



龍鳳丸

## 国保のなかまたち <塩竈市> ..... 2

宮城県だより ..... 4

Health information ..... 5

すわん薬局 加茂 雅行  
変革を迫られる保険薬局と薬剤師

こくほ随想 ..... 6

日本年金機構副理事長  
(前厚生労働事務次官) 樽見 英樹  
医療保険制度は誰のためにあるか

運動習慣でフレイル予防! ..... 7

一般社団法人宮城県理学療法士会  
医療法人社団脳健会仙台東脳神経外科病院  
理学療法士 櫻井 健太郎  
第1回 座ってできるフレイル予防体操

国保連 report ..... 8

令和3年度の国保・後期高齢者ヘルスサポート事業評価

国保連コーナー ..... 10

- ・令和4年度事業計画、予算など原案どおり可決
- ・人事異動、事務局組織図 他



鳳凰丸





藻しお姫



みなもとの  
源 ねりかま



のりた



わかりん



かきたん



シオンちゃん



まぐ介

国保の  
なかまたち

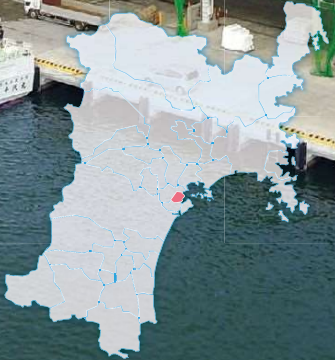


塩竈市

塩竈市魚市場

海と社に育まれる  
楽しい塩竈

塩竈市は宮城県のほぼ中央に位置し、鹽竈神社の門前町、日本有数の生鮮マグロ水揚げ量を誇る港町として栄えてきました。寿司やかまぼこ、地酒など、食のまちとしても魅力的です。令和3年11月23日には市制施行80周年を迎え、今後さらなる未来に続くまちづくりを進めていきます。



### 国保の状況

塩竈市の国保被保険者数並びに加入率は年々減少しております。被保険者一人当たりの医療費は、医療の高度化等の影響で増加の傾向にありましたが、令和2年度は、新型コロナウイルス感染症の影響による受診控えなどのため、前年度より4・20%減となりました。

国保税の収納率は、東日本大震災以降上昇傾向にありましたが、令和元年度は新型コロナウイルスの影響などのため、前年度より0・51ポイント減少しました。なお、令和2年度は再度増加（0・50ポイント）に転じました。

データヘルス計画等に基づく各種保健事業の実施により、被保険者の健康維持・増進に努めています。

### 市の国保の概況 ※直近2箇年のデータ（人口、被保険者数等は年度末の状況）

		令和元年度	令和2年度
市の人口	人	53,795	53,354
国保世帯数	世帯	7,341	7,326
国保加入割合（被保険者数割）	%	21.07	20.99
収納率（現年分）	%	94.13	94.63
被保険者数	人	11,337	11,198
前期高齢者数	人	5,430	5,495
一人当たり医療費	円	439,853	421,373
特定健診受診率	%	44.4	38.2



すし磨

三陸塩竈ひがしもの



酒えもん

塩竈みなと祭



浦戸諸島朴島の菜の花



なのっちー



桜菓子姫



塩竈市の国民健康保険事業は、保険年金課、健康づくり課（※）、税務課の3課で運営しています。

保険年金課は、国保の資格管理や保険給付、保健事業業務のほか、国民年金、後期高齢者医療、各種医療費助成および児童手当など、市民の生活に密着した様々な業務を担当しています。

健康づくり課は、各種健（検）診や健康づくり事業の実施、新型コロナウイルスワクチン接種等の業務を担当しています。保険年金課は事務職員のみのため、保健事業においては、健康づくり課の専門職（保健師、管理栄養士等）と協力しながら事業を進めています。

税務課では、市税・国保税の賦課徴収業務を担当しています。所得変更や資格異動等により国保税額が変更になる場合、未納や過誤納を発生させないよう、保険年金課と税務課が連携して確認作業を行っています。

3課の連携による国保事業の運営で、被保険者の健康づくりに取り組んでいます。

(※)令和4年度より健康推進課から名称変更

## 保健事業や収納率向上対策事業について

第2期データヘルス計画について

令和2年度末に「第2期データヘルス計画」の中間評価を行い、併せて各保健事業の評価の結果から、目標値の修正や後半期の事業計画の見直しを行いました。令和5年度末の最終評価に向けて、各保健事業の受診（実施）率向上のため、ナッジ理論（※）の活用や関係部署との連携強化等により、特に就労世代への受診勧奨を強力に進めています。

(※)文章の表記や表示方法等を工夫すること  
で、その人の心理に働きかけ、行動を行動科学的に  
変えていく手法。

保健事業における  
塩竈市ならではの取り組み

## ① インセンティブ事業

塩竈市の特定保健指導実施率は年々減少傾向にあり、令和元年度には8・6％となりました。そこで、令和2年度は特定保健指導を終了

## ②みなし健診事業

した方々へ、市内で利用できる寿命券（3,000円分）のプレゼントを行ったところ、実施率が14.0%に上昇しました。好評のため、令和3年度も継続していきます。

令和3年度からの新たな試みとして、生活習慣病などの治療で通院しているため特定健診を受診しない方について、医療機関が保有しているデータを特定健診のデータとして収集する『特定健康診査診療情報提供・みなし健診事業』を開始しました。今後も、事業の見直しを行いながら取り組みます。

国保税の収納率向上を目指して

塩竈市では、国保税の納付において、平成24年度からはコンビニ納付、令和2年10月からはスマートフォンアプリでの納付が可能となりました。

また、普通徴収の納期限について、平成27年度より8期から12期に変更し、4月に暫定賦課、7月に本賦課の納税通知書を送付しています。さらに、令和3年度から

広報活動

は、初回と2回目以降の納付額に極端な差が生じないよう、2回目以降の納付額を100円単位とし、1回当たり納付額の平準化を実施しました。

## 今後の課題

年に2回程度、市の広報紙「広報しおがま」の別冊「国民健康保険 後期高齢者医療 特集号」を作成・発行しています。国保の制度改正や税、保健事業等、十分なスペースを確保して被保険者に分かりやすく周知しています。

国保税について、平成30年度に平均11.04%の引き上げとなる税率改定を行い、不足財源を財政調整基金で補填する形で、国保事業運営が続いています。

被保険者数の減少により総医療費は減少傾向にあるものの、高齢化及び医療の高度化により、一人当たり医療費は増加傾向にあります。また、医療費の伸び率の抑制に取り組むための保健事業の費用も今後ますます増加すると予想されます。

