

# あおもりの 国保

2023

4

第408号

青森県国民健康保険団体連合会

## ●あおもりの国保 第408号 contents

### 国保連だより

「あおもりの国保」発行方法変更のお知らせ …………… 1

### データベースコーナー

1人当たり医療費が再び上昇

ー本県の国保加入者数、国保医療費等の状況ー …………… 2

市町村国保の特定健康診査等実施状況（令和3年度実施分速報値）… 5

### 国保連だより

第3期データヘルス計画策定研修会について …………… 6

青森県国保連合会事務局組織図及び事務分担 …………… 7

ススメよう！特定健診・がん検診

～『心を動かす健（検）診のススメ 第2版』の紹介～ …………… 8

令和5年度保健協力員総会・研修会の開催について …………… 9

### 自治体病院開設者協議会だより

第48回（令和5年度）青森県自治体医学会開催日程のお知らせ …… 9

### あなたのまちにズームイン！

「つながる つがる」市民の健康づくりを応援します（つがる市） …………… 10

### こくほ随想

医療保険の原点

日本年金機構 副理事長（元厚生労働事務次官） 樽見 英樹 …… 12

### 県だより

高齢福祉保険課長就任所感 青森県健康福祉部高齢福祉保険課長 関口 雄介 …… 14

がん・生活習慣病対策課長就任所感

青森県健康福祉部がん・生活習慣病対策課長 三村 光司 …… 15

### 国保連だより

市町村職員対象研修会のお知らせ …………… 16

### コラム「私の健康づくり」

五戸町住民課長 赤坂 和浩 氏 …… 17

深浦町健康推進課保健師 花田 侑紀 氏 …… 17

健康教育機材等の無償貸し出しのお知らせ…………… 18

第三者行為損害賠償求償事務についてのお知らせ…………… 19



#### 表紙の説明

#### 「ニッコウキスゲ（ベンセ湿原）」

ニッコウキスゲは、朝に開花し、夕方にはしぼんでしまう1日花であることから、花言葉は「日々あらたに」。変化のない生活だと感じていたら、新鮮な気持ちにさせてくれるニッコウキスゲが咲き誇るベンセ湿原へ、ぜひおいでください！見ごろは6月上旬です。

写真提供：つがる市



## 「あおもりの国保」発行方法変更のお知らせ

これまで冊子として印刷のうえお届けしてきました機関誌「あおもりの国保」ですが、このたび国保連合会ホームページへ掲載のWeb版に変更することといたしました。

今後も掲載内容の充実を図るとともに、よりスピーディーに国保に関する情報等をお届けできるように努めて参りますので、引き続きよろしくお願いたします。

「あおもりの国保」に関するご意見・ご感想はこちらまで  
青森県国民健康保険団体連合会 事業振興課

Tel : 017-723-1336

Mail : kokuho@aomori.kokuhoren.jp



## 1人当たり医療費が再び上昇

### — 本県の国保加入者数、国保医療費等の状況 —

本県の国保加入者数は、高齢化の進行や被用者保険の適用拡大により年々減少しております。

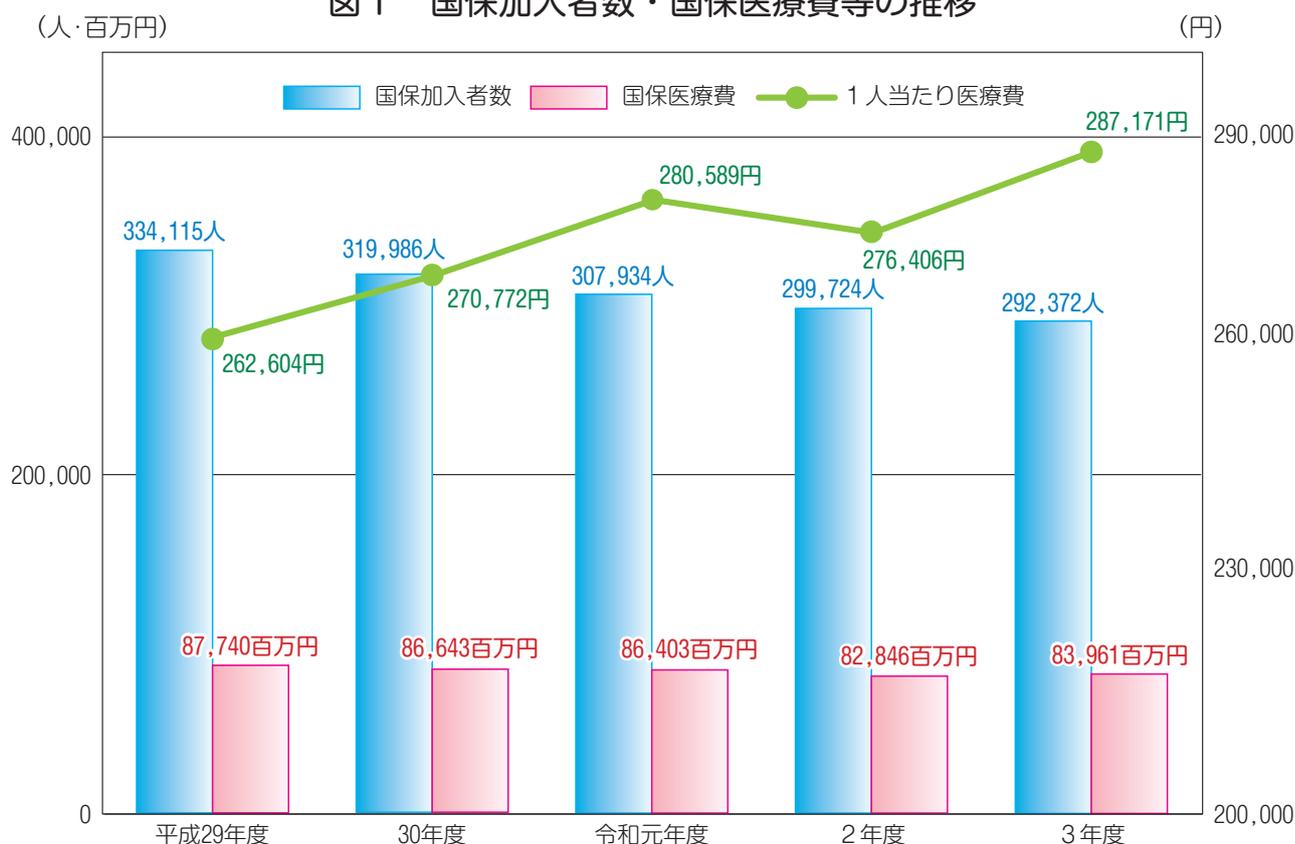
それに伴い国保医療費も減少傾向にあるものの、令和3年度においては、令和2年度の新型コロナウイルス感染症の影響による受診控えの反動もあって前年度に比べ増加しました。

また、1人当たり医療費については令和2年度は18年ぶりに減少しましたが、令和3年度は再び上昇に転じています。(図1参照)

国保加入者数の減少により保険税(料)の増収が難しい中、1人当たり医療費は平成29年度から4年間で2万4千円以上増加していることから、国保制度の安定運営のため引き続き医療費の適正化に向けた取り組みが必要です。特に受診控えに伴う疾病の重症化が非常に懸念されていることから、医療や健(検)診の適正受診を促す取組が重要です。

こういった医療費や保険税(料)等の状況は、本会作成の『国民健康保険図鑑』(令和3年度実績等を取りまとめた「令和4年度版」は3月2日に市町村へ配付済)に詳しく掲載しておりますので参考にしてください。

図1 国保加入者数・国保医療費等の推移



$$\text{◎ 1人当たり医療費} = \frac{\text{国保医療費 (入院+入院外+歯科)}}{\text{国保加入者数 (年度平均)}}$$

◎各年度の事業年報(国民健康保険図鑑作成時点)より調製した。

# 1人当たり医療費を3つの要素に分解してみると…

## 1. 受診率（国民健康保険図鑑 第1表より）

県平均は1,046.17（対前年度比3.43%増）となりました。（図2参照）

受診率は、一般的に受療環境の変化、感染症の突発的な流行などの影響を受けると言われており、令和2年度は新型コロナウイルス感染症の影響等に伴う受診控えが大きく影響したことで大幅に低下しました。

