

# みやぎの国保



年頭のご挨拶.....	
<b>国保のなかまたち〈岩沼市〉</b>	
住み続けたいまち、岩沼.....	4
オーラルフレイル対策のための口腔体操.....	6
こくほ隨想.....	7

上智大学 総合人間科学部 教授  
一般社団法人未来研究所臥龍 代表理事 香取 照幸  
・ポストコロナのまちづくり

<b>Health Information .....</b>	8
---------------------------------	---

東北医科薬科大学若林病院 病院長(呼吸器内科) 阿部 達也  
・呼吸器感染症の伝播様式の見直し

<b>国保連 report .....</b>	9
-------------------------	---

- ・令和3年度介護サービスの質の向上に関する  
市町村担当者、事業所管理者等研修会
- ・高齢者の保健事業セミナー
- ・糖尿病性腎症重症化予防研修会
- ・国保制度改善強化全国大会

<b>国民健康保険功績者被表彰者.....</b>	14
---------------------------	----

<b>国保連日誌.....</b>	15
-------------------	----

# 年頭のご挨拶



宮城県国民健康保険  
団体連合会 理事長

菊地 啓夫

## 年頭のご挨拶

明けましておめでとうございます。

令和4年の新春を迎えるに当たり、ご挨拶を申し上げます。

一昨年より全国各地で猛威を振るつてきた新型コロナウイルス感染症については、ワクチン接種や感染防止対策の徹底により、一定の成果が見られるとは言え、引き続き警戒が必要な状況であり、本会といたしましては、国民の命と健康を守る国民皆保険の一翼を担う重要な立場から、本年におきましても国保事業はもとより、新型コロナウイルス感染症対策をはじめとする様々な事業の実施に万全を期してまいります。

さて、本格的な少子高齢化や生産年齢人口の減少が進む中で、国保制度を取り巻く環境は更に厳しさを増しており、国においては、全ての世代が安心感と納得感の得られる全世代型社会保障制度の確立を目指し、様々な改革を進めているところであります。

昨年6月に成立した健康保険法等の一部を改正する法律には、後期高齢者医療制度の窓口負担割合の見直しや、子ども子育て支援の拡充に加え、保健事業における健診情報等の活用促進などが盛り込まれ、本年4月より順次施行されます。

また、国保連合会および国保中央会においては、昨年3月に厚生労働省・支払基金・中央会の三者で策定した「審査支払機能に関する改革工程表」に基づき、国保総

合システムのクラウド化や、支払基金のシステムとの整合性の実現など、質の高い平等な医療サービスの提供と中長期的なシステムコストの低減に向けた取り組みについて、全国知事会、全国市長会、全国町村会をはじめとする地方団体や国保組合、後期高齢者医療広域連合などの関係団体とも十分に連携を図りながら、着実に進めることとしています。

本会といたしましては、このような変化に対応しながら、保険者および関係者皆様の期待に応えるべく、「第2期中期経営計画」等に基づき、事業の着実な実施と見直しを行うことにより、課題の解消や新たな保険者ニーズに応えることができる組織体制の構築・強化に努めてまいります。

未だ新型コロナウイルス感染症の影響が続く中、本会といたしましては、国民健康保険制度、介護保険制度、障害者総合支援制度および後期高齢者医療制度における審査支払業務の適正・円滑な執行に努めるとともに、保健事業や保険者の皆様の業務支援に尽力を挙げて取り組む所存でありますので、一層のご支援、ご協力を賜りますよう切にお願い申し上げます。

結びに、新しい年が、コロナ禍を乗り越えて、明るく希望に満ちた素晴らしい一年となることを心からご祈念申し上げまして、新年のご挨拶といたします。

## 新年

### 宮城県国民健康保険団体連合会 介護給付費等審査委員会

会長 石川 忠夫  
会長代理 小林 誠一  
外 委員一同

### 宮城県国民健康保険 診療報酬審査委員会

会長 大槻 昌夫  
会長代理 板橋 隆三  
外 委員一同

### 宮城県国民健康保険団体連合会

理事長（岩沼市長） 菊地 啓夫  
副理事長（松島町長） 櫻井 公一  
副理事長（大河原町長） 斎清志  
常務理事 外 山崎 敏幸  
役職員一同



宮城県知事  
村井嘉浩

# 県制150周年を迎える 郷土への愛着をはぐくみ 活力あふれる明るいみやぎへ

明けましておめでとうございます。新しい年を迎えるに当たり、県民の皆様の御健勝と御多幸を心からお祈り申し上げます。

昨秋に行われた知事選挙において、私は県民の皆様の御支持をいただき、引き続き県政運営を担わせていただきました。5期目の責任の重さを痛感していくことになりました。5期目の責任の重さを痛感しているところですが、県民の皆様の負託に応えるため、県政の様々な課題に全力を尽くして取り組んでまいります。

一昨年から猛威を振るつている新型コロナウイルス感染症については、感染拡大防止に向けた外出自粛や休業要請等に伴う消費の低迷、観光客の減少などにより、地域経済をはじめとした幅広い分野が影響を受けましたが、感染拡大防止の切り札とも言えるワクチンについては、接種を希望する多くの県民の皆様に2回の接種を終えていたことができました。3回目の接種についても円滑な推進に努めてまいります。

今年は、新たな県政運営の指針である「新・宮城の将来ビジョン」の2年目に入ります。昨年に引き続き、市町村やNPO、企業など多様な主体と連携・協働しながら、新型コロナウイルス感染症対策と東日本大震災からの復興完了に向けた施策に力を入れるとともに、「新・

宮城の将来ビジョン」に基づく取組を着実に推進してまいります。特に、あらゆる分野でデジタル技術を最大限に活用しながら、県民サービスの向上や県内産業の活性化等を図るとともに、若者の県内定着や子ども・子育てを社会全体で支える環境整備、外国人材の受入促進に重点的に取り組んでまいります。

