

# 栃木の国保

2023.3 SPRING

vol. 73

## 巻頭言

「暮らしを楽しめる小都市（まち）」を目指して

## メインテーマ

令和4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138回 芳賀町  
～躍動し わくわくする まちづくり～

## 特別寄稿

第4回 適正な服薬管理の推進とDX化  
～個人情報と、将来の受診・服薬の変化～

## 特集記事

アスリートから学ぶ健康法！  
—宇都宮ブルックス 笠井 康平 選手—



栃木県国民健康保険団体連合会

# 目次

## 1 巻頭言



「暮らしを楽しめる<sup>まち</sup>小都市」を  
目指して

さくら市長 花塚 隆志

## 2 メインテーマ

令和4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

国保制度の安定的な運営のために  
国民健康保険運営協議会長 沼尾 進（日光市）

## 8 私の趣味と健康法

“趣味は、陸上競技”から“趣味は、北海道”へ  
真岡市 国保年金課 課長 上野 努

## 9 国保医療課だより

国民健康保険運営方針の見直しについて  
栃木県保健福祉部国保医療課

## 10 突撃ルポ 保険者みてある記

第138回 芳賀町  
～躍動し わくわくする まちづくり～



## 15 アスリートから学ぶ健康法！

宇都宮ブレックス 笠井 康平 選手

## 17 特別寄稿

第4回  
適正な服薬管理の推進とDX化  
～個人情報と、将来の受診・服薬の変化～  
ピノキオ薬局代表取締役 田中 友和

## 20 保健師活動報告

仲間とつむぐ健康づくり  
～住民組織の主体性を醸成するための保健師活動～  
上三川町 健康福祉課 保健師 江口 千早

## 23 ただいまこくほ最前線

Keep it up! NASUKARASUYAMA!  
那須烏山市 市民課 国保医療グループ  
大塚 勇人

魅力いっぱいの高根沢町に是非遊びに来てください！  
高根沢町 住民課 保険年金係  
伊東 奈央

## 25 保険者だより

やいた健康ポイント事業  
矢板市

## 26 ホットひと息道の駅

道の駅日光 日光街道ニコニコ本陣

## 27 国保連合会からのお知らせ・編集後記

### 表紙説明

「鬼は外！福は内！」



認定こども園のぶ幼稚園での豆まきの様子です。クラスごとに異なるデザインのかぶり物や豆入れを持ち、自分たちの中の泣き虫鬼と怒りんぼ鬼を退治するため「鬼は外！福は内！」と元気に声を挙げながら豆まきをしました。

# 言頭卷

## 「暮らしを楽しめる小都市」を目指して

さくら市は年少人口比率や合計特殊出生率が共に1位と県内一子どもが多いことから、子育て施策や教育に力を入れて、「暮らしを楽しめる」まちづくりを進めています。18歳までの医療費を無料にする児童医療費の助成や、若い世代へ「母になるなら父になるならさくら市で」というメッセージを込め、結婚新生活支援補助金といった経済的なアプローチを展開しています。

「健康」「身近な自然」「文化・芸術・歴史」の3つに力点を置いています。「健康」は暮らしを楽しむためのベース。昨年は、市総合公園に全国でも珍しい壁打ち施設「さくらスポーツウォール」を整備し、「いちご一会とちぎ国体」サッカー（成年男子）開催もあり、スポーツ・健康づくりの気運が一層高まっています。高齢者の皆さまに向けては数多くの通いの場が開設され、健康体操やレクリエーションを通して、ホスピタリティ溢れる健康増進に関する事業を実施しています。市内の社会福祉法人とタク

シー会社の協力のおかげで、通いやすい、常設型の通いの場も開設されました。昨年には新たな取組みとして「まちなか保健室」を立ち上げました。ここでは、看護師等の専門職2名が週3日常駐し、市民の皆さまが気軽に健康相談や健康セルフチェック等を行っていただけるようにしています。利用された方からは「何科を受診していいかわからない時に相談にのってもらえた」といった好意的な意見が寄せられています。

国民健康保険においては、「さくら市国民健康保険第2期データヘルス計画」に基づき、様々な保健事業を展開しています。特に、特定健診未受診者対策ではAIを活用した受診勧奨を行い、DX化とヘルスアップの両面で推進を図っています。また、被保険者のヘルスアップ、医療費適正化といった観点から、「糖尿病性腎症重症化予防事業」、「受診行動適正化事業」を行っています。今後は、新型コロナウイルス感染症の影響により低下しました受診



さくら市長  
花塚 隆志

率を向上させるため、様々な対策を検討し事業の推進を図って参ります。

今春から新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが「5類」に移行されることになりましたが、今後感染症対策は必要です。「アフターコロナ」を見据え、ライフスタイルもまた変化していく中で、市民の皆さまの健康維持・増進に努め、「暮らしを楽しめる小都市」を実現できるよう、未来を見据えたまちづくりに取り組みで参ります。

# 令和4年度 栃木県国民健康保険団体連合会 通常総会

## 令和5年度事業計画・歳入歳出予算など全議案を可決承認



2月13日(月)、国保連合会大会議室において通常総会が開催され、議決事項23議案すべてが原案どおり可決承認されました。



▲ 開会挨拶をする  
入野正明 副理事長

### 公的機関としての役割を果たす

総会の開会にあたり、入野正明副理事長(市貝町長)は、昨年12月9日の予防接種法の改正により、令和8年度から予防接種がデジタル化されることについて触れ、「全国の国保連合会において、予防接種費用の請求支払事務を市町からの委託に基づき実施することとなった。本会においては、適切な事務処理を行い、公的機関としての役割を果たして参りたい」と述べました。

### モデル事業の実施など具体的な検討を進めていく

障害者総合支援法に基づく地域生活支援事業については、「現在、各市町が実施している支払業務について、一部の市町から委託の要望を受け、内部で検討をした結果、対応が可能と判断した」と報告されました。

また、「本年度中に全市町への意向調査を実施したうえで、令和5年度中の受託開始に向け、モデル事業を実施するなど、具体的な検討を進めていくので、ご理解いただきたく思ふ」と述べ、あいさつとしました。

### 全議案を原案どおり可決承認

本総会では議長に広田茂十郎 益子町長が選出され、報告事項2件と議決事項23議案など厳正に審議し、全議案原案どおり可決承認されました。



▲ 議長の広田茂十郎 益子町長

### 令和5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、国民健康保険は高齢者の加入割合が高いことにより医療費が増高する一方、所得水準が低く保険税の負担割合が高いといった構造的な問題を抱えるほか、急速な高齢化による医療費の増加、被用者保険の適用拡大、長引く新型コロナウイルス

ウイルスの影響もあり、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、国が進める審査支払機関改革の実施に向けて取りまとめられた「審査支払機能に関する改革工程表」に基づき、国保連合会と支払基金においては、審査結果の不合理的な差異の解消に向け、審査基準の原則全国統一、統合的なコンピュータチェックの実現に向けて取り組む必要があるほか、システムの整合的かつ効率的な在り方に係る対応として、令和6年度には受付領域の共同利用や国保総合システムのクラウド化、令和8年度には審査領域の共同利用を開始することとされている。しかしながら、システム更改には多額の費用を要することとなり、その財源の確保が全国的な課題となっている。

また、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のため、生涯現役で活躍できる社会づくりの推進が行われるとともに、骨太方針2022においては医療費適正化計画の在り方の見直しの推進などが盛り込まれたところである。これにより、保険者においては予防・健康づ

くり事業の一層の推進が必要となることから、国保データベース(KDB)システムの活用支援、医療保険情報を活用したデータ分析業務、次期データヘルス計画の策定支援等の充実が課題となっている。さらに、デジタル社会の実現に向けた重点計画として、オンライン資格確認の基盤を活用した全国医療情報プラットフォームの創設など、医療DXの推進が行われることとなっていることから、全国の国保連合会と連携し、公的機関としての役割を検討する必要がある。

