栃木の国保

2018.6 SUMMER
vol.68

開運のまち おやま

■巻頭言
人と地域が輝く交流拠点都市「佐野」

■メインテーマ
平成30年度 国民健康保険運営方針に
基づく事務執行等について

■突撃ルポ　保険者みてある記
第120回 小山市
開運のまち おやま

■特別寄稿
第1回
持続可能な社会保障制度の構築に向けて
「国保改革の残された課題と将来展望
―①都道府県の役割拡大」」（全4回）

■特集
第1回
プロスポーツ選手から健康を学ぶ

栃木県国民健康保険団体連合会

目次

1 巻頭言

人と地域が輝く
交流拠点都市「佐野」
佐野市長　岡 部 正 英

2 メインテーマ
平成30年度 国民健康保険運営方針に
基づく事務執行等について
栃木県保健福祉部 国保医療課

7 国保連協会長プロフィール
「国保制度改革を迎えて」
国民健康保険運営協議会長　永 田 武 志（栃木市）

8 突撃ルポ 保険者みてある記
第120回 小山市　開運のまち おやま

12 特別寄稿
第１回
持続可能な社会保障制度の構築に向けて
「国保改革の残された課題と将来展望
―①都道府県の役割拡大」（全４回）
東海大学健康学部 学部長　堀　真奈美

14 特集［新企画］
第１回
プロスポーツ選手から健康を学ぶ
栃木サッカークラブ　西 谷 和 希

16 保険者だより
「なすから健康マイレージ事業」
（キラリと輝る健幸な人 to まち）
那須烏山市

17 ただいまこくほ最前線
ちょうどいい！さくら市
さくら市　市民福祉部　保険高齢課　国保係
主事　田 代 汐 里

充実した日々！！
那須町　住民生活課　医療保険係
主事　後 藤　瑛 花

18 保健師活動報告
介護予防教室の自主グループ化支援
芳賀町　福祉対策課　地域包括支援センター係

20 私の趣味と健康法
「私の好きなもの」
上三川町　保険課　課長　川 島 信 一

21 リポート

22 まちのヘルシーグルメを
見つけた！

23 国保連合会からのお知らせ
編集後記

● 表紙
紙人形に思いを託す夏の風物詩
「思川の流し雛」

小山市の夏の風物詩「思川の流し雛」は毎年７月の第１日曜に行われる伝統行事で、浴衣姿のおとなやこどもたちが紙人形をのせたワラ舟を手に思川河畔に集い、さまざまな願いを託してそっと思川に流します。半世紀前から和紙の人形（ひとがた）を流し続けています。

使われる人形は「下野（しもつけ）人形（ひとがた）」と名付けられた20センチメートルから40センチメートルのもので、「下野（しもつけ）しぼり」と呼ばれる技法で作られた和紙を使っています。人形（ひとがた）には、丸髷・島田髷の着物姿や洋装のものもあり、取り付けられた短冊には願い事が書かれています。

巻頭言

人と地域が輝く 交流拠点都市「佐野」

佐野市長
岡部 正英

佐野市は、首都圏70キロ圏内に位置し、栃木県の南の玄関口にある、人口12万人の街です。

本市は、東北自動車道と北関東自動車道の2つの高速道路が通り、市内に3つのインターチェンジを持つ、高速交通の利便性が高い都市であり、現在4つ目のインターチェンジ設置に向けて、動き始めているところでもあります。

4月からスタートいたしました、第2次佐野市総合計画で掲げた将来像「水と緑にあふれる北関東のどまん中　支え合い、人と地域が輝く交流拠点都市」を目指し、まちづくりを進めております。

また、今まで、本市のリーディングプロジェクトとして、「観光立市」「スポーツ立市」を掲げ、交流人口の増加を目指してまいりました。今回新たに「産業・文化立市」を加え、市民生活のベースとなる地元経済の活性化や本市が誇る歴史・文化を活用し、定住人口の増加や新たな人の流れの創出を行ってまいります。

ゆるキャラグランプリで優勝した「さのまる」、度々テレビ等で紹介され、全国的に有名な「佐野らーめん」「いもフライ」などの独自の食文化、関東の三大師に数えられる「佐野厄除け大師」や「佐野プレミアム・アウトレット」などの観光スポットがあります。市民一同で皆さんを歓迎いたしますので、ぜひ本市を訪れてみてください。

さて、平成30年度は、国民健康保険制度改革に伴い、都道府県と市町村とが共同して運営することにより、市町村の国民健康保険の財政基盤安定化が図られる新たな一年となります。

しかしながら、国民健康保険につきましては、被保険者数の減少傾向のなかで、高齢化や医療技術の高度化、高額な新薬の保険承認等により医療費は伸び続けていることも現実でございます。

こうした状況の中、佐野市といたしましては、将来にわたって市民の皆様が安心して医療を受けられるよう、国民健康保険事業を運営していくことが、重要な課題であると認識しております。平成30年度は、「第2期佐野市国民健康保険保健事業実施計画（佐野市国民健康保険データヘルス計画）」に基づき、引き続き保健事業に力を入れ、特定健診未受診者減少への取り組みや糖尿病等の生活習慣病の発症・重症化予防、医療費の適正化に取り組んでまいります。

また、国民健康保険事業の主財源である国民健康保険税の納税の重要性について周知し、適切・公平な課税及び徴収にも努めてまいります。

平成30年度国民健康保険運営方針に基づく事務執行等について

栃木県保健福祉部国保医療課

○はじめに

本県では、平成29年11月に、「栃木県国民健康保険運営方針」（以下「運営方針」という。）を策定した。運営方針は、県と市町が一体となって、国保に関する事務を共通認識の下で実施し、安定的な財政運営並びに市町の国民健康保険事業（以下「国保事業」という。）の広域的及び効果的な運営の推進を図るための統一的な方針として定めたものである。

市町保険者には、運営方針に定められた保険給付、保険料（税）の決定及び賦課・徴収、保険料（税）収入の確保、医療費の適正化の取組のほか、住民との身近な関係の中、資格管理や適用の適正化等、地域におけるきめ細かい事業についても引き続き担っていただく。

本書は、運営方針に基づく市町保険者の事務執行のほか、国民健康保険組合及び国民健康保険団体連合会における、平成30年度の国民健康保険事業運営上の留意事項についてとりまとめたものである。

○市町保険者に関する事項

第1　国民健康保険財政について

1　事業計画の策定

事業計画の策定については、国保事業の適正かつ安定的な運営を図るため、事業運営の実情を把握分析し、それらの検討結果を踏まえた重点事項及び目標を設定するとともに、目標達成のための具体的な実施体制、実施方法及び関連事業との連携等を明確にすること。

2　予算の編成

予算の編成については、毎年度、厚生労働省保険局国民健康保険課長から通知される予算編成に当たっての留意事項等に基づき行うこと。

3　赤字解消・削減の取組

解消・削減すべき赤字が生じた市町は、「国民健康保険保険者の赤字削減・解消計画の策定等について」（平成30年1月29日保国発0129第2号）に基づき、赤字の要因分析を行った上で、赤字解消計画書を作成し、収納率の向上、健康づくりや医療費適正化の取組、適正な保険税率の設定等により、赤字の削減・解消を図ること。

4　保険者努力支援制度等の活用

国保財政の収支改善を図るため、保険者努力支援制度（市町村交付分）や県版保険者努力支援制度を活用し、医療費適正化等に向けた取組を推進すること。

第2　適用の適正化

1　被保険者の適用

(1)被保険者の適用については、「国民健康保険の被保険者にかかる適用及び保険料（税）の賦課の適正化について（通知）」（平成5年11月15日保険発第123号）に基づき、「国民健康保険の適用事務における年金被保険者情報の活用について（通知）」（平成23年2月22日保国発0222第1号）及び「国民健康保険の適用事務における年金被保険者情報の活用について（平成23年12月16日保国発1216第1号）により活用が可能となった国民年金被保険者情報を活用する等、未適用者を早期かつ的確に把握し、早期適用を促進するとともに、遡及適用者については的確に遡及賦課を行うこと。

(2)退職被保険者等の適用については、「国民健康保険の退職被保険者等に係る適用について（通知）」（平成15年3月31日保国発第0331003号）、「国民健康保険の退職被保険者等に係る適用の適正化対策について（通知）」（平成17年9月16日保国発第0916001号）、及び「国民健康保険の適用事務における年金被保険者情報の活用についての一部改正について（通知）」（平成23年12月16日保国発1216第1号）に基づき、年金受給権者一覧表等の年金情報の活用等により早期に把握・適用し、適用の適正化を推進すること。また、各市町において作成した退職被保険者等に係る振替作業マニュアルに基づき、被保険者資格の遡及に伴う療養給付費負担金及び療養給付費交付金の振替整理を適正に行うこと。

