あたりの受診者数をもう少し増やしての実施を検討しています。

対象者ごとに効果的な特定健診受診勧奨通知を

未受診者対策として、①今年度のみ未受診だった方、②今年度含め昨年度以前も未受診の年がある方（まだら受診の方）の2種類に分けて対策を実施しています。

①今年度未受診の方には、課で作成した通知を送付しており、②まだら受診の方には、業者に委託し圧着はがきタイプの通知で受診のメリットを説明しています。また、①と②のどちらも、特定健診の対象になったばかりの方とそれ以外の方で内容を変え、効果をねらったアプローチをしています。

例年は未受診者健診日を12月に設け、会場でオリジナルトイレットペーパーを配布するなど独自の取り組みも行っています。

今後の課題として、通知の発送時期の見直しを行い受診率の向上を目指していくとのことです。

坂東市健康づくり推進課

国保とのスムーズな連携と柔軟な工夫で健康づくりを推進

健康づくり推進課のみなさま

健診結果説明会でしっかり目標設定を

特定保健指導の対象となる方に健診結果説明会を開催しており、今年度は、対象となる方にあらかじめ申し込んでもらい、完全予約制で実施しました。

説明会では、生活習慣等に関するアンケートの回答と健診結果を基に、保健師・管理栄養士が面接を行い、生活習慣へのアドバイスや目標設定を面接シートに記入していきます。シートは複写式なので、面接後に原本をお渡しし、今後の取り組みに生かしてもらいます。「目標設定が高すぎる方にはそのやる気を大切に、生活の様子を聞きながら現実的な数値を提案するなどしています」と塙保健師は目標設定の大切さを話されました。

また、同時にお渡しする健康管理ファイルにはリーフレットや腹囲測定メジャーのほか、坂東市独自の健康づくり事業である「応援プログラム」の案内も同封しています。毎年リピーターが出る人気の事業で、説明会で告知するほか、保険年金課で対象者のリストを作成し案内を送付しています。案内の送付により参加者数が伸びるそうで、2つの課の連携がスムーズに取れている様子が窺えました。

健診結果説明会の案内

昨年10月に開設「こそだてステーション Banby」

子育て世代包括支援センターとして昨年開設した「こそだてステーションBanby」は、妊娠期から子育て期の切れ目のない支援を目指して設置され、妊産婦へのサポートプランの作成や各種相談事業のほか、助産師への相談や母子の交流ができる「ひよこサロン」なども人気の事業です。また、母子手帳の交付の際、別冊母子手帳として子育てに役立つ資料を1冊にまとめたファイルを配付しており、これには、イラストなどを使いチェック事項をわかりやすくまとめたシートのほか、制度のリーフレットや妊産婦支援事業のお知らせなど必要な情報がまとめられ、表紙にはオリジナルキャラクターのBanbyちゃんが。工夫を重ねて、使いやすさを追求しています。

会員による初のレシピ集を作成中

坂東市食生活改善推進協議会は、現在94名の会員が市内14地区で活動しています。例年は、会員の自己学習研修のほか、地区ごとの調理実習やシニアクラブ等での講話を交えた試食提供、市のイベント等での試食の配付などで活動していますが、今年は新型コロナウイルス感染症の影響でイベントが中止になっているこ

ともあり、会員の自己学習研修の一環で初のレシピ集を作成するそうです。「郷土料理」「減塩料理」「親子で作る料理」などいくつかのカテゴリーの中から、会員自らレシピを作成し、現在までで70ものレシピの提出がありました。「年度内にはレシピ集を完成させ、まずは会員で共有したいです。来年度以降、市内に広めていけたら」と小島技幹は語られました。

「歯」と「骨」の健康をチェック

健康づくり事業として「口腔機能検査」「骨粗鬆症検診」などの事業も展開しています。「口腔機能検査」では、ガムを使った検査のほか歯周病検査として唾液検査、ブラッシング指導、医師の診察・相談、歯科衛生士による集団指導など丁寧な事業内容となっています。また、「骨粗鬆症検診」では、骨密度測定と保健師による指導、カルシウムを摂りやすいスープの試食とレシピの配付を行っています。

昨年度は、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、内容を限定して実施しました。どちらも2日間の開催で、「口腔機能検査」は107人、「骨粗鬆症検診」は241人の参加がありました。今年度は、「骨粗鬆症検診」のみの実施を検討しているとのことです。

道のコンシェルジュ

「菅生沼遊歩道コース」

今回は、白鳥の飛来地であり自然の宝庫「菅生沼」を臨むウォーキングコースをご紹介します。

菅生沼は坂東市と常総市の境界にあり、首都圏でも数少ない自然観察フィールドです。コハクチョウの飛来地であり、例年、10月下旬から3月上旬に姿が見られます。自然がそのまま残されている菅生沼は、四季折々の美しい風景が心を癒してくれます。

【コースのご案内】

距　　離	4.44km
所要時間	50分
アクセス	坂東市神田山
駐 車 場	38台

坂東市のごちそう

さしま茶

江戸時代初期から栽培が始まりました。安政6年（1859年）には海外に初めて輸出され、生糸と並んで重要な輸出品目に数えられました。今では全国的に知られる香り豊かなコクのある銘茶です。

生鮮野菜

坂東市は全国で有数の生鮮野菜の産地です。中でも、レタス、夏ネギ、冬春トマト、春ハクサイは茨城県の銘柄産地及び推進産地の指定を受けるブランド品として人気を誇っています。

米

坂東市のコシヒカリは、肥沃な土地の豊かな恵みを受けて育てられ、しっかりとした旨みと粘りが特徴的な大変おいしいお米です。市内では多数のブランド米が生産されています。

シリーズ 健康を考える

第3回 スタッフマネージメントはお風呂に似ている!?

サンキュー耳鼻科クリニック　院長　乾　智一

「疫病退散!」

新年早々、アマビエちゃんのコスプレと共に右手を突き上げ大合唱！病気の不安で入った診察室で、こらえ切れずあふれ出す患者さんの笑顔。医師、スタッフ、患者さんが作り上げるあたたかい診察室は、決して自然発生しているものではなく、「どうせ治すなら楽しく！」というコンセプトを発信し続けた結果によるものです。では、発信をサポートし、増幅してくれるスタッフはどのようにして生まれたのでしょうか？

ことの発端は、クリニックを作ろうとしたときまで遡ります。私はスタッフを1番大切にした職場を作りたいと思い、本をたくさん読み、大病院の医局会や職員の福利厚生にも携わってきました。しかしそこまで準備して、いざ自分1人で始まってみると、いかに机上の空論であったかを思い知らされました。大切に思うからこそ、本音が言えなかったのです。私が本音を言わないので、スタッフは自分が正しいと思う。しかし、私はそう思っていないので評価されない。本人は、頑張っているのに評価されないとふてくされ、適当でいいやとなる。それが愚痴となり、愚痴に共感した人が派閥を作る。その派閥が、自分たち（主に声の大きい人）の判断で、勝手に仕事のできる人とできない人を作る。できない人をいじめ、いじめられた人はメンタルを崩し、体調も崩し、退職する。すると業務が忙しくなり、殺伐としてくる。そして、患者さんが来てくれて仕事があることで、ぎりぎりつながっている組織ができあがるわけです。

そこで気づいたことは「言わなければ何も伝わ

らない」ということです。以心伝心は成熟していない職場ではありえません。自分がどういった理由で何をしたいのか。それを実現する方策は何かについて、意義を繰り返し繰り返し伝え続けることです。