本会としては、このような状況に柔軟に対応するため、経費節減に努めながら計画的かつ健全な財政運営を推進するとともに、専門知識等を有する人材の育成や情報セキュリティの強化などの事業運営基盤を強化したうえで、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、各種システムの安定的な運用、共同事業の効率的推進、保健事業の支援強化など、国民健康保険事業等の安定的

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5年度の事業計画は、保険者に満足してもらえ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) 成果を上げるための国民健康保険・後期高齢者医療診療報酬審査支払事業等の展開

審査支払機関改革への対応及び効率的なレセプト審査体制の整備・審査精度の向上並びに審査支払業務・事務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、医療データの情報提供及び関係団体との連携強化並びに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並びに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、高いコスト意識を持って経費節減に努めるとともに、審査支払機能に関する改革工程表への対応に向けて計画的に財源確保を行うなど、健全な財政運営を推進する。

さらに、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、国保制度の改善と財政強化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等により、効率的なレセプト審査体制の強化を図る。また、審査支払機能に関する改革工程表に基づく審査基準の原則全国統一や整合的なコンピュータチェックの実現に向けた影響を踏まえ、業務プロセスの見直しなどの効率化を進めるとともに、職員の理解力向上に努める。

さらに、オンライン資格確認によるレセプトの振替・分割、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

る請求支払業務のほか、後期高齢者医療事務代行業務についても適正な事務処理に努める。

### (3) 共同事業の効率的推進

国保総合システム、国保情報集約システム及び国保データベース(KDB)システムの適正運用を行うほか、各種システムの機能改善による保険者事務の効率化、保険者ニーズを踏まえた価値あるデータ提供等、保険者支援の更なる充実を図る。

また、第三者行為損害賠償求償事務については、保険者と情報を共有しながら、求償金の滞納防止に努める。

さらに、海外療養費不正請求対策支援業務の適正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

国保データベース(KDB)システムの活用による保健事業の推進、重複服薬者等訪問指導等支援事業による適正受診の促進及び医療費適正化の推進、栃木県保険者協議会を通じた地域・職域保険の連携強化など、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、次期データヘルス計画の策定支援等の充実を図るとともに、高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施、特定健診受診率向上支援の充実強化等により医療費適正化の推進に努める。

さらに、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

介護給付費、障害者総合支援給付費等の審査支払業務を適正に執行する。また、保険者ニーズに沿った介護保険者事務共同処理事業を展開するとともに、介護給付実績情報活用支援事業をモデル事業から本事業に移行し、一層の充実に努める。さらに、関係機関との連携を強化し、介護サービスの質の維持・向上を図る。

### (6) 新規事業への対応

国保中央会開発の国保総合システム、国保情報集約システム及び国保データベース(KDB)システムのクラウド環境への移行のほか、関連する本会独自システムの更改に万全を期し、審査支払機能に関する改革

工程表及び政府方針に適切に対応する。

また、国からの依頼に基づき、国民健康保険の適用除外となった外国人の情報提供業務のほか、令和5年度から導入されるケアプランデータ連携システムに係るライセンス料の徴収業務、新設される障害福祉サービスデータベースへのデータ連携業務を行うなど、公的機関として与えられた役割に適切に対応する。

さらに、次期介護保険審査支払等システムの更改(令和7年度)及びセキュリティ対策ソフトの変更を踏まえ、介護保険・障害者総合支援に係る保険者端末の無償貸与を行うほか、障害者総合支援法に基づく地域生活支援事業の審査支払業務の受託に向けた整備を行う。

### (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5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4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4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4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
- 3 令和4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(抗体検査等費用に関する支払勘定)歳入歳出予算補正について
- 4 令和4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
- 5 令和4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
- 6 令和4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

### 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診療報酬審査委員会委員の報酬並びに費用弁償規程の一部改正について
- 2 栃木県国民健康保険団体連合会財務規則の一部改正について
- 3 栃木県国民健康保険団体連合会支部設置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保険者事務共同電算処理事業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介護保険者事務共同処理規則の一部改正について

## II 議決事項

- 議案第1号 令和5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5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5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5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5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5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5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5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5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5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4年度栃木県国民健康保険団体連合一般会計歳入歳出予算補正について
- 議案第14号 令和4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 令和4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(国民健康保険診療報酬支払勘定)歳入歳出予算補正について
- 議案第16号 令和4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17号 令和4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(出産育児一時金等に関する支払勘定)歳入歳出予算補正について
- 議案第18号 令和4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19号 令和4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20号 令和4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21号 令和4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22号 令和4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23号 令和4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

# 令和5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4年度 (千円)	令和5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		(587,995) 587,995	(554,898) 554,898	(△ 33,097) △ 33,097	(94.37) 94.37	
2	診療報酬審査支払特別会計	業務勘定	(1,394,150) 1,450,637	(1,709,872) 1,788,336	(315,722) 337,699	(122.64) 123.27	
		診療報酬支払勘定	国民健康保険診療報酬支払勘定	141,088,932	141,953,417	864,485	100.61
			公費負担医療に関する診療報酬支払勘定	4,054,134	4,234,222	180,088	104.44
			出産育児一時金等に関する支払勘定	859,747	1,049,507	189,760	122.07
			抗体検査等費用に関する支払勘定	2,152,260	392,221	△ 1,760,039	18.22
			小 計	148,155,073	147,629,367	△ 525,706	99.64
3	後期高齢者医療事業 関係業務特別会計	業務勘定	(834,982) 834,982	(983,362) 983,362	(148,380) 148,380	(117.77) 117.77	
		診療報酬支払勘定	後期高齢者医療診療報酬支払勘定	220,799,051	235,268,317	14,469,266	106.55
			公費負担医療に関する診療報酬支払勘定	1,350,851	1,553,041	202,190	114.96
			小 計	222,149,902	236,821,358	14,671,456	106.60
4	第三者行為損害賠償求償事務共同処理事業特別会計		(20,971) 531,562	(17,150) 461,026	(△ 3,821) △ 70,536	(81.77) 86.73	
5	介護保険事業関係	業務勘定	(220,230) 590,731	(241,773) 619,321	(21,543) 28,590	(109.78) 104.83	
		支払勘定	介護給付費支払勘定	150,833,155	154,040,743	3,207,588	102.12
			公費負担医療等に関する診療等支払勘定	1,293,424	1,379,332	85,908	106.64
			小 計	152,126,579	155,420,075	3,293,496	102.16
6	障害者総合支援法関係 業務等特別会計	業務勘定	(86,100) 88,963	(92,103) 96,082	(6,003) 7,119	(106.97) 108.00	
		支払勘定	障害介護給付費支払勘定	45,063,500	49,669,825	4,606,325	110.22
			障害児給付費支払勘定	11,345,558	12,914,944	1,569,386	113.83
			小 計	56,409,058	62,584,769	6,175,711	110.94
7	特定健診保健指導費用決済業務特別会計		(52,473) 1,429,989	(51,614) 1,479,796	(△ 859) 49,807	(98.36) 103.48	
8	職員厚生資金貸付金特別会計		11,026	11,026	0	100.00	
合 計			(3,196,901) 584,366,497	(3,650,772) 608,449,416	(453,871) 24,082,919	(114.19) 104.12	

[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、ケアプランデータ連携システムライセンス料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。



日光市  
ぬま お すすむ  
沼尾 進

会長の一言

## 国保制度の安定的な運営のために

国民健康保険は国民皆保険制度の中で重要な役割を担っていますが、国保税の減収、被保険者の高齢化や医療の高度化による医療費の増大など、国保財政は厳しい状況が続いています。