(3)特に退職被保険者の被扶養者に係る適用については、「国民健康保険の退職被保険者の被扶養者に係る適用の適正化対策の徹底について（通知）」（平成19年9月18日保国発第0918001号）及び「国民健康保険の退職被保険者の被扶養者に係る適用について（通知）」（平成20年3月31日保国発第0331001号）」に基づき、職権適用を実施する等適用の適正化を推進すること。

⑷外国人の適用については、「外国人に対する国民健康保険又は後期高齢者医療制度の適用について」（平成24年7月9日保国発第0709第1号）及び「在留外国人の国民健康保険適用の不適正事案に関する通知制度の試行的運用について」（平成29年12月27日保国発1227第1号）に基づき、適正に行うこと。

2　居所不明被保険者の確認

居所不明の被保険者に係る資格喪失の確認については、「国民健康保険の被保険者資格の喪失確認処理に係る取扱いについて（通知）」（平成4年3月31日保険発第40号）に基づき、取扱要領を作成して的確に行い、国民健康保険税の調定額についても整理すること。

3　適用の適正化調査

適用の適正化調査については、「国民健康保険の被保険者の適用の適正化及び第三者行為に係る求償権の行使について（通知）」（昭和50年7月1日保険発第63号）に基づき、各保険者の実情に応じて「適用の適正化月間」を設定し、被用者保険の加入・脱退者、住所地特例の対象者、外国人、擬制世帯等について、計画的、集中的に適用の適正化を推進すること。

また、「国民健康保険の被保険者の適用にかかる周知について」（平成29年4月3日保国発0403第1号）に基づき、本来は被用者保険（＊通知では「健康保険や厚生年金）に加入すべきでありながら、国民健康保険（＊通知では「国民健康保険や国民年金」）に加入している可能性のある被保険者について、被用者保険（＊通知では「健康保険・厚生年金保険」）の適用対策の一層の促進を図ること。

第3　市町における保険税の賦課に関する事項

1　所得の把握

保険料（税）の算定の基礎となる所得については、的確に把握すること。

また、申告のない世帯については保険料（税）の軽減対象世帯となる可能性もあることから、積極的に申告を勧奨し、積極的に実地調査を行う等的確に所得を把握すること。

なお、共有名義の固定資産に係る資産割額の算定については、「共有名義の固定資産に係る国民健康保険料（税）の資産割額の算定について（通知）」（平成20年1月18日保国発第0118001号）に基づき、持ち分に応じて適正に按分賦課を行うこと。

2　保険料（税）の賦課割合及び賦課限度額の設定

保険料（税）の賦課割合及び賦課限度額については、被保険者間における負担の不均衡の是正、中間所得者層の過重な負担の軽減を図る観点から、適切な設定を行うこと。

3　保険料（税）の減免

国民健康保険から後期高齢者医療制度に移行した者がいる世帯における保険料（税）について、平成25年度から所得割に係る軽減判定所得の算定特例が恒久化されたほか、平等割の減額措置が延長されたことを踏まえ、適正な対応を行うこと。また、被用者保険から後期高齢者医療制度に移行したことに伴い、被扶養者から国保被保険者となった者に係る条例減免についても、引き続き配慮すること。

第4　市町における保険税の徴収の適正な実施に関する事項

1　収納率目標

保険者規模別の現年度分の保険税収納率の目標は、次のとおりである。

⑴被保険者数1万人未満の保険者……95％以上

⑵被保険者数1万人以上5万人未満の保険者……94％以上

⑶被保険者数5万人以上10万人未満の保険者……93％以上

⑷被保険者数10万人以上の保険者……92％以上

2　保険料（税）収入の確保

⑴徴収計画の策定

市町村保険者の徴収計画については、県が運営方針の中で定めた保険者規模別収納率目標を踏まえ、滞納者の実態（滞納原因別、所得階層別、職業別、地区別等）に基づき目標収納率を設定するとともに、地域の実情に応じて、目標を達成するための実施体制、実施方法等具体的な計画を策定すること。

⑵納期内納入の促進等

保険料（税）の納入については、納期内納入の促進を図るためにマルチペイメントネットワークの導入や口座振替の原則化を検討し、口座振替を推進するほか、多様な納付方法を採用する等、納付しやすい環境整備を推進するとともに被保険者に対する効果的な啓発活動を積極的に行うこと。

⑶滞納者対策

ア　保険料（税）の確保を図るため、早期に滞納者の財産調査を含めた実態把握及び適切な対応を行うこと。

イ　特別の事情がないにもかかわらず保険料（税）を滞納しているいわゆる悪質滞納者に対する被保険者資格証明書の交付及び保険給付の一時支払差止め等の措置については、「国民健康保険の保険料（税）を滞納している世帯主等に対する措置の取扱いについて（通知）」（平成12年3月28日保険発第41号）に基づき、適正に行うこと。

ただし、出産育児一時金については、国民健康保険法施行規則（昭和33年厚生省令第53号）附則第10条による一時差止を行わない措置が継続されているので留意すること。

被保険者資格証明書の交付に当たり、「被保険者資格証明書の交付に際

しての留意点について」（平成20年10月30日保国発第１０３０００１号）に基づき、適正に行うこと。被保険者資格証明書及び短期被保険者証の交付については、交付事務を通じてできるだけ滞納者と接触する機会を確保し、保険料（税）を納めることができない特別な事情の適切な把握に努め、機械的な対応になることのないよう、きめ細かな納付相談を行うこと。被保険者資格証明書の交付は不利益処分に当たることから、行政手続法に基づく弁明の機会の付与を必ず実施すること。

また、滞納者の状況に応じ、通常に比べ更新または検認の期間が短い被保険者証を交付する等、被保険者証の交付方法を工夫して納付相談の機会の確保を図り、滞納者を解消すること。

ウ　被保険者が、督促、催告に応じない場合には、負担の公平の観点から積極的に差押えを行うこと。

エ　納付義務者が保険料（税）を納期限までに完納しない場合は、必ず延滞金を調定し、徴収すること。

オ　保険料（税）の不納欠損処分については、資産の状況等の調査結果に基づき適正に行うこととし、短期被保険者証の交付対象者が該当した場合も行うこと。

⑷徴収体制の充実

滞納保険料（税）の徴収については、全庁体制の確立や嘱託徴収員の採用等、徴収体制の整備を図ること。

また、嘱託徴収員等を活用している保険者については、嘱託徴収員等のみに任せることなく役割分担を定め、職員との連携による戸別徴収に積極的かつ効率的に取り組むこと。

⑸その他の収納対策

上記⑴から⑷のほか、保険料（税）収納率の確保・向上等の対策として、「収納対策緊急プランの策定等について（通知）」（平成17年２月15日保国発第０２１５００１号）等を参考に、効果的な収納対策に積極的に取り組むこと。

第５　市町における保険給付の適正な実施に関する事項

１　保険給付の点検、事後調整に関する事項

⑴保険給付の点検

診療報酬明細書（以下「レセプト」という）の点検調査については、「国民健康保険の診療報酬明細書点検調査事務処理要領について（通知）」（昭和55年５月10日保険発第42号）に基づき実施しているところであるが、被保険者資格の点検、調剤報酬明細書との突合、縦覧点検等については、強化された連合会のレセプト審査機能を活用する等、より効率的な調査を実施すること。

また、レセプト点検調査を計画的に実施するための点検体制の整備については、医療事務経験者等を嘱託員に採用する、専門業者へ委託する等して充実すること。

⑵不当利得への対応

不当利得の事務処理については、「被保険者資格喪失後の受診により発生する返還金の保険者間での調整について」（平成26年12月５日保国発１２０５第１号）に基づき、保険者間調整を積極的に活用するほか、「不当利得の返還金にかかる債権管理等の適正化について」（平成25年７月19日保国発０７１９第１号）に基づき、返還金債権の把握及び管理並びに療養給付費等負担金の適正な算定を行うとともに、債権回収に努めること。

２　療養費の支給の適正化に関する事項

⑴柔道整復、あん摩・マッサージ、はり・きゅう

柔道整復師等の施術における保険給付の範囲等について、広報等により柔道整復療養費等に対する被保険者の関心を高め、適正化を進めること。

特に、柔道整復療養費については、申請書の内容点検については、疑義（多部位、長期又は頻度が高い）が生じた場合、必要に応じて被保険者に文書照会や聞き取りを行うことにより施術の状況等を確認し、支給の適正化に努めること。

