

みやぎの国保

4

2024 Spring

No.296



国保のなかまたち〈仙台市〉

挑戦を続ける、新たな杜の都へ
～“The Greenest City” SENDAI～ 2

宮城県だより 4

Health Information 6

医療法人さくら 桜ヶ丘クリニック 院長 福島 健泰
長引くせき(咳嗽)・たん(喀痰)は要注意

働く人のための健康習慣 7

岩手医科大学人間科学科体育学分野非常勤講師
公益財団法人 健康・体力づくり事業財団
健康運動指導士 藤野 恵美

立ったついでに体操
姿勢改善・背中や腰をほぐしリフレッシュ!!

国保連 report 8

- ・糖尿病性腎症重症化予防研修会
- ・令和5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〈大崎市〉



仙台市

仙台・青葉まつり
写真提供：仙台・青葉まつり協賛会

挑戦を続ける、新たな杜の都へ～“The Greenest City” SENDAI～

仙台市は、宮城県のほぼ中央に位置し、約109万人の人口を擁する政令指定都市です。東北地方の経済の中心地という大都市でありながら、自然と調和した美しい街並みの「杜の都」として知られています。これまで培ってきた「環境」や「共生」といった都市個性を深化させ、世界から選ばれるまちを目指しています。



仙台七夕まつり
写真提供：仙台市観光課



光のプロジェクト
写真提供：仙台市観光課



秋保大滝



定禅寺ストリートジャズフェスティバル
写真提供：(公社) 定禅寺ジャズフェスティバル協会

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3年度	令和4年度
市の人口	人	1,093,543	1,094,520
国保世帯数	世帯	129,445	127,611
国保加入割合（被保険者数割）	%	17.17	16.59
収納率（現年分）	%	96.41	96.17
被保険者数	人	187,742	181,553
前期高齢者数	人	132,499	128,150
一人当たり医療費	円	383,113	390,482
特定健診受診率	%	42.7	42.2

仙台市国保の被保険者数と世帯数はともに減少傾向が続いていますが、一方で、被保険者一人当たりの医療費は増加の傾向にあります。

仙台市は特定健診の受診率が高く、全国の指定都市の中でもトップクラスです。しかしながら、特定保健指導の実施率は伸び悩んでおり、メタボ該当者の割合が依然増加しています。また、血糖をはじめ血圧、脂質が高めの方が多い傾向にあります。引き続き、生活習慣病重症化予防と医療費適正化の取り組みを推進していく必要があります。

国保の状況

国保主管課の紹介

国民健康保険事業は次の体制により運営しています。

○本庁保険年金課

資格賦課・給付事務の企画調整、保健事業の総括、運営協議会、国保特別会計の総括、後期高齢者医療・国民年金の総括

○本庁収納対策室

国保および後期高齢者医療保険料の収納、滞納整理

○各区保険年金課

(秋保総合支所は保健福祉課)

国民健康保険・後期高齢者医療・国民年金の窓口事務

○各区家庭健康課

保健事業
○各戸籍住民課

住民異動届に伴う資格喪失
このほか、「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」は、保険年金課、健康政策課、地域包括ケア推進課の本庁3課の統括の下、各区家庭健康課、障害高齢課等において実施します。



© 東北紙工



特定保健指導の取り組み

チセミナーの開催です。

特に、結果

の見方説明会

やランチセミ

ナーは、運動

実践や栄養ク

イズ等、体験

を伴うログ

ラムであり、

「自分の改善

点を理解でき

た」、「間違えて覚えていることが分

かった」等、参加者からの評価は高く、

講師にたくさんの質問をする参加者が

多かつたことが印象的な取り組みでした。しかしながら、参加者数が伸びないことが課題となっています。

また、コンサルテーションを受けた

ことで、これまで漠然と感じていた課

題を客観的に捉え直す機会となりました。今後も、コンサルテーションの機

会を利用し、被保険者の健康寿命の延

伸に向け、取り組みを進めていきたい

と考えています。

わがまちの取り組み

令和4年度決算では、政令指定都市の中では第2位（現年度）と高い収納率となっていますが、平成21年度には最下位になるなど、低い収納率が課題であつた時期がありました。

その対策として、平成24年度に健康福祉局内に徴収事務を行う専門部署（現収納対策室）を立ち上げ、窓口業務専門員の配置や催告業務の民間委託化により職員の事務負担を軽減し、納付折衝や滞納処分に職員がより注力できる環境を整備しました。また、キャッシュカード1枚で手続きが完了するペイジー口座振替サービスを導入して口座振替加入率を向上させ、コンビニ収納やキャッシュレス決済を導入して収納環境の整備も行うなど、多くの施策を進めてきた結果、現在の高い収納率となりました。



今後は、高い収納率をいかに維持していくかが重要であり、預貯金調査電子化の拡大や国導入を進めていく必要があります。

公金収納デジタル化への対応などさらなる効率化を進め、区・総合支所との緊密な連携の下、不斷の取り組みを行っています。

国民健康保険料収納率 向上の取り組み



仙台市の国民健康保険料収納率は、

宮城県だより

国保医療課長からのあいさつ

宮城県国民健康保険団体連合会の皆様、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が都道府県単位化されて以降、宮城県では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健全かつ安定的な運営に努めております。

昨年度は、国保運営の基本的な指針である「宮城県国民健康保険運営方針」の改定に取り組み、今年度から6年間を期間とする「第3期宮城県国民健康保険運営方針」を策定いたしました。今後は、同方針で定めた、保険給付の適正な実施や、医療費適正化の推進、さらには、将来的な保険料水準の統一に向けた検討を進めてまいります。