私が一念発起し、始めたこと。そして、今も続けていることは、やってもらいたいことを言葉にすること。やってくれたことに感謝の言葉を伝えること。やってほしくないことを言うこと。これだけです。言えない優しさは、結局、スタッフを不幸にします。

人は笑えと言っただけでは笑いません。常に理念を言い続けることでやっと浸透して、笑顔の意義がわかり、自然と笑顔が出るようになります。情熱と手間と手間と手間でしか、成しえないものがあるのです。

スタッフマネージメントはお風呂を入れることに似ています。

きれいな水を入れること。足りなかったら水を足すこと。水に熱を入れること。熱すぎたら冷ますこと。適度にかき混ぜること。そして、組織の状況を見ながら、今何が必要なのかを判断し、機を逃さずに行動することが大切となります。

当クリニックで行っている、かき混ぜる具体策を2つ紹介します。

1つ目は、朝礼・昼礼でのスタッフ一言を撮影し、google photo で全スタッフと共有していることです。毎回それを見てから出勤してもらうことで共通の話題ができ、久しぶりに会ってもいきなり会話が成立します。また、火曜日には連想ゲームをします。朝礼でスタッフに輪になってもらい「○○さんが好きそうな寿司ネタは△△」や「○○さんは海に△△と叫びそう」などで1周し、相手に関心を寄せる機会を作っては、みんなで盛り上がっています。

2つ目はイベントの企画・実行です。年6回のイベントを3人ずつ担当し、話し合ってテーマを決めます。そして目的、開始時期、予算、患者さんから引き出したい一言などを企画書として提出してもらいます。ゴーサインが出ると、協力して院内ディスプレイをしていきます。密なコミュニケーションと、実現するチーム力が必須です。イベント後には必ず患者さんアンケートを取ります。評価と共にコメント欄を用意しているのですが、とても好意的なコメントが多く、働いているやりがいを感じられる瞬間です。イベント手当以上のご褒美になっていると思います。

以上が当院の「楽しく治す」を生み出すスタッフマネージメントです。以前は診察室から全てのスタッフが見渡せるように壁に穴を開けたいと思ったこともありましたが、今は全く思いません。そのくらい信頼していますし、私の期待以上の働きをしてくれます。スタッフは一生懸命働きたいと思いながら、そして、どうしたら私のやりたいことを実現できるかを精一杯考えてくれます。だからこそ、私は本音で言わなければならないのです。当院にはまだまだ細かい仕組みがたくさんあるのですが、これからも患者さんにいい湯加減を提供していくために、サンキュー耳鼻科のお風呂を磨き続けようと思います。

プロフィール

いぬい　ともかず
乾　智一

茨城県ひたちなか市出身
水戸一高を経て平成 17 年秋田大学卒業
小林教授に惹かれ平成 19 年東北大学入局
沖縄で学ぶため平成 20 年琉球大学入局
平成 26 年 10 月サンキュー耳鼻科クリニック開設
耳鼻咽喉科専門医

2021 年は「サンキュー耳鼻科」のツイッターフォロワー1 万人を目指します！登録していただけるとすごく嬉しいです！

茨城県厚生総務課国民健康保険室

こちら国保 Q&A

納豆の妖精
ねば~る君
© Office710 / MIRIM

今号のテーマ
平成30年度税制改正に伴う国民健康保険制度の見直しについて

Q1 平成30年度税制改正の概要を教えてください。

A1 働き方の多様化を踏まえ、特定の働き方だけでなく、様々な形で働く人を応援し、「働き方改革」を後押しする観点から、左記の改正が行われました。

(1) 給与所得控除
イ 控除額を一律10万円引き下げる。
ロ 給与所得控除の上限額が適用される給与等の収入金額を850万円、その上限額を195万円に引き下げる。

(2) 公的年金等控除
イ 控除額を一律10万円引き下げる。
ロ 公的年金等の収入金額1000万円を超える場合の控除額については、195万5千円の上限を設ける。
ハ 公的年金等に係る雑所得以外の所得に係る合計所得金額が1000万円を超え2000万円以下である場合の控除額を上記イ及びロの見直し後の控除額から一律10万円、公的年金等に係る雑所得以外の所得に係る合計所得金額が2000万円を超える場合の控除額を上記イ及びロの見直し後の控除額から一律20万円、それぞれ引き下げる。

(3) 基礎控除
イ 控除額を一律10万円引き上げる。
ロ 合計所得金額が2400万円を超える個人についてはその合計所得金額に応じて控除額が逓減し、合計所得金額が2500万円を超える個人については基礎控除の適用はできないこととする。

Q2 税制改正による国保被保険者の所得等への影響は？

A2 国保制度においては、地方税法の規定を引用している部分があるため、特段の措置を講じない場合、国保被保険者の属性により、保険料の軽減判定に用いる「総所得金額等」や所得割の算定に用いる「旧ただし書所得」等が影響を受けることとなります。そのため、「意図せざる影響や不利益」が生じないよう国民健康保険法施行令等の改正が行われました。

Q3　税制改正に伴う保険料軽減判定基準額に係る見直しについて教えてください。

A3　一定の給与所得者等が2人以上いる世帯については、平成30年度税制改正後、当人の担税力に変化がない場合でも軽減措置に該当しにくくなることから、その影響を遮断するため、軽減判定基準において、軽減判定所得の算定時における基礎控除額相当分の基準額を43万円（現行：33万円）に引き上げるとともに、被保険者のうち一定の給与所得者と公的年金等の支給を受ける者の数の合計数から1を減じた数に10万円を乗じて得た金額を加えることとなりました。（国保令第29条の7第5項関係）

税制改正による所得等への影響（概観）

	給与・年金所得世帯	フリーランス（農業・自営業等）
収入金額	変化なし	変化なし
総所得金額等	増加（∵給与所得控除等↓）	変化なし
旧ただし書所得	変化なし（※）（∵給与所得控除等↓、基礎控除増額↑）	減少（∵基礎控除増額↑）
課税所得	変化なし（※）（∵給与所得控除等↓、基礎控除増額↑）	減少（∵基礎控除増額↑）

※高額所得者は給与所得控除等減額＞基礎控除増額となるため「増加」する。

Q4　前記の改正はいつの国民健康保険料（税）から適用されますか？

A4　令和3年度分以後の国民健康保険料（税）について適用されます。

【現行】
- 7割軽減基準額：基礎控除額（33万円）
- 5割軽減基準額＝基礎控除額（33万円）＋28.5万円×（被保険者数(※2)）
- 2割軽減基準額＝基礎控除額（33万円）＋52万円×（被保険者数(※2)）

【改正後】
- 7割軽減基準額＝基礎控除額（43万円）＋10万円×（給与所得者等の数(※1)－1）
- 5割軽減基準額＝基礎控除額（43万円）＋28.5万円×（被保険者数(※2)）＋10万円×（給与所得者等の数(※1)－1）
- 2割軽減基準額＝基礎控除額（43万円）＋52万円×（被保険者数(※2)）＋10万円×（給与所得者等の数(※1)－1）

※1　一定の給与所得者（給与収入55万円超）と公的年金等の支給（60万円超（65歳未満）又は110万円超（65歳以上））を受ける者

※2　同じ世帯の中で、国民健康保険の被保険者から後期高齢者医療の被保険者に移行した者を含む。

（参考）
- 厚生労働省ホームページ「全国高齢者医療主管課（部）長及び国民健康保険主管課（部）長並びに後期高齢者医療広域連合事務局長会議」配布資料「保険局国民健康保険課説明資料〈国民健康保険分科会〉」

