

茨城の国保

IBARAKI NO KOKUHO

春号

No.545

2023.3



表紙・巻頭言

石岡市

「誰もが輝く未来へ

石岡市長 谷島 洋司

共に創る石岡市」

を目指して

保険者紀行

筑西市

あらゆる世代が安心して暮らせる

元気都市 筑西 ～若者よ 筑西に～

茨城の国保

No.545 2023.3

もくじ CONTENTS

裏表紙	33	33	31	30	28	26	24	22	20	19	14	12	11	6	2	1
特産品のおいしいレシピ	行事予定・編集後記	令和5年定期総会・会長研修会	茨城県国民健康保険運営協議会会長会	国保連合会ヘッドライン	国保連スフエア	統計情報	保険料(税)収納率向上対策	国保データベース(KDB)システム相談室	第4回「KDBを活用した個別保健事業の評価方法について」 千葉大学客員教授(医療政策学)元厚生労働省健康局長 矢島鉄也	後期高齢者医療と介護予防の一体的な実施について 令和5年度茨城県国保事業充実強化推進運動 (新・国保3%推進運動)について	薬務課インフォメーション 令和5年度茨城県国保事業充実強化推進運動 (新・国保3%推進運動)について	茨城の医療と福祉の視点から こちら国保Q&A けんこうTOPICS 介護保険ガイド	シリーズ健康を考える 第8回「スツキリ爽快、軽く、楽に歩ける 脚のメンテナンス法！【下半身編】」 株式会社健康創研 代表取締役 菅野 隆	保険者紀行	令和5年第1回通常総会	巻頭言
筑西市編																石岡市長 谷島洋司 筑西市



春号の表紙

石岡市

「常陸風土記の丘さくらまつり」

日本一の獅子頭があることで有名な常陸風土記の丘は、桜の名所としても知られています。広い敷地内には約500本の桜があり、さくらまつりが開催される春には、ソメイヨシノに始まり、シダレザクラ、ボタンザクラと順に花を咲かせ、約1ヶ月に渡ってお花見を楽しむことができます。

巻頭言

foreword

「誰もが輝く未来へ 共に創る石岡市」 を目標して

石岡市は、茨城県のほぼ中央に位置し、市域の北西部に連なる

筑波山系から南部の市街地にかけてなだらかな丘陵地が広がり、市北部から東南端へと流れる恋瀬川は、日本第2位の面積を持つ霞ヶ浦にそそいでいます。

本市では、令和3年度に策定した総合計画の基本構想において、誰一人取り残さない、持続可能で、よりよい社会の実現への取組を様々な主体が共有し、結婚、出産、子育て、教育、社会経済活動、生きがい等、生涯にわたり誰もがあらゆるライフステージで、輝く未来を創り上げるといふ思いから、「誰もが輝く未来へ 共に創る石岡市」を指す将来像として、あらゆる世代の方々と行政が一丸と

なって様々な施策を行っておりま

す。さて、本市の国民健康保険におきましては、被保険者数が年々減少しておりますが、65歳以上の高齢者が占める割合が年々増え

ており、令和4年12月末時点で47.5%となつているとともに、医療の高度化により、一人当たりの医療費は増加傾向にあります。そのような状況の中、本市では健康寿命の延伸や一人当たりの医療費の減少を最終的な目標として、第2期データヘルス計画に基づき、人間の心理に働きかけ、行動変容を促す理論を活用した効率的・効果的な受診勧奨を行う特定健康診査受診勧奨事業や糖尿病性腎症患者の重症化を予防し、人工

透析への移行を防止するため、対象者に対して専門職による保健指導を行う糖尿病性腎症重症化予防事業など様々な保健事業を実施しております。

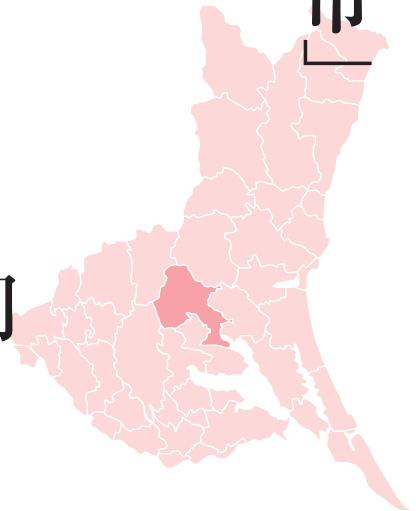
また、令和4年度からは、特定健康診査の受診率向上及び高尿酸血症・痛風の早期発見・治療に繋げるために、保健センター等で実施する集団健診において、自己負担無しで尿酸検査を出来るようにしました。

今後とも、国民健康保険被保険者の健康増進と医療費の適正化を図り、健全で、安定的な国民健康保険事業の運営を行ってまいります。



石岡市長

谷島 洋司





令和5年第1回通常総会 開催

令和5年度事業計画等原案通り可決

令和5年第1回通常総会が2月27日（月）に、茨城県市町村会館「大会議室」で開催され、小林理事長のあいさつに続き、来賓の茨城県保健医療部長 森川博司氏から挨拶いただいた。その後、小林理事長が議長を務め議事に入り、報告事項では、令和4年度各会計歳入歳出予算補正4件について報告され、議決事項では、令和5年度事業計画及び各会計歳入歳出予算の認定など15件が上程され、原案通り可決承認された。



小林理事長
(茨城町長)



森川県保健
医療部長

提案総括表

報告事項

〔専決事項：令和4年第4回理事会（書面審議）：令和4年10月21日可決〕

報告第1号 令和4年度茨城県国民健康保険団体連合会介護保険事業関係業務特別会計歳入歳出予算補正について

〔専決事項：令和5年第1回理事会：令和5年2月1日可決〕

報告第2号 令和4年度茨城県国民健康保険団体連合会診療報酬審査支払特別会計歳入歳出予算補正について

報告第3号 令和4年度茨城県国民健康保険団体連合会後期高齢者医療事業関係業務特別会計歳入歳出予算補正について

報告第4号 令和4年度茨城県国民健康保険団体連合会介護保険事業関係業務特別会計歳入歳出予算補正について

議決事項

議案第1号 令和5年度茨城県国民健康保険団体連合会事業計画について

議案第2号 令和5年度茨城県国民健康保険団体連合会負担金・手数料及び委託料について

議案第3号 茨城県国民健康保険団体連合会減価償却引当資産の処分について

議案第4号 茨城県国民健康保険団体連合会電算処理システム導入作業経費積立資産の処分について

議案第5号 茨城県国民健康保険団体連合会 ICT等を活用した審査支払業務等の高度化・効率化のための積立資産の処分について

議案第6号 令和5年度茨城県国民健康保険団体連合会一般会計歳入歳出予算について

議案第7号 令和5年度茨城県国民健康保険団体連合会診療報酬審査支払特別会計歳入歳出予算について

議案第8号 令和5年度茨城県国民健康保険団体連合会後期高齢者医療事業関係業務特別会計歳入歳出予算について

議案第9号 令和5年度茨城県国民健康保険団体連合会特定健康診査・特定保健指導等事業特別会計歳入歳出予算について

議案第10号 令和5年度茨城県国民健康保険団体連合会妊婦・乳児健康診査委託料審査支払事業特別会計歳入歳出予算について

議案第11号 令和5年度茨城県国民健康保険団体連合会介護保険事業関係業務特別会計歳入歳出予算について

議案第12号 令和5年度茨城県国民健康保険団体連合会障害者総合支援法関係業務等特別会計歳入歳出予算について

議案第13号 令和5年度茨城県国民健康保険団体連合会第三者行為損害賠償求償事務処理業務特別会計歳入歳出予算について

議案第14号 令和5年度茨城県国民健康保険団体連合会職員退職手当特別会計歳入歳出予算について

議案第15号 令和5年度一時借入金及びその限度額について

令和5年度茨城県国民健康保険団体連合会事業計画

【基本方針】

国民健康保険制度は制度創設以来、我が国の国民皆保険制度の中核を担い、地域医療の確保や地域住民の健康増進に貢献し、福祉の向上に重要な役割を果たしてきた。平成30年度より新たな国保制度が施行され、都道府県が財政運営の責任主体となり、現在、概ね順調に運営が行われているところであるが、今なお、人口減少や被用者保険の適用拡大により被保険者は減少を続け、また、被保険者の高齢化により医療費の増嵩が今後も進むことから、財政運営の一層の安定化・健全化や業務処理の標準化・共同化などが求められている。

このような中、これらの直面する課題に対応するため、国においては、令和元年5月に「医療保険制度の適正かつ効率的な運営を図るための健康保険法等の一部を改正する法律」を公布し、国保連合会に係る重要事項などが規定されるとともに、審査支払機関の在り方等に関しても、審査支払機関の機能強化を図るため、令和3年3月に厚生労働省、支払基金及び国保中央会で策定した「審査支払機能に関する改革工程表」などが公表された。

本会としても、こうした状況に対応するため、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施、特定健診受診率の向上、国保データベース（KDB）システム活用を促進するための研修会の開催等、さらには、第三者行為損害賠償求償事務の取り組みなど、積極的に保険者支援の取り組みを強化していく。

また、介護保険制度を含めた取組みとして、団塊の世代が75歳以上となる令和7年

を目的に、重度な要介護状態となつても、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築が求められており、積極的にその構築に向けた支援を強化していく。

一方、基幹となる審査支払業務に関しては、「審査結果の不合理な差異の解消」及び「支払基金と国保中央会・国保連合会のシステムの整合的かつ効率的な在り方」の実現に向け、全国の国保連合会及び国保中央会と連携して、審査基準の統一化に向けたコンピュータチェック項目の拡充を図ることによる審査業務の適正化・効率化を図るとともに、国保総合システムのクラウド化の共同利用などの取り組みについても、適切に対応していく。

加えて、新型コロナウイルス感染症に対しても、令和3年度から、国からの協力要請により新型コロナウイルスワクチン接種費用の請求支払業務（住所外の医療機関等）を実施しているが、新たな変異株の流行など予断を許さない状況が続いており、引き続き、国保連合会の社会的使命・責務であることを十分認識し、迅速、適切、柔軟に対応していく。

このような状況を踏まえ、引き続き保険者の共同体としての役割と責任を十分認識し、効果的・効率的な事務執行に努め、保険者から信頼される国保連合会を目指し、次の事項を重点に事業を実施する。

1 審査支払業務の効率化・高度化とコン

【重点事項】

- 1 会務運営に関する事業
- (1) 総会
- (2) 正副理事長会議
- (3) 理事会
- (4) 監事監査・出納検査
- (5) 外部監査
- (6) 経営計画推進委員会

【主たる事業の概要】

- 2 診療報酬等審査支払事業
- 保険者及び広域連合から国民健康保険及び後期高齢者医療の診療報酬等審査支払に係る事務を受託し、適正かつ円滑に遂行するとともに、審査の効率的運用と精度向上を図るため、レセプト審査支援システムによるコンピュータチェックを最大限に活用する。
- 診療報酬等審査支払業務
 - ① 診療報酬審査委員会
 - ② 柔道整復師施術療養費審査委員会
 - ③ はり師、きゅう師及びあん摩マッサージ指圧師の施術に係る療養費審査委員会
- ④ 一般療養費審査委員会
- ⑤ 国保総合システム（審査支払系）の運用管理
- ⑥ 後期高齢者医療請求支払システムの運用管理
- ⑦ レセプトオンライン請求システムの運用管理
- ⑧ レセプト審査支援システムによるコンピュータチェック
- ⑨ 出産育児一時金の医療機関への直接支

払業務

- ⑩ 風しん追加的対策に係る請求及び支払
- ⑪ 新型コロナウイルスワクチン接種に係る請求及び支払

3 妊婦・乳児健康診査委託料審査支払事業

母子保健法に基づく妊婦・乳児健康診査委託料の審査支払業務を適正かつ円滑に実施する。

4 介護保険事業

介護保険法に基づく介護給付費の審査支払業務、保険者の介護給付適正化事業の支援及び苦情処理業務を行う。

(1) 審査支払業務

- ① 介護給付費の審査及び支払業務
- ② 介護給付費等審査委員会
- ③ 介護予防・日常生活支援総合事業の審査及び支払業務

(2) 苦情処理業務

- ① 介護サービス苦情処理委員会
- ② 苦情・相談業務
- ③ 介護保険に係る苦情及び相談事例情報のホームページへの掲載

(3) 市町村支援業務

- ① 要介護認定更新支援処理
- ② 償還払給付額管理処理
- ③ 介護給付費通知作成処理
- ④ 高額介護サービス費支給処理
- ⑤ 高額医療合算介護（介護予防）サービス費支給処理

- ⑥ 各種支払支援処理
- ⑦ 市町村特別給付等支払処理
- ⑧ 統計資料作成処理
- ⑨ 介護給付適正化対策情報提供処理
- ⑩ 介護給付適正化支援処理

- ⑩ 年金からの保険料の特別徴収経由機関業務

保険料の特別徴収に必要なデータ授受に係る業務

(5) 会議等の開催

- ① 介護保険主管課長会議
- ② 介護保険連絡協議会
- ③ 介護保険事務担当者会議
- ⑥ 年金生活者支援給付金に係る業務
- ⑦ 年金生活者支援給付金に係る所得情報等データ提供に関する事務

5 障害者総合支援法等事業

障害者総合支援法に基づく障害介護給付費等の審査支払業務及び市町村支援業務を行う。

(1) 審査支払業務

- 障害介護給付費及び障害児給付費の審査支払

(2) 市町村支援業務

- ① 給付実績交換処理
- ② 高額障害福祉サービス費等支給処理
- ③ 各種支払支援処理
- ④ 地域生活支援事業支払処理
- ⑤ 独自助成支払処理
- ⑥ 訪問調査委託料支払処理
- ⑦ 統計資料作成処理
- (3) 会議等の開催
- ① 障害福祉主管課長会議
- ② 障害福祉事務担当者説明会

6 保険者支援事業

保険者における医療費適正化に資するため、レセプト二次点検業務を受託する。

7 第三者行為損害賠償求償事務共同処理業務

保険者及び広域連合における医療費適正化対策に係る事務支援として実施する。

○ 第三者行為損害賠償求償事務

① 第三者行為求償事務研修会（茨城県と共催及び本会単独）

(2) 第三者行為に係る通報及び相談

- ③ 第三者行為損害賠償額の請求（加害者直接請求を含む）及び受領に関する事務（国保・後期高齢者・介護保険・医療福祉及び指定公費）
- ④ 求償事務処理上の諸問題について保険者等と協議し、求償事務共同処理業務の充実強化を図る
- ⑤ 支部事業（求償事務研修会等）への参加

