

栃木の国保

2021.3 SPRING

vol. 71

■巻頭言

コロナ渦に負けない！メディカルタウン『壬生』のまちづくり

■メインテーマ

令和2年度

栃木県国民健康保険団体連合会通常総会

■突撃ルポ 保険者みである記

第130回 上三川町

～共に創る 次代に輝く 安心・活力のまち～

■特別寄稿

第2回

特定健診受診率向上対策

ー マーケティング×テクノロジーの活用 ー

栃木県国民健康保険団体連合会

目次

1 巻頭言



「コロナ禍に負けない！
メディカルタウン『壬生』
のまちづくり」

壬生町長 小菅 一弥

2 メインテーマ

令和2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

「安心・安全な国保運営をめざして」
国民健康保険運営協議会長 関澤 正一（市貝町）

8 突撃ルポ 保険者みてある記

第130回 上三川町
「共に創る 次代に輝く
安心・活力のまち」



12 特別寄稿

第2回
特定健診受診率向上対策
－マーケティング×テクノロジーの活用－
株式会社キャンサースキャン
ソーシャルマーケティング事業本部 増永 貴和

14 国保医療課だより

「栃木県国民健康保険運営方針について」
栃木県保健福祉部国保医療課

16 保健師活動報告

「超高齢社会における市民の健康を守るために
～一体的実施におけるフレイル予防事業と活動報告～」
日光市保険年金課 保健師 佐久間 浩美

18 私の趣味と健康法

「美土里たい肥で、元気な野菜と元気な体」
茂木町 住民課 課長 小森 英樹

19 保険者だより

～歩いて・貯めて・使える～
「うつのみや健康ポイント」で
お得に健康づくり♪
宇都宮市

20 ただいまこくほ最前線

「大田原へ遊びに来てください！」
大田原市 国保年金課 国保年金係 相澤 千夏

「好きな香りで癒しのひととき」

那須塩原市 国保年金課 国保年金係 平山 捺樹

22 国保連合会からのお知らせ 編集後記

※特集記事「プロスポーツ選手から健康を学ぶ!」、「リポート」、「ホッとひと息道の駅」の掲載は、今号では休止となります。

表紙

【上三川町指定 名木 / 古木 満願寺のイチョウの木】



歴史と伝説をもつ勝道上人ゆかりの寺である仁王山薬王院満願寺は、西暦767年に勝道上人が日光開山の帰りに立ち寄り開山したといわれており、そこに植えられている推定樹齢250年のイチョウの木は、上三川町指定の名木・古木とされている。

また、大きく伸びた枝に付く葉は青々とした緑色から季節と共に鮮やかな黄色へと変わり、地面一面を黄色くする。そうして視覚から四季を楽しむことができるイチョウは、上三川町の「まちなみ」にもなっている。

言 頭 卷

コロナ禍に負けない！ メデイカルタウン 『壬生』のまちづくり

壬生町は、栃木県の中南部に位置する、人口約4万人の町です。その歴史は古く、今も数多く残る遺跡は、恵まれた自然環境の中、「毛野国」の中心として古代から多くの人々が暮らしていたことを現在に伝えています。

江戸時代においては、当時の壬生藩主・鳥居忠英により、県内でもいち早く「藩校」が設置され、論語教育を重視した土地柄であったことから、町では論語を取り入れた町づくりを行っており、今年11月には、「第18回全国藩校サミット壬生大会」が開催されることとなっています。

また、蘭学が盛んであったことから、国内屈指の医療先進地としても知られていました。現代においても、昭和40年代に設置された獨協医科大学病院を中心に、人口あたりの医師数が全国的にも上位であるなど、「医療のまち」として発展してきた側面も持っています。

例年ですと、この季節には黒川河

川敷にある東雲公園で「しのめ花まつり」が開催され、多くのお客様で賑わうところです。

残念ながら、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、花まつりは昨年引き続き中止となりましたが、せめて満開の桜をお散歩で楽しんでいただくのと、3月27日から4月4日まで、ライトアップを予定しておりますので、ご鑑賞いただきたいと思います。

新型コロナウイルス感染症に関しては、国民健康保険制度においても保険税の減免や傷病手当金の設置のほか、保健事業の実施などに大きな影響を及ぼしています。特に特定健診においては、当町でも健診受診者の大半を占める集団健診において、令和2年度5月から6月の実施を全て中止し、12月から1月にかけて日程を追加するなど、臨機応変な対応をしましたが、感染症対策のため会場の人数制限を厳しくしたこともあって、受診率は例年に比べ著しく低下しています。令和3年度以降

壬生町 町長
小 菅 一 弥

も、まだまだ厳しい状況は続くものと思われませんが、住民の健康維持増進と、国民健康保険制度の将来に向けた維持のため、創意工夫を凝らしながら、特定健診を始めとする保健事業についても、引き続き推進して参ります。

国民健康保険に限らず、町づくりのあらゆる分野において、このコロナ禍に伴う課題は多く残るところですが、困難を乗り越え、再び皆様にしのめ花まつりを楽しんでいただく安全・安心な日常を取り戻すべく、町全体で一丸となって全力で取り組み参ります。

令和2年度栃木県国民健康保険団体連合会 通常総会

事業計画・歳入歳出予算など全議案を可決承認

令和2年度本会通常総会は新

型コロナウイルス感染症の拡大防止のため書面にて開催され、令和3年2月25日（木）、議決事項21議案すべてが原案どおり可決承認された。

全議案を原案どおり可決承認

本総会では、全28会員から書面による同意の意思表示を受け、報告事項2件と議決事項21議案について原案どおり可決承認された。

また、その他として、新型コロナウイルスワクチン接種に係る費用の請求支払事務の令和3年度予算については、市町の委託状況（住民票所在地内分）等が不明瞭であること、更に現在業務処理工程の精査を行っている状況であるため、令和3年度当初に補正予算を編成し、理事長専決による対応を行うことで

承認を得た。

令和3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、国保制度を取り巻く環境は、生産年齢人口の減少、少子高齢化に伴う社会保障費の増加、就業構造の変化などにより、国保の制度改正による財政支援の強化が図られているにも関わらず、依然として厳しくかつ困難な状況が続いている。

こうした状況の中、国においては、人生100年時代を見据え、誰もが安心できる全世代型社会保障制度の構築を目指し、

「全世代型社会保障検討会議」が設置され、社会保障全般にわたる改革の議論が進められていくところである。この改革を進めるにあたっては、健康寿命の延伸も重要視されており、誰もがより長く元気に活躍できるよう、今後、ますます保険者が予防・健康づくり事業を積極的に推進していくことが重要な課題となっている。

また、新型コロナウイルス感染症への対応等を含め、医療保険分野におけるICTを活用した国の新たな取り組みについては、国、県などの動向を注視しながら、ISMS認証の継続的改善を図り、オンライン資格確認の実施への対応として高度化・効率化する業務に万全を期すとともに、医療（NDBデータ）・介護DB情報の連結向上に必要な情報を研究機関などに

提供することになるため、履歴照会・回答システム等を活用し、本会に課せられた役割を遅滞なく実施する。

一方、令和元年5月に成立した健康保険法等の一部改正により、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施などをはじめとする新たな取組や国保連合会の業務内容について診療報酬の審査支払業務などの業務規定が明文化されたほか、保健事業のデータ分析業務等が、法的に位置づけられるなど本会の機能強化が図られることになっている。

