



次世代に受け継ぐべき  
大豊町ならでの暮らし

大豊町



## Cover's Story

いくつもの表情を見せる、  
大自然のジェットコースター。

大豊町を流れる吉野川は四国三郎と呼ばれ、ラフティングのメッカ。  
特に、県境の数十kmは日本でも有数の激流ポイントといわれる。  
ラフティングは、ラフティング・ボートという専用の頑強なゴムボートに  
数人で乗り込み、激流を下るウォーター・スポーツ。  
迫りくる大小の岩や逆巻波で真っ白になった激流など、  
圧倒的な自然の力がスリルと興奮を呼ぶ。  
ボートに同乗する仲間一人一人が手にしたパドルで力を合わせて  
難所を通過した際には壮快感や達成感、一体感を味わえる。

大豊町

吉野川の  
ラフティング



Contents

- 02 首長は語る  
次世代に受け継ぐべき  
大豊町ならではの暮らし  
岩崎憲郎 大豊町長
- 07 いちおしスポット 大豊町
- 09 おらんくの保健事業 四万十町  
健康なまちづくりは住民と共に
- 13 元気散策! ~このまちからの笑顔だより~ 黒潮町
- 16 第15回健康づくりの図画・ポスター作品募集
- 17 高知県国保地域医療推進協議会 第32回通常総会
- 19 こくほ随想 動き出した「一体改革」
- 21 こちら介護保険課  
認定者数と受給者数の増加が給付費に影響  
—平成25年度介護給付費—
- 23 高知県国民健康保険事務担当職員協議会 第33回通常総会
- 25 連合会の動き
- 27 なでしこの会  
第16回通常総会開催  
本山町で乳がん予防啓発事業を実施
- 28 地域のたから ちいキッズ! 中芸広域連合
- 31 ヘルスアップ推進員研修会・高知県在宅保健活動者なでしこの会研修会  
健康づくり活動への理解を深め地域活動に役立てる
- 33 コーヒーブレイク  
「犯人は『ユズ』?」北川村  
「学生時代」佐川町
- 35 黒い鞆 No.253 日高村  
子どもが、親が、地域が育つ子育て応援の里「ひだか」  
—きめ細やかな子育て支援—
- 37 ヘルシーごはん 食べてみいや! 味てみいや!!  
パンパンジュー  
「和風棒棒鶏」「トマトとキノコのチーズオムレツ」
- 39 連合会日誌
- 40 編集後記

TOSA国保だよりは  
本会ホームページからも  
ご覧いただけます。  
<http://www.kochi-kokuhoren.or.jp>

TOSA国保だより 検索



次世代に受け継ぐべき  
大豊町ならではの暮らし

高知県北部、  
四国山地中央部にあり  
平均標高450mの県境のまち。  
国の特別天然記念物  
杉の大スギが  
3千年の年輪を刻み、  
四国三郎・吉野川が流れる。  
山河と共に生きるまち  
大豊町を訪ね、  
これからのまちづくりについて  
岩崎町長に伺いました。

首長は語る

No.68

大豊町長 岩崎憲郎 (63歳)



# 首長は語る

No.68 大豊町長 岩崎憲郎

## 超高齢社会に迅速に対応していく

国保連合会渡辺事業課長（以下、渡辺）  
まず、大豊町の施設整備の状況や保健師などの人数、活動状況などについてお聞かせください。  
岩崎憲郎大豊町長（以下、岩崎町長）  
大豊町では、10年にオープンした総合ふれあいセンターを拠点にして、社会福祉協議

会がデイサービスやあったかふれあいセンター事業を実施しています。  
保健師は、現在、健康づくり班に2人、介護と包括支援センター班に2人配属しています。その他、管理栄養士が食生活改善グループなどを指導しています。対象が乳児か

ら高齢者までと幅が広く、きめ細かな対応が求められています。福祉班には社会福祉士を配属し、横の連携を取りつつ事業を進めています。今後は、保健師等の専門職を充実させ、超高齢化社会に迅速に対応していきたいと考えています。

大豊町は高齢化率が非常に高く、町民の平均年齢が61.9歳、独居老人世帯数は約600世帯、高齢夫婦世帯も約500世帯を超えています。生活の根本的なサポートはも



大豊町役場

## 健康増進計画に基づき町民を健康に

渡辺 健康増進法の施行を受けての取り組みやよさこい健康プラン21など、保健事業への取り組みはいかがでしょう。

岩崎町長 本町では、町民の健康課題を明らかにした上で、生活習慣病予防に視点を置いた健康増進計画「ゆとりすとプラン21」を策定し、22年度から26年度までの5年計画で実施しています。この計画は、ヘルスプロモーションを取り入れた健康づくりで、目標を「健康は自分で守りつくるも

の」としています。

また、ライフステージ別の健康課題にも取り組んでいます。「栄養・食生活」「運動・身体活動」「たばこ」「アルコール」「歯の健康」「休養・心の健康づくり」「生活習慣病」が「がん検診」の8分野を計画の柱に位置づけ、それぞれの目標を定めて推進しています。27年度からの5年間は、第2ステージへ向けて健康増進計画の検証と計画を立ててまいります。



## 受診率の向上と健診結果に対する行動が重要

渡辺 特定健診・特定保健指導への取り組みについてお聞かせください。

岩崎町長 まずは住民に自分の体や健康に関心を持ってもらうことが大事ですので、特定健診受診率の向上と、健診結果へのしつかりとした対応が重要です。健診受診率は20年度の27.45%から24年度は54.79%と、住民のご理解、ご協力を得て少しずつ上げることができま

した。

受診率を上げるための取り組みとして、個別に文書や電話での受診勧奨と、特定健診が終わりの時期に近づいてくると、再度、はがきでの受診勧奨をしています。

その他に、集団健診の最終日に合わせて、未受診者に電話連絡をしています。集団健診は、各がん検診とセットにして魅力ある健診をめざしております

## 子育てしやすい環境を整えることに努める

渡辺 少子化対策はどのようなことを行っていますか。  
岩崎町長 本町は超少子高齢化が進み、妊婦や子どもの数は年々減少しています。集団での妊婦指導・妊婦教室・離乳食教室は実施できていませんが、妊婦届出時の面接等で情報収集し、保健師や管理栄養士による個別訪問、相談などを実施しています。