また、支払前の資格確認を徹底して行うこと。

⑵海外療養費

支給申請に対する審査の強化として、航空券等海外に渡航した事実が確認できる書類の写し及び保険者が海外療養を担当した者に照会することに関する被保険者の同意書を求めること。また、不正請求事例が判明した場合には、「海外療養費の不正請求対策等について」（平成25年12月６日保国発１２０６第１号）に基づき、県に報告すること。

３　第三者求償の取組強化に関する事項

第三者求償事務については、第三者行為の発見手段の拡大及び被保険者に対する周知広報の強化により、確実かつ速やかな傷病届の提出の励行を図ること。また、求償事務の取組の底上げを図るため、ＰＤＣＡサイクル（現状の取組評価・事務改善・数値目標の設定）を確立、循環させることにより、継続的に求償事務の取組強化を進めること。

４　高額療養費の多数回該当の取扱いに関する事項

高額療養費の多数回該当の判断に当たっては、世帯主に着目して適切に世帯の継続性を判定すること。また、世帯の継続性の判定の取扱いは、国の参酌基準に基づくこと。

第６　医療費の適正化に向けた取組

１　特定健康診査受診率及び特定保健指導実施率の向上

第３期特定健康診査等実施計画に基づき、実施率の向上に向けた取組を行うこと。また、対象者自らが健康状態を自覚

し、生活習慣改善の必要性を理解した上で実践につなげられるよう、対象者の個別性を重視した効果的な保健指導を実施すること。

2　データヘルス計画の策定とPDCAサイクルに基づく効率的・効果的な保健事業の実施に向けた取組

保健事業を行うに当たっては、「国民健康保険法に基づく保健事業の実施等に関する指針」（平成16年厚生労働省告示第307号）に基づき、保健事業の実施計画（データヘルス計画）を策定するとともに、生活習慣病予防対策等、地域の課題に応じた保健事業をPDCAサイクルに基づき実施すること。

3　糖尿病等生活習慣病重症化予防に向けた取組

「栃木県糖尿病重症化予防プログラム」等に基づき、医療機関への受診勧奨やかかりつけ医と連携した保健指導を行うこと。

4　後発医薬品の安心使用の促進に関する取組

後発医薬品については、後発医薬品希望シール及びカードの配布及び後発医薬品を使用した場合の医療費の額の通知（差額通知）等、後発医薬品の積極的な活用を促進すること。

5　適切な受療行動の促進（重複・頻回受診等の是正）に向けた取組

重複・頻回受診者に対する保健師の訪問活動については、「重複・頻回受診者に係る医療費適正化対策の推進について（通知）」（平成10年8月5日保険発第126号）に基づき、積極的に推進すること。

6　医療費等の分析

医療費等の分析については、診療諸率の経年的な傾向把握、他の保険者との医療費実態の比較、疾病構造、長期入院者及び重複・頻回受診者の動向の把握・分析等により、医療費等の現状と問題点を的確に把握し、医療費の適正化に必要な施策に反映すること。

また、将来に向けて医療費適正化対策を効果的に実施するため、連合会等と連携し、調査・研究を行うこと。

なお、連合会から提供される疾病統計、長期入院者、重複・頻回受診者、柔整内容点検リスト等の資料を十分活用し、医療費適正化対策の内容を充実すること。

第7　保健医療サービス及び福祉サービスに関する施策その他の関連施策との連携

1　地域包括ケアシステム構築に向けた取組

医療・介護・生活支援等が一体的に提供される地域包括ケアシステム構築の実現に向けて、課題を抱える被保険者の把握と働きかけ、地域で被保険者を支える仕組みづくりや地域で被保険者を支えるまちづくり等に取り組むこと。

2　直営診療施設

保険者が設置する直営診療施設については、国保の被保険者を始めとした地域住民に対して、保健・医療・福祉の各般にわたる総合的な処遇を行ううえで極めて重要な役割を果たすことが期待されているので、地域住民に対する医療・健康に関する相談部門を設置する等、総合的な機能が発揮できるよう充実すること。

第8　その他

1　補助金申請事務等の適正化

補助金の申請等に係る事務処理については、会計実地検査等において多数の不適正な事務処理が判明しており、自主点検による適正化を実施しているところであるが、今後は、「国民健康保険関係国庫補助金等にかかる事務処理の適正化について（通知）」（平成28年12月8日保国発1208第1号）等関係通知を参考にするとともに、申請誤りが生じないような防止策（誤りやすい事項についての確認マニュアルの作成等）を講じる等、適正な事務処理のために必要な体制の整備を図ること。

2　不正及び事故の防止

不正及び事故の防止については、不正及び事故の発生を未然に防止するため、事務処理方式の見直し、相互牽制体制等の管理体制の充実及び自主的監査の実施等不正及び事故の防止に万全を期すこととし、不正及び事故が発生した場合は、速やかに県に報告すること。

なお、特定個人情報の漏えい事案等が発生した場合の対応については、「独立行政法人等及び地方公共団体等における特定個人情報の漏えい事案等が発生した場合の対応について（平成27年特定個人情報保護委員会告示第1号）」に基づき、事案によっては個人情報保護委員会へ報告する必要がある。この場合、県にも情報提供すること。

3　国民健康保険運営協議会の充実

国民健康保険運営協議会については、国保事業の適正かつ安定的な運営を図るために重要な審議機関であるので、事業運営の課題・問題点を十分に審議する等積極的に開催すること。

4　保険者協議会における各保険者との連携・協力

保険者協議会については、保健事業等の効率的で円滑な事業運営を図るため、各保険者との連携・協力に努めること。

5　情報開示

レセプト開示については、「診療報酬明細書等の被保険者への開示について（通知）」（平成17年3月31日保発第0331007号、平成23年6月20日付

け保発０６２０第２号により一部改正）に基づき行うこと。

６　国民健康保険事業に係る検証

市町は、毎年度、事業の実施状況を分析・評価し、必要に応じて改善に取り組むこと。

○国保組合に関する事項

上記のほか、国民健康保険組合の運営に当たっては、以下の点に留意すること。

１　適用の適正化

被保険者の適用については、組合規約に定める組合員の業種（現に業務に従事しているか否かを含む。）、住所、勤務先の業態及び健康保険の適用除外承認手続きの確認を徹底すること。

また、「国民健康保険組合の組合員資格の適正な取扱いについて」（平成24年３月26日保国発０３２６第１号）に基づき、定期的に被保険者資格の確認を行う等、適正な取扱を徹底すること。

２　法令遵守体制の整備

「国民健康保険組合における法令遵守（コンプライアンス）体制の整備について（通知）」（平成22年９月10日保国発０９１０第１号）に基づき、法令遵守体制の整備に取り組むこと。

３　個人情報等の適正な管理

国保組合が扱う個人情報等の重要情報については、個人情報保護法及び「国民健康保険組合における個人情報の適切な取扱いのためのガイダンスについて（通知）」（平成29年４月14日個情第５４０号、保発０４１４第16号）に基づき適正な管理に取り組むこと。

○国保連合会に関する事項

第１　審査の充実強化

レセプトの審査支払事務については、審査専門部会の審査対象の拡大、事務点検期間及び審査委員会における審査期間の延長等により事務共助の充実及び審査体制を拡充し、審査の充実・強化及び効率化に努めること。

第２　保険者支援

１　保険者事務共同電算処理事業等の充実・強化

保険者事務共同電算処理事業及び第三者行為求償事務共同処理事業については、保険者の事務処理の効率化等を図るため充実・強化すること。

特に第三者求償については、研修会の開催や損害保険関係団体、医療機関等との連携強化に加え、直接求償事務に関して、保険者のニーズに専門的・的確に応じられるよう、将来的に全ての傷害事故について受託できる体制を構築すること。

２　医療費分析等の充実・活用

医療費分析等については、保険者において医療費等の分析結果に基づく効果的な保健事業の実施を図るため、疾病統計及び重複・頻回受診者リスト等の充実を図るとともにその活用方法の教示等を行うこと。

なお、疾病統計等については、保険者にとって有効かつ必要なものとなっているか活用状況を把握し、的確な情報を提供するとともに電算事務の効率化を推進すること。

３　レセプト点検調査の支援

レセプト点検調査の支援については、保険者におけるレセプト点検調査の内容点検の充実を図るため、保険者の実態に応じたレセプト点検調査に係る研修及び内容点検を的確に行うための情報提供等積極的な支援を行うこと。

