

国保のなかまたち <白石市> 2

宮城県だより 4

こくほ随想 5

帝京大学大学院公衆衛生学研究科研究科長・教授 福田 吉治
健康日本21の思い出～連載と令和5年度のはじまりにあたり～

Health information 6

台原駅前耳鼻いんこう科 院長 千葉 敏彦
いろいろな鼻炎 ～アレルギー性と非アレルギー性の鼻炎～

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
医療法人松田会松田病院
理学療法士 金子 亮太郎
第5回二重課題運動でフレイル予防～日常生活編～

国保連 report 8

- ・糖尿病性腎症重症化予防研修会
- ・令和4年度第2回通常総会
- ・人事異動、事務局組織図
- ・健康器材貸出ランキング

国保連日誌 15

旬のたより <東松島市>



白石市

武家屋敷



ホ子武者ごじゅーろう

豊かな自然と城下町の 風情溢れるまちしろうし

白石市は宮城県の南端に位置し、西に雄大な自然景観をもつ蔵王連峰を望み、清流白石川と街中に掘割が巡る、豊かな水と自然に恵まれたまちです。また、片倉小十郎が居城とした白石城や武家屋敷など歴史を感じさせる名所が多数あり、城下町の風情を今に伝えています。



水芭蕉の森



弥治郎こけし村



小原温泉岩風呂かつらの湯



高原マラソン



スパッシュランドパークのシバザクラ

国保の状況

白石市の国民健康保険被保険者数は年々減少しているものの、一人当たりの医療費は増加傾向にあります。これは前期高齢者の割合が高いことや、糖尿病・慢性腎臓病・高血圧症といった生活習慣病の有病率が高いことなどが要因と考えられます。

また、本市では特定健診・保健指導の実施率、国民健康保険税の収納率の向上などが課題となっており、事業の見直しを図りながら、財政の健全化と医療費適正化に取り組み、安定的な国保運営となるよう努めています。

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2年度	令和3年度
市の人口	人	32,889	32,326
国保世帯数	世帯	4,973	4,883
国保加入割合(被保険者数割)	%	23.1	22.7
収納率(現年分)	%	92.38	93.49
被保険者数	人	7,598	7,343
前期高齢者数	人	4,059	4,115
1人当たり医療費	円	405,980	426,622
特定健診受診率	%	38.1	40.5

国保主管課の紹介

白石市の国民健康保険事業は、健康推進課、税務課および収納管理室の2課1室で運営しています。

健康推進課は、国保の資格管理・給付業務のほか、後期高齢者医療、各種医療費助成、母子・成人・精神の保健事業、各種健診（検診）・予防接種事業、年金業務などを行っています。また税務課では、市税、国民健康保険税などの賦課業務を、収納管理室では徴収・滞納整理業務を行っています。健康推進課が別の庁舎にあるため、税の説明や納税相談の際に苦慮する場面もありますが、職員同士の連携を図りながら、スムーズな窓口対応を心がけています。また、スマートフォンアプリを利用した収納サービスのほか、Web口座振替受付サービスやPay-easy口座振替受付端末を活用して口座振替の利用促進に取り組むなど、納付しやすい環境整備に努め、より一層の収納率の向上を図っています。



わがまちの取り組み

白石市保健事業推進員について

白石市では市民の代表である保健事業推進員と健康づくりを協働して行うことを目指し、日常生活圏域ごとに健康づくりについて話し合う「寄り合いワークショップ」「研修会」を平成30年度より開催しています。

コロナ禍で開催そのものが困難な時期もありましたが、令和4年度は地区公民館に出向き、健康課題について情報共有を行いながら、保健事業推進員と保健師・管理栄養士が自分たちなりの健康づくりについて話し合いました。



保健事業推進員グループワーク



保健事業推進員による栄養指導講話



減塩に関する展示

今後も地域の特性を踏まえた健康づくりの推進を行っていく予定です。

高血圧対策事業について

白石市では高血圧の患者が多く、また高血圧が重症化して起こることが多い脳血管疾患で亡くなる女性の割合が県内二高いという結果が出ています。（令和元～3年度版「データからみたまやぎの健康」より）

そこで、令和元年度より『減塩プロジェクト』を立ち上げ、ポピュレーションアプローチとして、市内スーパー等での減塩レシポの配布や、献血での減塩食品配布、各種健（検）診会場や市内の企業、学校等の協力をいただき、血圧や減塩に関する展示を実施し、減塩の啓発に努めています。

また、令和3年度より、市の特定健診において、前年度の血圧がⅡ度高血圧以上（収縮期血圧160mmHg以上、拡張期血圧100mmHg以上）の片方または両方に該当の方に、尿中塩分量を測定する事業を開始しました。測定者全員に結果をお知らせするとともにリーフレットによる情報提供を行っています。さらにその年の健診受診結果がⅡ度高血圧以上だった方には、情報提供と併せて受診勧奨を実施しています。

今後にに向けて

白石市では、特に特定健診・保健指導の実施率向上および国民健康保険税の収納率向上が課題です。

課題解決に向け、令和5年度は、国保連の特定健診受診率向上事業により効果的な受診勧奨を行う予定です。特定保健指導については、マンパワー不足を補うため、新たに勸業業務を委託して実施率を向上させたいと考えています。また、国民健康保険税の収納率向上については現年度分の督促の強化に取り組むとともに、国保加入の際に、窓口で口座振替受付端末を活用した口座登録を促すことといたしました。

マイナ保険証やオンライン申請といった新たな制度、システムの標準化など、取り組むべき業務が日々増えており、対応に苦心している状況ですが、今後も事務の効率化を図ってまいります。