また、今年12月には、現行の被保険者証が廃止され、マイナ保険証に移行することとなつております。今後、関係機関と連携した、被保険者、医療機関等への周知が必要と考えております。

今後も、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。

国保医療課 新任職員自己紹介

この4月に総括課長補佐として着任いたしました中山です。縁あって国民健康保険事業に携わる機会を得ましたことを光栄に思っております。

国民健康保険は様々な環境変化により、大変複雑な制度とのイメージを持つております。関係する方々と協力しながら円滑な運営となるよう努めてまいりますので、何卒よろしくお願ひいたします。

國民健康保険は様々な環境変化により、大変複雑な制度とのイメージを持つております。関係する方々と協力しながら円滑な運営となるよう努めてまいりますので、何卒よろしくお願ひいたします。

課長補佐（班長）伊藤 智明

令和6年4月1日に国保医療課国保指導班に班長として着任しました伊藤智明と申します。

保健福祉部での勤務は、医療整備課で地域医療の支援に携わって以来の2回目です。

国民健康保険関係の業務は初めてですが、これまでの経験も生かして頑張りたいと思つておりますので、よろしくお願ひいたします。

主査 吉野 佳那

医療指導班の吉野佳那と申します。3月までは県税事務所において、国保関係の業務には初めて携わります。慣れではございますが、一から勉強し業務に励みたいと思つております。

趣味はサウナです。毎週一関市の「古戦場」に通つていますので、ぜひ週末は一関で一緒に整いましょう！

趣味は旅行です。各地の美味しいものを食べることが大好きです。どうぞよろしくお願ひいたします。

主事 渡邊 正貴

東部土木事務所登米地域事務所からまいりました、渡邊正貴と申します。初めての保健福祉部であり、一日も早くお役に立てるよう日々勉強していきます。

趣味はサウナです。毎週一関市の「古戦場」に通つていますので、ぜひ週末は一関で一緒に整いましょう！

どうぞよろしくお願ひいたします。

主事 蘇武 雅弥

宮城県国民健康保険団体連合会から派遣でまいりました、国保事業経営班の蘇武と申します。新天地で慣れない環境ですが、皆様の御協力の下、業務に取り組む所存ですのでよろしくお願ひします。昨年は余暇に旅行6回・フェス7回・マラソン5回と活動し、仕事以上に忙しかったので、今年の目標は「休日にしっかりと休む！」です。今後も国保の事業運営に御協力をお願ひいたします。

今年度から国保事業経営班に着任しました阿部和史と申します。

技術主査 後藤 千絵

大震災後に震災援護室でプレハブ事しておりましたので、保健福祉部は2回目となります。

大変複雑な保険制度や予算、お金の流れに圧倒されて未だ手探りで業務を始めているところです。皆様のご指導いただきながら、円滑な制度運営に向けて尽力していきたいと思いますので、何卒よろしくお願ひいたします。

課長補佐 千葉 洋一

せんが、家族ですごめ踊りの祭連（まづら）に所属しています。青葉まつりや各種お祭りで舞つていままでの、お見かけの際はお気軽にお声掛けいただけますとうれしい限りです。

主査 阿部 和史

國保指導班に配属になりました千葉と申します。国民健康保険療養給付費等のほか市町村を対象とした保険基盤など補助金を主に担当します。保険関係の業務は初めて担当しますので何かとご迷惑をおかけすると思いますが、早く慣れるよう努めてまいりますので、どうぞよろしくお願ひいたします。



保険者の
みなさまへ
おしさせです

40歳未満の加入者についても
「健康診断結果の提供依頼」が可能です。※

40歳未満の加入者について
「健康診断結果の提供依頼」をすることの3つのメリット

メリット

1

加入者の健康課題等を把握
することで効率的・効果的
な保健事業が可能に。

(例：地域間や業種間、事業所間の
データ比較、40歳未満の者の生活
習慣病予防対策の提案 等)

メリット

2

コラボヘルス促進

(保険者と事業者等の連携による加
入者の予防・健康づくりの推進)

メリット

3

40歳未満の加入者も、マイナポータルで健診結果※
の確認が可能に。

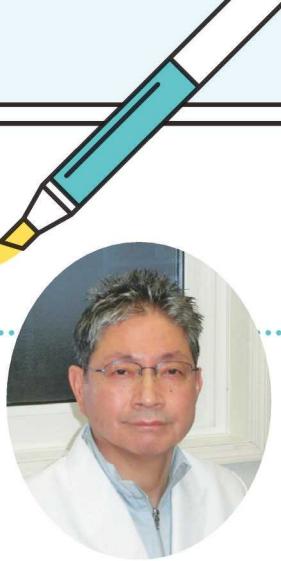
※ 特定健診項目のうちマイナポー
タルに登録された健診結果が確認で
きます。

※ 全世代対応型の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（令和3年法律第66号）により、
40歳未満の加入者についても健康診断結果の提供依頼が可能となりました。



詳しくは WEB サイトへ





がいそう かくたん 長引くせき(咳嗽)・たん(喀痰)は要注意

医療法人さくら 桜ヶ丘クリニック 院長 福島 健泰

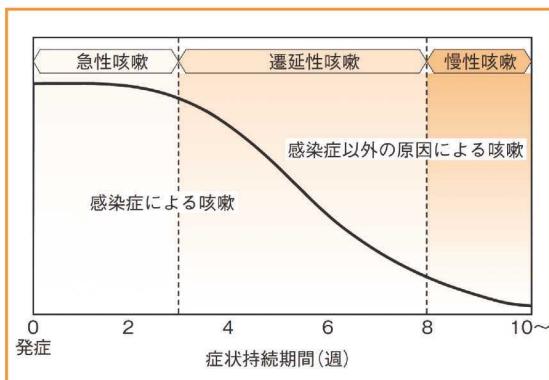


図1 症状持続期間と感染症による咳嗽比率

咳嗽の分類
咳嗽は持続期間により、3週間未満の急性咳嗽、3週間以上8週間未満の遷延性咳嗽、8週間以上の慢性咳嗽に分類されます（図1）。また喀痰の有無によって、喀痰を伴わない乾性咳嗽（から咳）と、喀痰を伴う湿性咳嗽（たん混じりの咳）に分類されます。