また、子育てに関する情報提供、子どもたちの遊び場や親同士の情報交換の場として、子育て支援サークル「よちよちサークル」を月1回開催し

ています。サークルでは、助産師によるベビーマッサージや歯科衛生士による歯のお話等、テーマに沿った講師を招き、親にとって有意義な時間になるように工夫しています。

乳幼児健診は乳幼児数の減少に伴い、19年から「すこやか健診」と称して、乳児（2カ月～1歳2カ月）・1歳6カ月児・3歳児の健診を年4回同時開催しています。また、25年度からは「2歳児歯科健診」を導入し、すこやか健診と同日開催しています。子どもたちを総合的に見守る場として、医師・歯科医師・

が、個別健診の受診者数が多く、各がん検診の受診率は低いまま推移しています。

26年度からは町内医療機関に限ってですが、「胸部レントゲン検診」の個別化にまち独自で取り組み、受診率アップを期待しているところです。

また、町内の病院で受診した際は、帰りのタクシー料金を自己負担分500円を除いた金額を助成しています。

その他専門職および事務職が連携して円滑な健診の実施に努めています。

町内には3カ所の保育所と小学校・中学校が1校ずつあり、保育所入所は1歳の誕生日から可能です。保育料の特例措置として、第3子以降で3歳未満の子どもの保育料が無料となり、5歳児のいる家庭については、保育料のおよそ9割を町内で使える商品券にて還元しております。また、大豊町における乳幼児等医療費助成制度では、中学校卒業まで医療費を全額助成しています。

## 生きがいを持てる里づくりをめざす

渡辺 高齢化対策はいかがでしょうか。

岩崎町長 本町は2人に1人が高齢者のため、生きがいを持てる里づくりをめざしています。その一つに、独居老人が安心して暮らせる見守りネットワーク事業を取り入れています。例えば、携帯電話を貸し出しており、電話の緊急ボタンを押すと、登録した家族や警備会社に通報されます。GPSにより場所を特定でき、現場へ急行することも可能です。「愛コンタクト」では、IP告知端末を使い加入者の状態を役場で確認でき、



もしもの際はシルバーホンの非常ボタンを押すと、登録した2人に順次電話をかけます。その他に、四国の自治体では初めて、見守りセンサー付き歩数計を導入しました。これは、設定した時間に登録した家族にメールで歩数をお知らせすることができます。また、災害時の安否確認としても活用できるなど、見守りにより暮らしをサポートしています。

また、高齢者を中心とする交通弱者の手段確保の取り組みでは、特定健診受診時と同じく、町内の医療機関に通院した際の帰りのタクシー料金の補助や乗り合いタクシー制度、福祉タクシー制度、町民バスの無料運行などがあります。買い物では宅配サービスとして、町内の店舗において品物の合計金額が1千円以上であれば、宅配手数料150円で配達します。その際、宅配業者が安否確認をして具合が悪い場合は役場または消防署に連絡します。本町では、なくてはならないサービスとなつていきます。

## 住み慣れた土地でずっと暮らせるようなサポートを



**渡辺** 介護保険の状況はいかがですか。

**岩崎町長** 大豊町には比較的元気な方が多く、農作業に従事するなど地域での大切な役割を担っています。しかし、75歳以上の方が占める割合が多く、高齢者の約20%が介護認定を受けています。認定状態になるのを防ぐため、保健師を中心に「健康あつぷ教室」やミニデイなどの予防活動を積極的に進めています。町内には、老人福祉施設が一つと地域密着型施設が一つあるのみで、施設的なサービスは町外で利用される方がほとんどです。施設介護サービス利用者は認定者の22%です。

介護度が比較的軽度の方は、社会福祉協議会によるデイサービスを利用してありますが、中山間地域特有の時間的および地理的ロスがあるため、県補助以外にまち独自の補助もしています。居宅介護サービス利用者は認定者の35%です。本町は高知市等に比べると何かと不便です。それでも高齢者が大豊町で暮らしているのは、住み慣れた土地でずっと暮らしたいと思っているからです。それをいかにサポートできるかが行政の仕事と想っています。

## 歳出と歳入の均衡を保った国保事業の運営が必要

**渡辺** 国保における問題点と課題などについてお聞かせください。

**岩崎町長** 本町では、国保被保険者の半数程度が前期高齢者です。一般被保険者が減少する一方で、前期高齢者の占める割合は年々増加しており、増加傾向にある国保の医療費においても、25年度は66%を

前期高齢者が占めています。

国保の税収は景気低迷に伴う減少傾向にあるため、23年度は4千万円、24年度は1200万円の財政調整基金を取り崩して国保事業の運営にあたっています。しかし、国保被保険者の所得などを考慮すると、安易に税率を上げることが適切な政策なのかと

いった問題点があります。国保事業を運営していく上で歳出と歳入の均衡を考える必要があります。

その解決策の一つとして、特定健診・保健指導の受診率を向上させ、生活習慣病の発症や重症化を予防し、医療費の適正化に努めていくことが重要です。

## 「環境世紀にふさわしい元気な山村」の再生

**渡辺** 大豊町の特徴ある取り組みについてお聞かせください。  
**岩崎町長** 「環境にやさしい100年の森プロジェクト」の根幹事業である「高知おおとよ製材株式会社」が、25年8月に操業を開始しました。さらに、木材の需要を飛躍的に伸ばすCLT（クロスラミネードティンバー）工法による木造ビルディングが高知おおとよ製材の社員寮として完成し、見学者が殺到しました。東京オリンピックピック選手村を木造ビルディングで建設する提案を国にするなど、大きく期待されています。

最大の資源である森林を活用し、わがまちの将来を懸けた取り組みが第一歩を踏み出しました。また、再生可能エネルギー分野においては木質バイオマス発電所の建設について検討を進めています。森林資源を生かした取り組みを進めるとともに、育んできた日常の営みをしっかりと支えるコミュニティを再生し、「大豊ならではの」そして「大豊だからこそ」といえる「環境世紀にふさわしい元気な山村」を再生します。