地域ケアホットライン

健康・地域ケア推進課

ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合

家庭内でご注意いただきたいこと

― 8つのポイント ―

（一般社団法人日本環境感染学会とりまとめを一部改変）
令和２年３月１日版

部屋を分けましょう

◆個室にしましょう。
食事や寝るときも別室としてください。
・子どもがいる方、部屋数が少ない場合など、部屋を分けられない場合には、少なくとも2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンなどを設置することをお薦めします。
・寝るときは頭の位置を互い違いになるようにしましょう。

◆ご本人は極力部屋から出ないようにしましょう。
トイレ、バスルームなど共有スペースの利用は最小限にしましょう。

感染者のお世話はできるだけ限られた方で

◆心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けてください。

換気をしましょう

◆定期的に換気してください。
共有スペースや他の部屋も窓を開け放しにするなど換気しましょう。

手で触れる共有部分を消毒しましょう

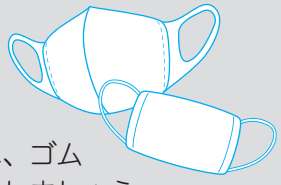
◆共有部分（ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など）は、**薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた**後、水拭きしましょう。
・物に付着したウイルスはしばらく生存します。
・家庭用塩素系漂白剤は、主成分が次亜塩素酸ナトリウムであることを確認し、使用料の目安に従って薄めて使ってください（目安となる濃度は 0.05% です（製品の濃度が 6% の場合、水 3L に液を 25ml です。））。

◆トイレや洗面所は、通常の家庭用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒しましょう。
・タオル、衣類、食器、箸・スプーンなどは、通常の洗濯や洗浄でかまいません。
・感染者の使用したものを分けて洗う必要はありません。

◆洗浄前のものを共用しないようにしてください。
・特にタオルは、トイレ、洗面所、キッチンなどでは共用しないように注意しましょう。

マスクをつけましょう

◆使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。



◆マスクの表面には触れないようにしてください。
マスクを外す際には、ゴムやひもをつまんで外しましょう。

◆マスクを外した後は必ず石鹸で手を洗いましょう。（アルコール手指消毒剤でも可）

※マスクが汚れたときは、すぐに新しい清潔な乾燥マスクと交換。
※マスクがないときなどに咳やくしゃみをする際は、ティッシュ等で口と鼻を覆う。

こまめに手を洗いましょう

◆こまめに石鹸で手を洗いましょう、アルコール消毒をしましょう。
洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしてください。

汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう

◆体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。

※糞便からウイルスが検出されることがあります。

ゴミは密閉して捨てましょう

◆鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。
その後は直ちに石鹸で手を洗いましょう。

●ご本人は外出を避けてください。
●ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状があるときには、職場などに行かないでください。

けんふく TOPICS

茨城県保健福祉部
健康・地域ケア推進課
からのお知らせです

毎月 20 日は「いばらき美味しおDay」（減塩の日）です！

茨城県では生活習慣病による死亡率が全国に比べて高く、その要因の一つである塩分摂取量は全国平均を上回っております。そこで、県民の皆様の減塩への意識を高めることを目的に、毎月 20 日を**「いばらき美味しお Day」（減塩の日）**として定めました。

県民の皆様も、この日を機会に減塩について考えてみましょう！

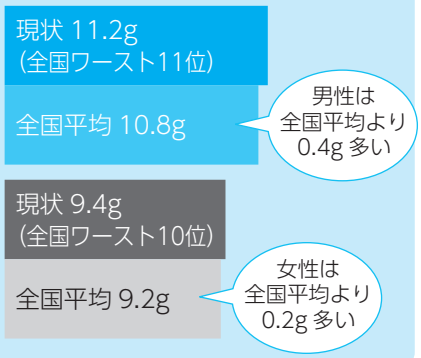
茨城県の状況

【年齢調整死亡率の全国比較（平成 27 年）人口 10 万対】

	男　性		女　性	
疾患名	（ ）内は全国値	全国順位	（ ）内は全国値	全国順位
脳血管疾患	**46.0（37.8）**	**ワースト6位**	**24.9（21.0）**	**ワースト10位**
（うち　脳梗塞）	21.5（18.1）	**ワースト9位**	11.4（9.3）	**ワースト10位**
心疾患	**66.0（65.4）**	**ワースト20位**	**37.3（34.2）**	**ワースト14位**
（うち　急性心筋梗塞）	23.8（16.2）	**ワースト6位**	9.4（6.1）	**ワースト5位**
糖尿病	**6.6（5.5）**	**ワースト8位**	**3.2（2.5）**	**ワースト5位**

※年齢調整死亡率…比較対象の年齢構成の違いを考慮して補正した死亡率。

【成人 1 日あたりの塩分摂取量の比較】



いばらき美味しおDay

に併せた取り組みとして、県内企業と連携した普及啓発活動を実施しております

県庁食堂カフェテリアひばりにおける
適塩メニューの提供

茨城県では、減塩メニュー等を提供する飲食店や弁当店を**「いばらき美味しおスタイル指定店」**として指定を開始いたしました。今後、指定店の紹介はスマートフォン用アプリ「元気アっプ！リいばらき」内にて公開する予定です。

詳しくは「いばらき美味しおスタイル指定店」で検索、または下記 URL を検索してください。

https://www.pref.ibaraki.jp/hokenfukushi/chiiki/kenko/oishio.html

県内スーパーにおいて減塩商品特設コーナーの設置や
減塩商品のポップ等の表示

登録無料！

元気アっプ！リいばらき

県民の健康づくり活動を推進するため、スマートフォン用アプリ「元気アっプ！リいばらき」を運用しています。健康づくり活動に応じてポイントを付与し、貯めたポイントに応じて各種景品が当たる抽選に参加することができます。登録は無料！

「いばらき美味しおスタイル指定店」の紹介も公開する予定ですので、ぜひアプリをダウンロードしましょう♪

Android 版

Google Play ストア より検索

QR コード はこちら

ios 版

App ストア より検索

QR コード はこちら

薬務課インフォメーション

茨城県保健福祉部医療局薬務課

もうお持ちですか？「かかりつけ薬局・かかりつけ薬剤師」

かかりつけ薬局では、複数の医療機関から処方されたお薬をまとめて管理し、お薬の重複や飲み合わせを確認します。また、かかりつけ薬剤師は、患者さんの情報を記録し、服用している市販薬や健康食品などを考慮して服薬指導をしてくれます。いつも皆さんの健康を見守る、かかりつけ薬局・かかりつけ薬剤師を持ちましょう。

1 かかりつけ薬局・薬剤師を持つメリット

1. 複数の医療機関から処方されたお薬や市販のお薬などをまとめて管理してもらえることで、お薬の重複や食べ物などとの飲み合わせを確認してもらえます。
2. お薬の効果や副作用などを継続して確認してもらえます。
3. 困った時にお薬の相談に乗ってもらえ、健康相談もできます。

また、ご自宅にある残薬（飲み忘れ・飲み残し）についても、相談することができます。

2 かかりつけ薬局に最適な「健康サポート薬局」とは？

健康サポート薬局とは、厚生労働大臣が定める一定基準を満たしている薬局として、かかりつけ薬局・薬剤師の機能に加えて、市販薬や健康食品に関することはもちろん、介護や食事・栄養摂取に関することまで気軽に相談できる薬局のことで、皆さんの健康をより幅広く、積極的にサポートします。健康サポート薬局には、以下のようなメリットがあります。