咳嗽の原因疾患
急性咳嗽の原因の多くは感冒を含む気道の感染症です。しかし慢性咳嗽の原因疾患は、多岐にわたり（表1）、命に関わる病気もあります。気管支喘息、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、ACO（喘息とCOPD阻害薬による咳）

原因疾患	病歴
咳喘息	夜間～早朝の悪化（特に眠れないほどのかや起坐呼吸）、症状の季節性・変動性
アトピー咳嗽／喉頭アレルギー（慢性）	症状の季節性、咽喉頭のイガイガ感や搔痒感
SBS	慢性副鼻腔炎の既往・症状、膿性痰の存在
GERD	食道症状（胸やけなど）の存在、会話時・食後・起床直後・就寝直後・上半身前屈時の悪化、体重増加に伴う悪化、亀背の存在
感染後咳嗽	上気道炎が先行、徐々にでも自然軽快傾向（持続時間が短いほど感染後咳嗽の可能性が高くなる）
COPD、慢性気管支炎	現喫煙者の湿性咳嗽
ACE阻害薬による咳	服薬開始後の咳

表1 遷延性・慢性咳嗽の各原因疾患に特徴的（特異的）な病歴

咳喘息・気管支喘息
夜間から早朝にかけての咳・息苦しさがあり、症状は日内変動・季節変動します。体質的な要因（小児喘息、アトピー、アレルギー体质）や、環境的因素（ペットの飼育歴・住まい等）が喘息の発症に影響します。また職場で扱う物質を吸入することにより発症する喘息を「職業性喘息」といいます。動物を扱う方やパン職人、建築業、塗装業、工場作業員、クリーニング業、農業などの職業で見られます。最近では新型コロナウイルス感染症（COVID-19）罹患後の後遺症（Long COVID）による長引く咳痰の患者さんが増えています。

誤嚥性肺炎
40歳以上の男性、喫煙者で血の混じった痰（血痰）の症状は、肺がんを考えます。また血痰は、肺結核症や気管支拡張症や耳鼻科領域の病気でも認められます。

肺がん
40歳以上の男性、喫煙者で血の混じった痰（血痰）の症状は、肺がんを考えます。また血痰は、肺結核症や気管支拡張症や耳鼻科領域の病気でも認められます。

まとめ
長引くせきやたんは、他人へ迷惑をかけ重篤な病気が判明することもありますので、早めにお近くの呼吸器内科へご相談下さい。

副鼻腔気管支症候群（SBS）
耳鼻科疾患（副鼻腔炎・鼻炎・中耳炎）の既往歴があり、湿性痰が多いことが特徴で、加齢とともに慢性気管支炎も合併します。

40歳以上の男性スマーカーに多い病気です。動いた時の息切れや痰が多いなどの症状が認められます。胸部CT検査・呼吸機能検査が有用です。気管支喘息とオーバーラップするACOもあります。

慢性閉塞性肺疾患（COPD）、喘息合併（ACO）

姿勢改善・背中や腰をほぐしリフレッシュ!!



岩手医科大学人間科学科体育学分野非常勤講師
公益財団法人 健康・体力づくり事業財団

健康運動指導士 藤野 恵美

春風に誘われて心と体が弾む季節となり、気持ちよく運動や外出ができる良い時期ですね。

さて、令和6年1月、厚生労働省から【健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023】の改訂版が発表されました。

推奨事項一覧の中に、「座りっぱなし(座位行動)」に関する表現が追加されました。

座りっぱなしの時間が長くなりすぎないように注意することが示されています。同じ姿勢で長く座っていると、

筋肉の緊張で血行不良、局所的な疲労の蓄積から、腰痛や肩こり、頭痛といった痛みを引き起こしやすくなるほか、高血圧や糖尿病といった生活習慣病の健康リスクも高くなってしまいます。

そこで、生活の中で積極的に身体を動かすためのきっかけとして、立ち上がったついでに足踏みや背伸びをしたり、

肩や腰を回したり、姿勢をリセットして、気分もリフレッシュしてみましょう。良い姿勢づくりは集中力や作業効率を高めてくれます。

無理なく運動習慣をつくり、外出と交流を増やして生活をアクティブにしていくことが健康づくりの近道です。



注意点

- 柱やドア、鴨居に手をひっかけてストレッチ体操を行うときは、安全を確認してから行いましょう。
- ストレッチ体操は、気持ちよく伸びが感じられる強さを10秒～20秒行いましょう。
- 動いたときに、胸や腰、膝に痛みがある場合は体操を控えてください。

※このほか、自宅やオフィスでできる簡単な「生活アクティブ体操」は、健康・体力づくり事業財団のホームページで公開されています。

https://www.health-net.or.jp/etc/pdf/120525_fujino.pdf



生活アクティブ体操

概要

宮城県との共催により令和6年2月28日・29日の2日間に分け、参集とWeb会議の併用で糖尿病性腎症重症化予防研修会を開催した。本研修の目的は、国保保険者および保健所の健康づくり担当職員が、糖尿病性腎症対象者における糖尿病未治療等の患者を抽出できることになることである。