国保医療課長からのあいさつ

国保医療課長

三浦 智義

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、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が都道府県単位化され、宮城県が財政運営の責任主体として、市町村の皆様と共同で国民健康保険の運営を始めてから6年目を迎えました。

昨年度は、国民健康保険料(税)水準の統一化に向けたロードマップ(工程表)を作成し、第1段階として令和8年度からの納付金ベースによる統一を、第2段階として令和12年度からの「宮城県版」保険料(税)水準の統一を掲げました。今年度は、統一に向けた検討をさらに進めるとともに、来年度以降を対象とする「第3期宮城県国民健康保険運営方針」の策定も行うこととなっております。

新型コロナウイルス感染症への対応では、今年5月以降、感染症法上の位置づけが変更されますが、国の方針を踏まえ、関係者の皆様と十分に協議しながら、新たな段階へ円滑に移行できるように適切な対応を進めることが必要と考えております。

今後、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の連携を図り、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5年度 国保医療課 新任職員自己紹介

副参事兼総括課長補佐

高橋 倫太郎

はじめまして。高橋倫太郎です。この4月に国保医療課に着任いたしました。保健福祉部は障害福祉課と仙台保健福祉事務所を経験しており、今回3度目の勤務となります。

当課が所管する国民健康保険制度は様々な課題を抱えておりますが、しっかりと正面から向き合い、適切な制度の運営となるよう努めてまいりたいと思っておりますので、御支援と御協力を賜りますようお願いいたします。

課長補佐(班長)

八巻 朗子

八巻朗子と申します。3月まで県税事務所におりました。

国民健康保険制度については、これからしっかりと勉強させていただく所存です。不慣れではございますが、少しでも関係者の皆様のお役に立てますよう努めてまいりますので、何卒よろしくお願いたします。

課長補佐(班長)

千葉 博樹

令和5年4月1日から国保医療課国保事業経営班の班長として着任しました千葉博樹と申します。3月までは中小企業向けの県制度融資を担当しております。

国民健康保険については緻密かつ複雑な制度のようで目がくらむ思いですが、一日も早く業務に慣れ、関係される方々と協力しながら事業を進めていけたらと思っておりますので、どうぞよろしくお願いたします。

主任主査

遠藤 友樹

白石市出身の遠藤と申します。国保指導班で努力支援制度を担当します。年齢37歳を迎え「健康」を意識し、友人が開設したジムで汗を流すなか「健康」に携わる仕事を拝命したのも一種の縁！関係者の皆様方よろしくお願いたします。

趣味は日帰温泉。おすすめは、宮城は鳴子(特に東鳴子)。山形は蔵王、小野川、寒河江、肘折、海老鶴、羽根沢。福島は高湯、玉梨、あゆり、いわき等々。(紙面不足)
「健康」増進のため皆様も是非温泉へ！

主査

菅原 浩幸

再任用1年目の菅原です。今年3月に定年退職となり、縁あって国保医療課にお世話になります。実は、今回で4回目(昭和56年、平成19年、平成26年)となりますが、制度・システムの変化するスピードが速く、前の知識が役にたちません。新たな気持ちで頑張りますので、よろしくお願いたします。

主事

木下 夏希

統計課からまいりました、木下夏希と申します。保健福祉分野のお仕事は初めてですので、不安もありますが、しっかりと勉強し、一日でも早くお役に立てるよう努めてまいります。

最近少年漫画にはまっております。お好きな方がいらつしやいましたら、お声がけいただけると嬉しいです。どうぞよろしくお願いたします。

主事

日野 由菜

新規採用にて、令和5年4月1日に国保指導班に着任しました日野由菜と申します。初めての社会人生活に対して不安な気持ちがあり、非常に緊張しております。複雑な保険制度について学びを深めていき、少しでも早く業務に慣れるように努力いたします。学生時代からサイクリングが好きなので、これからも続けて運動不足を解消していきたいと思っております。よろしくお願いたします。

健康日本21の思い出 連載と令和5年度の はじまりにあたり



ふくだ よしはる
福田 吉治

帝京大学大学院
公衆衛生学研究所
研究科長・教授

この「こくほ随想」のこれまでの執筆者は著名な方ばかり。力不足ではありますが、貴重な機会をいただいたことに感謝します。第1回は、令和5年度のはじまりにあたり、自己紹介を含めて、私にとって思い出深い健康日本21に関連したことを述べます。

健康日本21は、2000年度(平成12年度)、第3次国民健康づくり運動として開始され、2013年度からは、第二次となり、今年度は新しい計画策定の年です。新しい計画や政策には、目新しいコンセプトを入れること(目玉)が求められます。2000年度の健康日本21は、健康寿命の延伸を目的に『目標管理型』、すなわち、指標とその目標値を設定することが目玉でした。第二次では社会疫学の考え方に基づく『健康格差の縮小』が、そして、第三次では『ライフコース』が目玉になるようです。

力研究者として参加しました。当時、大学院を出たばかりの私は、国立医療・病院管理研究所(現国立保健医療科学院)で、当時の長谷川敏彦部長(医療政策研究部)のもと、健康日本21の基本理念と方向性について検討していたのです。

私のミッションは、健康づくりの国際的動向を把握すること、その一環として、アテネで開催された「健康都市に関する国際会議」に参加しました。その会議で配布されていた『The Solid Facts』という社会疫学のエビデンスをまとめた小冊子がきっかけで、社会疫学が私の専門分野になりました。

蓄積され、2013年度からの第二次で、社会疫学の考え方が取り入れられました。

そして、第三次で注目されているのが『ライフコース』です。ライフコースは、「胎児期、小児期、思春期、青年期、そしてその後の成人期における物理的また社会的な曝露についての、その後の健康や疾病リスクへの長期的な影響に関する研究」というライフコース疫学をもとにしています。代表的なものは、出生時の体重(つまり、胎児期の栄養状態)が成人後の糖尿病等の生活習慣病に関係するという「成人病胎児期起源仮説」です。