国民健康保険については、県と市町村の統一的指針である「第2期宮城県国民健康保険運営方針」に基づき、市町村をはじめとした関係機関の皆様と連携して、保険給付や医療費の適正化、保健事業の充実強化に取り組むなど、引き続き安定的な制度運営に努めてまいります。

また、令和4年は県制150周年の節目の年でもあります。宮城県は誕生から150年という歴史の中での数々の災害や困難を乗り越えながら歩みを進めてまいりました。私たちはこれをさらに発展させ、引き継いでいく使命があるものと考えています。県民の皆様一人一人が、地域の歴史や魅力を探求しながら郷土への愛着を深め、明るい未来を展望することができるよう、多様な主体による魅力ある地域づくりを進めるとともに、安全で恵み豊かな県土の中で、幸福を実感し、いつまでも安心して暮らせる宮城を目指して取り組んでまいりますので、今後とも御理解と御協力をお願い申し上げます。

謹賀

## 宮城県国民健康保険運営協議会連絡会

会長（栗原市国保運営協議会会長）  
高橋 賢昭  
副会長（登米市国保運営協議会会長）  
小野寺 良雄  
副会長（仙台市国保運営協議会会長）  
渡辺 博  
外 役員一同

## 宮城県国民健康保険診療施設協議会

会長（丸森町長） 保科 邦雄  
副会長（南三陸町長） 佐藤 仁  
外 役員一同

## 宮城県国民健康保険団体連合会 柔道整復療養費審査委員会

委員長 大山 明裕  
副委員長 櫻田 裕  
外 委員一同



## 住み続けたいまち、岩沼

岩沼市は、宮城県の中央部に位置しており、かつて「門前町」「宿場町」「城下町」として賑わい栄えてきたまちです。その後、輸送交通の利便性の高さから企業が立地し、工業都市の性格も加わり商工業都市として発展しました。令和3年11月1日には市制施行50周年を迎え、今後も市民が安全・安心で住み続けたいまちを目指します。

Kokuho no Nakama

## 国保の なかまたち



岩沼市マスコットキャラクター  
岩沼係長



IWANUMA City x Hello Kitty  
© '21 SANRIO APPR. NO. L621532



金蛇水神社社殿



二木の松史跡公園  
(松尾芭蕉がこの地を訪れ句を残しています。)



エアポートマラソン



復興のシンボル「千年希望の丘」

### 市の国保の概況

		令和元年度	令和2年度
市の人口	人	43,877	43,906
国保世帯数	世帯	5,249	5,286
国保加入割合(被保険者数割)	%	18.78	18.74
収納率(現年分)	%	94.71	95.06
被保険者数	人	8,241	8,226
前期高齢者数	人	4,172	4,293
一人当たり医療費	円	403,698	395,385
特定健診受診率	%	44.8	32.2

岩沼市の国民健康保険被保険者数は減少傾向にあるものの、前期高齢者の割合は増加しており、被保険者一人当たりの医療費は、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により減となりましたが、年々増加傾向にあります。被保険者数は、令和2年度末8226人（前年比0.18%減）、加入率18.74%となっています。このうち前期高齢者は、4293人、構成比52.19%（前年比2.90%増）であり、医療費増加の一因となっています。より一層、生活習慣病対策等による医療費適正化に取り組み、医療費の縮減に努めていきます。

### 国保の状況

国保主管課の紹介

岩沼市の国民健康保険事業は、健康増進課では、国保の資格管理、保険給付業務のほか、後期高齢者医療制度、子ども医療費助成など各医療費助成制度の事務や、乳幼児健診などの母子保健事業や感染症対策事業、特定健診、各種がん検診業務を担当しています。一般会計で実施する各種保健事業と国保保健事業を一体的に展開でかかる組織体制が強みであり、課全体で課題を共有し事業を推進しています。令和2年度から実施している高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施では、介護福祉課や地域包括支援センターと連携し、後期高齢者への保健事業が切れ目なく継続出来るよう、通いの場での普及啓発などに取り組んでいます。

税務課では国保税を含む市税の賦課徴収業務を行っています。収納率向上のため、口座振替の促進や「コンビニ収納」、スマートフォンアプリ収納のほか、管理職による納税勧奨に取り組んでいます。

各担当課が専門性を活かし連携することで、安定した国保事業の運営を行い、市民の健康づくりに取り組んでいます。

## データヘルス計画 について

市の医療費分析の結果、高血圧治療者数が多いことから、自分の血圧値を知つてもらう機会を増やす目的で、市内公共施設に“血圧測定コーナー”を整備しています。図書館等の公共施設12か所に設置した血圧計は年間延べ10,805人に利用されており、今後もより多くの市民に利用してほしいと考えています。

令和元年度に作成した「糖尿病性腎症重症化予防プログラム」に基づき、健康診査受診後、高血糖と判定された医療機関未受診者28名に保健師訪問による受診勧奨を実施し、訪問者のうち42・9%が受診に結び付きました。今後は重症化リスクの高い方に対してもかかりつけ医と連携した保健指導を強化していきます。

糖尿病対策事業

る有害事象（ポリファーゲン）、重複投与等の問題は様々な健康リスクを生じさせるため、令和3年9月から岩沼薬剤師会に協力をいただき、適正服用啓発リーフレットとお薬整理バッグを作成し国保加入者へ配布しています（市内薬局16か所と健康増進課窓口）。配布時には「早速使ってみます」等の声が聞かれています。適正服薬の啓発と、「かかりつけ薬剤師・薬局」を持つていただることを継続して推進していきます。

## 高齢者の保健事業と介護予防の 一体的実施事業の新たな取組

また、ポピュレーショニアプローチとして「通いの場への支援」を実施し、口腔ケアや栄養を中心にフレイル予防の啓発に取り組んでいます。「教室で学んだことを家でもやってみたい」「フレイルについて家族に話した」との声があり、手応えを感じています。コロナ禍で外出の機会が減り、市民の意欲・体力の低下が懸念されており、今後はあらゆる場面でフレイル予防の啓発を行なうなど対策を強化していきます。

