

栃木の国保

2019.3 SPRING

vol. 69

■巻頭言

「協働互惠」のまちづくりを目指して

■メインテーマ

平成30年度栃木県国民健康保険団体連合会通常総会

■突撃ルポ 保険者みてある記

第123回 下野市

幸せ実感都市 しもつけ

■特別寄稿

第4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

—④グローバル化への対応」(全4回)

■特集

第4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



「協働互惠」の まちづくりを目指して

大田原市長 津久井 富雄

2 メインテーマ

平成 30 年度栃木県国民健康保険団体
連合会通常総会

7 国保連協会長プロフィール

「国民健康保険制度の安定に向けて」
国民健康保険運営協議会長 渡邊 明（さくら市）

8 突撃ルポ 保険者みてある記

第123回 下野市 幸せ実感都市 しもつけ



12 特別寄稿

第4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
—④グローバル化への対応」（全4回）
東海大学健康学部 学部長 堀 真奈美

14 特集

第4回
プロスポーツ選手から健康を学ぶ
リンク栃木プレックス 橋本 晃佑

20 保健師活動報告

まちなか保健室を開設して
矢板市健康増進課 保健師 尾身 里江

18 保険者だより

ヘルスアップ教室 茂木町

19 国保医療課だより

県版保険者努力支援制度について
栃木県保健福祉部国保医療課

20 私の趣味と健康法

健康づくり宣言
壬生町民生部住民課 課長 平石 二美夫

21 ただいまこくほ最前線

木工のまち鹿沼
鹿沼市 市民部 保険年金課 保険給付係
主事 齋藤 未佳

一度ぜひ野木町におこしください！

野木町 町民生活部 住民課 保健医療係
主任 真瀬 大輔

22 レポート

24 まちのヘルシーグルメを 見つけた！



25 国保連合会からのお知らせ 編集後記

26 ポスター

表紙 姿川アメニティパーク



姿川沿いに細長く伸びた約3ヘクタール内の敷地内には多くの植物が植えられており、春には桜並木と菜の花を同時に楽しむことができます。

また、国際姉妹都市であるドイツのディーツヘルツタルにちなみ、グリム童話をモチーフとしたステンドグラスがはめ込まれた風車の展望台が見られます。

言頭卷

「協働互恵」の まちづくりを目指して

大田原市は、那須五峰が広がる那須野が原の扇状地に位置し、東方には八溝山系の山並みが連なり、清流那珂川や箒川が流れる山紫水明を有する自然に恵まれた地域です。一方、良好な交通ネットワークが形成された田園工業都市として発展してきました。

また、源平屋島の合戦の英雄で弓の名手「那須与一」ゆかりの地であり、俳聖「松尾芭蕉」が奥の細道で最長逗留した地としても知られています。昨年のデステイネーションキャンペーンでは、テレビのCMに芭蕉ゆかりの名刹「雲巖寺」が放映され、大勢の来訪者を迎えることができました。

今年1月には、東日本大震災からの復興のシンボルとして位置付けた、市役所新庁舎が完成しました。庁舎機能の分散により、市民の皆様には大変ご不便をおかけしてきましたが、新庁舎が市民の皆様と行政との交流の拠点と

なり親しまれる庁舎となりますよう努力してまいります。

さて、今まで各市町で行われてきた国民健康保険事業につきましては、制度改革により、平成30年度からは県が財政運営の責任主体となりました。改革後も市町は、引き続き被保険者の資格管理や保険給付、保険料率の決定、賦課徴収、保健事業の実施等、地域における細やかな事業を行うとともに、適切な事業運営を維持しなければなりません。

本市の特定健診の受診率は高水準にあります。今後は、第2期データへの向上と特定保健指導の受診率の向上を目指し、医療機関と連携し重症化予防の強化を図り、被保険者の健康寿命の延伸と医療費適正化対策などによる給付費の増加抑制に努めてまいります。

本市は、大田原市総合計画「おおた

大田原市長
津久井富雄

わら国造りプラン」において「知恵と愛のある 協働互恵のまち おおたわら」を将来像に掲げ、思いやりの心や郷土愛を育み互いに尊重し敬い、ともに汗を流して働くことでいつまでも住み続けたいと思うまちづくりを目指しています。そのまちづくり実現のためにも、支えあい安心して暮らせる社会保障制度の実現が必要であり、国民健康保険においてはその果たすべき役割を十分に認識し、今後も健全な国民健康保険の運営を目指して取り組んでまいります。





平成31年度事業計画・歳入歳出予算など全議案を可決承認 平成30年度栃木県国民健康保険団体連合会通常総会

2月27日（水）、国保連合会大会議室において平成30年度本会通常総会が開催され、議決事項18議案すべてが原案どおり可決承認された。

保険者ニーズに合わせた支援を目指す

総会の開会にあたり、広瀬理事長（下野市長）は、新国保制度について触れ、「平成30年4月に都道府県が保険者として加わり財政責任を担うなど、国民健康保険制度始まって以来の大改革から1年が経とうとしている。国保の財政支援強化の1700億円については引き続き確保さ



開会挨拶をする広瀬理事長

れ、平成31年度の保険者支援制度については特別調整交付金からの追加分と合わせて1000億円を維持するとされている」と情勢を報告。

また、「保険者努力支援制度については、特定健診や糖尿病重症化予防などの健康づくりへのインセンティブが引き続き求められている」と述べ、「本会においても、保険者ニーズに合わせた支援ができるよう、人工知能（とくナビAI）を活用した受診率向上支援事業等については、事業の効果を見極め、支援の充実を図っていく」とした。

診療報酬の審査基準統一や業務の効率化に努める

続けて、「通常国会において、医療保険制度の適正かつ効率的な運営を図るための健康保険法の一部改正案が予算関連法案にて提出されている。オンライン資格確認の導入をはじめとする規定の整備が図られるほか、審査支払機関の機能強



議長の平山那須町長

化として、国保連合会の業務規程や保健事業のデータ分析、診療報酬の審査支払業務などの事業が法的に位置づけられることになる」と述べ、「今後は法的根拠に基づいた実施が求められることから、オンライン資格確認システムや医療保険データを活用した分析等については、対応の強化を図り、併せて審査支払機関改革にも対応できるよう診療報酬の審査基準の統一や、業務の効率化に努め、保険者の協同目的達成機関としての役割を果たしていく」とあいさつした。

全議案を原案どおり可決承認

本総会では議長に那須町長の平山幸宏氏が選出され、報告事項1件と議決事項18議案など厳正に審議し、全議案原案どおり可決承認された。

平成30年度栃木県国民健康保険団体連合会通常総会

I 報告事項

報告第1号 規則の廃止及び一部改正について

- 1 栃木県国民健康保険団体連合会老人医療費審査支払規則の廃止について
- 2 栃木県国民健康保険団体連合会老人保健医療市町村事務共同電算処理事業規則の廃止について
- 3 栃木県国民健康保険団体連合会負担金及び手数料の賦課徴収規則の一部改正について
- 4 栃木県国民健康保険団体連合会第三者行為損害賠償求償事務共同処理事業規則の一部改正について
- 5 栃木県国民健康保険団体連合会特定健康診査・特定保健指導等に関する費用支払規則の一部改正について
- 6 栃木県国民健康保険団体連合会保険者事務共同電算処理事業規則の一部改正について
- 7 栃木県国民健康保険団体連合会特定健診受診率向上支援事業規則の一部改正について
- 8 栃木県国民健康保険団体連合会事務局組織規則の一部改正について
- 9 栃木県国民健康保険団体連合会文書取扱規則の一部改正について
- 10 栃木県国民健康保険団体連合会表彰規則の一部改正について

II 議決事項

議案第1号 平成31年度栃木県国民健康保険団体連合会事業計画について

議案第2号 平成31年度栃木県国民健康保険団体連合会一般会計歳入歳出予算について

議案第3号 平成31年度栃木県国民健康保険団体連合会診療報酬審査支払特別会計歳入歳出予算について

議案第4号 平成31年度栃木県国民健康保険団体連合会後期高齢者医療事業関係業務特別会計歳入歳出予算について

議案第5号 平成31年度栃木県国民健康保険団体連合会第三者行為損害賠償求償事務共同処理事業特別会計歳入歳出予算について

議案第6号 平成31年度栃木県国民健康保険団体連合会介護保険事業関係業務特別会計歳入歳出予算について

議案第7号 平成31年度栃木県国民健康保険団体連合会障害者総合支援法関係業務等特別会計歳入歳出予算について

議案第8号 平成31年度栃木県国民健康保険団体連合会特定健診保健指導費用決済業務特別会計歳入歳出予算について

議案第9号 平成31年度栃木県国民健康保険団体連合会職員厚生資金貸付金特別会計歳入歳出予算について

議案第10号 栃木県国民健康保険団体連合会積立金の一部処分について

議案第11号 平成31年度栃木県国民健康保険団体連合会運営資金の一時借入について

議案第13号 平成30年度栃木県国民健康保険団体連合会一般会計歳入歳出予算補正について

議案第14号 平成30年度栃木県国民健康保険団体連合会診療報酬審査支払特別会計（業務勘定）歳入歳出予算補正について

議案第15号 平成30年度栃木県国民健康保険団体連合会診療報酬審査支払特別会計（公費負担医療に関する診療報酬支払勘定）歳入歳出予算補正について

議案第16号 平成30年度栃木県国民健康保険団体連合会後期高齢者医療事業関係業務特別会計（業務勘定）歳入歳出予算補正について

議案第17号 平成30年度栃木県国民健康保険団体連合会後期高齢者医療事業関係業務特別会計（公費負担医療に関する診療報酬支払勘定）歳入歳出予算補正について

議案第18号 栃木県国民健康保険団体連合会役員の欠員補充について

III その他

平成31年度栃木県国民健康保険団体連合会事業計画

1 基本方針

国民健康保険は、我が国の医療保険制度の中核的な役割を担い、地域住民の医療の確保と健康の保持増進に大きく貢献している。

しかしながら、医療保険制度をめぐる情勢は、急速な人口の高齢化、医療技術の高度化等により医療費は増高し、加えて経済基調の変化に伴い、医療費の伸びと経済成長との不均衡が拡大するなど医療保険財政、とりわけ国保財政はその構造的要因により他制度に比較して大変深刻な状況に陥っている。