その取り組みの柱として、次の七つに挑戦していきます。

### 大豊町の挑戦

- 1 「宝の森」を産業、環境の両面から貴重な資源として捉え、「環境にやさしい100年の森」づくりを進めます。
- 2 農の営みを、「産業」、「環境」、「地域社会」各面から捉え、山村の環境にやさしい栽培により、安全な農産物をお届けする環境農業を推進します。
- 3 交流から地域の元気を再生するため、山村の日常の営みやアウトドアスポーツを資源とした交流を進めます。
- 4 大豊町の文化である山村の営みを中心とする「みんなで支えあう里づくり」から、「元気集落」の再生を進めます。
- 5 住み慣れた山村で健やかに暮らすことのできる「みんな健やか」地域づくりを進めます。
- 6 産業後継者から地域後継の視点に立った若者のくらし、併せて山村環境と生活支援に支えられた暮らし、「おおとよ暮らし」の実現をめざします。
- 7 「おおとよ」の未来を託す子どもたちを育む「おおとよ教育」を推進します。

## 大豊町の文化を次世代に受け継いでいく

**渡辺** 現在、大豊町で取り組む学術・産業・観光などの地域振興事業や市町村PRなどがありましたらお聞かせください。

**岩崎町長** 大豊町は東西32kmに広がる山村ですが、交通の便に比較的恵まれています。JR駅を七つ有し、国道32号線が通り、高速道路・大豊インターチェンジがあります。

観光では、まちを流れる四国三郎・吉野川においてラフティングが楽しめます。全国屈指といわれる激流コースは人気が高く、県内外より多くの方が訪れています。一方、文化財では、県内に三つしかない国宝の一つである「豊楽寺薬師堂」は、平安時代の建築様式を持つ四国最古の建造物で、重要文化財の仏像が3体安置されています。また、特別天然記念物「杉の大



大杉のどぶろく「輝」

スギ」が樹齢約3千年を誇っています。

特産品では、古くから伝わる発酵茶「碁石茶」があります。熟練された技で伝統製法を守ってきたことから、幻のお茶と呼ばれてきました。味は甘酸っぱく、乳酸菌はヨーグルトの250倍はあるといわれ独特の香りがあります。ここ数年は生産組合を組織し販売に力を入れています。

また、町内で製造されている大杉のどぶろく「輝」が26年1月に秋田県で開催された「第9回全国どぶろく研究大会・濃芳醇の部」において最優秀賞を受賞しました。甘口で奥深い味により好評を得ており、「農家食堂ファミリー大杉」で販売されています。

山村ならではの観光資源を有する大豊町ですが、やはり1番の宝物は、大豊町の環境に根差した山村の暮らしだと思います。山村の暮らし、日常、それが大豊町の文化であり、次の世代にしっかりと受け継いでいかなければならないものと思っています。

## 気持ち若く保ち、足腰を鍛える

**渡辺** 岩崎町長ご自身が健康に対して普段から気を付けていることはありますか。

**岩崎町長** 年齢に自覚がないのが良いのかもしれない。自分が子どものときには50歳、60歳というとき高年齢とは思っていませんが、いざ自分がその年代になってそう思うかという点、全然思いません。そのよ

うに気持ちを若く保つことが健康の秘訣かと思っています。

体力面では、毎朝ではないですが5kmくらい走るようにしています。26年も足摺駅伝に選手として出まして、たぶん最高齢だったかと思っています。階段も2段ずつで上がります。足腰は活動的な日常生活を送る上で重要かと思っています。

## 国保運営に欠かせない存在であり、今後も変わらぬ支援を望む

**渡辺** 今後、国保連合会に望む事業などありましたらお聞

かせください。  
**岩崎町長** 今後、29年度までに保険者が県へと移行されたとしても、市町村と国保連合会の関係はこれまでと同様に続いていくと思います。また、保険者が県、市町村にかかわらず国保連合会抜きでの運営は考えられません。

制度改正等で立ち位置が変わったとしても、われわれにとつて国保連合会の在り方は変わりませんので、これからもご支援ご協力をよろしくお願いたします。



地元小学生が制作したまちの観光スポット紹介





## 4 ハーブ香る高原リゾート ゆとりすとパークおおとよ

標高 750 m の高原にオープンした植物園。四国山脈の連なりが 360 度見渡せる絶好のロケーションにハーブ園や芝生広場、オートキャンプ場、多目的ホールを併設する。山を渡る風の通り道になっており、全長約 23 m のブレードを備えた風車 2 基が風と遊ぶ。フラワーガーデンでは、春から秋にかけて階段状の園地に季節の花が咲く。

- 営業時間 / 10:00 ~ 17:00
- 定休日 / 火曜日 (火曜日が祝日の場合は翌日)  
(ゴールデンウィーク・夏休み期間中は無休)
- 料金 / 大人 500 円 中高生 300 円 小学生 100 円  
小学生未満無料
- お問い合わせ / TEL 0887-72-0700
- URL / <http://www.yutorisuto.jp/>



## 6 山里の静寂に包まれる 定福寺

豊楽寺と同じく、724 (神亀元) 年に行基により創建されたと伝えられる。近世に至り、本堂を火災により焼失したが、仏像は難を逃れた。本尊阿彌陀如来座像をはじめ、日本唯一といわれる 6 体の笑い地藏、四国最古の聖徳太子像など多くの文化財を安置する。

- お問い合わせ / TEL 0887-74-0301
- URL / <http://www1.quolia.ne.jp/~jofukuji/>

## 5 国宝に指定される薬師堂 豊楽寺薬師堂

豊楽寺は大田山大願院豊楽寺といい、724 (神亀元) 年に名僧行基により創建されたと伝えられる。別名を柴折薬師とも称され、日本三大薬師の一つに数えられる。四国最古の建造物の一つといわれ、桁行、梁間がともに五間の単層入母屋造りとなっているなど、当時の特色を今に残している。

- 料金 / 外観のみ無料 特別拝観 500 円  
(屋内に入り仏像等の説明あり・要予約)
- お問い合わせ / TEL 0887-73-0029



いちおしスポット

## 1 日本一の大杉 杉の大スギ

日本一の大杉として名高く、須佐之男命により植えられたと伝えられ推定樹齢は 3 千年といわれている。杉の大スギは、南大杉と北大杉と呼ばれる 2 株の杉が根元で合着していることから、別名「夫婦杉」とも呼ばれている。南大杉の根元の周囲が約 20 m、樹高が約 60 m。北大杉は根元の周囲が約 16.5 m、樹高が約 57 m あり、1952 (昭和 27) 年に、国の特別天然記念物に指定された。