今後も健全な運営に努め、被保険者のための国保事業運営を続けてまいります。

## 宮城県だより

### 国保医療課長からのあいさつ



国保医療課長  
槇 信弥

宮城県国民健康保険団体連合会の皆様、また、市町村及び国民健康保険組合の皆様におかれましては、日頃、国民健康保険事業の円滑な運営に御尽力いただいておりますことに厚く御礼申し上げます。

さて、平成30年度から国民健康保険の都道府県単位化がなされ、宮城県が財政運営の責任主体として、市町村と共同で国民健康保険を運営するようになって5年目に入りました。

昨年度は、令和3年3月に国保運営の基本的な指針として策定した「第2期宮城県国民健康保険運営方針」の対象期間である令和3年度から5年度までの初年度に当たり、同方針で定めた保険給付の適正実施や医療費適正化など様々な取組について着実に推進しつつ、保険料（税）水準の統一に向けた検討にも着手いたしました。

新型コロナウイルス感染症への対応については、オミクロン株への感染が全国的に急速に拡大し、本県でもこれまでに例のないスピードで拡大したため、県独自の「緊急特別要請」を実施するなど感染抑制策に取り組みました。県としては、県民の命を守ることを最優先に考えながら、3回目のワクチン接種の加速化や診療・検査体制の拡充など、感染拡大防止対策と医療提供体制の充実を図ってまいります。

今後も、「第2期宮城県国民健康保険運営方針」に基づき、宮城県国民健康保険団体連合会、市町村及び国民健康保険組合の皆様と連携して、国民健康保険事業の効率的・効果的な運営に努めてまいりますので、より一層の御理解と御協力を賜りますようお願い申し上げます。

### 令和4年度 国保医療課 新任職員自己紹介



主査  
西澤 誉浩

国保医療課の国保事業経営班に赴任しました、西澤誉浩（たかひろ）です。昨年度までは仙台地方振興事務所農地に関する土地改良事業について、工事経理を担当していました。

趣味は読書で、好きな作家は海老沢泰久とレイモンド・チャンドラーです。

保険行政の担当は初めてですが、気合いと勢いでがんばりますので、よろしくお願いいたします。



主査  
阿部 和希

中南部下水道事務所から参りました、阿部和希と申します。

保健福祉部は初めてとなります。今までは工事経理と税関係の仕事と偏った異動をしております。予算関係は初めてに近い感じとなりますが、精一杯頑張っていきたいと思っております。

1歳の娘に振り回される毎日を送っております。

子供が小さいためなかなかできていないのですが、趣味は多趣味で、車いじりもしますし、ウインタースポーツもしますので、気軽に声をかけて頂ければと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



主査  
木村 園子

今年度、宮城県国保医療課国保事業経営班に配属されました、木村園子と申します。国民健康保険の財政運営に関わる業務ということで責任と緊張を感じています。新たな環境での一からのスタートで不慣れな点もあるかと思いますが、少しでも多くのことを学んで誠心誠意業務に励みたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。



主事  
佐々木 康太

令和4年4月1日から国保医療課国保指導班に配属となりました、佐々木康太と申します。

保健福祉分野の担当となるのは初めてであり、不安もございますが、自己研鑽に励み、いち早く皆さまのお役に立てるよう努めてまいります。

休日は日帰りで温泉に行ったり、自然を味わいに外に出たりすることが多いです。

どうぞよろしくお願いいたします。



技師  
清野 敬子

令和4年4月1日に国保医療課医療指導班に着任しました清野敬子と申します。3月末までは保健所で新型コロナウイルス対応業務に従事しておりました。今回、保険行政の従事は初めてですが、制度への理解を深め、これまでの経験を活かして業務に努めてまいりたいと思います。

趣味は寺院・仏閣巡りです。御朱印集めをしてその土地の雰囲気を感じながら見聞きし、美味しい物を食べることが好きです。

どうぞよろしくお願いいたします。



主事  
石川 日奈子

初めまして。新規採用にて、令和4年4月1日に国保医療課国保事業経営班に着任しました石川日奈子と申します。複雑な業務内容に対してはもちろん、初めての社会人生活に対しても不安が大きいですが、保険制度についてしっかりと勉強し、一日でも早く皆様のお役に立てるよう日々努めてまいります。コロナ禍での運動不足解消のために始めたバドミントンと散歩がきっかけで運動する楽しさに気づいたので、この習慣を続けていけたらと思っています。

どうぞよろしくお願いいたします。





## 変革を迫られる 保険薬局と薬剤師

すわん薬局 加茂 雅行

「みやぎの国保」に寄稿のご依頼をいただき先達のご執筆内容を拝見しましたら、薬局や薬剤師に関するものがございましたので、標題についてつらつら思うところを書き連ねてみようと思ひに至りました。

私が年少の頃の昭和40年代、薬局は駅前の商店街に店を構え、地域の皆様に胃腸薬、風邪薬、点眼薬、傷絆創膏、消毒液、駆虫薬、蚊取り線香、日焼け止め、化粧品、栄養ドリンク、果てはトイレットペーパー、紙おむつ等、あらゆる物品雑貨を販売し、薬剤師は「街の化学者」として、よろず相談所ながらの接客をしておりました。店舗の真ん中に灰皿と丸椅子があつて、買うでもなく売るでもなく、談笑しながら延々と二日が過ぎていく、そんな光景をアルバイト中の私は「これが仕事になるのか」と思いながら眺めていたものです。店舗と居住区はつながっていて、夜中にシャッターを叩かれ子供の解熱剤や整腸剤を販売することも日常茶飯事でした。そのような顔の見える関係が、「地域医療の一端を担う」ということになっていたのだしろう。

昭和の終わりに差し掛かった頃、国策として国立大学病院で院外処方せん発行促進が謳われ、数値目標が示されたあたりから、薬局の構造は大きく様変わりしました。多くの患者が間髪入れず処方薬を受取できる環境を整備するため、周辺に

多くの「調剤薬局」が開局、「待たせずに、快適に」の号令のもと薬剤師は調剤に傾倒しましたが、一方でそれが「乱立」という弊害も招いたことは否めません。診療が終了すれば門前の薬局は一斉に営業を終了し、「夕方6時を過ぎるとシャッターが下ろされ、薬が買えない」処方せんが無ければ入れない」等の批判を受け、「コンビニより調剤薬局が多い」と揶揄され、旧来の薬局が閉局の憂き目をみたのもこの頃でした。