服薬情報提供事業

飲み忘れによる残薬や多剤服薬によ



## カラダみる Cafe の取組



#### お薬バッグ普及の取組



#### 一 体的 事 業 の 取 組

# オーラルフレイル 対策のための ✨ 口腔体操

このコーナーでは、5つの効果別体操を紹介してきました。今回は最後の⑤舌のパワーをつける体操です。

これら5つの体操を実施し、口腔から健康を目指しましょう！ 関連動画のURLも載せておりますので、是非ご覧ください。



1  
お口・舌の動きをスムーズにする



2  
飲み込むパワーをつける



3  
噛むパワーをつける



4  
滑舌をよくする



5  
舌のパワーをつける

## ⑤舌のパワーをつける体操

**効果** 「誤嚥」<sup>ごえん</sup> や「むせ」などの症状改善につながります。

### 舌トレーニング

①舌で下顎の先を触るつもりで伸ばす。



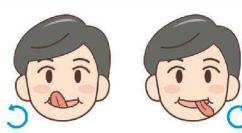
②舌で鼻のあたまを触るつもりで伸ばす。



③舌を左右に伸ばす。



④お口の周りをぐるりと舌を動かす。



⑤スプーンなどを使って、舌に当てて押し、その力に抵抗するように舌を上げます（右から・左から・前からと同様に行います）。



お口の健康が全身の健康につながります！  
口腔体操を行い、フレイル対策をしましょう！

関連動画：日歯8020テレビ「口腔体操でオーラルフレイル予防」

<https://www.jda.or.jp/tv/97.html>

# こくほ隨想

記事提供  
社会保険出版社

## ポストコロナのまちづくり

今回のパンデミックで、人々の日常生活は大きく変容した。仕事は会社でするもの、毎日会社に通勤してそこで同僚と共に仕事をして夜は家に帰つて自分の時間を過ごす、そんな生活がロックダウン（日本の緊急事態宣言は「ロックダウン」）ではなかつたがほぼ同様の事態になつた）で一変する。在宅勤務（リモートワーク）が普通の働き方になり、む

しろ「ポストコロナの新常態」として定着しつつある。「オン」「オフ」の境目がなくなり、人々の時間の使い方、服装、食生活、購買行動、あらゆることが大きく変わつた。ポストコロナの世界は、もう旧に復することはないだろう。

行動制限が強化される中で、人々のコミュニケーションの姿も大きく変わつた。日常生活の中でも対面での接触が減り、ソーシャルメディアの比重が大きく高まつた。このことは、社会的生き物である人間の意識に大きな影響を与える。地域社会の姿もまた変わつていくことになる。

国連の推計（2018）によれば、世界の人口の約55%は都市生活者で、2050年にはその比率は70%に達するという。これまで、都市化の課題といえば人口集中による渋滞・混雑・大気汚染などが指摘されてきたが、新型コロナによる行動制限によって問題状況が一変した。人々は、これまで当たり前に思つていた生活様式、働き方、時間と空間の使い方

に、別の選択肢があることを知り、それを実体験することで、今までのライフスタイルのあり方が大きく見直されようとしている。人々の行動様式が変われば、まちのあり方もまた変わる。新しい生活様式に即した新たな都市の形、まちづくりのニーズが生まれる。

コロナ前から、地球規模の文明の持続可能性という視点から、脱炭素社会、SDGsが大きなテーマになつていて、前回・前々回にも紹介したような、「等身大のまちづくり」の動きが欧州を中心に取り組まれている。

オーストラリア・メルボルン市は「20分生活圏」、パリ市は「15分生活圏」を掲げ、それぞれ徒歩や自転車で自宅から15分から20分の範囲で職場や学校、買い物、公園、病院など生活していく上で必要な都市機能に一通りアクセスできるような都市計画を進めている。ロンドンはすでに公共交通（例の赤いロンドンバス）を全てゼロエミッショング車に切り替え、市内の主要幹線道路の車線を減らして自転車専用道や歩道を作り替えている。シンプルな交通手段が増えることは市民の健康促進と排気ガス削減につながる。

今や多くの欧州諸国では中心市街への自動車乗り入れ制限が行われて

いて、これによつて市民がまちなかに集い、活気を取り戻している。路面電車が復活している都市も数多くある。

自宅や近隣のカフェ、ワーカースペースなどを利用したテレワーク、シェアオフィス、働きながら休暇も多様化と分散化が進み、人々が自分の仕事と生活の状況（仕事の内容や子育て・介護など）に応じて仕事をする場所と時間を選ぶようになると、仕事と生活が同じ生活圏域の中で営まれるようになつていく。

そうなれば、住宅地とは夜だけ人々が帰つてくるようなベッドタウンではなく、地域社会で生活が完結していくような、新たなまちのあり方が形作られていくだろうし、そうしていかなければならなくなる。

等身大のまちは、これまでのようないい、都市への人口密集によるデメリットが改善されるだけでなく、さまざまな世代、さまざまなライフスタイルの人たち、子どもや高齢者など多世代が共存する空間を生み出す。このことは私たちが目指す地域包括ケアシステムの実現にもつながる。

「暮らし」を中心にしてられる新しい地域社会こそが、ポストコロナの新しいまちの姿になることを確信している。

### profile

かとり  
香取 照幸



上智大学 総合人間科学部 教授  
一般社団法人未来研究所臥龍 代表理事

2018年、東京工業大学にて博士号を取得。現在は、上智大学総合人間科学部にて准教授として教鞭を執る。また、一般社団法人未来研究所臥龍にて代表理事を務めている。

今や多くの欧州諸国では中心市街への自動車乗り入れ制限が行われて



## 呼吸器感染症の伝播様式の見直し

東北医科薬科大学 若林病院 病院長(呼吸器内科)