後出しですが、2000年当時、私はすでにライフコースに注目していました。アテネで手にした『The Solid Facts』の中の「Early Life」の章に、小児期の環境等の重要性が指摘されていたのです。そこに引用されていたのが、出生体重と将来の慢性疾患の関係を描いた Barkerらの論文(1989年発表)でしたし、1997年に出版されたモノラによる

『A Life Course Approach to Chronic Disease Epidemiology』という本も私の手元がありました。

健康日本21から20数年、時代が私に追いついた。というのは言い訳で、私も自身もライフコースの考え方や重要性を十分に理解できず、報告書の書には、各年代別の課題ということで『ライフステージ』という言葉で、その内容を盛り込むにとどまりました。当時作成した図は、今も健康日本21のHPで参照できますし
(<https://www.kenkounippou21.gr.jp/kenkounippou21/about/souron/index.html>より)、原画は私の机の引き出しにあります。

特筆すべきは、2000年にはヨーロッパの政策でライフコースが注目されていたのに対して、日本で政策に取り入れたのは、遅れること20数年。医薬品などでの海外とのギャップはよく指摘されますが、海外との政策ギャップにも注目しなければなりません。

記事提供 社会保険出版社



いろいろな鼻炎

～アレルギー性と非アレルギー性の鼻炎～

台原駅前耳鼻いんこう科 院長 千葉 敏彦

今年のスギ花粉は観測史上最大の大量飛散であり、2月下旬からの飛散開始とともに気温が急上昇したため、飛散が急にピークになり、例年より鼻症状がひどかった方が多いのではないのでしょうか。そこで今回は、花粉症を中心に様々な鼻炎の話をしていきたいと思います。

鼻炎とは、鼻の中の粘膜の炎症によつて、水様性鼻汁やくしゃみが起こり、粘膜が腫れた場合には鼻づまりの症状が起こる病気です。

原因は、①ウイルス、細菌など感染によるもの、②アレルギー性(季節性)花粉症や、ダニ・ホコリ・ペットの毛などによる通年性アレルギー性鼻炎(もの、③その他の非アレルギー性(寒暖差や食事の時に水溶性鼻汁やくしゃみが起こるもの)の鼻炎に分かれます。頻度は②のアレルギー性のものが最も多く、花粉症の有病率は50%、通年性アレルギー性は60%くらいで、①、③の非アレルギー性の患者さんは10%くらいと言われています。一方で、花粉症と通年性アレルギー性鼻炎どちらも陽性の患者さんや、花粉症+非アレルギー性鼻炎が合併している方もあります。発症年齢は、①は乳児から高齢者までの全年齢で起こり、②の通年性アレルギー性は20代陽性の喘息やアトピー性皮膚炎も合併している場合は1才頃から症状

が出現する場合もあります。季節性の花粉症は、以前は5、6才頃から発症すると言われていましたが、最近では3才頃の低年齢から発症する幼児も増えてきています。

症状は、感冒など感染によるものは病気が治れば改善しますが、アレルギー性のもは原因物質(抗原)を鼻から吸入したときに起こります。花粉症は春、初夏、秋などの季節に起こり、鼻症状以外に耳、のど、目の痒みと一緒に起こることもあります。通年性アレルギー性の場合には鼻汁、鼻閉が多く、寒暖差による非アレルギー性鼻炎の場合は秋、冬など寒い時期や気温の低い朝に鼻汁、くしゃみ症状が出るものが多く、いずれも治療をしても1年中症状が続く難治性の方が多く特徴があります。

治療は、まず鼻内の乾燥予防と鼻内の洗浄のために生理食塩水などによる鼻うがい有効で、花粉症などのアレルギー性鼻炎の場合はスギや、ダニ、ホコリなどの抗原回避(マスク、ゴーグル着用など)も効果的です。それで改善しない場合は薬物療法を行います。アレルギー性鼻炎に対しては抗アレルギー薬(鼻汁、くしゃみに対する抗ヒスタミン薬や鼻閉に対するロイコトリエン拮抗薬)の内服や、点鼻薬や点眼薬などの外用薬による治療が一般的ですが、最

近では重症の6才以上のスギ花粉症や通年性のダニアレルギー性鼻炎に対しては根治的に症状を改善させる可能性がある治療として舌下免疫療法も行われるようになってきました。毎日の抗原エキスの舌下が必要で、十分な効果が出るまで3～4年は治療を継続する必要があります。また2020年から必要があります。また2020年から従来の治療で改善しない重症のスギ花粉症に対して、スギ抗原に対するIgE抗体を注射する治療も行われるようになってきました。花粉症のシーズン中に月1、2回の皮下注射を3ヶ月程度行います。非アレルギー性鼻炎に対してはアレルギー性でなくても抗アレルギー薬が有効なこともあり、薬物治療が有効です。上記の治療でも症状が改善しない難治性のすべての鼻炎の場合には、鼻の下鼻甲介粘膜をレーザーやお薬で焼灼する手術や、鼻汁、くしゃみに関連する鼻内の神経を切断する手術治療が行われます。



運動習慣で
フレイル予防!