４　保健事業の支援

保健事業の支援については、特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施を図るとともに、保険者における保健事業の推進を図るため、データヘルス計画の策定支援をはじめ、健診結果データ等を活用して各保険者の実態に応じた効果的な保健事業の企画、評価、調査・研究等、各種の施策の支援を行うとともに保健師活動を充実すること。

また、保険者が行う保健・福祉事業との連携に配意した保健事業の展開に対する支援等にも配意すること。

５　保険料(税)収納率向上対策の支援

連合会の保険料（税）収納率向上アドバイザーを活用して、保険者に対して長期滞納・収納困難事案への対応方法の相談及び職員研修による職員の資質向上等収納率向上のための保険者支援を行うこと。

第３　その他

１　個人情報等を含む重要情報の適正管理

連合会が扱う個人情報等の重要情報については、個人情報保護法及び「国民健康保険団体連合会等における個人情報の適切な取扱いのためのガイダンスについて」（平成29年４月14日個情第５４１号、保発第０４１４第１号）に基づき適正な管理に取り組むこと。

２　事務の改善等

連合会における不正及び事故の防止については、保険者に関する事項の８の(2)に準じて実施すること。

なお、特定個人情報の漏えい事案等が発生した場合の対応については、「事業者における特定個人情報の漏えい事案等が発生した場合の対応について（平成27年特定個人情報保護委員会告示第２号）」に基づき、個人情報保護委員会へ報告する必要がある。この場合、県にも情報提供すること。

国保運協会長プロフィール

栃木市
永田（ながた）武志（たけし）

栃木市は、平成22年の合併から3月29日で丸8年を迎えました。その間、市民の一体感の醸成を図り、各種事業に取り組んでまいりました。

昨年は、田舎暮らしの専門誌「住みたい田舎ベストランキング」において、本市は、「若者世代部門」、「子育て世代部門」の2部門で全国1位を獲得し、「あったか住まいるバンク」や「蔵の街やどかりの家」など、本市の移住・定住施策が全国的に注目を集めました。

定住人口の増加を図るために不可欠な雇用の創出、産業の振興の面においては、これまで整備を進めてきた「千塚産業団地」の本格分譲を昨年7月に開始しました。既に約6割の分譲が決まっており、今後も積極的な企業誘致を進めてまいります。

また、昨年は初めて、子育て世代から生の声を伺う「子育て世代ふれあいトーク」を2回開催しました。皆さんの貴重なご意見を参考に、「子育て世代部門」1位になった本市の子育て施策を、なお一層充実させてまいります。

加えて、栃木市では、健康寿命の延伸を目指し、昨年9月に「あったかとちぎ健康都市宣言」を行いました。家庭・学校・職場・地域が互いに協力し、支え合いながら一人ひとりが健康づくりの輪を広げ、誰もが幸せな人生を送ることができる「みんなが笑顔のあったか栃木市」の実現を図ります。

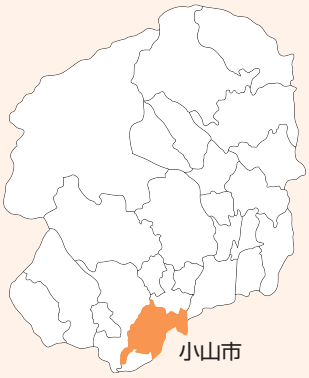
さて、本市の国保運営協議会会長を務められる永田武志氏は、旧大平町の町議会議員を経て、平成22年に栃木市の市議会議員に当選され、現在3期目です。民生常任委員長、議会運営委員長等の要職を歴任され、幅広い分野でご活躍されています。今年5月に、国保運営協議会会長に就任され、国民健康保険の健全運営のため、ご尽力されております。

平成30年度から国保の財政運営の責任主体が県となり、新たな国保制度がスタートしたところですが、永田会長には、豊かな経験と知識を生かし、国民健康保険の一層の安定運営のために、ご活躍いただけることを期待しております。

会長の一言

「国保制度改革を迎えて」

国保制度改革により、国民健康保険制度は大きな曲がり角を迎えました。今回の制度改革により、財政基盤の強化が図られましたが、１人当たりの医療費は伸び続けており、今後も収納率の向上や医療費の適正化など市の取組みが重要であると認識しています。被保険者の皆さんが安心して医療を受けられるよう尽力してまいります。



第120回 小山市

突撃ルポ

保険者みてある記

開運のまち おやま

『水と緑の大地』の自然豊かな『まち』

栃木県の南部に位置し、東京圏からは北に約60㎞、県都宇都宮市からは南に約30㎞の距離にあり、農業・工業・商業の調和のとれた「まち」となっている小山市。現在も人口が増加を続ける栃木県第2の「南都」です。

地形は関東平野のほぼ中央部で、市中央部には思川が、東部には鬼怒川が、西部には巴波川が流れており、南西部にはラムサール条約湿地に登録された「渡良瀬遊水地」や、北東部には国のため池百選に選定された「羽川大沼等」のほか、周辺部には農地や平地林が広がる「水と緑の大地」の自然豊かな「まち」となっており、これらの特性を活かしたまちづくりを進めています。

また心豊かで元気のよい青少年の育成と、市民の健康づくりのため、「市民一人一スポーツ」を推進しており、平成26年6月に県内初の「スポーツ都市宣言」をいたしました。昨年からは栃木県初のプロ野球チーム「栃木ゴールデンブレーブス」が小山市をホームグラウンドとして活動を始め、益々盛り上がりを見せております。

首都圏に位置するという有利な地理的条件を最大限に活かし、人と企業を呼び込み、「北関東の拠点都市」の形成に向けて、産業の更なる活性化に取り組んでいます。

今回は豊かな自然を活かしたまちづくりを進める小山市を訪ね、医療費適正化対策の課題や問題点、税収納率向上や保健事業の取り組み等についてうかがった内容を紹介します。

連携して臨むポリファーマシー対策

国保年金課の宮田係長に、課の取り組みについてうかがいました。宮田係長は「医療費適正化対策として、平成29年度からポリファーマシー対策に取り組んでいます。平成29年度はレセプトデータを分析し、複数の医療機関を受診し、6剤以上の薬剤を14日以上処方されている被保険者を年齢・薬剤数別に抽出し、このデータを基に医師会、薬剤師会と協議を行いました。平成29年度より、新小山市民病院において、小山地区医師会や小山市薬剤師会と連携した薬剤の調整（減薬等）が実施されており、国保年金課では健康増進部門と連携し、お薬手帳の適正活用について啓発活動を行っています。」と話します。

国保年金課　川俣課長

納税課の窓口の様子

多様な動植物が生息する自然豊かな渡良瀬遊水地。
2017年7月3日にラムサール条約湿地に登録されました。

平成28年1月4日に移転・開院した新小山市民病院。

小山市の伝統産業であり、世界のユネスコ無形遺産に登録された本場結城紬。登録日の11月16日を「小山きものの日」としてイベントを開催。

関東最大級の花火大会のひとつであるおやまサマーフェスティバル。
打ち上げ数約2万発、来場者数約50万人。

お薬手帳の適正活用啓発

お薬手帳の適正活用啓発の周知方法についてうかがうと「保険証送付の時にチラシを同封しています。それ以外にも、ケアマネージャーであれば相対してお話しする機会がありますので、お薬手帳の適正活用の啓発について直接説明していただくよう協力を依頼しています。特にケアマネージャーはお薬の管理も行っている方も多いので、お薬手帳を持っているか、適正に活用しているかを確認していただいています。」と直接訴えかける重要性について強調します。「また、新たな啓発の手段として、昨年11月に開局した、小山コミュニティFM『おーラジ』を活用。新小山市民病院の薬剤師と出演し、専門的な話を交えながら、お薬手帳の大切さや活用方法について啓発しました。」と続けます。

国保年金課　宮田係長

課題は減薬へ向けた指導

ポリファーマシー対策を実際に始めて見えてきた問題点については「ポリファーマシー対策のために抽出したデータには、精神疾患に対する薬が多く含まれていることがわかりました。精神疾患に対する薬は、指導、減薬につなげることが難しいというのが現状です。今後は抽出対象から精神疾患に対する薬を除外するなどして精度を上げていけば、指導につながる事例も増えるのではないかと思います。」と話します。

消防と連携して行う第三者行為のレセプト突合

続けて保険者努力支援制度で力を入れている取り組みについてうかがうと「第三者行為該当のレセプトについて、傷病名や新聞記事からの抽出を徹底して行っています。骨折や挫傷の病名のみで抽出すると膨大な数のレセプトになってしまうことに加え、交通事故に起因する傷病であるのかを判断することは非常に難しいが、消防からいただいたリストを使うと突合が可能になるので、非常に重宝しています。」と力強く話します。県内でも数少ない消防との連携を行っていることからも、第三者行為のレセプトに対する力の入れ具合がうかがえました。