特に、国保データベース（KDB）システムによる各種データ提供等の支援をはじめ、国保・後期高齢者ヘルスサポート事業による保健事業支援など、効果的かつ効果的な健康づくり活動に貢献することが求められているところである。

本会としては、このような状況に柔軟に対応するとともに、経費削減に努めながら各種システムの安定的な運用を図り、計画的かつ健全な財政の運営の推進及び法的に位置づけられた専門知識等を有した人材の育成並びに情報セキュリティの取り組みの強化などに努め、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、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、令和3年度の事業計画は、保険者に満足してもらえる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) 成果を上げる国民健康保険・後期高齢者医療診療報酬審査支払業務等の展開
審査支払機関改革への対応や審査基準の統一化の推進、効率的なレセプト審査体制の整備・審査精度の向上など審査支払業務の効率的推進及び事務代行業務の適正執行

(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、

医療データの情報提供及び関係団体との連携強化及び特定健診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
保険者等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業務等の展開
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率的なレセプト審査体制の強化を図り、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。

また、「骨太方針2020」に掲げられた、審査支払機関改革への取組の中で、国保総合システムの次期更改時（2024年度）にあたっては、審査支払機関におけるシステムの共有化など、審査支払業務が整合的かつ効率的に機能するよう求められていることから、影響を整理のうえ、全国統一のコンピュータチェック項目の精査等を遅滞なく実施するとともに、新たな

審査形態への対応について国保中央会・審査委員会と連携を図りながら検討を進める。

併せて、普通交付金収納事務、出産育児一時金等支払業務及び風しん追加的対策事業に係る請求支払業務について、適正な事務処理に努める。

更には、後期高齢者医療事務代行業務についても、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を実施するとともに、保険者ニーズに沿った価値あるデータ提供を行い、保険者支援の充実強化に努める。

また、第三者行為損害賠償求償事務については、損害賠償責任保険等に加しているすべての案件について保険超過分を含め本事業へ移行するとともに、求償金の滞留防止に努め、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・職域保険の連携強化等により保健事業の実効性を高めるなど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、高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施及び糖尿病性腎症重症化予防の推進、並びに人工知能「とくナビAI」を活用した受診率向上支援の充実強化を図るとともに、重複服薬者等訪問指導等支援事業を実施し医療費適正化の推進に努め

る。併せて、特定健診等のデータ管理業務の適正執行を行い、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の積極的推進による保険者支援の強化を図るとともに、介護給付費等審査支払業務、障害者総合支援給付費及び公費負担医療等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。

また、令和3年度に予定される介護保険の制度改正・報酬改定及び障害福祉サービス等の報酬改定について、同改定に対応したシステム環境の整備を行い、保険者事務の効率化を図る。

(6) 新規事業への対応

本会中期事業計画に基づき、保険者等のニーズに対応した事業を実施するとともに、令和3年度に予定されている各種システム等（第三者行為損害賠償求償事務システム・介護保険者ネットワーク等）の機器更改対応に万全を期すとともに、オンライン資格確認開始にあたって

は、適正な運用を実施し保険者事務の軽減を図るほか、被保険者証番号の個人単位化に対応するため必要なシステム改修等を進める。

また、医療と介護の突合点検業務を実施し、更なる保険者支援の拡充を図り、医療及び介護給付の適正化の推進を行う。

更には、新型コロナウイルスワクチン接種に係る費用の請求支払事務を実施することにより、公的機関としての役割を果たしていく。

(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、令和3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。

また、組織の運営と業務の信頼性・有効性確保のため、情報セキュリティ強化に努める。

令和 2 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 理事長専決事項報告について
- 1 令和2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
 - 2 令和2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
- 報告第 2 号 規則及び規程の一部改正について
- 1 栃木県国民健康保険団体連合会職員等旅費規則の一部改正について
 - 2 栃木県国民健康保険団体連合会特定個人情報等取扱規程の一部改正について
 - 3 栃木県国民健康保険はり師、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審査委員会規程の一部改正について
 - 4 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
 - 5 栃木県国民健康保険団体連合会診療報酬明細書等二次点検業務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
 - 7 栃木県国民健康保険団体連合会海外療養費不正請求対策支援業務規則の一部改正について

II 議決事項

- 議案第 1 号 令和3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 令和3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 令和3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 令和3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 令和3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 令和3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 令和3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 令和3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 令和3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 令和3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12号 理事長専決事項委任について
- 議案第13号 令和2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14号 令和2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15号 令和2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16号 令和2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(後期高齢者医療診療報酬支払勘定)歳入歳出予算補正について
- 議案第17号 令和2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 令和2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補正について
- 議案第19号 令和2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(介護給付費支払勘定)歳入歳出予算補正について
- 議案第20号 令和2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(公費負担医療等に関する報酬等支払勘定)歳入歳出予算補正について
- 議案第21号 令和2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(障害介護給付費支払勘定)歳入歳出予算補正について

III そ の 他

新型コロナウイルスワクチン接種に係る費用の請求支払事務の令和3年度予算について

【令和 3 年度新規事業一覧】

	事業名	事業内容
1	第三者行為損害賠償求償事務システムの機器更改	第三者行為損害賠償求償事務システムについて、機器耐用年数を踏まえ、適正かつ効率的な更改を進める。 また、機器更改後の円滑な運用が実施されるよう、更改作業に万全を期すよう対応する。
2	介護保険者ネットワークの機器更改	保険者高速回線について、県内保険者 28 拠点（連合会疑似保険者環境含む）及び国保連合会に設置している機器（ファイアウォール、ルータ）の安定稼働のため、機器耐用年数を踏まえ、適正かつ効率的な更改を進める。 また、機器更改後（令和 3 年 10 月～）の円滑な運用が実施されるよう、更改作業に万全を期すよう対応する。
3	オンライン資格確認（令和3年10月審査分から）開始に向けたシステム改修等	レセプト振替分割処理をはじめ、マイナポータルによる医療費通知情報・薬剤情報の閲覧等の実現にあたっては、オンライン資格確認システムへのデータ連携の実効性を確保できるよう、レセプトの被保険者番号 2 桁枝番のデータ化等、本会独自システムの改修に万全を期すよう対応する。 また、保険者及び医療機関の事務負担軽減を目的に実施される、オンライン資格確認システムを活用したレセプト分割振替処理については、関係機関と連携のうえ適正な運用を実施することで審査支払機関としての役割を果たす。
4	医療と介護の突合点検業務	介護システムから出力される「医療給付情報突合リスト」を活用し、レセプト点検業務から再審査申出登録等の一連の業務を実施する。
5	外国人向け啓発用リーフレットの作成	国及び県版保険者努力支援制度の評価指標とされる外国人被保険者向けの多言語に対応した、国保制度及び国保税の理解啓発を図るためのリーフレット（印刷可能な P D F 形式）を作成する。
6	Web 広告（CM 動画）の活用	「国保税納付促進 CM（平成 30 年度制作）15 秒」「特定健診受診啓発用 CM（令和 2 年度制作）30 秒」について、Web 広告（YouTube 動画広告）を活用した広報事業を行い、国保税納付促進及び特定健診受診啓発を図る。 ① YouTube チャンネルの活用 ② YouTube 広告の運用
7	新型コロナウイルスワクチン接種に係る費用の請求支払事務	新型コロナウイルスワクチン接種に係る費用の請求支払事務については、国からの要請に基づいた「居住地外接種分」について実施するほか、「居住地内接種分」についても、市町の要望を踏まえ対応する。