令和3年度は再び上昇に転じたものの、コロナ以前の令和元年度と比較すると23.7ポイント下回っています。

## 2. 1件当たり日数（国民健康保険図鑑 第4表より）

県平均（合計）は1.82日（対前年度比0.02日減）と11年連続で減少しました。（図3参照）

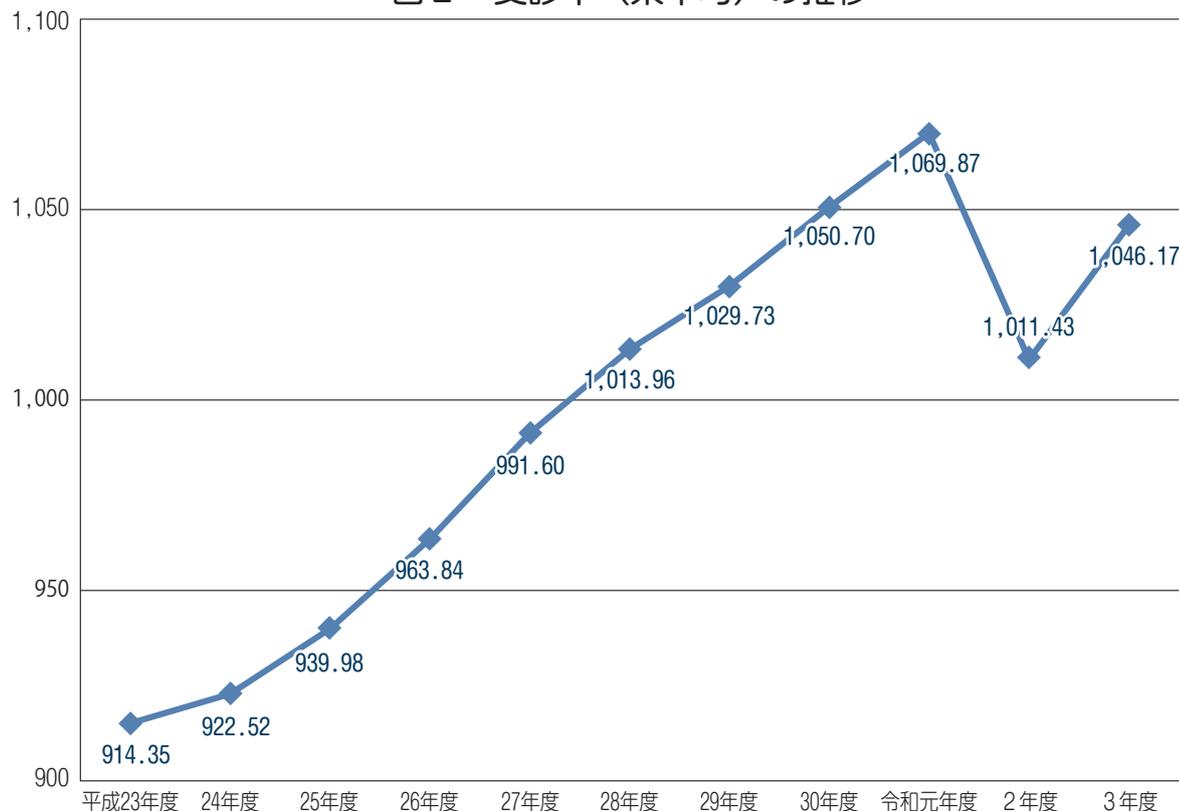
入院・入院外等別でみると、令和2年度は入院のみが増加しましたが、令和3年度はいずれも減少しています。

## 3. 1日当たり医療費（国民健康保険図鑑 第5表より）

県平均（合計）は15,119円（対前年度比1.98%増）と5年連続で増加しました。（図4参照）

1日当たり医療費は、一般的に医療費改定や疾病構造、受療環境等に左右されやすいと言われています。

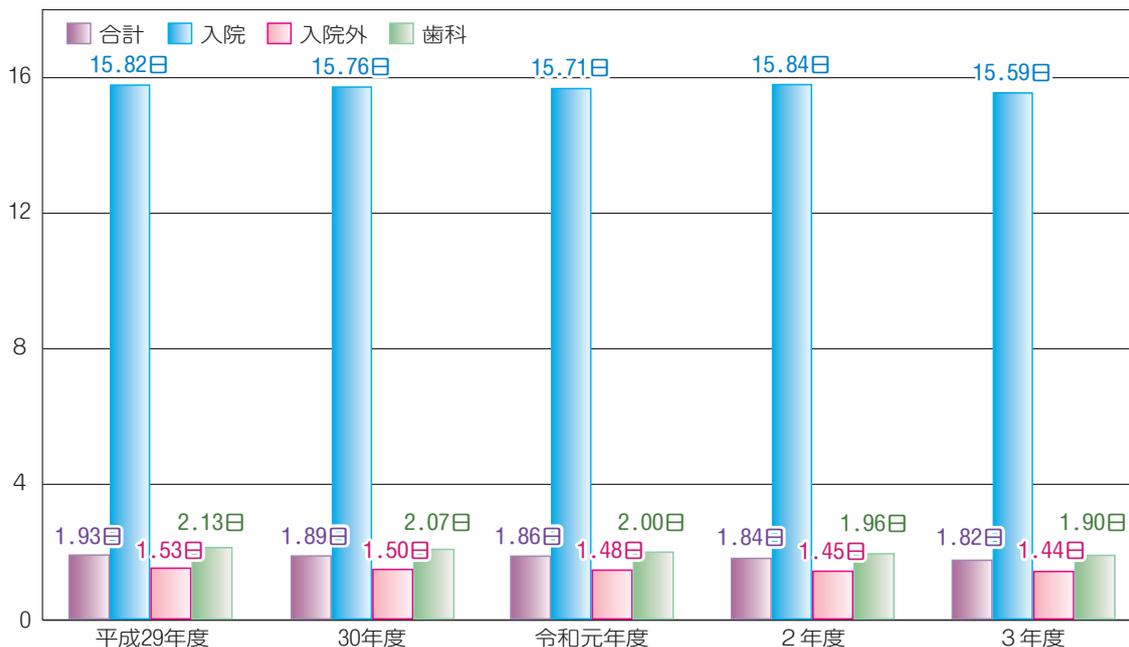
図2 受診率（県平均）の推移



$$\text{◎受診率} = \frac{\text{国保レセプト（入院+入院外+歯科）件数}}{\text{国保加入者数（年度平均）}} \times 100$$