8 保険者事務共同電算処理事業

保険者及び広域連合における国保、後期高齢者医療及び医療福祉費等に係る事務の電算処理を行う。また、これら電算処理システムの安定運用に努める。

(1) 国保に係る処理業務

- ① 国保総合システム（共同電算処理）の運用管理
- ② 電子帳票システムの運用管理
- ③ 資格・給付確認
- ④ 共同処理関係帳票の作成
- ⑤ 高額医療・高額介護合算療養費の関係帳票作成
- ⑥ 被保険者証の作成
- ⑦ 医療費通知関係帳票の作成
- ⑧ 後発医薬品（ジェネリック医薬品）利用差額通知書の作成及び作成支援
- ⑨ 介護給付適正化医療給付データの作成
- ⑩ 国保事業月報作成支援システムの運用管理
- ⑪ その他保険者が必要とする資料及びデータの作成
- (2) 後期高齢者医療に係る処理業務
- ① 広域連合電算処理システムの運用管理
- ② レセプト資格確認
- ③ レセプトデータ等各種データの作成

④ 医療給付実態調査作成

⑤ 統計情報の電子化

- ⑥ 高額医療・高額介護合算療養費・葬祭費支給申請書入力業務
- ⑦ 高齢者歯科健康診査委託料審査支払及び結果入力業務
- ⑧ 国保データベース（KDB）システムを活用したデータ集計及び分析業務
- (3) 医療福祉費受給者の資格・給付確認
- ① 医療福祉費受給者の資格・給付確認
- ② 共同処理関係帳票の作成
- ③ その他市町村が必要とする資料及びデータの作成
- (4) 国保事業費納付金等算定標準システム及び国保情報集約システムに係る業務
- ① 国保事業費納付金等算定支援業務
- ② 国保情報集約システムの運用管理
- (5) オンライン資格確認等システムに係る業務
- ① オンライン資格確認等システムに係る業務
- ② オンライン資格確認等システムの運用管理
- (6) 会議等の開催
- ① 電算処理問題検討委員会・作業部会
- ② 保険者事務共同電算事務担当者会議

9 事業振興

国保の健全な財政運営を確保するため、新・国保3%推進運動の推進及び国保制度の安定運営に向けた運動を展開する。

(1) 国保振興

- ① 国保制度改善強化全国大会への参加・陳情活動
- ② 政府予算説明会等への参加
- (2) 新・国保3%推進運動の推進
- ・ 収納率向上対策
- ・ 医療費適正化対策

・ 保健事業対策

① 国保事業充実強化推進委員会

- ② 冊子「統計でわかる茨城の国保の状況」の作成・配布
- ③ 保険料（税） 収納率向上支援事業（保険料（税） 収納率向上アドバイザー派遣）
- ④ 保険料（税） 適正算定マニュアル（試算システム）の活用促進
- ⑤ 関係団体との連絡調整
- (3) 各支部事業の支援（県央、県北、県南、県西）
- ① 国民健康保険・介護保険制度に関する調査研究
- ② 国保連合会事業の推進等

10 保健事業

保険者における生活習慣病対策をはじめとした健康増進及び疾病予防の取組み等に関する支援について、国保データベース（KDB）システムを活用した支援を行うとともに、関係機関との検討・協議を図るなど、保険者のニーズに沿った効率的な対応に努める。また、特定健診・特定保健指導に係る費用決済、健診データの管理及び共同処理などの業務を適切に執行する。

(1) 協議会、研修会等

- ① 保健事業支援・評価委員会（研修会・支援）
- ② 健康づくり推進研修会
- ③ 国保データベース（KDB）システムの効果的活用支援
- ④ 糖尿病性腎症重症化予防研修会
- ⑤ 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施に関する研修会（茨城県後期高齢者医療広域連合と共催）
- 各種支援事業
- 調査統計資料の作成

- ① 市町村保健事業事例集の作成・配布
- ② 各種統計資料の作成及び分析
- 生活習慣病予防対策支援

- ① 特定健診・特定保健指導に係る費用決済及び健診・保健指導結果データ管理業務

- ② 特定健診・特定保健指導に関する支援
- ③ 糖尿病性腎症重症化予防に関する支援
- ④ 国保データベース（KDB）システムを活用したデータ提供及び操作支援
- ⑤ 茨城県保険者協議会と連携し、研修会の実施や広報活動による支援
- 健康づくり事業への支援

- ① 視聴覚用教材及び健康器具等の貸出し
- ② 茨城県在宅保健師の会会員と連携した支援

- (3) 国保診療施設関係
 - ① 勤務医師・看護師・事務長等合同研修会

- ② 茨城県国保診療施設協議会事業への事務援助

11 広報宣伝事業

国民健康保険制度の趣旨普及、被保険者教育及び本会事務事業に関する広報活動を実施する。

- 広報活動

- ① 広報委員会
- ② 機関誌「茨城の国保」の編集及び発行
- ③ 国保情報ネットワークを活用した情報提供
- ④ 全国優良保険者などの情報提供
- ⑤ ICT（情報通信技術）を利用した広報事業の実施
- ⑥ 県内映画館で国保制度PR映像のシネアド放映（本編上映前に流れるCM）の実施
- ⑦ 被保険者教育広報
- ア 第三者行為求償及び糖尿病予防啓

発に係るポスターの作成・配布
イ 国保被保険者証更新に係るポスターの作成・配布

- ウ 地域情報誌を活用した広告
- エ 被保険者教育用記事提供
- ⑧ 図書、物資斡旋

- ⑨ 国保制度に係る各種リーフレット等の共同購入
- ⑩ ホームページによる広報（ホームページリニューアルによる情報整理及びスマートフォン対応）

- 12 育成指導関係事業
保険者等事務担当者の資質向上と国保運営上の諸問題について研究等を行う。また、保険者の医療費適正化対策として、レセプト点検事務に関する支援を行う。

- (1) 講習会・研修会の開催
 - ① 国保事務新任者講習会（茨城県と共催）
 - ② 国保料（税）事務研修会（茨城県と共催）
 - ③ 資格・給付並びに求償事務研修会（茨城県と共催）

- ④ 市町村（国保組合）国保主管課長研修会
- ⑤ 保険者レセプト点検事務支援

- (2) ① 保険者レセプト点検員への事務支援

- ② 診療報酬点数改正説明会（改正時に開催）

13 協議会等

本会及び支部等関係機関の事業の円滑な運営を図るため、緊密な連絡、調整等を行う。また、国民健康保険事業の改善と健全な発展に資するため、調査研究を行う。

- 保険者等との連絡・調整に関する協議会

- ① 支部常任幹事連絡協議会
- ② 調査研究委員会
- ③ 支部及び茨城県国保組合連絡協議会への助成

令和5年度予算概要について

○各会計別予算総額

会計別	令和5年度	令和4年度	比較	対前年比	備考
一般会計	(千円) 563,654	(千円) 629,852	(千円) △ 66,198	% △ 10.5	・需用費（光熱水費）の増 9,564 千円 ・備品購入費（R4 購入）、退職会計繰出の減 75,763 千円 等
診療報酬審査支払特別会計（業務勘定）	2,520,883	2,147,118	373,765	17.4	・委託料、備品購入費、国保中央会負担金（新設）及び ICT 積立金の増 321,337 千円 等
後期高齢者医療事業関係業務特別会計（業務勘定）	1,449,789	1,321,802	127,987	9.7	・委託料、備品購入費、他会計（一般会計・退職会計）繰出しの増 119,292 千円 等
特定健康診査・特定保健指導等事業特別会計	1,736,360	1,816,959	△ 80,599	△ 4.4	・特定健康診査・特定保健指導等費用支出金（受入金）の減 54,236 千円 等
妊婦・乳児健康診査委託料審査支払事業特別会計	1,873,754	1,877,630	△ 3,876	△ 0.2	・備品購入費の増 5,416 千円 ・人件費の減 9,138 千円
介護保険事業関係業務特別会計（業務勘定）	333,812	270,346	63,466	23.5	・備品購入費、国保中央会負担金及び ICT 積立金の増 50,098 千円 等
障害者総合支援法関係業務等特別会計（業務勘定）	118,035	118,079	△ 44	0.0	・国保中央会負担金の増 2,465 千円 ・ ICT 積立金の減 1,422 千円
第三者行為損害賠償求償事務処理業務特別会計	863,004	893,006	△ 30,002	△ 3.4	・第三者行為損害賠償金支出金（受入金）の減△ 30,000 千円
職員退職手当特別会計	127,637	182,004	△ 54,367	△ 29.9	・退職手当の減 44,753 千円
一般会計・業務勘定等計	9,586,928	9,256,796	330,132	3.6	

あらゆる世代が安心して
暮らせる元気都市 筑西
（若者よ 筑西に）

『ちっくん』は、帽子で筑波山と河川に育まれた緑豊かな筑西市を表現し、この肥沃な大地で育った「梨」や「いちご」、そして、筑西市の花「コスモス」を配置しています。また、からだは「梨」や「いちご」とともに筑西市の特産品であり、全国有数の生産量を誇る「こだますいか」、そして、百万本の八重ひまわりで彩られるひまわりフェスティバルのひまわりのポシエットを身に付け、キャラクター全体で筑西市をアピールしています。



筑西市キャラクター
「ちっくん」

筑西市は、筑波山の西部に位置し、人口約10万人、面積205.3km²を有し、3鉄道が走る交通の要衝として栄えてきたまちです。市域はほぼ平坦で5本の一級河川が南北に流れ、農業が盛んなことから、米や梨、こだますいか、常陸秋そばなどが市の特産品です。

また、担ぐ神輿としては日本一の大神輿が渡御する「下館祇園まつり」や「あけのひまわりフェスティバル」をはじめ、母子島遊水地から望む筑波山の山頂から太陽が昇る「ダイヤモンド筑波」は多くの人に楽しまれています。



桜づつみ

勤行川左岸はサイクリングロードとして整備され、5.5kmのコースには約200本の桜が並び、春には満開の桜が人々の目を楽しませてくれます。また、この勤行川沿いでは、10月中旬～11月上旬になると、地元のボランティアによって栽培されたコスモスが咲き、コスモスロードを楽しむこともできます。



真岡鐵道SL

下館駅は、JR東日本、真岡鐵道、関東鐵道の3鉄道が乗り入れる交通の要衝です。真岡鐵道では、下館駅と栃木県茂木駅の約42kmを結ぶSL列車が土・日・祝日に運行され、ファミリーや鉄道ファンでにぎわいます。のどかな田園風景を眺めながらゆったりとした時間を楽しむことができます。(1日1往復)

豊かな自然の恵みと 歴史を感じることができるまち



下館祇園まつり

羽黒神社を中心に4日間にわたって行われる県内屈指の夏祭り。120年以上の歴史をもつ、明治神輿、女神輿、毎年担ぎ出される神輿としては、日本最大級の重量を誇る平成神輿などの渡御が行われます。最終日早朝には、神輿を川に入れる川渡御が行われます。

道の駅グランテラス筑西

さまざまな施設が点在する複合型のハイブリット道の駅。芝生広場を中心に、グルメ、カフェ、直売所があるほか、キッズスペースなども充実しています。筑西市のご当地グルメ「下館ラーメン」や地元の食材を使った料理を楽しむことができるほか、地元の農家さんが持ち寄る採れたての野菜や果物が並び直売所が魅力です。

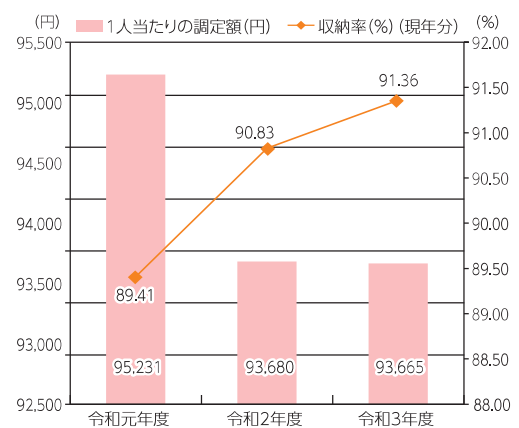


保険者の概況

国保の加入状況等

		令和元年度	令和2年度	令和3年度
総世帯数(世帯)		37,010	37,420	37,820
総人口(人)		101,245	100,349	100,312
国保被保険者	加入世帯数(世帯)	15,680	15,437	15,300
	被保険者数(人)	26,211	25,397	24,844
	被保険者加入率(%)	25.9	25.3	24.8
保険料(税) 収納状況	1人当たりの調定額(円)	95,231	93,680	93,665
	収納率(%) (現年分)	89.41	90.83	91.36
1人当たりの療養諸費費用額(円)		347,922	342,431	359,777
医療費適正化 対策の状況	1人当たりの財政効果額(円)	2,706	1,965	1,482
	財政効果率(%)	0.95	0.69	0.50
保健事業費の 状況	1人当たりの保健事業費(円)	1,484	1,009	970
	保険料(税)に占める割合(%)	0.93	1.19	1.13
特定健診・ 特定保健指導 の状況	特定健診受診率(%)	37.0	20.7	31.1
	特定保健指導実施率(%)	26.9	22.6	20.0

国保税収納状況〔現年分〕



※総人口・総世帯数：住民基本台帳より入力
総人口・総世帯数以外：国民健康保険事業年報より入力（年間平均）
特定健診・特定保健指導の状況：特定健診等データ管理システムからの情報を入力

説明文や通知書の工夫で収納率向上に努める

口座振替推進にケーブルテレビやホームページなどでPR

筑西市は、賦課を医療保険課、収納を収納課で担当しています。

平成24年度からコンビニ収納を、令和2年7月から、スマートフォンアプリ（PayPay、LINE Pay、PayB）の収納の取扱いを開始しました。令和5年4月から納付書によるQRコードを利用した収納取扱を開始する予定です。

また、口座振替推進については、地元のケーブルテレビでCMを放送



筑西市医療保険課のみなさま

したり、市広報紙及びホームページに納期限カレンダーやPRページを掲載する他、本算定時の納付書通知に案内を同封しています。

外国人被保険者に英文の案内送付

外国人被保険者へ、納税通知書送付時に簡単な英文の案内を同封しています。

また、英語、中国語、スペイン語など5か国語に対応した「国民健康保険のてびき」をお渡ししています。催告書を送付する際も、適宜英語文面や封筒を使用して工夫しています。

催告書の工夫により納税相談や分納相談が増加

催告書（過年度分）の送付はカラーの封筒で送付し、開封後も目立つように催告書自体もカラー用紙を使用しています。

国保税の催告書（現年度分）には、未納により短期被保険者証や資格証にな



ること、財産の差押えなどについても記載しています。

差押えについて記載されていないときに比べ、通知後の問合せ、納税相談や分納相談等が増えました。

金融機関への預貯金照会業務をオンライン化

滞納者等の対策として、行政機関から金融機関への預貯金の照会業務をオンライン化した「ピットリンク」を導入し、システム処理することで、金融機関へ出向く時間を削減し業務処理の時間短縮ができるようになりました。



筑西市役所

重複投薬者に対し訪問指導、適正受診につなげる

筑西市では外部委託により、重複投薬が2か月以上続いている方に訪問または市役所での指導を行っています。

この保健指導希望者には、当日、保健師が聴き取りをして服薬の他、食生活、運動習慣等について1時間程度指導しています。

また、年によって、重複受診や頻回受診についても指導しています。訪問時、健康状態が悪かった方については、フォローを行い、その後適正受診につなぐことが出来た事例もありました。