令和 3 年度栃木県国民健康保険団体連合会予算総括

No	区 分		令和 2 年度 (千円)	令和 3 年度		
				予算 (千円)	対前年度比較増減額 (千円)	前年度対比 (%)
1	一般会計		(564,321) 564,321	(526,828) 526,828	(△ 37,493) △ 37,493	(93.35) 93.35
2	診療報酬審査支払特別会計	業務勘定	(1,367,515) 1,451,078	(1,215,673) 1,274,819	(△ 151,842) △ 176,259	(88.89) 87.85
		診療報酬				
		国民健康保険診療報酬支払勘定	142,396,005	143,556,366	1,160,361	100.81
		公費負担医療に関する診療報酬支払勘定	3,632,738	3,859,574	226,836	106.24
		出産育児一時金等に関する支払勘定	891,667	899,647	7,980	100.89
		抗体検査等費用に関する支払勘定	452,220	382,713	△ 69,507	84.62
		小 計	147,372,630	148,698,300	1,325,670	100.89
3	後期高齢者医療事業関係業務特別会計	業務勘定	(758,357) 758,357	(714,633) 714,633	(△ 43,724) △ 43,724	(94.23) 94.23
		診療報酬支払勘定				
		後期高齢者医療診療報酬支払勘定	211,847,759	217,511,250	5,663,491	102.67
		公費負担医療に関する診療報酬支払勘定	1,189,633	1,234,825	45,192	103.79
		小 計	213,037,392	218,746,075	5,708,683	102.67
4	第三者行為損害賠償求償事務共同処理事業特別会計		(19,901) 438,062	(20,700) 543,921	(799) 105,859	(104.01) 124.16
5	介護保険事業関係業務特別会計	業務勘定	(220,440) 593,724	(222,770) 593,506	(2,330) △ 218	(101.05) 99.96
		支払勘定				
		介護給付費支払勘定	141,284,952	148,393,870	7,108,918	105.03
		公費負担医療等に関する報酬等支払勘定	1,238,098	1,249,160	11,062	100.89
		小 計	142,523,050	149,643,030	7,119,980	104.99
6	障害者総合支援法関係業務等特別会計	業務勘定	(69,887) 73,772	(83,651) 88,534	(13,764) 14,762	(119.69) 120.01
		支払勘定				
		障害介護給付費支払勘定	38,610,420	41,166,074	2,555,654	106.61
		障害児給付費支払勘定	8,609,813	9,490,281	880,468	110.22
		小 計	47,220,233	50,656,355	3,436,122	107.27
7	特定健診保健指導費用決済業務特別会計		(63,089) 1,412,138	(57,494) 1,413,178	(△ 5,595) 1,040	(91.13) 100.07
8	職員厚生資金貸付金特別会計		8,490	8,619	129	101.51
合 計			(3,063,510) 555,453,247	(2,841,749) 572,907,798	(△ 221,761) 17,454,551	(92.76) 103.14

〔備考〕 上記表中、() 内の数字は、各会計支払勘定、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。



市貝町

せき ざわ しょう いち
関 澤 正 一

市貝町は、栃木県南東部に位置し、町の南部には伊許山や多田羅沼、北部には4月中旬～5月初旬にきれいな花が咲きほこる芝ざくら公園など美しい自然に恵まれており、国指定の入野家住宅や古墳、城跡など数々の史跡が残り、全国でも類を見ない武者絵資料館は歴史と文化の町を象徴しています。

また、サシバの里いちかい夏まつりや市貝温泉健康保養センター、道の駅サシバの里いちかい、キャンプ場、ゴルフ場など、祭りも遊びも楽しめる町です。

本町では、国際保護鳥である、「サシバ」が飛来し、子育てをする世界的にも珍しい町として、自然と経済が共生し、「日本一」子育てがしやすく、最後まで尊厳を保ちながら命を全うできるような環境を整え、町民の皆様に生涯にわたって誇りと自信をもってもらえるような町づくりを目指して、日々、町政運営をおこなっているところです。

さて、市貝町の国保運営協議会会長を務められている関澤正一会長は、令和元年度に市貝町国保運営協議会会長

に就任され、国保事業の運営にご尽力いただいております。

また、市貝町議会議員として現在2期目在職中であり、総務民生常任委員長を始め、道の駅サシバの里いちかい出荷組合組合長など多方面において活躍されています。

国民健康保険事業は、国民皆保険制度の基盤として、町民の医療受診機会の確保及び健康の保持・増進に大きく寄与し、地域保健として重要な役割を果たしているところです。

しかしながら、国民健康保険をはじめ、医療保険制度を取り巻く環境は、急速な高齢化の進展、疾病構造の変化、医療技術の高度化などにより、医療費が増加し、財源の確保が厳しい状況にあります。

このような状況下においても、関澤会長の経験豊富な知識を活かし、強力なリーダーシップの下、国保運営の安定、ひいては、町民の皆様が安心して過ごせる町づくりのため、益々のご活躍を期待しております。

「安心・安全な国保運営をめざして」

町民が安心・安全に暮らせるようにするためには、地域住民と身近な関係にある町において、資格管理、保険給付、賦課・徴収、保健事業等、地域におけるきめ細かい事業等の展開が大変重要であると考えます。

今後とも町民の皆様が安心して生活していただくためにも、協議会委員として国保運営を支援していきたいと思っております。

会長の一言



第130回 上三川町

突撃ルポ

保険者_{みてある}記_寺

共に創る 次代に輝く
安心・活力のまち

上三川町

上三川町は、関東平野の北部に位置し、首都東京からは北に90km、県都宇都宮市の南に隣接しています。地形はほぼ平坦で標高約60～80m、東は真岡市との境に鬼怒川、中央に江川、やや西より田川がそれぞれ南流

しており、これらの川のおかげで、肥沃な大地が形成され、実に豊かな田園地帯となりました。水の豊かな上三川町は、昔から農業が盛んに行われていました。名産のひとつ、かんぴょうは、県内有数の生産量を誇り、その花、ゆうがおは町の花となっています。

近年の上三川町では、首都圏に近いという利点を活かし、都市近郊型農業が盛んになっています。グリーンアスパラガスやイチゴなど、鮮度が品質に大きく影響する作物は、特に消費地までの運搬に時間がかからないという強みを活かして、多く出荷されています。

また、ニラの一大産地でもあり、県内でもトップクラスの収穫量を誇ります。その他、キュウリやトマト、トウモロコシ、玉ねぎなど、家庭にも身近な野菜を送り出し、首都圏の台所を支えています。

地産地消を目指し、B級グルメとして考案された「黒チャーハン」は、コンテストでも繰り返し優秀な成績を収め、上三川町の名を県内外に響き渡らせています。

また一方で、自動車関連、精密機械、電気機械産業が立地し、一大産業コンプレックスが形成されています。かねてから整備を進めていた上三川インター南産業団地は今年工事が完了する予定です。既に予約分譲を進めており、優良企業の誘致により地域経済の活性化や新たな雇用創出に繋がることが期待されます。

水と緑に恵まれた上三川町の利点を最大限に活かし、快適な田園工業都市として成長を続けられるよう、暮らしとさまざまな産業の融和を図っています。

上三川町は「創作折り紙」を生み出し、海外に誇れる日本文化として、世界に普及させ



窓口に飾られた折り紙



住民課国保年金係のみなさん



上三川町庁舎の正面玄関に咲く色とりどりのクルメツツジ

た「吉澤章」氏の出身地です。今や世界の標準語となった「ORIGAMI」、その原点は「上三川町の風景」とも言われています。

今回は、町民から「住んで良かった」と思い続けてもらえ、魅力的な町であり続けるため、**「ORIGAMI」**をキーワードに、新たなまちづくりを目指しているという上三川町取材しました。