- 営業時間 / 4月~9月 8:00~18:00 10月~3月 8:30~17:00
- 定休日 / 1月1日 ■料金 / 大人 200 円 小・中学生 100 円
- お問い合わせ / 杉の大スギ料金所 TEL 0887-72-1585

# 大豊町

山河と共に生きるまち



詳しくは、大豊町役場プロジェクト推進室または大豊町観光開発協会まで。  
●大豊町役場プロジェクト推進室  
TEL 0887-72-0450 URL <http://www.town.otoyo.kochi.jp/>  
●大豊町観光開発協会 (大豊町役場プロジェクト推進室内)  
TEL 0887-72-0450 URL <http://www.otoyo-kankou.com/>

## 7 デカ盛りの聖地 ひばり食堂



大豊町役場の真向かいに店を構え、インターネット上では「デカ盛りの聖地」とうわさされる。お店の名前は、大豊町にゆかりがある故美空ひばりさんに由来する。ひばり食堂は同建物内で「小笠原精肉店」を営んでおり、料理に使われるお肉は肉質が良く、ボリュームも満点。カツ丼 (並盛・800 円) には、ジューシーな豚カツが 2 枚載る。

- 営業時間 / 11:30 ~ 19:00 (11月~2月は~18:00)
- 定休日 / 年末年始 (12月29日~1月5日)
- お問い合わせ / TEL 0887-72-0972



## 2 大杉そばにたたく歌姫の遺影碑と歌碑 大杉の苑

1947 (昭和 22) 年、故美空ひばりさん (当時 9 歳) は地方巡業中、大豊町でバス転落事故に遭遇。九死に一生を得た彼女は、杉の大スギに「日本一の歌手になれるように」と祈願した。その後、日本の歌謡史に大きな足跡を残したひばりさんは、平成元年、日本中のファンに惜しまれながらこの世を去った。5 年、数多くの関係者の全面的な理解と協力のもと、彼女にゆかりのある大杉のそばに遺影碑・歌碑が建立された。

## 3 天然のジェットコースター 吉野川のラフティング

ラフティングは、ラフティング・ボートという専用のゴムボートに乗り、激流を下るウォーター・スポーツ。スリルと刺激、壮快感が一気に体感できる。大豊町を流れる吉野川はラフティングのメッカ。特に、県境の数十 km は日本でも有数の激流ポイントといわれる。





# 健康な まちづくりは 住民と共に

Vol.68  
四万十町

一斗俵沈下橋は1935(昭和10)年に建設され、四万十川に現存する橋の中で最も古く、国の登録文化財に指定されています

## おらんくの 保健事業

ORANKU NO HOKENJIGYO



四万十町健康福祉課

### 山と海に囲まれた四万十町

四万十町は、総面積642.09km<sup>2</sup>と、県内で最も広いまちで、そのうち林野が87.1%を占め、田畑は4.8%の中山間地域です。集落の多くは四万十川とその支流の河川沿いや台地上にあり、一部は土佐湾に面する海岸部にあります。

人口は、平成26年3月末現在1万8644人となり、65歳以上人口7383人、高齢化率は39.6%で、急速な少子・高齢化とともに、認知症や寝たきり等の要介護状態になる人も増加しています。18年の合併時には



轟公園のシンボル「石の風車」



面積 642.09km<sup>2</sup>  
人口 18,644人  
国保被保険者数 6,144人  
高齢化率 39.6%  
(平成26年3月末現在)



23年7月にオープンした海洋堂ホビー館四万十

2万人を超えていた人口も、2030年には1万2420人になるとのデータも出ています。

### 健康増進計画に沿って

四万十町では、生活習慣病に起因する疾病が死亡原因の多くを占めており、さらに高齢社会を迎えている中で、健康寿命をいかに延ばせるかが重要な課題となっています。住民一人一人が充実した日常生活を過ごし、豊かな人生を送るために、家庭や地域、学校、職場、そして行政等が一体となって、住民の健康づくりを効果的かつ計画的に展開するように、22年3月に健康増進計画を策定しました。

健康増進計画では、「食」「運動」「こころ」の三つの柱に、「健康管理」を加えた四つの大きな項目に整理して計画を立てています。

健康づくり活動が広がり定着していくには、住民の主体的な活動が重要になるため、計画の主旨を住民の皆さんと共有しながら推進しています。住民の皆さんは、健康づくり団体などで生き生きとボランティア活動などに取り組んでいます。

### ◎食◎ 食生活を大切に

食生活面では、四万十町の豊富な食材を生かし、栄養面や楽しく食事を取ることを含め、食生活を大切にすることを目標に、食生活改善推進員が中心となって食育活動に取り組んでいます。小学校で災害時を想定した食事づくりの指導をしたり、口コミティブシンドローム予防の食生活指導など、最近話題のテーマにも取り組んでいます。地域のふれあいを大切にしながら、住民の食生活改善の普及や郷土料理の伝承も進めており、「食」の良さや大切さなどを広め、健康増進に向けて日頃から活動を行っています。近年は、学校やあつたかふれあいセンターとの協同事業や保育所調理師との交流など、活動の場も広がっています。

### ◎運動◎ 自分に合った運動を

運動面では、自分に合った運動を続けていく人を増やすことを目標に、誰もが気軽に運動できる環境づくりを進

めています。運動することで、心身ともにリフレッシュもできることを啓発するため、スポーツクラブと連携し、「リフレッシュウオーキング」というイベントを行い、正しい歩き方の指導やこころの健康の啓発を行っているところです。毎年2月には毎週のように各

域で駅伝大会等があり、桜の咲くころには「四万十川桜マラソン」が行われており、1千人以上のランナーが全国から参加します。このようなイベントも、運動を推進する雰囲気づくりやきっかけづくりになっていくと思います。

また、特定健診の結果等で運動を始めた方、特に働き盛り世代(40〜65歳)の方に、器具などがなくても簡単にできるエクササイズを習得してもらい、日頃から継続して運動をしてもらえるように「スリムクラブ」(メタボ予防運動教室)を夜間に2コース(1コースは月2回の6カ月間)行いました。