医療機関での人間ドック、追加健診費用を助成

定期的に医療機関で受診している方は、市の特定健診を受診している方が多いことから、受診率向上対策として、医療機関健診と人間ドック健診の費用を一部助成しています。

また、医療機関で被保険者本人が、貧血検査・心電図検査・眼底検査の追加検査を希望した場合は、市に検査費用を請求していただき、被保険者は無料としています。

さらに「かかりつけ医からの診療情報等提供事業」では、市内の医療機関に対して対象者への働きかけをお願いしています。

令和3年度に「糖尿病性腎症重症化予防事業」を見直し

筑西市では、厚労省の「糖尿病性腎症重症化予防プログラム」に沿って事業を実施しています。

令和3年度から真壁医師会筑西支部所属の医療機関にご協力をいただき、糖尿病で通院している方に、尿中アルブミン/クレアチニン補正検査を実施し、検査結果の数値が高い方から対象者を選定して、保健指導の案内をしています。

関係機関と連携した予防事業で対象者を継続支援

健康運動指導士を講師とした運動教室を実施

特定保健指導は、平成30年度から健診会場での初回面接分割実施を行っています。初回面接では、聞き取りシートを活用し、食生活の振り返りや確認を行ったあと、対象者に目標設定をしてもらいます。

最終面接前に、医療機関に委託して血液検査（中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール）



筑西市健康増進課のみなさま

HbA1c)を実施し、取組みの評価としています。

最終面接では、体重・腹囲・血圧を測定し、採血結果を返却しながら、初回面接からの生活の振り返りを行います。面接の日程が合わず参加できない場合は、別日程や電話で対応しています。

また、プログラム参加者に、運動習慣を身につけるきっかけづくりとして、市内の運動施設の利用券補助を行っています。

さらに、令和2年度からは健康運動指導士を講師に招き、運動教室を実施しています。講師からは、運動についての講話と効果的なウォーキングの仕方や普段の生活の中で取り入れられる運動について指導していただいています。参加者からは、「今までのウォーキングと効果的なウォーキングの違いが分かり、勉強になった。」などの声がありました。

平成26年度から続く筑西市の重症化予防事業

国や県が行う重症化予防対策の段階での予防が重要との考えに基づき、筑西市では、平成26年度から重症化予防に取り組んでいます。

市の集団健診において、血圧、HbA1cが一定値以上、または心電図で心房細動の所見があった未治療者に対して、保健師や管理栄養士が、医療機関受診勧奨および生活習慣改善の指導を行っています。

対象者には、一次支援として通知にて医療機関受診を勧奨し、未受診

者には、さらに二次支援として、家庭訪問や電話をしています。

受診の有無は、本人からの返信と医療レポートにより確認しています。

医師会等の関係機関と連携して、対象者それぞれに合わせた支援を継続して行っています。

筑西市の現状を踏まえた生活習慣病予防講座

筑西市では、「筑西次世代多目的コホート研究」に携わっている医師が、筑西市の現状を踏まえながら、高血圧、脂質異常症、糖尿病の3つのテーマ別に、生活習慣病予防についての講話を実施して



ます。参加者からは、「自分の健診結果と照らし合わせながら生活習慣について改めて考えることができた。見直すきっかけになった。」「健診では聞けなかった悩み等について、専門医に質問できてよかったです。」などの声がありました。

筑西市食生活改善推進員協議会―幅広い世代の市民を対象とした食育を実施―

筑西市食生活改善推進員協議会では、約110名の会員が、食を通じて健康づくりのボランティア活動をしています。令和4年度は養成講座を実施し、12名が受講しました。

新型コロナウイルス感染症対策のため、令和4年度は、調理実習は行わず、講話を中心とした出前講座やイベント等でのチラシ配布等の活動を行っています。

令和3年度から、市の広報紙に食育の記事を掲載し、幅広い世代の市民を対象とした食育を実施するとともに、活動のPRを行っています。「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、日々活動しています。

道のコンシェルジュ

「道の駅グランテラス筑西
周回コース」

今回は「道の駅グランテラス筑西」をスタート/ゴールとして周回するコースをご紹介します。

【コースのご案内】

距離	約3.5km (歩数約5,253歩)
所要時間	約1時間
消費カロリー	男性221Kcal 女性173Kcal
アクセス	筑西市川澄 1850 「道の駅グランテラス筑西」
駐車場	361台



筑西市の特産品

筑西市優良産品推奨事業「ちくせいコレクション」

筑西市観光協会では、市内で生産加工される製品の品質、機能、意匠等の向上と消費者の地元製品に対する信頼感を高め、市内事業者の活性化と販路の拡大に寄与することを目的に筑西市優良産品推奨事業を実施しています。

筑西市のお菓子や農畜産物の加工品・工芸品など選りすぐりの名品・名産をご紹介します。

筑西市観光協会



ホームページ



Twitter



Instagram



Facebook



筑西市
優良産品
推奨事業

ちくせい
コレクション

筑西のいいもの、うまいものを
ご紹介します

茨城県筑西市観光協会

交通アクセス access

筑西市

筑西市観光協会

TEL: 0286-20-1160 FAX: 0286-20-1186

http://www.chikusei.jp

第8回 スッキリ爽快、軽く、楽に歩ける脚のメンテナンス法！[下半身編]

★脚を大事に、メンテナンスしてありますか？

「老化は脚から」と言いますが、正に至言。特に高齢時の自立生活への支障は、「立ち座りがスムーズに出来なくなる」ことや、「普通に歩くことが出来なくなる」と言ったことから始まるケースが、認知症を除いては殆どです。成人の健常者においても、「支障なく歩ける脚があればこそ」、健康増進のために運動や身体活動を増やすことが出来るわけですから、年齢に関わらず脚は大事で、健康の要です。

ウォーキングやスクワットなどの筋トレで脚筋を維持・増強するために鍛えている人は多いと思いますが、しかしながら、ご自身の脚のメンテナンスを習慣にしているか？、という問いかがでしょうか？

私は30年以上現場で様々な方の運動支援をさせて頂く中で、「脚のメンテナンスプログラム」を必ず取り入れています。脚筋の筋トレ、スクワット等で筋力を維持・増強する以上に、脚の機能や動き、精神衛生、付帯した健康問題などへの改善効果が大きいことに驚き、必須の健康習慣実践要素だと捉えています。

「脚のメンテナンス」を習慣化することで得られる利益や恩恵はおそらく皆さんが想像される以上だと思われ、習慣化されますのは、早ければ早いほど良いですから、確信を持って強くお勧め致します。

次頁にご紹介するフットケアプログラムは、覚えてしまえば片脚1〜2分の短時間で簡単に出来ますので、まずは試しにやってみて頂き、効果を体感、検証し、納得頂いた上で、ぜひ生活習慣に取り入れて頂ければと思います。

★脚のメンテナンスをするこゝによる効果

- ① 脚が軽くなり、気持ち良く感じられる
固まった脚の筋や腱をほぐしただけで驚く程脚が軽くなり、立ち座りや体を動かすことが楽になり、気分も爽快になり、疲労回復効果も期待出来ます。
- ② 膝や脚の痛みが軽減、解消する
痛みやしびれなどは、固まって、血行が悪く、冷えていることが原因の場合も多く、ほぐすことで症状改善効果が期待できます。
- ③ 脚の冷え症、浮腫みの改善
「脚は第2の心臓」とも言われますが、鬱滞した血液や体液の循環が良くなり、脚は元より、全身の血液循環を促進します。
- ④ 良く眠れるようになる
私的には意外でしたが、アンケート結果では効果のNo.1であり、足の冷えに起因した不眠が少なくなることが推察されます。
- ⑤ 歩容（歩行フォーム）が良くなる
以前NHKの番組でも放送されましたが、足首や膝の可動域が広がり、脚全体の連動性も高まり、歩き方、フォームが改善されます。
- ⑥ 外反母趾、足指の変形が改善
女性に多い外反母趾や高齢者に多い足指の変形が中・長期的実践で足指をほぐすことにより、改善効果が期待できます。
- ⑦ 寝ている時に足がつかなくなる
就寝中に足がつるといふ方は少なくありませんが、習慣実践で改善した報告を多数頂いています。

⑧ 転倒予防効果

足裏や足の甲の中足骨間の溝をほぐすことで、足裏のアーチが回復し、特に高齢者では転倒予防効果が期待でき、骨折予防にもつながります。

★片脚だけ行い、左右の違いを感じましょう！

やはり、効果に関しては、「体感」が説得力。片側だけ足から太腿まで次頁のプログラム通り行って頂いた後、立ってその場足踏みをしてみて左右を比較して頂けたらと思います。おそらく、脚の軽さと上がる高さの違いに驚かれるのではないかと思います。

しかし、それにも増して、一番の効果は「気持ち良さ」、「爽快感」といった気分、精神衛生への効果ではないかと思えます。

○「足取りも軽く」→ウキウキした気分

●「足取りが重い」→嫌気が乗らない気分
とも言われますが、心と体はつながっていて、双方向性で連動していますので、「脚が軽くて気持ちいい」、スッキリ爽快!!」となれば、生活の様々なところに波及、相乗効果も期待されますから、「両脚2〜3分で出来るし、タダだし、もう、やって頂けませんか！」ですネ！（笑）



プロフィール
菅野 隆

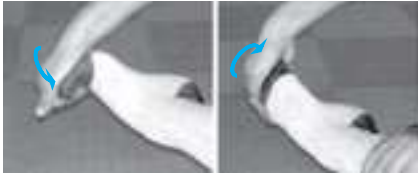
筑波大学体育専門学群卒業（健康運動指導士・ヘルスケアトレーナー）
・株式会社健康創研代表取締役
・日本健康運動研究所代表
・セルフメディケーション推進協議会理事

★1～3分で驚くほど軽くなり、スッキリ爽快メンテナンス【脚編】

【効果】…足は第二の心臓とも言われ、全身の血液循環に大きく影響しています。脚をほぐし、刺激することで驚くほどスッキリ軽くなり、ポカポカして血行が良くなり、むくみ、冷え性、不眠症の改善や脚の疲労解消、歩容(歩行フォーム)の改善にも効果!

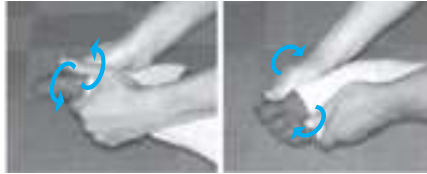
【快適さを確認する】…左右いずれか片側が終わったら、リラックスして体に意識を向け、感じ、左右の体感の違いを比較します。

足 ①足反らし曲げ



●つま先を握り、5秒ほど反らせ、持ち替えて同様に前に曲げます。これを4往復程行います。

②足ひねり



●足の両サイドを両手で挟むように握り、足裏を天井向きに絞るように捻り、持ち替えて逆に捻ります。これを4往復程行います。

③手足指組み+足首回し



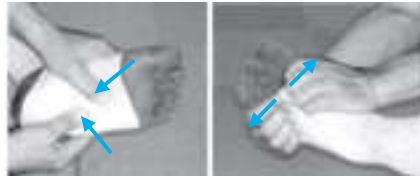
●足指と手指を交互に差込み、指を組み、足首を左右に10回づつ回します。最初、手指が入らない方でも、続けているうちに改善。
◎外反母趾、足指の変形改善にも効果!

④足&足指引っ張り伸ばし



●足指と手指を組んだまま、5秒程手指で足指を強く締め付けます。次に締め付けたまま5秒程引っ張り、最後に指を抜きます。

⑤足裏と甲のマッサージ



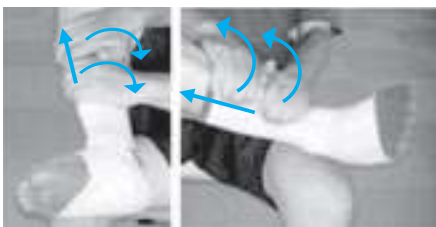
●足裏を両手の親指でまんべんなくマッサージ(指圧)します。次に、甲側も、中足骨の溝を四指で押し開くような感じでまんべんなく行います。

⑥足裏たたき



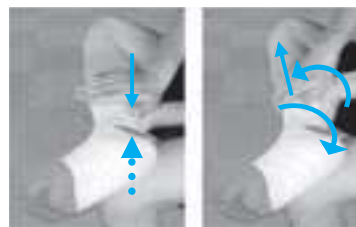
●最後に足裏を同側の手で握りこぶしをつくり、強く20回程たたきます。

脛(すね) ●外ずね両手手前引き



●両手を揃えて外脛に四指を引っ掛けるように握り、手前側に強く引きます。これを膝方向に4回ずらして脛全体を行い、片道4回程行います。

ふくらはぎ ●ふくらはぎ両手はさみ持ち上げ、押し下げ



●両手で上下にふくらはぎを強く挟み、そのまま上に持ち上げます。これを膝方向に4回ずらして、ふくらはぎ全体を同様に引き、片道4回程行います。続いて、逆に押し下げを同様に4回ずらして片道4回程行います。

◎足の攣り予防、改善にも効果!

膝 ①膝ツボ3点押し(10×3)



●両手の親指を膝蓋骨の斜め下内外にあるツボにあて、両手中指と薬指は膝裏中心にあるツボにあて、10回程強く3点を押します。続いて、3点を10秒押し続け、続いて、3点を押したまま膝を10回曲げ伸ばします。

◎膝痛の予防、改善、軽減にも効果!