このため国においては、国民皆保険を堅持し、医療保険制度を将来にわたり持続可能で安定的な制度に再構築するため、「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等の一部を改正するための法律」を平成27年度に制定し、国民健康保険の財政支援の拡充や財政運営の都道府県への移行などによる医療保険制度の財政基盤の安定化を図るため、制度創設以来の大改革が今年度から実施されている。

また、昨年6月に「経済財政運営と

改革の基本方針（骨太方針2018）」、「未来投資戦略2018」及び「規制改革実施計画」が閣議決定され、消費税については予定どおり引き上げを実現する必要があるとされたほか、社会保障関係費の急増が見込まれる前の今後3年間で「基盤強化期間」と位置づけ、歳出改革の重点分野として社会保障改革に取り組むことが決定されたところである。

さらに、データヘルズ改革として被保険者番号の個人単位化とオンライン資格確認の仕組みを導入することや、「保健医療データプラットフォーム」を2020年度に開始することなどが掲げられるとともに、ICTの活用等による審査業務の高度化・効率化を着実に進めることが明記されている。

一方、介護保険制度においては、「地域包括ケアシステムの強化のための介護保険法等の一部改正」により、一定以上の所得を有する利用者負担の見直し、福祉用具貸与の見直しなどが、段階的に実施されている。

本会としてもこのような状況に柔軟

に対応するとともに、将来にわたり保険者の共同目的達成機関としての役割と使命を果たすことを念頭に、国民健康保険及び後期高齢者医療並びに介護給付費、障害介護給付費等の審査支払業務の充実・強化をはじめ、共同事業の効率的推進、保健事業の支援強化など国民健康保険事業の安定運営の確保に向けて組織体制の整備を図りながら、保険者並びに関係機関との連携を密にして、より一層の適正な事業運営と更なる保険者へのサービスの向上に努めるものとする。

このため、平成31年度の事業計画は、保険者に満足してもらえぬ国保連合会を目指していくために、次のとおり重点目標及びその取り組み方針を定め、その企画・運営・実施に当たっては、常に保険者の満足度を高める工夫、価値ある情報の提供などに留意しながら保険者の期待に沿った成果をあげ、負託に応えるものとする。

2 重点目標

(1) 国民健康保険事業の安定的運営

保険者の意を体し、安定した国民健康保険事業運営に向けた事業・運動の展開

(2) 成果を上げるための国民健康保険・後期高齢者

査定率向上を意識した効率的なレポート審査体制の強化・審査精度の向上及び審査支払業務・事務医療診療報酬審査支払事業等の展開代行業務の効率的推進

(3) 共同事業の効率的推進

保険者事務共同電算処理事業等の拡充及び各種共同事業の効率的推進

(4) 実効性のある保健事業の支援強化と特定健診等データ管理業務の適正執行

総合的保健事業支援の充実、医療情報を活用したデータ分析、関係団体との連携強化及び特定等データ管理業務の適正執行

(5) 介護保険・障害者総合支援事業関係業務の適正執行

介護給付適正化対策事業の積極的な推進、介護給付費等審査支払業務及び障害者総合支援給付費業務の適正執行審査支払業務の適正執行、介護サービスの質の向上

(6) 新規事業への対応

保険者のニーズに応える事業への弾力的対応

(7) 成果を生み出す組織体制・事務運営等の整備

総合的・効果的に事業を展開するための組織体制の整備、職員の資質の向上、事務運営等の改善

3 重点目標の取り組み方針

(1) 国民健康保険事業の安定的運営

国民健康保険事業の安定的運営に向けて保険者と連携を密にし、事務の効率化、調査研究、価値ある情報の提供に努める。

また、医療保険制度を将来にわたって持続可能で安定的な制度にするため、引き続き国保関係者が一丸となり、国民健康保険事業の安定運営に向けた運動を展開する。

(2) 成果を上げる国民健康保険・後期高齢者医療診療報酬審査支払事業等の展開

審査事務共助の充実強化、審査委員会への情報の提供などによる効果的なレセプト審査体制の強化を図りつつ、審査支援システム等の活用など審査基準の統一化に取り組むとともに、業務プロセスの見直しなどの効率化を進めながら、国保総合システムを活用した審査の更なる精度向上に努める。

上に努める。

また、普通交付金収納事務及び出産育児一時金等支払業務の適正執行と、後期高齢者医療事務代行業務の効率的な事業展開に努める。

(3) 共同事業の効率的推進

保険者事務共同電算処理事業等の更なる事業の拡充を図るため、国保総合システムの機能改善による保険者事務の効率化と国保情報集約システム及び国保データベース(KDB)システムの適正な運用に努める。

また、第三者行為求償事務の受託範囲の拡大として「動物による咬傷」に加え、「損害賠償保険」に加入している全ての傷害事故」を試行的に実施するとともに、求償金の滞納防止に努め、保険者事務の効率化を図る。さらに、海外療養費不正請求対策支援業務の適正な事務の執行と、国保税賦課シミュレーション支援事業の充実に努め、事業の推進を図る。

(4) 実効性のある保健事業の支援強化と特定健診等データ管理業務の適正執行

生涯元気で活力ある地域づくりを支援するための人材育成、国保デー

データベース(KDB)システムからの医療データの活用などに基づく保健事業を推進するとともに、栃木県保険者協議会を通じ、地域・職域保健の連携強化等により保健事業の実効性を高める等、市町保健事業の支援を行う。

また、医療保険情報を活用したデータ分析、生活習慣病・予備群減少のためのデータ提供活用支援、及び人工知能「とくナビAI」を活用した受診率向上支援事業の充実強化を図るとともに、重複・頻回受診者及び重複服薬者訪問指導支援(モデル事業)を実施する。

さらに、特定健診等のデータ管理業務の適正執行と保険者事務の効率化に努める。

(5) 介護保険・障害者総合支援事業関係業務の適正執行

介護給付適正化対策事業を積極的に推進するため、医療情報と介護情報との突合点検支援事業について分析し、事業拡充に向けた検討を進める。

また、介護給付費等審査支払業務及び障害者総合支援給付費審査支払業務の適正執行、並びに介護サービスの質的向上を図るとともに、障害

者総合支援給付審査支払等システムの機能拡充を行い、審査の充実強化に努める。

(6) 新規事業への対応

本会中期事業計画に基づき、保険者のニーズに対応した事業を実施するとともに、平成32年度中に耐用年数を迎える国保中央会開発の各種システムの機器更改については、適正かつ効率的な構築を行い、新システムへのデータ移行など、円滑な導入準備作業に万全を期すこととする。

併せて、あはき(はり灸あん摩マッサージ指圧)療養費に係る審査委員会を新たに本会に設置し、支給の適正化及び標準化を図る。

また、国において実施される風しん対策に係る事務については、国からの要請に基づき必要な対応を行うこととする。

(7) 成果を生み出す組織体制・事務運営等の整備

保険者に満足してもらえる成果を生み出す事業を効果的に進めるため、平成31年度本会事業計画の重点目標の取り組み方針に沿って事務局体制の整備、職員の資質の向上、事務運営の改善に努める。