厚労省は平成27年、高齢化社会の到来、医薬分業の進展等により、薬局を取り巻く環境は大きく変化したとして、近年の社会情勢の変化を踏まえた「薬局の求められる機能とあるべき姿」を「患者のための薬局ビジョン」で策定、指針として打ち出しました。本ビジョンは、薬局がかりつけ機能を推進し、最適な薬物療法を提供するためのチーム医療に積極的に取り組む、在宅医療において供給体制や適切な服薬支援を行い、セルフメディケーション推進のため地域に密着した健康情報の拠点として役割を発揮する等、まさに前述の批判に応えるものとなりました。これに沿って、患者が自らかかりつけ薬局・薬剤師を選択し、服薬情報の二元化、残薬管理、24時間対応・在宅対応等の環境を享受できる環境の整備が進められています。薬局は地域で孤立する存在ではなく、かかりつけ医を始めとした多職種・他機

関と連携して地域包括ケアの一翼を担う存在にならうと取り組んでいるのです。しかし、顧みればそれこそがかつて街中にあつたよろず相談の薬局が、既に行っていたことだったので私は思います。

更に令和2年より、薬機法の改正に伴って新しい機能別薬局の認定制度が導入され、患者が住み慣れた地域で、安心して高度な薬物療法を受けられる環境を整備するために、「地域連携薬局」と「専門医療機関連携薬局」という2つの認定薬局が誕生しています。この名称を参考に、患者はより自分に適した薬局を選択することとなるでしょう。これらの薬局の特徴については、機会があれば紹介したいと思います。

薬局は、単に「調剤の業務を行う場所」から、「医薬品の適正使用に必要な情報の提供及び薬学的知見に基づく指導を行う場所」への変革が求められています。この一連の変革によって、改めて薬剤師が自身と向き合い、その矜持が問われる時期を迎えていると私は考えています。





## 医療保険制度は

## 誰のためにあるか



樽見 英樹

 日本年金機構  
副理事長  
(前厚生労働事務次官)

短時間労働者への健康保険・厚生年金の適用が進む。今年 10 月からは従業員 100 人以上の企業についても週 20 時間以上の労働者を適用とする(これまでは 500 人以上の企業)などの改正が施行されることとなっている。このことを先日ある講演の場で話した際、「それは国保を弱体化させることになるのではないか」との質問が出た。パート労働者などの短時間労働者は国保被保険者のなかでは相対的に見れば若くて経済的に安定した層に属し、それを社会保険に持つていくというのは国保の側が財政的に厳しくなることにつながるのではないか、という懸念である。

しかし短時間労働者は、国保に入っている人ばかりではない。むしろ健康保険・厚生年金の被扶養者になっている人も多い。そうした人たちを含めて、どのような給付や保険料負担の仕組みを持った保険制度の対象とすることがふさわしいのかという視点から、まず、適用範囲の問題は考えていかなければならない。夫が働き妻は家を守るというモデルが過去のものとなり、就労形態が多様化する中で、勤務や生活の実態が被用

者のものであるならば、それにふさわしい給付があり、保険料に事業主負担もある被用者としての制度を適用するのが本筋だということにならざるを得ない。ご指摘は分かるが、医療保険の制度はまずは被保険者のためにあるのであつて保険者のためにあるのではないということとは理解していただかなくてはならないという趣旨のことを、もう少し整理の荒っぽい言い方だったけれど、そのとき私はお答えした。

なお、そのときは持ち合わせていなかったが、制度改正が検討されていた当時の医療保険部会の資料によれば、短時間労働者の被用者保険への適用により、国保サイドの財政も実はわずかに改善するとされている。国保の側でも収入のない被扶養者が一定程度脱退すること、対象となる人の収入と国保被保険者全体の平均収入との関係などからそう推計されるということであり、要すれば、これまで様々な手立てが取られてきた国保の財政対策の中で受け止められるような構造にはなっているということだ。

私は厚生労働省を昨年秋に退き、今年から日本年金機構に勤務している。制度を企画する立場から保険者として実務を運用する立場に移ったことになるが、そこで改めて感じるのは、運用できない制度は絵に描いた餅にすぎないということだ。制度の趣旨を具体的な効果ある形にするためには、制度の立て方から日々の運用方法に至るまで様々な整理や工夫が必要で、その後者のことがなすれば軽視されすぎてきたことがなかったかとも、これまでの自らの公務員生活を振り返って反省する。

最初の問題に戻ると、この問題は薬の作用と副作用の関係と似ていると思う。被保険者の給付や負担に関して保険者の運営に生ずる問題は「副作用」ということになるかも知れないが、だからといって軽視してよいということにはならない。薬は効いたが患者は死んだ、のでは元も子もない。しかし、同時に、保険者の安定的な運営の確保も、もともと制度が被保険者のためにしっかりと機能するようにするためだということは忘れてはならない。このバランスを取りながら進めることが、難しいけれど大切な

である。

こうしたことを考えながら、今は年金制度の運営を誤りなく進めることができるように日々一つ一つの問題に対処するのが私の仕事である。これまで本欄を担当されてきた歴代の皆さん方に比べれば見識不十分と言わざるを得ないのを恐れているが、かつて制度を企画する側に身を置き、今はそれを実務として運用する側にいる者として、社会保障や医療保険をめぐる皆さん方に何がしかお役に立つことをこれから月に 1 度、綴っていければと思っている。どうかよろしく願います。

記事提供 社会保険出版社



## 第1回

運動習慣で  
フレイル予防!



# 座ってできる フレイル予防体操

一般社団法人宮城県理学療法士会  
医療法人社団脳健会仙台東脳神経外科病院

理学療法士 櫻井 健太郎



新型コロナウイルス感染症による外出自粛で

「運動好きだったのになかなか外出できない…」、「最近、からだの衰えを感じる…」

なんて思ったことはありませんか?