健康サポート薬局でできること

- 健康サポートに必要な専門知識を習得した薬剤師が、相談に応じます。
- 相談内容によって、医療機関での受診の提案や、必要に応じ他の関係機関をご紹介します。
- 専門知識を持った薬剤師が、要指導医薬品や介護用品などの適切な商品選びのお手伝いをします。
- 週末も一定時間開局しています。お休みの日も気軽にご相談いただけます。
- プライバシーに配慮した相談スペースを用意しています。
- 健康相談に関するイベントを開催しています。

3 どうやってかかりつけ薬局・薬剤師を探せば良い？

お住まいや職場などから近い薬局で、いつでも気軽に相談できる薬局・薬剤師を探されてはいかがでしょうか。

お近くの薬局や健康サポート薬局は、**いばらき医療機関情報ネット**で検索できます。

いばらき医療機関情報ネット
http://www.ibaraki-medinfo.jp/yakkyoku/Search/yakkyoku/

広報事業のご紹介

令和２年度 被保険者啓発ポスター

本会では、令和２年度の広報事業として、イオンモールでのデジタルサイネージや新聞広告、標語募集事業の実施のほか、各種被保険者啓発ポスターを作成しました。ぜひ、ご活用ください。

国保料（税）納付勧奨ポスター

国保料（税）の納付意識の啓発を図るため、市町村、金融機関、県関係機関等に配布しました。

特定健診受診勧奨ポスター

「特定健診受診促進月間」の取り組みとして作成し、市町村、保険医療機関、県関係機関等に配布しました。

第三者行為届出促進ポスター

「第三者行為求償強化月間」の取り組みとして作成し、市町村、保険医療機関、県関係機関等に配布しました。

被保険者証年次更新周知ポスター

国保と後期の被保険者証の更新時期が同月となったことから、令和２年度は茨城県後期高齢者医療広域連合と共同で作成・配布しました。

国保データベース（KDB）システム

Q & A

お問い合わせはこちらまで

ご不明な点がございましたら、下記までEメールや電話等でお問い合わせください。訪問支援をご希望の場合、ご連絡をいただければ担当職員がお伺いいたします。

茨城県国民健康保険団体連合会
保健事業課　保健事業係
ＴＥＬ：029-301-1553
ＦＡＸ：029-301-1575
Email：jigyou@ibaraki-kokuhoren.or.jp

KDB システムの基本的な使い方や応用方法を、今年度発行の「茨城の国保」で 4 回連載しています。第 3 回目は、健康状態不明者の抽出方法をご紹介いたします。健康状態不明者とは、健診及び医療未受診者を指します。

Q 健康状態不明者の抽出の方法を教えてください。

A 医療（歯科を含む）及び健診未受診者の抽出方法をご紹介いたします。国保・後期いずれも同じ方法で対象者の抽出ができます。

①保健事業介入支援管理を押下し、「介入支援対象者の絞込み（栄養・重症化予防等）」を押下します。

②作成年月、資格情報を任意に選択し、受診情報は、「医療実績なしかつ健診実績なし」を選択し、確定を押下します。

確定押下後、ポップアップが 2 つ表示されますので、OK を押下してください。

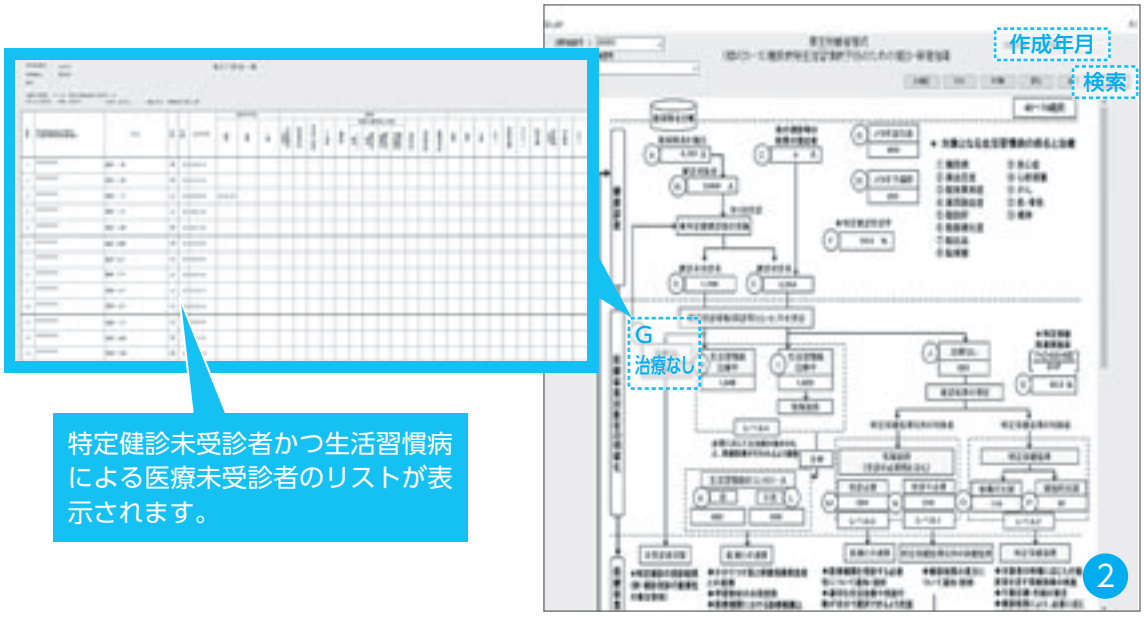
③介入支援対象者一覧（栄養・重症化予防等）
画面に対象者が表示されます。
※医療判定、資格判定の差異により、後期高齢者の健診状況（S26_018）の医療未受診者の数値とは、一致しません。なお、紙レセプトはＫＤＢシステムの集計対象外となります。

Q「特定健診未受診者かつ生活習慣病による医療未受診者」の条件で対象者を抽出することもできませんか。

A　国保の場合は抽出可能です。ここでの生活習慣病とは、糖尿病・高血圧症・脂質異常症・高尿酸血症・脂肪肝・動脈硬化症・脳出血・脳梗塞・狭心症・心筋梗塞・がん・筋・骨格・精神です。これ以外の疾患、例えば風邪やう蝕などで受診がある場合は一覧に表示されます。

①「厚労省様式出力」を押下し、「様式5-5糖尿病等生活習慣病予防のための健診・保健指導」を押下します。

②作成年月を選択し、「検索」を押下します。
G「治療なし」の下の数値にカーソルを合わせると、青色に反転するので、押下します。



新年挨拶

茨城県後期高齢者医療広域連合
広域連合長　豊　田　　稔

明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては、希望に満ち溢れた輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

日頃から被保険者の皆様、医療機関及び関係機関の皆様には、当広域連合の運営につきまして、御理解と御協力を賜り、厚く御礼申し上げます。併せて、この度の新型コロナウイルス感染症に罹患された方々に対し、心からお見舞い申し上げますとともに、一日も早い御回復をお祈り申し上げます。

さて、当広域連合は、平成19年1月に設立以来、本年で14年目を迎えました。この間、少子高齢化の進展、国民意識の変化など、後期高齢者医療を取り巻く環境の変化とともに、被保険者数も増加し、現在、その数は約42万人を超え、医療費総額では約3500億円の規模となっております。今後、団塊の世代の高齢化による被保険者の更なる増加や本医療制度の重要な支え手である現役世代の減少などにより、本制度の運営は厳しい状況を迎えることが見込まれ、いわゆる2025年問題への適切な対応が求められております。

現在、国では、全世代型社会保障への改革に向けて社会保障制度の見直しを進めており、当広域連合としてもその動向を注意深く見守っているところです。また、今年度からは、人生100年時代を見据え、健康増進・健康寿命の延伸等を目的とした新たな取組として「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」が開始されました。