平成31年度栃木県国民健康保険団体連合会予算総括

区 分		平成 30 年度 (千円)	平成 31 年度			
			予算 (千円)	対前年度比較増減額 (千円)	前年度対比 (%)	
一 般 会 計		(483,302) 483,302	(559,394) 559,394	(76,092) 76,092	(115.74) 115.74	
診療報酬審査支払特別会計	業 務 勘 定	(1,366,310) 1,888,542	(1,311,498) 1,324,206	(△ 54,812) △ 564,336	(95.98) 70.11	
	診療報酬支払勘定	国民健康保険診療報酬支払勘定	144,031,158	141,743,485	△ 2,287,673	98.41
	公費負担医療に関する診療報酬支払勘定	3,757,155	3,662,550	△ 94,605	97.48	
	出産育児一時金等に関する支払勘定	1,030,267	1,026,487	△ 3,780	99.63	
	小 計	148,818,580	146,432,522	△ 2,386,058	98.39	
後期高齢者医療事業 関係業務特別会計	業 務 勘 定	(693,104) 693,104	(863,653) 863,653	(170,549) 170,549	(124.60) 124.60	
	診療報酬支払勘定	後期高齢者医療診療報酬支払勘定	201,732,733	203,695,258	1,962,525	100.97
	公費負担医療に関する診療報酬支払勘定	1,067,442	1,105,861	38,419	103.59	
	小 計	202,800,175	204,801,119	2,000,944	100.98	
第三者行為損害賠償求償事務共同処理事業特別会計		(12,607) 483,615	(17,345) 466,806	(4,738) △ 16,809	(137.58) 96.52	
介護保険事業関係 業務特別会計	業 務 勘 定	(231,536) 600,730	(279,456) 596,118	(47,920) △ 4,612	(120.69) 99.23	
	支払勘定	介護給付費支払勘定	137,633,139	138,470,139	837,000	100.60
	公費負担医療等に関する報酬等支払勘定	1,241,237	1,237,479	△ 3,758	99.69	
	小 計	138,874,376	139,707,618	833,242	100.59	
障害者総合支援法 関係業務特別会計	業 務 勘 定	(52,622) 56,710	(63,429) 65,536	(10,807) 8,826	(120.53) 115.56	
	支払勘定	障害介護給付費支払勘定	35,660,939	37,465,893	1,804,954	105.06
	障害児給付費支払勘定	6,563,929	7,553,064	989,135	115.06	
	小 計	42,224,868	45,018,957	2,794,089	106.61	
特定健診保健指導費用決済業務特別会計		(53,665) 1,377,680	(95,815) 1,403,691	(42,150) 26,011	(178.54) 101.88	
職員厚生資金貸付金特別会計		8,309	8,364	55	100.66	
合 計		(2,893,146) 538,309,991	(3,190,590) 541,247,984	(297,444) 2,937,993	(110.28) 100.54	

【備考】 上記表中、()内の数字は、各会計支払勘定、指定公費関係諸費〔指定公費請求支払事業（県内一般分・療養費分）、特別会計（国民健康保険診療報酬支払勘定）繰出金〕、保険者間調整受入金及び支出金、第三者行為損害賠償求償金、介護保険事業関係業務特別会計の主治医意見書料、介護予防ケアマネジメント負担金及び電子証明書発行手数料、障害者総合支援法関係業務等特別会計の電子証明書発行手数料、特定健診費用決済業務を除いた数字（事務運営に要する経費）である。



さくら市 渡邊 明

さくら市は、県都宇都宮市に近接し、国道4号及びJR東北本線が市内を南北に、国道293号が東西に通過し、交通の利便性に恵まれるとともに、1級河川の鬼怒川、荒川、内川等を有するなど、清流と緑の自然に恵まれた地域であります。

平成17年3月28日に氏家町と喜連川町が合併して「さくら市」が誕生し、合併当時は約4万1千人であった人口も着実に増え、現在は約4万4千人と増加いたしました。近年は横ばいで推移しております。

本市の最近の状況といたしましては、さくら市の玄関口である氏家駅前に「さくらテラス（駅前展示館・駅前情報館）」が昨年オープンし、併せて市の魅力を表すキャッチコピーをロゴマークと共に公募し、「ちよūdい！さくら市」とし、市の魅力発信に寄与しています。また、喜連川地区におきましては、平成29年4月に「道の駅きつれがわ」がリニューアルし、着実に交流人口が増加しています。

なお、道の駅きつれがわでは、3月中旬から毎週末に、プロジェクトクションマッピングが常設となり、さくらテラス駅前展示館におきましても、定期的にプロジェクトクションマッピングを映し出していく予定となっております。

さて、本市の国保運営協議会会長を務められている渡邊明氏は、国保制度の大きな変革期となる平成27年4月から本協議会の会長として、国保事業の運営にご尽力をいただいております。

渡邊会長は、国保運営協議会会長のみならず、市保健委員会会長や、市河川愛護会会長なども歴任されており、国民健康保険の運営のみならず、様々な分野で積極的な活動をおこなっております。

国保制度改革により栃木県が事業主体に加わり、都道府県広域化してからもうすぐ一年となりますが、渡邊会長には、これまでの経験と知識を活かし、国民健康保険制度の安定化に向け、今後より一層ご活躍いただけますことをご期待いたしております。

国民健康保険制度の安定に向けて

新たな国民健康保険体制がスタートして1年を迎えますが、栃木県が事業主体に加わり財政の安定化が期待される一方、広域化と財政規模の拡大で県内全体の医療費の動向など幅広い視点が必要となったのではないかと感じます。さらなる安定した医療保険制度となるよう尽力して参りたいと思います。

会長の一言



第123回 下野市



突撃ルポ

保険者 みてある 記 寺

幸せ実感都市

しもつけ

未来へつなぐ
幸せ実感都市を目指して

関東平野の北部、栃木県の中南部に位置し、都心から約85km圏にある下野市は、東に鬼怒川と田川、西に思川と姿川が流れる高低差のない、古来より開けた、平坦で安定した自然災害の少ない地域にあります。

人口約6万人、面積約74・6km²で、栃木県内14市の中で最も面積の小さな市ではありますが、下野薬師寺跡をはじめと

する歴史文化遺産が数多く所在しています。交通の利便性にも優れており、国道4号及び新4号国道が縦貫し、J・R宇都宮線には3駅が存在しています。また、自治医科大学附属病院を中心とした地域医療が充実しています。

農産物においては、かんびようが生産量・栽培面積ともに日本一であり、ホウレンソウ、ゴボウも県内一位の生産量となっているそうです。

今回は『ともに築き 未来へつなぐ 幸せ実感都市』の実現を目指し、活力あるまちづくりを推進している下野市を訪ね、医療費適正化対策の課題や問題点、税込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。

保険者努力支援制度の得点率が県内2位と好調

市民生活部市民課木村課長、保険年金グループの仙頭課長補佐、落合主事に課の取り組みについてうかがいました。木村課長は、「市民課、税務課、健康増進課の役割分担を明確にした上で、お互いに連携が取れていることが非常に重要」と話します。各課で連携することで、市全体として課題に取り組む姿勢がうかがえました。

保険者努力支援制度の取り組みについて

て仙頭課長補佐は、「下野市は、獲得点数において、平成30年度は県内で2位となっています。ただし、『特定健診受診率・特定保健指導実施率・メタボ該当者及び予備群の減少率』の得点率が40%と他の指標と比較し低くなっていることから、今後はこれらの項目についての積極的な推進が必要です」と話します。

とくナビA Iを活用し保健事業の推進を図る

続けて特定健診の受診率向上に向けた取り組みについてうかがうと、「平成28年度から国保連合会の人工知能を活用した特定健診受診勧奨事業（とくナビA I）を実施しています。実施前は、毎年1%に達しないくらいの伸びでしたが、実施後は平成28年度に前年比3・4%、29年度は3・1%受診率が向上しており、手応えを感じています。また、今年度は更なる受診率の向上を目指し、国民健康保険運営協議会において『特定健診受診率向上に向けた取り組み』を議題に取り上げ、年間を通じて協議を行いました。平成31年度も継続して事業を実施するとともに、協議会での協議結果をもとに受診率の向上に向けた取り組みを推進していきたいと考えています」と事業の手応えと今後の取り組みについて話します。



『道の駅しもつけ』
地元の新鮮な野菜や地元食材を生かしたグルメが楽しめます。



『古民家カフェ 夜明け前』
民俗資料館をリノベーションし平成30年4月にカフェスペースとしてオープン。



市民課 保険年金グループのみなさん

平成30年度においても3%の伸びが見込まれるそうであり、更なる受診率の向上が期待されます。

重複・頻回受診者への訪問指導で医療費適正化を目指す

その他の取り組みについて落合主事は、「重複・頻回多受診者に対して、臨時看護師による訪問指導を毎月10人程度実施しています。また、柔整の重複多受診者へ柔道整復の適正受療に関するパンフレットの送付や、訪問指導を実施しています。指導を行った方に対しては半年後に再度訪問を行い、効果の判定をしています」と話します。

差押えの早期着手の徹底

続いて収納率向上の取り組みについて総務部税務課収納グループの諏訪主幹にうかがいました。主な取り組みについてうかがうと、「現年分の滞納を失くしていき、新たな滞納者を作らないために差押えの早期着手を心掛けています。今年度においては既に160件程度の案件に着手しています」と話します。



税務課 諏訪主幹

催告書を工夫し収納率向上を目指す

下野市では地区での担当制で差押えを実施しており、担当者が責任をもって調査、差押え、換価、配当まで一貫して行っているそうです。有益な情報は課内でも共有しているとのこと。徴収に関する前向きな姿勢がうかがえました。

その他の取り組みについてうかがうと、「収納率向上の取り組みとして、催告書に目立つ色を採用して中身を見てもらえるよう工夫しています。現在はオレインジ色の封筒を使用していますが、更に目立たせる必要があるのではと感じており、来年度はカラーバリエーションを増やすことを検討しています。まずは封筒を開けてもらうことが大切です」と抱え

る課題と対策について続けます。

検索件数の少なさが課題

税務課における課題をうかがうと、「下野市では1年間の中で検索を行う期間を決め、実施されています。検索を行える人数や日数が限られていることから検索まで行えない案件もあり、検索件数が少ないことが課題となっています」と述べ、「また、今年度は小山市の合同公売会に参加しました。残念ながら下野市として公売に出せるものがありませんでしたが、是非来年度以降も参加していきたいと考えています」と前向きに話します。