阿部 達也

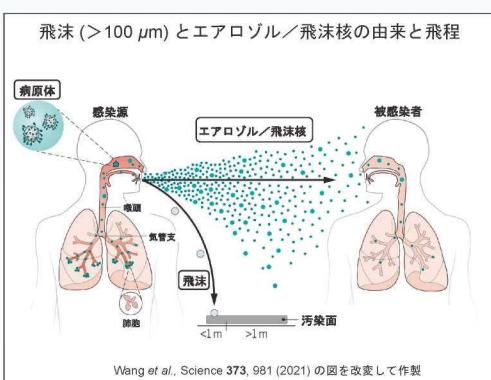
病原体を含む「飛沫」は感染源の個体の気道から呼吸、発声、咳、くしゃみなどで大気中に粒子として排出されます。新型コロナウイルス感染症(COVID-19)のパンデミック以前、ほとんどの呼吸器感染症はこの飛沫が別の個体の口、鼻、目などの粘膜に付着するか(飛沫感染)、または飛沫の付着した汚染面(ドア・ノブやテーブル面など)の病原体が手指などを介して粘膜に付着するか(接触感染)のいずれかによつて伝播するとされていました。例外は空気感染で伝播する麻疹、水痘、結核、およびSARS(2002年)です。空気感染では伝播は病原体の気道への吸引で生じますが、その病原体は飛沫よりサイズが小さい「エアロゾル」(5マイクロメートル未満)に含まれ、あるいは水分が蒸発した「飛沫核」と呼ばれるむき出しの病原体そのものであり、感染源の個体から1~2メートル以上離れた距離で被感染者に吸引されるとされていました。

以上の理論はこれまで実証による批判や見直しをあまり受けず、伝説的、古典的理論として実際の感染対策の根拠にされてきました。しかし、COVID-19のパンデミック以降、エアロゾルの大きさ(粒子サイズ)の解析や流体力学的研究、およびCOVID-19の感染様式の観察により、この理論は変更を余儀なくされています。

気中の動きの解析を行つた結果、気道から排出された飛沫またはエアロゾルが5秒間以上空気中に漂いながら1・5メートルの高さから1~2メートル離れた地点に落下する最少のサイズは5・マイクロメートルではなく1・0・マイクロメートルであることが明らかにされました。このサイズが飛沫とエアロゾルを区別する新しい基準になりました。また、飛沫感染は2メートル以内の近距離で起こりますが、この近距離では飛沫感染だけが伝播の様式ではなく、エアロゾルや飛沫核の吸引による空気感染も起ります。近距離で感染しているからといって、伝播様式が飛沫感染のみとは断定できないのです。また、粒子サイズが小さいほど中に含まれるウイルス量が多いこともわかりました。

COVID-19の原因ウイルスSARS-CoV-2は2002年に中国で発生したSARSの原因ウイルスSARS-CoVと同じコロナウイルス科のウイルスであり、その空気感染は予想できたと言えます。COVID-19で観察された伝播にはいわゆる「三密(密閉・密集・密接)」の意味を含み、空気感染を示唆する以下のようない特徴があります。

- 室内でのスーパー・スプレッド(1人から多人数への伝播)
- 気流による飛沫の濾過
- 室内と屋外での伝播の違い
- 長い距離を隔てた伝播
- マスクやゴーグル使用下での伝播



空気感染の予防には「換気」「気流の調整」「空気の濾過」「紫外線による除染」および「マスク・フィット」が重要とされ、接触感染に重きをおいたこれまでの感染対策の見直しが必要と考えます。シミュレーションではアクリル板、マスクなしのフェイスガード、密閉しないマウスガードなどではかえつてウイルスを呼び込んでしまう現象も報告されています。なお、これまで飛沫感染が伝播様式とされていた他のウイルス性呼吸器感染症(インフルエンザなど)の多くも空気感染で伝播することが明らかにされつつあります。



令和3年度

# 介護サービスの質の向上に関する 市町村担当者、事業所管理者等研修会

本会主催（後援：宮城県）の「令和3年度介護サービスの質の向上に関する市町村担当者、事業所管理者等研修会」を令和3年10月27日から11月19日までの期間限定で本会ホームページでの動画配信により開催した。

長期化している面会制限の現状を踏まえ、家族にとっての面会の意義として、職員ができるること。入居者にとっての面会の意義として、スキンシップで感情が動く機会となること等について説明された。

## ①面会の意義



非言語の重要性を話す川村氏

## ④ウイズコロナの認知症ケアと コミュニケーション

表情・しぐさ・声などによつ

- ①面会の意義
- ②面会制限がもたらした影響
- ③認知症の人のコミュニケーション
- ④ウイズコロナの認知症ケア
- ⑤ポジティブな言葉選び
- ⑥記録から読み取る認知症ケア

理解し、介護サービスの質の向上につなげるための6つの項目について講演をいただいた。

株式会社安全な介護の川村亜希氏を講師に迎え、「新型コロナウイルス感染症対策と両立させるコミュニケーション」と題して、コロナ禍における新たなコミュニケーションの在り方を正しく

理解され、「入居者の様子が分からなければ、苦情が増加した家族の変化」「身体機能が低下し精神的ストレスが増加した入居者の変化」等について、事例を交えながら説明された。

## ②面会制限がもたらした影響

### 講演 「新型コロナウイルス感染症対策と両立させるコミュニケーション」

面会が制限されたことにより、「入居者の様子が分からなければ、苦情が増加した家族の変化」「身体機能が低下し精神的ストレスが増加した入居者の変化」等について、事例を交えながら説明された。