なお、今回は新型コロナウイルス感染症予防の観点より、Web会議サービスのZoomを使用した取材となりました。

年金ネットを活用した 資格の適正化

まず初めに、住民課の取り組みについて、齋藤副主幹と根本主査にお話を伺いました。齋藤副主幹は、「上三川町では、例年、資格の適正化として年金ネットを活用しています」と話し、加え入届の未提出者をリストアップして勧奨するなど、資格の適正化に力を入れているといいます。

一方、根本主査は「通知や案内を行っても、既定として定めている14日以内に届け出てもら

えないことが多く、対象者の方の資格の切り替えがなかなかできないのが現状」と話します。

期日内の手続きを望む保険者と諸事情等により期日内に届け出ることが難しい被保険者。双方の思うように進められない点は、今後も課題であるといいます。

負傷原因照会実施による 第三者行為の励行

保険者努力支援制度の評価指標に係る取り組みについて、引き続き根本主査に伺いました。

上三川町では、毎月病院名や傷病名から第三者行為が疑われるレセプトを抽出し、負傷原因を照会したり、照会の際に被害届に関するリーフレットを同封したりすることで、第三者行為の励行に力を入れているといいます。

根本主査は、「負傷原因の照会を、多い月で3〜4件ほど行っています。実際に第三者行為に該当する数は少ないものの、照会を行ったほぼ全ての被保険者から問合せに対する反応があります」と話します。負傷原因の照会第三者行為に該当する

レセプトを確認することができ、被保険者へ直接聞き取りを行うことで、制度への理解・周知に繋がる取り組みであることが伺えます。

町民の納付意識の向上

続いて、税務課の取り組みについては、内山主事にお話を伺いました。

上三川町の令和元年度の国保税収納状況は、現年度分が93.1%、滞納繰越分が24.0%となっており、前年度と比較して、現年度分が0.6%増、滞納繰越分が3.7%の増となっています。

収納率向上の取り組みとして、「今年度からは、年2回の集合催告に加え、現年度の滞納を増やさないため、督促状送付の翌月に新規滞納者に対して期別催告書を送付しています」と、納税勧奨による町民の納付意識を高め、納め忘れ防止に努めているといいます。

更に、「町県民税に滞納がある方を対象に、宇都宮県税事務所との共同催告で連名の通知を送付しました」と話し、一通ごとに押印された通知は、通常の催

告書よりも反応があり、手ごたえを感じるといいます。

滞納整理計画を策定

上三川町では、担当制として業務を行っており、分納状況等を細かくデータ管理することで、更なる滞納が発生しないように努めているといいます。「次年度以降は滞納整理計画を策定し、各担当で設定した1か月ごとの実施目標を達成できるよう管理者とのヒアリングを行いながら、問題の整理や滞納の解消に引き続き努めたい」と話します。

コロナによる影響とその対応

現在、新型コロナウイルス感染症の影響により、例年県税事務所との協力のもと行っている捜索・公売の実施や、保険税滞納の早期防止として行っている臨戸訪問は中止せざるを得ない状況だといいます。

そういった点については、「滞納者の状況をよく聞いたうえで、猶予等の制度も活用して対応していきたい」との考えをお話しいただきました。

高止まり状態で横ばい傾向にある特定健診受診率

最後に、健康福祉課の江口保健師に保健事業についてお話を伺いました。

今年度は県の保健事業アドバイザー派遣事業で、データヘルス計画の中間評価や特定健診の受診率向上、特定保健指導についてのアドバイスを受けながら、今後についての見直し等を行っているといいます。

上三川町の特定健診の受診率は47%、49%程度をキープしているところではあるが、高止まり状態で横ばい傾向にあるため、まだら受診者を減らし、毎年継続して受診してもらえよう、受診勧奨の強化が必要だといえます。

そうした課題については、「様々なデータから60代以降の女性を受診率が高く、関心の高いことが分かっています。年齢層に絞ったアプローチを続けていきたい」と、今後の改善策をお話しいただきました。



しらさぎ神社の平和の剣



健康福祉祭りで健康マイレージのPR



▲ Zoom を活用した取材の様子（左から根本主査、内山主事、齋藤副主幹、江口保健師）

課題を踏まえた取り組み

受診勧奨として、現在行っている40歳到達者に対する特定健診の無料クーポンの発行だけでなく、次年度以降は住民課と連携し、国保新規加入者へ特定健診の案内チラシを配布するなどの取り組みを予定しているとのこと。高い受診率に対しても、現状に満足することなく、向上心を持って事業に取り組んでいる印象を受けました。

未受診者にはさせない

特定保健指導については、「今年度から特定保健指導分割実施を導入し、健診当日に初回面接を実施できるようにしています」と話し、別日に来庁する手間が減るメリットから、受診者も増えており、保健指導の実施率も上昇しているといいます。

更に、糖尿病重症化予防等に特に力を入れたという上三川町ですが、「糖尿病に限定せず、血圧や脂質、腎機能の結果から、ハイリスク者に対して追跡管理を行うなどの「量」から「質」の保健指導へシフトしていき

い」と話し、未受診者にはさせないをモットーに、今後も町民の健康増進に努めていくとのこと。
魅力的な町であり続けるため、様々な課題に対しても、前向きに取り組む様子が伺える取材となりました。



▲特定健診結果のご案内及び健康診査のご案内

◎国保の加入状況等(3カ年)

		平成29年度	平成30年度	令和元年度
総人口(人)		31,348	31,266	31,314
総世帯数(世帯)		11,439	11,654	11,691
国保被保険者	加入世帯数(世帯)	3,835	3,701	3,634
	被保険者数(人)	6,841	6,499	6,275
	被保険者加入率(%)	21.82	20.79	20.04
保険料(税) 収納状況(現年分)	一人当たり調定額(円)	116,412	114,444	111,503
	収納率(%)	91.8	92.48	92.82
一人当たりの療養諸費用額(円)		358,016	365,420	370,179
特定健診・特定 保健指導の状況	特定健診受診率(%)	47.5	49.2	47.2
	特定保健指導実施率(%)	49.8	33.1	37.3



特別寄稿
第2回

特定健診受診率向上対策 《マーケティング×テクノロジーの活用》(全2回)

株式会社キャンサースキャン 増永貴和

特定健診の受診率向上のためには、適切なメッセージを活用した適切なタイミングでの個別勧奨により、受診行動を起こす最初のきっかけを作ることが必要です。キャンサースキャンで実際に活用している手法の一部として、「コール・リコール」「受診確率・反応確率の活用」「メッセージ開発」について前号で紹介しました。

今号では、この手法に関する受診率向上実績事例に加え、全国の自治体のデータ分析の結果からわかってきたポイントである、受診の定着化についてみていきます。

1. マーケティング×テクノロジーによる受診率向上

前号で紹介した手法を活用し、特定健診の案内を送る際に、「人工

知能により、受診確率・反応確率等による勧奨優先順位付けを行い、過去の健診結果から健診受診率に影響を与えている要因ごとに対象者をグループに分類し、特性ごとに違うメッセージで個別通知を発送する」という方法を導入していただいた自治体では、平均で前年比2・8ポイントの受診率向上という結果が出ています（平成29年度から30年度の法定報告値より弊社算出）。一部の手法のみ導入するよりも、ご紹介したすべての手法を組み合わせることで、より効果がみられると考えられます。