第5回

二重課題運動で フレイル予防

～日常生活編～

一般社団法人宮城県理学療法士会
医療法人松田会松田病院

理学療法士 金子 亮太郎



前は、認知機能低下予防を目的とした二重課題運動を紹介いたしました。今回は「日常生活編」として、買い物やウォーキングの際に行うことができる二重課題運動をご紹介します。ぜひ、生活の中に取り入れてみてください。

ウォーキング+物の名前

テーマ(野菜、国、動物等)を決め、ウォーキングのリズムに合わせて、テーマに沿った物の名前などを声に出します。また、会話を挟みながら複数人で順番に行くと、楽しく行うことができます。

例(A:イタリア、B:セネガル、A:アメリカ、B:アイスランド…)



<アレンジ!>

物の名前以外にも、以下のようなアレンジがあります。

- 100から7の引き算を繰り返し行う。

例(100→93→86…)

- 歩いていて目に入った物を逆さ言葉にする。

例(ポスト→とすぽ、クルマ→まるく…)



Point

- 交通量が少なく、人通りが多くない安全な場所で足元に注意して行いましょう。
- 15分くらいから始め、慣れてきたら少しずつ時間を長くしていきましょう。
- ウォーキングを踏み台や階段の段差等で代用しても可能です。屋内で手軽に行えます。



糖尿病性腎症重症化 予防研修会

講演

はじめに、演習1として、「定量的データから着目すべき疾患を見つけよう」事前課題を基に、KDBシステムから得た情報を使って話し合ってみましょう」と題してグループワークを行い、その後、宮城県から「宮城県における糖尿病性腎症重症化予防の現状と課題」について説明があった。

次に、昨年度に引き続き、奈良県立医科大学附属病院臨床研究センターの平田匠先生から「糖尿病性腎症重症化予防事業のあり方を考える」と題して、講演をいただいた。

講演では、まず糖尿病性腎症重症化予防事業の成り立ち・目的や事業実施の考え方について次のような話があった。「糖尿病性腎症重症化予防事業の対象者とは、糖尿病であることと、腎機能が低下していることの2つが満たされている状態にある者である。自治体が糖尿病性腎症重症化予防事業を行う目的は、『①糖尿病が

重症化するリスクの高い医療機関未受診者・受診中断者に対して、適切な受診勧奨、保健指導を行うことにより治療に結び付けること』『②糖尿病性腎症等で通院する患者のうち、重症化リスクの高い者に対して主治医の判断により保健指導対象者を選定し、腎不全、人工透析への移行を防止すること』の2つであり、医療機関の未受診者や受診中断者の抽出は医療保険者にしかできないため、特に①は重要である。国保加入者が糖尿病にならないようにすること（糖尿病の発症予防）と糖尿病患者が糖尿病性腎症にならないようにすること（糖尿病性腎症の発症予防）はいずれも生活習慣病発症予防・重症化予防事業の範疇になる。糖尿病性腎症の患者が透析にならないようにするのが本来の糖尿病性腎症重症化予防事業の枠組みになるが、透析導入患者を減少させるという事業の目的を考えると、糖尿病性腎症患者のさらなる腎機能低下を防ぐだけではなく、生活習慣病発症予防・重症化予防事業を実施することも結果的には透析導入患者を減らすことにつながる。保健事業は基本的にPDCAサイクルを回すことが重要であり、計画・実施で終了ではない。保健事業の実施が終了したら、必ず当該保健事業の評価を実施し、次年度以降の事業計画にその評価結果を反映させることが質の向上につながる

る」。

続いて、高齢者における糖尿病性腎症重症化予防の考え方に関して次の話があった。「高齢者における保健事業と介護予防の一体的実施における生活習慣病重症化予防事業の目標は、在宅で自立した生活を送ることができ、高齢者の増加であり、前段階としてフレイルの進行を防止するということが重要である。後期高齢者に対して生活習慣病の重症化予防を



研修会会場風景

令和4年12月7日・8日の2日間に分け、宮城県と共催により県内保険者を対象に糖尿病性腎症重症化予防研修会を開催した。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）形式での開催とし、両日で31保険者133名の参加があった。

開会に当たり、本会の錫田事業推進課長は挨拶の中で、「持続可能な社会保障制度の構築を目指す上で、医療費適正化および健康寿命延伸の観点から、生活習慣病の発症予防・重症化予防をはじめとした予防健康づくりの取り組みは極めて重要である。糖尿病性腎症重症化予防事業については、人工透析への移行を防ぐことにより、医療保険財政の安定化につながるものと期待され、保険者努力支援制度においても依然として高い配点になっている。今年度には、重症化予防プログラムの効果検証事業の評価が予定されており、その結果を受けて来年度以降プログラムの改定が検討されている」と述べた。

行う上では、フレイル等の健康状態の把握を行った上で、中年者のような厳格な基準は設定せず、必要な保健事業による支援を行う姿勢が求められる。なお、後期高齢者の質問票は、フレイルなどを踏まえて高齢者の健康状態を総合的に把握し、認知機能、口腔機能、社会参加の状況を評価することによって、必要な保健事業につなげることを目的としているため、積極的に活用いただきたい。

おわりに、糖尿病患者に対する保健事業の重要性や高齢化率の増加に伴う医療・保健・介護・福祉に重点を置いたまちづくりの必要性について次の話で講演を締めくくられた。「糖尿病は、健康寿命に直結する循環器疾患・がん・認知症・心不全・フレイルなどの各種疾患・病態と強く関連しているため、糖尿病対策は必要である。糖尿病患者において、血糖・血圧などのリスク因子を厳格に管理し、長期的に糖尿病性腎症の進行に伴う透析導入や心血管疾患の発症を抑制することにより、医療費の適正化を図る事業である。対象者の選定基準・事業内容は中年者・前期高齢者と後期高齢者で異なり、事業計画の立案時に医師会等と協議した上で決定するとよい。高齢化率の増加に伴い、各市町村では高齢者が安心して暮らせるまちづくりが求められており、その中で医療・保健・介護・福祉の充実を図ること