特定健診受診率向上を目指し

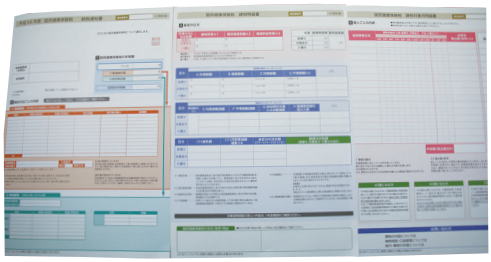
特定健診受診率向上に向けての取り組みについて国保年金課の須藤係長は「昨年度から始まった『とくナビAI』を活用し、未受診の方への勧奨ハガキを送付しました。現時点で今まで特定健診を受

けていなかった方の受診率が勧奨後に伸びているとの中間報告を受けています。」と期待を込めます。またその他の取り組みとして「(小山市では)特定健診の費用は65歳以上を無料としていましたが、平成30年度からはすべて無料化しました。少しでも受診率向上に結び付けばと思います。」と期待を寄せます。

国保年金課　須藤係長

東日本初　国民健康保険税のユニバーサルデザイン

続いて収納率向上の取り組みについて市民税課、納税課のみなさんにうかがいました。市民税課の松沼係長は課の取り組みについて「今年度から、わかりやすいユニバーサルデザインを採用した様式に変えようと準備を進めているところです。国民健康保険税のユニバーサルデザイン導入ということにおいては県内初、東日本でも初となる取り組みとなります。この取り組みが少しでも問い合わせの減少につながればと思います。」と新たな取り組みへの強い期待を込め話します。



ユニバーサルデザイン

市民税課　臼井主事(左)、松沼係長(右)

市税確保に向けての取り組み

次に納税課の江田係長に収納率向上への取り組みについてうかがいました。納税課の江田係長は「平成29年度は新たに茨城県結城市と合同で不動産公売、自動車公売、民間委託による遠隔地現地調査納付推奨、そして国保税の口座振替原則化等を実施しました。平成30年度はWeb口座振替受付を導入し口座振替を推進することで現年滞納を抑制し、引き続き債権差押を中心とした早期の財産調査と滞納処分を行います。特に不動産公売の強化を図り、今年度より導入するFP(ファイナンシャルプランナー)納税相談による生活改善型滞納整理手法との両輪で収納率向上に取り組んでまいります。」と力強く話します。

FPで滞納処分を強化

滞納処分についてうかがうと「FPと連携し、厳しく滞納処分に取り組んでまいります。「払えるけど払いたくない人」には厳しく差し押さえ等を行い、「払いたいけど払えない人」には滞納理由を聞き取ったうえで改善策を見つけていきます。厳しく滞納処分をしつつ生活環境も改善させることで納税者となっていただくことを目指します。」と話します。

増える外国人滞納者問題

また収納率向上にむけて抱える問題点については「外国人の滞納割合が高いことが問題です。国保加入者の中で外国人の割合は38%、外国人滞納者の割合は71%にものぼります。小山市には人材派遣会社が多いということも背景にあり、特にアジア圏を中心に外国人の方の割合が急増しています。」と増加する外国人の滞納問題について話します。

納税課　江田係長

協力して行う外国人滞納対策

外国人の滞納対策についてうかがうと「外国人登録の際に国保年金課、市民税課、市民課と協力し、保険証交付の際に、英語表記等のパンフレット配布、簡易申告受付、口座振替の案内等を実施しています。また日本語学校や人材派遣会社の外国人に対して、国保制度や納税について理解していただくため、パンフレットの配布や、出前講座等の開催を検討しています。」と話します。

『税金は納めるもの』入口対策で収納率アップ

さらに外国人の滞納問題については「滞納されてからでは徴収するのが難しいので、滞納しない人材を育てていくことが重要です。まず入口で日本の文化や税金について理解してもらい、『税金は納めるもの』という理解を得られるよう努めています。外国人対策には効果的なものがないので、地道に取り組んでいくしかないと感じます。」と外国人対策の難しさを話します。

特定健診受診率向上に向けて

保健事業の取り組みは、健康増進課のみなさんにうかがいました。まず特定健診受診率向上に向けての取り組みについて、健康増進課の室橋課長補佐は「健康推進員（地域の健康づくりの団体）の方々に特定健診について知っていただき、必要性を地域の人に広めてもらうような取り組みを行っています。健康推進員の支部会議には、国保年金課の職員から特定健診受診率がどのようなものか、受診すると医療費がどれくらい変わるのか、について説明してもらうことで、地域の人へ受診を勧めていただくよう働きかけています。」と話します。

健康増進課　室橋課長補佐

健康マイレージで特定受診率アップ

続いて健康マイレージ事業について健康増進課の布施係長、中島主任にうかがいました。布施係長は「年間10ポイント集めると健康パスポートや、道の駅思川商品お取替券などと交換することができますので、健診や保健指導を受ける動機付けに活用しています。特定健診を受けると2ポイント、結果説明に参加で1ポイント、特定保健指導まで受けると3ポイントということで、特定保健指導に関する部分に重点を置いており、受診率向上に繋がっていけるよう展開しています。」と話します。

健康増進課　中島主任（左）、布施係長（右）

好調　健康マイレージ事業

健康マイレージ事業について中島主任は「昨年度特典の応募に至った方にアンケートを実施したところ、9割の方から『健康マイレージが健診受診やご自身の健康づくりのきっかけになった』との回答をいただきました。集団健診が終わった段階でパンフレットを配っているので、始めるきっかけになっているのだと思います。」と事業の手応えについて話します。

課題は高血圧の重症化

課としての課題についてうかがうと室橋課長補佐は「高血圧の方々の医療費が高いということが課題として挙げられます。実際に高血圧の方を対象として今年度から国保担当と共同で対処していく予定です。まずは要指導対象者の中で医療機関未受診の方へアプローチをしていきます。また高血圧重症化予防セミナーを通して、高血圧が重篤な疾患の引き金になることの認知度を高め、自身の血圧改善の方法を学んでいただければと考えています。」と医療費増加にも大きくかかわる高血圧の重症化問題と、これからの取り組みについて話します。

取り組みについてうかがうとどの課においても「連携」「協力」という言葉が飛び交う小山市。課題解決に向けて、連携を取ることが重要であると改めて感じる取材となりました。

◎小山市の概況

		平成26年度	平成27年度	平成28年度
総人口(人)		166,011	166,575	166,775
総世帯数(世帯)		67,872	69,207	70,149
国保被保者	加入世帯数(世帯)	25,366	24,999	24,059
	被保険者数(人)	44,435	42,958	40,421
	被保険者加入率(%)	26.77	25.79	24.24
保険料(税)収納状況(現年分)	一人当たり調定額(円)	112,499	109,608	110,626
	収納率(%)	87.15	87.08	87.46
一人当たりの療養諸費費用額(円)		224,154	233,852	244,780
特定健診・特定保健指導の状況	特定健診受診率(%)	32.69	33.78	34.33
	特定保健指導実施率(%)	28.60	33.66	31.52

健康増進課のみなさん

特別寄稿
第1回

持続可能な社会保障制度の構築に向けて

「国保改革の残された課題と将来展望
――①都道府県の役割拡大」【全4回】

東海大学健康学部 学部長　堀　真奈美

1　はじめに

国民皆保険を達成したのは1961年、今から半世紀以上も前になる。1960年代前半といえば、高度経済成長期であり、第一次産業から第二次、第三次へと産業構造が転換、都市部への人口移動（若者の集団就職、過疎化の進展等）など社会構造の大きな転換期であった。カラーテレビの誕生、東海道新幹線の開通、ビートルズの流行など、この時代に生じた現象はどれも「戦後」の新しい時代の幕開けを感じさせるものであった。

国民皆保険は、こうした戦後の新しい時代に応じるように設計された。しかし、制度創設以降、新たな需要が増加する中で、財政的な課題は常にあり、医療保険制度の改革は繰り返し行われてきた。だが、それらの多くは1961年に設計された制度の枠組みを変えるような改革というよりは局所的な改革が多く、「構造的な改革」と呼べるような改革は少なかった。

これは制度設計が戦後の日本の社会構造にあわせて行われていたということもできるが、利害関係者・ステークホルダーが多数存在する医療保険制度の政策決定過程（政治力学）を考えると構造的な改革が少ないことはごく自然なことであるといえる。一度創設された制度を構造的に変えるのは難しく、構造的な改革の実行には、利害関係を超えたところでの国民的な議論と合意が必要である。