さらに、どの手法により重きを置くかを变えることにより、結果的に各自治体を持つ個別的な課題に対応し改善につなげることも可能となります。

県内での具体的な事例としては、

全国の受診率向上の平均

+0.6pt

厚生労働省

平成30年度 特定健康診査・特定保健指導の実施状況
42.7%(H29)→43.3%(H30) ※弊社介入自治体を除く

弊社介入自治体の受診率向上の平均

+2.8pts

平成30年度 弊社介入の自治体法定報告値
39.4%(H29)→42.2%(H30)

<

「勧奨効果の高い不定期受診者への2回勧奨」による全体の受診率向上や前年度初受診者の受診定着化、「個別健診実施医療機関の一覧を勧奨資料に掲載」による個別健診の受診率

2. 受診定着化に向けた対策

向上などがありました。前者は「コール・リコール」「受診確率・反応確率の活用」を、後者は「メッセージ開発」を重視した好事例といえます。

こうした取り組みに加えて、全国500自治体以上のデータを複数年にわたって分析した結果、「全体の受診率」と「特定健診対象者における3年以上連続受診者の割合」に相関がみられ、対象者における連続受診者の割合を増やすことが受診率向上のカギであることがわかりました（図1）。

連続受診者の割合を増やすためには、その前段階と言える不定期受診者の受診を定着させる必要があります。県内事例として述べた、不定期受診者への2回勧奨は、全体の受診

率向上に寄与するだけでなく、連続受診者の割合を向上させるという側面でも重要であることがわかります。また、キャンサースクアンで勧奨に適したタイミングについて分析したところ、その対象者が前年度に受診した時期（月・季節）に合わせたタイミングでの受診勧奨に最も効果があることがわかってきました。

ハガキ等による受診勧奨を毎月実施することは、準備にかかるマンパワーや費用面で導入にはハードルが高いケースも多いかもしれませんが、受診定着化に向けて可能な限り、適切なタイミングでの受診勧奨が大切であると考えております。

3. おわりに

マーケティングもテクノロジーも、日々進化が続いています。近年注目されている行動経済手法である「ナッジ理論」も、行政事業との相性が良く、受診勧奨事業においても活用が始まっています。

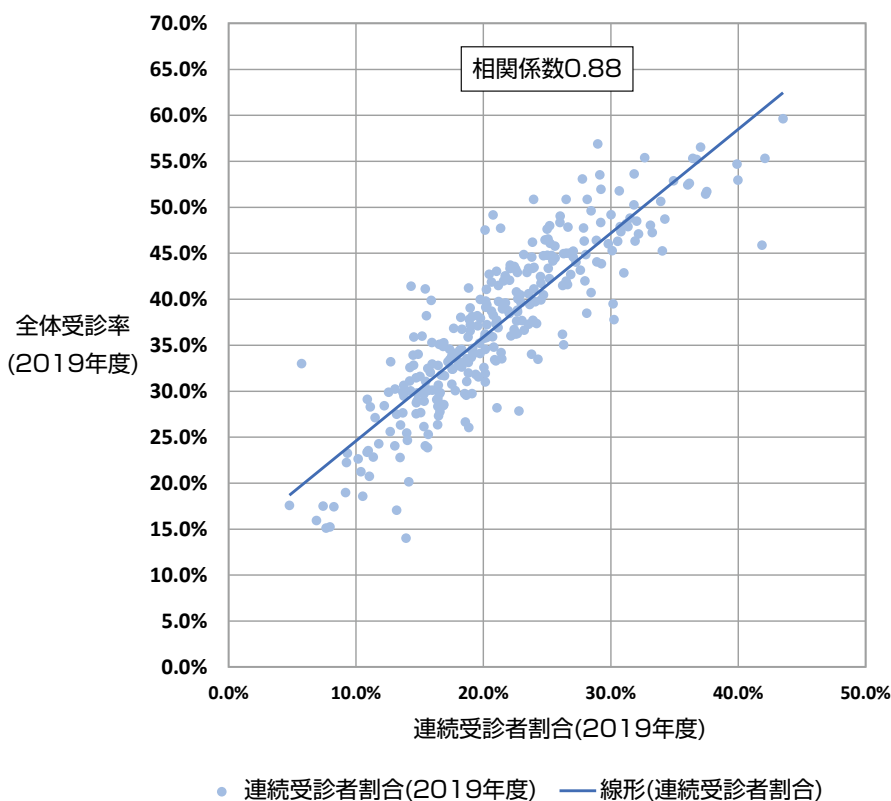
また、コロナ禍でデジタル化が加速していますが、ショートメッセージサービス（SMS）やLINE、

Eメールなどを受診勧奨に取り入れ、ネット予約の利用率を向上させる動きもあります。これまでの定石にとられず、新しい手法での事業実施についても、ぜひ参考にしていただければと思います。

キャンサースクアンでも、全国の

自治体で課題解決に役立てていただけるよう、ナッジ理論を活用した受診勧奨資材の開発や、デジタル媒体を活用した最適なタイミングでの勧奨への取り組み等、新たな知見とこれまでの実績を組み合わせた開発を重ねていきます。

受診率と対象者の受診履歴割合を示したグラフ（図1）



▲ 3年以上連続受診者の割合が大きいくほど、受診率が高いという相関がみられる。

プロフィール

株式会社キャンサースクアン

ソーシャルマーケティング事業本部

ます なが き わ
増永 貴和

早稲田大学文化構想学部卒業。
大手予備校職員、貿易関係の業務改善コンサルタントを経て現職。
キャンサースクアンにて栃木県内をはじめ、各地の健康づくり支援に取り組む。



栃木県国民健康保険運営方針について

栃木県保健福祉部国保医療課

1 国民健康保険運営

方針とは

平成30（2018）年4月から、都道府県と市町村が一体となって、保険者の事務を共通認識の下で実施するとともに、各市町村が事業の広域化・効率化を推進できるよう、県内の統一的な国民健康保険の運営方針を定める必要があることから、本県においても、平成30（2018）年度から3年間を対象期間として、栃木県国民健康保険運営方針（以下、「運営方針」という）を策定しました。

今年度は運営方針の対象期間終了年度であることから、運営方針の改定を行ったところ です。

2 運営方針の改定の概要

対象期間

改定後の運営方針の対象期間は、令和3（2021）年度から令和5（2023）年度までの3年間となります。

○全体構成と主な改定項目

運営方針は、市町における保険税の標準的な算定方法に関する事項、市町における保険税の徴収の適正な実施に関する事項、市町における保険給付の適正な実施に関する事項、医療に要する費用の適正化の取組に関する事項、市町の国民健康保険事業の広域的及び効率的な運営の推進に関する事項等の全9章で構成され、各事項に関する取組等について記載しています。

今回改定した主な項目、4点について御紹介いたします。

①国保財政収支改善

財政収支の改善に係る取組として、平成30（2018）年度以降に解消・削減すべき赤字が生じた市町は、赤字の要因分析を行った上で、赤字解消計画書を作成していたところですが、赤字が生じた市町ごとに赤字の要因分析及び赤字の額を含む状況の公表を県が行うことを明記し、計画の進行管理及び適切な指導助言を行うこととしました。