②膝の皿こね回し



●膝蓋骨部を同側の手で握り、こね回すような感じでマッサージします。左右周り各10回程行います。(膝のツボは膝蓋骨周辺に集まっています)

太腿 ①太腿両手把握揉捏ほぐし



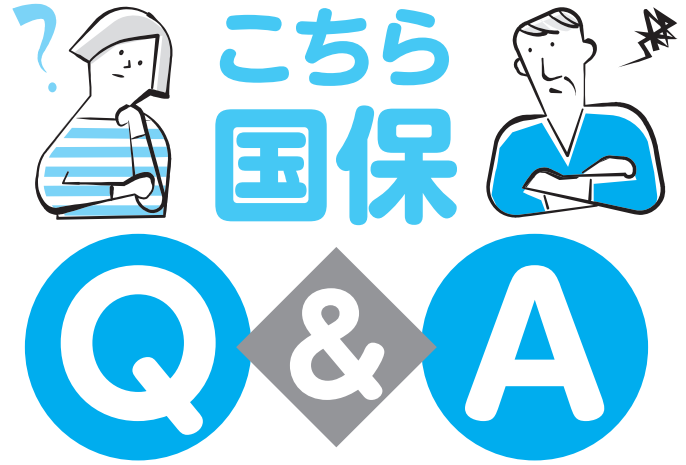
●両手を揃えて太腿表面の膝近くを強く握り、左右逆方向に交互に動かして引きちぎるように8回ほぐし、これを太腿の付け根に向かって3回ずらして太腿表側全体を行い、それを片道2回程行います。

②太腿内・外・裏把握揉捏ほぐし



●両掌を太腿の内側と外側に当て、挟むように握り、両手の四指を太腿裏の中心線上に揃えて当て、手指全体で8回揉みほぐし、これを太腿付け根に向かい3回ずらして行い、それを片道2回程行います。

茨城県保健政策課国民健康保険室



特定健診・特定保健指導の着実な実施について

Q1 特定健診・特定保健指導とは？

A1 特定健診は、メタボリックシンドローム（※）に着目した健康診査で、国民健康保険に加入している40歳から74歳までの方が対象になります。

メタボリックシンドロームあるいはその予備群の人は、心臓病や脳卒中などの生活習慣病になりやすい状態にあり、男女とも40歳以上から増加していきます。初期の生活習慣病は自覚症状がないことも多いため、定期的に健診を受けて自分の健康状態を知

ることが、病気の早期発見・早期治療のために、とても重要です。

特定保健指導は、特定健診で生活習慣病のリスクが高く、生活習慣の改善が必要であると判定された方が対象になります。医師や保健師、管理栄養士などの専門家がサポートしながら、対象者一人ひとりの健康状態や生活スタイルに合わせて食生活や運動習慣などの改善目標に取り組んでもらい、生活習慣病の予防・改善につなげていくものです。

日本人の死因の半数以上を占める生活習慣病（がん、心臓病、脳卒中など）のリスクを特定健診で早期に発見し、特定保健指導で生活習慣を改善することで、発症や重症化の予防、健康状態の改善が可能です。

（※）お腹周りの内臓に脂肪が蓄積した「内臓脂肪型肥満」に加えて、高血糖、高血圧、脂質代謝異常のいずれか2つ以上を併せ持った状態。

Q2 新型コロナウイルス感染症の拡大状況下での特定健診・特定保健指導の実施状況は？

A2 新型コロナウイルス感染症の感染拡大当初の令和2年度には特定健診の中止などもあり、特定健診の受診率は、令和元年度の38・6%から26・3%まで大幅に下がりました。令和3年度以降は、新型コロナウイルス感染症の感染防止対策の経験を踏まえ、各市町村では集団健診において①完全

予約制、②実施回数を増やすなどの方法により、1回あたりの人数を制限して健診会場が密になるのを防ぎ、感染防止対策を徹底した上で、特定健診を実施しています。

特定保健指導においては、各市町村では、オンライン面接や個別・少人数グループでの支援など感染防止に配慮した方法を取り入れており、特定保健指導の実施率はコロナ禍以前からほぼ横ばいの状況となっています。

特定健診受診率は、令和3年度に33・5%となり、回復傾向にあります。コロナ禍以前の水準には戻っていません。このため、県では、地域の薬局と連携した特定健診の受診率向上等に取り組んでいるところです。

Q3 特定健診・特定保健指導のほか、健康づくりや疾病予防の取組は？

A3 生活習慣病の早期発見・早期治療のため、県では、がん検診の受診率向上にも取り組んでいます。

県内のがん検診受診率は、令和2年度に12・2%（国保加入者の5がん平均）と、国が目標としている60%を大きく下回る状況です。

こうした状況から、令和5年度には、県内の約半数の市町村が、ナッジ理論（※）



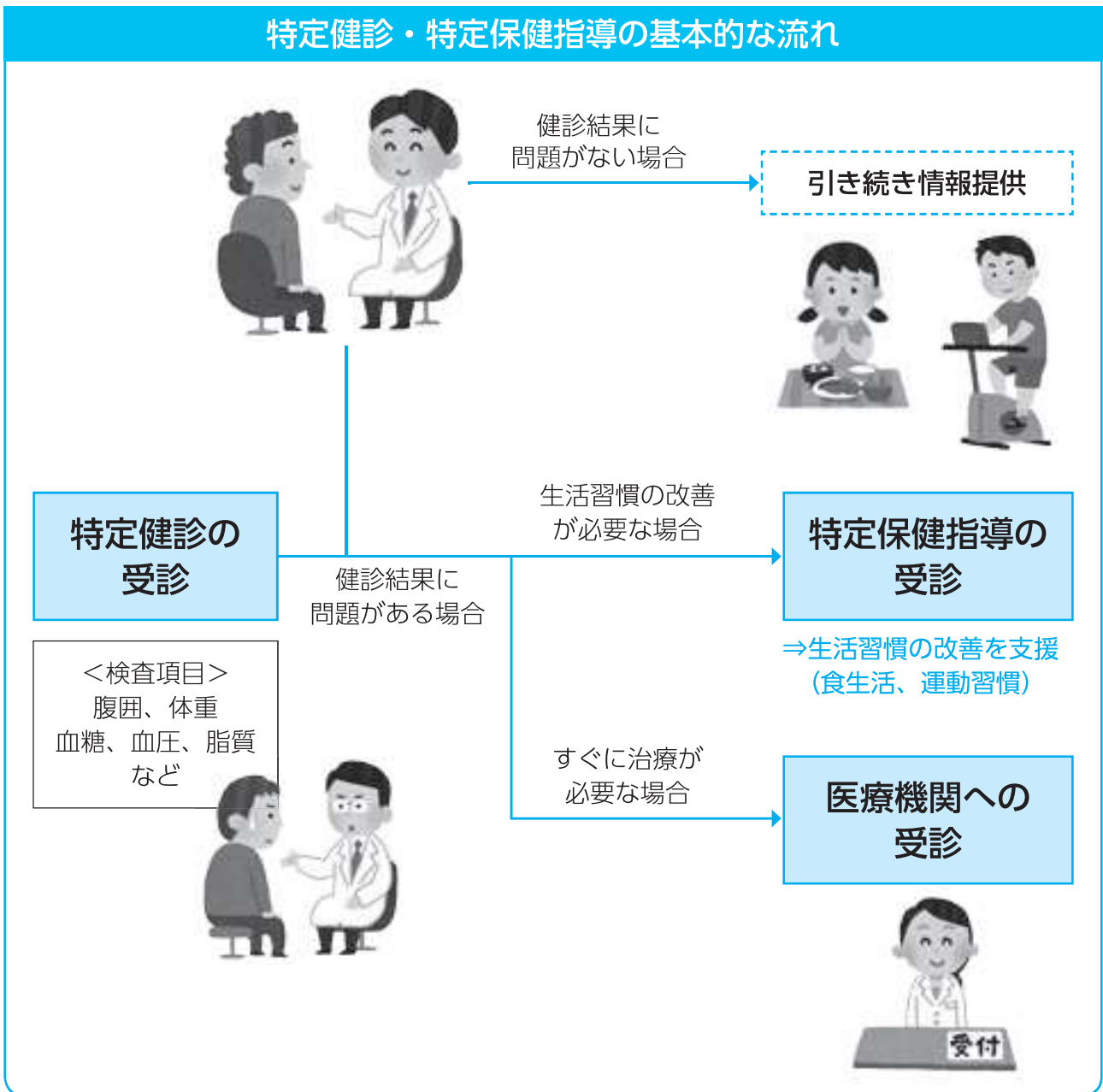
を活用したがん検診の受診勧奨に取り組むほか、がん検診の無料クーポンの実施など、県内全市町村において、がん検診の受診率向上に取り組むこととしています。

その他にも、製薬会社と連携の上、地域薬局と主治医が協働して患者の糖尿病性腎症重症化を予防する事業や、日常でできる運動方法を学べる健康教室の実施など、様々な工夫をして保健事業を実施している市町村もあります。

県では、このような様々な取組などを通じて、引き続き、県民の皆様の健康づくりや疾病予防に取り組んでまいります。

(※) ひじで軽く突く。(行動経済学上) 対象者に選択の余地を残しながらも、より良い方向に誘導する手法。
〈厚生省HPより抜粋〉

特定健診・特定保健指導の基本的な流れ



茨城県保健医療部健康推進課からお知らせ

「いばらき美味しおスタイル指定店」 をご利用ください！



○ 「いばらき美味しおスタイル指定店」でおいしく減塩

自宅では味わえない食事を楽しめて、忙しい時にも便利なのが飲食店での外食です。毎日の食事のこととなると健康のことも気になってしまいますが、お店の美味しさはそのままに、生活習慣病の一因となる「食塩の摂りすぎ」防止に配慮された、「おいしく減塩」できるお店が県内にあることをご存知ですか？

県では、1食の食塩相当量が3g以下の「適塩メニュー」を提供しているお店を「いばらき美味しおスタイル指定店」、適塩メニューの提供のほか、“野菜たっぷり”“エネルギー控えめ”など、



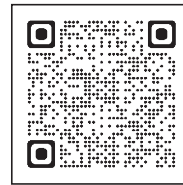
いばらき美味しおスタイル指定店のメニュー



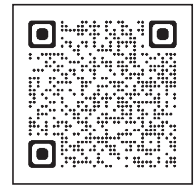
より健康づくりに配慮しているお店を同じく「プラチナ指定店」として指定し、広報する取組を行っています。

お店の情報は、「いばらき美味しおスタイル」ホームページや、県公式健康推進アプリ「元気アップ!りいばらき」の指定店検索画面でご覧いただけます。

飲食店を利用する際にはぜひ、お近くの指定店で「美味しおスタイル」な食事をご利用ください！工夫を凝らした減塩の取組を宣言している「いばらき美味しおスタイルパートナー店」の情報も掲載しております。



いばらき美味しおスタイル HP



「元気アップ!りいばらき」

茨城県では生活習慣病による死亡率が全国に比べて高い現状にあり、要因の一つとして考えられる県民の食塩摂取量は、男女とも全国平均値と1日の目標量を大幅に上回っています。

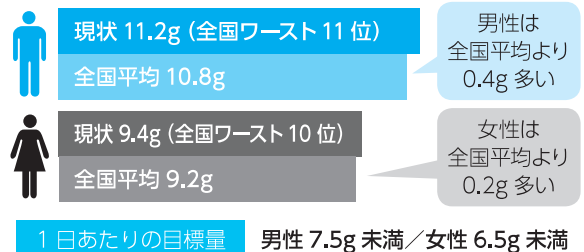
【平成27年都道府県別年齢調整死亡率】人口10万対】

茨城県 ()は 全国	男性				女性			
	平成22年		平成27年		平成22年		平成27年	
	死亡率	順位	死亡率	順位	死亡率	順位	死亡率	順位
急性心筋梗塞	26.4 (20.4)	7位	23.8 (16.2)	6位	11.4 (8.4)	5位	9.4 (6.1)	5位
脳血管疾患	58.0 (49.5)	9位	4.0 (37.8)	6位	32.7 (26.9)	5位	24.9 (21.0)	10位
糖尿病	9.0 (6.7)	2位	6.6 (5.5)	8位	4.2 (3.3)	5位	3.2 (2.5)	5位

※順位は、死亡率の全国ワーストの順位(47都道府県中)を示す

【成人1日あたりの食塩摂取量の比較】

平成28年国民健康・栄養調査



【日本人の食事摂取基準 2020】より

県民の皆様には“おいしく減塩”できることを知っていただき、減塩への意識を高めることを目的として、毎月20日は減塩の日「いばらき美味しおDay」として決めました。

YouTubeチャンネルでおいしく減塩できるレシピやコツを紹介中!
「いばらき美味しおスタイル」で検索してください!



介護保険 ガイド

茨城県福祉部長寿福祉課

「成年後見制度」 をご存じですか？

「成年後見制度」は、障害や認知症などによって判断能力が低下した方が、生活をする上で不利益を被らないように法的に支援する重要な制度です。

しかし、「成年後見制度」はまだ十分に利用されていません。そこで県では、家庭裁判所や市町村など関係機関と連携して県民への制度のPR等を積極的に行っています。

Q1. 「成年後見制度」とは？

A1. 利用者の気持ちを酌んだ「成年後見人」など（※）が様々な契約や手続きをするとき、サポートをしてくれる制度です。

※判断能力の程度に応じて「成年後見人」、「保佐人」、「補助人」のいずれかが選ばれます。

Q2. 「成年後見人」などは何をしてくれるの？

A2. 判断能力の程度によって、成年後見人などにお手伝いしてもらえることは変わります。

例えば、「福祉・介護サービスの利用手続」、「保険料や税金の支払い」、「金銭の管理」、「よくわからずにした契約の取り消し」などです。

Q3. どんな人が「成年後見人」などになるの？

A3. 家庭裁判所が利用者に合った人を選びます。家族や親せきのほか、法律の専門家や福祉の専門家などが選ばれます。

近年は、法律や福祉の専門家が選ばれるケースが多くなっています。

Q4. 「成年後見制度」を使うにはどうすればいいの？

A4. 家庭裁判所に本人や家族が「申立て」を行うことで、家庭裁判所が「成年後見人」などを選んでくれます。

具体的な手続きや費用については、家庭裁判所にご相談ください。

お住まいの市町村、地域包括支援センター、社会福祉協議会などでも成年後見制度の相談に応じています。

Q5. 「成年後見制度」を使うとお金はかかるの？

A5. 家庭裁判所へ「申立て」を行う際に、手数料などがかかります。

さらに、「成年後見人」などに対して、家庭裁判所が利用者の財産に応じて定めた金額を支払うことになります。

もっと詳しく知りたい方は、
厚生労働省のポータルサイト
「成年後見はわかり」をご覧ください。
<<https://guardianship.mhlw.go.jp>>





薬務課インフォメーション

茨城県保健医療部医療局薬務課



<セルフメディケーションのすすめ>

健康に暮らすためには、自分の健康は自分で守ることを意識して、積極的に健康管理に努めることが大切です。そのためには、病気やお薬についての正しい知識を身につけ、軽い病気やケガなどは、専門家のアドバイスのもとに、自分で治すという意識を持つことも必要です。

1 セルフメディケーションとは

「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な体の不調は自分で手当てすること」(WHO の定義)です。セルフメディケーションを推進していくことは、個人の自発的な健康管理や疾病予防の取り組みを促進することはもちろん、医療費の適正化にもつながります。

2 優遇措置について

(1) セルフメディケーション税制とは

薬局やドラッグストア等で税制対象の OTC 医薬品を購入した場合、確定申告の際に購入費用について所得控除ができる制度です。※医療費控除と選択制です。

この税制を活用するための条件には、

①「健康の維持増進及び疾病の予防への取組」として、特定健康診査、予防接種、定期健康診査、健康診査、がん検診を受けている。

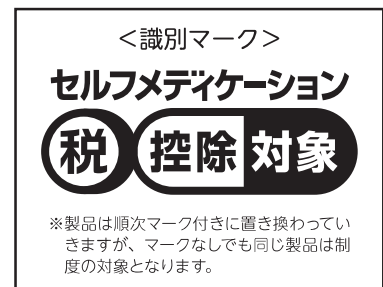
②家族分を含めて、対象医薬品を、12,000 円を超えて購入していることがあります。

令和 8 年分までの確定申告が対象であり、年間 12,000 円を超えた金額(88,000 円が限度)について、その年の総所得金額から控除を受けることができます。

(2) セルフメディケーション税制の対象医薬品

セルフメディケーション税制の対象となるのは特定の OTC 医薬品であり、2022 年 1 月に対象医薬品の範囲が拡大されました。OTC 医薬品とは、医師の処方せんなしにドラッグストア等で購入できる医薬品です。