その他にも口座振替の促進に関する広報等も行っているとのこと、更なる収納率向上が期待されます。

健康しもつけ21プランの推進に向けて健康推進員の養成や活動の充実を図る

続いて下野市の保健事業について、健康増進課の間板主幹、横田保健師、笠野管理栄養士にうかがいました。横田保健師は「脳血管疾患の罹患者を減らす」という重点目標のもと、今年度から「健康しもつけ21プラン」を推進しており、地域における健康推進員の活動とともに養成も行っています。健康推進員の会員数は現在68名で、運動部会または食生活部会のどちらかに所属し活動しています」と話します。



健康しもつけ21プラン
(概要版)



すまし汁試飲コーナーの様子（健康推進員食生活部会）

健康推進員と取り組む住民の健康づくり支援

健康推進員の取り組みについて笠野管理栄養士は、「運動部会では、運動習慣の定着化を図ることを目的に、健康ウォークやロコモチェック等を実施しています。また、食生活部会では、減塩食の普及を目的に、各健康教室や保健事業、地域のイベント等で、すまし汁（天然だ

しと顆粒だし）の試飲、旬の野菜レシピの配布等を実施しています。現在は、だしの取り方を口頭でしか伝えていないので、次回はチラシ等も配布して指導、周知ができればと考えています」と健康推進員の活動について力強く話します。



健康ウォークの様子
(健康推進員運動部会)



「天平の芋煮会」毎年11月に開催。直径2.5メートルの大鍋で3,000食の芋汁を作ります。



ラジオ体操キャラバンで運動習慣の定着化を図る

健康ウォークは地域のイベントである『天平の芋煮会』に合わせて今年度初めて開催し、ゆうゆう館（天平の丘公園）の約3kmのコースを往復したそうです。健康推進員の数も100人が目標とのこと、更に活気づいた健康づくりの活動が期待されます。

続いて市民の健康づくり事業について横田保健師は、「市の健康実態調査を行ったところ、男性の3人に1人がBMI値が高く、運動習慣のある人が少ないことが分かりました。そこで今年度は、運動習慣の定着化を図ることを目的として県の『身体を動かそうプロジェクト』事業を活用した『ラジオ体操キャラバンinしもつけ』を石橋体育センターにて開催しました。1級ラジオ体操指導士による実践後、健康×クイズやミニ健康コーナーでの血圧測定、フードモデル展示、ロコモチェック等を行いました」と話します。

また、間板主幹は「ラジオ体操キャラバンは120名の参加があり非常に好評だったと思います。しかし、参加者の中心は50〜60代となっているので、これからは若い世代も巻き込み、更に大きな規模で開催できればと考えています」と事業の手応えと課題について前向きに話します。



ラジオ体操キャラバンの様子

自己負担を軽減し健診受診率アップを目指す

続けて健診受診率向上の取り組みについてうかがうと、「ほとんどの健診を無料で実施しています。また集団検診の場合に限りませんが、特定健診とがん検診を同日に実施しており、ほぼすべての健診が1日で受けられるようになっていきます。市民の方が受診しやすい環境をつくることによって受診率向上に繋がればと考えています」と市民の視点に立った受診率向上に向けた取り組みについて話します。

託児つき健診日は非常に好評!

また「土日の健診日を設けたり（全日程38日間で、8日間）、託児つき健診日を設けたり（全日程38日間で、16日間）しています。特に託児付き健診日は非常に好評で受診率向上につながっているのではと感じています」と話す一方で、「託児ボランティアの人数が少ないことが現在の課題です。定員数に達してしまいお断りする場合がありますので、少しでも

人数が増えてもらえると嬉しいです」と横田保健師は続けます。

託児つき健診は平成27年度から実施しているそうです。その他にも健診の予約をWebで24時間予約可能としているとのことで、更なる受診率向上が期待されます。

326人の申し込みがあるマイレージ事業は非常に好評

またその他の取り組みについてうかがうと「下野市では『健康・幸せ チャレンジ大作戦』と題し、貯めた健康ポイントを記念品と交換できるマイレージ事業を実施しています。楽しくポイントを貯めることを通して、健康づくりの動機付けと運動習慣の定着を促進することを目的として取り組んでいます。また、記念品応募の際には健診受診を必須事項としており、少しでも受診率向上に結び付けばと考えています。平成28年度は86名の応募でしたが、平成29年度は326名の応募がありました。平成30年度はさらに上回る応募となる見込みとなっております。非常に好評となっております」と事業の手応えについて話します。

交換できる記念品の種類も豊富で、平成30年度からは『道の駅しもつけ旬の野菜セット引換券』や『市内スポーツ施設2時間利用券』も追加となったそうです。市として、少しでも参加者を増やすための工夫を凝らしているという印象を受けました。



『健康・幸せ チャレンジ大作戦』しもつけ健康マイレージ

動機付け支援に連続して該当になった方への指導が課題

特定保健指導の取り組みについてうかがうと、「動機付け支援ではグループ支援を実施しました。初めて動機付け支援に参加するグループと昨年も参加したグループに分けて、指導内容も変えて行いました。積極的支援や動機付け支援に連続して該当となった方に対して、どのように指導するかが今後の課題だと考えています。また、レッドゾーン対象者の精検未受診者へのフォローも同じく課題です」と抱える課題について話します。

市民課、税務課、健康増進課がお互いに連携し課題に取り組む下野市。『ともに築き 未来へつなぐ 幸せ実感都市』の実現を目指すため、職員が一丸となって、日々前向きに課題に取り組んでいるのだと感じる取材となりました。



健康増進課 成人保健グループのみなさん

◎下野市の概況

		平成27年度	平成28年度	平成29年度
総人口(人)		60,167	60,080	60,276
総世帯数(世帯)		22,873	23,191	23,643
国保被保者	加入世帯数(世帯)	7,853	7,670	7,449
	被保険者数(人)	14,350	13,740	13,039
	被保険者加入率(%)	23.85	22.87	21.63
保険料(税) 収納状況(現年分)	一人当たり調定額(円)	101,800	104,852	107,145
	収納率(%)	92.39	93.15	93.86
一人当たりの療養諸費費用額(円)		331,029	322,391	329,333
特定健診・特定保健指導の状況	特定健診受診率(%)	41.3	44.7	47.8
	特定保健指導実施率(%)	43.5	35.3	30.1

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」

④グローバル化への対応「全4回」

東海大学健康学部長 堀 真奈美

1 はじめに

連載初回では、国民健康保険（以下、国保）の過去最大の改革の一つとして、2018年4月より都道府県の役割が拡大されたことを挙げた。この中で、財政基盤の強化ならびに地域医療計画との連携強化という意味では評価できるが、財政上の構造課題が完全に解消されているわけではないことを示唆した。

第2回では、供給面に焦点を当て、医療費の適正化について検討したが、従来の診療報酬の抑制には一定の限界があることを述べた。また、医療費適正化計画において、「医療の効率的な医療提供体制の推進」と「住民の健康の保持」の2分野において目標設定がされているが、期待通りの効果をあげる

かについてのエビデンスが十分とは言えず、今後の動向を見守る必要がある。中長期的には、医療費の給付範囲、給付水準、対象者の見直しが必要となる可能性を示した。

第3回では、需要面に焦点を当て、ヘルスリテラシーの向上について述べた。医療保険の財政状態や医療費の使われ方について国民が理解しないことには、根本的な財政課題に対応することはできない。さらに、患者による賢い医療機関の受診は、医療費の適正化には不可欠であることを述べた。

最終回である今回は、残された課題として、グローバル化という大きな社会環境の変化に国民健康保険がどう対応するかについて検討したい。

2 グローバル化の進展

ここ数年、観光目的等の短期滞在の「訪日外国人」、日本に住所をもつ中長期滞在の「在留外国人」がともに大幅に増加している。前者は、成長戦略の中で観光立国を目指した政府の施策の影響もあるが、観光庁によると、2019年1月に3119万（前年度比8.7%増）を突破している。後者は、法務省によると2018年6月時点で、すでに263万7251人（前年度比2.9%増）と過去最高を更新している。外国人材の受け入れを拡大する法改正案が2018年12月8日に通過し、2019年4月より本格的な受け入れを開始することになったが、それ以前よりすでに増加していることがわかる。

結果として、医療機関等を受診する外国人も増加しているが、受け入れる側の体制が整っていないこともあり、言語文化・習慣等の相違に起因する課題が生じている。観光等短期滞在の訪日外国人の場合は、公的医療保険に加入することは原則不可能であり、旅行保険等の民間保険がない場合は全額自己負担の私費医療である。だが、コミュニケーションの行き違いにより、未払いトラブルも生じている。コミュニケーション解消手段として、医療コーディネーターや医療通訳などの必要性も叫ばれているが、財源捻出が厳しい状況である。

一方、在留外国人の場合は、事情が異なる。公的医療保険のルールは、国籍に関係なく適用されるため、住民基本台帳登録など一定の要件のある在留外国人は、基本的に公的医療保険に加入することが義務付けられる。つまり、日本人と同じように保険料負担をする義務があると同様に、給付を受ける権利もある。だが、適用事業所等を通じて加入手続きを行う被用者保険と異なり、国保では、強制加