### ◎運動 | 高齢者への支援 | ◎ 要介護にはさせないぞ！ 1 | パワーリハビリ教室 |

大正、十和地域では、トレーニングマシンを利用したパワーリハビリ教室



26年3月22日に落成した四万十町庁舎



下津井めがね橋は、県の近代化遺産に登録されています。正式名称は佐川橋



こいのぼりの川渡し。500匹あまりのこいのぼりが四万十川の川幅いっぱい泳ぎます

食生活改善推進員の活動



学校では食育の先生として活躍しています



四万十町の豊富な食材を生かし、食育活動を推進



量販店で食育の啓発活動を行いました



在宅所では、地域住民が主体的に活動しています



運動自主グループは、おのおので工夫して活動しています

を実施しています。身体機能の維持、向上を図り、要介護状態に進まないように、診療所の理学療法士の指導やボランティアの協力のもと、週2回、3カ月の教室を年3回行っています。一方、各地区でのフォロワーの場の確保が課題になっています。

### 運動教室しゅきしゅきクラブ

窪川地域では、地域包括支援センターの保健師等が各地区の集会所等に出向いて、いきいき百歳体操の運動教室「しゅきしゅきクラブ」を週1回、3カ月間行っています。教室実施中は運動以外に、参加者に運動を継続することの意義の理解や、集うことの楽しさを実感してもらうことで、終了後の自主活動の動機付けとし、後述の運動自主グループや在宅所の立ち上げにつなげています。

### 1人では運動は続かない ―運動自主グループ―

現在、町内に運動自主グループは16カ所あり、開催回数は週2回〜月1回と各グループによって異なりますが、

### ◎こころの健康◎ 重要性を増す こころの健康管理

社会環境の多様化により、こころの健康を保つことがますます重要になっています。四万十町は自殺率が高いため、「いのち大切・こころ健康」というキャッチフレーズで、啓発キャラクターを作り、うつ・自殺予防を含めたこころの健康事業に取り組んでいます。相談等を受ける関係機関での連絡会を行い、研修や啓発活動などを行っています。また、健康づくり婦人会と一緒に量販店などで相談先の啓発活動をしたり、ウォーキングイベントで、こころの健康の啓発等もしています。啓発活動中に、家族を自死で亡くされた方等から声を掛けられることもあり、この事業の大切さを痛感しています。その他にも、集うことや人とのつながりを持つるように、前述の在宅所開設や自主運動グループ運営の支援、ほっとサロンという障がい者



こころの健康事業の啓発キャラクター「いのち君」と「こころちゃん」

自主的に活動しています。本町では、テレビ、DVD、自動血圧計等の貸し出しや、随時、保健師等が運動指導を行うなど支援をしています。また、年1回体力測定を行っており、運動を継続するモチベーションの維持につながっていますが、次期リーダーの育成が課題となっています。

### 地域のボランティア力 ―在宅所―

地域のボランティアの、「自分たちの地域で集まる場がほしい」との声からできた在宅所は、住民の主体的な活動の場となっています。

現在、町内には15カ所の在宅所があり、ボランティアにより運営されています。週1回地域の集会所等で、食事、運動、交流等介護予防に資する活動や、地域の特色ある内容の取り組みも行っています。本町では、運営費の補助および在宅所の要望に応じて、血圧測定や運動指導、健康教育、体力測定(年1回)などの支援をしています。昨年度は、ケーブルテレビで各在宅所の紹介を放送し、情報発信も行っています。

### ◎健康管理◎ 健康意識を高めるために

本町の特定健診は、集団健診と個別健診とで行っています。健診時に、肝炎ウイルス検査、前立腺がん検査、今年度からピロリ菌検査が受けられるようにしています。特に働き盛り世代の方を含め、健診・がん検診に対する関心を高めてもらうと、受診票や実施案内等の個別通知を行うとともに、食生活改善推進協議会や健康づくり婦人会と一緒に健診受診を勧める啓発活動を街頭や量販店などで行っています。

### 住み慣れたまちで 豊かな生活を

これからも四万十町は、住民の皆さんが住み慣れた地域で、できるだけ充実した豊かな生活ができるよう、住民主体の活動をバックアップしながら各種事業を進めていきたいと思っています。



特定健診を生活改善のきっかけに



健康づくり婦人会の皆さんと健診受診を呼び掛けました



自殺予防の啓発活動



メタボ予防運動教室「スリムクラブ」



リフレッシュウォーキング。ホテル松葉川温泉の周辺散歩道を歩きました



### 盛んな地でこだわりのカツオを提供する

黒潮町は、18年3月20日に幡多郡の大方町と佐賀町が合併して誕生した。「人が元氣、自然が元氣、地域が元氣」を合言葉にして出発したまちは、県の西南地域にあり、気候は南国特有の温暖で雨が多く農業が盛んである。大方地域では、早くから施設園芸や花卉、水稻を中心に栽培が行われている。ホエールウオッチングや入野の浜で開催されるTシャツアート展が有名である。佐賀地域では、近年、完全天日塩が代表的な特産物となっており、農業ではシメジやエリンギなどの栽培が行われている。特にカツオ漁が盛んである。

### 高知県の代名詞「カツオ」

そのカツオ漁が盛んな佐賀地域において、生のカツオにこだわり、カツオのタタキや刺身を提供し、タタキ作り体験もできる「黒潮一番館」を訪ねた。

「カツオ」は高知県の代名詞であり、県の魚に制定されているが、その中でも佐賀地域はカツオ漁の本場であり、日本一のカツオ一本釣りの基地として知られている。なお、佐賀地域で

のカツオ一本釣り漁は「土佐カツオ一本釣り漁業」と呼ばれる日本古来の伝統漁法。まずは、「なぶら」と呼ばれる魚群探しから始まる。

なぶらの目印にもなる海鳥の集団である鳥山を見つけてのやいなや現地へ急行。漁師は、「カブラ」と呼ばれる鳥の羽根や魚の皮を使った疑似餌を投げ込み、カツオの重さを感じると一気に抜き上げる。時間にして数秒。ベテラン漁師になると1分間で20本釣り上げる。