が重要となる。各市町村には本事業の枠組みを活用して医療・保健・介護・福祉との連携を図り、『健康・医療・福祉のまちづくり』を推進することが求められる。

グループワーク

今年度の糖尿病性腎症重症化予防研修会においては、「着目すべき疾患と糖尿病性腎症重症化予防事業の関係性を考えてみよう」着目すべき疾患の優先順位付けを行い、糖尿病性腎症重症化予防事業を検証してみよう」をテーマに保険者における糖尿病性腎症重症化予防事業の立ち位置を考えることを目的として企画し、保険者における医療費全体からどのような疾病で医療費がかかっているかを確認し、保険者内で話し合いを行った。

平田先生は、「今回のグループワークでは、医療費と疾患の視点から優先順位の高い疾患を挙げたが、高血圧を優先順位の高い疾患として設定した保険者が多かった点が印象的であった。例えば、糖尿病や高血圧は薬剤投与による一定の改善効果を認めるが、受診勧奨により低用量の安価な薬剤を服用することで改善効果が早く出現するのは脂質異常症であるため、心血管疾患の発症予防を図る場合は脂質異常症が最も優先される。一方、

高血圧は塩分制限などの生活習慣の改善を保健指導で図ることにより良好な血圧管理が可能となるだけでなく、早期の受診勧奨であれば脂質異常症と同様に低用量の安価な薬剤で良好な血圧管理を維持することも可能であるため、特に脳血管疾患の発症予防や糖尿病性腎症の重症化予防を図る場合は脂質異常症より高血圧の方が優先される。対象疾患を見極めた上で、優先して管理すべき疾患が変わることに気付いていたできれば幸いである。

糖尿病性腎症重症化予防事業を実施する上で、糖尿病性腎症患者は動脈硬化がある程度進行している状態にあると予想することが重要である。すなわち、本事業は『糖尿病性腎症患者に介入する事業』という位置づけだけでなく、糖尿病性腎症を有する『動脈硬化のハイリスク患者に介入する事業』という位置づけであることを保健事業担当者は意識して事業に取り組む必要がある。高血圧を認める場合、糖尿病性腎症と同じく動脈硬化が進行することの傍証となつているため、糖尿病性腎症重症化予防においては、血糖管理以上に血圧管理が重要であることを忘れてはならない」と講評を締めくくられた。

参加者からは、「効果的な取り組みの方法や視点を学べる機会はともありがたい。特に先生のお話（高血圧への効果的

アプローチなど）はとても参考になった」「重症化予防事業の目的や受診勧奨のエビデンスを改めて確認できた。高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施の内容についても触れていた。高血圧者の血糖コントロール目標等、勉強できてよかった」「本日のような研修会を開催していただくことで、KDBシステムや事業について学ぶことができ、業務に役立てることができるとの声があった。

2022.12.7-12.8 令和4年度 糖尿病性腎症重症化予防研修会
(宮城県国民健康保険団体連合会)

**糖尿病性腎症重症化予防事業
のあり方を考える**

奈良県立医科大学附属病院 臨床研究センター
平田 匠



講演風景 (平田匠先生)

令和5年度事業計画、予算など原案どおり可決



令和5年2月22日（水）本会会議室において「令和4年度第2回通常総会」を開催し、第2期中期経営計画の中間見直し、令和5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。

クラウド化した国保総合システムが本稼働する令和6年度以降においても、保守・運用経費に係る国庫補助要請への協力を引き続きお願いする



開会の挨拶に立つ
熊谷理事長

開会に先立ち本会熊谷理事長（登米市長）は、少子高齢化の進展と生産年齢人口の減少が進む中で、国保においては、医療費の増加はもとより、低所得者の増加による構造的な問題が続いており、事業運営は、今後とも厳しい状況が見込まれていること。また、国においては、すべての世代で安心できる全世代型社会保障制度の確立を目指し、様々な改革が進められており、令和5年4月からのオンライン資格確認等システムの導入の義務付け、令和6年秋に予定されているマイナンバーカードと健康保険証の一体化を図ることなど、データヘルズ改革が推進される状況に触れ、次のように続けた。

「我が国保連合会では、令和5年度に予定している国保総合システムの

更改に向けた準備を着実に進めるとともに、令和3年4月から、新型コロナウイルスワクチン接種に係る一部請求支払業務の実施や、介護・障害福祉サービス事業所に対する、処遇改善に関する補助金交付事業を実施したところであり、また、前年度に引き続き、感染拡大防止対策を第一に据え、可能な限りWeb会議で開催するなど、コロナ禍においても保険者等のニーズに対応した質の高いサービスの提供に努めてきたところである。

また、令和6年度に実施する国保総合システム更改に係る経費の不足分については、国の令和4年度補正予算において、令和5年度分の57億円が措置されたことにより、更改に係る経費については、目途が立ったところであるが、クラウド化したシステムが本稼働する令和6年度以降においても、保守・運用経費で財源不足が生ずる見込みであることから、保険者や地方6団体の皆様の協力を得ながら国庫補助要請を行ってまいりますので、引き続き御理解と御協力をお願いする」と挨拶を述べた。



祝辞を述べる
細谷歯科医師会長

地域における医療確保や健康保持増進、福祉向上の取り組みを守りたい

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、「新型コロナウイルスの感染拡大もようやく縮小傾向を見せており、感染症分類が2類から5類へソフトランディングし始めている。そのような中、歯と口腔の健康保持が、感染症の発症及び重症化予防に効果があることが分かっている。全国の歯科診療所においては、コロナ禍においてクラスターが一件も生じていないことから、必要な治療及び定期健診の受診抑制を行わないよう改めてお願い申し上げる。

日本では今後ますます人口減少及び少子高齢化が進行する。それを見据えて様々な分野・業界で改革が行われており、国保連合会においても、デジタル化に係る改革等が求められている。