本税制の対象医薬品は厚生労働省の HP に掲載されているほか、対象医薬品のパッケージに右の「セルフメディケーション対象識別マーク」が記載されています。また、対象医薬品は、購入時のレシートに「☆」などの印字がされます。



(3) セルフメディケーション税制の利用方法

この制度を利用するには、通常確定申告に必要な書類に加えて、

①対象となる OTC 医薬品を購入した際のレシートや領収書

②定期健康診断等を受けたことを証明する書類(結果通知表、領収書等)を提出する必要があります。

領収書や定期健康診断等の書類は大事に保管しておきましょう。

制度の詳細については、以下の厚生労働省の HP をご覧ください。

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html>

令和5年度茨城県国保事業充実強化推進運動 (新・国保3%推進運動) について



令和5年2月6日(月) 本会第一会議室で、令和4年度茨城県国保事業充実強化推進委員会が開催され、令和4年度の共同対策月間実施状況などを報告したほか、令和5年度茨城県国保事業充実強化推進運動(新・国保3%推進運動)方針及び令和5年度「共同対策月間」の設置について協議した。

協議の結果、令和5年度は下記のとおり、4つの「共同対策月間」を設置することが決定した。

新・国保3%推進運動について

収納率向上対策

国保保険料(税)の収納率を1%以上引き上げること

医療費適正化対策

医療費適正化対策により国保医療費の1%以上の財政効果を上げること

保健事業対策

保健事業費として国保保険料(税)の1%以上を確保すること

令和5年度は、4つの「共同対策月間」を設置します

特定健診受診促進月間 (令和5年9月)

県内の国保被保険者に対して、特定健診受診に対する意識の高揚を図るために広報・啓発活動など各種事業を実施し、受診率の向上を目的とします。

第三者行為求償強化月間 (令和5年10月)

県内の国保被保険者に対して、第三者行為発生時の届出について広報・啓発活動など各種事業を実施し、届出の促進を目的とします。

国保料(税)収納促進月間 (令和5年11月)

県内の国保被保険者に対して、国保料(税)の納付意識の高揚を図るために広報・啓発活動など各種事業を実施し、国保料(税)の収納率向上を目的とします。

糖尿病対策月間 (令和5年11月)

県内の国保被保険者に対して、糖尿病予防・重症化予防に関する広報・啓発活動など各種事業を実施し、糖尿病予防に関する意識の向上を目的とします。

後期高齢者医療広域連合通信

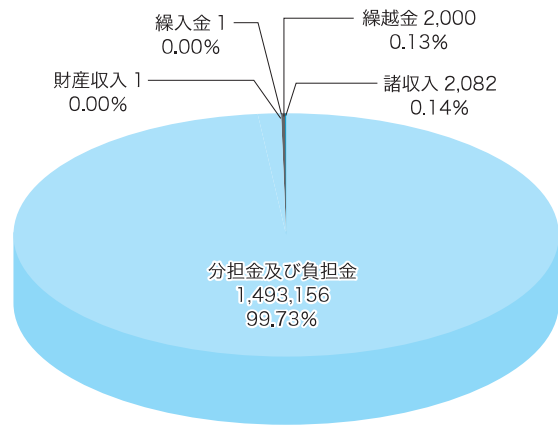
令和5年度一般会計予算及び後期高齢者医療特別会計予算について

1) 一般会計

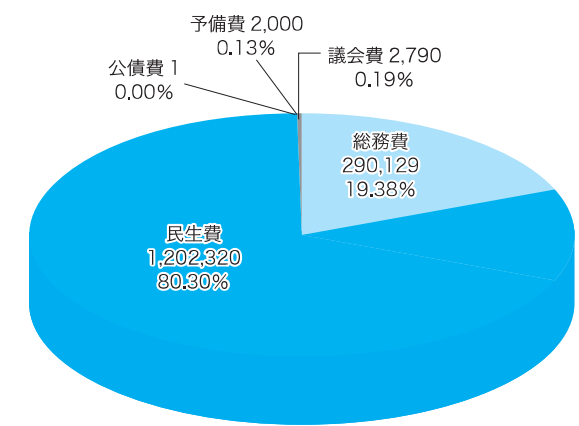
歳入歳出予算の総額は、歳入歳出それぞれ14億9,724万円としました。

これは、令和4年度当初予算と比較して4億1,610万6千円、率にして38.49%の増となります。

令和5年度歳入予算額 1,497,240 (単位：千円)



令和5年度歳出予算額 1,497,240 (単位：千円)

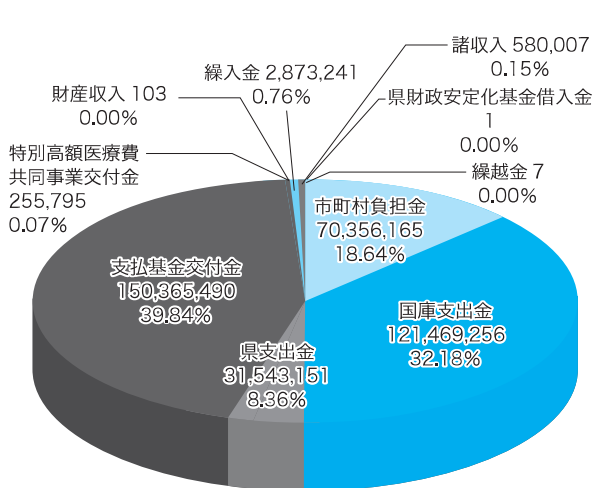


(2) 後期高齢者医療特別会計

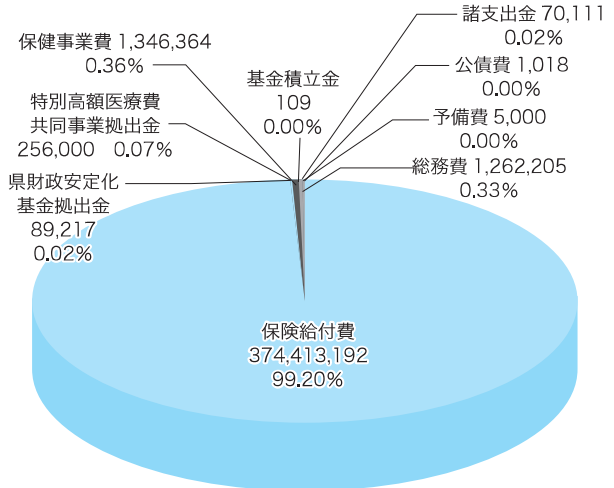
歳入歳出予算の総額は、歳入歳出それぞれ3,774億4,321万6千円としました。

これは、令和4年度当初予算と比較して156億9,988万4千円、率にして4.34%の増となります。

令和5年度歳入予算額 377,443,216 (単位：千円)



令和5年度歳出予算額 377,443,216 (単位：千円)



第三者行為届け出の周知広報について

茨城県後期高齢者医療広域連合では、リーフレットを作成し、第三者行為の届け出の促進に取り組んでいます。

後期高齢者の皆様へ

交通事故などの 第三者行為で ケガをしたときは 後期高齢者医療保険に すぐに届け出を!



第三者が起こした行為により
負ったケガ等の治療で
保険証を使用する場合には
届け出が必要です。



必ずお住まいの市町村の
後期高齢者医療担当窓口
届け出をして下さい。



こんな時も届け出ください

- 家族や親せきが運転する自動車に同乗して事故にあった場合
- 相手が不明な場合
- 自身の過失が大きい
(相手の過失が小さい)場合

第三者行為の例

交通事故



他人のペットに咬まれた



介護施設での事故



他人の落下物などに
当たった



傷害事件に巻き込まれた



※後期高齢者医療保険は75歳以上(一定の障害があると認定された場合65歳以上)の方が加入する医療保険です。

届け出のしかた

1

まずはお住まいの市町村の
後期高齢者医療担当窓口
にご連絡ください。

2

必要な書類をご案内します。
(事故状況によって必要な書類が
異なります。)

3

書類をご記入・ご準備のうえ、
お住まいの市町村の後期高齢者
医療担当窓口にご提出ください。

なぜ市町村への届け出が必要なの?

第三者の行為によってケガをしたり病気になった時、被害者は加害者に損害賠償を請求できますが、その治療に保険証を使った場合、本来加害者が支払うべき治療費を後期高齢者医療保険が負担したことになります。このため、保険者である茨城県後期高齢者医療広域連合は、医療機関に支払った費用を加害者(加害者が加入する損害保険会社の場合もあります)に請求しています。この請求に必要な情報を得るために、傷病の原因となった状況や請求先となる加害者の情報などの届け出をお願いしています。



第三者行為による被害届を提出しただけなかった場合、本来加害者が支払うべき医療費を請求できず、支払う必要のない医療費を後期高齢者医療保険が負担することになります。このことが医療費の増加を招き、最終的に保険料の増加にもつながってしまいます。

医療費の適正化にご協力ください



こんなとき…保険証が使えません!



工作中や
通勤中の
事故

労災保険の対象となります。

自身が
飲酒運転や
無免許運転
をして、ケガをしたとき

ケンカ
によるもの

◎ 茨城県後期高齢者医療広域連合

TEL.029-309-1214

第4回 KDBを活用した個別保健事業の評価方法について

【医療費適正化の目的は何か】

なぜ、KDBは医療レセプト、介護レセプト、健診データを1つに繋がったのでしょうか。医療費の適正化を図るということは、保健事業を行うことで予防が可能な生活習慣病の発症を抑えて、重症化を防ぐということです。保健事業を行ったことの成果、予防を行ったことの成果はどのように分析し、評価すればよいでしょうか。

医療費適正化計画の1丁目1番地は特定健診の受診率の向上と保健指導実施率の向上です。なぜ、一番最初なのでしょう。医療費適正化は国民皆保険制度を堅持するために、医療費が過度に増大しないように医療費の伸びを抑えることが目的です。そのためには健診を入口にして、保健事業（個別訪問など）を行い、保健事業の成果を分析し、うまくいっているかどうかを評価することが大事なのです。一体的実施ではハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチの2つが大きな柱です。ハイリスクアプローチでは重症化予防を重視しています。ポピュレーションアプローチでは通いの場などでの介護予防を念頭においています。健診から医療、介護の予防までを一体的に実施し、その成果を評価する仕組みなのです。

【評価の目的は何か】

評価の目的は何でしょうか。国民皆保険制度を堅持するために、住民の負担（保険料負担）がこれ以上増えないよう、市町村の財政負担がこれ以上増えないように医療費の伸びを抑えることではないで

でしょうか。茨城県の医療費は全国平均に比べると低いので、まだ、実感は沸かないと思いますが、図1を見てください。高齢化の影響を排除し年齢調整をした医療費の伸びは、全国平均を超えています。このまま何もしなければ、医療費が全国平均を超えて、住民の保険料負担、市町村の財政負担が増えてしまうこととなります。どうしても、医療費の伸びを全国平均並みに抑えることができるのでしょうか。そうは言っても、成果を出すには時間がかかります。ジェネリック（後発医薬品）の使用促進や、重複・多剤投与の対策がありますが、これについては別の機会を取り上げることになります。

今回は個別保健事業として生活習慣病の発症予防と重症化予防について取り上げます。生活習慣病は予防が可能であり、発症を防ぐこと、発症しても重症化を防止することが可能です。高額の医療費の原因となる脳心疾患を防ぐことで長期入院を減らすことができますし、糖尿病を減らすことで新規の人工透析導入を減らすことができます。健診データの改善を成果とすることも大事ですが、健診データの改善だけを見るのであれば、医療レセプトと介護レセプトのデータを見る必要はありません。

高額医療費のレセプトを分析することで、どのような疾患で入院しているのか、手術を繰り返しているのか、どのような基礎疾患が原因となって重症化しているか確認できます。介護保険のデータを見ることで要介護認定の状況、要介護となった原因疾患も見ることができます。高齢者の介護レセプトを分析することで、若い時からの予防の重要性が見えてきます。

【KDBで高額医療費の分析・評価を行う】

特定健診・特定保健指導の成果は、最終的には医

【参考】令和4年度保険者努力支援制度（都道府県分）都道府県別医療費適正化率 医療費適正化のアウトカム評価

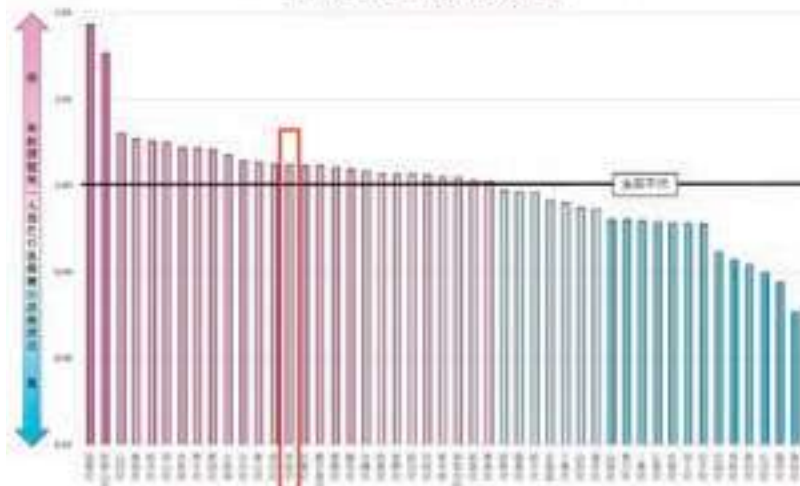


図1 令和4年度 医療費適正化のアウトカム評価

療費の伸びを抑えることです。健診・保健指導を継続して受けている人の医療費がどうだったのか、介護費はどうだったのか、確認することができます。

生活習慣病は生活習慣が原因なので、生活を見直すことで予防が可能です。しかし、自覚症状がないので、予防の入口として毎年健診を受け、自分の体を知ってもらうことで、検査データの変化に気づき、データの変化を食事や運動などの生活に結び付けて考えることで、生活習慣を見直すきっかけとなることとが特定健診・特定保健指導の目的なのです。

KDBは健診・保健指導の成果を医療レセプトと結びつけているのです。KDBのデータで高額医療

費になっている人の健診・保健指導のデータを確認してみてください。厚生労働省様式の画面で、様式1・1基準金額以上となったレセプト一覧（医療費の高い順）で、絞り込み機能を使って200万円以上のレセプトを分析してみてください。対象となった人は何人いますか、1か月の金額はいくらでしたか、治療未治療やコントロール不良の人がいましたか。40〜50歳代で若くして発症した人や70歳代の高齢者になってから発症している人が多くいませんか。虚血性心疾患が発症する前に、すでに糖尿病になっている人はどれくらいいますか。どうすれば防ぐことができたでしょうか。どこで防止することが可能だったでしょうか。予防できるチャンスは、何度もあったはずですよ。

【保険者努力支援制度の評価】

後期高齢者を対象とした保険者インセンティブもあります。国保の保険者努力支援制度の評価方法がより詳しいので参考になります。令和5年度の重症化予防の評価は令和4年度と同じなので、令和3年度から令和4年度への変化を見ます。（図2）この変化を見ると国がこれから何を重視しようとしているのか知ることができます。重症化予防だけでなく、発症予防にも力を入れています。具体的には健康教育等のポピュレーションアプローチの取組や40〜50歳代の特定健診受診率向上のための取組が新たに加わっています。若い時からの取組も大事になってきています。