マスク着用時の非言語コミュニケーションとして、残された表情は目と眉毛であり、感情が一番伝わるのは声であるといった

マスク着用時の非言語コミュニケーションとして、残された表情は目と眉毛であり、感情が一番伝わるのは声であるといった

## ⑤ポジティブな言葉選び

言葉の意味より、言葉の持つ「ネガティブ」「ポジティブ」を感じ取るのが非言語チャンネルであり、認知症の方は非言語

語メッセージで相手が受け取る感情、感染症対策と反比例する認知症ケアについて、コロナ禍における感染症対策の結果発生した現状を含めて説明された。

が重要であると説明された。また、感情表現の具体的な方法に

て、威圧・拒絶・喜び・優しさなど全く違った感情の受け止めをされてしまうこと。また、マスク着用時の非言語コミュニケーションとして、残された表情は目と眉毛であり、感情が一

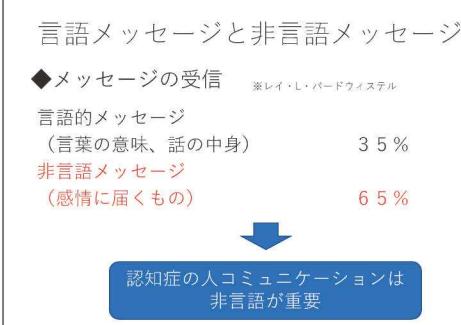
番伝わるのは声であるといった

## ⑥記録から読み取る 認知症ケア

### 記録から読み取る 認知症ケア

記録事例を基に、介護者の立場に立つて考えること。また、コロナ禍の認知症ケアは、記録や報告は事実であつて真実ではないことや、何を言つたかではなくどのように言つたかが重要であり、非言語コミュニケーションを上達させる必要があることが説明された。

## 初めての試みも 受講者に好評



今回は初の動画配信による開催となつたが、受講者に実施したアンケートからは、「今回の研修を参考にWi-Fiコロナに向けた取り組みを実践していくた」「実際の事例や表情の実演がつたので分かりやすかった」「繰り返し視聴できるので、職員研修に活用した」など、多くの意見が寄せられた。

# 高齢者の保健事業セミナー



コロナ対策について話す小坂教授

去る9月16日・17日に新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、2日間に参加者を分散し、Web会議（Zoom）を使った形式と併せて来場によるハイブリッド形式で、宮城県の後援を受け、県内33保険者134名の出席により、宮城県後期高齢者医療広域連合（以下「広域連合」という。）とともに開催した。

冒頭、広域連合熊谷事務局長、本会山崎常務理事が開会の挨拶に立ち、県内35市町村が令和6年度までに事業を実施するに当たり、「本セミナーで高齢者の特性を活かした保健事業を実施するに当たつての知識を習得し、各市町村の実情に応じた事業を展開してほしい。令和3年度においては、県内9市町で既に事業が展開されており、令和4年度は新たに数市町加わる。高齢者の保健事業と介護予防の一體的実施が、ますます推進されることを期待する」と述べた。

## 講演

講演の前に行政説明として、宮城県国保医療課からは、一体的実施に関する国の動向、特別調整交付金の内容について、また、長寿社会政策課からは、介護予防事業から見たフレイル予防について説明された。

その後引き続き、東北大学大学院歯学研究科国際歯科保健学分野の小坂教授を講師に、「地域包括ケアにおける高齢者の保健事業と介護予防の一體的実施を広域的に捉え、Withコロナ時代の保健事業を考える」と題して、講演をいただいた。保健事業においては、昨年から新型コロナウイルス感染症の影響により予定していた事業ができないことで、これから

い・時間の感覚（長時間の接触）となっている。飛沫感染・空気感染の考え方がこのコロナウイルスで崩れて、飛沫でウイルスが空気中に放出されたあと、空気が乾燥しているとそのまま空気中を漂う。これを「エアロゾル感染」といつている。体のどの場所で感染を起こすかというと、空気を吸い込み「鼻と口」の中に入り込み、唾液がコロナウイルスを増殖させることが特徴である」と説明された。

最後に、「地域共生社会における保健事業については、高齢者の特徴を掴み、高齢者に係わる際には、高齢者は既に持病を持つているので、単に病気をなくしていくということではなく、皆で共有していくポジティブヘルスの視点。自立支援ではなくお互いさまで支えあう地域共生支援へ。薬ではなく社会的処方を考える。一人に対して対応するのではなくピープルセンターケアという観点で、全ての保健事業を行う上で新型コロナウイルス感染症を知り、新たな情報を取り入れ正しい感染対策を行つた上で保健事業を継続して続けていけるヒントを得る機会となつた。講演では新型コロナウイルスの特性について触れられ、「コロナ対策で重要なことは、3密の「密閉・密集・密接」である。飛沫感染では、換気についてはあまり注目することはなかつたが、コロナウイルスでは、換気が重要であることが分かつてきただので、換気を最初に入れている。英國では、この3つに加え「大声をださない

## 医療・保健・介護福祉担当者のグループワーク

午後からは、一体的実施において必不可少な府内連携をテーマに『高齢者の保健事業実施における

府内連携について』と題して、グループワークを実施した。ワーキシートを活用して自府内で参考した他課の方々と一緒に、自分の課が「一體的実施」を行う上での府内連携することでどんなメリット・デメリットがあるか、また、それを解決するための課題は何かを話し合つてもらつた。高齢者に関わるそれぞれの担当者（医療・保健・介護福祉）が同じテーブルで話し合うことでそれぞれの役割を認識し、一體的実施を円滑に行うためにお互いの思うところを共有して、連携することを目指すことを目的として実施した。

参加者からは、「新たな事業の実施が求められる中、タイムリーナ研修会の開催で、大変参考になつた」「県、国保連合会、広域連合等の関係機関が連携しての開催で、大変有意義な内容だった」「国の動向や実施状況、介護予防事業の必要性、コロナ対策の最新情報を持めた一体化実施のスレーパーバイズ、KDBシステムの活用概要など、まとめて情報を得ることができた。関係機関がつながり、連携体制を構築させていたことが、今後、一体化を進めていくやすくなると感じた」との声が多くあつた。