◎各年度の事業年報（国民健康保険図鑑作成時点）より調製した。

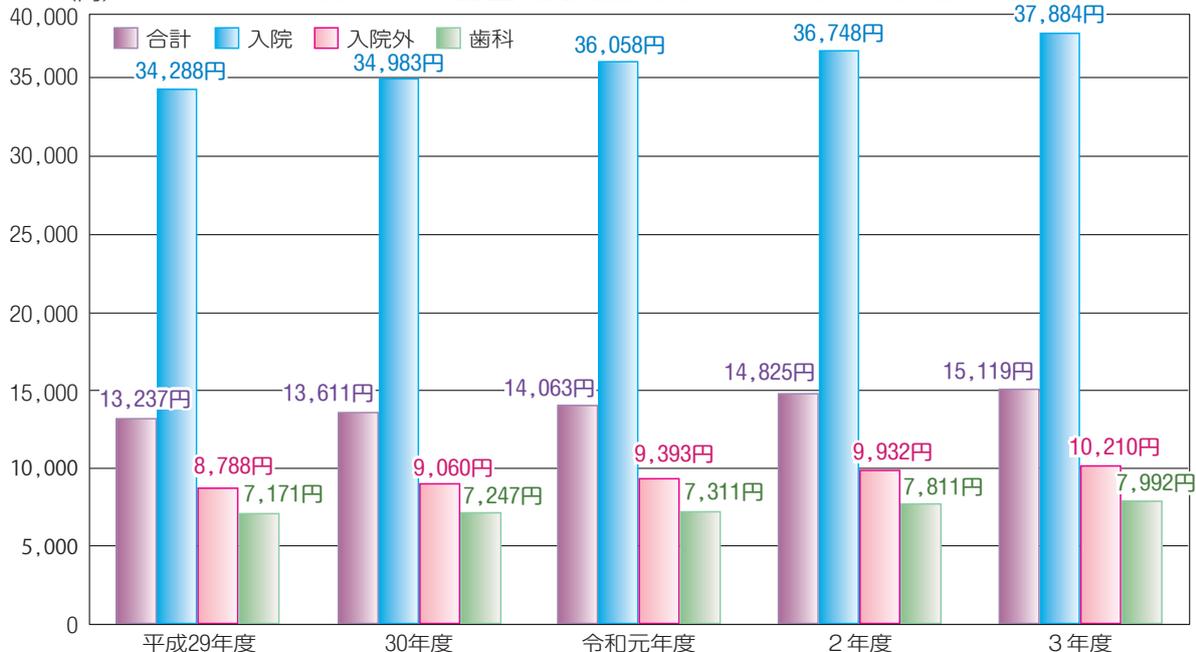
(日) 図3 1件当たり日数(県平均)の推移



$$\text{◎ 1件当たり日数} = \frac{\text{国保診療実日数}}{\text{国保レセプト件数}}$$

◎各年度の事業年報(国民健康保険図鑑作成時点)より調製した。

(円) 図4 1日当たり医療費(県平均)の推移



$$\text{◎ 1日当たり医療費} = \frac{\text{国保医療費}}{\text{国保診療実日数}}$$

◎各年度の事業年報(国民健康保険図鑑作成時点)より調製した。

## 市町村国保の特定健康診査等実施状況 (令和3年度実施分速報値)

このたび、国保中央会において市町村国保の特定健康診査等実施状況（令和3年度実施分速報値）が取りまとめられたので、令和3年度を含む直近5年間の実施状況をお知らせします。

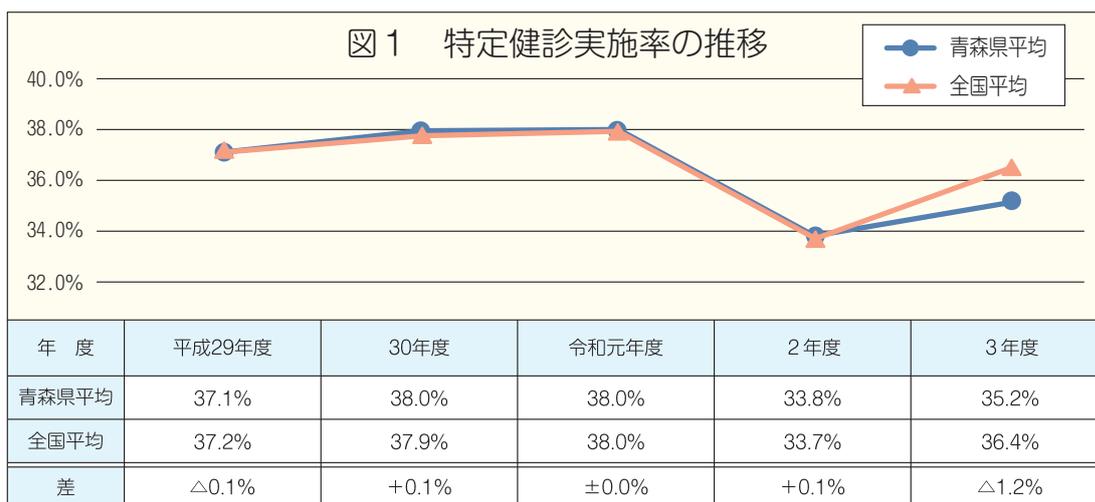
本県における実施率は、特定健診・特定保健指導ともに、コロナ以前より低い状況にあり、加入者の健康上のリスクが高くなっていることが懸念されますので、各保険者には引き続き実施率の向上が求められます。

### ・特定健診

本県の特定健診実施率は近年全国平均と同水準で推移し、令和2年度は新型コロナウイルス感染症の影響に伴う受診控え等により、平成20年度の制度開始以来初めて低下しました。

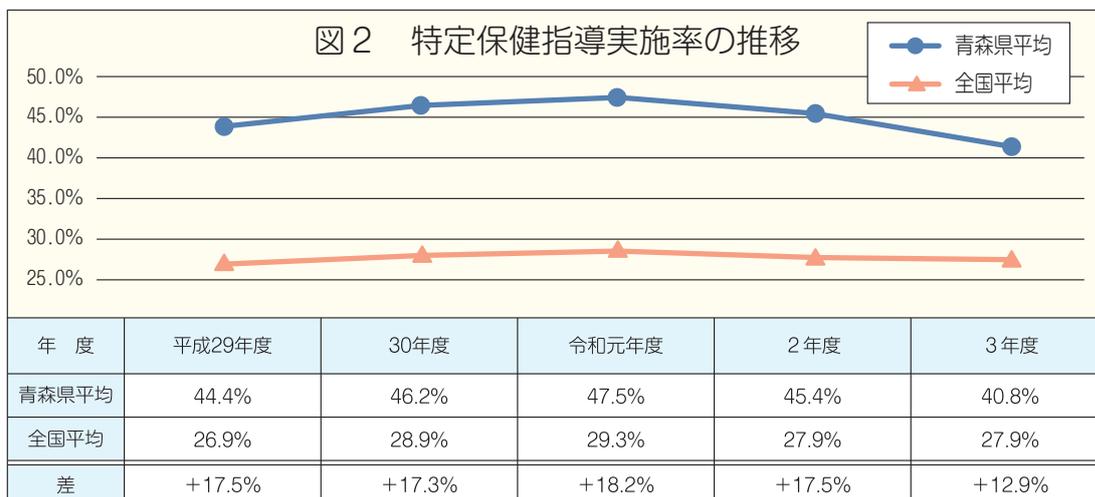
令和3年度は再び上昇に転じ、1.4ポイント増の35.2%となりましたが、全国平均の36.4%を1.2ポイント下回りました。（図1参照）

なお、全国的にコロナ以前の水準に戻っておりません。



### ・特定保健指導

本県の特定保健指導実施率は制度開始以来全国平均に比べて高く、その差は年々拡大傾向にありましたが、新型コロナウイルス感染症の影響等により令和2年度から2年連続で低下しました。（図2参照）



## 第3期データヘルス計画策定研修会について

国保連合会では、令和6年度からの「第3期データヘルス計画」策定に向けた保険者支援として、下記の通り研修会を予定しております。

### 「第3期データヘルス計画策定研修会～STEP1～」 (保健活動研修会)

- 【日 時】 令和5年6月29日(木) 13:30～15:30  
 【場 所】 青森県水産ビル (青森市安方1丁目1-32)  
 【内 容】 ○行政説明  
 「第3期データヘルス計画策定について(仮)」  
 青森県健康福祉部高齢福祉保険課  
 ○説明  
 「保健事業支援・評価委員会の支援について」  
 国保連合会  
 ○講演  
 「第3期データヘルス計画策定へ向けて(仮)」

講師：公立大学法人青森県立保健大学理事長・学長  
 青森県国民健康保険団体連合会保健事業支援・評価委員会委員長  
 吉池 信男 氏



### 「第3期データヘルス計画策定研修会～STEP2～」 (保健事業支援・評価委員会による支援)

- 【日 時】 令和5年8月下旬  
 【場 所】 青森県水産ビル (青森市安方1丁目1-32)  
 【内 容】 ○グループワーク  
 2～3市町村毎のグループで意見交換  
 (ファシリテーター：  
 保健事業支援・評価委員会委員)  
 ○全体討議(グループ発表含む)  
 まとめ