地域における医療の確保や健康の保持増進、福祉向上に関して、今後多様な貢献をしていただけるよう適切な取り組みをよろしくお願い申し上げます」と祝辞を賜った。



総会議長の
田中大郷町長

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）
専決処分報告（報告第2号）（第4号）
報告第2号 令和4年度診療報酬審査支払特別会計（業務勘定）歳入歳出補正予算（第3号）
報告第3号 令和4年度診療報酬審査支払特別会計（公費負担医療費支払勘定）歳入歳出補正予算（第2号）
報告第4号 令和4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勘定）歳入歳出補正予算（第1号）

審議事項

- 議案第1号 第2期中期経営計画の中間見直しについて
議案第2号 令和5年度事業計画
議案第3号 令和5年度各員負担金及び各種審査支払手数料等
議案第4号 令和5年度各種会計歳入歳出予算総括表 議案第4号（第10号）
議案第5号 令和5年度一般会計歳入歳出予算
議案第6号 令和5年度診療報酬審査支払特別会計歳入歳出予算
議案第7号 令和5年度介護保険事業関係業務特別会計歳入歳出予算
議案第8号 令和5年度障害者総合支援法関係業務等特別会計歳入歳出予算
議案第9号 令和5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
議案第10号 令和5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
議案第11号 令和5年度特定健康診査・特定保健指導等費用支払勘定
議案第12号 令和5年度各種会計歳入歳出予算
議案第13号 令和5年度各種会計歳入歳出予算

公告

令和五年二月十三日開催の理事会において議決された左記事項について公告する。

公告第五号

- ・職員等の定年等に関する規則の制定
- ・職員の任用に関する規則の一部を改正する規則
- ・職員の勤務時間、休暇等に関する規則の一部を改正する規則
- ・職員給与規則の一部を改正する規則
- ・職員退職手当規則の一部を改正する規則
- ・職員の高児休業に関する規則の一部を改正する規則
- ・職員の高児休業に関する規則の一部を改正する規則

公告第六号

- ・第三者行為損害賠償請求事務等共同処理業務規程の一部を改正する規程

令和五年二月十三日

宮城県国民健康保険団体連合会
理事長 熊谷盛廣

令和五年二月十三日開催の通常総会において議決された左記事項について公告する。

公告第七号

- ・令和四年度各種会計歳入歳出補正予算

公告第八号

- ・第二期中期経営計画の中間見直しについて

公告第九号

- ・令和五年度事業計画

公告第十号

- ・令和五年度各員負担金及び各種審査支払手数料等
- ・令和五年度各種会計歳入歳出予算

公告第十一号

- ・債務負担行為の設定

令和五年三月三日

宮城県国民健康保険団体連合会
理事長 熊谷盛廣

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され、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）」及び専決処分の令和4年度各種会計歳入歳出補正予算を報告した。

審議事項に移り、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「第2期中期経営計画の中間見直しについて」「令和5年度事業計画」「令和5年度各種会計歳入歳出予算」等であり、特に令和5年度事業計画では、「新規事業として特定健診受診率向上支援事業の実施」や「ケアプランデータ連携システム運用開始に伴う業務の実施」、拡充事業として「データヘルス計画に係る支援」についての内容を含む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、本会増子常務理事から、「国保連合会をめぐる状況等に関する報告」として、令和4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に係る国庫補助獲得のための要請活動要旨、定期予防接種費用請求支払業務の受託に関する対応状況等について報告し、閉会した。

人事異動

●宮城県保健福祉部国保医療課（令和5年4月1日）

転任等

氏名	旧所属
榎 信 弥	保健福祉部参事兼国保医療課長
佐藤 洋	保健福祉部副参事兼総括課長補佐
岩 淵 正 江	国保医療課長補佐（班長）
横 田 将 一	国保医療課長補佐（班長）
淵 辺 香 織	国保医療課主任主査（副班長）
衛 藤 理 子	国保医療課主事
今 野 希 子	国保医療課主事
桂 田 創 太 郎	国保医療課主事

転入等

新所属	氏名
保健福祉部国保医療課長	三 浦 智 義
保健福祉部副参事兼総括課長補佐	高 橋 倫 太 郎
国保医療課長補佐（班長）	八 巻 朗 子
国保医療課長補佐（班長）	千 葉 博 樹
国保医療課主任主査	遠 藤 友 樹
国保医療課主査	菅 原 浩 幸
国保医療課主事	木 下 夏 希
国保医療課主事	澁 谷 唯
国保医療課主事	日 野 由 菜

●国保連合会（令和5年4月1日）

異動：係長以上

新所属・職名	氏名	旧所属・職名
参与兼事務局長	菅谷正孝	事務局長
事務局次長（審査担当）兼 審査管理課長	大窪正己	審査管理課長
情報管理課長	佐藤智浩	事業推進課副参事兼 課長補佐 保健事業係長事務取扱
総務課副参事兼課長補佐 総務係長事務取扱	小原知之	介護保険課課長補佐兼 審査係長
情報管理課副参事兼課長補佐 システム係長事務取扱	川嶋義顕	情報管理課課長補佐兼 システム係長

新所属・職名	氏名	旧所属・職名
審査業務課課長補佐兼 第二係長	村井法生	総務課課長補佐兼 総務係長
事業推進課主幹兼 保健事業係長	白鳥孝幸	総務課主幹 （宮城県後期高齢者 医療広域連合派遣）
介護保険課主幹兼審査係長	及川由美子	審査管理課主幹兼 管理係長
審査管理課主幹兼管理係長	安西千賀子	審査業務課主幹兼 第三係長