# 糖尿病性腎症重症化予防研修会

去る10月7日・8日の2日間に分け、国保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（Zoom）を使った形式と集合研修形式のハイブリッドでの開催とし、両日で35保険者143名の参加があった。

初日、本会菅谷事務局次長は挨拶の中で、昨年度から各市町村に「糖尿病治療中断者リスト」を作成し、提供したこと、今年度からは「都道府県国保ヘルスアップ支援事業」として宮城県から委託を受けて実施していることを説明し、被保険者の健康保持増進と医療費適正化のための施策についていただきたいと述べた。

## 健康寿命の延伸 健康格差の縮小に向けて

次に昨年度に引き続き、北海道大学大学院医学研究院社会医学分野公衆衛生学教室の平田准教授から『糖尿病性腎症重症化予防事業の基礎知識』と題して、Zoomで講演をいただいた。講師からは、医療費適正化の観点から、「糖尿病性腎症の重症化に伴う人工透析の導入患者数を減らすため、平成28年4月に『糖尿病性腎症重症化予防プログラム』を国が策定し

た。プログラムに関しては、平成31年4月に改訂され現在に至ること。また、健常日本21の概念図を示され、「最終的な目標は健康寿命の延伸や健康格差の縮小であること。そのためには、一つとして生活習慣病の発症予防や重症化予防がある」と説明された。また、

「特に重症化・透析に至るリスクの高い方に対して、保健指導対象者を選定し、人工透析への移行を防止することが重要であり、医師会や医療機関の方との連携をどのように作っていくかが成功の鍵となる」と述べられた。

## 保健師専門職と事務職の連携の重要性

等専門職と事務職との連携に注目してグレープワークを企画した。グレープワークに入る前、「事務職から見た糖尿病性腎症重症化予防」として、何故この事業が必要なのかを事務職の方々に考えていただき、人工透析になつた場合の医療費を感じてもらい、医療費適正化のために事業を行うことの意味を認識いただいた。また、その後、専門職のためのグレープワークを行い、4つの事例から介入時期や介入方法などの考察を行つた。

講評では、「保健医療のシステムは、国家予算の中で配分があることで色々な事業が回っている。その事業の中で、皆さんのが住民の方の健康を守っている。糖尿病性腎症重症化予防研修会は、医療費適正化、医療保険財政の健全化という目的があり、その実現のためには、住民一人一人の健康状態をしっかりと見て、医療費がかかる重症化した疾病を防ぐことが重要になる。心疾患、脳血管疾患等の発症や透析導入を防ぐということは、長いスパンで考えなければなりません、単年度の事業計画では、対象者の健康状態が翌年に悪くならないようになる。専門職は受診勧奨等を行い、事務職には、その積み重ねが最終的に医療費適正化につながることを確認してもらいたい。専門職の力を借りながら、医



県担当者等が集合形式で研修に参加

参加者からは、「研修前は、自分が参加する意味があるのかと思っていたが、この事業における国保事務担当者の位置付けや、役割を学ぶことができとても良い研修だった」「基礎知識からKDBシステムの活用、グレープワークによる事例検討と、網羅的な内容の研修であつたため、大変勉強になつた」「専門職と事務職を分断するのではなく、両者が連携することでバランスの取れた良い取り組みができるといいなど感じた」などの声があつた。



Zoomで講演を行う平田准教授

療費適正化に努めて事業を進めていただきたい」と締めくくつた。

# 国保制度改善強化全国大会

令和3年11月19日（金）に東京都千代田区の有楽町朝日ホールにおいて、国保中央会など国保関係9団体主催の下、国保制度改善強化全国大会が開催された。大会には、全国の市町村長を含む国保関係者およそ300人が集結し、国保の財政基盤強化のための公費投入の確実な実施、国保総合システムの更改や運用への財源措置など11項目の決議を満場一致で採択した。大会終了後は決議の実現に向けて、市町村長を先頭に政府関係者等に対し陳情活動を展開した。



本日ここに、全国の国民健康保険関係者が一堂に会し、国民健康保険が直面する諸問題の改善を期して、国保制度改善強化全国大会を開催し、慎重審議した結果、次のとおり満場一致これを採択した。  
国は、国民健康保険制度の現状を踏まえ、次の事項を必ず実現されるよう本大会の総意をもって強く要望する。

## 決 記

- 一、医療保険制度の一本化を早期に実現すること。
- 二、国保の財政基盤強化のための公費投入の確保を確実に実施することとともに、保険者努力支援制度等が有効に活用されるよう、適切な評価と財政支援の充実を図ること。
- 三、普通調整交付金が担う自治体間における所得調整機能は、今後も堅持し、見直しを行わないこと。
- 四、新型コロナウイルス感染症の影響が続く中で、国保制度の運営の安定を図るとともに、医療・保健・介護の人材及び公立病院等の医療提供体制を確保するため、地方自治体及び国保連合会に対して十分な支援措置を講じること。
- 五、後期高齢者の2割負担の導入に当たっては、制度改正の目的や内容について丁寧な周知を行うこと。
- 六、生活保護受給者の国保等への加入の議論については、見直しを行わず国としての責任を果たすこと。
- 七、国保総合システムの次期更改や運用に当たっては、市町村等保険者に追加的な財政負担が生じないよう、国の責任において必要な財政措置を講じること。
- 八、国民の健康保持・増進に向けて、KDBシステムの更なる活用が図られるよう、システム更改等に係る財政措置を講じること。
- 九、オンライン資格確認等システムの運用やデータヘルス改革の推進に当たっては、国の責任において財政支援をはじめ必要な措置を講じること。
- 十、国民健康保険組合の健全な運営を確保すること。