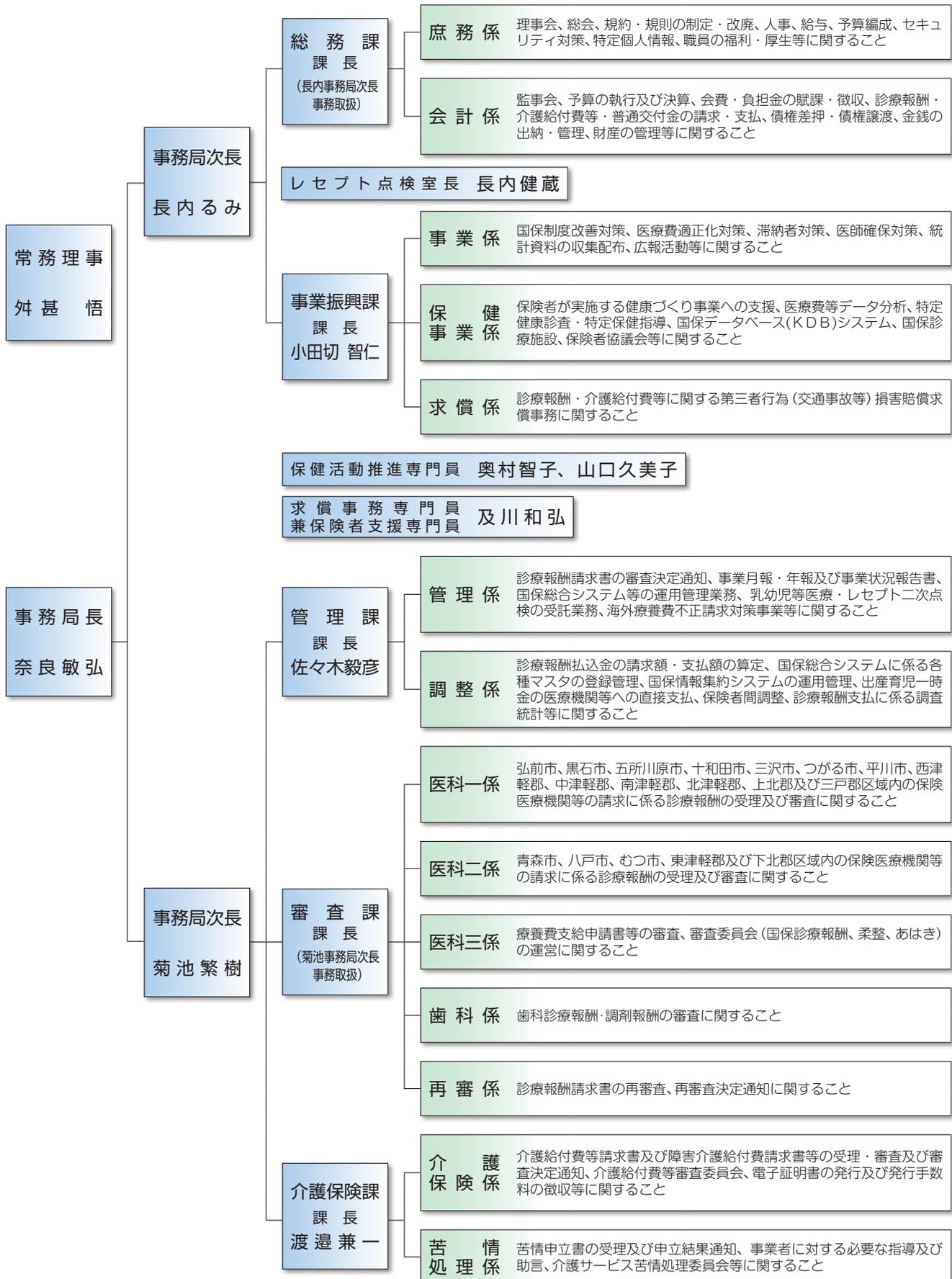
※詳細については変更の可能性があります。



**STEP1** を踏まえ、**STEP2** でさらに内容を深められる研修会となるよう進めて参りますので、保険者の皆さんの積極的なご参加をお待ちしております。  
 ※近くなりましたら、各保険者へ開催通知を送付いたします。

# 青森県国保連合会事務局組織図及び事務分担

(令和5年4月1日現在)



# ススメよう！特定健診・がん検診 ～『心を動かす健（検）診のススメ 第2版』の紹介～

本会では、健（検）診受診率向上に向けた市町村支援として、県内全40市町村に設置され、住民への健（検）診の受診勧奨などを行う地域人材として活躍している「保健協力員」の支援・育成に力を入れており、その県組織である「青森県保健協力員会等連絡協議会」の事務局も担っているところです。

このたび、本会と青森県保健協力員会等連絡協議会では、保健協力員が健（検）診への理解を深め、効果的な受診勧奨ができるように、平成26年度に発刊した『心を動かす健（検）診のススメ』の第2版を作成し、県内全市町村に配付しました。（令和5年2月28日付青国連第283号・青保協発第1号）

## 内 容

### 1. 保健協力員の役割って？

### 2. スススメよう！特定健診

特定健診を住民に受診勧奨するにあたって、保健協力員の皆さんに押さえていただきたい健診項目や受診することによるメリット等のポイントを掲載

### 3. スススメよう！がん検診

がん検診を住民に受診勧奨するにあたって、保健協力員の皆さんに押さえていただきたい5つのがん検診の項目や受診することによるメリット、デメリット等のポイントを掲載

### 4. 心を動かす話し方・聴き方のポイント

### 5. 健（検）診の受診を勧めたら断られた・・・ こんなとき、どうする？

保健協力員の皆さんが住民に特定健診・がん検診を受診勧奨する際に「効果的だった対応」や「住民に断られた時の対応方法」について保健協力員の皆さんに調査し掲載

※本県の大腸がんの死亡率が全国ワースト1位であることや、早期発見により治癒可能であることから、大腸がんに関する基礎知識や検診方法、住民に検診を断られた際の対応方法について掲載しました。



当冊子を多くの保健協力員の皆さんに活用いただけるように、5月16日（火）開催の令和5年度保健協力員研修会をはじめ、各種研修会において説明する予定としておりますので、是非ご参加ください。

## 令和5年度保健協力員総会・研修会の開催について

令和4年度の当総会・研修会は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点からオンラインで開催（令和2・3年度は書面開催）しましたが、令和5年度は万全の感染対策を講じたうえで集合形式で開催する予定です。

研修会では、県内保健協力員の活動紹介と、青森県の大腸がん死亡率が全国ワースト1位であることから大腸がんをテーマとした講演を企画しましたので、是非ご参加ください。

日 時	令和5年5月16日（火） 総 会 12時45分～13時30分 研修会 13時30分～15時30分
場 所	リンクモア平安閣市民ホール（青森市民ホール）
研修内容	活動発表 座 長：国立大学法人弘前大学学長特別補佐・ 大学院医学研究科社会医学講座特任教授・ 青森県総合健診センター理事長・ 青森県医師会健やか力推進センター長 中路 重之 氏 発表市町村：外ヶ浜町保健協力員会 会長 石田 ふさ子 氏
	説 明 『心を動かす健（検）診のススメ 第2版』の紹介 説 明：青森県国民健康保険団体連合会
	講 演 テ ー マ：大腸がんについて 講 師：弘前大学医学部附属病院准教授・医療情報部副部長 松坂 方士 氏
	保健協力員の皆さんが正しく検診の受診勧奨をできるように『大腸がん』に関する知識を学ぶ機会とします。