国保税の統一化に向け、県と市町が一枚岩となり議論を進める中、市の医療費の適正化や健診受診率の向上、収納率の向上への取組を進め、国保制度の安定運営のために尽力してまいります。

日光市は栃木県の北西部に位置し、北は福島県、西は群馬県に接しています。日光火山群と鬼怒川上流域、大谷川流域等に広がる区域の総面積は1449.83平方キロメートルで栃木県の面積の約4分の1を占め、全国で3番目の広さを有しています。その中には、世界遺産の「日光の社寺」をはじめ、ラムサール条約に登録された「奥日光の湿原」、鬼怒川温泉や湯西川温泉をはじめとする豊富な温泉地、日本の近代化を支えた「足尾銅山」の産業遺産、国の特別天然記念物と特別史跡の二重指定を受けている「日光杉並木街道」など、数多くの優れた観光資源が存在します。また、G7広島サミット開催に際し、G7男女共同参画・女性活躍担当大臣会合が令和5年6月に日光市で開催されることが決まり、本市の魅力が国内外に発信するまたとない機会を得ることができました。

令和4年3月に策定した「第2次日光市総合計画 後期基本計画」では、まちづくりの基本施策の一つに「健やかで人にやさしい、福祉と健康のまちづくり」を掲げています。市民の健康のため「第3

期特定健康診査等実施計画」「第2期データヘルス計画」を策定し、生活習慣病を中心とした疾病予防を推進しています。また、「第2次健康につこう21計画」「第2次食育推進計画」「第2次歯科保健推進計画」では、健康寿命を延伸するために、こころと身体の健康づくりをはじめ、食育や歯及び口腔の健康づくりを総合的に推進しています。

本市の国保運営協議会会長を務められる沼尾進氏は、日光市の市町村合併に際して、旧藤原町助役として合併協議を行うなど活躍されてきました。平成22年に日光市国民健康保険運営協議会の会長に就任され、国保税率改正など国民健康保険の健全な運営にご尽力をいただいております。

少子高齢化や医療費の増加など多くの課題を抱え、国保の財政状況は大変厳しい状況にあります。沼尾会長におかれましては、豊富な知識と幅広い経験を活かし、国民健康保険の安定的な運営と市民が健やかにいいきいきと暮らせるまちづくりの実現のため、なお一層のご活躍を期待しております。

# 私の趣味と健康法

## 趣味は、陸上競技から 趣味は、北海道へ



真岡市 国保年金課 課長 上野 努

小学校から始めた陸上競技を30歳手前まで続け、その後、指導者や役員として陸上競技と関わってきましたが、6年前に大病を患い、トレーニングや継続的な指導をすることが難しくなっていました。

小学校時代から40年以上陸上競技と共に生活していたので、寂しい状況が続いています。現在は、1日30分の散歩と体操が、私の健康法といえるものです。陸上競技以外の私の趣味について、お話ししたいと思います。30歳手前で競技者としての引退をした後、陸上競技以外の趣味が

無かった私に、知り合いの先生から写真を勧めていただき、約20年間のめり込みました。

風景写真を主に撮影していましたが、様々な場所を撮影していく中で、風景写真の究極は、北海道だということに至り、15年以上通い続けました。

特に、春夏秋冬、年間を通して、日本一の風景が楽しめる美瑛、富良野エリアに出会えたことで、私の写真熱は最高潮に達した次第です。

春・夏・秋はもちろんのこと、マイナス20度を下回る厳冬期には、本州では見ることのできない貴重な風景に出会うことができました。北海道に通い続けていく中で、北海道は、風景だけではなく、食の宝庫であるとともに、人の宝庫でもあ

ることに気付かされました。

地元の多くの方々知り合い、様々な触れ合いをしていく中で、人の温かさ、懸命に生きることの素晴らしさを学ばせていただき、本心の豊かさを知ることができました。

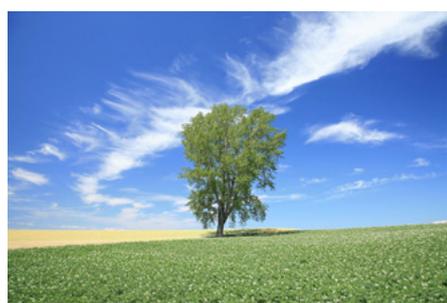
そして、北海道沼は、底無しとあっていることに気付かず、どんどん深く深くはまっていくことになりましたが、北海道へ行くこと自体が、私の健康法となっていたといっても過言ではありません。

また、東日本大震災の際には、北海道の知り合いのパン屋さんから、とてつもない量のパンを送っていただき、感謝に堪えなかったことを思い出します。

大病を患ってからは、カメラに触れることも憚られる状況が続いており、またコロナ禍ということもあり、何かと厳しい状況の中にもありますが、様々な条件が整い、またいつの日か、北海道行脚により、心身ともに癒される日を夢見ています。



▲ 北海道空知郡中富良野町にて (7月撮影)



▲ 北海道上川郡美瑛町にて (7月撮影)



▲ 北海道上川郡美瑛町にて (2月撮影)

# 国民健康保険運営方針の見直しについて

栃木県保健福祉部国保医療課

国民健康保険（以下「国保」という）

は、被保険者の年齢構成が高く、所得水準が低い一方で、一人当たりの医療費が年々増加の傾向にあるなどの構造的な課題を抱える中、将来的な国保財政の安定化・健全化を進めることとして、平成30年度の制度改革により財政運営の都道府県単位化が行われました。

県は、市町と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保事業の広域的及び効率的な運営の推進を図るための統一的な方針として、栃木県国民健康保険運営方針（以下「運営方針」という。）を定めています。今期の運営方針は令和6（2024）年3月までを対象期間としており、令和5（2023）年度は次期運営方針に向けた内容の見直しを行いますので、今回の見直しに当たって検討する主な重点事項について、その現状や対応等を説明します。

## 1 保険税水準の統一

国は、令和3（2021）年6月の「全世代対応型の社会保障制度を構

築」するための法改正により、令和6（2024）年4月から、保険料（税）水準の平準化に関する内容を運営方針の必須記載事項に位置付け、都道府県単位での保険料（税）水準の統一に向けた取組を促しています。

本県では、令和3（2021）年度から保険税水準の統一に向けた検討を具体化してきましたが、市町との協議に当たっては、持続可能な国保制度を維持していくとの認識を共有していくことが重要と捉えて進めてまいりました。今後、本県の保険税水準の統一に向けて、統一の考え方（定義）や統一までの進め方のほか、事務の標準化・広域化など、多岐に渡る事項にどのように取り組んでいくのか、引き続き、市町とともに検討・協議を進めてまいります。

## 2 国民健康保険税の収納率向上

本県の国民健康保険税の収納率は、平成25（2013）年度から令和元（2019）年度まで7年連続で全国ワースト2位、令和2（2020）年度は91・87%（前年度比+0・87%）

で全国45位となっています。また、県内各市町の状況としましては、令和2（2020）年度時点で、収納率が県内で最も高い市町で97・81%、最も低い市町で88・78%と約9%の較差があり、運営方針で被保険者規模別に定める目標収納率を達成した市町は、25市町中12市町に留まっているなど大変厳しい状況にあるため、収納率向上は国保財政の安定化・健全化に向けた喫緊の課題です。

このため、より多くの市町が目標を達成できるよう、引き続き、徴収指導員の派遣や広報事業を通じて市町の取組を支援してまいります。

併せて、運営方針の見直しに当たっては、収納率向上や被保険者間の公平性確保の観点を踏まえ、収納対策の標準化に向けた取組について、市町と検討を進めてまいります。

## 3 健康の保持・増進に向けた取組の強化

健康の保持・増進を図るためには、特定健康診査等による生活習慣病の早期発見と早期治療が重要です。令和2

（2020）年度の特定健康診査受診率は、新型コロナウイルス感染症の影響による健診受診控え等の影響により、30・8%（前年度比△6・2%）と減少しましたが、令和3（2021）年度は回復傾向にあります。しかし、国の目標値である60%には届いていない状況です。