フレイル予防のポイントは、こまめにからだを動かすことです。

今回は短時間で、一人でも簡単に組み組める「座ってできる体操」をご紹介します。



### 足踏み運動

脚の付け根の筋力をつける運動です。歩行や階段での足の振り出しを良くする効果が期待できます。背中を背もたれから離して運動することで、姿勢の改善も期待できます。

- ①片足ずつゆっくり、膝を胸に近づけるように太ももを持ち上げます。膝は曲げたまま、股関節を意識して動かします。
- ②そのまま5秒止め、ゆっくりとおろします。片足ずつ10回繰り返しましょう。



**Point** 骨盤を起こし、背筋を伸ばして! 姿勢は「証明写真を撮るとき」をイメージ!

### 膝伸ばし運動

太ももの前側、膝周りの筋力をつける運動です。足の支えを強くする効果、膝痛予防の効果が期待できます。

- ①つま先を上に向けた状態で、片足ずつゆっくり膝を伸ばします。
- ②そのまま5秒止め、ゆっくりとおろします。片足ずつ10回繰り返しましょう。



**Point** 膝はまっすぐになるまで! つま先を上げる意識をするとより効果的!

### つま先上げ運動

すねの前側、足首周りの筋力をつける運動です。つま先を上げやすくし、つまずきやすさの改善、バランス改善の効果が期待できます。

- ①かかと踵は床につけたまま、両足同時につま先を上げます。
- ②そのまま5秒止め、ゆっくりとおろします。両足同時に10回繰り返しましょう。



**Point** 歩く時もつま先を上げて! 踵から踏み込むことを意識して転倒予防!



注意点

- ・痛みが出たり、痛みが増したりする時は、速やかに運動を中止してください。
- ・無理に伸ばしたり、反動をつけたりして行わないようにしましょう。
- ・運動時は姿勢よく腰掛け、バランスに不安がある場合は座面を手で支えてください。
- ・回数、秒数を声に出して数えながら行う事で、運動時の血圧上昇を予防する効果が期待できます。



## 令和3年度の国保・後期高齢者ヘルスサポート事業評価

### 令和3年度 第3回宮城県国民健康保険 団体連合会保健事業支援・ 評価委員会

去る1月31日に第3回の保健事業支援・評価委員会が開催され、令和3年度の国保保険者が行う個別保健事業、宮城県（以下「県」という。）の個別保健事業及び宮城県後期高齢者医療広域連合（以下「広域連合」という。）の個別保健事業についての事業評価が行われた。

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点からWeb会議（Zoom）を使った形式で開催した。国保保険者に対する評価は、まだ年度途中ということもあり事業結果が測定できない項目もある中での開催となったが、各保険者においては、現時点での課題や阻害要因を記載し、今後の方向性を分析した上で支援・評価委員会に臨まれた。



国保保険者等の個別保健事業について助言する小坂教授

### 宮城県・広域連合への支援

支援・評価委員会当日の午前の部においては、県と広域連合の個別の保健事業についての評価が行われた。県からは、「みやぎのデータヘルス推進事業」および「糖尿病性腎症等生活習慣病重症化予防事業」、広域連合からは、「後期高齢者健康診査受診率向上事業」について、それぞれ説明し、支援・評価委員から助言等をいただいた。

広域連合の「受診率向上事業」においては、受診率の高い市町村の取り組みを他の市町村でも展開できるか検証することや集団健診と個別健診の併用、また、保険者インセンティブに関する指標も参考に事業展開を考えていくことなどの助言を受けた。

次に県においては、県担当者から「みやぎのデータヘルス推進事業」の説明の中で県の課題として食塩摂取量が多い、歩数が少ない、喫煙率が高い、メタボが多い、子供の肥満も多い状況であるが、コロナ禍における啓発に苦慮しているということに対して、生活習慣病を考慮する上で食事はデリバリー食になっていないか、身体活動に関しては明らかに減少しているが意欲は低下していないかなども考慮した上で、ほかの健康行動との関連についても分析結果を解釈するのがよいと助言を受けた。

### 国保保険者への支援

午後の部では、7市町と1国保組合の国保保険者における個別の保健事業についての評価が行われた。生活習慣病の1次予防を重点に置いた取組（早期介入保健指導事業）の1町、特定保健指導実施率向上事業の2市、糖尿病性腎症重症化予防事業の1市、4町、1国保組合に対して、事業評価が行われた。

保険者からは、データヘルス計画との関係性、健康課題・背景・位置づけ・ねらい、事業の目的、今年度の重点目標、実施後の評価結果・達成度・今後の課題・方向性について簡単に説明した後、評価委員に伺いたいことを発言し、事業毎にまとめて評価委員からコメントをいただく形式で実施した。

全体として、評価委員からは「どの保険者においても丁寧に事業を進めていることが伝わった。資料を拝見していて毎回感じることであるが、担当者の中には様々なアイデアがあると思うが、色々な人達と共有しやすくなるために気が付いたことを伝えたい。まず、「データヘルス計画との関係性」と「事業の目的」と今年度の重点目標」がしっかり連動していることがすんなり組み取れると他者にもすんなりと理解しやすくなるということ。次に「今年度の重点目標を意識した評価指標になっている」と目標や評価指標が妥当

であったか確認できるので、計画を修正されるときに意識すると更に良い計画実施につながる。」などの助言があった。

保険者からは、「疑問に思っていた点について、委員の先生方から助言いただくことができ、参考になった。」他市町村の実施状況を教えてもらうことができ、参考になった。また、資料をまとめる過程で気づく点が多く大変だったが、良かった。」などの声が上がっていた。



個別保健事業の実施結果について報告する  
広域連合担当者



保険者インセンティブ等について  
助言する柴田国保医療課長



## 令和3年度の国保・後期高齢者ヘルスサポート事業評価



一体的実施事業の実施結果を報告する  
後期構成市町村担当者

令和3年度  
第4回宮城県国民健康保険  
団体連合会保健事業支援・  
評価委員会

去る3月9日に第4回の保健事業支援・評価委員会が開催され、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施を宮城県後期高齢者医療広域連合（以下「広域連合」という。）からの委託を受けて行う構成市町村の個別保健事業について、事業評価が行われた。

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点からWeb会議（Zoom）を使った形式で開催した。今回の保健事業支援・評価委員会の開催に当たり、広域連合で事前に体的実施を行う市町村に対して、「事業計画立案研修会」と「地域課題分析・実績評価基礎研修会」を実施し、事業評価を受けた。

### 広域連合構成市町村

第4回の支援・評価委員会においては、広域連合の構成市町村3市、6町で「健康状態不明者把握事業」「低栄養予防事業」「生活習慣病等重症化予防事業・糖尿病性腎症重症化予防事業」の3事業の評価を行った。各市町から「高齢者を取り巻く状況から見出した健康課題」「課題解決に向けた目的・目標」「何故この事業を行ったのか」という背景「事業実施で見えてきた評価としての成功要因・阻害要因」「それを踏まえた次年度の改善点」「委員会への質問」の順に説明し、事業毎に評価委員からコメントをいただいた。全体を通して委員からは、「色々と工夫されながら事業を進めていることが分かった。」「事前に研修会を開催していることから支援・評価委員会の資料が良く書けていた。」との感想があった。