右 決議する。  
令和三年十一月十九日

## 国保の財政基盤強化など 11項目の決議を採択

主催者を代表して、国保中央会の岡崎誠也会長（高知市長）は、「少子高齢化が進む中で、医療費の増加はもとより、低所得者の増加といった構造的な問題は依然として続いている。新型コロナウイルスの感染拡大の影響により、国保の被保険者の保険料減免の増加など、国保の事業運営は今後とも厳しい状況が続くことが見込まれる」と国保情勢について述べ、「国保制度を将来にわたって持続可能なものとしていくためには、国においても重要な責任をしっかりと果たしていただきたい」と強調した。

具体的には、「毎年度3400億円の公費投入を確実に実施するとともに、保険者努力支援制度が有効に活用されるよう、適切な評価と財政支援の拡充を講じるよう強く要望する」と述べた。さらに、国保総合システムの次期更改や運用に関しては、「市町村等保険者に追加的な財政負担が生じないよう、国の責任において必要な財政措置を講じるよう強く求める」と訴えた。

続いて、大会の趣旨を明確にするため、全国市長会を代表して内藤久夫山梨県垂崎市長が、大会宣言を読み上げた。また、来賓として、後藤茂之厚生労働大臣（吉田厚生労働事務次官代

読）、金子恭之総務大臣（池田達雄大臣官房審議官代読）、自民党的宮下一郎衆議院議員（党政務調査会長代理）、立憲民主党の熊谷裕人参議院議員（企業団体交流委員会次長）が挨拶を述べた。その後、議事に入り、議長団に国保中央会の古口達也副会長（栃木県茂木町長）、全国市長会の内藤垂崎市長、全国町村会の木野隆之岐阜県輪之内町長が選出され、木野輪之内町長が11項目の決議文を読み上げ、大会の総意として満場一致で採択した。

大会終了後、市町村長をはじめとした大会参加者の代表者が各班に分かれ、政府や与野党国会議員に対し、採択された決議の実現に向け陳情活動を展開した。

### 宮城県選出等国会議員への 陳情活動



伊藤衆議院議員（右）への陳情 斎副理事長（左）



西村衆議院議員（左）への陳情 斎副理事長（中）山崎常務理事（右）



鎌田衆議院議員（右）への陳情 山崎常務理事（左）



石垣参議院議員（右）への陳情 山崎常務理事（左）

## 国民健康保険関係功績者厚生労働大臣表彰

国民健康保険事業に対する永年の功績に尽力をたたえる「国民健康保険関係功績者厚生労働大臣表彰式」の被表彰者が10月14日決定し、宮城県からは3名が受賞されました。受賞者の方々には心からお喜び申し上げるとともに、今後ますますのご健勝、ご活躍をお祈り申し上げます。

宮城県歯科医師国民健康保険組合調査役

曾根貞夫

宮城県医師国民健康保険組合元事務長

渡部順子

七ヶ宿町国民健康保険運営協議会会長

秋葉常幸

## 国民健康保険中央会および宮城県国民健康保険団体連合会理事長表彰

国民健康保険中央会および宮城県国民健康保険団体連合会理事長表彰を、49名が受賞されました。心からお祝い申し上げるとともに、今後一層のご活躍をお祈り申し上げます。

### 国民健康保険中央会表彰

#### 1 国保診療報酬審査委員会委員

沖田直政  
茂泉善孝  
浪間重美  
井上尚美

大崎市 鈴木優子  
大崎市 練生川恵子

#### 2 介護給付費等審査委員会委員

小林誠一

#### 5 国民健康保険診療施設及び介護事業所勤務者

丸森町 佐藤和江  
涌谷町 高橋ゆかり  
涌谷町 千葉政弘  
涌谷町 小高秋千恵  
涌谷町 佐藤千恵  
涌谷町 後藤家美  
涌谷町 篠藤野

#### 3 市町村等職員

東松島市 土井しおぶ  
大崎市 大柳香織

#### 6 国民健康保険組合職員

宮城県歯科医師  
国民健康保険組合 森恭子

#### 4 市町村保健師

東松島市 大内佳子  
登米市 内谷由美子  
登米市 原恵子  
大崎市 阿部澄子  
大崎市 伊藤和佳子  
大崎市 加藤江枝  
大崎市 鹿野久美江  
大崎市 操幸江

#### 7 特別功労者

丸森町 佐藤邦子

#### 8 国民健康保険団体連合会職員

遠藤康寛  
深瀬美寛

## 宮城県国民健康保険団体連合会理事長表彰

#### 1 市町村等職員

塩竈市 小林正人  
塩竈市 栄田修

川崎町 村山芳子  
川崎町 藤江美幸  
川崎町 正木惠子  
川崎町 清佐子  
川崎町 藤太郎  
涌谷町 佐々木見り  
川崎町 芳麻

#### 2 市町村保健師・栄養士等

石巻市 阿部ゆかり  
石巻市 阿畠山ひろみ  
白石市 小室陽子  
栗原市 千田恵知子  
大崎市 首藤知子  
大崎市 松浦広恵  
亘理町 阿部香奈江

#### 4 市町村国保運営協議会委員

栗原市 高橋賢一  
東松島市 鈴木昭一

#### 3 国民健康保険診療施設及び介護事業所勤務者

川崎町 米庄由紀江  
川崎町 福地早苗

宮城県歯科医師  
国民健康保険組合 佐藤勝

※ 敬称略



# 国保連日誌

※開催場所の記載がないものは原則本会議室で開催

## 令和3年10月

- 7、8日 糖尿病性腎症重症化予防研修会（Web会議）
- 14日 第2回第三者行為傷病届等の提出に関する実務担当者意見交換会（Web会議）
- 19日 国保料（税）収納率向上対策研修会（Web会議）（宮城県共催）  
高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施に係る支援者研修会（TV会議）（国保中央会主催）
- 25日 第2回国保問題調査研究委員会（Web会議）
- 27日 第2回国保問題調査研究委員会（Web会議）  
保険料（税）適正算定マニュアル研修会（Web会議）