なお、カツオは群れをなして移動する熱帯性の回遊魚であり、春（4～5月）に、黒潮ののって台湾近海から北上し、真夏には北海

道沿岸まで到達する。水温が上がり始める秋（9～11月）に南へと戻っていく。この習性から、北上するカツオを「初カツオ（上りカツオ）」、南下するカツオを「戻りカツオ（下りカツオ）」と呼ぶ。初カツオはさっぱりとした味わい、戻りカツオは脂が乗り濃厚な味わいになる。

新鮮なカツオをみんなに食べてほしい

黒潮一番館では生のカツオにこだわっており、「新鮮でおいしいカツオをみんなに食べてもらいたい」その思いで、冷凍ではない生のカツオを黒潮一番館近くにある高知県漁協佐賀統括支所魚市場で仕入れている。

しかし、カツオはさばいてみるまで雄雌が分からない上に味も分からない。仕入の際、ある程度の目利きはするが、実際にさばいてみて良くなければ使用しない。中でもゴシ（ゴリ）カツオは厄介なもの。これは堅い、臭い、まずい三拍子で焼いてもおいしくないそう。さばいた際、包丁に引付く感じがあるのが、モチモチとしておいしいカツオだそう。

おすすめの「タタキ定食」の食べ方

元氣散策！  
このまちからの笑顔だより  
黒潮町

# 「豪快なわら焼きタタキ」 カツオ漁の本場で こだわりのカツオを 食べてみんなかえ

砂浜美術館や  
ホエールウオッチング、  
カツオの一本釣り  
海との関わりが深いまち。  
黒潮の恵を豊かに  
受けるまち  
黒潮町で  
あたたかい笑顔に  
出会いました。



黒潮一番館の皆さん。おいしいカツオを食べにみんなかえ



### おすすめの「タタキ定食」の食べ方

黒潮一番館では「カツオのタタキ定食」や「カツオのお刺身定食」、「カツオコロケ定食」などを提供しているが、やはり一番人気はタタキ定食。

タタキは、こだわりのカツオを稲わらで一

気に焼き上げる。わらで焼いた香ばしさは格別。また、新鮮で臭みがないため、薬味も気持ち程度の刻みネギとニンニクのみ。臭みを取るための玉ネギやミョウガは不要とのこと。

そのタタキ定食には、おすすめの食べ方がある。まずは塩をつけて「塩タタキ」で、次にタレをつけて、最後は「湯かけ」と3通りの食べ方を楽しんでほしいとのこと。塩タタキに使用する塩にもこだわりがある。

町内の「企業組合ソルトビー」が作った完全天日塩「海一粒」が作られた完全天日塩「海一粒」



一番人気の「カツオのタタキ定食」(1,300円)。  
3通りの楽しみ方がある

タタキに使用する塩は、「企業組合ソルトビー」が作った完全天日塩「海一粒」



# 第15回 健康づくりの 図画・ポスター 作品募集

締め切り

平成26年9月9日(火)

※当日消印有効



## 募集要項

- 応募資格** 高知県内の小学生・特別支援学校の小学部生
- 作品規定** テーマは、運動や食事、睡眠、歯磨き、生活習慣病予防など、健康づくり全般に関すること。大きさは、四ツ切画用紙
- 応募規定** 作品は、未発表のもので1人1点。作品には「応募作品貼付票」を貼付
- 選考** 主催者が委嘱する公募作品選考委員会で選考
- 入選発表** 在籍校を通じて連絡
- 表彰** 入選者には、高知県国民健康保険団体連合会理事長から表彰状と副賞を授与
- 最優秀賞・・・1点(5千円の図書カード)
  - 優秀賞・・・5点(3千円の図書カード)
  - 佳作・・・20点(2千円の図書カード)
  - 記念品・・・応募者全員
- 入選作品の活用** 健康づくり啓発用ポスターに使用  
県内市町村の健康まつり等で展示  
本会機関誌「TOSA国保だより」に掲載など

**版権** 主催者に帰属

**問い合わせ** 〒780-8536 高知市丸ノ内2丁目6番5号  
**作品送付先** 高知県国民健康保険団体連合会 事業課事業振興係  
TEL/088-820-8415



## 生のカツオにこだわって おいしいをみんなに届けたい

は、湯をかけて少しタレを垂らす。カツオから出るだしは風味が良く、湯で表面が白く煮えたタタキは違った表情を見せて、ざぶざぶと食べてしまう。

また、定食の汁物や付け合わせなど、メインのタタキや刺身以外にも佐賀地域のものを使って作っており、味わい深い。

仮設テントから始まったタタキ体験

黒潮一番館の原点は、12年に立ち上げたタタキ体験グループになる。これは、佐賀町漁協女性部が、12年

さばいたカツオの大きさや脂の乗り具合で焼き加減を判断し、わらで一気に焼き上げる

当初の活動は、市場や漁港内の仮設テントで行っていたが、15年、タタキ体験を見た当時の池本明生・旧佐賀町長より建物設ける提案を受け、同年10月、交流施設として「カツオふれあいセンター黒潮一番館」が完成した。天候や衛生面の心配が解消されるとともに、2500人程度の受け入れが可能となった。



タタキ作りは屋根付きの広いスペースで行うため、天候に左右されない

客とのやり取りは一番の励み

黒潮一番館のスタッフは全員で9人、通常時の営業は2人でやっている。連休時やゴールデンウィーク、お盆の時期には全員で業務にあたる。タタキ体験は、3月中旬から11月まで予約により受け付けており、規模によって地元漁師の方に協力を依頼する。開館当初、来客が1日に1人や2人ということもあったが、ここ3～4年は年間7～8千人の来客があり、ゴールデンウィークには約1千人が訪れるという。40人で満席になるため、1～2時間待ちになることもある。しかし、スタッフがお待たせしてすみませんでした」と言う

と、「いえいえ、待ったかいたがりました。こんなおいしくていいんだろうか」と返事があったそうだ。また、県内外からのリピーターも多く、「おばちゃんまた来たよ」とやってくる客も。「また来るね」「また来いよ」、客とのやり取りは楽しく、それが一番の励みになる。