助言においては、重症化予防に関して、「後期高齢者の特徴を踏まえて保健事業を実施することについて、後期高齢者の糖尿病は、目標や治療方針が成人と異なり、HbA1c値の基準を成人よりも高い7.0%以上に設定し、低血糖の危険性等に考慮して個別に設定するのが望ましいこと。血圧では140/90mmHg以上の割合が多く、生活指導のみの対応となることが多い。高齢者の高血圧治療ガイドラインでは、高齢者は血圧の動揺性

が大きいという理由から、降圧スピードに配慮しながら投薬するので、血圧130/80mmHgをアウトカム目標にしよう」と実現しにくい。血圧160/100mmHgあたりが目標として妥当である。腎機能については、後期高齢者はeGFR45ml/分/1.73m<sup>2</sup>以下を基準値として対象者を選定するのが妥当かと思う。」と助言された。

また、一体的実施では他部署との連携が必須になるため、今回の委員会においては連携構築に関して2市町の事務職の方に発表をしていただいた。2市町は、それぞれの役割を明確にし、文書や組織図などに記載して見える化を行っている。

委員からは、2市町とも各課がそれぞれ事業を行うのではなく、できることはどのようなことなのかを一緒に話し合いながら役割分担をしているところがとても良い連携体制づくりである。担当者が変わった時にそれをどう継続していくかについても今後考えていけると良いのではないかと展望を示唆した。

支援を受けた市町からは、「研修会を重ねてきたことでより理解が増した。」「他市町の受けた助言を聞くことができ勉強になって良かった。」との声が上がっていた。しかし、資料の作成では「様式を書き上げるために負担を感じた。資料作成はかなり時間がかかる。」などの感想も多数あった。

今後の保健事業支援・評価委員会の課題として、支援希望保険者が多くなるに

連れて、支援する委員の負担が増すことや支援を行うための資料作成（様式の記載）による保険者の負担について軽減策を講じる必要がある状況が見えてきた。これらを踏まえ、令和4年度の支援・評価委員会の運営について、更なる工夫が求められる。



一体的実施事業の実施結果に対し助言する  
保健事業支援・評価委員会委員



# 令和4年度事業計画、予算など原案どおり可決



令和4年2月17日(木) 本会会議室において「令和3年度第2回通常総会」をWeb会議形式で開催し、令和4年度事業計画など審議事項全13件について原案どおり可決した。

**令和6年度国保総合システムの  
更改経費に関する国への要  
請活動の支援を引き続きお願  
いする**



開会の挨拶に立つ  
菊地理事長

開会に先立ち本会菊地理事長(岩沼市長)は、本格的な少子高齢化や生産年齢人口の減少が進み、国保制度を取り巻く環境が更に厳しさを増していることや後期高齢者の窓口負担割合が引き上げられる時期について触れられ、次のように続けた。

「我が国保連合会は、昨年は新型コロナウイルス対策に重きを置き、種々の制約の中、Web会議を活用するなど支援方法の創意工夫を行い、第2期中期経営計画に基づき、着実な実施と見直しを行いながら質の高いサービスの提供に努めてきたところである。新型コロナウイルス関連業務については、昨年4月からワクチン接種に係る一部請求支払事務を実施し、本年1月からはワクチン3回目接種の対応や、介護事業所等への感染防止対策支援事業を新たに担うとともに、4月からは、介護・福祉職員に対する「処遇改善支援補助金交付業

務」を新たに担うこととなっている。  
また、令和6年度の国保総合システムの更改経費に関する国への要請活動については、令和3年度補正予算において、令和4年度分が計上されたところだが、令和5年度分の改修経費の他、運用経費についても補助対象となるよう、地方6団体の協力を得ながら要請を行っていく必要があることから、引き続きご協力よろしく願います。」と挨拶を述べた。



祝辞を述べる  
細谷歯科医師会長

**国保制度存続の取り組みを支援したい**

続いて、来賓祝辞として宮城県歯科医師会細谷会長からは、「国民健康保険は制度創設以来、我が国の国民皆保険制度の中核を担っており、被保険者は中高齢者が多く加入し、医療費が増加する一方で所得水準が低く、保険料の負担率が高いという構造的な問題を抱えている。近年は、急速な少子高齢化に伴い、更なる医療費の増加や新型コロナウイルス感染症の影響により、市町村および国保組合は厳しい財政難に強い



れている。また、令和3年度国保制度改善強化全国大会における宣言および決議の内容ならびに各地方団体による令和4年度政府予算編成に係る提言、要望の内容が実現する事を願っている。

このような状況の中、地域住民の健康保持増進に多大なる貢献をされている国保連合会ならびに関係者の皆様に深く感謝する。

また、本総会は令和3年度各種会計補正予算、令和4年度事業計画ならびに令和4年度各種会計収支予算などを中心に、実りある総会になることを祈念する。」と祝辞を賜った。



総会議長の  
田中大郷町長

## 総会議長に大郷町長就任

その後、総会議長に田中大郷町長が就任し、議事に入った。

はじめに、事務局から報告事項として「債務負担行為（執行状況報告）」および専決処分令和3年度各種会計歳入歳出補正予算を報告した。

審議事項に移ると、議案第1号から議案第13号までの全13項目について説明を行った。内容は「令和4年度事業計

画」と「令和4年度各種会計歳入歳出予算」等であり、特に令和4年度事業計画では、新規事業としてケアプランデータ連携システム運用開始への対応や介護職員処遇改善支援助金事業、福祉・介護職員処遇改善臨時特例交付金事業に係る業務の実施について説明し、併せて新型コロナウイルスワクチン接種費支払業務の拡充を図る旨の内容を含む、7項目を重点項目として取り組む旨の説明を行った。全議案ともに会員からの異議はなく原案どおり可決した。

## 国保連合会をめぐる状況等に関する報告

最後に、本会山崎常務理事から、「国保連合会をめぐる状況等に関する報告」として、令和3年度国保制度改善強化全国大会の概要、国保総合システムの次期更改等に係る令和5年度国庫補助獲得のための要請活動要旨や新型コロナウイルス感染症に係るワクチン追加接種と請求支払業務の対応状況等について報告し、閉会した。



## 提出議案

### 報告事項

- 報告第1号 債務負担行為（執行状況報告）  
（報告第2号と第6号）
- 報告第2号 令和3年度診療報酬審査支払特別会計（公費負担医療費支払助定）歳入歳出補正予算（第2号）
- 報告第3号 令和3年度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助定）歳入歳出補正予算（第2号）
- 報告第4号 令和3年度診療報酬審査支払特別会計（抗検査等費用に関する支払助定）歳入歳出補正予算（第2号）
- 報告第5号 令和3年度診療報酬審査支払特別会計（業務助定）歳入歳出補正予算（第3号）
- 報告第6号 令和3年度一般会計歳入歳出補正予算（第2号）