これにより、国が推進する糖尿病性腎症重症化予防の理解を深めるとともに、保険者等の特性に応じた事業の推進が期待される。研修会には2日間で計86名の参加があった。

糖尿病性腎症 重症化 予防研修会

宮城県糖尿病性腎症重症化予防プログラム改定について

講演

糖尿病性腎症の発症・進展（重症化）を予防するには

はじめに宮城県で策定している「宮城県糖尿病性腎症重症化予防プログラム」の改定について、宮城県健康推進課の小原技術副参事兼総括課長補佐から説明があった。現行の宮城県糖尿病性腎症重症化予防プログラ

ムは宮城県医師会、宮城県糖尿病対策推進会議、宮城県の三者が連携し、平成31年3月に策定したものであり、

段階として A 糖尿病を有さない者、B 糖尿病患者、C 糖尿病性腎症患者、D 透析患者に分けられ、「A → B」が糖尿病発症予防、「B → C」が糖尿病性腎症発症予防、「C → D」が糖尿病性腎症重症化予防と分類できる。

糖尿病はインスリン作用の不足による慢性高血糖を主徴とし、種々の特徴的な代謝異常を伴う症候群、いわゆる「血糖値が持続的に高くなる」病気である。インスリン分泌量の低下と抵抗性の増大が原因となることから、保健事業としては糖尿病の発症リスクが高い人をスクリーニングし、生活習慣に対する指導を行うことにより予防することが必要である。

テーマ1 保険者が糖尿病性腎症重症化 予防事業を実施する目的

本事業は、糖尿病性腎症患者の新規透析導入を減少させることで、糖尿病患者の健康寿命の延伸、将来的な医療費の適正化につなげることを目的としている。

保険者の具体的な取り組みとして

「糖尿病の重症化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、保健指導を行い治療結び付けること」や「糖尿病性腎症患者で重症化リスクの高い人に対して腎不全、人工透析への移行を防止すること」があり、保険者努力支援制度に

より交付金の獲得や市町村における保健・医療・介護の連携体制の構築、KDBシステムの利活用の促進が期待される。

ポイントとして、①地域の実情に応じた連携体制の構築、②対象者の抽出基準の見直し、③保健指導の強化、④国版プログラムの方向性に合わせた改定の4点について話された。

宮城県との共催により令和6年2月28日・29日の2日間に分け、参集とWeb会議の併用で糖尿病性腎症重症化予防研修会を開催した。本研修の目的は、国保保険者および保健所の健康づくり担当職員が、糖尿病性腎症対象者における糖尿病未治療等の患者を抽出できることになることである。

これにより、国が推進する糖尿病性腎症重症化予防の理解を深めるとともに、保険者等の特性に応じた事業の推進が期待される。研修会には2日間で計86名の参加があった。

の医療機関への受診勧奨を進めるとともに、未受診者等を中心とした保健指導を実施し、血糖・血圧などリスク因子の管理を適切に実施できる医療、保健の連携体制を整備することが求められる。

後期高齢者における糖尿病性腎症重症化予防の考え方として、対象者の選定基準を中年者等と比較して緩徐に設定すべきであり、事前に医師会等と協議した上で基準を決定することが望ましく、糖尿病性腎症を有する後期高齢者で未受診者等に該当する場合は医療機関への受診勧奨を優先し、保健指導だけで完結させないようにする。また、後期高齢者に対して保健指導を実施する際には、高齢者の特性を踏まえ、フレイル・低栄養等の予防も併せて計画を図る必要がある。

く、がん検診の受診推奨や適切な医療・介護・福祉サービス活用の推奨など、健康状態を総合的に把握した上で適切な指導を実施することが求められる。

者の選定基準や事業内容は中年者・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ことが望ましい。

して、「進行段階により対応を変更すること」や「事業計画を医師会等と相談すること」、「保険者は人員に限りがあるため、進行段階により腎専門医やかかりつけ医に照会すること」、「時には勧奨等の業務を事務職で対応すること」などがある。保険者として総合的に判断し、戦略をどのようにとるか検討することが大切である」と研修会を締めくくられた。

本事業はP D C Aサイクルを意識して実施することが必要であり、アウトカム評価を毎年確実に実施し、評価結果を次年度の事業計画に活用する。また、事業計画を立案する際には、事前に医師会等と協議した上で詳細を決定することが推奨され、実施に当たっては、府内連携、地域連携、マニュアルの作成など、長期にわたり事業が継続できることを体制の整備が求められる。

テーマ3 糖尿病性腎症重症化予防事業の基本的な流れ

テーマ5 糖尿病性腎症重症化予防事業の効果検証と国版プログラムの改定

テーマ4 後期高齢者における糖尿病性腎症重症化予防の考え方

糖尿病は健康寿命に直結し、医療費・介護費を増大させる各種疾患・病態と強く関連している。特に高齢者では循環器疾患・がんに加えて、認知症・心不全・フレイルの併存に留意し、適切な管理を行う必要がある。保健指導では、生活習慣に対する指導だけではなく

本事業は、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り、事業はP D C Aサイクルに沿って実施する。特に、K D Bを活用した健康課題の把握、健診データ等を活用した対象者の抽出やアウトカム評価は確実に実施する。また、対象