派遣職員

新所属・職名	氏名	旧所属・職名
総務課主事（宮城県後期高齢者 医療広域連合派遣）	阿部拓也	介護保険課主事

定年退職（3月31日付）

旧所属・職名	氏名	備考
事務局次長（審査担当）兼 情報管理課長	西條雅之	令和5年4月1日付 再任用
審査管理課保険者支援係 主幹	庄子直伸	令和5年4月1日付 再任用
審査業務課第四係主幹	今野浩子	令和5年4月1日付 再任用

新規採用職員

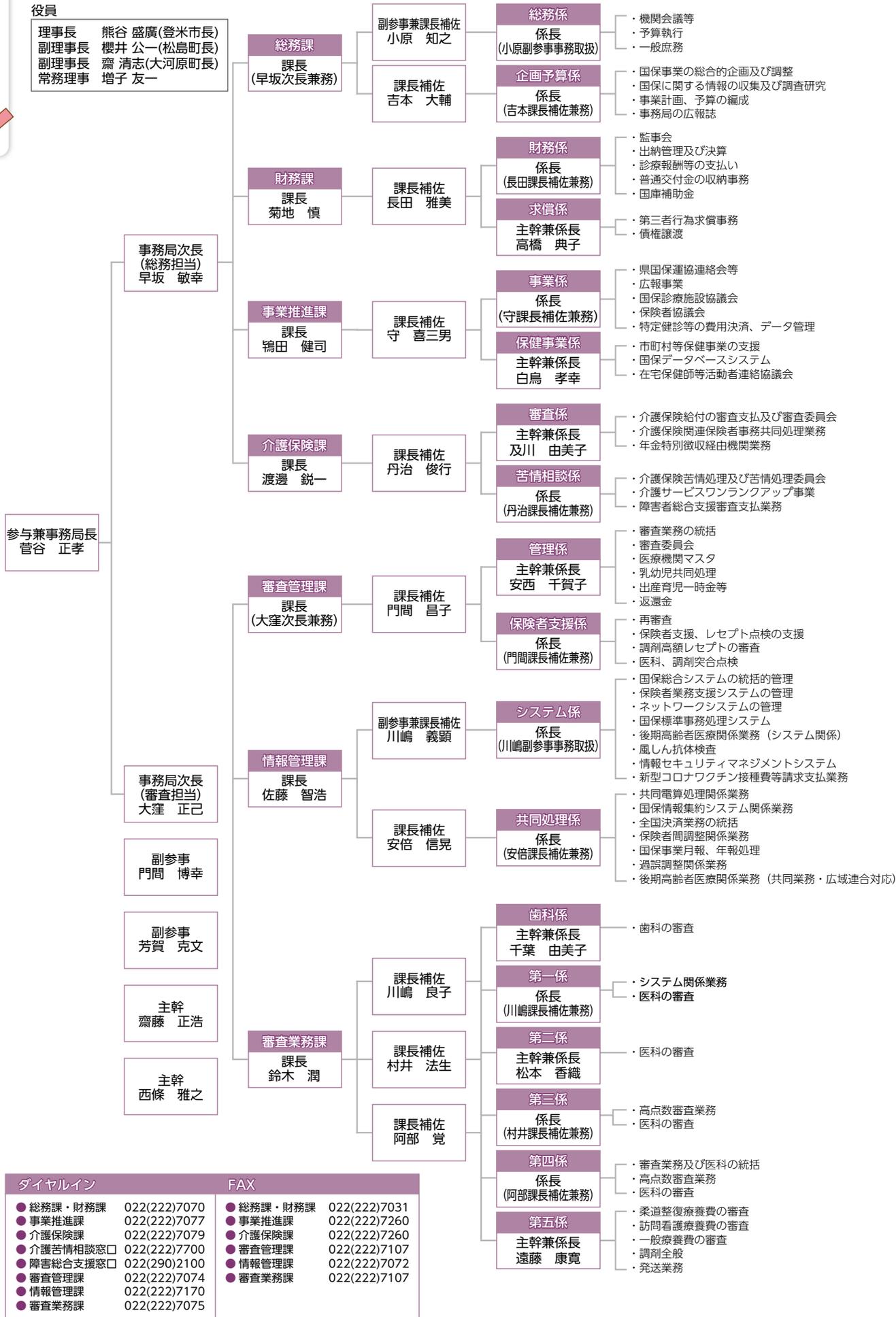
新所属・職名	氏名	旧所属・職名
情報管理課主事	阿部真由子	新規採用
審査業務課主事	遠藤亮佑	新規採用
審査業務課主事	小野寺里紗	新規採用

事務局組織図

令和5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



ダイヤルイン	FAX
● 総務課・財務課 022(222)7070	● 総務課・財務課 022(222)7031
● 事業推進課 022(222)7077	● 事業推進課 022(222)7260
● 介護保険課 022(222)7079	● 介護保険課 022(222)7260
● 介護苦情相談窓口 022(222)7700	● 審査管理課 022(222)7107
● 障害総合支援窓口 022(290)2100	● 情報管理課 022(222)7072
● 審査管理課 022(222)7074	● 審査業務課 022(222)7107
● 情報管理課 022(222)7170	
● 審査業務課 022(222)7075	

令和4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。
今回は、令和4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15回 (前年度10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9回 (前年度5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 BCチェッカー

貸出数7回 (前年度1回)

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。



新たに「健口くん」が
加わります!!



「パ」「タ」「カ」をそれぞれ5秒間発音することで、1秒あたりの回数を表示し、その結果で口腔機能の評価ができます。

「フードモデル(5種類)」が新しいものに変更となりました!!