自治体病院開設者  
協議会だより

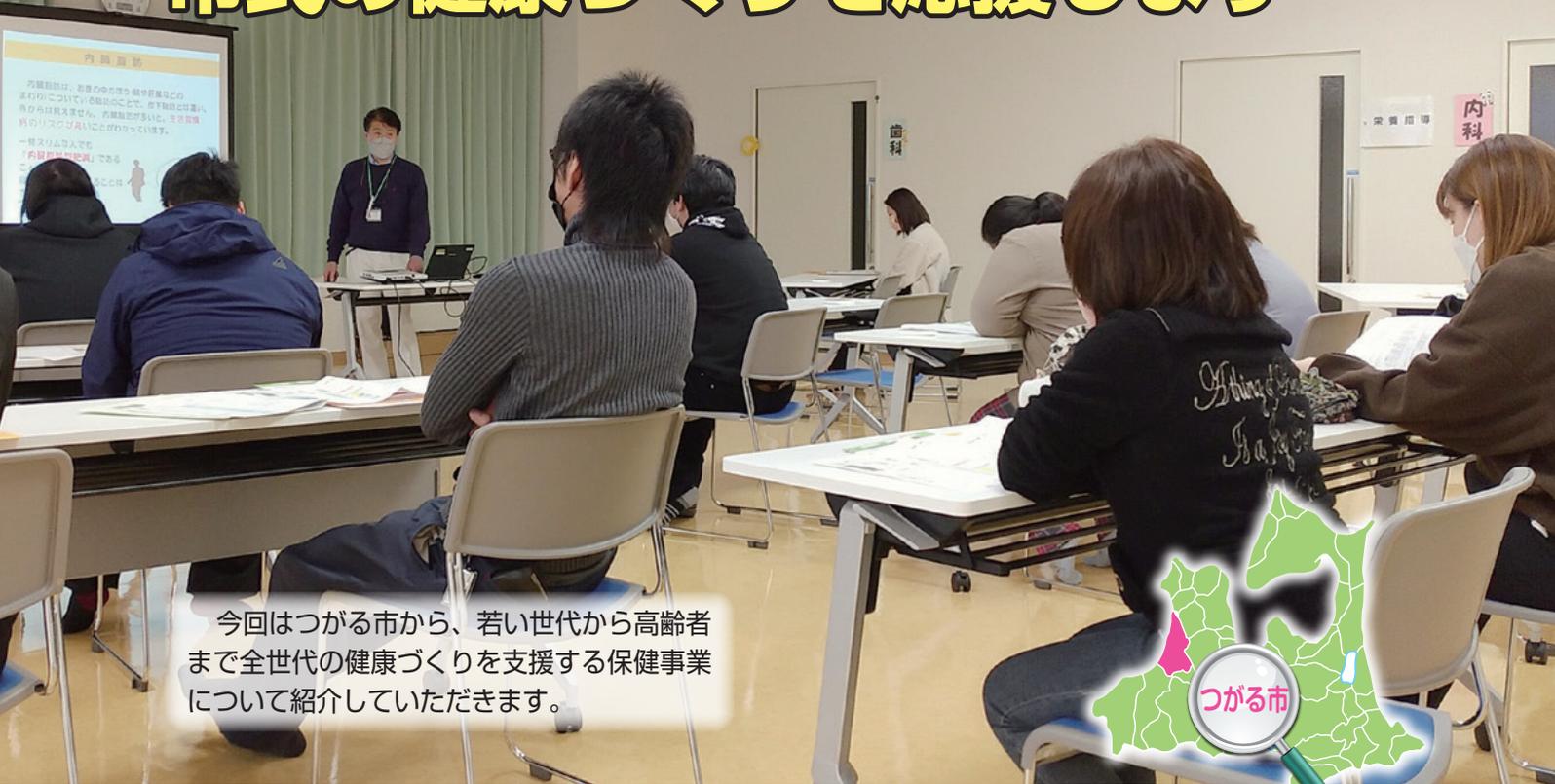
## 第48回（令和5年度） 青森県自治体医学会開催日程のお知らせ

4年ぶりの開催を目指し、下記の予定で準備を進めております。

開催の折には、是非ご参加くださるようお願いいたします。

- 開催日時 令和5年8月26日（土）午後1時
- 場 所 青森市「ウェディングプラザアラスカ 4階『ダイヤモンド』」
- シンポジウム  
「新型コロナウイルス感染症対策（仮）」  
司会 つがる西北五広域連合つがる総合病院 院長 岩村 秀輝  
演者 6名（指定）
- 基調講演  
「診療ガイドラインと法的リスクマネジメント」  
講師 弁護士法人伊藤佑輔法律事務所 弁護士 伊藤 佑輔 氏

# 「つながる つがる」 市民の健康づくりを応援します



今回はつがる市から、若い世代から高齢者まで全世代の健康づくりを支援する保健事業について紹介させていただきます。

QOL健診 健康教育

## つがる市の紹介

当市は青森県の西部、津軽平野の北部中央から西に位置し「屏風山」と呼ばれる丘陵地帯では江戸時代初頭から新田開発が行われていました。

また、田小屋野貝塚や亀ヶ岡石器時代遺跡などの縄文遺跡が数多く確認されており「新田の歴史が彩る日本のふるさと」をキャッチフレーズにまちづくりを行っています。

## 業務体制

国保主管課である民生部国保年金課は、国民健康保険資格管理及び給付、国民年金資格・給付関係、国民健康保険税賦課、高額療養費支給、後期高齢者医療関係等の業務を行うほか、特定健診・特定保健指導、若年層健診等の保健事業を保健師が健康づくり部門と連携しながら業務を行っています。

## 国保の状況

令和5年3月末現在、人口2万

9873人、国保加入者数は8759人で、加入率は約29%となっています。

令和3年度の一人当たりの医療費は約26万円となっており、県平均より低くなっていますが、前年度比では10%以上増加しており、年々増加傾向にあります。

## 保健事業の取組

当市の健康課題として、特定健康診査（以下、「健診」という。）結果からメタボのリスクとなる生活習慣（運動習慣なし、飲酒、食後の間食など）がある人やメタボ予備群者の割合が高いこと、BMI、血糖値、GPT値の有所見者の割合が高いこと、40歳代の健診受診率が低いことが挙げられます。



QOL健診 立ち上がりテスト

そこで、若年層のうちから毎年健診を受けるという意識を持ってもらい、生活習慣病の早期発見・早期治療につなげることを目的として、30歳代を対象にした「フレッシュ健診」を実施し、さらに結果説明会で保健指導を行い、健康に関心を持ってもらえるよう働きかけています。

また、3年前から県医師会健やか力推進センター及び弘前大学の協力のもと、健診後の行動変容をめざしたQOL健診（健康測定会）を開催し、令和4年度は30歳代及び65～74歳でBMI25以上の43名が参加しました。参加者は「昔はもつと握力があった」「今までやったことのない測定ができて良かった」など、楽しみながら自分の健康度を知ることができ、生活習慣を見直すきっかけづくりとなっています。

### がん患者医療用補正具 購入費補助金交付事業

国民健康保険加入者でがんになり患された方が、がんの治療に伴う脱毛に対応する目的で購入した医

療用ウィッグの購入費用の一部を助成する事業を令和4年度から開始しました。

県内では初の事業であり、令和4年度は3件の交付のみでしたが、がん治療及び就労、社会参加等の両立を支援し、療養生活の質の向上を図る手助けとなるように周知方法を工夫していきたいと思っています。

### 高齢者の保健事業と介護 予防の一体的実施の取組

地域の通いの場を活用し、保健師による健康教育のほか、近隣医



フレイル予防教室での「コグニサイズ」

療機関の公認心理師と作業療法士によるフレイル予防教室を実施しています。各地区の特性や参加者の状態に応じた内容となっており、認知症予防運動の「コグニサイズ」は、参加者の楽しみの一つとなっています。

また、当市では運動習慣がない後期高齢者が多いことや、地域包括支援センター及び社会福祉協議会の職員から「通いの場で行う健康体操があれば良い」との意見があったことから、何歳になっても身の回りのことは自分でできることを目標に市内の理学療法士の監修で健康体操「つがるトキメキ体操」を制作しました。

「つがる市民の歌」に合わせ、立位・座位・仰臥位での体操にするなど、少し変わったものとなっています。今後は、通いの場のリーダーや保健協力員を対象に伝達講習を開催するとともに、DVDの配布により、運動習慣の定着を目指したいと思っています。

### むすびに

市民の早世の予防と健康寿命延伸のためには、子どもからお年寄りまで一人ひとりの健康状態やライフスタイルに応じた適切な保健事業を提供する必要があります。

市民が住み慣れたつがる市で近隣住民同士がつながりをもち、いきいきと心トキメキながら自主的に健康づくりに励むことができるよう、応援隊となって保健事業に取り組んでいきたいと思っています。



つがるトキメキ体操伝達講習

# 医療保険の原点

日本年金機構 副理事長（元厚生労働事務次官）

樽見英樹

## ◆ 医療スタッフの安心が

### 患者の安心につながる

これまで1年間にわたり、さまざまなことを書かせていただいた。今回で私の受け持ちは最終回となる。私自身の最近の経験も踏まえながら、医療保険の機能と役割について改めて考えてみたいと思う。