レセプト点検事務個別支援（Web会議）  
10月 建設業国保組合、東松島市

- ・柔道整復療養費審査委員会 15日
- ・診療報酬審査委員会 20日～23日、25日
- ・介護給付費等審査委員会（医療部会） 21日
- ・介護サービス苦情処理委員会 26日

介護保険業務に係る保険者個別支援（Web会議）  
10月 白石市、大郷町

共同電算処理に係る保険者個別支援（Web会議・訪問）  
10月 利府町、村田町、蔵王町、山元町、柴田町、角田市、名取市

## 令和3年11月

- 9日 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（Web会議）（国保中央会主催）
- 16日 市町村介護保険主管課長会議（Web会議）  
国保電算処理事務担当職員研修会（Web会議）
- 17日 市町村国保主管課長・国保組合事務（局）長会議（Web会議）
- 19日 国保制度改善強化全国大会

第三者行為求償事務保険者個別支援（Web会議）  
11月 色麻町、大崎市、松島町、多賀城市、後期高齢者医療広域連合、利府町、加美町、富谷市、村田町、川崎町

- ・柔道整復療養費審査委員会 16日
- ・診療報酬審査委員会 18日～20日、22日、24日
- ・介護給付費等審査委員会（医療部会） 19日

元気な高齢者支援事業  
11月 塩竈市、白石市

レセプト点検事務個別支援（Web会議）  
11月 大和町、七ヶ宿町、多賀城市、気仙沼市

## 令和3年12月

- 15日 第3回宮城県保険者協議会幹事会（Web会議）

第三者行為求償事務保険者個別支援（Web会議）  
12月 七ヶ浜町、歯科医師国保組合、蔵王町、白石市、七ヶ宿町、塩竈市、大衡村、女川町、美里町、医師国保組合

- ・柔道整復療養費審査委員会 16日
- ・診療報酬審査委員会 17、18日、20日～22日
- ・介護給付費等審査委員会（医療部会） 21日
- ・介護サービス苦情処理委員会 21日

## 1～3月の行事予定

- 2月2日 三役会議
- 9日 理事会
- 17日 通常総会

- ・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 // 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

新年おめでとうございます。昨年は皆様どんな1年だったでしょうか。当欄筆者は振り返ると常に片づけをしていた気がします。片づけと言っても部屋は手つかずで、歩道から始まり、河川や海に出向いて片づけ（掃除）をしておりました。先日は「みやぎ海つなぎアクション」というビーチクリーンに参加し、県内沿岸部6か所で約800キログラムのゴミを片づけることができました。計量することで、使い捨てプラスチック消費大国（一人当たり排出量世界2位）の日本を肌で感じました。買い物は

一種の投票ですので、我々消費者は使い捨て商品の購入を控えるなどの選択を求められていると思います。毎日1個でも拾う人が増えて、地球がきれいになる良い1年になってほしいです。

なお、表紙の「竹駒神社」の社名は、阿武隈川の「武隈」に由来するといわれており、例年旧暦2月の初午の日から執り行われる「初午大祭」は、五穀豊穣・商売繁盛・家内安全を願つて訪れる参拝客で賑わいます。（T.S）

旬の  
たより

～脱メタボ！  
減塩あと3g～

## 香りを生かしておいしく減塩

### 旬の食材の紹介



柴田町の特産品である「雨乞の柚子」は秋～冬にかけて収穫のピークを迎えます。色と香りがよく、大きめの果肉が特徴です。

柚子のさわやかな香りとすっきりとした酸味は、味付けのアクセントにもなり、減塩に役立ちます。香りや酸味、だしの旨味などで味に変化をつけて、おいしく減塩してみましょう。



### 柚子香るいわしのつみれ汁

【材料】2人分

いわしのすり身	100g	しょうゆ	小さじ1
減塩みそ	小さじ1/2	B 塩	少々
片栗粉	大さじ1	酒	大さじ1
A 塩	少々	長ねぎ	適量
生姜のすりおろし	小さじ1/2	三つ葉	適量
ゆずの皮	10g		
昆布だし	300ml		

### 作り方

#### 【1人当たりの栄養価】

熱量：109kcal たんぱく質：11.3g 脂質：2.6g 炭水化物：7.6g 食塩相当量：1.5g

- ① いわしのすり身と材料 A をすり鉢に入れて、よく練り混ぜる。
- ② ゆずの皮 2/3 量は細かく刻み、①に加えてよく混ぜる。残りはせん切りにしてとっておく。
- ③ 昆布だしを火にかけ、煮立ったところへ①をスプーンでくって形を作り、落とし入れる。火が通り、つみれが浮き上がってきたところで材料 B を加える。
- ④ 長ねぎは白髪ねぎにし、しばらく水にさらす。キッチンペーパーで水気をしぼる。三つ葉は 2cm 長さに切る。
- ⑤ お椀につみれ汁を盛り、長ねぎとゆずの皮、三つ葉を上に飾る。



### 料理のポイント

ゆずの皮をつみれに入れることで、つみれ自体の味を薄味にすることができます。



### 寄稿者紹介

柴田町健康推進課  
栄養士  
行政栄養士 2年

増田 みなみ

好きな料理  
韓国料理

### 自然豊かな柴田の食 ～味よし、香りよし雨乞の柚子～

柴田町の小高い山の中腹にある雨乞地区で生産される柚子は、日本国内で自生する柚子としては最北限に位置します。東北でも温暖で、霜の降りない雨乞地区で栽培される「雨乞の柚子」は大きめな実で果実表面に凸凹が多く、味と香りの良い希少な在来種です。

柚子にはビタミンCが豊富に含まれ、免疫力を高める効果があります。寒さが厳しい季節ですが、風邪予防のためにビタミンCを豊富に含む食品を食事に取り入れてみてください。

宮城県国民健康保険団体連合会

KOKUHO MIYAGI

みやぎの国保

2022 Winter No.287

1

発行月 令和4年1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1丁目2-3）

TEL 022 (222) 7070

URL <https://www.miagi-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 CO<sub>2</sub>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。