②保険税水準の統一に

向けた検討

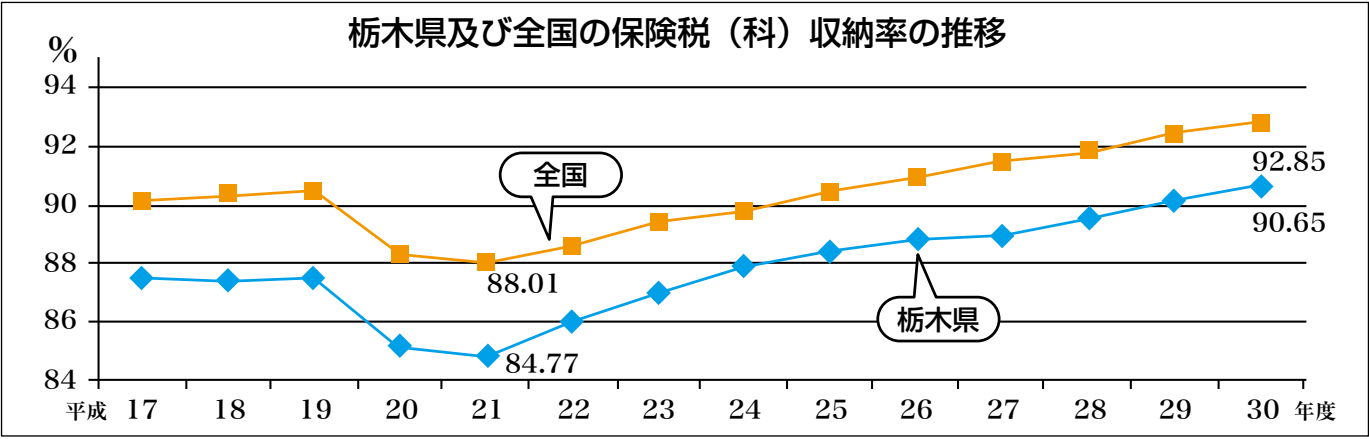
現在、市町ごとに賦課方式

や医療費水準等に差がある状況となっていますが、今回の改定では、そのような差があることに留意しつつ、将来的には保険税水準の統一を目指すこととし、統一化の定義や統一化に伴う事業運営上の課題等について、県と市町で議論を進めることとしました。

③収納率向上に向けた取組の推進

栃木県の保険税収納率は、グラフにあるとおり増加している一方で全国平均を下回り、平成30（2018）年度において全国46位となっています。

徴収指導員等の派遣を行う等、市町の収納率向上に向けた取組を支援してきたところ

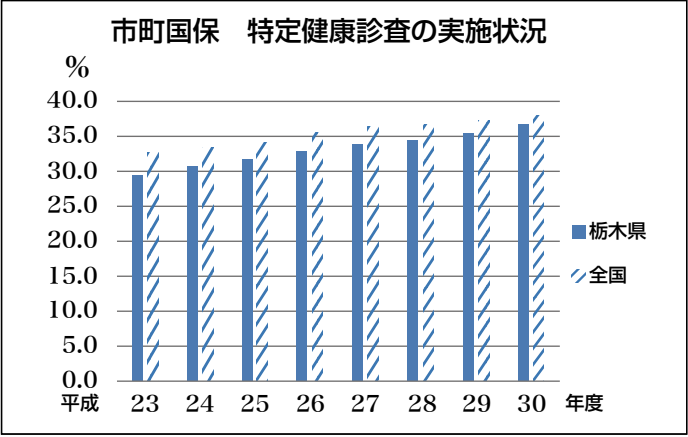


ですが、今回の改定により、徴収指導員による全市町ヒアリングを実施すること、口座振替の勧奨を含めた納税にかかる広報・周知について、市町及び栃木県国民健康保険団体連合会（以下、「国保連合会」という）と連携して行うこととし、取組を推進していきます。

④医療に要する費用の適正化の取組

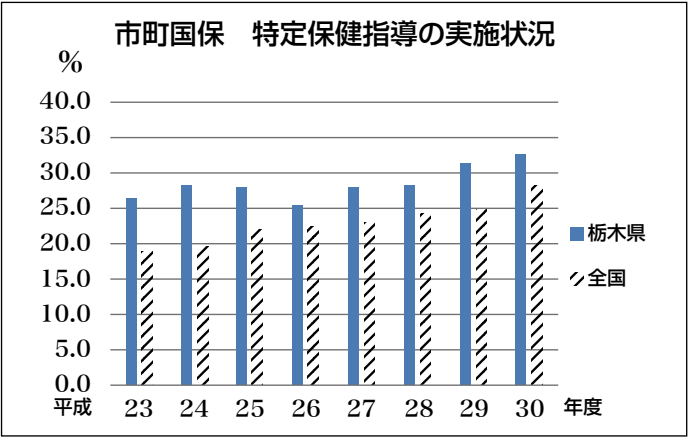
特定健康診査や特定保健指導は、健康づくり、疾病の早期発見・早期治療の促進を図り、健康寿命を延伸するため重要ですが、グラフにあるとおり、栃木県（国保）平均や全国平均においても目標値60%には到達していない状況です。

これまで県は、マスメディア等を活用した広報・普及啓発、研修会の開催、受診率の高い自治体の取組等の情報提供を実施してきましたが、受



診勧奨方法等の検証を通じて市町の取組を支援していきます。

また、糖尿病重症化予防の取組等のこれまでの取組の他、県は国保データベースシステム等を活用し、国保連合会、栃木県後期高齢者医療広域連合等関係団体と連携し、市町の高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施を支援していきます。



県は、平成30（2018）年度から市町とともに共同保険者として、運営方針の取組を推進してきましたが、引き続き市町や国保連合会と十分な連携を図り、国保事業の安定的な運営を確保していきたいと考えています。

保健師 活動報告

超高齢社会における市民の健康を守るために

― 一体的実施におけるフレイル予防事業と活動報告 ―

日光市 保険年金課 保健師 佐久間 浩美

◆日光市の概要

日光市は、平成18年3月20日、旧今市市、旧日光市、旧藤原町、旧足尾町、旧栗山村の2市2町1村の合併により誕生しました。この2市2町1村は、豊かな自然環境と貴重な歴史的・文化的遺産、随所に湧出する豊富な温泉など、恵まれた観光資源を基盤として発展してきました。また、栃木県の北西部に位置しており、夏季は比較的涼しく、冬季は氷点下になることもあります。一年を通して、観光・スポーツ・レクリエーションを可能にしており、国内外から多くの観光客が訪れています。

人口は80,805人（令和2年5月末）で年々減少傾向にある中で、65歳以上の人口の割合は35.05%と高い状況です。市の医療費は年々増加傾向にあり、特に、後期高齢者の一人当たり年間医療費は県内で1位となっています。

◆高齢者の保健事業と介護予防の

一体的実施事業について

これまで、74歳以下の国保加入者が75歳以上の後期高齢者へ移行し、医療保険が変更になることで、保健事業が適切に継続さ

れず、健診のみの実施となってしまう状況にありました。こうした課題に対し、市民に身近な立場から、きめ細やかなサービスを提供でき、保健事業や介護予防のノウハウを有する市町村が、個々の事業を一体的に実施することが求められました。

日光市では、令和2年度より、この「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業（以下、一体的実施事業という）」を、健