入であっても保険への未加入・未納者（滞

納も含む）が生じている。これは、日本

人であっても同様のことが言えるが、一

般に、国保の場合は、中程度の所得があ

ると相対的に保険料負担が高い。医療需

要の見積もりと保険料負担を天秤にかけ、

未加入・未納が生じている可能性がある。

だが、社会保険において逆選択は認め

られない。医療需要を正確に見積もるこ

とは実際には難しく、医療には不確実性

が付きまとう。未加入・未納者が、突然、

病状が深刻化した状態で病院に担ぎ込ま

れる可能性がある。日本では、医師に応

召義務があり、仮に未加入・未納であつ

ても必要な医療サービスを多くの医療機

関は提供すると思われる。しかし、未加

入・未納者の診療では、訪日外国人と同

様に、医療費の未払リスクもある。本人

が支払えない場合は、医療機関が未収金

として処理、自治体が補助金で補填する

というケースも過去にあった。未収金は

公的医療保険そのものの課題ではないが、

いるのではないだろうか。

他方、一部報道等で指摘されるような

不正加入の懸念等があるのも否定でき

ない。こうした懸念等については、堀

（2019）を参照されたいが、外国人

への偏見・差別の増長や外国人排斥に発

展させないためにも、未加入・未納問題

への対策を行うと同時に、不正加入や不

適正な利用の制度的な誘因をなくすこと

が、公的医療保険の信頼性確保のために

必要である。

3 グローバル化によるコスト負担を誰がするか

グローバル化の本質は、ヒト・モノ・

カネの国境を越えた移動である。社会保

障制度は、国民国家を前提に拡充してき

た歴史があるが、多国籍企業のように、

自由に国境間の移動ができるようになる

と、実際にドイツで生じたように、社会

的コスト負担（人件費含む）の少ない国

や経済圏に、企業が移動する可能性がある。

企業が社会的コストの低い国へ移動す

るように、個人は出身国よりもより豊か

な国に移動する可能性を否定することは

できない。合法である限り、倫理的にも

物理的にも人々の自由な移動を止めるこ

とはできない。

だが、フリーライダーは別である。社

会保険が強制加入であるのは、逆選択と

フリーライダーを生じさせないためでも

ある。理論上、経済学の概念である「フ

リーライダー」を生じさせる誘因のある

制度・システムでは、「共有地（コモンズ）

の悲劇」が生じうる。その悲劇を生じさ

せないためにも、何らかの対応が中長期

的には必要である。

保険財政の安定化は言うまでもなく、

収支の均衡をいかに保つかにつぎる。だ

が、保険原理と扶助原理の両方を部分的

に採用している日本の社会保険では、保

険原理の適用は部分的であり、収支不足

分は、公費投入や保険者間の財政調整に

よって賄ってきたという歴史がある。結

果として、保険者、被保険者いずれにも

医療の真のコストがあまり認識されない

一見よいことのようにも思われるが、財

政破綻になつては意味がない。

社会環境の変化に応じた公的医療保険

における給付と負担の在り方を真剣に議

論する時期を迎えたのではないだろうか。

参考文献

堀真奈美（2019）「在留外国人の公的医療保険の適用問題」週刊「社会保障」NO3009、2147P

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。



第4回

プロスポーツ選手から健康を学ぶ

栃木県内で活躍中のプロスポーツ選手から健康について学ぶ企画です。第4回は、栃木県出身であり、プロバスケットボールチームのリンク栃木ブレックスで活躍中の橋本晃祐選手にお話しをうかがってまいりました。



No.21 PF/C
橋本 晃祐 KOSUKE HASHIMOTO

○出身地：栃木県
○生年月日：1993年5月6日 ○身長／体重：203/107
○出身校：東海大学

——早速ですが健康な体作りや維持のため、食事面で普段から気を付けていることはありますか？

野菜やビタミンなどをバランスよく摂るように心掛けています。コンビニなどで売っているビタミンを多く含んだ飲料などを活用して、不足している栄養等を補うようにしています。また、体重が落ちってしまうと試合のパフォーマンスにも影響がでてしまうので、しっかりと食べて

ベストなコンディションを維持できるように気を付けています。

——食事のコントロールを続ける秘訣はありますか？

無理な食事の管理や我慢はあまりしていません。無理のない範囲で行ったほうが長く続けることができると思います。

——その他に気を付けていることなどはありますか？

そうですね。健康法というわけではな

いですが、疲れが溜まったと感じた時にはお風呂に行きます。家のお風呂ではなく、入浴施設を利用して、リフレッシュしています。

——なるほど。きちんと湯船に浸かることは身体的にも精神的にもよい効果が期待できそうですね。続けて、オフの日はどのように過ごしていますか？

オフの日は基本的に運動はしません。

ケガのリスクもありますし、休む時は休む、動くときは動くメリハリをつけています。



——ストレスはどのように発散
していますか？

音楽を聴いたりゲームをしたり、自分
が好きなことをすることで発散になって
いるのだと思います。僕はあまりストレ
スを感じないのですが、去年はケガをし
ていたこともあって結構ストレスを感じ
ていました。

——去年はどのようにストレス
と付き合っていましたか？

ケガから復帰したときのことなどを考
えて、ポジティブな気持ちに持っていく
ようにしていました。マイナスなことは
あまり考えないようにして、前向きな気



持ちでストレスと向き合い、付き合っ
ていました。

——なにかストレッチで気を付
けていることはありますか？

特別なストレッチをしているわけでは
ありませんが、試合後は特に疲労がた
まっている部分など入念にケアしま
す。また運動後のケアも大切ですが、ケガを
しないことが何より大切ですので、練習
や試合の前には時間をかけてストレッチ
を行います。

——ありがとうございます。

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。

食事や睡眠などの基本的なことであ
れば簡単ですし、続けやすいと思います。
普段の食事の際に少し栄養のバランスを
意識してみるなどするとよいのではない
でしょうか。最初から難しいことに挑戦
すると続かないので、自分にできる範囲
のことから始めてみてください。



もう既にプレックスの試合を見に来
てくれている方も、名前は知っている
けれども試合には来たことはない方も
いると思います。もし記事を読んで少
しでもプレックスに興味を持ってもら
えるとうれしいです。ぜひ試合をみに
きてください！

以上リンク栃木プレックスの橋本晃祐
選手へのインタビューでした。食事や睡
眠など、当たり前前に気を付けるこ

との大切さを再認識することができた取
材となりました。読者の皆さんも、今ま
での生活を見直し、規則正しい生活を選
ぶことで、健康な体づくりを目指してい
ただければと思います。

また、今年度のリンク栃木プレックス
への取材は、残念ですが今回で最後とな
ります。取材にご対応いただいた田臥選
手、橋本選手、関係スタッフの皆さまに
感謝を申し上げます。

まちなか保健室を開設して

「健康ポイント事業」あるく・はがる・でかける・さんかする「仕組み作りと運動して」

矢板市健康増進課 保健師 尾身 里江おみ りえ

はじめに

矢板市は、平成30年11月1日に市制施行60周年を迎え、記念式典の中で新名物「やいた黒カレー」の誕生PRを行うなど盛大に開催いたしました。

また昨年は、「おしらの滝」が観光スポットとしてテレビなどで紹介され、第1回LINEトラベルJIP旅人大賞に選ばれました。さらに、「山縣有朋記念館」や名産のリンゴも、日本遺産に認定され、多くの観光客が訪れています。

市民の身体活動量

矢板市は、県内他市町と同様に、自動車の所有率が高く、ちよつとした買い物でも車で出かけます。また、30分以上の運動を週2回以上している人の割合は少なく、成人男性39・2%、成人女性の32・8%です。(平成27年度矢板市実施の「暮らしと健康に関するアンケート調査」より)

「健康日本21」では、「日常生活において身体活動量を増やす具体的な手段

は、歩行を中心とした身体活動を増加させるように心掛けることである。(中略)身体活動量と死亡率などとの関連を見た疫学的研究の結果からは、『1日1万歩』の歩数を確保することが理想」とあります。本市の健康増進計画「すこやか矢板21(第2期)」でも、身体活動量を増やすことを目的とし、一日の平均歩数目標を8000歩としています。そこで、市民の方たちの歩くことを軸とした身体活動量を増やす仕組み作りが必要であると考えました。

取り組み内容(平成30年度新規事業)

① やいた健康ポイント事業について

市民の方が行う「健康づくり活動」に、インセンティブ(ポイント付与)を設けることで、現在健康づくりに取り組んでいる方の更なるモチベーションの向上や、「健康無関心層」に対する働きかけができればと考えたのが、「やいた健康ポイント事業」です。

この事業は、活動量計を会員証として

持っていたき、歩数や脂肪燃焼量などの身体活動量を見える化しました。会員が会員証を専用のリーダーにタッチすると、歩数データがサーバーに保存され、自動的にポイントが付与されます。

ポイントは、「あるく」として、1日の歩数により10〜20ポイント、「はがる」として、特定健診やがん検診受診で各500ポイント、「でかける」としてまちなか保健室(後述)に来所し20ポイント、「さんかする」として健康づくり事業への参加で20〜50ポイントが付与されます。「さんかする」の対象事業は、健康に関連するものを市内各課に照会して対象としています。貯まったポイントは、1ポイント1円で換算し、年に一度、一人最大10000ポイントを上限として、道の駅や市内の商店などで使用できる商品券と交換できます。