糖尿病性腎症重症化予防研修会研修風景

の人数までが対応可能であるかなど、活発に意見が交わされた。



グループワーク風景

令和6年度事業計画、予算など原案どおり可決



令和6年2月26日（月）本会会議室において「令和5年度第2回通常総会」を開催し、令和6年度事業計画など、審議事項全12件について原案どおり可決した。

「宮城県をはじめとする各市町村では、令和6年度から、第3期宮城県国民健康保険運営方針、第8次宮城県地域医療計画及び介護保険事業計画等が始ままり、今後の地域医療・介護・福祉お世話になつていて。また、地域におけられた。

開会に先立ち本会熊谷理事長（登米市長）は、少子高齢化の進展に伴う生産年齢人口の減少や物価の高騰など、我が国の社会保障の根幹を成す国民健康保険事業や後期高齢者医療事業、介護保険事業等を取り巻く環境は厳しさを増していること。また、国においては、「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」が公布され、後期高齢者の負担率の見直しや国保被保険者の産前・産後の保険料免除、さらには、レセプト分析を活用した医療費適正化の強化などに取り組むことが定められたことに触れ、次のように続けられた。

市長）は、少子高齢化の進展に伴う生産年齢人口の減少や物価の高騰など、我が国の社会保障の根幹を成す国民健康保険事業や後期高齢者医療事業、介護保険事業等を取り巻く環境は厳しさを増していること。また、国においては、「全世代対応型の持続可能な社会

熊谷理事長（登米市長）の開会の挨拶



開会の挨拶に立つ熊谷理事長

体体制を整備していく上で、大変重要な1年となる。健康保険証についても本年12月2日に新規発行を終了し、廃止することが決定されたところであり、医療保険者として準備を進めなくてはならない。

そのような状況の中、連合会では、国保総合システムのクラウド化に向けた対応を着実に進めるとともに、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たところであり、令和6年度は、診療報酬と介護報酬、障害福祉サービス等報酬の同時改定など、大きな制度改正が行われる予定であることから、しっかりと対応してまいりたいので、引き続きご理解とご協力をよろしくお願いする」と挨拶を述べた。



祝辞を述べる細谷県歯科医師会会長

向いでも医療確保や健康保持増進、福祉向上に多大な貢献をされており、この場を借りて感謝申し上げる。さて、新型コロナウイルスの感染症においては、昨年の5月に感染症分類が2類から5類へ移行し、それとともに社会経済やスポーツなど、各方面の活動がコロナ以前まで回復しつつあり、社会経済の発展を妨げないためにも、コロナ禍を教訓として基本的な感染予防は継続していく必要がある。

今後、日本では人口減少及び少子高齢化が進行していく。人生100年時代の到来や働き方の変容を見据えながら、全世代型社会保障改革が進行している。この改革の実現には様々な課題がある。すると同時に、私たち日本国民にとって重要な意味を持つものであり、国保連合会においても関連する制度改革等が進められている。大変な事業ではあるが、今後も多大なる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る」と祝辞を賜った。

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、「国保連合会には平素より県内歯科医療機関が大変お世話をなつていて。また、地域にお



総会議長の田中大郷町長

提出議案

報告事項

報告第1号 役員の就任について	令和6年二月十四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。
報告第2号 債務負担行為（執行状況報告）	はじめに、事務局から報告事項として「役員の就任について」、「債務負担行為（執行状況報告）」及び専決処分の令和5年度総会設置規則を報告した。
専決処分報告（報告第3号・第4号）	「役員の就任について」、「債務負担行為（執行状況報告）」及び専決処分の令和5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5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3号）	議案第1号 令和6年度事業計画
議案第2号 令和6年度会員負担金及び各種審査支払手数料等（令和6年度各種会計歳入歳出予算総括表）	議案第2号 令和6年度会員負担金及び各種審査支払手数料等（令和6年度各種会計歳入歳出予算総括表）
議案第3号 令和6年度一般会計歳入歳出予算	議案第3号 令和6年度一般会計歳入歳出予算
議案第4号 令和6年度診療報酬審査支払特別会計歳入歳出予算（業務勘定）	議案第4号 令和6年度診療報酬審査支払特別会計歳入歳出予算（業務勘定）
（治療報酬支払勘定）	（治療報酬支払勘定）
（公費負担医療費支払勘定）	（公費負担医療費支払勘定）
（出産育児一時金等に関する支払勘定）	（出産育児一時金等に関する支払勘定）
（抗体検査等費用に関する支払勘定）	（抗体検査等費用に関する支払勘定）
議案第5号 令和6年度職員退職手当特別会計歳入歳出予算	議案第5号 令和6年度職員退職手当特別会計歳入歳出予算
議案第6号 令和6年度介護保険事業関係業務特別会計歳入歳出予算（業務勘定）	議案第6号 令和6年度介護保険事業関係業務特別会計歳入歳出予算（業務勘定）
（介護給付費等支払勘定）	（介護給付費等支払勘定）
（公費負担医療等に関する報酬等支払勘定）	（公費負担医療等に関する報酬等支払勘定）
議案第7号 令和6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（業務勘定）	議案第7号 令和6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（業務勘定）
（障害介護給付費支払勘定）	（障害介護給付費支払勘定）
議案第8号 令和6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（業務勘定）	議案第8号 令和6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（業務勘定）
（後期高齢者医療診療報酬支払勘定）	（後期高齢者医療診療報酬支払勘定）
（公費負担医療に関する診療報酬支払勘定）	（公費負担医療に関する診療報酬支払勘定）
議案第9号 令和6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（業務勘定）	議案第9号 令和6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（業務勘定）
（特定健診・特定保健指導等費用支払勘定）	（特定健診・特定保健指導等費用支払勘定）
議案第10号 債務負担行為の設定	議案第10号 債務負担行為の設定
議案第11号 補正予算に係る専決の委任について	議案第11号 補正予算に係る専決の委任について
議案第12号 理事及び監事の選任について	議案第12号 理事及び監事の選任について