これまでに行われた構造的な改革の典型例としてあげられるのは、「老人保健制度の創設」、そして、老人保健制度の廃止にともなう「後期高齢者医療制度（前期高齢者医療制度も含む）の創設」があげられる。国民健康保険（以下、国保）の加入者は、無職、自営業者、農林水産業者等のほか、定年後に被用者保険から国保に異動する高齢者も含まれ、負担能力が低い加入者が多く、恒常的に赤字財政に悩まされる状態であった。高齢者の医療費は、社会全体で公平に対応すべきというメルクマールにより、老人保健拠出金が導入され、老人保健制度が創設されることになった（より厳密には老人福祉法による老人医療費の無料化の影響もある）。

その後、バブル経済崩壊、それ以降の長い景気低迷時代を経て、2000年代初頭、被用者保険の保険者の財政赤字が深刻になると、その支出の約4割以上が老人医療費のための拠出金となることに対して問題提起が起きた。突き抜け方式、リスク構造方式など様々な提案がされたが、最終的に前期高齢者、後期高齢者で異なる財政運営の仕組みとなった。その後、政権交代により見直しも検討されたが、結果として制度は定着した。この改革は高齢化への対応であると同時に保険者間を横断する医療保険の持続可能な財政運営のための構造的な改革であるといえる。

直近の構造的な改革の例としては、2015年5月の「持続可能な医療保険制度を構築するための国民健康保険法等の一部を改正する法律案」で実現した都道府県の役割拡大があげられる。これにより、2018年4月から都道府県が国保の財政運営の責任主体となった。なお、同時に導入された後期高齢者支援金における全額総報酬割の導入

は、財源確保手段としての付随的な改革であるが、高齢者の医療費の負担のありかたを大きく転換させるものである。

この改革は戦後最大の国保改革ともいえるが、これで持続可能な医療保険制度への危惧がなくなったとは言えない。団塊世代が後期高齢者になる2025年、そしてさらに急速に進む人口減少と後期高齢者の増大など、国保運営はもとより社会保障全体の持続可能性が危惧されている。そもそも持続可能な社会保障制度とはなにか、その中で国保制度は今後どうあるべきかなどを4回の連載記事を通じて検討したい。

2　国保の財政上の構造問題と都道府県の役割拡大

過去の二度の構造改革により高齢者医療費の負担については一定の決着がついたものの、国保の財政上の構造問題が完全に解決したかというとそうではない。

これは、国保の制度そのものの問題というよりは、国保の被保険者構造など雇用形態の変化によるところが大きい。国民皆保険達成時の国保の被保険者は農林水産業者、自営業者が中心であるが、現在では非正規労働者、年金生活者当の無職者が7割を超える。平均年齢は、50歳と他の被用者保険に比べて高齢である。もともと国保に被用者が加入することは想定されていなかったが、非正規労働者の増加により被用者（パートの主婦等も含む）が増加している。

国保の医療費水準は、被用者保険の一人当たり医療費の倍以上と高い。特に入院医療費、精神疾患の医療費が高い。また、市町村間で医療費水準に差があるなどの課題もある。市町村の財政規模にばらつきがあることもあるが、医療費水準の差はそのまま保険財政にも響くことになる。一方で国保は、負担能力の低い人が多い中でも相対的に負担能力のある非正規労働者など低中所得者の保険料負担が重くなる傾向にある。一般会計からの繰入金で財政補てんをするケースも少なくないがそれらは市町村の財政力に左右されるといった課題がある。

こうした課題への対応は市町村だけでは困難である。そもそも、保険者としての積極的な役割・機能を発揮するには規模が小さく、効率的な運営がしにくい環境にある。財政運営の効率化、安定化という意味で、市町村から都道府県に財政責任主体が移行するというのは自然の流れである。ただし、国保の保険料（税）徴収、保健事業など、市町村が主たる保険業務を行うことに変わりはないため、市町村と都道府県の協力・連携が求められる。

都道府県が財政運営責任を担う一つのメリットは、地域医療構想や医療計画の策定など医療供給の整備を行う権限を保有していることにある。「保険あって供給なし」では、医療保険の存在意義はない。病床数など供給体制には地域差が大きくあることが知られ、それらが医療費の地域差にも少なからず影響しており、「西高東低」と呼ばれる医療費の地域差は現在でも解消はされていない。市町村規模では医療圏として小さく、財政と供給の両方をセットで考えることが難しい。都道府県が財政責任者となると同時に供給計画の責任者として機能、役割を果たすことができれば、この改革は成功であると言えるが、2018年4月にスタートしたばかりであり今後の動向を見守る必要がある。

プロフィール

堀　真奈美　東海大学健康学部長
健康マネジメント学科教授

慶應義塾大学法学部卒業、慶應義塾大学大学院政策・メディア研究科修士課程、博士 課程修了。 2002年より東海大学教養学部人間環境学科専任講師。2006年助教授。2007年准教授。2012年教授。

社会保障審議会医療保険部会委員、保健医療2035推進参与などを歴任。専門は、公共政策、社会保障論、医療経済。

新企画

第1回

プロスポーツ選手から健康を学ぶ

プロスポーツ選手から健康について学ぶべく、今回から始まりました企画です。第1回となる今回は栃木ＳＣで絶賛活躍中、栃木県益子町出身の西谷和希選手にお話をうかがってまいりました。

©TOCHIGI SC

14 MF
西谷和希 NISHIYA Kazuki

○生年月日：1993年10月5日　○身長／体重：165/65　○ニックネーム：かずき
○自分の性格をひとことでいうと：負けず嫌い
○こ こ だ け は 譲 れ な い 事：ドリブル
○プロとして心掛けていること：向上心を持ち続けること

――早速ですが普段から気を付けている食事やストレッチはありますか?

食事の面だとどんなときでも欠食をしないことに気を付けていますね。バランス良く摂ることはもちろんですが、食べる順番にも気を付けています。

――順番というのは?

最初にサラダ、その後おかずやみそ汁を食べるようにしています。

――間食とかは?

間食も基本的にはしませんね。トレーニングなどの後に不足しがちなものについては食べることもありますが・・・チョコレートは糖分摂取のために食べることもあります。

――なるほど。睡眠などで気をつけていることはありますか?

体質的にも起きていられないのもあり睡眠にもこだわっていますね。だいたい11時くらいには寝てしまいます。

――具体的に睡眠でこだわっている部分は?

自分に合っているマットレスを使っています。寝ている間にも体が疲れたりするので、自分への投資ではないですが、よいマットレスで寝ることを心がけています。寝違えたとかで練習ができないというのが許されないので、こだわっているというか、気を付けてはいますね。寝過ぎもせず規則正しい睡眠を心がけています。

――休日とかで寝過ぎるとかないですか?

それができないんです!ただ、休みの日には目覚ましを使わないので、いつもより気持ちよく起きることができますね。

――入浴などで気を付けていることはありますか?

交代浴というものを実践しています。温かいお風呂に入った後に冷たい水に入ることで筋肉がほぐれるので、疲労回復のためにも行っています。

――歩き方にも気を付けていると聞いたのですが?

そうですね。いろいろこだわっていますが、骨盤を立てて歩くようにしています。日本人は骨盤を立てられないから背中が丸まってしまうので・・・走っている時も、ももの後ろを使って走ってしまうのでうまく力を使えてない部分があります。そういう部分を改善するためにも、歩き方や走り方にも気をつけていますね。アクセル筋であるハムストリングを使うほうがスムーズに動ける。日本人は進みたいのにブレーキ筋を使ってしまうから、海外の選手と比べて動き出しが遅くなってしまいます。海外と日本のサッカーの差は技術よりもそこ（ハムストリングを意識した動き）かなと言われている部分です。

――骨盤を意識するのは一般の方でも効果はありますか?

一概には言えませんが、骨盤を意識することは悪いことではないので、いろいろな人にもかかわってくる部分だと思います。姿勢とかも良くなりケガも減ったりすると思います。

――休日のどのように過ごしていますか?

趣味が神社巡りなので休日は外に出ていますね。あと犬を飼っているので、いつもの散歩コースじゃないところに連れて行ったりします。無邪気で癒されます。

――1つのストレッチにかける時間はどれくらいがよいのですか?