当広域連合としましては、引き続き、県内44市町村と緊密に連携を図りながら被保険者の皆様の心身の多様な課題に対応したきめ細やかな支援と医療が受けられるよう最善を尽くしてまいりますので、皆様の御理解と御協力をお願い申し上げます。

結びに、皆様の御健勝と御多幸を心から祈念申し上げまして、新年に寄せての御挨拶とさせていただきます。

令和２年度上半期医療費の動向等について

令和2年度上半期の3月から8月までの診療費及び被保険者数は、次表のとおりです。令和元年度上半期に対して、医療費は3・47％減、被保険者数は1・74％増になっています。

各診療月における医療費（上半期分）

（単位：百万円）

年＼診療月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	合計
令和２年	30,204	27,577	26,619	28,802	29,693	28,172	171,067
令和元年（平成31年）	29,495	29,562	29,049	28,939	30,551	29,611	177,207
増減率（％）	2.40	△ 6.72	△ 8.37	△ 0.47	△ 2.81	△ 4.86	△ 3.47

※療養の給付に要した額（医療費の総額）となります。また、令和２年11月末日現在の医療費（速報値）となります。

各診療月における月末被保険者数（上半期分）

（単位：人）

年＼診療月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	月平均
令和２年	418,858	419,274	419,521	419,750	420,181	420,684	419,711
令和元年（平成31年）	410,393	411,636	412,319	413,019	413,593	414,283	412,541
増減率（％）	2.06	1.86	1.75	1.63	1.59	1.55	1.74

還付金詐欺と思われる不審電話の多発について

茨城県内において、高齢者の方が被害者となる不審な電話が多発しています。

その内容は、市町村の職員を名乗る者などから「医療費の還付金がある。期限が過ぎてしまっているので、役所では手続きできない。銀行のＡＴＭ（現金自動預払機）ならば手続きできるので、携帯電話とキャッシュカードを持ってＡＴＭに行ってほしい。」といったものが多く、銀行や郵便局の職員を名乗る者を後から連絡させるなど、複数の人物を使い、手口はとても巧妙になっています。そして、最終的にはＡＴＭへ誘導し、相手の口座に振込ませるというものです。

もし、還付金等の電話がかかってきたときは、落ち着いて一度電話を切り、当広域連合やお住まいの市町村の後期高齢者医療担当課に連絡して、事実かどうかを確認してください。

また、ＡＴＭの操作を求める電話や手紙は詐欺と考え、警察に相談をするなど、相手には連絡しないようにしてください。

当広域連合及び市町村の職員等が、医療費や保険料の還付、高額療養費の支給等のために、ＡＴＭの操作を求めることは絶対にしませんので、注意してください。

Imagination
こくほ随想

顕彰制度の審査で見えたこと

東京大学　未来ビジョン研究センター　データヘルス研究ユニット
特任教授　古井 祐司

▼表彰される自治体の共通点

近年、好事例を取り上げて横展開を進めたり、施策・研究のマネジメントを強化する目的で、第三者による審査が導入されるケースが増えている。私自身も、自治体や企業、保険者による予防・健康の取組や大学の公募研究などの審査委員を複数務めている。審査の難しさを常に感じる一方で、素晴らしい取組や画期的な技術に出会う感動のある仕事だと思っている。

その中でも長く関わっているのが、2012年にスタートし、今年第9回を迎えた厚生労働省の「健康寿命を延ばそう！アワード」だ。このアワードでは、自治体や企業、団体による優れた生活習慣病予防活動の表彰を通じて、活動の普及を図ることを目的としている。

審査では、健康課題の設定、やり方の工夫、取組の結果などを確認していく。そういった作業を通じて候補を選定する中で、候補に選ばれる取組には共通する要素があることに気づいた。従来、自治体の取組によくあるように、実施すること自体を目的としているのではなく、明確な問題意識を持ち、「地域のそんな課題を解決するためにこんな取組をしてみた」という分かりやすいストーリーを提示できている点だ。

▼一歩を踏み出す勇気

さらに気づいたのは、そういった自治体には最初の一歩を踏み出す勇気のある職員がいることだ。審査の年数を重ねていくと、受賞をされた自治体などの方々にお会いする機会が増えていくのだが、実際にお会いした現場の皆さんからは、日常業務を進める中で自分たちの取組をもっと良くしたい、上司や財政課、地域の人たちに理解してもらい、もう一歩取組を進めたいという気持ちで申請した、といった声をよくうかがう。彼らの多くは「カリスマ保健師」などではない。

ただ、申請書を書くにも様々な準備が必要で、日常業務をこなしながら申請の手続きを進めるのは簡単ではないはずだ。事業を計画する段階で評価指標を設定しておかないと、審査には耐えられないため、1年後、2年後に目指す具体的な像を関係者で共有することが重要になる。時には、自然災害や予期しない集団感染などが起こり、人手がとられてしまう。そんな時に不可欠なのは、それを後押ししてくれる先輩や上司の存在だ。

▼日常から素晴らしい取組が取り上げられるには

素晴らしい取組が世の中のお手本になるためのもうひとつの必要条件は、取組の工夫を「明文化」することだ。私たちの研究ユニットは、制度設計や政策評価といった「上流」に位置する研究に携わっている一方で、自治体の皆さんと一緒に健康課題の解決メニューを創ったり、対象者のデータを取ったりする「泥臭い」研究も並行して進めている。新型コロナ禍までは、私をはじめメンバーそれぞれが、離島も含めて年間数十日は現場に足を運んできた。

そのような現場で私たちが感じるのは、種々の工夫がもっと整理されていれば、職員相互のノウハウ共有や、異動の際の引継ぎに便利だし、それが顕彰制度への申請にも活用できるはずということだ。私たちが各自治体にうかがう際には、事前に事業計画書や関連資料を拝見しておくのだが、現場で運営されている創意工夫がそこに記載されていることは少ない。なお、現場の暗黙知を明文化していくには、データに基づいて健康課題やその解決度を測る評価指標が設定されている「データヘルス計画」をプラットホームとして活用することも有用である。

顕彰制度への応募は、現場での知見を整理し、明文化する良い機会になるかもしれない。そして、自治体における素晴らしい取組が埋もれることなく、世の中に周知されれば一石二鳥だ。

【記事提供 社会保険出版社】

古井（ふるい）　祐司（ゆうじ）

●執筆者プロフィール

東京大学未来ビジョン研究センターデータヘルス研究ユニット特任教授、自治医科大学客員教授、内閣府経済財政諮問会議専門委員

【略歴】

東京大学大学院医学系研究科修了、医学博士。専門は予防医学、保健医療政策。2004 年東京大学医学部附属病院特任助教就任（2009 年退任）。同年、健康づくり委員会；ヘルスケア・コミッティーを株式会社化し代表取締役就任（2015 年退任）。その後、自治医科大学客員教授を経て、2018 年東京大学政策ビジョン研究センター（現・未来ビジョン研究センター）特任教授就任。30 代で過疎地の出前医療に魅せられ、基礎医学から予防医学に転向。産官学連携のもと予防医学研究を進める。

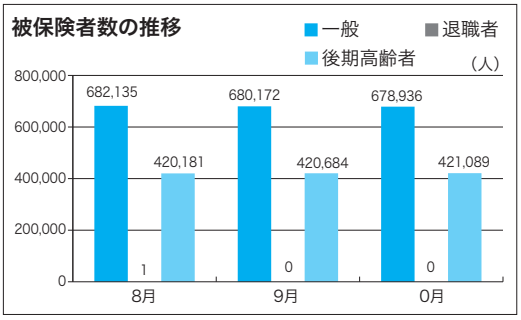
医療費の状況

①被保険者数

（人）

審査月	8月	9月	10月
一般	682,135	680,172	678,936
退職者	1	0	0
国保計	682,136	680,172	678,936
後期高齢者	420,181	420,684	421,089