最近、初めて入院というものを経験した。ほんの数日ではあるし検査のための入院のようなもので、基本ピンピンしているので、何かを語る資格もないようなものだが、何事も経験だなあとしみじみ思った。

せっかくの機会だからと四人部屋に入ってみて感じたプライバシーのなさのこととか、病院食がずいぶん良くなったこととか（昔、20代の頃、私は保険局に勤務していた、病院食を改善しようというチームの一員としてあちこち病院を見て回ったことがある）、病院は朝の活動が始まるのが早いこととか、勉強になったことはいろいろあるが、それはまた他の機会に譲るとして、とにかく、看護師の皆さんの仕事には本当に感心した。時には家族にもできないようなことを嫌がらずにやってくれるというこ

と、医師や薬剤師との情報の共有と連携がきちんとできているということ、当たり前といえば当たり前のこと、そうしたこと、どれほど患者の安心感につながるかということも、今回の数日からだけでも実感した 것이다。

そうして思ったのは、医療の現場を支える医師、看護師、薬剤師はじめ各スタッフの皆さんが、安心してそれぞれの職能を発揮できる環境をつくり、維持していくということがとても大切なことであり、それも（あるいはそれが）実は医療保険の大切な役割なのではないかということである。

## ◆ 医療提供体制の充実を図る

### ことも保険者の役割の一つ

医療保険は、もちろん、患者が医療を受けやすくするための社会的なしくみなのだが、しかし考えてみるとこのしくみには不思議な特色がある。保険であるからお金を集めて配分するというものである一方、その本来の目的は安心できる良い医療の提供であり、医療というものが生身の人間を相手にするさまざまな技術である以上、本来これはお金ではあがなえないものかもしれ

## PROFILE



### 樽見 英樹 たるみ ひでき

生年月日 1959年11月21日  
日本年金機構 副理事長  
元厚生労働事務次官

学歴	1983年3月	東京大学法学部卒業
職歴	1983年4月	厚生省入省
	1993年5月	在米国日本国大使館一等書記官
	1998年4月	北海道保健福祉部高齢者保健福祉課長
	2004年7月	総務省行政管理局管理官
	2008年7月	社会保険庁総務部総務課長
	2012年9月	厚生労働省大臣官房人事課長
	2013年7月	厚生労働省大臣官房年金管理審議官
	2016年6月	厚生労働省大臣官房長
	2018年7月	厚生労働省保険局長
	2019年7月	厚生労働省医薬・生活衛生局長
	2020年3月	内閣官房新型コロナウイルス感染症対策推進室長
	2020年9月	厚生労働事務次官
	2021年10月	厚生労働省退官
	2022年1月	日本年金機構 副理事長

ないのである。

こうした一種の矛盾は、一つには、医療保険があることによって多くの者が医療を受けやすくなるということ自体から、多くの患者の参加が医療そのものの健全な発展をもたらす、という形で解消されていく構造になっている。

しかしそれに加えて、医療保険者はお金を集めるだけではなく、それによってどのような医療を提供するかについても一定の責任を負っているということ、つまりどうやって効率性とともに医療の質の向上を図っていくかということも、保険者の大切な仕事であることを、忘れてはならないと思う。言うまでもないことだが、中協協で保険者が一方の席を占めているのも、保険者がそうした責任を負っているからに他ならない。

### ◆ 良い医療・良い生活を

#### 保障するため、

#### 今後もたゆまぬ努力を

医療保険、とりわけ公的医療保険の原点は、良い医療の保障であり、ひいては加入員の健康な生活の保障である。そのために

保険者は何ができるのか、保険料として集めたお金の意義や使い方をどのように考えていくべきか、これまで先人が積み上げてきた成果の上に、現代の医療ニーズを踏まえて付け加えるべきことは何か、一方で負担の制約は常に存在し、そのなかでどう効率化と重点化を図っていったら良いのか。医療保険を運営する者の取り組むべき課題は常に多いが、それはどれも、単なるお金の価値を超える意義を社会にもたらすための努力なのだと思ふ。

この一年、私としては楽しく書かせていただいた一方、あまり皆様方のお役には立たなかったのではないかと申し訳なく思うばかりだが、これまでお読みくださったことに感謝するとともに、皆様方の国保の事業が引き続き発展し、住民の医療と健康への安心感につながるよう、切にお祈り申し上げて筆を置くこととしたい。

記事提供 社会保険出版社



# 高齢福祉保険課長

## 就任所感

青森県健康福祉部高齢福祉保険課

課長 関口 雄介

(せきぐち ゆうすけ)

### 略歴

平成24年4月 財務省主税局調査課  
 平成26年7月 福岡国税局調査査察部  
 平成27年7月 財務省大臣官房総合政策課  
 平成29年7月 財務省大臣官房付(留学)  
 令和元年7月 厚生労働省年金局年金課課長補佐  
 令和3年7月 財務省理財局国有財産企画課課長補佐  
 令和4年7月 青森県農林水産部団体経営改善課長  
 令和5年4月 現職

日頃より健康福祉行政に携わっている皆様には厚く御礼申し上げます。

平成30年度の国民健康保険制度改正によって、県がその財政運営や効率的な事業の確保等について中心的な役割を担うこととなりました。これによって国保財政運営が安定化した一方、高齢化の進展や医療の高度化に伴う医療費の増大等の課題は依然その重要さを失わず、さらに、県内で市町村によって保険料水準が異なることなど、都道府県単位化に伴い新たな課題に向き合う必要も生じています。

また、第211回国会に提出された「全世代対応型の持続可能な社会保障制度を構築するための健康保険法等の一部を改正する法律案」には、国民健康保険運営方針の運営期間を法定化し(6年間)、医療費適正化や国保事務の標準化・広域化の推進に関する事項を同方針の必須記載事項とするなど、国保制度の基盤強

化等に向けた一層の取組を求める内容が盛り込まれています。

こうした状況の中、県では今年度「青森県国民健康保険運営方針」の改定を予定しています。同方針においては、同様に今年度改定予定の県医療費適正化計画や県保健医療計画との整合性を確保しつつ、医療費適正化に資する保健事業の推進、保険料水準の統一、事務の標準化など、持続可能な国保制度の構築に向けた来年度以降6年間(上記法案が成立した場合)の取組について定める必要があります。

中でも、保険料水準の統一については、居住市町村による被保険者間の不公平が改善され、保険給付を県内全ての被保険者の相互扶助によって賄う仕組みが実現するとともに、保険給付とより明確に対応した保険料設定となることで「受益と負担の見える化」にもつながるものとして重要な課題です。県としては、市町村の皆様の御意見を丁寧にお聴きし、地域の事情も十分に踏まえながら、保険料水準の統一に向けた取組を着実に進展させていきたいと考えております。

国民健康保険制度の適正かつ安定的な運営のため、本年度も、市町村の皆様と一体となって取り組んでいく所存です。県としてもより一層の努力を重ねてまいりますので、皆様の御理解と御協力をよろしくお願い申し上げます。



# がん・生活習慣病対策課長 就任所感

青森県健康福祉部  
がん・生活習慣病対策課

課長 三村 光司  
(みむら こうじ)

## 略 歴

- 平成24年 高齢福祉保険課 介護事業者グループマネージャー
- 平成25年 医療薬務課 地域医療確保グループマネージャー
- 平成27年 高齢福祉保険課 高齢者支援・介護保険グループマネージャー
- 平成29年 上北地方福祉事務所 保護第二課長
- 平成30年 医療薬務課 良医育成支援グループマネージャー
- 平成31年 同 副参事
- 令和2年 高齢福祉保険課 課長代理
- 令和4年 健康福祉政策課 課長代理
- 令和5年 現職

県では、平成25年3月に策定した青森県健康増進計画「健康あおもり21（第2次）」に基づき「今を変えれば！未来は変わる!!」のスローガンのもと、全県的な健康づくり運動を展開しています。

市町村や職域の皆さまの御活躍もあり、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間、いわゆる健康寿命については、平成25年以降、本県の女性が全国の女性を上回っているなど、男女とも着実に延伸しています。