保健指導対象者の医療機関受診状況に加え、保健指導終了後のHbA1c、eGFR、尿蛋白等の検査結果を確認しアウトカム指標により評価すること、生活習慣病の発症予防や重症化予防の正しい理解促進のため保健衛生部門と連携して健康教育等のポピュレーションアプローチの取組を行っている場合が新たに評価に加わっています。



図2 保険者努力支援制度 発症予防・重症化予防の取組実施状況

健診データの改善も大事ですが、発症予防や重症化予防を徹底するためには、KDBの高額医療費のレセプトを分析することで、重症化の原因となっている治療中断者、治療未受診者を減らすこと、そして発症を減らすことが評価になっているのです。

そのためには、高齢者になってから取り組むのでは遅く、40〜50歳代が特定健診を受けやすくなるよう、休日夜間に健診を実施している場合や若い世代から健診への意識を高めるため、40歳未満を対象とした健診を実施し、かつ、40歳未満の被保険者に対し、健康意識の向上と健診等の実施率向上のための

周知・啓発を行っていることが評価となっているのです。

		共通③			共通③
		発症予防・重症化予防			発症予防・重症化予防
01001	水戸市	120	01023	美浦村	110
01002	日立市	90	01024	阿見町	80
01003	土浦市	120	01025	牛久市	90
01004	古河市	120	01026	河内町	120
01005	石岡市	110	01028	八千代町	120
01006	結城市	120	01029	五霞町	65
01007	龍ヶ崎市	120	01030	塙町	105
01008	下妻市	120	01031	守谷市	120
01009	常総市	40	01033	利根町	80
01010	常陸太田市	120	01034	つくば市	120
01011	高萩市	120	01035	ひたちなか市	120
01012	北茨城市	60	01036	城里町	80
01013	取手市	110	01037	稲敷市	120
01014	茨城町	80	01040	坂東市	80
01015	大洗町	75	01041	筑西市	40
01016	東海村	60	01042	かすみがうら市	60
01017	那珂市	120	01043	行方市	120
01018	常陸大宮市	120	01044	桜川市	105
01019	大子町	95	01046	鉾田市	80
01020	鹿嶋市	120	01051	つくばみらい市	80
01021	神栖市	110	01053	笠間市	120
01022	潮来市	120	01054	小美玉市	75

図3 市町村別重症化予防の取組評価

厚生労働省は保険者努力支援制度の取組状況を公表しています。図2の発症予防・重症化予防の取組を市町村別に公表したものが図3です。なぜ、市町村名と点数を公表しているのでしょうか。公表することで国は何を期待しているのでしょうか。是非、考えてみてください。

今回は、今回に引き続きKDBを活用した個別保健事業のアウトカム評価と改善方法について述べます。



千葉大学委員教授（医療政策学）
（元厚生労働省健康局長）
矢島 鉄也

国保データベース



システム相談室



ひばりさんは、一体的実施・KDB活用支援ツールで対象者のCSVをダウンロードし、KDBシステムの「保健事業介入支援管理」↓「介入支援対象者一覧(栄養・重症化予防等)」から対象者を登録しました。

第8回 登録した対象者の経年変化を見てみよう

- ひばりさんこんにちは。先日、保健事業介入支援管理で事業登録した対象者について、事業実施者などの登録ができると話したけど、事業の進捗状況はどうか？
- 先日、低栄養の対象者を登録したのですが、登録した対象者から除外する方も出てきてしまい…どうしたら良いですか？
- まずは、対象者の中から事業の実施予定者を決めるよ。除外した人以外が事業の実施予定者となるよ。
- 登録した人全てを事業対象者としても良いんですね。
- そうだよ。実際にKDBシステムを見てみると分かりやすいと思うので見てみよう。
- (ログイン中)
- ログインできたら、「保健事業介入支援管理」をクリック、「介入支援対象者一覧(栄養・重症化予防等)」をクリックして、先日、登録した事業対象者を表示させよう。(図1)
- 前回の登録は、R03年度だったのですが、作成年度は、R03年度を選択して、保健事業名を選択して、検索ですか？
- そうだよ。保健事業名から登録した対象者を表示させるのは完璧だね！
- まだまだです。この後、事業対象者の一覧に事業の実施者を入力す

- この画面から登録するよ。まずは、編集をクリックして、編集モードにするよ。
- 編集モードにしました。
- 画面の真ん中の「事業実施予定者」と書かれている部分は分かるかな？
- この画面から登録するよ。まずは、編集をクリックして、編集モードにするよ。
- 編集モードにしました。
- 画面の真ん中の「事業実施予定者」と書かれている部分は分かるかな？

図1

介入支援対象者一覧(栄養・重症化予防等)

作成年月: R03年度

検索

【絞り込み条件】 R03低栄養

KDBシステムログイン→保健事業介入支援管理→介入支援対象者一覧(栄養・重症化予防)

- ①作成年月を選択します。
- ②保健事業名から、登録した事業名を選択します。
- ③検索を押下します。
- ④対象者が表示されます。

事業実施期間	事業実施程度	待重	BMI					
開始日	終了日	R04年度	R03年度	R02年度	R01年度	当年度	前年度の差	BMI

- 事業担当者の脇のところですか？
- そこだよ。「事業実施予定者」にチェックが入力できるように選別した事業の実施予定者を登録してみよう。
- (作業中)
- 全てチェックが終わりしました。これ

図2

編集

①編集を押下し、編集モードにします。

②事業実施予定者に✓をします。

③事業実施者に✓し、事業実施期間の開始日を入力します。事業が終了した方は、事業実施期間の終了日を入力します。事業中断者となった方は、事業中断者に✓をします。
※事業実施期間を入力する場合は、GY.MM.DDで入力してください。
例 令和5年2月3日→R05.02.03

④事業対象者のチェックや日付の入力が終了したら、登録ボタンを押下してください。

事業実施期間	事業実施程度	待重	BMI					
開始日	終了日	R04年度	R03年度	R02年度	R01年度	当年度	前年度の差	BMI

で事業実施予定者の登録ができた
ら、最後に登録ボタンをクリックする
とメッセージが2回出てくるので、
OKボタンをそれぞれクリックして
登録が完了するよ。

そうでした。入力しただけで登録
したつもりになってしまいました。
登録ボタンをクリックしたら終了
ですね。

事業の実施状況はどうかかな？事業
を実施した方もいるかな？

そうですね。先日、何人か、栄養
指導をしたので…そうすると事業
実施者にチェックをして登録する
んですか？

そうだよ。事業実施期間の「開始日」
も入力しよう。事業が終了した方
は、「終了日」も入力し、事業中斷
者がいた場合は、「事業実施中斷者」
にチェックし事業実施期間の「開始
日」のみが入力されている状態にす
るよ。事業実施予定者のみのチェッ
クは、事業に参加していない方とな
るよ。(図2)

(作業中)
登録が終わりました。
終わったら、別の帳票に戻るよ。今
の画面から「戻る」をクリックして、
保健事業介入支援管理まで戻って、
「介入支援実施前後の比較(栄養・
重症化予防等) 個人別」を開こう。

個人ごとに健診の情報や質問票が
表示されていますね。何行もある
のは、数年度分がまとめて表示さ
れているからですか？

開いたら、作成年度と保健事業名
を選択して検索をクリックすると
画面が表示されるよ。(図3)

個人ごとに健診の情報や質問票が
表示されていますね。何行もある
のは、数年度分がまとめて表示さ
れているからですか？

登録した年度を基準として、前の
1年度、後の3年度の5年分のデー
タを一括で閲覧できるよ。高齢者の
質問票の画面とも連携しているの

図3

作成年度を基準として、前の1年度、後の3年度分が表示されます。
例 R03年度
→ R02年度、R03年度、R04年度、
R05年度、R06年度

で、個人ごとの質問票の回答の変
化も確認できるよ。評価に活用し
てね。

指導後のデータの変化などをこの
画面から閲覧することができま
すね。便利です。

それともう1つ、紹介したい画面が
あるんだけど、一旦、今の画面から
戻って「介入支援実施前後の比較
(栄養・重症化予防等) 全体」を開
いてみよう。今度は作成年度だけ
選択して検索する
よ。(図4)

表示されました。
この画面は、事業
ごとに表示されて
いますね。

事業ごとに、先ほ
ど登録した「事業
実施予定者」「事
業実施者」「事業
中斷者」のグルー
プ・男女別に健診
の結果などの数値
が確認できるよ。
登録した年度と次
年度の数値が確
認できるので、評
価などに活用して
ね。

ありがとうございます
です。まずは、他
の事業の事業実
施者登録をしてか

図4

作成年度を選択し、検索を押下すると表示されます。

クリックすると「平均値」「最大値」「最小値」「中央値」と数値が変わります。

図5

一体的実施・KDB活用支援ツールでダウン
ロードした対象者のCSVを登録できます。

登録した対象者の個人の健診結果等を確認
できます。

登録した対象者のグループごとの健診結果
等を確認できます。

ら、次年度に健診結果を確認して
みようと思います。

KDBシステムについての
お問い合わせはこちらまで

ご不明な点がございましたら、下記までEメール
や電話等でお問い合わせください。操作支
援をご希望の場合、本会での個別支援や訪問
支援を実施しておりますのでお気軽にご連絡
ください。

茨城県国民健康保険団体連合会
保健事業課 保健事業係
TEL : 029 (301) 1553
FAX : 029 (301) 1575
Email : jigyou@ibaraki-kokuhoren.or.jp

国民健康保険料(税) 収納率向上アドバイザーの 派遣事業について(報告)

茨城県国民健康保険団体連合会 保険料(税)収納率向上アドバイザー 近藤 文雄

国民健康保険料(税)収納率向上アドバイザー(以下「アドバイザー」という)は、どんなことをしているのでしょうか。

現在、2名が茨城県国民健康保険団体連合会からアドバイザーとして委嘱をされ、国民健康保険料(税)の滞納懸案事案を解消するために、市町村の担当職員と協働して取り組んでいます。

令和4年度は、3保険者を訪問しておりますが、この誌をお借りして、その内の2保険者について、取り組み内容をご紹介します。

【訪問支援の目的】

訪問支援の目的は、国民健康保険料(税)の収納における特徴的な点を解消するため、市町村の担当職員と協議を重ね、滞納懸案事案の処理方向性を決定し、処理困難化が進んでいる案件をなくすことにあります。

特徴的な点とは、国民健康保険料(税)の繰越調定額の割合が高いことです。

これを改善することが、国民健

康保険料(税)の収納率の向上、そして収入未済額を圧縮する上で、極めて重要な点であると思っております。

この現象は、収納上の問題だけではないとしても、滞納懸案事案のうち、特に不良債権化した長期案件を洗い出し、執行停止の処理を加速していくことが、最善の策と考えております。

【滞納整理について】

滞納整理手続きにおいて、徴税吏員の裁量が働く場面としては、「徴収方法の選択」「差押えの時期」「差押財産の選択」に限られ、これ以外の場合、例えば、猶予、滞納処分等の停止等については、適用要件さえ満たせば必ず処理をしなければならず、仮にこれを行わないときは徴収権の逸脱(不作為)に当たると言われています。

つまり、滞納処分については、徴税吏員に広範囲な裁量と平等の取り扱いが求められているのに対し、滞納処分等の執行の停止については、裁量はないということです。このことは、条件が合致すれば、執行停止の処理をしなければなら



ないということです。

しかしながら、滞納処分等の判断については、地方税法だけでは不十分であり、処理をためらうケースが多いことが現実にはあります。

私たちアドバイザーは、このような執行停止案件について整理できるよう、市町村の徴税吏員の背中を押すことが役目だと思っております。

【現状と支援内容は】

上記2保険者への訪問は、各々月1回程度です。

支援内容は、整理方針を決めかねている案件や整理方針は決定しているが、中々一歩が踏み出せな



いでいる処理困難案件へのアドバイスです。

相談案件の割合をみると、不動産の差押えや公売が出来るか否かの相談が1割、執行停止ができるかどうかの相談が9割で、圧倒的に執行停止案件が多い状況です。

相談の1割である不動産の差押えや公売については、不動産の換価価値の判断（不動産価額の算出）に迷っている案件がほとんどです。

不動産の換価価値を見極める場合、滞納者が所有する不動産全てに不動産鑑定士による参考価額を求めて判断することも考えられる

が、現実的には費用対効果や予算上の問題で出来ない状況です。

このため、徴税吏員自らが、対象不動産の基準価額（概数）を算出するしかないと考えます。

なお、この概数は「公売財産評価事務提要」を参考に、固定資産税の評価額、近隣の公示地価、さらには基準地価等をもとに算出可能であると思われまます。

そして、その結果を数値化して、配当見込みを確認します。

こうすることによって、差押えから公売の適否までが見えてきます。配当が見込まれるのであれば、差押えを執行して、公売を予定します。

差押え済みであれば、公売を実行します。

また、配当が見込めず、他に配当見込みの財産がなければ、財産なし（地方税法第15条の7第1項第1号）で執行停止の決議を起します。

2 保険者の相談案件は、まさしくこのような「処分」出来るのか、それとも「執行停止」をすべきなのか、非常に悩ましい案件がほとんどでした。

【徴税吏員の職務とアドバイザーの今後】

アドバイザーの今後

なお、この訪問支援の結果については、年度末に、執行停止や滞納処分等の処理件数と金額が示される予定です。

滞納懸案事案を整理する上で、取れるか落とせるのかの見極めは、徴税吏員として最も重要なポイントです。

そして、この見極めの段階に、私どもが立ち会えることに達成感を感じながら、今後もアドバイザー業務を務めて参りたいと思っています。

最後になりましたが、差押可能財産を所有している滞納者に対して、滞納処分を執行すべきか。また、差押不動産の公売を実行すべきか。それとも、執行停止にすべきか等、中々一步が踏み出せない処理困難案件で、悩んでいる徴税吏員の方がいらっしゃいましたら、是非、私どもアドバイザーと一緒に進めてみては如何でしょうか。



近藤 文雄 プロフィール

- 平成 20 年 常陸太田県税事務所 収税課長
- 平成 22 年 水戸県税事務所 次長兼収税第一課長
- 平成 23 年 常陸太田県税事務所 次長兼総務課長
- 平成 24 年 常陸太田県税事務所高萩支所 副参事兼支所長
- 平成 25 年 常陸太田県税事務所 所長
- 平成 27 年 茨城租税債権管理機構 徴収指導員
- 令和 2 年～ 茨城県国民健康保険団体連合会 保険料（税）収納率向上アドバイザー