これからもこだわりのカツオを届けてほしい

黒潮一番館でも後継者の問題がある。今、スタッフの構成は50・60・70代が中心。最近では地域でも若い世代で魚をさばける人が少ないそうだ。また、料理自体を敬遠する人が多いという。「何年続けられるか分からないけど、自分らは精いっぱいやっていくだけ。あと10年やったら、まあ、10年後も走り回りようか。難しい問題ではあるが、10年後も笑いながらカツオをさばく姿が容易に想像できるくらい力を感した。何も無いところから黒潮一番館を立ち上げた大きな力は健在だ。これからも元気に走り続け、こだわりのカツオをみんなに届けてほしい。



●お問い合わせ  
「カツオふれあいセンター黒潮一番館」  
幡多郡黒潮町佐賀海雲寺374番地9  
営業時間/11:00～15:00  
定休日/火曜日(タタキ体験は12月～3月中旬まで休業)  
電話/0880-55-3680 FAX/0880-55-3755  
URL/http://www1.ocn.ne.jp/~itibanka/  
E-mail/k-ichibankan@shirt.ocn.ne.jp



(左から)黒潮カツオ体験隊長・境さんと黒潮一番館長・浜町さん



## 地域包括医療・ケアの充実を図り、 地域住民の負託に応えていく

### 第32回通常総会



高知県国保地域医療推進協議会は5月17日、高知市の高知城ホールにおいて「第32回通常総会」を開催し、平成25年度事業報告・歳入歳出決算、平成26年度事業計画・歳入歳出予算等、全5議案を原案どおり認定・可決した。

開会あいさつ  
地域が連携し、総合的・一体的な地域包括ケアの展開をめざす



高知県国保地域医療推進協議会 会長 今西 芳彦

今西 芳彦 会長  
長(本山町長)は、開会あいさつの冒頭、地域医療の現状について「わが国では、世界で類を見ない勢いで少子高齢化が進み、経済の低迷や医師不足の問題など、国保直診を取り巻く環境の変化は著しく、財政状況も大変厳しい状況が続いている」と言及した。その上で、各会員が地域医療の確保や地域住民の健康増進のために、日々奔走していることに対し敬意を表した。

また、国において、25年12月に成立した「持続可能な社会保障制度の確立を図るための改革の推進に関する法律（プロケラム法）」においての地域包括ケアシステ

ムに関する定義は、従来、国保直診が実践してきたことであると述べた。

そして、国保直診が地域包括医療の実践と地域包括ケアシステムの構築を理念として、治療と予防を一体化させた包括医療の実践をさらに充実強化していくこと、地域住民の信頼をさらに高め、一生を通じて安心して生活できる地域づくりに貢献していくことなど、果たすべき役割について述べ、地域における保健、医療、福祉、介護サービスのさらなる連携強化と、総合的・一体的な地域包括ケア体制の展開に向けて意気込みを語った。

#### 来賓あいさつ

『日本一の健康長寿県構想』の実現には、地域の協力が不可欠



高知県国保地域医療推進協議会 部長 山本 治氏

続いて、高知県健康政策部の山本治部長が来賓あいさつに立ち、協議会の開設から31年と、長きにわたり各会員が研修・協議を重ね実践している活動が、地域住民の健康の保持増進に大きな役割を果たしていることに感謝の意を表した。併せて、国保直営診療施設やへき地の診療施設においては、医師の確保、財政面など、様々な問題を抱える中で、

地域住民の保健、医療の中核的な役割を果たしていること、また、その運営に対して尽力していることに敬意を表した。

次に、県が取り組んでいる地域住民が住み慣れた地域で生涯健康やかに安心して生活ができる高知県をめざすための『日本一の健康長寿県構想』について説明した。25年度から力を入れている乳幼児健診については、少しずつだが成果が表れ、26年度も引き続き力を入れていくと述べた。医療環境においては、若手医師の確保・育成支援と、地域ケアの充実等に関する医療政策に力を入れて取り組んでいく。

構想の実現には、県が努力していくことはもちろん、併せてそれぞれの地域の実情に即した形で、地域を挙げて取り組む必要があるとして、協力を呼び掛けた。

全5議案を原案どおり認定・可決

その後、議長に大西勝也・黒潮町長を選出し、議事録署名人を指名した後、議事に入った。審議の結果、平成25年度事業報告・歳入歳出決算、平成26年度事業計画・歳入歳出予算等、全5議案を原案どおり認定・可決した。

協議会は、時代と地域の要請に対応し、国保



黒潮町 町長 大西 勝也氏

#### 高知県国保地域医療推進協議会役員

任期 自 平成25年6月7日 至 平成27年6月6日

役職名	氏名	現職名
会長	今西 芳彦	本山町長
副会長	矢野 富夫	梶原町長
常務理事	松浦喜美夫	いの町立国民健康保険仁淀病院長
	大藤 幸一	高知県国民健康保険団体連合会事務局長
	岡田 順一	大月町長
	中尾 博憲	四万十町長
	佐野 正幸	本山町立国民健康保険嶺北中央病院長
	西村光太郎	四万十市国民健康保険西土佐診療所長
	清岡 隆	馬路村健康福祉課長
	笹岡 忠幸	佐川町立高北国民健康保険院副管理者(事務局長事務取扱)
	日浦けさお	仁淀川町保健福祉課保健衛生係長(保健師)
	伊藤 博昭	高知県健康政策部国保指導課長
	山本 雅子	高知県健康政策部健康長寿政策課企画監兼よさこい健康プラン21推進室長
	岡林 弘毅	高知県国民健康保険団体連合会理事
	池田 三男	津野町長
	和田 幸久	佐川町立高北国民健康保険病院事業管理者兼院長
顧問	瀬尾 宏美	高知大学医学部附属病院総合診療部教授



直診の関係者が誇りと自信を持って地域包括医療・ケアを実践し、地域住民が安心して相談、利用できる体制を拡充していくとともに、地域包括医療の質と専門性を高め、関係機関と連携を図り、次の重点事項に掲げる事業を実施していく。

#### 重点事項

- 1 第28回高知県国保地域医療学会の開催
- 2 第54回全国国保地域医療学会への参加奨励
- 3 高知県国保被保険者健康づくり推進月間の設定
- 4 各部会の連携による育成指導等の実施
- 5 医師確保等の直診対策
- 6 医師等研修会への参加奨励
- 7 関係団体の各種会議への参加奨励
- 8 その他地域医療活動の推進に関する諸問題について、研究協議に努める