平均寿命についても着実に延伸していますが、全国も同様に伸びていることから、その差が1年から2年程度開いている状況であり、特に、悪性新生物や脳卒

中、心筋梗塞による死亡率が全国平均よりも高い状況が続いています。

そのため、県では生活習慣病の発症予防及び重症化予防のための生活習慣の改善やがん検診の受診率向上に向けた取組などを進めてきたところであり、加えて本年3月には、がん等の疾患のリスクを高めるとされる喫煙に関連して「青森県受動喫煙防止条例」を施行いたしました。

条例では、受動喫煙による健康影響について理解を深めることや受動喫煙による健康影響が大きい未成年者や妊産婦への配慮等の基本理念のもと、県民の皆さまの健康の保持増進につなげることを目的に、県民や事業者の皆さまが取り組むべきことを定めています。

県では、条例の周知と更なる受動喫煙対策の普及・啓発を図り、県民の皆さまの健康づくりの実践につなげていきたいと考えています。

また、今年度は「健康あおもり21（第2次）」の最終評価年度であり、積み上げてきたデータからこれまでの取組をしっかりと評価し、今後の課題を整理した上で、第3次計画の策定に取り組んでいきます。

健康づくりは一朝一夕には成果が出にくい分野ですが、引き続き市町村・職域の皆さまと連携しながら、保健事業の更なる拡充を目指したいと考えておりますので、よろしくお願いいたします。

## 市町村職員対象研修会のお知らせ

市町村職員等を対象として、5月以降に開催する研修会等の日程をお知らせします。  
 現段階で予定されている研修会等は下表のとおりですが、今後も新型コロナウイルス感染症の発生状況等を考慮し集合開催が難しい場合は、書面開催やオンライン開催等柔軟に対応して参りますのでご了承願います。  
 なお、ご不明な点は各担当課にお問い合わせください。

### ○国保連合会関係

研修会(事業)名	開催時期	開催場所(開催方法)	担当課
保健協力員研修会	5月16日(火)	青森市「リンクモア平安閣市民ホール(青森市民ホール)」	事業振興課
国保情報集約システム説明会	5月18日(木) 11月中旬	オンライン開催 青森市内	管 理 課
市町村介護保険事務初任者研修会	5月中旬	W e b 研修	介護保険課
障害者総合支援給付審査支払等事務担当者研修会	5月下旬	W e b 研修	介護保険課
国保データベース(KDB)システム個別研修「基礎編」及び「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施担当者編」	5月下旬～11月下旬	青森市「青森県共同ビル」	事業振興課
国保事務初任者研修会	6月上旬	青森市内	事業振興課
第3期データヘルス計画策定研修会STEP1(保健活動研修会)	6月29日(木)	青森市「青森県水産ビル」	事業振興課
国保総合システム操作等研修会・説明会	7月上旬、11月上旬	青森市内	管 理 課
介護サービス苦情処理担当者研修会	7月中旬	青森市内	介護保険課
市町村介護保険事務担当者研修会	7月中旬、12月上旬	青森市内	介護保険課
特定保健指導実践者育成研修	8月上旬	青森市内	事業振興課
保健協力員研修会(保健所管内毎)	8月～10月	保健所管内毎(県内6会場)	事業振興課
第3期データヘルス計画策定研修会STEP2	8月下旬	青森市内	事業振興課
第三者行為求償事務担当者研修会	9月中旬	青森市内	事業振興課
在宅・現職保健師保健所ブロック別研修会	9月下旬～11月初旬	保健所管内毎(県内6会場)	事業振興課
保険税(料)収納事務担当者研修会	10月上旬	青森市内	事業振興課
レセプト点検業務担当者研修会	11月上旬	青森市内	審 査 課
介護給付適正化システムに関する個別フォローアップ研修	11月上旬～1月中旬	オンライン開催	介護保険課
国保データベース(KDB)システム研修会「応用編」	令和6年2月下旬	青森市内	事業振興課

### ○自治体病院開設者協議会関係

研修会(事業)名	開催時期	開催場所(開催方法)	担当課
第1回自治体病院事務(局)長会議	5月中旬	書面開催	事業振興課
第48回青森県自治体医学会	8月26日(土)	青森市「ウェディングプラザアラスカ」	事業振興課

## 東北ブロック・全国組織主催の研修会等

### ○国保連合会関係

研修会(事業)名	開催時期	開催場所(開催方法)	担当課
東北地方国保運営協議会代表者連絡協議会	7月13日(木)～14日(金)	岩手県盛岡市「アートホテル盛岡」	事業振興課
国保制度改善強化全国大会	11月13日(月)	東京都千代田区「砂防会館」	事業振興課
高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の推進に向けた研修会	11月中旬	オンライン開催	事業振興課

### ○自治体病院開設者協議会関係

研修会(事業)名	開催時期	開催場所(開催方法)	担当課
第37回地域医療現地研究会	5月12日(金)～13日(土)	香川県観音寺市「ハイスタッフホール」他	事業振興課
東北地方国保診療施設協議会連絡会議	9月22日(金)	岩手県盛岡市「ホテルメトロポリタン盛岡ニューウイング」	事業振興課
第63回国保地域医療学会	10月6日(金)～7日(土)	福井県福井市「アオッサ」他	事業振興課
自治体病院全国大会2023「地域医療再生フォーラム」	11月16日(木)	東京都千代田区「J A 共済ビル」	事業振興課
地域包括医療・ケア研修会	令和6年1月12日(金)～13日(土)	東京都千代田区「富士ソフトアキバプラザ」(オンライン形式との併催)	事業振興課



五戸町住民課  
課長

赤坂 和浩 氏

健康づくりのコラム？何を書こうか悩みましたが、私のこれまでの好ましくない行動を書くことにしました。

共済の人間ドック受診対象年齢になってから毎年受診していますが、受診当初から若かりし頃の暴飲暴食で常に最低でも1項目は再検査か精密検査。10年

ほど前に1度特定保健指導を受け、食生活の改善、運動により10kgほどダイエットに成功し、その後ドック受診。みごと全ての項目が正常値となりましたが、この時が最後。いつでも自分はやればできるという思いから、受診結果も毎年気にせず、ストレス発散のため暴飲暴食を続け、現在の受診結果は要治療まで加わっており、自業自得の結果となっています。

この原稿締切日は、年齢的に「お孫さんですか？」と言われるもおかしくない息子の小学校入学式。息子の友達にもおじいちゃん呼ばわりされないように、また最低でもあと15年程度は頑張らなければならぬため、今後は禁煙および減酒、食生活の改善、運動と若づくりに励みたいと思います。

コラム

# 私の健康づくり

深浦町健康推進課  
保健師

花田 侑紀 氏



『元気があれば何でもできる！』昨年10月に亡くなられたアントニオ猪木さんの名言です。私は子どもの頃からこの言葉が好きです。

ここから派生する私の健康づくりは、人とのつながりを持ち続けることです。私は約3年前、深浦町に就職しましたが、知らない土地や人、初めての一人暮らし、更にはコロナ禍

ということもあり、家に帰ると1人で声も発しない生活をしていました。そんな生活を続けていると、体調を崩しやすくなり、なかなか元気が出ない日が多かったと思います。

社会人2年目、コロナ禍でも様々な活動が再開され、私はこのチャンスを逃さないように深浦北前太鼓に参加したり、町内の若者が集まるバレーボールに参加するようになりました。そこから人とのつながりが増え、心身共に元気になっていきました。特にバレーボールは、友達作りや運動不足・ストレスの解消ができて一石何鳥もあります。楽しくできる運動って素敵ですね。

また、最近では学生の頃からの友人とも積極的に連絡を取るようになり、お互いに悩みを話すことで自分の気持ちに気づき、心の整理ができています。これからも私の元気の源である人とのつながりを大切にしたい。何事も元気に頑張ります！

# 健康教育機材等の無償貸し出しのお知らせ

国保連合会では、市町村支援事業の一環として、健康教育機材等の無償貸し出しを行っております。  
各市町村で開催される健康まつり、健康教室などで是非ご利用ください。

## ◎ポータブル体成分分析器「ACCUNIQ BC300」：1台



例えば…特定健診結果説明会での食事指導に活用されています!!