公 告

令和6年二月十四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。

公告第六号
・宮城県国民健康保険運営協議会連絡会設置規則

公告第七号
・公印規程の一部を改正する規程

公告第八号
・退職者医療共同事業拠出金規則を廃止する規則

令和6年二月十四日
宮城県国民健康保険団体連合会
理 事 長 熊 谷 盛 廣

議案第12号までの全12項目について説明を行った。内容は「令和6年度事業計画」、「令和6年度各種会計歳入歳出予算」等であり、特に令和6年度事業計画では、新規・拡充事業として「宮城県国保運営協議会連絡会の事業を国保連合会が運営すること」や「国保データベース（KDB）システム等のデータ活用を目的とした分析研修会を新たに開催すること」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。全議案とともに会員からの異議はなく原案どおり可決した。

公告第九号
・令和5年度各種会計歳入歳出補正予算
公告第十号
・令和6年度事業計画

公告第十一号
・令和6年度会員負担金及び各種審査支払手数料等
公告第十二号
・債務負担行為の設定

令和6年三月十四日
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

「役員の就任について」、「債務負担行為（執行状況報告）」及び専決処分の令和5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12号までの全12項目について説明を行った。内容は「令和6年度事業計画」、「令和6年度各種会計歳入歳出予算」等

明を行った。内容は「令和6年度事業計画」、「令和6年度各種会計歳入歳出予算」等であり、特に令和6年度事業計画では、新規・拡充事業として「宮城県国保運営協議会連絡会の事業を国保連合会が運営すること」や「国保データベース（KDB）システム等のデータ活用を目的とした分析研修会を新たに開催すること」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5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等について報告し、閉会した。

※詳細は本会HPからご確認願います。

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6年4月1日）

●転任等

氏名	旧所属
高橋倫太郎	保健福祉部副参事兼総括課長補佐
留目 浩一	国保医療課長補佐（班長）
白坂 伶子	国保医療課主任主査（副班長）
高橋 央	国保医療課主任主査（副班長）
菅原 浩幸	国保医療課主査
木村 園子	国保医療課主査
清野 敬子	国保医療課技師
小綿 伸	国保医療課主事

●転入等

新所属	氏名
国保医療課総括課長補佐	中山 修
国保医療課長補佐（班長）	伊藤 智明
国保医療課長補佐	千葉 洋一
国保医療課技術主査	後藤 千絵
国保医療課主査	吉野 佳那
国保医療課主査	阿部 和史
国保医療課主事	渡邊 正貴
国保医療課主事	蘇武 雅弥

国保連合会（令和6年4月1日）

●異動：係長以上

新所属・職名	氏名	旧所属・職名
総務課長	佐藤 智浩	情報管理課長
事業推進課長	小原 知之	総務課副参事兼課長補佐 総務係長事務取扱
介護保険課長	鶴田 健司	事業推進課長
審査管理課長	鈴木 潤	審査業務課長
情報管理課長	川嶋 義顕	情報管理課副参事兼課長補佐 システム係長事務取扱
審査業務課長	門間 昌子	審査管理課課長補佐兼 保険者支援係長
情報管理課副参事兼課長補佐 システム係長事務取扱	安倍 信晃	情報管理課課長補佐兼 共同処理係長

新所属・職名	氏名	旧所属・職名
財務課課長補佐兼 求償係長	高橋 典子	財務課主幹兼求償係長
審査管理課課長補佐兼 保険者支援係長	川嶋 良子	審査業務課課長補佐兼 第一係長
審査業務課課長補佐兼 第四係長	長田 雅美	財務課課長補佐兼 財務係長
総務課主幹兼 企画予算係長	遠藤 康寛	審査業務課主幹兼 第五係長
財務課主幹兼財務係長	菊地 礼子	財務課主幹
事業推進課主幹兼 保健事業係長	多田 智	情報管理課主幹
情報管理課主幹兼 共同処理係長	白鳥 孝幸	事業推進課主幹兼 保健事業係長

●派遣職員

新所属・職名	氏名	旧所属・職名
総務課主事 (宮城県国保医療課派遣)	蘇武 雅弥	財務課主事
総務課主事 (国保中央会派遣)	阿部 哉久	介護保険課主事

●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	佐藤 裕太	新規採用
審査業務課主事	瀬上 結愛	新規採用