健康ポイント事業の効果

まちなか保健室で行う体組成の測定や歩数データの記録により、会員のからだ



の変化を集計したところ、歩数や体組成に嬉しい変化がありました。

まず、歩数については、スタートした7月の平均が7879歩/日でした。8月と9月は猛暑もあり、やや数字は落ちてしまいましたが、10月には平均8171歩/日と伸びています。まちなか保健室では、「もう少しで8000歩になる

ので、頑張つてその辺歩つてくるんだよ。」という声を沢山聞きます。活動量計を持って見える化したことや、インセンティブを付与したことで、確実に歩数が伸びている方たちがいます。

また、体組成の平均は、体重が0・23kg減少、体脂肪率が1・8%減少、脚点が4ポイント増加しています。(11月12日集計)。特に歩数が8000歩以上の方の体重と体脂肪率が大きく減少しており、体重が0・49kg減少、体脂肪率は2・72%減少していました。BMIの平均は、標準(18~25)の方は0・07減少、肥満(25以上)の方は0・12減少しました。このように、データと来場者の声どちらからでも、健康度がアップしたという結果を得ることができました。

さらに、事業開始以降、ポイント対象

の健康づくり事業の参加者が増加しており、社会参加へのきっかけ作りにもなっています。

②まちなか保健室について

まちなか保健室は、「手軽に、気軽に、健康相談」をコンセプトとして開設しており、体組成や血圧を測定し、保健師や栄養士などによる健康相談を行っています。

市内公民館のほか、スーパーや市の温泉施設などで開催し、平成31年度は、さらに他のスーパー店舗の協力をいただけることになりました。月3~4回、午後の実施で、平均40名程度の方がいらっしゃいます。

まちなか保健室は、健康ポイント事業の参加者が、「あるく」歩数を記録す



る場や、ポイントを付与するために「でかける」場として、また、定期的に体組成を測定する場としての役割も担っています。

まちなか保健室に来る方たち

まちなか保健室に来る方たちは、会場まで歩いて来る方、買い物ついでに立ち寄る方など様々です。スタッフとも顔なじみになり、最近の健康自慢、歩数自慢などを話してくれます。体組成の変化を見ながら、「やっぱり歩いてるのが良いのかねえ」という声が聞かれると、私たちもとても嬉しくなります。自ら歩き、自分の身体を見つめ、健康行動と身体状況をつなげて考えてくださっていることを実感するからです。これこそが、まちなか保健室を開設している意義だと感じています。このように、健康づくりへの関心が、市民の方々の中で高まる程、市の健康レベルが上がり、健康寿命の延伸や医療費の削減につながってくると期待しています。

また、来場者同士も顔なじみになり、まちなか保健室で待ち合わせをするなど、交流の場にもなっています。近くの公園で一緒に歩いてから、仲良く歩数のデータを記録しに、まちなか保健室に来る方たちもいます。このように、「一緒に「あるく仲間づくり」を手助けできたことは、

それほど予想をしていなかったメリットでした。仲間ポイント対象事業に参加するようになるなど、以前よりも社会参加に積極的になった一面も見ることができました。

まちなか保健室の課題

まちなか保健室の来場者の9割近くが健康ポイント参加者です。しかし本来の役割としては、広く市民の方々が「手軽に、気軽に、健康相談」できる場所であるべきだと考えています。そのため、広く市民の方々が出入りするスーパーや温泉施設等での開設を増やすことが、一般の方の来場を促すために必要です。また、表示や声かけなどの工夫で来場しやすくし、多くの方々の巻き込んでいきたいと考えています。

まちなか保健室を開設して

まちなか保健室は、場所、来場者、スタッフなど、実施方法によって様々な可能性を持つ場です。私自身は保健師として、市民の方々の声を直接聞ける場所として、ポピュレーションアプローチをする場として、とても良い機会を作ることができたと自負しています。今後はその時々健康課題に応じて、様々な変化をしながら、より良い「保健室」に発展させていければと思っています。

保険者 だより

ヘルスアップ教室

【茂木町】

茂木町では、生活習慣の改善を目的として、ヘルスアップ教室を実施しています。

この教室は、食生活の改善と運動習慣の定着を目指し、毎回、調理実習と簡単な運動を取り入れています。毎年1～3月、全4～5回開催しており、健康について学び、楽しく作っておいしく食べるのが好評の教室です。教室終了後は、ほぼ全員の生活習慣が改善し、半数以上の方の体脂肪率が改善しています。平成30年度からは行動変容の定着を目的に、半年後「ヘルスアップ教室同窓会」を開催し、参加者の近況報告・調理実習を行っています。

参加者からは「ゆっくり嘸むことができた」「調味料が少なくてもおいしくできた」「ごはんの150gは多く感じる」「学んだことを家でもやってみた」など健康に対する意識向上につながると感想が寄せられています。



管理栄養士による食事バランス講話



イスを使ったストレッチ



実習で食事の適量を学びます



楽しくエンカサイズ



調理メニュー
(さばのゴマ味噌焼き・サラダ・具沢山みそ汁・白飯150g)

国保医療課だより 県版保険者努力支援制度について

栃木県保健福祉部国保医療課

県版保険者努力支援制度で市町の取組を推進

県版保険者努力支援制度は、平成30

(2018)年度から、市町の医療費の適正化に向けた取組等の一層の促進を図るため、国民健康保険制度改革において

創設された国の保険者努力支援制度(都道府県分)と、既存の県国民健康保険調整交付金(評価分)を統合し、創設したもので、国の保険者努力支援制度(都道府県分)の約9億円と県繰入金金の約11億円を合算した、概ね20億円規模の交付金制度です。

国の保険者努力支援制度においては、評価指標が全体的に高く設定されており、取納率の向上等、一部の評価指標については、県内の多数の市町が評価されないものがあります。そのため、県版保険者努力支援制度においては、市町の実情に合わせた適切な評価指標を設定し、インセンティブを付与することにより、

医療費の適正化や取納率の向上に向けた市町の取組を一層推進することを目指しています。

取組状況に応じて評価指標等を見直し予定

評価指標等については、市町の取組状況に応じて、適宜、見直しを行うこととしており、平成30(2018)年度の実況を踏まえ、市町と協議し、平成31(2019)年度の評価指標等を次のとおり見直す予定です。

- ・ 庁内横断的な推進組織づくりを促す評価指標(体制構築加点)の追加(N o . 1、N o . 2)
- ・ 国の保険者努力支援制度の改正を踏まえた評価指標や配点の見直し(N o . 10、N o . 11)
- ・ 国保被保険者以外も対象とする取組の追加(N o . 6、N o . 7、N o . 9、N o . 14)

県版保険者努力支援制度における評価指標の各年度比較表

区分	No	評価指標	平成31(2019)年度		平成30(2018)年度	
			加点	シェア	加点	シェア
体制構築加点	1	医療費適正化に向けた推進組織	50	5.6%	-	-
	2	取納率向上に向けた推進組織	50	5.6%	-	-
医療費適正化	3	特定健診受診率	50	5.6%	40	9.0%
	4	特定保健指導実施率	50	5.6%	45	10.1%
	5	メタボ該当者及び予備群の減少率	45	5.1%	45	10.1%
	6	がん検診受診率	30	3.4%	-	-
	7	歯科健診受診率	30	3.4%	-	-
	8	糖尿病重症化予防の取組	100	11.2%	55	12.4%
	9	個人へのインセンティブ提供	50	5.6%	-	-
	10	適正受診に対する取組	40	4.5%	20	4.5%
	11	後発医薬品の使用割合	100	11.2%	10	2.2%
	12	後発医薬品の促進の取組	40	4.5%	10	2.2%
	13	その他医療費適正化に係る取組(レセプト点検、柔整に係る指導等)	20	2.2%	20	4.5%
	14	地域包括ケアの推進	15	1.7%	-	-
取納対策	15	取納率向上	145	16.3%	125	28.1%
	16	取納率向上に向けた取組	35	3.9%	25	5.6%
	17	滞納者対策	20	2.2%	30	6.7%
その他	18	資格適用の適正化	10	1.1%	10	2.2%
	19	賦課限度額の設定	10	1.1%	10	2.2%
			890	100.0%	445	100.0%

市町の取組状況等を踏まえた見直し(N o . 4、N o . 15)

・ 評価ウェイト変更に伴う配点の見直し(N o . 3、N o . 8、N o . 12、N o . 16、N o . 17)

市町の皆様の取組が交付金の交付額に影響し、それぞれの取組が効果をあげることに、医療費の適正化及び国保財政の安定化を図ることができます。市町の皆様におかれましては、各指標に係る取組を推進していただきますようお願い申し上げます。

私の趣味と健康法 健康づくり宣言



壬生町民生部住民課 課長 平石 二美夫

「月に一度は体重を測りましょう」

「毎月10日はトマトの日 トマトを必ず食べましょう」

「健康づくりのために歩くことを心がけるよう日々の歩数をチェックしましょう」

これは、平成29年7月から始まった「壬生町役場健康づくり宣言」に基づく「マイレージ健康づくりです。「働き盛りの世代が60歳になったときに健康でいられるように」を目標に、まずは役場全体で取組み、その後、町全体で取組みを広めていくものです。