特定健康診査の受診率向上を目的とした保健事業のアドバイザーの派遣や医療機関受診中の国保被保険者への普及啓発などのほか、市町の保健事業がより一層充実するよう支援してまいります。

運営方針の見直しに当たっては、市町の皆様の忌憚のない御意見が不可欠となります。今後とも御協力を賜りますよう、どうぞよろしく願います。





第138回 芳賀町

突撃ルポ

# 保険者 記

みてある

## 躍動しわくわくするまちづくり

# 芳賀町

また、果樹や野菜類をはじめ、施設園芸・畜産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となっています。甘くみずみずしい「幸水」、酸味と甘みがほどよく調和した「豊水」、そして、大きな実で味と日持ちが良い「にっこり」は、海外においても評価されはじめています。

都市近郊型農業が盛んな町  
芳賀町は宇都宮市の東に位置し、恵まれた自然環境を活かした農業が盛んで、町中央部には県内有数の米どころが形成されています。

町西部の工業団地には、高度な技術を有する企業や研究所など約100社が立地し、町人口を超える約25,000人の雇用を創出しています。「道の駅はが」では、1年を通して新鮮でおいしい採れたて

野菜を購入できるほか、併設されている「芳賀温泉ロマンの湯」は、「美肌の湯」と「あたたまりの湯」の2種類の源泉からなる日帰り天然温泉で、町外からも温泉通の方が足を運んでいます。

### 6年連続 社会増を達成

令和4年度は、第6次芳賀町振興計画中期基本計画の3年目となり、これまでの取組が実を結び始めています。

芳賀町と宇都宮駅をつなぐ「LRT(次世代型路面電車)」の開業を2023年8月に控え、芳賀町は大きく変わろうとしています。

路線バスの再編、地域内交通の充実、交通結節点であるトランジットセンター整備により、LRTと様々な移動手段の相互



芳賀温泉ロマンの湯

連携強化を進めています。また、LRT沿線地区における居住環境対策と新たな住宅地の整備、カーボンニュートラルの推進により、便利で環境にやさしい住環境を整備します。

「道の駅はが」周辺では新たな名所づくりとして、約3キロメートルの桜堤遊歩道整備がスタートしています。

芳賀町では、転入者数が転出



芳賀町を代表する特産品の梨

者数を上回る社会増を6年連続で達成しています。転入者の約85%が45歳以下となっており、若い世代が子どもと一緒に転入されるケースが増えていることから、学童保育施設の新築や子育て支援の拡充により、安心して出産・子育てができる環境を整えています。

今回は「脱炭素先行地域」にも選ばれ、町民の暮らしの質の向上を実現していく芳賀町を訪れ、芳賀町の目指すまちづくりや医療費適正化に向けた課題、収納率向上のための取組、健康づくり支援等についてお話をうかがいました。

### 資格管理の取組

住民課の山本主任主査に住民課における取組についてうかがいました。

山本主任主査は「社保加入により国保の資格を喪失しているにもかかわらず、国保離脱の手



▲ 住民課 山本主任主査

続きをしないことで、国保税が課税され続ける状態となっているケースが見受けられます」と話し、国保の資格管理が課題となっていることを指摘します。制度改正により、国保を離脱し社会保険に加入する人が今後増えていくことを踏まえ、国保離脱の手続きを行うよう町の広報紙やケーブルテレビ等において広報しているそうです。

また、税務課と協力し、国保の資格を喪失していると思われる被保険者に対して、国保離脱に係る手続きの勧奨も行っているそうです。

毎年度全戸配付している「健康カレンダー」においても国保の手続き案内を掲載しているとのこと、来年度版は見やすく



▲ 健康カレンダー（一部抜粋）

なるよう色やレイアウト等を工夫したそうです。「1人でも多くの人に適切に手続きを行ってもらえるよう、地道に広報していかねばと考えています」と話し、資格管理に積極的に取り組む姿勢がうかがえました。

## 収納率向上に向けて

続いて、税務課の小林主査に税務課における取組についてうかがいました。



▲ 税務課 小林主査

小林主査は「税務課では、滞納額を少なくするため、住民課から提供された資格者証・短期証の情報を元に、納税相談と併せて臨戸訪問時に国保離脱の手続きを行っています」と話します。

また、高額滞納者は来庁を促し、現年度の課税状況を踏まえた納付計画を一緒に作成し、自主納付に繋げているそうです。搜索の状況についてうかがうと、「職員数の都合もあり、積極的に搜索を行うことは難しい状況ではありましたが、今年度については1件実施をしました。この搜索が糸口となり、本件の滞納整理に大きな進展があったと感じております」と話します。役場内での仕事に加え、自宅を

訪問しての国保離脱手続きの勧奨や搜索など、職員の方の大変な努力がうかがえました。

## 保険者努力支援制度評価指標としての収納率向上対策

次に、保険者努力支援制度の評価指標で特に力を入れていることや課題についてうかがいました。

山本主任主査は「いくつかある指標の中でも、芳賀町では収納率向上対策に特に力を入れています」と話します。資格者証・短期証交付世帯の方が、社保加入の手続きや高額療養費の手続きのために来庁した際にも税務課へ連絡し、納税相談の機会を確保するようにしているそうです。また、滞納世帯の高額療養費の支給については、国保税へ充当していただくよう案内をしているそうです。

納税相談の機会を設けても納税に繋がらない方や、医療機関等に受診したいが納税がで

いという方への対応が課題となっていると話します。

## 町民の健康に対する意識付け強化を目指す

次に、健康福祉課の田中課長補佐兼係長と田邊主任主査に町民への健康づくり支援の取組についてうかがいました。

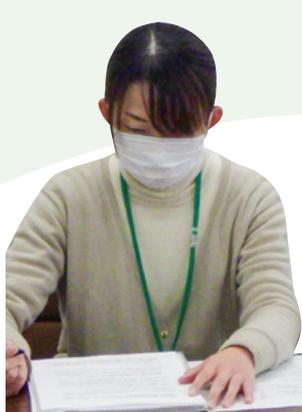
芳賀町健康づくり推進計画（2期）において、健康寿命延伸を基本目標に掲げ「生活習慣病の発症や重症化の予防」「健康を支える社会環境づくり」「重点領域における健康づくり」の3つの基本方針のもと、施策を展開してきましたが、なかなか結果に結びつかない状況であったそうです。



▲ 健康福祉課 田中課長補佐兼係長



▲ 令和3年度ウォーキング大会（はがまる健康ウォーク）の様子



▲ 健康福祉課 田邊主任主査

田中課長補佐兼係長は、「このような結果を受け、次年度からの3年間を、健康寿命延伸重点期間とし、1年目となる令和5年度は、『自分の健康に関心を持つ』を目標に、あらゆる機会に測定（体組成・血圧・血管年齢・ベジチェック※センサーを手のひらに押しあてること）で推定野菜摂取量を測定する）を実施し、町民の健康に対する意識付けの強化を目指します」と話します。具体的には、毎月1回役場の庁舎内で測定の機会を設け、来庁者に声をかけながら測定をしていただくことなどを考えているそうです。町民が健康で暮らせるようにという職員の方の熱意を感じました。