●定年退職

旧所属・職名	氏名	備考
介護保険課長	渡邊 銳一	令和6年 4月1日付再任用
審査業務課 第二係主幹	西條 里子	令和6年 4月1日付再任用

事務局組織図

(令和6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6年4月17日時点

参与兼事務局長
菅谷 正孝

事務局次長
早坂 敏幸

副参事
門間 博幸

副参事
芳賀 克文

主幹
西條 雅之

FAX

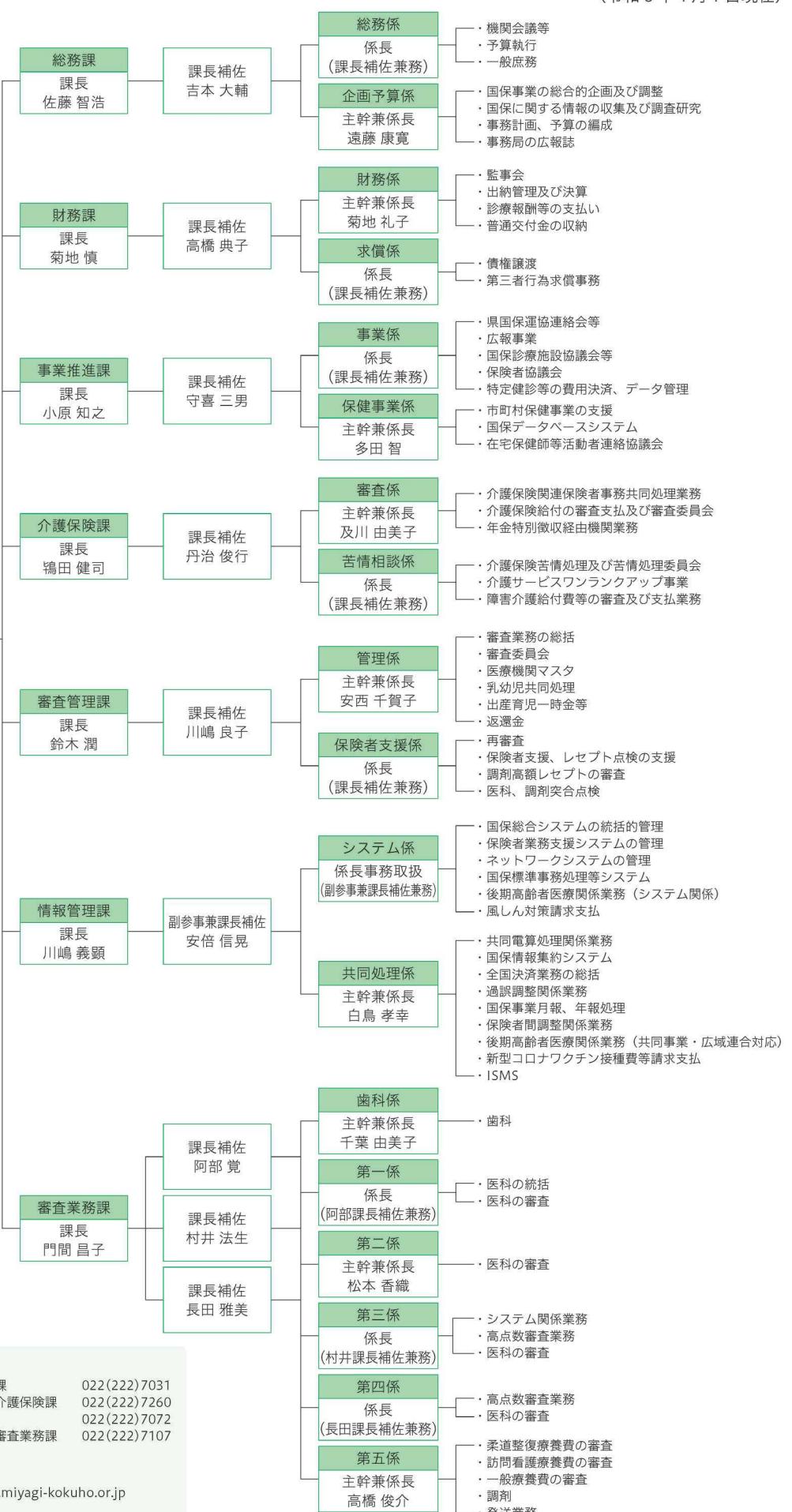
ダイヤルイン

- 総務課 022(222)7070
- 事業推進課 022(222)7077
- 介護保険課 022(222)7079
- 介護苦情相談窓口 022(222)7700
- 障害総合支援窓口 022(290)2100
- 審査管理課 022(222)7074
- 情報管理課 022(222)7170
- 審査業務課 022(222)7075

URL

<https://www.miyan-gokuho.or.jp>

FAX



令和5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、国保保健事業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5年度に貸出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**27回**（前年度15回）

令和3年度に導入以来、毎年度1位の不動の人気器材です!! 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 健口くん ハンディ

貸出数**16回**（前年度 - 回）

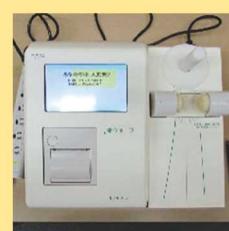
令和5年度に加わった器材です。「パ」「タ」「カ」をそれぞれ5秒間発音することで、1秒あたりの回数を表示し、その結果で「口腔機能」の評価ができます！



3位 健骨度測定装置 (手首位置)

貸出数**14回**（前年度2回）

右手首に超音波を伝播させ、骨の強さを測定します。測定結果はA～Eの5段階で表示され、アドバイス、コメントとともに測定結果が印刷されます。



新たに「ベジミル」が加わりました!!

今年2月、野菜摂取状況を簡易的に測定する器材として「ベジミル」が新たに仲間入りしました。

ベジメーター同様、指を置くだけで測定が可能となりますので、ぜひ、ご利用ください。



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。

申込み先・問い合わせ先

事業推進課保健事業係

TEL番号：022-222-7077

FAX番号：022-222-7260

申込用紙：スターOフィス▶キャビネット一覧▶

事業▶健康器材借用書関係

国保連日誌

※開催場所の記載がないものは本会議室で開催

令和6年1月

24日	●第5回保健事業支援・評価委員会(Web・対面開催)	16日
	・柔道整復療養費審査委員会	
	・診療報酬審査委員会	17~20、22日

・介護給付費等審査委員会(医療部会) 23日

令和6年2月

2日	●三役会議	15日
7日	●宮城県保険者協議会第5回幹事会(Web・対面開催)	
14日	●理事会	
16日	●宮城県国民健康保険診療施設協議会総会等	
26日	●通常総会	
27日	●介護給付適正化システム等研修会(Web開催)	
27日	●在宅保健活動者連絡協議会第2回運営委員会	
28・29日	●糖尿病性腎症重症化予防研修会(Web・対面開催)	