※被保険者マスターより作成。各審査月の前月末現在の人数。



後期高齢者は毎月増加しており、国保の被保険者は減少傾向にある。

②件数及び費用額

審査月	8月審査分			9月審査分			10月審査分		
	件数(件)	費用額(円)	費用額対前年比(%)	件数(件)	費用額(円)	費用額対前年比(%)	件数(件)	費用額(円)	費用額対前年比(%)
一般	841,982	19,193,479,961	2.50	798,298	17,595,461,566	-5.05	817,755	18,235,946,647	-7.57
退職者	-2	12,800	-99.93	-2	-310,722	-101.57	-1	-29,150	-100.15
国保計	841,980	19,193,492,761	2.40	798,296	17,595,150,844	-5.16	817,754	18,235,917,497	-7.66
後期高齢者	921,396	29,545,129,247	0.39	883,280	28,015,644,077	-1.93	908,131	28,619,107,309	-4.68

退職者の件数及び費用額については、過誤調整によりマイナスとなっている。

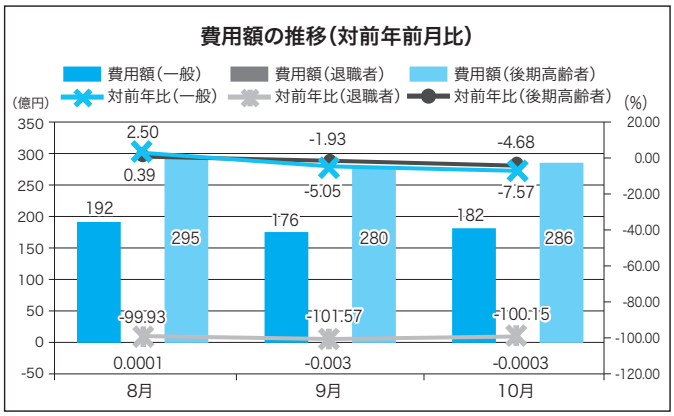
③１人当たり費用額

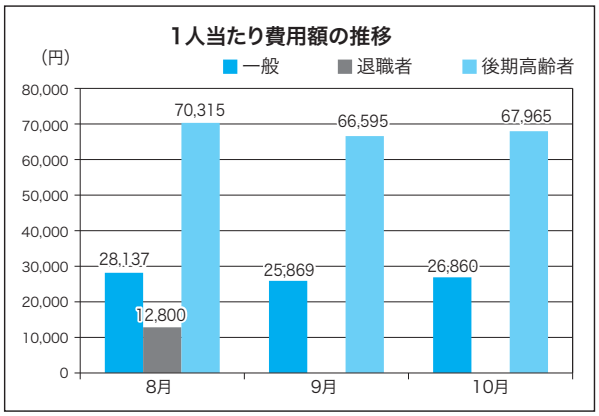
審査月	8月審査分		9月審査分		10月審査分	
	費用額（円）	対前年比（%）	費用額（円）	対前年比（%）	費用額（円）	対前年比（%）
一般	28,137	5.68	25,869	-2.31	26,860	-4.94
退職者	12,800	-45.65	—	—	—	—
国保計	28,137	5.70	25,869	-2.32	26,860	-4.94
後期高齢者	70,315	-1.19	66,595	-3.43	67,965	-6.00

④１件当たり費用額

審査月	8月審査分		9月審査分		10月審査分	
	費用額（円）	対前年比（%）	費用額（円）	対前年比（%）	費用額（円）	対前年比（%）
一般	22,796	6.31	22,041	3.39	22,300	1.66
退職者	-6,400	-136.67	155,361	668.79	29,150	29.83
国保計	22,796	6.34	22,041	3.39	22,300	1.66
後期高齢者	32,066	1.88	31,718	3.63	31,514	0.24

国保計の１人当たり費用額の対前年比はこれまでマイナスが続いていたが、８月審査分はプラスとなっている。





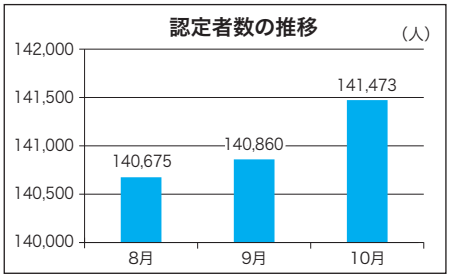
介護保険給付費の状況

①被保険者数

（人）

	8月	9月	10月
認定者数	140,675	140,860	141,473

※認定者数は、審査月の前月の（サービス提供月）末時点若しくはその月途中で資格喪失した場合は直近の要支援、要介護の認定者数である。



②サービス毎の件数及び費用額

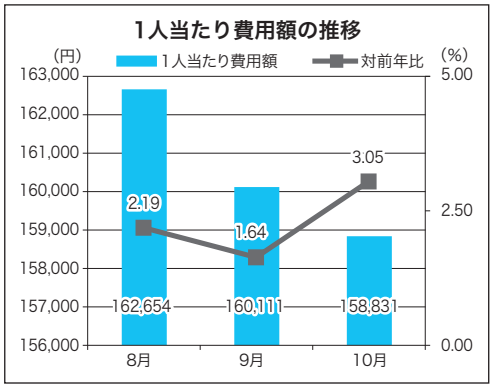
	8月審査分			9月審査分			10月審査分		
	件数（件）	費用額（円）	費用額対前年比（%）	件数（件）	費用額（円）	費用額対前年比（%）	件数（件）	費用額（円）	費用額対前年比（%）
居　宅	72,523	8,301,741,234	3.39	72,485	8,049,906,162	2.72	72,748	8,157,267,594	5.08
地　域	15,971	3,111,401,735	4.54	15,792	3,012,191,947	2.93	15,977	3,027,204,414	4.16
施　設	25,399	8,837,948,589	3.60	25,128	8,766,082,989	3.79	25,377	8,609,547,625	3.99
支援事業	13,074	400,652,580	0.84	12,857	387,775,334	-0.62	13,031	398,641,373	0.04
計	126,967	20,651,744,138	3.60	126,262	20,215,956,432	3.15	127,133	20,192,661,006	4.37

※平成 27 年度より介護予防・日常生活支援総合事業が開始された。
※受給者数は、認定者のうち、現物給付を受けた人数であり、明細書を被保険者番号で名寄せした件数。

③１人当たり費用額

	8月審査分		9月審査分		10月審査分	
	費用額（円）	対前年比（%）	費用額（円）	対前年比（%）	費用額（円）	対前年比（%）
居　宅	114,470	1.31	111,056	0.15	112,130	2.92
地　域	194,816	4.05	190,742	2.39	189,473	3.50
施　設	347,964	2.34	348,857	2.96	339,266	2.74
支援事業	30,645	1.70	30,161	1.34	30,592	2.23
計	162,654	2.19	160,111	1.64	158,831	3.05

※件数は、福祉用具販売費、住宅改修費などの市町村が直接支払う分は除く。
※費用額は保険給付額、公費負担額、利用者負担額及び特定入居者介護サービス費等費用額を合計した額で、福祉用具販売費、住宅改修費などの市町村が直接支払う分は除く。
※居宅サービス費用額には、居宅介護支援費、介護予防支援費も含む。