### 審議事項

- 議案第1号 令和3年度障害者総合支援法関係業務等特別会計（業務助定）歳入歳出補正予算（第2号）
- 議案第2号 令和4年度事業計画
- 議案第3号 令和4年度公費負担金及び各種審査支払手数料等
- 議案第4号 令和4年度一般会計歳入歳出予算
- 議案第5号 令和4年度診療報酬審査支払特別会計歳入歳出予算（業務助定）
- 議案第6号 診療報酬支払助定
- 議案第7号 公費負担医療費支払助定
- 議案第8号 出産育児一時金等に関する支払助定
- 議案第9号 令和4年度介護保険事業関係業務特別会計歳入歳出予算（業務助定）
- 議案第10号 令和4年度後期高齢者医療事業関係業務特別会計歳入歳出予算（業務助定）
- 議案第11号 令和4年度後期高齢者医療診療報酬支払助定
- 議案第12号 令和4年度特定健康診査・特定保健指導等事業特別会計歳入歳出予算（業務助定）
- 議案第13号 令和4年度特定健康診査・特定保健指導等費用支払助定

## 公 告

令和四年九月九日開催の理事会において議決された左の事項について公告する。  
公告第6号  
・ 職員給与の管理及び運用に関する規則の一部を改正する規則  
・ 自民会館の「」部を改正する規則

令和四年九月九日  
宮城県国民健康保険連合会  
理事長 菊地 啓夫

令和四年九月十七日開催の常務委員会において議決された左の事項について公告する。  
公告第7号  
・ 令和3年度一般会計歳入歳出補正予算

公告第8号  
・ 令和4年度事業計画について  
公告第9号  
・ 令和4年度公費負担金及び各種審査支払手数料等  
・ 令和4年度診療報酬審査支払特別会計歳入歳出予算  
・ 債務負担行為の設置  
公告第10号

令和四年九月十日  
宮城県国民健康保険連合会  
理事長 菊地 啓夫



## 新三役決定



理事長  
熊谷 盛廣



副理事長  
櫻井 公一



副理事長  
齋 清志



常務理事  
増子 友一

## 人事異動

### ●宮城県保健福祉部国保医療課（令和4年4月1日）

#### 転任等

氏 名	旧所属
柴田 章生	保健福祉部参事兼国保医療課長
藤田 幸作	国保医療課主任主査
高山 梨沙	国保医療課主査
田茂 広司	国保医療課主事
三浦 千晴	国保医療課主事
千葉 大輔	国保医療課主事
新田 真也	国保医療課主事

#### 転入等

新所属	氏 名
保健福祉部参事兼国保医療課長	槇 信弥
国保医療課主査	西澤 誉浩
国保医療課主査	阿部 和希
国保医療課主査	木村 園子
国保医療課主事	佐々木康太
国保医療課技師	清野 敬子
国保医療課主事	石川日奈子

### ●国保連合会（令和4年4月1日）

#### 異動：係長以上

新所属・職名	氏 名	旧所属・職名
事務局長	菅 谷 正 孝	事務局次長
事務局次長（総務担当）兼 総務課長	早 坂 敏 幸	事業推進課長
事務局次長（審査担当）兼 情報管理課長	西 條 雅 之	審査業務課長
事業推進課長	鴫 田 健 司	介護保険課長
介護保険課長	渡 邊 鋭 一	情報管理課長
審査管理課長	大 窪 正 己	総務課長
審査業務課長	鈴 木 潤	審査管理課長
総務課課長補佐兼総務係長	村 井 法 生	事業推進課主幹兼 事業係長
財務課課長補佐兼財務係長	長 田 雅 美	財務課課長補佐兼 求償係長
事業推進課課長補佐兼 事業係長	守 喜三男	審査業務課課長補佐兼 第三係長
審査管理課課長補佐兼 保険者支援係長	門 間 昌 子	審査業務課課長補佐兼 第二係長

新所属・職名	氏 名	旧所属・職名
情報管理課課長補佐兼 システム係長	川 嶋 義 顕	審査管理課課長補佐兼 保険者支援係長
情報管理課課長補佐兼 共同処理係長	安 倍 信 晃	総務課課長補佐兼 総務係長
審査業務課課長補佐兼 第一係長	川 嶋 良 子	審査業務課課長補佐兼 第五係長
審査業務課課長補佐兼 第四係長	阿 部 寛	情報管理課課長補佐兼 共同処理係長
財務課主幹兼求償係長	高 橋 典 子	審査業務課主幹
審査業務課主幹兼歯科係長	千葉由美子	審査業務課主幹兼 第一係長
審査業務課主幹兼第二係長	松 本 香 織	情報管理課主幹兼 システム係長
審査業務課主幹兼第三係長	安西千賀子	審査業務課主幹
審査業務課主幹兼第五係長	遠 藤 康 寛	審査業務課主幹兼 第四係長

#### 派遣職員、新規採用職員

新所属・職名	氏 名	旧所属・職名
総務課主査 （宮城県国保医療課派遣）	木 村 園 子	総務課主査
総務課主任主査	高 山 梨 沙	総務課主任主査 （宮城県国保医療課派遣）
財務課主事	菅 野 寧 々	新規採用
審査業務課主事	菅 原 康 平	新規採用