### 個々の傾向に合わせた個別勧奨通知の送付

続けて、特定健診受診率等向上に向け、現在実施している取組や今後の予定についてもいかがいきました。

特定健診未受診者の受診傾向等を分析の上、個々の傾向に合わせた個別勧奨通知を送付したり、国保に切り替わる世代に向けての勧奨を実施したりして、

特定健診新規受診者の掘り起こしを行っているそうです。また、健診の申し込み方法については、従来の電話・窓口・webによる申し込みに加え、今年度からはがきによる申し込みを追加したそうです。田中課長補佐兼係長は、「非対面で自分の好きなタイミングに出せるはがきが現在のニーズに適していたのか、百数十件ほど反応があり、返信はがき付受診勧奨は大きな効果があったと感じています」と話します。

次年度は、受診結果をより自

身の健康問題として捉えてもらうため、過去の受診結果をグラフ等で示して経過が視覚的に確認でき、また、AIシステムを使用した医師による生活習慣病改善アドバイスが記載された個別通知による受診勧奨を予定しているそうです。

### 今後の課題と対策

山本主任主査は「1人あたりの医療費が増加傾向にあることから、医療費の適正化を図るため、健康福祉課と連携して引き続き、運動教室や測定会、特定健診受診率向上事業、糖尿病重症化予防、ジェネリック医薬品の利用促進等に力を入れていきたいです」と話します。また、「交付金を活用して新たな取組も検討し、町民の方へ『健康維持に努める』という意識付けができるよう努力していきたいです」と続け、町民の健康寿命延伸を目指す思いを感じました。



芳賀工業団地

◎芳賀町の概況

		令和元年度	令和2年度	令和3年度
総人口(人)		15,693	15,664	15,577
総世帯数(世帯)		5,523	5,618	5,718
国保被保険者	加入世帯数(世帯)	2,364	2,321	2,315
	被保険者数(人)	4,300	4,171	4,086
	被保険者加入率(%)	27.4	26.6	26.2
保険料(税) 収納状況(現年分)	一人当たり調定額(円)	108,666	109,993	105,020
	収納率(%)	95.69	95.99	95.77
一人当たりの療養諸費用額(円)		340,734	341,637	388,368
特定健診・ 特定保健指導の状況	特定健診受診率(%)	51.8	45.9	52.6
	特定保健指導実施率(%)	49.4	46.6	44.8

各課で情報を共有しながら連携・協力の上、様々な取組を実施し、収納率向上や町民の健康づくり尽力する芳賀町。町民ひとりひとりへのきめ細やかな保健事業を通して、健康なまち

づくりを展開してほしいと思います。



# 集事 特記

## アスリートから学ぶ健康法！

### バスケットボールチーム 宇都宮ブレックス

今回は、全国的にも人気の高い県内プロバスケットボールチームの「宇都宮ブレックス」に所属している、笠井選手に健康な身体作りの秘訣や心構えを学ぶための取材を行いました。

——スポーツ選手は、身体が基本となるかと思いますが、笠井選手が普段健康に気を付けていることを教えてください。

健康を意識して、睡眠時間は大事にしています。試合前日は8時間以上睡眠時間を確保するようにしています。睡眠時間が足りないと感じたときには、時間があれば昼寝をして睡眠時間の調整をしています。性格的にも、起きている時間には色々と考えしまうので、睡眠をとることで、何も考えない時間を作る、ということも大事にしています。

——食事の面で意識していることはありますか。

体重の管理には気を付けています。試合が続くようなスケジュールでは体重が落ちてしまうこともあるので、量はしっかり食べるようにして、体重の増減があまりないように自分なりに調整しています。

食事だけでは足りない栄養素はサプリメントを飲んで補っています。ビタミン系、鉄、フィッシュオイルのサプリメントは毎日飲むようにしています。

——フィッシュオイルにはどういった効果があるのでしょうか。

血液の循環を良くしてくれるものらしいです。トレーナーさんに勧められて飲んでいきます。

——普段の練習や体力づくりはどのようなことを中心に行っていますか。

練習をしていて体力的に辛く思うことがあれば、個別でランニングを行うなどして心拍数を上げるようなトレーニングをしています。自分のコンディションをきちんと把握しながら、疲れていたら休む、物足りないと思うたら走る、そういったことを毎日意識しながら行っています。

——次に休息のとり方について教えてください。(試合の)シーズンとそうでないときで休息のとり方は変わるのででしょうか。



#### プロフィール

### #3 笠井 康平 選手

Kohei Kasai

【生年月日】 1993/8/12

【身長/体重】 176cm/77kg

【経歴】

尽誠学園高→青山学院大学

2016-18 四国電力(日本実業団バスケットボール連盟)

2018-20 名古屋ダイヤモンドドルフィンズ(B.LEAGUE)

2020-22 群馬クレインサンダーズ(B.LEAGUE)

2022- 宇都宮ブレックス(B.LEAGUE)



シーズン中は、試合の翌日は

一日休みになるので、そういうときには身体をしっかりと休めてリフレッシュすることを心掛けています。洋服を見たり映画を観たりすることが好きなので、バスケットボールから離れる時間も作るようにしています。

シーズンオフは、少しずつシーズンに向けて身体をつくっていかないとかなという感覚なので、なるべく休める間はバスケットボールやトレーニングをせずに何もしないというような時期も作るようにしています。

——健康でいるためには、心の健康も必要と思われれますが、笠井選手なりのストレス解消法を教えてください。

趣味に没頭する時間を作ることですね。自分の場合は、映画を観ることです。映画であれば、2時間集中して観られるのでその間は他のことを考えずいられます。そういう時間はとても大切にしています。良いストレス解消になっていると思います。

——ストレス解消法について教えてください。ストレスを感じないように工夫していることはありますか。

元々気にしないというか、割と周りに気を遣ってしまうところはあります(笑)。もちろん周りの人に気を遣うことは人間として大事な部分ではあるとは思いますが、バスケットボールになったときには、変に周りのことを考えすぎず、自分のやる範囲でやる、ということを意識しています。反省点は毎日出てくるので、ストレスというか考えはしますが「また明日頑張ろう」とすぐに気持ちを切り替えることが大事だと思っています。

——ありがとうございます。最後に読者へ一言お願いします。

元々会社員をしていて、当時も仕事で疲れた身体をリフレッシュすることは重要だと感じていました。プロに転向してからはその重要性をより強く感じています。会社員だった頃も、プロになった今もオンとオフの切り替えは大事にするようにしています。これを意識的に行うと仕事もより効率的になりますし、身体的にも精神的にも健康でいられると思います。

ブレックスは今まで経験してきたチームの中でも、オンとオフがしっかりしているチームだと思っています。練習はハードに行っていますが、それ以外のところではとても仲良くやっています。やるときはやる、メリハ



リのある良いチームだと思いますので応援よろしくお願いします！

以上、宇都宮ブレックス笠井選手への取材でした。健康な生活を送るうえで心構えや実践している健康法を教えてください、勉強になりました。また、笠井選手が普段行っているストレッチについても教えてくださいました。読者の皆様も左のQRコードから是非動画をご覧になって実践してみてください。

笠井選手、貴重なお話をありがとうございました。これからもご活躍を楽しみにしております。

笠井選手のストレッチ動画はこちらから視聴できます。



Webページから記事をご覧の場合、上記QRコードをクリックして動画を視聴いただけます。

4回目、最後の「栃木の国保」の寄稿になります。今回は、1回目から3回目を少し振り返りながら、適正な受診・服薬の推進にフォーカスを当てていこうと思います。

### 個人情報保護法の施行

令和4年4月から施行された個人情報保護法の改定についてはご存知でしょうか。

現在行っている重複・多剤服薬患者への保健指導については、事業を重ねたこともあり、少しずつ薬剤師が参加するようになりました。2回目のマイナンバーカード、3回目の電子処方箋などのDX化が今後進むことにより、いろいろなデータが集計しやすくなり、薬局と保健指導との連携もしやすくなると思います。