専門的には8秒以上と言われているので10秒くらいはやったほうがいいと思います。

ストレッチの頻度もお風呂上りとかで毎日やってもよいと思います。体が柔らかくなれば疲労もたまりにくくなりますしケガとかもしにくくなると思います。立ち仕事とかデスクワークの方は筋肉が固まりやすいのでそのような環境で働くひとは腰とかも痛めやすいので実践するとよいのかなと思います。

――ありがとうございました。大変勉強になりました。それでは最後に読者に向けて一言おねがいします

できるだけ体を動かすことをしてほしいなと思います。散歩に行くとかも健康に良いということですし、簡単な筋トレとかを時間があるときに行い、一生歩けるからだをつくり元気良く過ごしてほしいなと思います。元気な姿で試合を見に来ていただければ嬉しいですし、逆に僕が元気を与えられたらいいなと思いますので、是非グリスタに試合を見にきてください！

以上栃木SCの西谷和希選手へのインタビューでした。やはりプロスポーツ選手は普段から健康に関する様々なことに気を付けて過ごしているのだと改めて感じる機会となりました。今回は簡単にできるストレッチも教えていただきましたので、是非読者の皆さまも今回の記事を参考に、健康な体づくりに向けた意識づくり、そしてストレッチ等から始まる運動を実践していただければと思います。

保険者だより

なすから健康マイレージ事業

（キラリと輝る健幸な人toまち）【那須烏山市】

那須烏山市では、市民のみなさんの特定健診・がん検診受診率アップや楽しく健康づくりに取り組んでいただくことを目的として、「なすから健康マイレージ事業」を実施しています。この事業は、必須事業である健康診断を受診し、市が主催する健康教室などの対象事業に参加してポイントを貯めると景品がもらえる事業です。

女性の健康づくり（更年期セミナー）

血管若返り教室（運動実技）

健康貯筋セミナー（食事編）

元気あっぷ市民のつどい（バルーンで健康体操）

健康福祉まつり（健康茶屋の様子）

ただいまこくほ最前線

ちょうどいい！さくら市

田代 汐里（たしろ しおり）　さくら市 市民福祉部 保険高齢課 国保係 主事

国保経験年数
3年3カ月

【私の街自慢】
　さくら市は、市のモチーフにもなったさくらの名所や「日本三大美肌の湯」にも数えられる喜連川温泉、暮らしやすい・子育てしやすい環境など魅力がたくさん詰まっています。
　また昨年には、道の駅きつれがわがリニューアルオープンし、今年は駅前交流館「さくらテラス」が誕生しました。ちょうどいい！さくら市にぜひ遊びにきてください！

【趣味・特技】
　海外・国内旅行

【健康法・ストレス解消法】
　友人とたくさん話して遊ぶことでストレスを溜めないようにし、たまに旅行に行ってリフレッシュしています。

【国保事務を担当しての感想・意見など】
　国保の資格管理を主に担当してきましたが、未だ悩む事例が出ることも多く、そのつど勉強させていただいています。対応に苦慮する案件があった場合は、それをどのように調べ応対したのか、記録をとり上司・担当者全員で共通の認識を持つことで、その後のスムーズな住民サービスの提供につながると感じています。

【最近気になること】
　次の旅行先はどこにしようか検討しています。

充実した日々！！

後藤 瑛花（ごとう えいか）　那須町 住民生活課 医療保険係　主事

国保経験年数
1年2カ月

【私の街自慢】
　駒止の滝や八幡のツツジなど、四季折々の風景を楽しめる観光スポットがたくさんありますが、私の自宅周辺はこの時期、田植えが終わり夕方になるとカエルの合唱が聴こえてきます。
　緑の稲が黄金色に変わり、稲穂が垂れるまでの流れをみていると、自然豊かな町に囲まれて過ごせていることに幸せを感じます。

【趣味・特技】
　新しいことに挑戦することがとても楽しいです。スケートボード、ゴルフ、ボルダリング。子どもと競いながら、少しでも早く「競技をしている！」といえるところまで、マスターしたいです。

【健康法・ストレス解消法】
　週に1度、ジムで身体を動かし、プールに入り泳いでリラックスします。身体のどこかが筋肉痛になっていると、たくさん動けたことを実感し、満足します。

【国保事務を担当しての感想・意見など】
　とても興味のある業務でしたので、担当になれたときは、少しでも早く業務内容を網羅しようと意気込んでいましたが、制度の内容は複雑なうえに、業務内容も想定していた以上に多く、1年経った今でも覚えきれていないものが多々あります。窓口にいらっしゃる町民の方にしっかり理解していただき、納得してお帰りいただけるよう、わかりやすい説明を心掛けております。これからも日々精進してまいりたいです。

【最近気になること】
　子どもと同じタイミングで新たなことに挑戦しても、子どもとの吸収力の差は一目瞭然です。歳の割には童心を忘れることなく無邪気に子どもたちと楽しんでいるつもりですが、身体には、怪我をすることに対しての保身能力が歳を重ねるとともにしっかりと身についているようです。

保健師活動報告

介護予防教室の自主グループ化支援

芳賀町　福祉対策課　地域包括支援センター係

芳賀町の概要

芳賀町は、栃木県の南東部に位置し、東は市貝町、西は宇都宮市、そして南は真岡市、北は塩谷郡高根沢町に接しています。町のほぼ中央を五行川と野元川が流れており、中央部に県内で代表的な米どころとして知られる水田地帯が形成されています。また、果樹や野菜類をはじめ、施設園芸などの都市近郊型農業が盛んで、特に梨は、町を代表する特産品で県内有数の生産地として有名です。町には芳賀工業団地と芳賀・高根沢工業団地があり、高度な技術を有する企業や研究所など約100社が立地し、雇用機会の拡大・財政力の向上・地域社会の活力の維持に寄与しています。

近年、芳賀町も少子高齢化が進み、高齢化率は30％を超えました。そんな中、高齢者自身が、健康づくりをはじめ、誰もが集える居場所づくり等、自分達が主体となっての活動を始めようと動き出したところです。

○総人口
1万5736人

○高齢者人口
4785人
（高齢化率30・4％）

○要介護認定者数
835人

○介護給付費
12億9433万9630円
（平成29年度　見込額）
（平成30年4月現在）

介護予防教室の自主グループ化支援

一般介護予防教室の一環として、毎年秋に「元気アップ教室」と称し、ストレッチ・筋力トレーニング・ノルディックウォーキングを行う運動教室を実施しています。最終回になると「卒業後もみんなで集まりたい」「一人では続かないけれど、みんなと一緒なら運動を続けられるのに」という声が多数聞かれたため、平成27年度の教室は、自主グループ化に向けての教室運営を行いました。

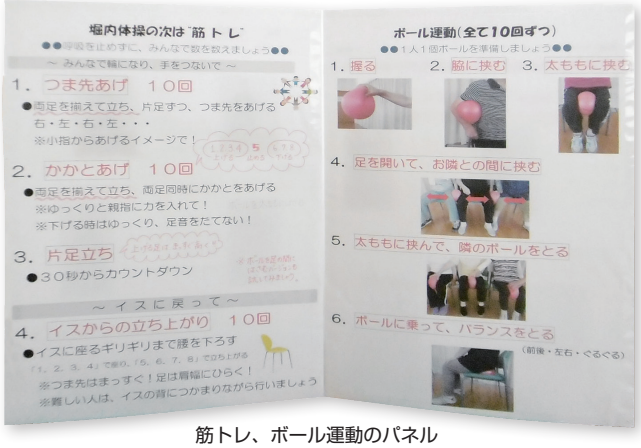
1．芳賀町元気アップ教室

(1)対象
要介護認定を受けていない65歳以上の町民

(2)周知方法
広報、ケーブルテレビ、町事業でのPR

(3)教室の例

開催時期	10月～1月（全12回） 金曜日の午後1時～3時の120分間	
場所	温泉健康センター 五行川周辺	
内容	〔毎回実施〕 ・ノルディックウォーキング ・ストレッチ（準備・整理体操） ・筋トレ	〔適宜実施〕 ボール運動、ペットボトル運動、体力測定、レクリエーション、脳トレ、栄養指導　等
参加者の様子	〔参加者数〕 実20名／延186名 〔年齢〕 平均年齢73歳（年齢69～84歳）	



筋トレ、ボール運動のパネル

2．自主グループ化に向けて

まず、教室開催前に、自主グループ化するにあたり、ハードルとなりそうなこととその対策を、町保健師と指導にあたる健康運動指導士が話し合い、次の内容を教室の初回時から意識して運営にあたりました。

(1)初回時から、卒業後に自主グループ化を考えていることを、参加者へ案内し、動機付けを行う。

(2)卒業後に自分達で活動できるよう教室期間中に知識・技術を習得できるように指導する（個人の運動のスキルアップの他、自主グループ化するために意識して指導したこと）。