😊令和4年度利用保険者の感想

- 普段知ることができない筋肉量や体脂肪量を計測することができ、非常に好評であった。
- 健康教室の参加者自身の体脂肪等の関心が向上し、メタボリックシンドローム、動脈硬化に繋がる指導ができた。

30秒で体重・体脂肪のみならず、体を構成する体水分・タンパク質・ミネラルの結果や正常範囲、また部位（右腕・左腕・体幹・右足・左足）別の筋肉量など最大14項目を簡単に測定することができます。  
※プリンタと専用記録紙もセットで貸し出しています。

## ◎フードモデル（3種類）：各1セット

①食生活改善指導用食品(60種)



②エネルギーコントロール食1400



③一般的なアルコールモデル



- ①生活習慣病予防のための食生活改善指導に役立つ食材と献立のセット。
- ②糖尿病や肥満症の方のためのエネルギーを1400kcalにコントロールした献立例のセット。
- ③一般的なアルコールに含まれるエネルギーやアルコール量の指導に役立つセット。

## ◎血管年齢測定システム

「メディカルアナライザー（プリンター内蔵型）」：3台



※左側側面から印刷結果が出力されます。

- 手軽に測定ができると大好評!
- 血管老化（動脈硬化）の進行度を年齢に応じて相対的に評価。
- 生活習慣改善を促す動機づけに!

貸出・返却時の物品チェックへのご協力をお願いします

全ての貸出物品・付属部品について、「貸出物品チェックリスト」を用いて、①貸出時と返却時に保険者立ち合いのもと確認、②返却前に保険者で確認いただいております。お手数をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。

## その他各種貸し出し用品

- 生活習慣病予防対策タペストリー（2シリーズ）：各1セット
  - ①「メタボリックシンドロームとは？」
  - ②「肥満にご注意」  
メタボリックシンドロームの予防・改善について、イラストを多用した分かりやすい内容。  
縦80cm×横58cm、1シリーズ8タイトル入
- のぼり旗（4種類）：計50本
  - ①「日頃の健康 日頃の努力」(20本)
  - ②「まもろう健康 つくろう健康」(20本)
  - ③「年に一度受けましょう! 特定健診」(5本)
  - ④「定期的に受けましょう! がん検診」(5本)
- 着ぐるみ（4種類）：パンダ・うさぎ・コアラ・トラ各1体
- はんてん：48枚（M30枚・L18枚）

お問い合わせ並びにお申し込みは  
本会事業振興課 保健事業係まで

TEL 017-723-1336  
(内線190)

※貸し出しは原則先着順ですが、同じ期間の申し込みが複数ある場合は、調整させていただきます。

# 第三者行為損害賠償求償事務についてのお知らせ

国保連合会では、第三者行為損害賠償求償事務の委託・相談を随時受け付けております。(費用は無料です。)

必要書類を提出していただければ、損保会社との過失割合の交渉など専門的な事務を代行します。

また、顧問弁護士を設置し、加害者直接請求など困難な事案にも対応しておりますので、市町村事務の軽減のため、是非ご活用願います。

## 1. 求償事案の発見

国保総合システムの「第三者確認機能」において、交通事故該当レセプト、また交通事故に関連性の高い病名のレセプトが抽出されていますのでご活用ください。

※詳細は、国保総合システムのお知らせ欄に掲載の「第三者行為求償事務（国保総合システム処理）保険者向けマニュアル（令和5年4月4日付け）」を参照願います。

## 2. 委託の方法

一事案毎に「損害賠償求償事務委託書」等の提出書類を本会へ提出してください。なお、全ての書類が揃わない段階でも委託可能です。

【提出書類】

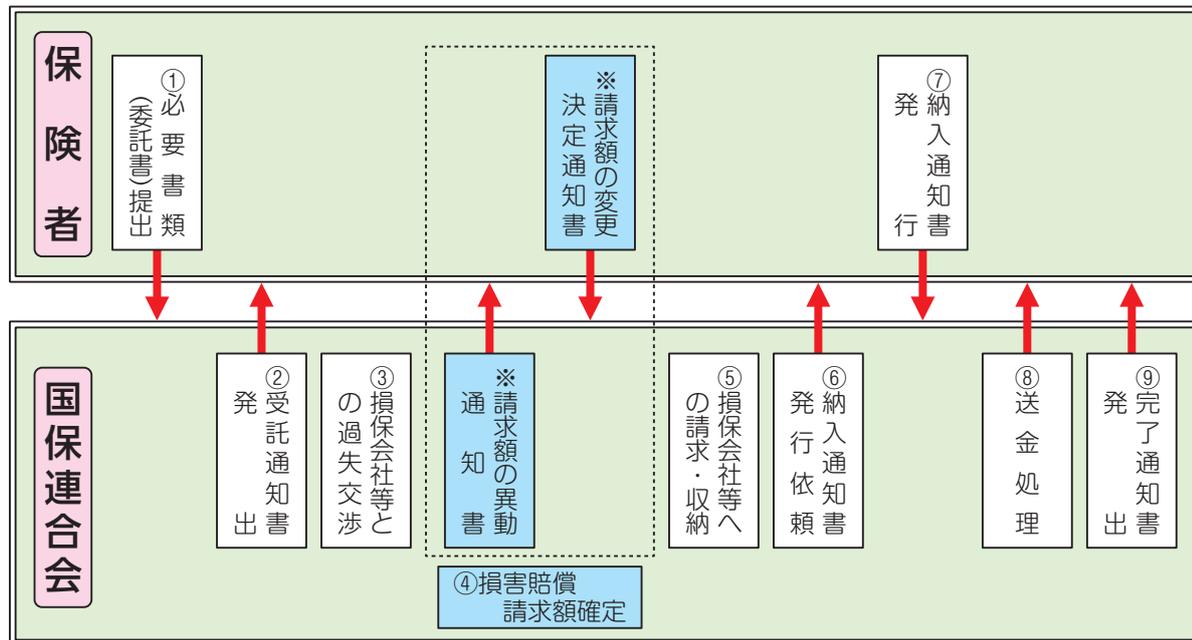
(1)損害賠償求償事務委託書（様式第1号）	(7)代位取得通知書「写」（参考様式第5、6号）
(2)委任状（様式第2号）	(8)国民健康保険給付内訳書（様式第7号）
(3)第三者行為基本調査書（様式第3号）	(9)保険給付内訳書（様式第7号の1）
(4)交通事故証明書（様式第4号）	(10)診療報酬明細書「写」
(5)事故発生状況報告書（様式第5号）	(11)その他参考となる関係書類（傷病届等）
(6)念書（被害者）（様式第6号）	

※1. (8)、(9)、(10)については、後日（症状固定後）提出可能。

※2. (8)、(9)について作成が困難な場合、本会へご相談ください。

※3. 各様式は本会HPに掲載しておりますのでご活用ください。

## 3. 処理の流れ



※私病の混在や過失相殺により請求額が異動となる場合は、異動通知書により保険者へ連絡します。保険者では内容確認後、変更決定通知書を提出してください。

保険者訪問相談業務も実施しておりますので、第三者行為に関するご相談がありましたら、下記までお気軽にご連絡ください。

また、本年9月には「第三者行為求償事務担当者研修会」の開催を予定しておりますので、是非ご参加ください。

**青森県国民健康保険団体連合会 事業振興課求償係**

〒030-0801 青森市新町2丁目4番1号 県共同ビル3階 TEL017-723-1336 (内線160) FAX017-723-1095

国民健康保険は、  
病気やけがをしたときに  
安心して医療が受けられるよう、  
みんなで助け合う制度です。  
みなさんの保険税(料)が、  
国民健康保険をささえています。



国民健康保険税(料)は納期内に納めましょう。  
納付にお困りの際は、市役所・町村役場の  
国民健康保険の窓口へご相談ください。

青森県市町村国民健康保険・青森県国民健康保険団体連合会

発行／青森県国民健康保険団体連合会

青森市新町二丁目4番1号(県共同ビル3階)

電話017(723)1336

※許可なく、転載複製を禁じます。

印刷所／株サノエイ 電話017(738)0040