どんどん便利になる世の中だと思いますが、その一方で、個人情報漏洩の問題があります。

令和2年6月12日に公布され、その中には、3年ごとに見直し規定に基づく法改正が記載されています。これは、時代の流れに対応し続ける為に必要であると言われています。DX化と個人情報は、板の表と裏の関係があります。便利になればなるほど、そのデータは流出しやすく、また、悪用もされやすくなります。その為、便利になった情報をどのように管理するのかを個人情報保護法で規定しているのです。今回大きく変わった部分として、個人情報保護委員会への情報漏えい等報告等の義務

## 漏えい等報告等の義務化

- 漏えい等が発生し、個人の権利利益を害するおそれが大きい場合に、**委員会への報告及び本人への通知を義務化**する。

現行	改正後
個人情報保護委員会に報告及び本人通知するよう <b>努める</b> （委員会告示）	漏えい等が発生し、個人の権利利益を害するおそれが大きい場合に、 <b>個人情報保護委員会への報告及び本人への通知を義務化</b> する（§26）

個人情報取扱事業者

個人情報保護委員会



### 漏えい等報告の義務化の対象事案 (委員会規則で定める要件)

- 要配慮個人情報の漏えい等
  - 財産的被害のおそれがある漏えい等
  - 不正の目的によるおそれがある漏えい等
  - 1,000件を超える漏えい等
- ※各類型につき、漏えい等の「おそれ」がある事案も対象。

これらの  
類型は  
件数に  
関わりなく  
対象

報告

通知



本人



▲図1 (出典：厚生労働省ホームページ)

化があります。

図1にあるように、今までは努力義務だったため、漏えい等の発生を伝える場合と伝えない場合があったかと思えます。この部分が今後は必須になります。この中で気になるのが「要配慮個人情報」漏えい等」です。保険薬局で言うと、領収書の渡し間違いなどが、報告義務に当たると言われています。医療の情報は、秘匿性も配慮も必要な情報になるため、管理としてはとても厳しくなります。例として、領収書を渡し間違えた場合で説明すると、AさんにBさんの領収書を渡してしまったと仮定しましょう。渡されたAさんは、Bさんという人が、C病院にかかっているD薬局で薬を貰っているという情報を得ることになります。これが要配慮個人情報漏えいしたことです。忙しいと日常でも起こり得るものですが、今後は今まで以上に注意しなくてはなりません。また、患者も個人情報についての意識がたかまつてくるため、その対応も必要になります。

ます。

保健指導等をする対象者から「なぜ知っているんだ？」という質問やクレームが発生するかもしれません。薬局であれば、通院していることを知られたくない医療機関の薬剤などを「なぜ薬局が知っているんだ？」となるかもしれません。その為、オンライン資格確認のシステムを簡単に説明できるスキルも必要になってくると思います。

### 薬局薬剤師の業務及び薬局の機能に関するワーキンググループの動きについて

薬剤師の養成及び資質向上等に関する検討会として、令和4年の2月から6月まで6回程度開催されました。検討項目は、①対人業務の充実、②薬局薬剤師のDX化、③医療安全を前提とした対物業務の効率化、④地域における薬局サービスの提供等となっておりますが、会議の流れを見ると、調剤の一部外注、一部委託の部分

ばかりスポットライトが当てられています。一包化調剤をどこかに外注し、出来たものを薬局で渡すイメージになります。そのほか、コンビニで医薬品を夜間販売できる等々、いろいろな意見が出てきています。

今後この検討会でまとまったものが令和6年の調剤報酬改定にどのように結び付いていくかは不明ですが、今後街の薬局の環境が大きく変わってくると思います。利便性のみを考え、画面越しでしか会ったことのない遠くの薬剤師が対応する患者も出てくると思います。例えば、保健指導などで対象者の自宅に行っても、その他の医療関係者がすべて他県の人で、パソコン画面越しに初めて会うという事もあり得るため、よりコミュニケーション能力が求められると思います。DXによって医療人の対応も変化しますが、国保連合会などのレセプトに関係する機関も同じように広い範囲の対応をしなければいけなくなります。

### 適正な受診に向けて

電子化によって、私たちの生活はより便利になっていくと思います。いろいろな端末を使用することにより、リモートで血圧などの情報を得ることや、オンラインで診察や服薬指導を行うことなどが可能になります。日本全国の好きな薬局に処方箋を送り、お薬を貰う世の中が近づいています。一方、残薬確認や服薬状況の把握などは、より難しく、把握しにくくなってそこに存在することになるでしょう。

併用薬や重複投薬はデータ上で防ぐことが可能になりますが、人が飲んでいのか飲んでいないかの確認、余った薬をどのように使用しているかは、本人が正直に話してくれるかどうかの意思次第になります。残薬の再利用か廃棄かの判断を手伝ってあげることや、保管状況を改善するために指導することは、薬剤師にとってより重要性を増していきます。

図2に最近の教育学のデータを示します。医療もこのようになってきます。

受診や投薬の電子記録は教育データの様に残り、将来的にその患者の評価につながっていくこととなります。今後適正な受診や指導をする際に、そのデータを閲覧して、適正な受診を進めていくこととなりますが、今までとは大きく変わったやり方で患者に接し、説明していく必要が出てきます。AIによる自動的な指導も入ってくることでしょう。

いずれにしてもDX化によって直接会う機会が減り、人間関係が気薄になり易い中、患者の自宅に残された医薬品や、本人の飲み方を把握するという難しい問題に直面する時代がくるでしょう。そのような移り変わりの中で適正な受診に向け活動を続けたいと思います。



### 3. 教育データの蓄積と流通の将来イメージ（行政機関・研究機関の立場から）

#### プッシュ型の支援

真に支援が必要な子供達のデータを個人情報の保護に配慮の上、関係機関で連携することにより、プッシュ型の支援ができる



#### EBPMによる政策改善・制度設計

標準化されたデータに基づき分析を行い、政策の改善や新たな制度の設計に活用



#### 効果的なカリキュラムや指導法の開発

人の学習過程や教員の「匠の技」の可視化により、効果的なカリキュラムや指導法の開発が容易に



データがたまる・つながる



あらゆるコンテンツがつながる

#### 優良事例の横展開

学校・地域の優良事例を横展開したり、類似自治体と比較した施策改善が容易に



#### 新しい知見を学習指導要領の改訂に反映

学習状況を多角的なデータで把握し、得られた知見をカリキュラムやその他制度の見直しに反映



▲図2（出典：デジタル庁ホームページ）

## プロフィール

たなか ともかず  
**ピノキオ薬局代表取締役 田中 友和**

神戸薬科大学卒。一般社団法人栃木県薬剤師会副会長。株式会社ファーマサポート 代表取締役。合同会社アベユ 代表社員。一般社団法人地域薬剤師スキルアップ研究会 代表理事。薬の専門家として、多くの人の健康な生活を守ることを通して地域社会に貢献している。



## 仲間とつむぐ健康づくり

### 住民組織の主体性を醸成するための保健師活動

上三川町 健康福祉課 保健師 江口 千早

#### ◆上三川町の概要

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90キロメートル、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60〜80メートル、東は真岡市との境に鬼怒川、中央に江川、やや西寄りに田川がそれぞれ南流しており、広々とした田園地帯を形成しています。令和4年4月1日現在、人口は31,103人、高齢化率は24・5%と、県内一若い町となっています。

本町では、先人が築き上げた財産を活かしながら持続的な成長を果たし、次世代にバトンを繋いでいくことを念頭に、「安心・安全」「活力・交流」「協働・自立」の3つの柱を基本理念とし、「共に創る次代に輝く安心・活力のまち上三川」のスローガンを掲げています。