#### 退職

旧所属・職名	氏 名	備 考
事務局長	芳 賀 克 文	令和4年4月1日付 再任用
審査業務課主幹兼 第六係長	大 窪 享 子	令和4年4月1日付 再任用



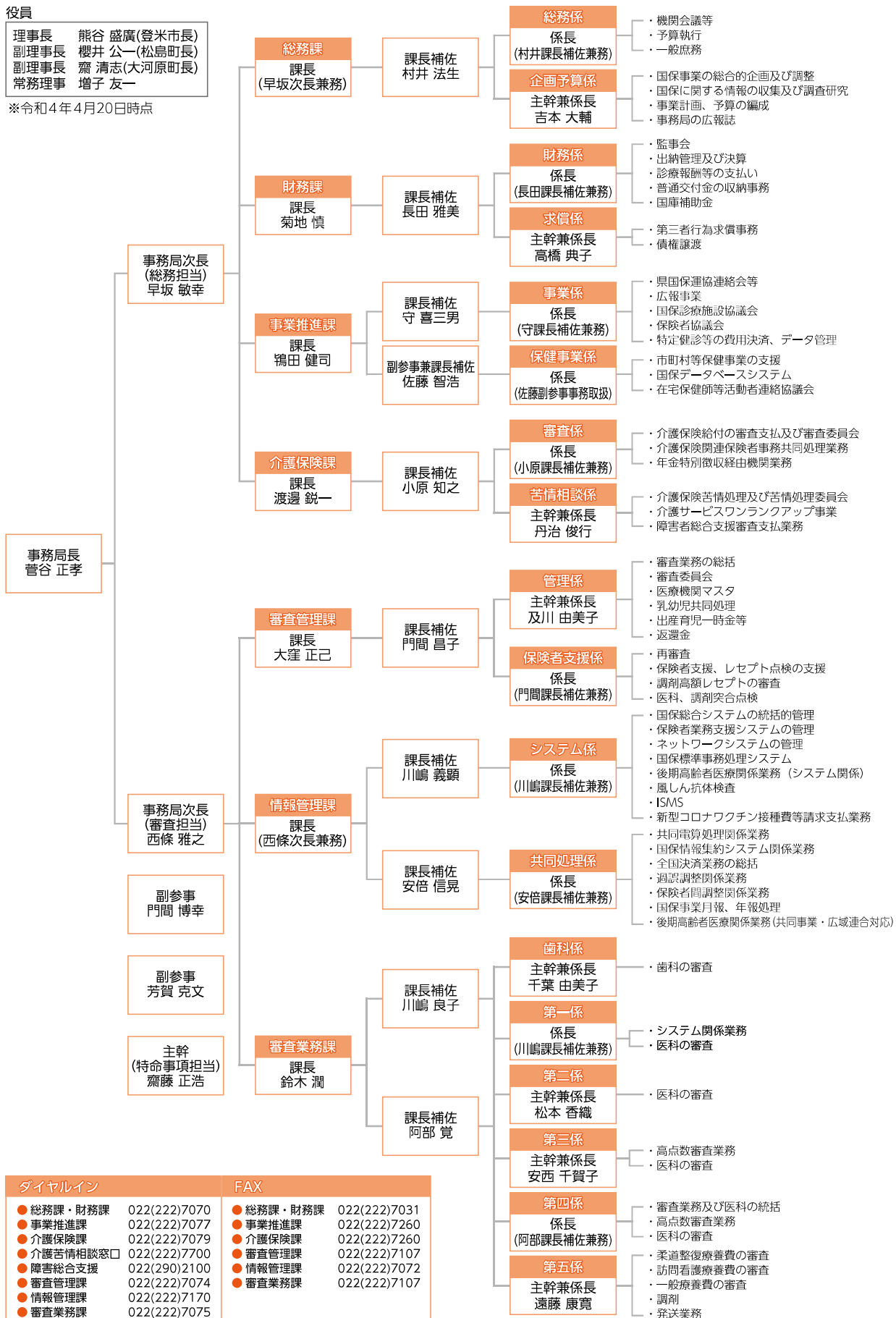
# 事務局組織図

令和4年4月1日現在

## 役員

理事長 熊谷 盛廣(登米市長)  
副理事長 櫻井 公一(松島町長)  
副理事長 齋 清志(大河原町長)  
常務理事 増子 友一

※令和4年4月20日時点





令和3年度

# 健康器材貸出ランキング

本会では、健康づくりのための保険者支援の一環として、国保等で実施する事業に対し、健康教育器材や着ぐるみなどの貸出を行っています。

令和3年度は、8保険者の利用があり、延べ38個の健康器材を貸出しました。

今回は、令和3年度に貸出をしました健康器材をランキングで紹介します！



## 1 位 ベジメーター

貸出数**10回** (前年度 - 回)

令和3年度に新たに加わった健康器材です。  
指を置くだけで野菜の摂取状況を測定することができます。  
器材を借りた保険者からも好評でした！！



## 2 位 血管年齢計

貸出数**5回** (前年度9回)

指先の抹消血液循環で血管老化度がわかります！  
測定器に手のひらを置くだけで簡単に測ることができます。



## 3 位 NEO活齡(かつとし)

貸出数**4回** (前年度6回)

活力年齢で身体の年齢を測定し、同年代の平均と比較ができます。  
また、肥満やカロリーチェックもできる健康測定器です。



※令和2年度に引き続き、令和3年度の健康器材貸出件数についても、新型コロナウイルス感染症等の影響により例年に比べて少なくなっています。

## 元気な高齢者支援事業でも健康器材を使います!!

今年度、元気な高齢者支援事業において、新たに「フレイル予防講話+健康器材測定講座」を試行的に実施いたします(対象:3保険者程度)。講座のメインはフレイル予防講話になりますが、講話の理解を深めることを目的に、参加者に対して健康器材による測定も行います。

今回は、測定に使用する器材について御紹介いたします。

\*使用器材:「ベジメーター」「骨密度測定」「BCチェッカー」

### ベジメーター



指を置くだけで野菜の摂取状況を測定することができます。

### 骨密度測定装置 (かかと位置)



かかとを使って骨密度を簡単に測定できます。  
キャノンとタニタの2種類があります。

### BCチェッカー



抹消血液循環の状態を測定します。  
血液がサラサラか確認できます。



今回、紹介した健康器材以外にも、さまざまな健康器材等がありますので、詳しくは本会事業推進課保健事業係までお気軽にお問い合わせください。

### 申込み・問い合わせ先

TEL 番号 022-222-7077

FAX 番号 022-222-7260

申込用紙 スターオフィス⇒キャビネット一覧  
⇒事業⇒健康器材借用書関係



## 令和4年 1月

- 24日 ●保険者協議会 データヘルス推進研修会（動画配信）
- 28日 ●高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施に係る地域分析及び実施計画実践研修会（大崎市）
- 31日 ●第3回保健事業支援・評価委員会（Web 会議）

- ・柔道整復療養費審査委員会 14日
- ・診療報酬審査委員会 19～22日、24日
- ・介護給付費等審査委員会（医療部会） 21日

## 令和4年 2月

- 2日 ●三役会議
- 7日 ●第4回宮城県保険者協議会幹事会（書面開催）
- 9日 ●理事会（Web 会議）
- 17日 ●通常総会（Web 会議）
- 25日 ●宮城県国保診療施設協議会総会・研修会（Web 会議）