医療費の状況

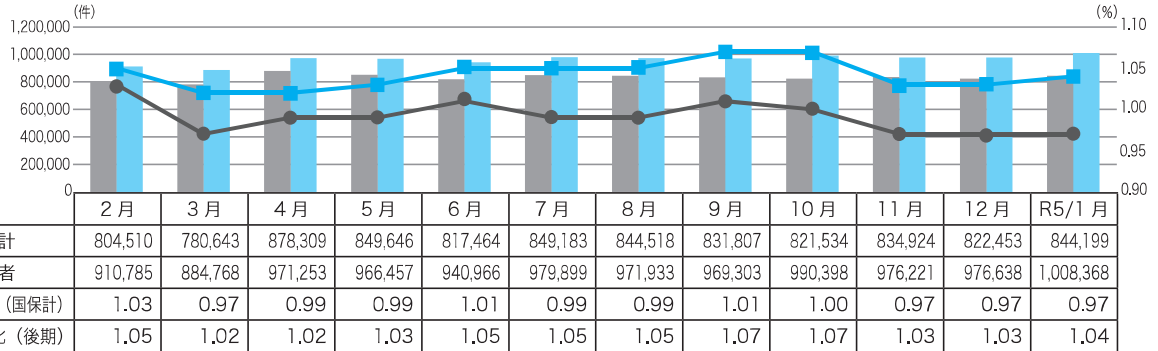
①被保険者数の推移

(人)

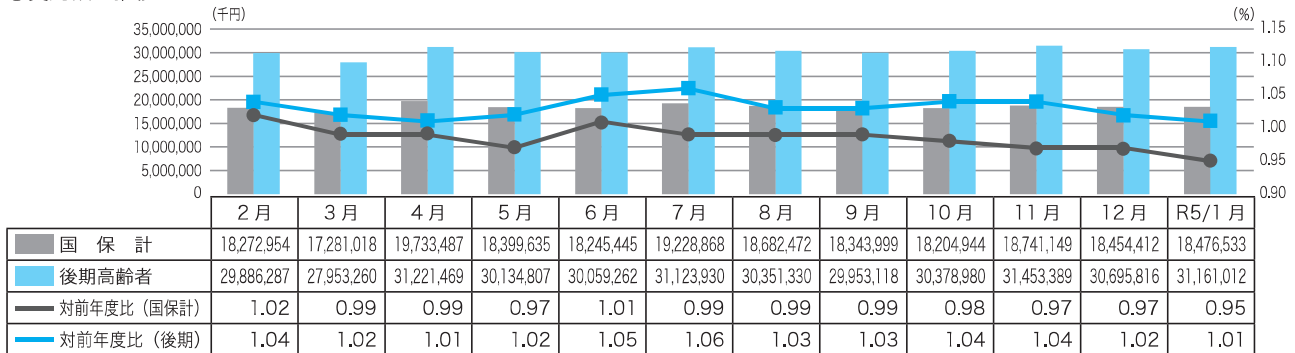
審査月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R5/1月
国保計	652,893	650,255	647,185	654,395	651,385	649,017	644,933	641,513	639,833	634,932	629,727	626,327
対前月差	-2,447	-2,638	-3,070	7,210	-3,010	-2,368	-4,084	-3,420	-1,680	-4,901	-5,205	-3,400
後期高齢者	430,214	431,543	433,320	434,644	435,851	437,274	438,831	440,550	442,022	443,415	444,503	444,910
対前月差	2,331	1,329	1,777	1,324	1,207	1,423	1,557	1,719	1,472	1,393	1,088	407

※被保険者マスターより作成。各審査月の前月末現在の人数。

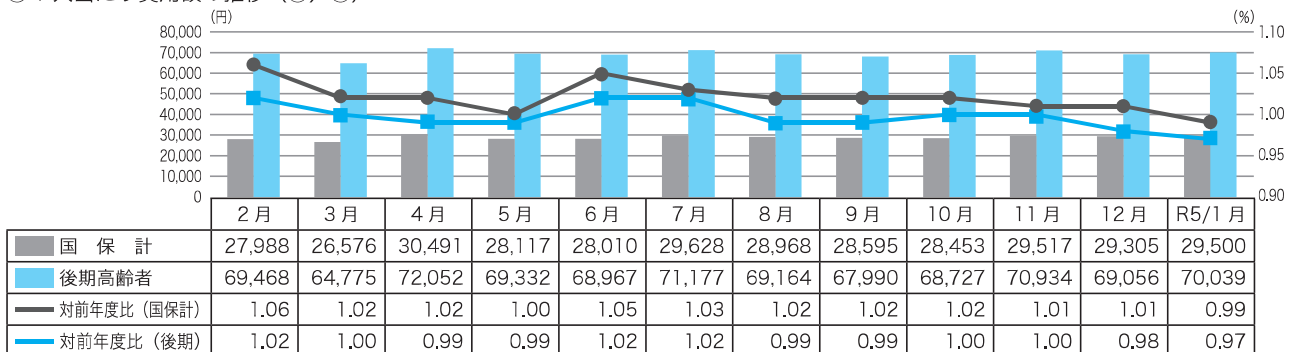
②件数の推移



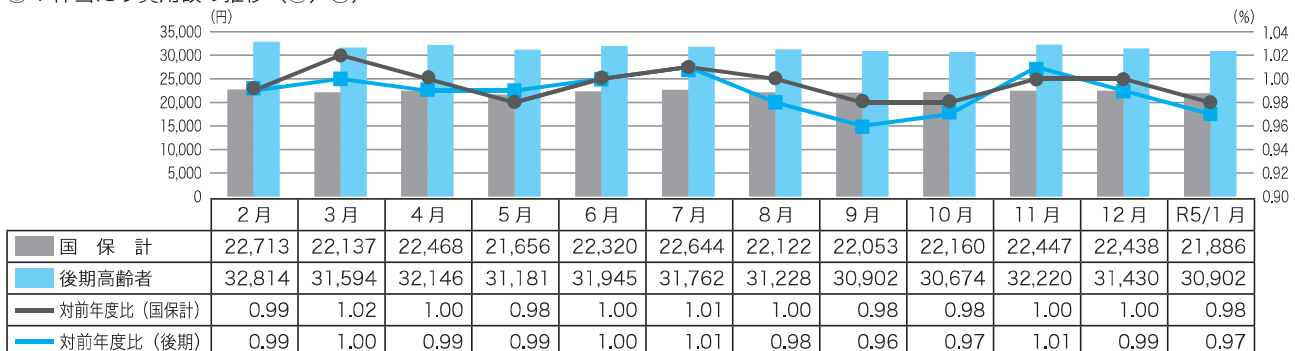
③費用額の推移



④1人当たり費用額の推移(③/①)



⑤1件当たり費用額の推移(③/②)



(お詫び) 新春号 (No544) の【医療費の状況】②件数の推移、③費用額の推移、④1人当たり費用額の推移(③/①)、⑤1件当たり費用額の推移(③/②)の8月分～10月分において誤りがありましたので訂正するとともにお詫びいたします。

介護保険の状況

①認定者数の推移

(人)

審査月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R5/1月
認定者数	144,568	144,360	144,832	144,848	145,058	145,829	146,266	146,675	146,916	147,157	147,315	147,024
対前月差	-85	-208	472	16	210	771	437	409	241	241	158	-291

※認定者数は、審査月の前月の（サービス提供月）末時点若しくはその月途中で資格喪失した場合は直近の要支援、要介護の認定者数である。

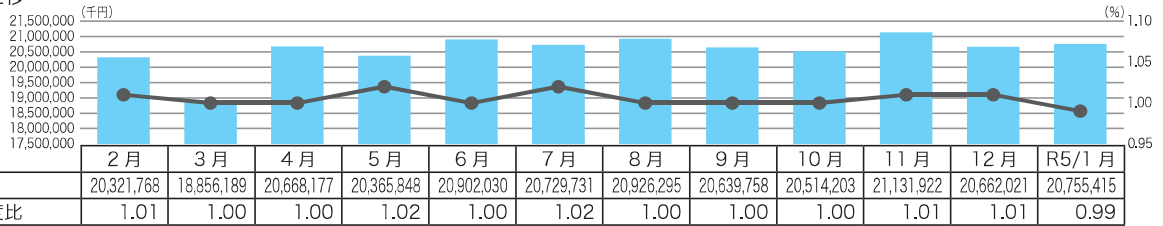
②受給者数の推移

(人)

審査月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R5/1月
受給者数	129,918	128,239	129,495	130,160	131,045	131,988	132,178	130,878	131,865	132,726	133,124	133,169
対前月差	-1,224	-1,679	1,256	665	885	943	190	-1,300	987	861	398	45

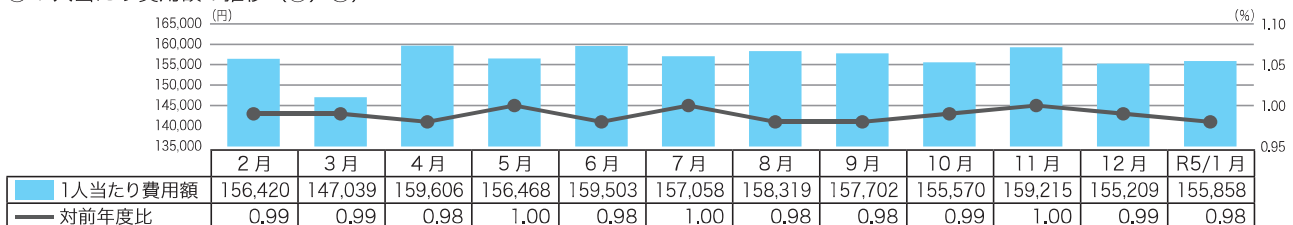
※受給者数は、認定者のうち、現物給付を受けた人数であり、明細書を被保険者番号で名寄せした件数。

③費用額の推移



※費用額とは保険給付額、総合事業費、公費負担額、利用者負担額、特定入所者介護サービス費等費用額を合計した額（食事提供費含む）である。

④1人当たり費用額の推移 (③/②)



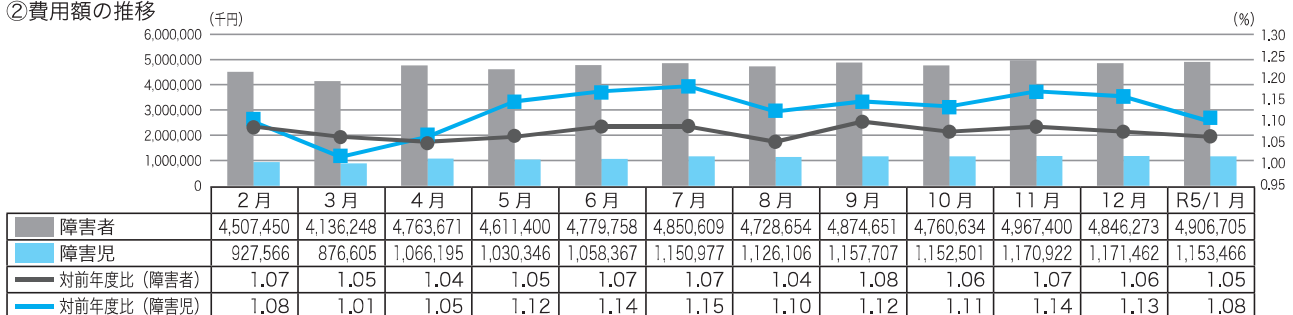
障害者総合支援給付費の状況

①件数の推移

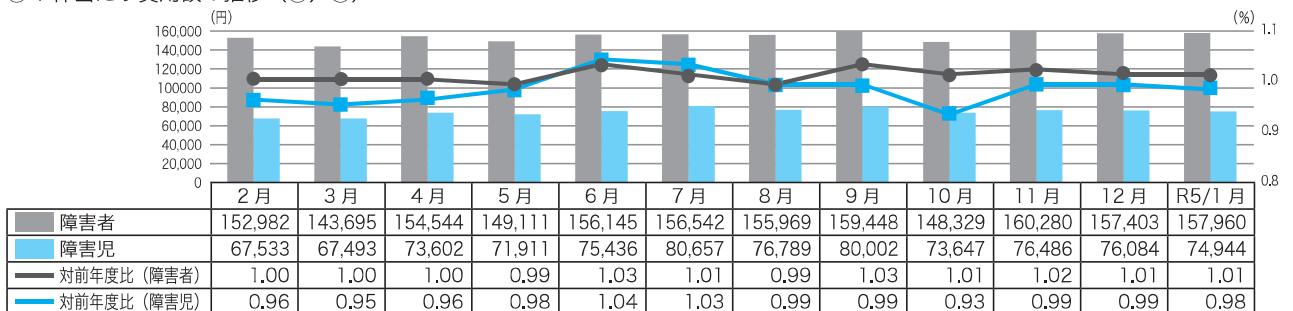
(件)

審査月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R5/1月
障害者	29,464	28,785	30,824	30,926	30,611	30,986	30,318	30,572	32,095	30,992	30,789	31,063
対前月差	-367	-679	2,039	102	-315	375	-668	254	1,523	-1,103	-203	274
障害児	13,735	12,988	14,486	14,328	14,030	14,270	14,665	14,471	15,649	15,309	15,397	15,391
対前月差	-275	-747	1,498	-158	-298	240	395	-194	1,178	-340	88	-6

②費用額の推移



③1件当たり費用額の推移 (②/①)

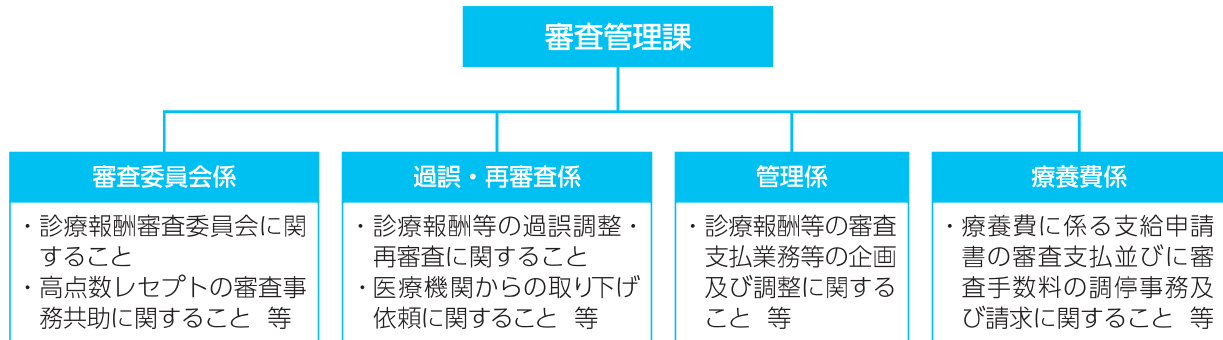


国保連合会の業務を紹介するコーナーです。今回は審査管理課です。

審査管理課は4つの係から構成され、主な業務内容については図のようになっています。

今回は審査委員会係の主な業務の一つである高点数（請求点数7万点以上）レセプトの審査事務共助についてご紹介いたします。

▼審査管理課の構成及び主な業務



◎高点数レセプトの審査事務共助について

療養担当規則等に照らして診療内容に疑義があるものに関しては事務職員が疑義付箋を貼付し、審査委員の判断を仰いでいます。

高点数レセプトの特性上、多数の医療材料が使用される手術を行っている症例や抗がん剤等の高額薬剤が投与されている症例など、非常に専門性の高いレセプトを取り扱っています。