各課に健康リーダーを置き、毎月の実践状況をとりまとめ、年度末に優秀な職員を表彰します。私も職員として、また、国保主管課の長として（検診ではメタボと判定されていますが）積極的に取り組んでおります。

まずは体重測定。毎日、風呂上がり
に体重計に乗り、体重を測っています。
デジタル計のため、1kg以下まで表示されるので、0.5kgでも減っていると
うれしいです。

次にトマト。夏場には趣味の家庭菜園でたくさん作りますが、冬季には作れないため、近くの農産物直売所で採れたてを購入し、毎日のように食べています。また、トマトだけでなく、肉、魚、野菜、卵、大豆、海藻、乳製品などバランスの良い食事を心がけるようにしています。

最後にウォーキング。冬場は気温が低く、また日が暮れる時間も早いので、出かけるのが億劫になってしまいがちですが、自身の健康増進のため、万歩計を腰に付け、毎日一万歩、歩くようにしています。

そして、月の中頃には、健康リーダーに毎月の実践状況を報告し、振り返りと来月の目標を決めます。

学校の定期テストでは、よく一夜漬けなるものやっていた覚えがありますが、健康は一夜漬けではできません。コツコツと毎日実践してきたことの積み重ねで健康な生活が送れるのだと思っています。

皆さんの職場でも、健康づくり宣言をしてみませんか。

壬生町役場ウォーキングコンテスト
年4回ウォーキングコンテストを実施
①個人表彰—上位5人
②団体表彰—上位3課

壬生町役場食事バランスコンテスト
食生活、食習慣の改善を目的として実施予定
団体表彰—上位3課
個人表彰—上位5人
食生活チェックシート（食生活の改善を目的として実施予定）
※食生活の改善を目的として実施予定
※食生活の改善を目的として実施予定

1日あたり10の食品群チェックシート

食品群	1日あたり10個以上
野菜	
果物	
豆類	
魚	
肉	
卵	
海藻	
乳製品	
小麦	
大豆	
油脂	
塩	
砂糖	

万歩計共同購入のお知らせ
携帯電話に万歩計機能がない方は、壬生町健康づくり営業を構
築中に万歩計の購入は1台1,000円（予定）で、
購入できます。ぜひご検討下さい。下の中から名称と色を選んで、
インターネット「働き盛り健康及就業準備ワーキンググループ」にメールでお
知らせください。

anac 10-440
ワーキングパートナー
色:ブラック、ブルー
価格:1,000円

TANITA 10-440
歩数計
色:ブラック、ブルー
価格:1,500円

壬生町役場健康づくり宣言
マイレージ健康づくり
役場から Vol.01

30～50代の働き盛り世代。自分が病気になるな
んとおぼえておられる。多忙、ストレスもつら
い。食生活も運動も衰えてしまっている。働き盛りの
世代が60歳になったときに、健康でいられるよう
に、まずは役場全体で取り組み、その実践を生かして
、平成30年には町全体で取り組めるようにした
いと考えます。

体重チェック
月に1度は、体重を
計りましょう。1kg
増えたら、食生活や
運動習慣を振り返り
ましょう。毎日の歩
数をチェックし、減
らなければ、健康的な
生活を送りましょう。

ウォーキング
健康づくりのために
歩くことは、多忙な
中でも、手軽にでき
ます。毎日の歩数を
チェックし、減らな
ければ、健康的な生
活を送りましょう。

健康マイレージ
健康増進を目的とし
て、健康増進を目的
とした、健康増進の
実践を推進して、自
身の健康づくりを
進めましょう。食
生活の改善を目的
として、健康増進
の実践を推進して、
自身の健康づくりを
進めましょう。

トマトの日
毎月10日は、トマトの
日です。トマトは、夏
場にはたくさん作ら
れます。冬場には、
近くの農産物直売
所で採れたてを購
入し、毎日食べてい
ましょう。

健康リーダー
健康づくりを推進
するために、健康
増進を目的とした、
健康増進の実践を
推進して、自身の
健康づくりを進め
ましょう。

〒317-0172 壬生町 壬生町健康づくり推進ワーキンググループ
事務局：健康増進課 健康増進係

壬生町役場健康づくり宣言

木工のまち鹿沼

さいとう みか
齋藤 未佳

鹿沼市 市民部
保険年金課 保険給付係 主事

国保経験年数

2年



【私の街自慢】

鹿沼の木工の歴史は400年以上あり、木造建築の学校や施設が多くあります。また、鹿沼の木工の粋を感じることができる彫刻屋台は自慢の一つです。豪華絢爛な彫刻屋台、小さい頃から目にはしていますが、何度見ても見惚れてしまいます。

さらに、鹿沼認証材が新国立競技場や選手村等の建築資材に使用されることは、とても誇りに思います。鹿沼もオリンピックに出場するような気持です。

【趣味・特技】

映画鑑賞、読書

【健康法・ストレス解消法】

インターネットの動画サイトで、プロ野球選手のファインプレー集を見ていると、惚れ惚れしますし、スカッとしてストレス解消になります。

【国保事務を担当しての感想・意見など】

国保事務を担当して2年が経ちますが、国保や医療保険の細かな制度について、未だに分からないこともあり、本で調べたり、先輩に教えていただいたりする毎日です。国保の事なら何でも答えられるような、国保のプロへの道のりは程遠いです。もっと知識を増やしていけるよう、頑張っていこうと思います。

【最近気になること】

鹿沼市さつき大通りの“美しすぎる桜並木”は、いつ頃満開に咲くのか。

一度ぜひ野木町にお越しください！

ませ だいすけ
真瀬 大輔

野木町 町民生活部
住民課 保健医療係 主任

国保経験年数

4年



【私の街自慢】

ラムサール条約に登録されている渡良瀬遊水地は、野鳥や動植物の自然観察、サイクリングなどが楽しめます。近くにある野木町煉瓦窯はホフマン式といわれる煉瓦窯で、原型をとどめて保存されているものは少なく、国の重要文化財に指定されています。煉瓦窯の隣の「野木ホフマン館」はありのままの自然や文化・歴史を体験できるスポットで、併設されているカフェでは窯焼きピザや、谷中湖の形をしたダムカレーなど味わうことができます。一度ぜひお越しください。

【趣味・特技】

旅行、スポーツ観戦（アイスホッケー、バスケットなど）

【健康法・ストレス解消法】

最近、なかなか眠れなかったので、風呂上がりにストレッチをはじめました。適度に体を使うとよく眠れます。

【国保事務を担当しての感想・意見など】

国保事務は住民に密接に関係する業務であり、常に丁寧な説明と正確な事務処理が求められていると感じています。制度はますます複雑化していきますが、今後も業務を通じて勉強していきたいと思っています。

【最近気になること】

少し先ですが、東京オリンピックを生で見たいです



レポート

REPORT

1月23日(水)

滞納整理事例を通して心構えや手法を学ぶ 平成30年度国民健康保険料(税)徴収事例研究会

本会9階大会議室において「平成30年度国民健康保険料(税)徴収事例研究会」を開催し、国民健康保険料(税)の徴収事務に従事する市町職員等35人が参加した。

各市町の徴収担当者から事例発表

はじめに、事例発表として、30年度の本会徴収アドバイザー派遣事業対象市町である、矢板市税務課の石塚俊彦主査、真岡市納税課の亀田峻輔主査、市貝町税務課の関澤孝弘課長補佐兼係長が徴収アドバイザーの事例を発表。3回にわたり実施した派遣事業で実際に行った搜索案件や、各市町の収納対策の課題、徴収職員の取組姿勢、意識の変化など、アドバイザー派遣を通じた収納率向上に向けた現状と今後の取り組みを発表した。発表後、徴収アドバイザーである堀博晴氏(特定非営利活動法人ローカルガバメント・ネットワーク理事長)から自身の経験に基づき助言がなされた。また、「1年間アドバイザー派遣事業を行ったが、これで終わりではなく、何かあれば遠慮なく質問してほしい。今後も支援を継続したい」と思っている」と総括を述べた。

自治体の担当者としての考えを共有する

続けて、「自治体の担当者としてどう考えているか」のテーマに基づき「①短期証の発行について」、「②搜索の手法について」、「③少額分納の解消について」、「④差押動産の査定から公売について」、「⑤世帯主変更・分離の勧奨」、「⑥職員の仕事に取り組む姿勢」の6つの内容についてグループワークを行った。途中堀氏が各グループで助言をする場面も見られ、活発な討議が行われた。



グループワークの様子

講師プロフィール (平成31年1月23日現在)



堀 博晴 (ほり ひろあき)
 特定非営利活動法人 ローカルガバメント・ネットワーク
 理事長

【主な職歴】
 昭和42年 江戸川区役所に入部
 平成8年 東京都主税局足立郡税務所整理第二課長
 平成9年 同新宿区税務所整理第一課長
 平成12年 同練馬区税務所納税課長
 平成13年 同課税部軽油特別調査室副室長
 平成14年 同徴収部機動整理課長
 平成16年 同徴収部徴収指導室長
 平成17年 東京都退職。ヤフー株式会社ビジネスサービス本部営業部官公庁担当
 平成23年 特定非営利活動法人 ローカルガバメント・ネットワーク理事長
 平成24年 ヤフー株式会社退職
 平成25年 東京都八丈町入庁 税務課徴収係 係長
 平成27年 富崎川南町入庁 税務課納税担当
 平成28年 香川県中讃広域行政事務組合 主席徴収官
 平成30年 香川県中讃広域行政事務組合退職