▲一体的実施に関する3課担当者打ち合わせ。（左から保険年金課 佐久間保健師、高齢福祉課大島保健師、健康課須藤保健師）

康課（健康部門）、高齢福祉課（介護部門）、保険年金課（国保・後期高齢者医療部門）の3課を中心として行っています。

今回は、この一体的実施事業の「高齢者への支援」についてお伝えしていきたいと思っています。

◆糖尿病重症化予防事業（保健指導）について

【目的】糖尿病の状態にに合わせて適切な指導等を行うことにより、生活習慣の改善や適切な治療に結び付け、重症化を防ぎ透析への移行を阻止します。

【対象者】HbA1c7.0%以上かつ、eGFR45未満または尿蛋白＋以上の75～79歳

【内容】管理栄養士による6か月間の個別保健指導

【実施状況】前年度の健診結果を基に、保健師により面接、手紙、電話で勧奨を行いました。今年度からの試みですが、現在2名が参加されており、管理栄養士と一緒に、運動や食生活の見直し、服薬管理の確認等を行っています。

【課題】事業の周知と、対象者自身の病態や将来的なリスクについて理解してい

ただき、行動変容に結び付けていけるかが課題となっています。

◆健康状態不明者対策事業について

【目的】健康状態不明者について、後期高齢者の質問票（以下、質問票という）等を活用し、状況を把握します。

【対象者】KDBで抽出された、健診・医療・介護サービスを受けていない76歳以上

【内容】対象者に対し質問票を送付します。回答者には、結果票に各課の情報を同封し返送します。結果でリスクのある方には、状態を確認し必要な支援につなぎます。質問票未回収の方には、保健師等が訪問を行うことで状況を確認します。

【実施状況】対象者261名に対し、質問票回答者は193名（73.9%）、聞き取り等による状況確認は66名（25.3%）、計259名（99.2%）の把握ができました。

【課題】聞き取りや訪問では、対象者が重度の認知症でその対応に苦慮されているご家庭や、対象者の介護を家族だけで担い悩みを抱えているご家庭等があることがわかりました。そのため、相談しやすい環境づくりや、地域資源の活用における周知を

徹底していききたいと考えています。

◆通いの場を活用したフレイル 予防事業について

【目的】通いの場に、保健師等医療専門職が介入し、参加者が自身の健康状態やフレイルに関心を持ち、フレイル予防の機会となるよう働きかけを行います。また、状況に応じて、医療や介護サービス等につなぎます。



▲通いの場で、体力測定（握力）を実施

▼通いの場での、PTによる講話の様子



【対象者】通いの場の参加者

【内容】1～4回の介入を行います。1回目は、体力測定や質問票、PT（理学療法士）によるミニ講話を行います。2回目は、その結果をフレイルのリスクと併せて確認し、PTによる今後の取組みについての講話を行います。3回目は再度体力測定や質問票等を行い、4回目は総合的な結果を踏まえ健康相談等を行います。

【実施状況】今年度は11月から2か所の通いの場に介入し、1回目が終了したところです。体力測定は学生以来とおっしゃる方もおり、やる気に満ち溢れていました。また、PTの協力のもと、日常生活の中でできる体操の紹介もあり、通いの場の活動でも取り入れていただけることとなりました。

【課題】今年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、通いの場自体が中止や延期となり、安定的に実施することができませんでした。このため、次年度も継続して実施していきます。

◆栗山診療所と連携した フレイル予防事業について

【目的】日光市では、保険年金課の保健師が、定期的に、栗山地域の医療の拠点となる栗山診療所に従事しています。これらを生かし、栗山診療所と保健師が連携し、フレイル予防の普及啓発を行います。

【対象者】栗山診療所をかりつけとする後期高齢者



▲定期的に栗山診療所で行われている鈴木保健師による
保健指導の様子

【内容】対象者に質問票に回答していただき、その1か月後を目安に、個別面接を行います。通院状況や服薬状況等の確認も含め、結果を踏まえて対象者自身の健康状態等を把握し、今後の取組みを一緒に考えます。

【実施状況】質問票回収数は106名で、順次個別に結果説明を行っています。質問票の結果は、全体の分析を行い、医師と共有しました。今後は、分析結果を踏まえた講話等も検討しています。

【課題】対象者には、独居高齢者が多く、今回、質問票を通して一人ひとりと向き合えたことで、生活上の困り感等も具体的に把握することができました。把握された内容について、個別的な支援だけでなく、市

全体の取組みとして、関係課や関係機関と連携していかなければと考えています。

◆今後の展望

令和2年度から一体的実施事業がスタートしましたが、関係3課で同じ方向を向いて進めていくことの難しさに加え、コロナ禍での実施であったため、課題は山積みでした。しかし、それぞれの課の取組みを共有していく中で、本事業が確実に前進しているを感じています。

高齢化が加速する日光市にとって、フレイル予防の普及啓発は大変重要なことと捉えています。そのため、今後も、この一体的実施事業を通して人生100年時代を見据えた高齢者の健康増進を図り、一人ひとりが自分らしく安心して生活できる地域づくりを目指していきます。



▲保険年金課保健事業係
（前列中央が伊藤課長、前列左が執筆者）

私の趣味と健康法 —美土里たい肥で、元気な野菜と元気な体—



茂木町 住民課
課長 小森 英樹

茂木町という皆さんは、どんなイメージをお持ちですか。豊かな自然、那珂川の清流、広葉樹の山並み、道の駅もてぎの美味しい野菜などをイメージしていただければ幸いです。



鎌倉山から望む那珂川と里山

そして、茂木町には知る人ぞ知る「美土里館」というたい肥センターがあります。酪農家が自己処理しなければいけない牛糞。森の中で朽ち果てる間伐材。里山の雑木山はシノ藪で荒れ放題。家庭から出る生ごみに油をかけて燃焼・・・誠に残念。

しかし、これら全て美土里館にとって宝の山。牛糞、落ち葉、間伐材、生ごみで良質なたい肥が作れます。そのことを実践しているのが美土里館です。

美土里館の「美土里たい肥」で育てた米や野菜は、作物自体に元気がみなぎり、とっても美味しく育ちます。私も美土里たい肥の愛好者のひとりです。

平成16年頃、農業委員会で美土里たい肥を使って農業を始める移住者の支援をしていました。就農された皆さんが、活き活きと、しかも楽しそうに農業をする姿に引かれ、農業経験のない私が、農業を始めるきっかけをいただきました。

紫色のアスパラガスは、前出の千葉県出身就農者N氏直伝。4月には親指を超

える太さの芽が顔を出します。紫アスパラにはアントシアニンが多く含まれ、ビタミンCも豊富でグリーンアスパラより柔らかく、甘みも強いのが特徴です。紫アスパラの季節になると、どんどん元気に若返る気分になるのは、そのせいかも。皆さんも美土里たい肥で、安全・安心の野菜を育ててみませんか？（道の駅もてぎにて絶賛発売中）

冬には、雑木山からナラ、クヌギを切り出し、薪ストーブの燃料に。炎の前で、まったりと会津の日本酒を飲むことで癒されています。

私の元気の源は、夏の農作業と冬の薪集めで体を動かすことでしょうか。

そうそう、40年振りにレコードを引っ張り出しIKEDAの針と5WAYマルチスピーカーで、ビル・エバンスやバッハを聴いています。6歳から始めた剣道は、教士七段。少年指導を33年続け、子ども達には何でも長く続けることが大切と言っていましたし、自分自身にも言いかせています。