認定者数は毎月微増しているが、一人当たりの費用額は減少傾向にある。

障害者総合支援給付費の状況

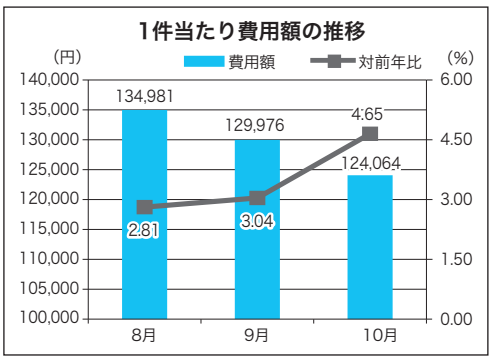
①件数及び費用額

	8月審査分			9月審査分			10月審査分		
	件数（件）	費用額（円）	費用額対前年比（%）	件数（件）	費用額（円）	費用額対前年比（%）	件数（件）	費用額（円）	費用額対前年比（%）
障害者	27,272	4,320,038,195	6.40	27,429	4,198,279,310	7.84	29,110	4,241,164,264	9.21
障害児施設	11,175	869,589,480	8.67	11,482	859,233,554	10.79	12,221	886,530,793	19.30
計	38,447	5,189,627,675	6.78	38,911	5,057,512,864	8.33	41,331	5,127,695,057	10.83

②１件当たり費用額

	8月審査分		9月審査分		10月審査分	
	費用額（円）	対前年比（%）	費用額（円）	対前年比（%）	費用額（円）	対前年比（%）
障害者	158,406	2.29	153,060	3.60	145,694	4.13
障害児施設	77,816	5.02	74,833	2.89	72,542	10.01
計	134,981	2.81	129,976	3.04	124,064	4.65

障害者の件数は増加傾向にあるが、１件当たり費用額は減少傾向にある。



国保連合会ヘッドライン

9月

8（火）	全国国民健康保険診療報酬審査委員会 会長連絡協議会	本会第二会議室

10月

15（木）	令和２年度 第２回茨城県市町村国保連携会議	県庁
16（金）	茨城県国民健康保険運営協議会長会 監事監査	本会第一会議室
26（月）	令和２年度第１回高齢者の保健事業と 介護予防の一体的な実施に係る研修会	小美玉市四季文化館
29（木）	令和２年度第２回広報委員会	本会第二会議室

11月

5（木）	データヘルス計画中間評価支援研修会	茨城県立健康プラザ
9（月）	令和２年度第３回市町村後期高齢者 医療主管課長会議	茨城県立健康プラザ
11（水）	令和２年度 第３回茨城県市町村国保連携会議	県庁
13（金）	令和２年度国保制度改善強化全国大会	砂防会館（東京都）
18（水）	令和２年度茨城県在宅保健師の会 第３回役員会	本会第一会議室
25（水）	令和２年度茨城県後発医薬品の 使用促進検討会議	茨城県薬剤師会館
26（木）	監事監査（持廻り）	筑西市
27（金）	監事監査（持廻り）	笠間市・つくば市
30（月）	茨城県国民健康保険運営協議会長会	本会第一会議室

令和２年度第２期データヘルス計画中間評価支援研修会

—— 11/5（木）

獨協医科大学公衆衛生学講座 西連地利己氏の講演の後、グループワークと発表が行われ、好事例の紹介のほか各市町村の取組状況について同氏による講評・助言が行われた。

西連地利己氏

令和２年度第２回広報委員会

—— 10/29（木）

被保険者啓発ポスターや標語募集など上半期に実施した広報事業の報告と、来年度の事業計画等について協議を行った。

令和２年度第１回高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に係る研修会

—— 10/26（月）

茨城県後期高齢者医療広域連合と共催し、先行取組市町村である龍ケ崎市、鹿嶋市、神栖市による事例の紹介やKDBシステムの活用について研修を行った。

龍ケ崎市、鹿嶋市、神栖市による取組事例発表の様子

お知らせ

令和2年度国保標語　結果発表

令和２年７月から９月にかけて募集した「国保標語」。ご応募いただいた 137 作品の中から、厳正なる選考の結果、下記のとおり入賞作品が決定いたしました。たくさんのご応募ありがとうございました。

最優秀賞

使います　同じ効果の　ジェネリック

徳村　優希（つくば市）13 歳

優秀賞

国保税　未来の家族も　支えてる

サイクリスト（つくば市）57 歳

守ります　みんなの安心　皆保険

徳村　康平（つくば市）43 歳

優良賞

国保税　納めて描く　明るい未来

榎田　凌也（つくば市）23 歳

国保税　キャッシュレスで　スマート納付

たーこ（石岡市）47 歳

国保税　納めて安心　Oh いい税（ぜい）！

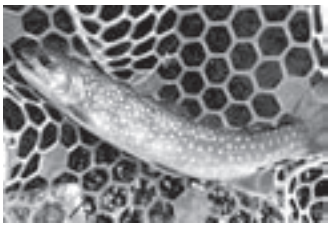
矢島　清美（水戸市）48 歳

今後の予定

２月～

２月　４日(木)　令和３年第１回理事会(市町村会館 201 会議室)
２月 19 日(金)　社保・国保審査委員合同研究会（水戸市）
２月 26 日(金)　令和３年第１回通常総会(市町村会館大会議室)

編集後記



年が明けて 2021 年！年が変わるのも早いですね♪

私は真冬の寒空の下休暇を利用し釣りを楽しんでいます。暑がりな私にとってはむしろ冬がシーズン！

冬場は水温が低下し活性が下がる魚も多い中、ニジマスやイワナは寒い中でも釣れる魚の一種です。釣って楽しく味もグー。県内にはニジマスがメインの管理釣り場が数多くあるので比較的気軽にファミリーフィッシングが楽しめる魚種でもあります。

また、海に繰り出せばマダイやヒラメなどが釣れる時期です。普通の人なら寒さで震える中、寒さもいとわぬ強い心で大漁という二文字のため海に繰り出してしまうのが釣り人の性ですね。（釣れなかった日には・・・それはもう・・・ネ）

最後になりますが、私はマグロを釣ることが人生の夢の１つです。いつかは釣り上げることができるよう日々精進していきます。（一本釣り N）

特定健診の受診率向上をお手伝いします

▼商品の詳しい情報はホームページをご覧ください。
https://www.risefactory.co.jp/

「受診勧奨用ポストカード」で効果的な受診率アップを！

セミオーダータイプの受診勧奨用圧着ハガキを取り揃えました。受診期間や健診費用についてなど、独自の内容を盛り込んで作成します。お気軽にご相談ください。

▶制作から発送まですべてお任せください！

送付先の宛名印字、発送の手配まで一括してお引き受けします。手間や日数をできるだけ少なくし、効率的に受診勧奨を行いたいときにご活用ください。

▶対象者をしぼってピンポイントに受診勧奨！

「はじめての対象者」「年齢や性別ごとに」など、送付時期・ターゲットをしぼることで、1人ひとりに合った受診勧奨が可能となります。

（例）●一般受診勧奨用 ●未受診者対策用 ●年齢・男女別 など

▶さまざまなアイデアで、より効果的な受診勧奨を！

（例）●「可変印刷」で対象者ごとに個別のメッセージを記載
●Z折型圧着ハガキでより多くの情報を発信
●QRコードを付けて健診機関の閲覧サイトへの誘導
※フルオーダータイプの価格は別途お見積りとなります。