お互いに協力してセルフチェックを習慣化

椅子やパネルをみんなで準備

手つなぎで支えあい転倒予防

①準備・後片付け
　椅子や机、血圧計のセッティング等の会場準備、血圧測定等の体調のセルフチェック、施設使用方法等の指導
②流れ
　毎回、決まった流れで、決まった運動を行い、運動時の数の数え方や速さ等、細かく指導
(3)自分達でもできるようツールの作成と活用
①体調セルフチェック表
　毎回、自分達で血圧測定し、個人ファイルへの記入を習慣化
②パネル
　教室の流れ・ストレッチ・筋力トレーニング・ボール運動のパネルを作成し、パネルを見れば、自分達でも運動ができるようにする。
(4)全員がリーダーとなり、支えあうチーム作りを意図した関わりをする。

3.「お試し」を経て自主グループへ

教室が終了する際、自主グループとして活動するにあたり、心配に思うことを参加者と話し合いました。多くの参加者は、運動自体は「自分達で出来そうだ」と自信を持ちつつありましたが、施設の利用方法や参加者同士、町との連絡調整に不安な様子がみられたため、約2か月間、自主グループの「お試し」をすることにしました。

「お試し」では、保健師は手を貸し過ぎず、つかず離れずの距離を保ち、見守りました。すると、準備や血圧の測り方等、お互いに声を掛け合う場面が教室時より多く見られました。自分達でやってみたことで、団結力が強くなるとともに、自信がつき、自主グループとして活動がスタートしました。

4. 自主グループの継続支援

自主グループ化し3年目を迎えますが、現在も22名が6～7割の出席率で活動しています。自主グループ化できた要因のひとつとして、教室開催時から、自主化を意図した支援を行ったことが考えられます。当初の動機付けが今でも「自分達でやる」という意識につながっていると感じます。また、町では、継続支援として、年5回の講師派遣や、折々に保健師が教室に顔を出すようにしています。そうすることで、効果的な運動スキルの維持や、日頃の教室実施に関する不安や疑問が解決でき、グループの継続へとつながっていると考えます。

今後も、つかず離れずの距離を保ちつつ、住民の力を引き出せるような関わりをしたいと考えています。

ウォーキングルート（五行川）

季節を感じながら五行川沿いをウォーキング

私の趣味と健康法　私の好きなもの

上三川町　保険課　課長
川島　信一

私は、今流行りの音楽を聴くのが大好きです。そして、ジョギングとお酒も好きです。

音楽を聴くといっても、クラシックなどはほとんど聴かず、もっぱらJポップです。学生の頃、レコードを買ってステレオで聴くことに始まります。その後、レコードからカセットテープに録音して、車で出かけるときは必ず、カセットテープをかけて音楽を聴いていました。いつの間にかレコードはCDに取って代わり、ステレオ機器が壊れてレコードが使えなくなったことで、たくさんあったレコードはすべて処分してしまいました。今は、CDが少しずつその数を増やしつつあります。

ジョギングは、週末の夕方、かみさんとともに、上三川町の富士山公園の土の上を走るようにしています。若い頃は、一般道路やサイクリングロードを走っていましたが、年をとるとともに、すぐに膝が痛くなるようになり、土の上を探して富士山公園に行き着きました。春は桜、これからの季節は新緑が徐々に濃くなり、秋には紅葉が目を楽しませてくれます。また、親子連れやカップルがグラウンドで遊んでいるのもほほえましくて、自分の気分も明るくなります。

酒は夕食時に、コップ半分くらいの純米酒を毎日飲んでいます。しっかり食べながら少し飲むことで、体調が整えられるような気がします。

日々、体力と能力の衰えを感じながら、健康に気をつけて生活しています。

好きな純米酒

富士山公園の桜

リポート
REPORT

レセプト点検事務担当職員研修会 グループ討議

6月4日(月)

平成30年度レセプト点検事務担当研修会

於 国保連合会会議室

研修会は、平成30年4月1日から適応となっている診療報酬改定について（医科・歯科・調剤）の概要及び点検のポイントの説明を目的として開催された。各市町間での情報共有を期待しグループ討議も行われた。

各市町等からレセプト点検業務に従事する64名が出席。

はじめに、本会の阿部審査事務強化推進室長が挨拶に立ち、「診療報酬本体部分で、0・55％の引き上げ、薬価部分で1・65％の引き下げ、材料価格は0・09％の引き下げになっている」と今回の診療報酬改定の概要について触れ、「このような診療報酬の引き上げは、

レセプト点検業務の更なる強化を求められるという状況に繋がると考えている」と述べた。

点数改正について

続いて、点数改正の概要について、本会担当職員から医科・歯科・調剤のそれぞれについて説明があった。医科の『早期離床・リハビリテーション加算』や『オンライン診療料』、歯科の『診療情報連携共有料』、調剤の『服用薬剤調整支援料』などの新設された項目を中心に、点数改定の概要説明が行われた。

点検のポイントについて

医科担当職員からは、医学管理料、在宅医療、投薬の項目に焦点をあて、事務点検の際に注意すべき点について説明。歯科担当職員からは、実際に請求があったレセプトを参考に、査定となる事例、原審となる事例について説明があった。

また各保険者から事前に寄せられた再審査請求に係る質問等が多数あり、参考資料に基づき、担当職員から回答を行った。

レセプト点検事務担当職員グループ討議

最後に7つの班に分かれグループ討議を実施。①保険者独自の点検法について②医療と介護の突合点検について③多受診の点検についての3つの議題に基づき討議は進行し、活発な意見交換が行われた。

まちのヘルシーグルメを見つけた!

第２回で紹介するお店は小山市のやすらぎの森近くで営む『ベジタブルレストラン　じねんじょの里』。田舎風のどこか懐かしい雰囲気のお店でこだわりの野菜やとろろ芋を使った創作料理を楽しむことができます。

旬の野菜を堪能 盛り沢山のプレートランチ

開店と同時にうかがうと店内はすぐに予約のお客さんでいっぱいになりました。注文したのは「盛り沢山のプレートランチ」。かんぴょうのグラタンをメインに、様々な野菜も同時に味わえるプレートランチです。旬の野菜を少しずつ使っており、目でも、味でも、食感でも楽しむことができる贅沢なプレートでした。

デザートにも野菜の恵み

デザートが運ばれてくるとパンケーキの中に緑色の野菜が。なんとズッキーニのパンケーキだそうです。早速食べてみると、ほのかな苦味と食感でこれがまた美味しい。デザートで提供する果物は旬で新鮮なものを選び提供しているそうです。

店主にお話しをうかがうと「育てた新鮮な野菜をメニューに組み込み提供しています。『野菜は美味しい』ということを少しでも感じていただければと思います。」とのことでした。

四季折々の野菜が訪れるたびに楽しませてくれることでしょう。ご家族、ご友人と一緒に新鮮な野菜の味を楽しんでみてはいかがでしょうか。

盛り沢山のプレートランチ

1400円(税込)
※コーヒー・デザート付き

栽培している畑

SHOP DATA
お店情報

ベジタブルレストラン じねんじょの里

住　　所／小山市高崎 1955 ☎ 0285-49-3545
営業時間／【昼の部】11:30 ～ 14:30(予約優先)
【夜の部】18:00 ～ 21:30(予約制)
【定休日】月曜・火曜・水曜
※６名様以上の予約の場合は営業

国保連合会からのお知らせ

■ 特定健診受診啓発用横断幕掲出中です

特定健診受診率向上支援事業として、受診啓発用横断幕をJR宇都宮駅西口ペデストリアンデッキに掲出中です。
（掲出期間：平成30年7月31日まで）

■ 被保険者証兼高齢受給者証更新時ポスターを作成・配付します

平成30年8月より被保険者証と高齢受給者証が一体化となることの啓発及び国民健康保険への加入・喪失の届出啓発用としてご活用ください。

栃木の国保

VoL.68　2018.6/SUMMER

編集者　髙橋　郁夫
発行者　栃木県国民健康保険団体連合会
〒320-0033　宇都宮市本町3番9号
☎028-622-7242
編　集　伴印刷株式会社
〒320-0024　宇都宮市栄町6番10号
☎028-622-8901 ／ FAX 028-622-4525

編集後記

4月から機関誌「栃木の国保」を担当することになりました。よろしくお願いいたします。

初めて編集に携わりましたが、わかりやすい表現や言葉選びの難しさを日々感じております。取材や編集から学ぶことは多く、今後も様々なことを経験しながら、よりよい機関誌づくりに取り組んでまいります。

今回から機関誌のデザインを一新いたしました。読者の皆様からのご感想もお待ちしておりますので、今後とも「栃木の国保」を宜しくお願いいたします。（O・T）