- ・柔道整復療養費審査委員会 15日
- ・診療報酬審査委員会 18、19、21、22、24日
- ・介護給付費等審査委員会（医療部会） 22日

## 令和4年 3月

- 1日 ●介護給付適正化システム等説明会（Web 会議）
- 9日 ●第4回保健事業支援・評価委員会（Web 会議）
- 23日 ●第2回宮城県保険者協議会（書面開催）

- ・柔道整復療養費審査委員会 17日
- ・診療報酬審査委員会 18、19日、22～24日
- ・介護給付費等審査委員会（医療部会） 22日

## 4～6月の行事予定

- 6月 ●第1回国保問題調査研究委員会（Web 会議）
- 6月 ●第1回介護保険調査研究委員会（Web 会議）

- ・柔道整復療養費審査委員会 毎月中旬
- ・診療報酬審査委員会 // 中旬～下旬
- ・介護給付費等審査委員会（医療部会） // 下旬
- ・介護サービス苦情処理委員会 // 下旬

## 編集後記

「春はあけぼの…」なんて素敵な書き出しがありますが、早起きが苦手な私の朝は、さながら枕を抱いた「春のナメケモノ」といったところでしょうか。

さて、皆さんは普段どんなジャンルの音楽を聴きますか。私は数年前から HIPHOP カルチャーのラップにハマっております。その音楽の特徴の一つでもある『韻』は、音に一定のリズムを持たせるために用いられたりします。まるで、俳句や和歌の『韻文』のようですね。もし清少納言が今の日本にいたのなら、職業はラッパーだったかもしれませんよ。[Yo Yo ～、白くなり行く山ぎは～] なんてね。

末筆ではございますが、年度末の大変忙しい期間から原稿を準備していただいた方々に感謝いたします。（D.T）



旬の食材  
小松菜



小松菜

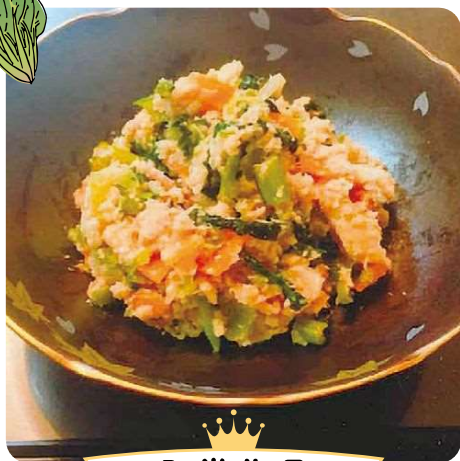
## 減塩食品を使って 美味しく減塩!!



チンゲン菜

### 旬の食材の紹介

名取市は「せり」「みょうがたけ」「赤貝」「笹かまぼこ」などの特産品がありますが、「宮城県の園芸特産データブック」によると、せり・みょうがたけの他に小松菜とチンゲン菜も上位となっています。小松菜やチンゲン菜は「アブラナ科」の分類となり、**アブラナ科の野菜**は、炎症を抑える抗酸化作用や、認知症の原因となるアミロイドβを減らす働きがあるため、認知症予防にも期待されています。脳の神経細胞も血管も栄養素からできています。認知症予防のためには、細胞の材料になる**たんぱく質**と、たんぱく質を細胞に作り替えたり炎症を抑えたりしてくれるビタミンなどを含むアブラナ科をはじめとした**緑黄色野菜**を必要量1日約150gとりましょう!



### 入賞作品

名取市  
みんなの

小松菜・チンゲン菜の美味!  
減塩料理 コンテスト  
入賞レシピ



## こまつなおから

小松菜とツナの相性の良さを生かした一品です。  
とっても簡単にできます。

調理時間  
10分



### 材料名 (1~2人分)

小松菜	50g
人参	15g
ねぎ	5g
ささ圭の減塩笹かまぼこ	1/2枚(14g)
ツナ缶(油漬け)	35g
おから(生)	50g
水	50g
増毛しょうゆ	4.5g
A さとう	小さじ1
みりん	小さじ1
減塩ほんだし	1g

エネルギー 197kcal  
食塩相当量 1.1g  
野菜量 70.0g

### 使用したJSH減塩食品

- ささ圭減塩笹かまぼこ
- イチビキ増毛醤油
- 味の素お塩控えめのほんだし

### 作り方

- ①野菜はよく洗い、小松菜は約1cmのざく切り、にんじんはいちょう切り、ねぎは小口切り。減塩笹かまぼこは約5mm幅に切る。
- ②ツナ缶を油ごと鍋に入れ、①と一緒に炒める。
- ③おからを加え、混ぜあわせる。
- ④Aを加え、中火で水分を飛ばしながら約5分くらい炒める。

## 「元気なとり」減塩プロジェクト

名取市では、名取市特定健診で高血圧Ⅱ度以上の方を減らすために関係各課をはじめ、飲食店、スーパー等様々な機関にご協力をいただきながら「元気なとり」減塩プロジェクトを実施しています。その中で令和3年度に「名取市みんなの「小松菜・チンゲン菜の美味!減塩料理」コンテスト」を実施しました。応募のあった76作品の中から10作品が選ばれ、その1つが「こまつなおから」です。この料理は、期間限定ですが飲食店でも販売されました。

宮城県の食塩摂取量は、平成28年の国民健康栄養調査で男性は全国ワースト1位。女性はワースト13位とまだまだ多い状況です。

減塩というと「美味しくない」というイメージが強いと思いますが、減塩食品等をうまく使うと、「減塩でも美味しい」になります。日本高血圧学会のホームページに掲載されているJSH減塩食品リストも参考にしてみたいはいかがでしょうか。

「元気なとり」減塩プロジェクト  
[https://www.city.natori.miyagi.jp/soshiki/kenkou/hokenc/node\\_63084](https://www.city.natori.miyagi.jp/soshiki/kenkou/hokenc/node_63084)



### 寄稿者紹介



名取市保健センター  
管理栄養士  
行政栄養士 28年

たかはし ちはる  
高橋 千春

好きな料理  
野菜たっぷりの料理

宮城県国民健康保険団体連合会

KOKUHO MIYAGI

# みやぎの国保 4

2022 Spring No.288

発行月	令和4年4月
発行所	宮城県国民健康保険団体連合会 (宮城県仙台市青葉区上杉一丁目2番3号)
TEL	022(222)7070
URL	<a href="https://www.miyagi-kokuho.or.jp">https://www.miyagi-kokuho.or.jp</a>
表紙作者	大田 剛 (AT クラフト)
印刷所	株式会社仙台紙工印刷



この冊子には  
ベジタブルリンクが  
使用されています