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

令和6年3月

7日	●第3回宮城県保険者協議会(書面開催)	14日
	・柔道整復療養費審査委員会	
	・診療報酬審査委員会 18、19、21~23日	

・介護給付費等審査委員会(医療部会) 21日

令和6年4月～6月の行事予定

4月 4日	●東北地方国保協議会定期総会	毎月中旬
4月 17日	●理事会	毎月中旬～下旬
5月 10日	●在宅保健活動者連絡協議会総会及び研修会(Web・対面開催)	毎月下旬
5月 18日	●第三者行為求償事務担当者研修会(Web開催) ※初任担当者向け	毎月下旬
5月 30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 12日	●第1回介護保険調査研究委員会(Web開催)	
6月 14日	●国保担当職員初任者研修会(Web・対面開催)	
6月 19日	●第三者行為求償事務担当者研修会 ※実務経験者向け	
6月 26日	●市町村介護保険担当職員研修会(Web開催)	
6月 27日	●障害福祉サービス費等給付担当者研修会(Web開催)	
6月26・27日	●データ分析研修会(Web・対面開催)	

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

元気な高齢者支援事業
【6月】富谷市、加美町

編集後記

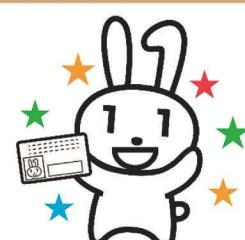
春の訪れから数週間が過ぎました。花粉症をお持ちの方には、つらい日々が続いたのではないかでしょうか。筆者も毎夜、いろんな意味で枕を濡らしておりました。

春は冬と同様に空気が乾燥しやすく、のどや鼻などのバリア機能が低下しているため、花粉症対策としては部屋の加湿が重要になります。室内に侵入した花粉はふわふわと空中を浮遊しており、加湿することで水分を含んだ花粉が重みにより床に落下します。理想は湿度を50～60%に保つことで、30%では花粉が完全に落下せず、下の方で漂い続ける可能性が高いのだとか。

加湿器による加湿が一般的かと思いますが、加湿器だけでは足りない時や、加湿器がないときには、「濡れタオルをかける」「お湯を入れたコップを机に置く」「霧吹きをカーテンやソファにかける」等の方法があるそうです。

余談ですが、筆者は以前、強風に煽られるスギの木から出てきた黄色い風に追いかけられたことがあります。トラウマです。

(D・T)



使ってみよう！
マイナ保険証

旬のたより 減塩あと3グラム

トマトと アスパラガスの 卵炒め



一人当たりの栄養価 エネルギー 167kcal、たんぱく質 7.4g、脂質 13.2g、炭水化物 5.3g、食塩相当量 0.8g

作り方

- トマトはくし形に切る。アスパラガスは根元の皮をピーラーでむき、2~3cm幅の斜め切りにする。卵はボウルに割り入れ、溶きほぐす。
- フライパンにサラダ油(大さじ1/2)を熱し、溶いた卵を入れ半熟の炒り卵を作り、一旦取り出す。
- フライパンをペーパータオルでさっと拭き、サラダ油(大さじ1/2)を熱し、アスパラガスを炒め、火が通ったらトマトを加えて炒める。
- トマトにさっと火が通ったら②を戻し入れ、(A)の合わせ調味料を回し入れて炒め合わせる。香りづけにごま油を加える。

材料名 (2人分)

- トマト(デリシャストマトを使用) ... 1個
- アスパラガス 2本
- 卵 2個
- サラダ油 大さじ1
- (A) 鶏がらスープの素 小さじ1/3
- オイスターソース 小さじ1
- 料理酒 4g
- ごま油 小さじ1



● 調理のポイント ●

卵はフライパンから一度取り出し、後から入れることでフワフワに仕上がります。

トマトを加熱するとうまみ成分が増えるため、塩分を少なくしてもしっかりと味を感じることができます。

寄稿者紹介



大崎市鳴子総合支所 市民福祉課
管理栄養士 行政栄養士 5年目

佐々木 恒香

好きな料理 キーマカレー

大崎市の中心部と東部一帯は大崎耕土と呼ばれ、「ササニシキ」や「ひとめぼれ」などの米どころとして知られています。また西部では、大規模な畜産や野菜の生産が盛んに行われ、市内一円が食材の宝庫です。今回のレシピで使用したトマトは鹿島台の特産として知られる「デリシャストマト」です。トマトは夏野菜と思われがちですが、デリシャストマトの旬は2~6月にかけて。果肉が厚く、甘さと適度な酸味のバランスが取れており、後味もさっぱりしています。

大崎市のHPでは、「おうちでたのしいOsakitchen(オオサキッчин)」として食生活改善推進員さんや学校給食のレシピ情報を発信しています。またクックパッドでは大崎耕土の魅力ある食材や食文化を発信しています。



おうちでたのしい
Osakitchen
(オオサキッчин)



大崎市
食育推進協議会の
キッчин

宮城県国民健康保険団体連合会

KOKUHO MIYAGI

みやぎの国保

4

2024 Spring No.296

発行月 令和6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 <https://www.miyagi-kokuho.or.jp>

表紙作者 庄子陽

印刷所 ハリウ コミュニケーションズ株式会社



この印刷物は、
輸送マイレージ低減によるCO₂削減や
地産地消に着目し、国産米ぬか油を
使用した新しい環境配慮型インキ
「ライスインキ」で印刷しており、
印刷用紙へのリサイクルが可能です。