【主な講師歴】
 搜索から動産差押、インターネット公売などをテーマに全国の自治体で講演。また、厚生労働省国民健康保険料(税)収納率向上アドバイザーとして東京都をはじめとして全国の国民健康保険連合会、自治体で講演。徴収業務を通じて、公務員の意識改革を実施中。

また、滞納整理の具体的な事例やテレビで取り上げられた搜索事例などのニュース映像を上映。様々な徴収の事例を視覚的に学び、今後の収納や滞納整理に役立つ手法等について理解を深めた。受講者アンケートでは、「周囲や、自分自身にない考え方や行動が聞け、今後の参考になった」、「差押(特に搜索)の意欲がわいた」、「徴収することに改めてやる気が出た」など前向きな意見が多くみられた。参加者は他市町の現状を共有しつつ、徴収吏員としての取り組み姿勢や心構えについて学ぶことができた実り多い研究会となった。

1月30日(水)

平成30年度栃木県糖尿病重症化予防プログラム研修会

糖尿病重症化予防のスキルを学ぶ

地方職員共済組合栃木県職員会館
ニューみくら大会議室において「平成30
年栃木県糖尿病重症化予防プログラム研
修会」を栃木県保険者協議会が開催し、
その構成団体に所属する専門職など60人
が参加した。

まず、上都賀総合病院糖尿病センター
糖尿病看護認定看護師の近澤珠聖氏から
「糖尿病療養指導のポイント1・2・3」
と題し講演があった。はじめに糖尿病の
病態や治療法について触れ、注意点等の
説明がなされた。また、指導のポイント
について、「糖尿病療養指導においては、
患者が主役で医療チームはサポート役。
決めつけや憶測を避けて、患者が意欲的
に行動できるような指導を心掛けてほし
い」と患者の視点に立った療養指導の重
要性を強調した。

次に、真岡市健康増進課成人健康係の
石崎浩子係長が、「真岡市における糖尿
病重症化予防対策」について事例発表を



行った。真岡市における保健指導内容や
新規の取り組みである「かかりつけ医と
連携した糖尿病性腎症保健指導」などに
ついて説明がなされた。続けて栃木県保
健福祉部国保医療課の大塚主査より「栃
木県における糖尿病重症化予防対策につ
いて」の情報提供があった後、グループ
に分かれ情報交換が行われた。
活発な意見交換が行われ、保険者間の情
報を共有できた実りある研修会となった。

2月1日(金)

平成30年度国保セミナー

国保の現状と課題についての理解を深める

本会9階大会議室において「平成30
年度国保セミナー」を開催し、市町国
保主管課長等44人が参加した。

はじめに、厚生労働省保険局国民健
康保険課課長補佐の森山伊久夫氏から、
『オンライン資格確認システム等につい
て』と題し、システム導入による市町
村の役割や今後のスケジュール、メリッ
ト等について講演が行われた。また『平
成31年度厚生労働省予算案』について
触れ、全体像や重点事項など詳細な説
明がなされた。

続けて、国民健康保険中央会調査役
の鎌形喜代美氏から、『保険者努力支援
制度への保険者の取組』と題し、保険
者努力支援制度の概要及び保険者機能
強化に向けた市町村の取組事例等につ
いて講演がなされた。平成31年度の保
険者努力支援制度の概要について触れ
た後、市区町村等における取組事例を

交えつつ講演が進んでいった。

受講者アンケートには「市町村の役
割や今後のスケジュールが具体的にわ
かってよかった」、「今後市町での取組
(課内の人員配置等)に関わることにっ
いて確認できたので良かった」などの
意見が見られ、国保実務を行ううえで
の知識や制度の概要を学び今後のスケ
ジュール等を確認することができた有
意義なセミナーとなった。



講演をする鎌形喜代美氏(左)と森山伊久夫氏(右)

まちのヘルシーグルメを見つけた!

第5回で紹介するお店は下野市内で営む『café 雅』。

こだわりのコーヒーやオリジナルカレーのほか、薬膳を学んだオーナーによる野菜たっぷりのランチを楽しむことができます。

隠れ家カフェで味わうヘルシーランチ

倉庫を改装したという店内は、広く落ち着いた雰囲気となっています。頼んだのは新鮮な野菜たっぷりの『キマグレ・ランチ』。小鉢に盛り付けられた野菜にご飯、汁物がついている、薬膳を取り入れたヘルシーなランチです。盛り付けもおしゃれで、優しい味付けのランチとなっています。

『雅カレー』はファン急増中

今回は残念ながら食べることはできませんでしたが、『雅カレー』はファン急増中のメニューとのこと。バター、ラード、小麦粉など未使用のオリジナルカレーとなっています。また、その他にも珍しいソイほうじ茶や、甘さ控えめのベークドチーズケーキやショコラケーキなども味わうことができるの



キマグレ・ランチ ※ライスと汁物付き



で、ランチだけではなく、カフェとして来店するのもおすすめです。

800円(税込)

店員の方にお話をうかがうと「近くに病院が多数あるので、通院後の楽しみとして来店するお客様が多くいます」とのことでした。

落ち着いた空間でまさに「隠れ家カフェ」という雰囲気です。近くを訪れた際にはぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。



café 雅

住所 / 329-0502 栃木県下野市下古山 3-13-24
☎ 0285-39-8784
営業時間 / 平日 10:00 ~ 18:00
日曜・祝祭日 11:00 ~ 18:00
定休日 / 金曜日、土曜日 駐車場 / 10台



あはき療養費の受領委任制度開始に伴う 留意事項を掲載しました！

H31.1
はり師、きゅう師及びあん摩マッサージ指圧師の皆様へ

1 栃木県における申請書の送付先に関する留意事項

栃木県におけるはり師、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については、平成31年1月より県内25国保保険者ならびに栃木県後期高齢者医療広域連合が参加し、4月には全市町が参加いたします。

【受領委任取扱いの届出先】

- 受領委任取扱い前の届出先(平成30年12月以前)
 - 送付先: 市町・国保組合
- 受領委任取扱い後の届出先(国保)
 - 送付先: 栃木県国民健康保険団体連合会
- 【注意】
 - 受領委任参加かつ審査委員会へ審査委託した国保保険者、受領委任参加保険者につきましては、厚生労働省のウェブサイトより確認いただけます。
- 【六県後期高齢者医療広域連合への申請書】
 - 送付先: 市町(後期高齢者医療広域連合)
 - 【注意】
 - 栃木県後期高齢者医療分につきましては、受領委任分を含め、全て送付しており市町の送付となります。
 - 送付物は、国保保険者と同様となります。
- 【受領委任取扱いの承認を受けた届出先以外】
 - 送付先: 市町・国保組合(国保)となります。

【参考】厚生労働省ウェブサイト
 ○あはき療養費受領委任に関する取扱規定・様式等
<https://www.mhlw.go.jp/bunya/ryouhoken/ryouhoken13/01.html>
 ○保険者の受領委任制度への参加状況
<https://www.mhlw.go.jp/bunya/ryouhoken/ryouhoken13/hokensha.html>
 ※今後、各都道府県連合会の審査委員会設置状況について掲載がされる予定です。

栃木県国民健康保険団体連合会

H31.1
はり師、きゅう師及びあん摩マッサージ指圧師の皆様へ

3 申請書送付先・送付方法に関する問い合わせ先

【申請書編綴方法】

- 申請書(同意書や様式7号等の緑紙含む)は、「鍼灸(様式第6号)」と「あんま・マッサージ(様式第6号の2)」の種別ごとに分けてください。
- 分けた申請書は、保険者ごとにまとめ、総括票Ⅱ(様式第9号)を上に乗付し綴じてください。
- 前述で総括票Ⅱを添付した束を、保険者番号順に並べてください。その際、全国歯科医師国保組合は国保市町保険者分の後になるよう並べてください。
- 保険者番号順に並べた鍼灸分とあんま・マッサージ分それぞれに、総括票Ⅰ(様式第6号)を添付し、1つの束にまとめてください。

【編綴方法イメージ(国保)】

問い合わせ先
 栃木県国民健康保険団体連合会
 保険者支援課 保険者支援担当
 TEL:028-622-7752 FAX:028-622-7965

栃木県国民健康保険団体連合会

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が平成31年1月から開始されました。

制度開始に伴い、栃木県における申請書を送付する際の留意事項を本会ホームページ内「保険医療機関等のみなさまへ」に掲載いたしました。(http://www.tochigi-kokuho.jp)



栃木の国保

VoL.69 2019.3/SPRING

編集者 高橋 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

皆さまのご協力を持ちまして機関誌「栃木の国保」を年4回発行することができました。心より感謝申し上げます。

今年度より県内プロスポーツ選手への取材記事を掲載しております。取材にご協力いただいた4人の選手の方達からは多種多様なお話をいただくことができ、貴重な経験となりました。

(O・T)



年に1回

特定健診を受けましょう!

通院中の方も、
元気な方も、
受診しましょう!



特定健診とは

特定健診は、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目して、生活習慣病のリスクの有無を検査し、保健指導を受けていただくことを目的とした健康診査です。

対象者

40～74歳の国民健康保険加入者

あなたと家族のために、生活習慣病予防。

40歳からの**特定健診**