#### ◆上三川町の健康課題

令和3年度の特定健診受診率は、48・6%であり、例年県平均を上回っています。健診結果をみると、BMI25以上の肥満者が県平均より多く、さらに血圧や血糖値での有所見者が県平均よりも高い傾向になっています。また、健診問診票の結果から、1回30分以上の運動習慣がない方や歩行速度が遅い方の割合が県平均より明らかに高くなっています。人生100年時代だからこそ、生涯現役を目指す、健康なからだづくりが重要となります。そこで自分の健康は自分で守るために、「運動のきっかけづくり」から自主運動グループの設立、さらには自主運動グループの継続支援への本町の取り組みについて報告します。

#### ◆「かんたんフィットネス教室」で仲間と一緒に健康づくり

平成17年度に運動のきっかけづくりを目的に開始した「かんたんフィットネス教室」は、参加者の意見を参考にしながら保健師・管理栄養士で事業を見直し、現在、40歳〜69歳を対象に、週1回、計8回を1コースとし、年2コース開催しています。「昼コース」と「夜コース」を設け、「夜コース」は、働き盛りの方も参加しやすいように19時30分〜21時30分としています。

本教室は、健康運動指導士による運動指導が中心ですが、保健師より栄養に関する講話も実施し、食生活からも健康づくりをサポートしています。また、教室参加前後に体力測定を実施し、参加者の変化を客観的に評価しています。

参加者自身が、自らの健康づくりを継続していくために、教室参加中の約2か月間は、食事記録と運動記録、体重等の記録を必須とし、教室時に保健師が記録を確認し、ひと言メッセージを記載しています。健康運動指導士と保健師が参加者のがんばりを認めながら個別にアドバイスをを行い、参加者のモチベーションを高めることが出来るよう、生活改善のサポートを行っています。

### ◆運動継続のために自主運動グループ設立へ！

立へ！



△かんたんフィットネス教室での運動の様子

「かんたんフィットネス教室」卒業後も継続した運動が出来るよう、平成17年度教室開始当初から保健師が、自主運動グループの設立支援を行いました。現時点で13か所(昼の部8か所、夜の部5か所)設立されています。各グループで、1,000円〜2,000円程度の自己負担を徴収し、施設使用料や講師(健康運動指導士)謝礼にあて、「自分の健康は自分で守る」の理念のもと、健康づくりに取り組んでいます。毎年の「かんたんフィットネス教室」卒業生も加入していますが、自主運動グループ参加者が、運動継続のメリット

トを友人やご近所さんへ広め、口コミで参加者が増え、継続したグループの運営に繋がっています。新型コロナウイルス感染拡大に伴い、グループの運営に不安を抱きながらも、メンバーで相談しながらコロナ禍での健康づくりに取り組んでいます。

### ◆自主運動グループ設立後も継続した支援を！

自主運動グループ設立後は、リーダーを中心に自主運営としていますが、活動意欲を維持・向上するための支援として、「自主運動グループサポート事業」を実施しています。

本事業における「サポーターコース」の一環として、グループの課題把握のためにアンケートを実施したところ、年々参加者が高齢となり、膝の痛みや腰の痛みを抱えながら運動を継続している方が多くいることが把握できました。そのため、令和4年度は理学療法士を講師に招き、「健康いきいき ひざ痛・腰痛予防」と題し、講話と実技指導を実施しました。解剖学の話から、運動の必要性を講義いただき、参加者には、改めて運動の重要



△ 体力測定会での個別面接の様子



△ 理学療法士による健康講話の様子

性を感じてもらおうことが出来ました。また、各グループの交流の場となるよう、活動状況報告を行いながら、活動に対しての悩みや工夫点を話し合っていたいただき、グループ運営の参考にしていただきました。

さらに、グループ参加者に対し、年1回「体力測定会」を実施し、自身の体力を経年の評価できる場としています。体力測定会では、体成分分析装置による身体測定（身長、体重、体脂肪率）の他、「握力」、「膝進展筋力（WBI）」、「長座体前屈」、「開閉眼片脚立ち」を測定しています。記録を管理できる個人ファイルを配付し、自身で記録をしながら経年評価が出来る工夫をしています。また、体力測定後、健康運動指導士との個別面接を実施し、測定結果の見方や衰えている筋力に効果的な運動指導等を行い、健康管理に役立てていただいています。

研修会や交流の機会は、メンバー個人、さらにはグループの力量形成になります。また、保健師が活動状況を見守ることが、住民組織が自主的な活動になった後も、支援していることを示すことにもなり、メンバーの安

心や継続への意欲にも繋がると思います。

### ◆今後の取組について

運動を継続するコツは、「決まった時間に」「誰かと一緒に」「励ましあいながら」続けていくことだと思います。町事業だけではカバーできない健康づくりを、住民組織を醸成することで、住民の主体性を引き出し、健康づくりに繋げることが出来るのではないかと感じています。

町民自らが「健康」について考え、保健師と一体となって築き上げた「自主運動グループ」が町民の努力により継続できていることを誇りに思い、引き続き地域に根差した活動を支援していきたいと思えます。



ただいま  
こくほ

最前線



Keep it up!  
NASUKARASUYAMA!

おお つか  
大 塚

那須烏山市 市民課  
国保医療グループ

ゆう と  
勇 人

国保経験年数  
1年0か月

#### 【私の街自慢】

ユネスコ無形文化遺産に登録された「山あげ祭」です。迫力のある野外歌舞伎は必見です。新採用職員の際に若衆としてお祭りに参加しましたが、忘れがたい思い出となっています。

また、自然豊かな土地も魅力だと思います。一番の推しスポットは写真バックの龍門の滝です。タイミングが良ければ、滝の上を電車が通り抜ける、珍しい光景を見ることができます。また、併設されている龍門カフェには青いミルクがありますので、ぜひお試しを。

#### 【趣味・特技】

ロードバイクで鬼怒川河川敷をサイクリングすることです。最近はお菓子作りにもハマっています。

#### 【健康法・ストレス解消法】

サイクリングです。冬場は寒くてお休みしていますが、春から秋の休日は一日に1、2時間程度乗って汗を流しています。

#### 【国保事務を担当しての感想・意見など】

わからないところだらけで本当に毎日が勉強です。制度についてまだまだ理解が追いついていないので、これからも頑張って事務を行っていきます。

#### 【最近気になること】

美味しいラーメン屋が気になります。いつも市民課の後輩と一緒に新規開拓しています。



ただいま  
こくほ  
最前線

魅力いっぱいの高根沢町に  
是非遊びに来てください!

いとう  
伊東

高根沢町 住民課  
保険年金係

な お  
奈央

国保経験年数  
6年0カ月

### 【私の街自慢】

令和大嘗祭に献上された「とちぎの星」や、緑色の小松菜スープで見た目も楽しい「高根沢ちゃんぽん」など、美味しいグルメが自慢です。私は町外出身ですが、高根沢町に住むようになってからお米が美味しくてびっくりしました。野菜販売だけでなく温泉やグランピングが体験できる「道の駅たかねざわ 元気あっぷむら」はお洒落な空間で、一人でもお子様連れでも楽しめる施設です。

### 【趣味・特技】

読書、映画鑑賞、カラオケなど。

### 【健康法・ストレス解消法】

読書や映画鑑賞でストレス解消しています。高根沢町の図書館は蔵書が多く映画のDVDやCDが充実しておりありがたいです。一方で、持ち運びしやすく読む場所を選ばない電子書籍にも最近興味がわいてきました。

### 【国保事務を担当しての感想・意見など】

仕事で携わるまで保険というと保険証の発行というイメージが強かったのですが、万が一体調を崩し高額な医療費がかかった場合の高額療養費の制度など人をサポートできる意義深い仕事だという認識に変わりました。また、健診業務を通して健康について考えるきっかけにもなりました。自分も健診や人間ドックは定期的に受けていきたいです。