道の駅もてぎで販売中の美土里たい肥



美土里たい肥で元気に育つ紫アスパラ

保険者 だより

～歩いて・貯めて・使える～ 「うつのみや健康ポイントで お得に健康づくり♪」【宇都宮市】

宇都宮市では、18歳以上の市民の方が、運動や健診の受診など、健康づくりに取り組むとポイントが貯まり、貯まったポイントでサービスや特典が受けられる「うつのみや健康ポイント」を実施しています。

「歩く」「自転車に乗る」といった運動や、「体重の記録」「健診の受診」の自己管理、健康づくり活動の成果としての「体重の適正化（BMIの改善または基準値の維持）」といった活動にポイントが付与します。

1年間で貯まったポイントは、翌年度に、5,000ポイントを上限に、市有施設の利用券、図書カード、クオカードなどと交換又は寄付することができます。

参加はスマートフォンアプリ又は紙の活動記録票でできます。※令和3年1月末現在、24,201人の市民の方が参加しています。

【ポイントの対象となる健康づくり活動】



【宇都宮城址公園でウォーキング♪】



【アプリ画面】

メイン画面



マイページ



活動履歴



【参加してもらえらるプレゼント一覧】

交換先	対象
ろまんちっく村	アグリスバ回数券、湯処あぐり回数券（各6回）
梵天の湯	大浴場回数券（9回）
市営駐車場	回数券（100円券36枚つづり）
茂原健康交流センター	風呂回数券、プール回数券（各6回）
ドリームプールかわち	プリベイドカード（3,300～5,500円分）
駅東公園、陽南プール、ブレックスアリーナ宇都宮（市体育館）、清原／雀宮／明保野／河内体育館、スケートセンター、市弓道場	回数券（各6回）
美術館	観覧補助券（2,000円分）
図書カード	500～5,000円分
QUOカード	2,000～5,000円分
寄附	プロスポーツ（栃木SC、宇都宮ブレックス、宇都宮ブリッツェン）

市有施設利用券



図書カード



クオカード



【健康で愉快だ宇都宮】



※宇都宮愉快ロゴプロジェクト
「住めば愉快だ宇都宮」の
「健康」版

※ 獲得したポイントは、年度毎（4月1日～3月31日）にリセットし、当該年度に貯め獲得したポイントは、次年度に交換することができます。

※ 貯めたポイントを上記の物品等と交換できるのは、事業に参加してから3年度までです。

※ このほか、飲食店などで使える「割引券」がもらえたり、協賛企業提供物品がもらえる「抽選」へ参加できます。

● 詳細はうつのみや健康ポイント専用ホームページ（<https://utsunomiya-point.com/>）をご覧ください。



ただいま
くほ
最前線

大田原へ遊びに
来てください！

あい ざわ ち なつ
相 澤 千 夏

国保経験年数
2年

大田原市
国保年金課 国保年金係

【私の街自慢】

大田原市は県内で最も多い6つの酒蔵が営む「地酒のまち」です。香りは清涼感があり、辛口ですが優しくなめらかにまとまった味わいが特徴です。また、大田原市は県内で唯一の水族館である、なかがわ水遊園もあります。アマゾン川の魚を展示する巨大水槽は迫力があり、自然の壮大さと生き物の奥深さを実感できます。美味しいものや、見所がたくさんあるのでぜひ大田原市に遊びに来てください。

【趣味・特技】

映画鑑賞と美術館巡りが好きです。最近「マイインターン」という映画を見ました。美術館は西洋美術が特に好きで、鑑賞した絵画のポストカードを集めています。

【健康法・ストレス解消法】

散歩をすることと、美味しいものを食べることです。

【国保事務を担当しての感想・意見など】

今年度から療養費の担当をしています。国保業務を担当して2年が経ちますが未だにわからないことも多く、周りの方にサポートして頂きながら業務に取り組んでいます。これからも知識を深められるよう努めていきたいと思っています。

【最近気になること】

最近漫画を読むことにはまっていて、今は「呪術廻戦」という漫画が気になっています。



ただいま
こくほ
最前線

好きな香りで 癒しのひととき

ひら やま なつ き
平山 捺樹

国保経験年数
1年

那須塩原市
国保年金課 国保年金係

【私の街自慢】

温泉や足を運びたくなるカフェが多く、地元住民が楽しむのはもちろん、観光としてもおすすめできます。自然もあり、どこか懐かしさや歴史を感じるような景色もあり、いろんな楽しみ方が出来るのも那須塩原市の魅力だと思います。

【趣味・特技】

アイドル、演劇鑑賞、カフェ巡り

【健康法・ストレス解消法】

美味しいものを食べて、趣味を満喫して、たくさん眠ること！

【国保事務を担当しての感想・意見など】

これまで自分で保険について考えることがなかったため、わからないことも多くとにかく勉強の毎日です。今後も様々なところにアンテナを向けて、たくさんの知識や情報を吸収しながら業務に励みたいと思います。

【最近気になること】

香水が好きでよく集めるのですが、今の時期は試香も難しいため、失敗することも多々…自分の香りの好みについて理解を深めたいです！

国保連合会からのお知らせ

令和2年度マイナンバーカードの保険証利用に係る周知広報ポスターを作成し、
県内市町へ配布いたしました。

令和3年3月から

マイナンバーカードが 保険証として利用できます！

マイナンバーカードは申請から交付までに
1か月以上かかります。早めに取得しましょう。

**マイナンバーカードを
取得するとメリットがいっぱい！**

保険証としてずっと使える！
マイナンバーカードがあれば、引っ越しや就職などをしたときでも保険証の切り替えを待つことなく受診することができます。
※国保の加入・脱退には従来どおり手続きが必要となります。

健康管理が簡単に！
マイナポータルで自分の特定健診の情報や薬剤情報を確認できます（薬剤情報は令和3年10月からの予定）。

**医療費が高額になったとき、
限度額以上の支払いがなくなる！**
限度額適用認定証がなくても、支払いが高額療養費制度の限度額までとなります。
※保険税に滞納がある場合などは通常の支払いになります。

医療費控除も便利になります！
マイナポータルで自分の医療費情報を確認できるようになります（令和3年10月からの予定）。また、令和3年分の所得税の確定申告における医療費控除の手続きで、マイナポータルを通じて医療費情報を自動入力することができるようになります。

マイナポータル
子育てや介護をはじめとする行政手続きの検索やオンライン申請がワンストップでできたり、行政からのお知らせを受け取りすることができる自分専用のサイトです。

利用には事前に登録が必要です！
マイナンバーカードを保険証として利用するためには、事前に登録が必要です。登録の申し込みは「マイナポータル」で行うことができます。

利用できるのは専用機器のある病院・診療所、薬局です！

マイナンバーについてのお問い合わせは
マイナンバー総合フリーダイヤル ☎ 0120-95-0178
受付時間（年末年始を除く） 平日 9:30～20:00 土日祝 9:30～17:30

栃木県・市町（組合）国民健康保険 栃木県国民健康保険団体連合会



栃木の国保

VoL.71 2021.3/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

今年度より本誌の担当となり、新型コロナウイルスの感染拡大により、例年どおりとはいえないことも多い一年となりました。

そんな中、本会機関誌作成にご協力いただいた皆様のおかげで、無事年4回の発刊を終えることができました。本当にありがとうございました。

次年度以降も、より良い機関誌づくりに努めてまいりたいと思いますので、引き続き宜しくお願いいたします。

(T・S)