◆価格の目安

部数	価格（円）
1,000〜	190
3,000〜	75
5,000〜	50
10,000〜	30

V折型圧着ハガキ・オールカラー

面白くって、ためになる
昔ばなしシリーズで 受診勧奨から情報提供まで！

特定健診受診勧奨用
開けてびっくり!? その前に
特定健診へ行こう！

情報提供用
健診結果を活用して
生活習慣オニ退治

保健指導利用勧奨用
特定保健指導で
かなえましょう 健康への願い

誰もが知っている昔ばなしをモチーフに、早期発見の大切さや健診結果の活かし方などをわかりやすくまとめました。

A4判・全4ページ
オールカラー
定価：各**38**円（税別）

見本の送付を承っております。下記よりお申し付けください。

株式会社 ライズファクトリー
〒102-0072 東京都千代田区飯田橋 2-1-4 日東九段ビル 6F
お問合せ・お見積り・見本のご希望などは、お気軽に下記へご連絡ください。
TEL 03-3288-0099 FAX 03-3288-0097 MAIL info@risefactory.co.jp

東京法規出版　パンフレットのご案内です！

国保制度啓発に

らくらく引ける ミニミニ国保
KH014700

B7判
インデックス
表紙共16頁
カラー
定価**50**円

国保で家族が安心！
KH014710

B7判
表紙共8頁
観音折り
カラー
定価**25**円

よくわかります！
かんたん国保
KH014690

B6変型判
表紙共8頁
観音折り
カラー
定価**45**円

保険税収納率向上対策に

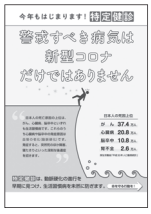
かんたん保険税
KH021130

A4判
表紙共4頁
カラー
定価**45**円

納期内に納めましょう
保険税のご案内
KH021140

B6変型判
表紙共12頁
二つ折り後
巻き三つ折り
カラー
定価**50**円

コロナ禍での特定健診受診勧奨に



今年も はじまります！ 特定健診
警戒すべき病気は新型コロナだけではありません
HE091450
A4判／表紙共4頁
カラー
定価**40**円

お急ぎください！ 特定健診
受診期限まであとわずかです！
HE091430
A4判
表紙共2頁／カラー
定価**30**円

特定保健指導受診勧奨

40〜74歳のあなたが対象です

令和3年度 特定健診のご案内
HE091440
A4判
表紙共4頁
カラー
定価**40**円

2021年度版

年に1回は 受診しましょう！ 特定健診
HE091420
デジタル
5言語対応
（日、英、中、簡体字、繁体字、韓）
A4判
表紙共4頁
カラー
定価**45**円

この他にも●健康づくり事業●高齢者対策事業●制度の趣旨普及●医療費の適正化●収納率向上、等お手伝いいたします。

お問い合わせ・ご注文は電話またはFAXで

東京法規出版
〒113-0021　東京都文京区本駒込2丁目29番22号
電話（03）5977-0300　FAX（03）5977-0311
フリーダイヤル 0120-102525　●ホームページアドレス●　http://www.tkhs.co.jp/

JOYO BANK

利用手数料
無料

常陽銀行通帳アプリ

スマホで通帳

通帳記帳・繰越はもう不要です！

ダウンロード無料

Download on the App Store
利用推奨環境
iOSをご利用の方
iOS11.4以上

GET IT ON Google Play
利用推奨環境
Androidをご利用の方
Android6.0以上

※お客さまがお使いのスマートフォンの機種により、正常に作動しない場合があります。
また利用推奨環境以外では、アプリをダウンロードできない、正常に稼動しないなどの不具合が生じることがあります。

お問い合わせは、常陽の窓口、または常陽ハローセンターまでお気軽にご連絡ください。

0120-380-057 常陽銀行 検索

受付時間 平日／9:00～20:00 土曜日／9:00～16:30 ※ただし、祝日、年末年始、ゴールデンウィーク期間中を除く

常陽銀行
MEBUKI めぶきフィナンシャルグループ

マイナンバーカードの取得・促進に

93142 新刊

令和3年3月（予定）から
マイナンバーカードの健康保険証利用が始まります

■A4判／4頁カラー／リーフレット

定価 40円（税抜）

令和3年3月から開始予定のマイナンバーカードの健康保険証利用について、各医療保険の被保険者へ周知しマイナンバーカードの取得と保険証利用申込を促すリーフレットです。

特定健診の受診勧奨に

50195 新刊

40～74歳の皆さん
受けるチャンスを活かさなきゃもったいない!
年に一度の特定健診で安心をつかもう

■A4判／4頁カラー／リーフレット

定価 40円（税抜）

50936 新刊

忘れず受けよう 特定健診

■B6変型判／8頁カラー／リーフレット

定価 40円（税抜）

新型コロナウイルス感染症対策特集

35042

継続しよう! 新型コロナウイルス感染症 感染拡大防止にご協力ください

■A4判／4頁カラー／リーフレット
■監修 岡部信彦（川崎市健康安全研究所 所長）

定価 40円（税抜）

新しい生活様式の実践例や家庭内感染の注意点、不安やDVの相談窓口も掲載した新型コロナウイルス感染予防対策の継続をお願いする内容です。

コロナ禍のココロとカラダに

28171 新刊

家族みんなの「心の健康」を守る
メンタルケア

■A4判／6頁カラー／リーフレット
■監修 下園壮太（NPO法人 メンタルレスキュー協会 理事長）

定価 60円（税抜）

22161

長時間座っている人のための筋肉トレーニング

■A4判／6頁カラー／リーフレット
■監修・実演 藤本陽平（NSCA認定 パーソナルトレーナー／筋肉デザイナー）

定価 60円（税抜）

株式会社 社会保険出版社
http://www.shaho-net.co.jp 社会保険出版社 検索

お問い合わせ TEL.03(3291)9841
東京都千代田区神田猿楽町1-5-18 〒101-0064
大阪支局TEL.06(6245)0806／九州支局TEL.092(413)7407

プライバシーマーク 10190884(07)
2020 健康経営優良法人 Health and productivity

＼おとどけ!／

特産品のおいしいレシピ

坂東市編

坂東ねぎスキ

坂東市の特産品である「ねぎ」をたっぷり使ったメニューです。しっかりした味付けとねぎの甘さでねぎが苦手な方やお子様でもおいしくいただける一品です。

1人分の栄養成分

エネルギー	397kcal
食塩相当量	2.5g
脂質	26.9g
タンパク質	11.3g

材料（４人分）

- 豚バラ肉……400g
- ねぎ…… ８本
- にんにく…… １片
- A
  - しょうゆ…… 100cc
  - みりん…… 100cc
  - 砂糖…… 大さじ１
  - 水 …… 200cc

作り方

①豚バラ肉を食べやすい大きさに切る。
にんにくは包丁で数か所切れ目を入れる。
ねぎは３～4cmの棒切りにする。
②ボウルにAとにんにくを入れ、タレを作る。
豚バラ肉を入れ、ときどきかき混ぜながら、30分程度漬け込む。
③鍋の中心に大きめのお椀を入れ、そのまわりを囲むようにねぎを立てて並べる。
④お椀をはずしたところに②の肉を入れ、ねぎが２～3mm浸るくらいまでタレを入れ、火にかける。
⑤ぐつぐつしてきたらにんにくを取り出し、ねぎがしんなりするまで煮る。

今回の特産品　ねぎ

坂東市は全国トップクラスのねぎの産地です。特に夏ねぎは生産量が多く、秋冬には太くて甘く、鍋に最適な「鍋ねぎ」が生産されています。

茨城の国保　2021年新春号
発　行／令和３年１月
発行所／茨城県国民健康保険団体連合会
住　所／水戸市笠原町978番26
電　話／029-301-1550（代）