### 【最近気になること】

運動不足なので、手軽に始められる運動で何かいいものがないか模索中です。

# 保険者 だより

## やいた健康ポイント事業

【矢板市】

矢板市では、健康づくりに取り組んでいる方のさらなるモチベーション向上や「健康無関心層」に対する働きかけを目的として、平成30年度に「やいた健康ポイント事業」を開始しました。

参加者には活動量計（歩数計）を会員証としてもっていただき、これに紐づける形で右の4つのメニューに応じたポイントを付与しています。貯まったポイントは、1ポイント1円で換算し、年に一度、10,000ポイントまで市内商店等で利用できる商品券と交換することが可能です。

令和4年度、参加者に実施したアンケートでは、下のグラフのとおり、事業開始前後での健康づくりへの意識や健康状態、運動回数・量において、維持・向上等が見られました。

### あるく <毎日貯まる>

- ・1日5,000～7,999歩 …10ポイント
- ・1日8,000歩以上 ……20ポイント



### はかる <最大1,000ポイントまで>

- ・特定健診の受診 ……500ポイント
- ・がん検診等の受診 ……500ポイント
- ・人間ドックの受診 …1,000ポイント



### でかける

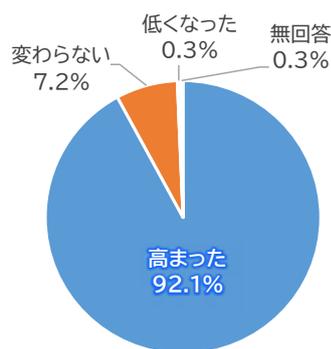
まちなか保健室への参加で20～30ポイント

### さんかする

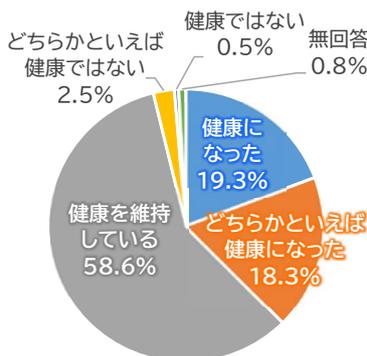
運動教室など健康づくり事業参加で20～50ポイント

### ■ R4 やいた健康ポイント事業 アンケート結果より抜粋（回答数 607 枚）

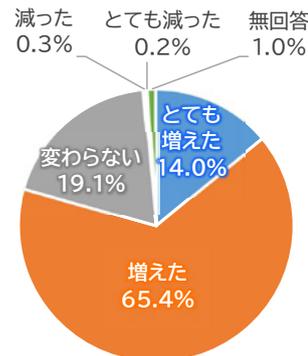
事業に参加して「健康づくり」への意識は高まりましたか？



事業参加前と比較した現在の健康状態はいかがですか？



事業開始前と比較して運動回数や運動量に変化はありましたか？



### <参加者の声>

- ・参加できて良かったと思います。また継続したい。
- ・健康とポイントが同時に得られて大変良いと思う。
- ・指標として、体組成測定が楽しみです。
- ・歩数計やポイントが励みになり、ウォーキングを意識するようになりました。
- ・事業をきっかけに、病院に受診した。

- ・夫婦の会話で「何歩歩いた？」と聞くことが多くなった。主人がよく歩くようになり、大変感謝しています。
- ・親もこの事業に参加しており、一緒に参加することで親も健康を意識するようになって、とても嬉しく思っております。

# ホッとひと息 道の駅

～ 地方の特色や個性が現れる栃木県内の道の駅を紹介 ～

今回は、日光市にある「道の駅日光 日光街道ニコニコ本陣」についてご紹介いたします。

「道の駅日光 日光街道ニコニコ本陣」は、国道119号沿いにある道の駅です。ここでは、日本を代表する作曲家 船村徹氏に関する作品を紹介する「日本こころのうたミュージアム・船村徹記念館」があることで有名です。

併設のニコニコマルシェという商業施設では、地元でとれた新鮮野菜や日光のおみやげを購入することができます。筆者が訪れた際には、世界遺産・日光東照宮内にある「三猿」をモチーフにした人形焼が販売されており、その可愛さについて購入してしまいました。こちらは土日限定販売らしく、多くの方が手にとっていました。

同施設は、日光生ゆばが食べられる和食処や腰の強い手打ちそばが楽しめるそば処があるほか、日光といえば印象深い、金谷ホテルベーカリーのパン、日光おかき工房のおかき、日光誉をはじめとする栃木の地酒などの販売も行っており、美味しいもののラインナップが充実しています。



この道の駅は街中にあり、徒歩圏内には有名な社寺や酒造などの観光名所もあることから、街歩きを楽しむこともできます。

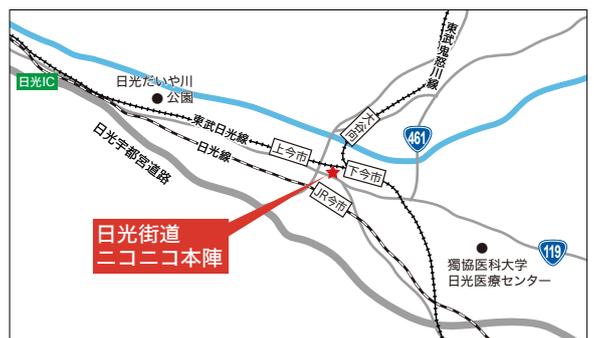
地元の魅力が詰まった道の駅は栃木県内の各地にあります。感染対策を十分にとり、お近くの道の駅にホッとひと息つきに訪れてみてはいかがでしょうか？



## 「道の駅 日光 日光街道ニコニコ本陣」

◎営業時間 9:00～18:00

※各施設により営業時間が異なります。HPをご確認ください。  
※令和5年2月現在の情報となります。新型コロナウイルス感染拡大の影響により、各営業時間に変更がある場合がありますのでご注意ください。



令和4年度 第三者行為求償事務に係る広報ポスターを作成し、県内市町へ配付いたしました。

**① 交通事故にあった**



**② スポーツ中に接触事故を起こした**



**③ 他人のペットにかまれた**



**④ 自転車による接触事故にあった**



**国民健康保険にご加入のみなさま**

**こんな時にご加入の国保の窓口へお知らせください**

第三者行為による治療で「国民健康保険」「後期高齢者医療」「介護保険」を使用する際には、ご加入の市町(組合)の国保・介護保険の担当窓口や後期高齢者医療広域連合への届出が必要です。



詳しくはこちら



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

第三者の行為により国保を使用した際の届出や連絡を励行する内容を記載した広報ポスターを作成いたしました。各市町に配付済みです。本会ホームページのトップページ上にも掲載しておりますので、是非ご確認ください。

## 国保連合会からのお知らせ

令和5年度より、動画による広報事業の一環として、被保険者の特定健診受診及び国保税納付の意識向上、並びに健康保持増進に寄与するため、県内国保保険者（栃木県・全国歯科医師国民健康保険組合・栃木県医師国民健康保険組合を含む）を対象にデジタルサイネージ（動画放映可能な電子看板）の貸出を開始いたします。機材の貸出申請等の詳細については、令和5年度初旬頃送付予定の貸出要領をご確認ください。



モニターは縦置きと横置きいずれも対応しています。  
設置スペースに合わせて置き方を選択いただけます。



## 栃木の国保

VoL.73 2023.3/SPRING

編集者 福田 久則  
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

広報担当になってから1年が経ちます。初めての広報の仕事で印象的だったのが、取材です。オリンピック出場選手や県内プロスポーツ選手、県内国保保険者の皆様のお話を聞くことができ、大変貴重な経験となりました。今年度につきましても、皆様のご協力により1年間無事に機関誌を発行することができました。今後も国保被保険者の皆様や国保関係者の一助となる機関誌編集に努めて参りますので、引き続き「栃木の国保」をご愛読いただけますと幸いです。

(U・M)