①栄養指導
基本90フードモデル



③カルシウム摂取
指導用食品(30種)



④実物大・そのまんま料理カード
きほんの食事



⑤実物大・そのまんま料理カード
外食・中食+家庭のきほん料理



②糖尿病指導用
15単位~23単位献立展開セット



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るので、詳しくは本会事業推進課保健事業係まで気軽に問い合わせせてね!

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5年1月

30日 ●第3回保健事業支援・評価委員会 (Web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 19~21、23、24日
- ・介護給付費等審査委員会 (医療部会) 23日

令和5年2月

3日 ●三役会議
 13日 ●理事会
 15日 ●宮城県保険者協議会第4回幹事会 (書面開催)
 22日 ●通常総会
 28日 ●介護給付適正化システム等研修会 (Web開催)

- ・介護給付費等審査委員会 (審査部会) 8日
- ・柔道整復療養費審査委員会 14日
- ・診療報酬審査委員会 17、18、20~22日
- ・介護給付費等審査委員会 (医療部会) 21日

令和5年3月

2日 ●第4回保健事業支援・評価委員会 (Web開催)
 3日 ●個別保健事業検証会
 9日 ●国保データベース (KDB) システム操作研修会基礎編 I (Web開催)
 13日 ●個別保健事業検証会
 17日 ●宮城県国保診療施設協議会総会 (書面開催)
 17日 ●令和4年度第2回保険者協議会 (書面開催)

- ・柔道整復療養費審査委員会 16日
- ・診療報酬審査委員会 20、22~25日
- ・介護給付費等審査委員会 (医療部会) 22日
- ・介護サービス苦情処理委員会 24日

個別保健事業検証会
 【3月】南三陸町、山元町、登米市、角田市

令和5年4~6月の行事予定

5月24日 ●第三者行為求償事務担当者研修会 (Web・対面開催)
 6月2日 ●レセプト点検事務初任者研修会
 6月6日 ●第1回国保問題調査研究委員会 (Web開催)
 6月9日 ●第1回介護保険調査研究委員会 (Web開催)
 6月12日 ●国保担当職員初任者研修会 (Web・対面開催)
 6月27日 ●市町村介護保険担当職員研修会 (Web開催)
 6月28日 ●障害福祉サービス費等給付担当者説明会 (Web開催)

- ・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

月日がたつのは早いもので、私が編集業務の担当となり2回目の春がやってきました。春のイメージカラーを問われても「桃色」以外の答えを持ち合わせていない筆者ですが、勇気を出して4月号の表紙に若葉色を加えてみました。いかがでしょうか。

さて少し前の話になりますが、みやぎ県政だより(1・2月号)にて「俳優 佐藤健 × 宮城県知事 村井嘉浩 × 俳優 神木隆之介」の対談が取り上げられておりました。俳優のお二人は、東日本大震災のボランティアとして宮城を訪れてから、映画の撮影や書籍「みやぎから、」の出版等を通して地域との交流が増えたそうです。そして今回、佐藤健&神木隆之介プロデュース「仙台謎解きウォーク 街に願いを」というイベントが開催されるという事で、私も職場の愉快的仲間たちを連れて参加してまいりました。

街中に見慣れた風景に謎が織り込まれ、地元の歴史から学んだ情報を頼りに答えをたぐる感覚が新鮮で、最後は仲間と結ばれた絆を感じることもできます。(本当は途中で口論しました。) また機会があれば、皆さまも一度参加してみてください。 (D・T)

旬の食材で、 ”おいしく塩eco”しませんか？

旬の食材の紹介

旬の食材は「しらうお」です。体長5～10センチほどの小さな魚ですが実はこれで成魚の状態です。魚を丸ごと食べることができ、カルシウムやマグネシウムなどを手軽に摂ることができます。また、ビタミンAとなるレチノールが多く、活性酸素を抑えてくれる働きは動脈硬化など生活習慣病対策も期待されます。



脱メタボ！減塩
あと3グラム



しらうおの和え物



しらうおイト

材料名 (4人分)

しらうお	100g	だし汁	1/2カップ
三つ葉	2束(100g)	しょうゆ	大さじ1
えのき茸	1/3袋(50g)	みりん	小さじ1

調理のポイント

・熱湯はかけるだけなので、しらうおのうま味や三つ葉の香りがしっかりと残り減塩に繋がります。

・味が薄まらないように、しっかりと水気を切りましょう。



一人あたりの栄養価

エネルギー	33kcal	炭水化物	2.7g
たんぱく質	4.4g	食塩相当量	0.8g
脂質	0.6g		

作り方

- ① 三つ葉は2～3cmの長さに切り、えのき茸は軸を除き1/3に切ります。
- ② 鍋にAを入れ、煮立ったら火を止め、器にあげて冷ましておきます。
- ③ ざるにしらうお、三つ葉、えのき茸を並べ、上から熱湯をかけます。
- ④ 水気を切り、②のだし汁と和えてできあがりです。

寄稿者紹介



東松島市
保健福祉部
健康推進課
行政栄養士10年目

あべ あやか
阿部 綾佳

好きな料理
ちぢみほうれん草
のチヂミ

～おいしく塩eco大作戦～

東松島市では、“おいしく塩eco大作戦”と題し市内全体で減塩活動を推進しています。減塩に大切な野菜の摂取アップキャンペーン「ひがまつヘルスベジまつり」や減塩で美味しい健康な食事を提供する飲食店の認証制度「スマートミール認証」支援に取り組み、市民の食環境整備につなげています。

また、子どもたちにも食や健康の情報を伝えるため、YouTube「イトくんチャンネル」で市の公式キャラクターであるイト&イ〜ナによる動画を約70本配信しています。また、健康と食の情報をまとめたサイト「ガクタブ」もあります。広報などのアナログ啓発とデジタル啓発を合わせたハイブリッド啓発で市民全体に減塩や食の情報を発信しています。