レセプトに記載される症状詳記の内容も、医学用語や略語などが多数含まれたものとなっており、診療内容等の整合性を判断するためには高度な知識を必要とします。

質の高い審査事務共助を実施するために、診療科別に担当者を決め、傷病の特性や治療内容、手術の流れや使用される器材、薬剤の適応や薬理作用、検査の臨床意義などあらゆる医療行為について深い知識を持つ、審査に精通した職員が日々業務にあたっています。

審査事務共助の質の向上のための取り組みとして、審査委員による専門的研修や国保中央会が主催する医学的内容や医療機器に関する内容など、審査事務能力向上のための各種研修を受講することで、専門性の強化に努めています。そのような取り組みの成果として、審査事務能力の向上のために国保中央会が毎年実施している「審査事務共助知識力認定試験」も効果的に活用し、令和4年度の認定試験においては、審査委員会係から全国1位と2位の成績者を輩出しています。（※全国47連合会受験者1,504名中）

今後もより充実した審査体制を構築し、医療費適正化に向けた取り組みを実施して参ります。

症状詳記の一例（こんなレセプトを見えています！） 【狭心症に対してカテーテル治療を実施した症例】

2022年1月頃より、歩行時の胸痛を自覚していた患者さんです。10月頃から胸痛が増悪したため当科受診、狭心症の診断でカテーテル治療施行しています。

○CAG
左橈骨動脈よりアプローチ。#6 90%、#7 99%の狭窄を認めました。

○PCI
ガイドカテーテル「Mach 1」7FrをLADにengage。ガイドワイヤー「Sion Blue」をLADに通過させました。IVUSで観察すると、プラークが主体の病変を認めました。まずはPTCA用カテーテル「SAPPHIRE II 2.0mm」で#6-#7の前拡張をした後、冠動脈用ステント「RESOLUTE Integrity 3.0/30mm」を留置しました。続いてPTCA用カテーテル「NC TENKU 3.0mm」で後拡張を実施しました。造影で冠動脈の穿孔がないこと、IVUSでステントの拡張が良好であることを確認し、手技終了としました。
穿刺部は用手圧迫で確実な止血を行いました。

▲どこまで分かりましたか…？

令和4年度第2回高齢者の保健事業と 介護予防等の一体的な実施に係る研修会

令和4年12月6日(火)
茨城県総合福祉会館

茨城県後期高齢者医療広域連合と共催で標記研修会を開催し、千葉大学客員教授(医療政策学)で元厚生労働省健康局長の矢島鉄也氏に「高齢者の保健事業と介護予防等の一体的な実施～KDBシステム帳票の活用方法から学ぶ事業企画～」と題し講演いただいた。講演の後、市町村の事例発表に講評いただいた。



講演では、これまでの法律の変遷や国の動向から、「なぜ一体的な実施の財政支援がなされているか」、「なぜ住民の保険料が毎年増えているのか」ということの解説があった。

さらに、「一体的実施・KDB活用支援ツール」が開発され、業務の簡素化・標準化が図られたので、ぜひ活用して欲しいと話された。



事例発表

日立市保健福祉部

健康づくり推進課 深谷依里香氏

日立市では、慢性腎臓病の医療費が県平均より高いことなどから、KDB等で分析した結果をもとに事業に取り組んでいることを話された。

矢島氏より、ぜひ、統括保健師として、平成25年の「地域における保健師の保健活動に関する指針」(平25.4.19健発0419)を参考に、関係部署と連携して事業を実施して欲しいとの講評があった。



下妻市保健福祉部

介護保険課 岡田住江氏

下妻市では、KDBによる分析から抽出した健康課題をもとに保健事業の目標として長期目標と5つの短期目標を設定し、事業に取り組んでいることなどを話された。

矢島氏より、KDBの分析では、入院と外来を分けて分析した方が良い。また、どこにターゲットを絞ってどういう指導をするかが重要との講評があった。



令和4年度第三者行為求償事務研修会

令和4年12月12日(月)
茨城県総合福祉会館

標記研修会を開催し、水戸さくら法律事務所の上澤弁護士に「第三者行為事務の現状と課題」と題し、国保連のできる事・できない事、各市町村にできる事、各市町村のやるべき事について講演いただいた。

「国保連合会は、過失割合などに関し相手方と協議したり、損害賠償金の請求をすることはできるが裁判上の行為をすることができず、証拠収集の限界がある。しかし市町村は実況見分調書、刑事記録、カルテ等の重要な証拠を収集することや訴訟提起などの法的手段をとることができる。国保連合会から戻される事案で、法的措置が必要な事案は、消滅時効があり、示談成立前に着手する必要もあることからスピードが重要で、訴訟対応のための予算を確保し、顧問弁護士などいつでも相談できる体制を整える必要があると。」話された。



質疑応答では、牛久市の第三者行為求償事務担当者から、平成29年に損保会社より支払い拒否となっていた事案について、牛久市の弁護士と相談し過失割合相当額の回収ができた経過報告と、「最初から諦めるのではなく、何かしら行動すれば出来ることがあると感じた。」との発表に対し、上澤弁護士から「今後も市町村として、出来る範囲で積極的に取り組んでいただきたい。」との話しがあった。

茨城県国民健康保険運営協議会長会令和5年定期総会



令和5年1月24日（火）に、水戸市内で標記定期総会が開催された。開会にあたり、稲川会長（那珂市国保運営協議会長）のあいさつの後、来賓の茨城県保健医療部保健政策課国民健康保険室長の増田道也氏からあいさつをいただいた。

議決事項として、「令和3年度事業報告及び歳入歳出決算の認定について」、「令和5年度事業計画及び歳入歳出予算について」など5件が上程され、審議の結果、全議案とも原案のとおり可決承認された。

引き続き開催された、緊急理事会において、正副会長が互選された。

また、本協議会の事業運営及び長年にわたる市町村国保の運営に対する貢献を称え、退任役員3名並びに退任市町村国保運営協議会長2名に対する感謝状と記念品の贈呈が行われた。



稲川会長
(那珂市)



増田国民
健康保険室長

茨城県国民健康保険運営協議会長会会長研修会

「国保と国保連合会等をめぐる諸情勢」

国民健康保険中央会理事長 原 勝則 氏

国保制度の現状や課題、さらに制度改革の今後の課題について話され、「少子化・人口減少」「超高齢化社会」に対応し、全世代が安心できる保障として、能力に応じて負担し全世代が支え合い、健康寿命の延伸等により幸福にする。さらに、制度を支える人材やサービス提供体制の構築、デジタル技術の積極的な活用を図ることが重要と話された。



今後
の予定
4月～

- 5月 令和5年度第1回広報委員会
- 6月 令和5年度第1回出納検査
監事監査
令和5年第3回理事会

編集後記

本年度の「茨城の国保」発行にあたり、ご協力いただきました関係者の皆様にご場をお借りしましてお礼申し上げます。ありがとうございました。令和5年度はより充実した内容で発行したいと考えておりますので、引き続きよろしく願いいたします。(K コーチ)

20代も終わりが見えてきて最近健康を意識し始めました。栄養バランスを意識した食事を心がけ、運動を継続して行っていく。今後もすこしばかり健康を意識しながら日々の生活を送っていきたいです。(1本釣りN)

今年度も皆様のご協力により無事に計画通り発行することが出来ました。お忙しい中ご対応いただきありがとうございました。今年度は、連合会の業務をご紹介しますコーナーを設けましたがいかがでしょうか。令和5年度も新たな企画を検討しています。(N 母さん)

ユニバーサルプラスを利用した国保ガイド

ユニバーサルプラスは、冊子・パンフレットに付された二次元コードを読み取ることで、「多言語自動翻訳」の機能をご利用いただけるサービスです。スマートフォンやタブレットがあれば簡単に活用することができます。

👉 手軽に多言語対応

対応言語は日本語を含む全10言語。9言語の自動翻訳サービスを利用できます。手軽に多言語による情報提供が可能です。

👉 コストダウンの実現

翻訳作業にかかる費用が発生しないので、翻訳者による翻訳を行った場合に比べ、圧倒的に低価格でご提供可能です。

👉 短い納期でのお届け

ソフトを用いた自動翻訳なので翻訳作業にかかる時間を大幅に短縮。短期間でのご納品が可能となります。



- ① 表紙のQRコードを読み込みます
- ② 画面に外国語版のパンフレットが表示されます

QRコードを読み込み、「Catalog Pocket (カタログポケット)」という無料アプリをダウンロードしてご利用ください。尚、翻訳の精度は7~8割となります。予めご了承ください。

◎より精度が高いものをお探しの場合、翻訳者による翻訳の商品もご用意してありますのでお問い合わせください。

1冊で9つの言語に対応

英語、中国語(簡体字)、中国語(繁体字)、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、インドネシア語、タイ語、ベトナム語

みんなの国民健康保険

B6変型判(182mm×102mm)
 全32ページ/オールカラー
 定価: 120円(税別)



かんたんわかりやすい国保のご案内

A4判
 全16ページ/オールカラー
 定価: 150円(税別)

見本の送付を承っております。下記よりお申し付けください。

株式会社 ライズファクトリー

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋 2-1-4 日東九段ビル 6F
 お問合せ・お見積り・見本のご希望などは、お気軽に下記へご連絡ください。

TEL 03-3288-0099 FAX 03-3288-0097 MAIL info@risefactory.co.jp

東京法規出版 パンフレットのご案内です!

国保の加入・届出の周知に

こんなときは
国保に届け出が必要です

KH014630

10言語対応
 (英・中・韓・台・越・印・泰・西・ポ・ベトナム)

A4判
 表紙共4頁
 カラー
 定価45円

国民健康保険の届け出はお済みですか

KH011360

A4判
 表紙共4頁
 カラー
 定価45円

マイナンバーカードの保険証利用に

マイナンバーカードが保険証として利用できます!

KH014680

A4判
 表紙共2頁
 (1枚もの)
 カラー
 定価25円

保険税の収納対策に

わたしたちの健康と国保を守る保険税

KH021180

A4判
 表紙共4頁
 カラー
 定価45円

クローズアップ! 保険税のこと

KH021190

B6変型判
 二つ折り後
 巻き三つ折り
 表紙共12頁
 カラー
 定価50円

メタボリック・シンドロームの予防・解消に

2択に答えて、健康知識を身につけよう
健康にいいのはどっち?

HE011460

監修/ 杏林大学名誉教授 医学博士 石川恭三

B5判/32頁
 カラー
 定価200円

あなたの命にかかわるおそろしい脳卒中や心臓病
循環器病予防のてびき

HE300510

監修/ 杏林大学医学部教授 脳卒中医学教室 杏林大学医学部附属病院脳卒中センター長 平野照之

A4判
 表紙共16頁
 カラー
 定価160円

若い世代も課題がいっぱい
20~30歳代から始める健康づくり

HE011290

監修/ 杏林大学名誉教授 医学博士 石川恭三

B5判/16頁
 カラー
 定価140円

20代30代のみならずへ
今からつくる健康習慣

HE011490

監修/ 順天堂大学 客員教授 奈良信雄

A4判
 表紙共8頁
 観音折り
 カラー
 定価80円

この他にも●健康づくり事業●高齢者対策事業●制度の趣旨普及●医療費の適正化●収納率向上、等お手伝いいたします。

お問い合わせ・ご注文は電話またはFAXで



東京法規出版

〒113-0021 東京都文京区本駒込 2丁目29番22号
 電話 (03) 5977-0300 FAX (03) 5977-0311

フリーダイヤル 0120-102525 ●ホームページアドレス ● <http://www.tkhs.co.jp/>



常陽バンキングアプリ

いつでもどこでも、あなたの手のひらパートナー。

ご自宅
外出先

ご自宅・外出先で
スマホで
お取引完結！



無料

キャッシュカードと
スマホで
無料で利用可能

- ◆ご利用条件等については、二次元コードより WEB 上でご確認ください。
- ◆当行判断やその他の事由によりご利用いただけない場合があります。



最新刊のご案内

見本進呈 多数数の配布をご検討により見本をご希望の際は、無償で送付いたします。

特定健診の情報提供に

502049 **新刊**



今年の特定健診はいかがでしたか？
健診結果をもとに改善！

■B6変型判 / 8頁カラー / リーフレット

本体 40円+税

504074 **新刊**



特定健診、受けっぱなしにいませんか？
健診結果を活用して
カラダ改善！

■A4判 / 4頁カラー / リーフレット

本体 36円+税

505011 **新刊**



気になる健診結果はありませんでしたか？
日々のメンテナンスで
健康航海！

■A4判 / 4頁カラー / リーフレット

本体 36円+税

特定保健指導の実施に

214111 **新刊**



1日に160kcal以上減らそう！
コンビニ・スーパー編
(1日に160kcal以上減らそう！シリーズ)

■A4判 / 2頁カラー
■監修 曾我部夏子
(駒沢女子大学 人間健康学部
健康栄養学科 教授)

本体 22円+税

310021



体重-2kg・腹囲-2cm
応援ガイド

■B6変型判 / 12頁カラー
■監修 曾我部夏子
(駒沢女子大学 人間健康学部
教授・博士(学術) 管理栄養士・
健康運動指導士)

本体 60円+税

313051



目指せマイナス2kg・マイナス2cm
体重・腹囲ダブルで改善ナビ

■A4判 / 8頁カラー / リーフレット
■監修 曾我部夏子
(駒沢女子大学 人間健康学部
教授・博士、管理栄養士・
健康運動指導士)

本体 72円+税

●一部定価を見直し、値下げを実施しております。□で表示した価格が新定価です。各種事業にご活用ください。



http://www.shaho-net.co.jp

お問い合わせ TEL.03(3291)9841

東京都千代田区神田猿樂町1-5-18 〒101-0064
大阪支局 TEL.06(6245)0806 / 九州支局 TEL.092(413)7407



筑西市編

特産品の
おいしい
レシピ

モロの青のりから揚げ

郷土料理として食べられているモロを現代風に食べやすくアレンジしました。



材料 (4人分)

モロ…………… 280g
A 酒、しょうゆ… 各大さじ1
 生姜汁………… 小さじ2
B 薄力粉、片栗粉、青のり
 …………… 各大さじ2
ししとう (季節の野菜) …… 12本
レモン…………… 1個

1人分の栄養成分

エネルギー 209kcal
たんぱく質 13.8g
脂質 11.9g
食塩相当量 1.1g

作り方

- ①モロの水分をよく切り、食べやすい大きさに切る。器にモロとAを合わせ、10分程置く。
- ②ボウルにBを混ぜ合わせる。①の汁気を軽く切り、全面にまんべんなくまぶす。
- ③フライパンに油を多めに熱し、②を並べて両面こんがり揚げ焼きにする。
- ④ししとうに切り込みを入れ、さっと火を通す。
- ⑤器に盛り付け、レモンを添える。

今回の
特産品

モロ



昔から親しまれている、モウカザメのこと。高たんぱく低脂肪のヘルシーソウルフード。サメの成分が防腐剤の役割を果たし、冷蔵技術が未発達だったころの内陸部でも貴重な海の魚として流通していた。