# 動き出した「一体改革」

中村 秀一

S y u i c h i N a k a m u r a

## 一体改革Ⅱ社会保障と 税制の改革

のつけから私事で恐縮であるが、菅内閣、野田内閣、第2次安倍内閣と政権交代を挟み3内閣で、足掛け4年にわたり社会保障と税の一体改革の事務局を務めてきた。2月28日付けをもってそのポストである内閣官房社会保障改革担当室長の任から離れた。

1973年に旧厚生省（現厚生労働省）に入省から始まり、厚生労働省退官後の2年間の社会保険診療報酬支払基金理事長職と今回の内閣官房の勤務と合わせて40年にわたり、公務関連の仕事をしてきた。そこから解放されて、正

直なところほっとしている。2月に1度、病院でメデイカルチェックを受けているが、3月の血圧が従来から10ほど下がったのには驚いた。体は正直に反応するものだ。

さて、社会保障と税の一体改革であるが、民主党政権下で2010年10月から検討が始まった。民主党内では、マニフェストにない消費税の増税を行うことの是非が終始問題となり、深刻な亀裂が生じた。野田内閣は、厳しい党内の反対論を抑え込む形で12年3月に一体改革関連7法案の国会提出にこぎ着けた。国会での法案審議が進む中、当時の野党であった自公との合意が6月に成り、

14年4月に消費税率が8%に、15年10月から10%とする消費税増税法案と子ども子育て支援や年金制度改革などの法案が成立した。

「一体改革」とは、さまざまな課題を抱える社会保障について改革を行い、その所要財源を確保するための税制改革を同時に行うものである。「一体改革」によって、消費税財源は現行の地方消費税1%を除いて、全て社会保障の財源とされる（消費税の社会保障財源化）。

引き上げられる5%の消費税の使い道であるが、1%分は「社会保障の充実」（いわば上積み）に充て、4%分は財源がなかった基礎年金の国

庫負担2分の1の財源に用いることや、現世代が社会保障の給付を受けながら費用の負担はせず、後世代につけ回ししていた部分を減らすという「社会保障の安定化」に充てられる。

## 焦点となった衆議院の 解散時期

政府提出の7法案に加えて議員立法である社会保障制度改革推進法が制定され、社会保障制度改革国民会議が設置され、社会保障制度改革についてさらには1年間検討することになった。政府は、必要な「立法上の措置」を講じることが義務付けられた。

法案成立後は、いつ衆議院を解散するかが、焦点となった。このため、国民会議の開催は、解散が決まった12年11月末までずれ込んだ。このため、国民会議は、実質9カ月間の審議で結論を得なければならず、この短期間に20回の

審議を行い、13年8月6日に清家会長から安倍総理に報告書を手渡すことができた。これを受けて、政府は臨時国会に「講ずべき社会保障改革の措置」を規定し、そのために必要な個別法案の提出時期も明記した「プログラム法案」を提出し、同法案は12月に成立した。

## 一体改革の始動

4月1日から実施された消費税率の引き上げは、このよ

うな経緯から誕生したものであり、まさに社会保障と税の一体改革の始動である。消費税増税により14年度は5兆円の増収が見込まれているが、基礎年金国庫負担2分の1に必要な財源として29兆円が使われる。そして「社会保障の充実」のために5千億円が使われる。

が、その財源として必要な350億円は上記の5千億円の内数である。

## あるべき医療・介護提供体制の実現に向けて

現国会には、医療介護総合確保推進法案、難病対策関係法案、次世代育成支援対策推進法改正法案などが提出されているが、これもプログラム法の工程表に沿ったものだ。

一体改革のめざすゴールは、2025年までにあるべき医療・介護提供体制の実現である。これから私たちが歩まなければならない道のりは長い。

記事提供 社会保険出版社



中村 秀一 Syuichi Nakamura

Writer's Profile

一般社団法人医療介護福祉政策研究フォーラム理事長 / 国際医療福祉大学大学院医療福祉学研究所教授 / 同大学院国際医療福祉総合研究所所長

東京大学法学部卒業。1973年厚生省（現厚生労働省）入省（社会局老人福祉課配属）。1981～84年在スウェーデン日本国大使館勤務。1984～86年厚生省保険局医療課課長補佐（診療報酬改定に従事）。1987～89年北海道庁出向（水産部国際漁業課長、漁政課長）。1990年～厚生省で老人福祉課長、年金課長、保険局企画課長、大臣官房政策課長などを経る。2001年1月厚生労働省大臣官房審議官（医療保険、医政担当）。2002年8月厚生労働省老健局長。2005年8月～08年7月厚生労働省社会・援護局長。2008年9月～10年9月社会保険診療報酬支払基金理事長。2010年10月～14年2月内閣官房社会保障改革担当室長（2012年10月～13年8月社会保障制度改革国民会議事務局長兼任）。2012年1月～一般社団法人医療介護福祉政策研究フォーラム理事長。2012年4月～国際医療福祉大学大学院教授（医療福祉学研究所）。2013年4月～同大学院国際医療福祉総合研究所所長。

平成 25 年度下半期における介護認定者数および受給者数

審査月	要介護区分	認定者数	受給者数	認定者数に対する割合	居宅サービス	地域密着型サービス	施設サービス
10月	要支援 1	6,148	3,222	52.41%	3,201	21	0
	要支援 2	5,591	3,648	65.25%	3,626	22	0
	要介護 1	9,008	7,004	77.75%	6,108	690	206
	要介護 2	7,019	6,087	86.72%	4,759	826	502
	要介護 3	5,986	5,347	89.33%	3,061	938	1,348
	要介護 4	6,292	5,220	82.96%	1,950	678	2,592
	要介護 5	6,487	4,888	75.35%	1,074	359	3,455
計	46,531	35,416	76.11%	23,779	3,534	8,103	
11月	要支援 1	6,173	3,133	50.75%	3,221	19	0
	要支援 2	5,593	3,607	64.49%	3,630	24	0
	要介護 1	9,092	6,575	72.32%	6,221	696	206
	要介護 2	6,978	6,046	86.64%	4,834	821	502
	要介護 3	5,971	5,338	89.40%	3,092	938	1,297
	要介護 4	6,300	4,992	79.24%	1,961	672	2,605
	要介護 5	6,514	4,999	76.74%	1,078	363	3,477
計	46,621	34,690	74.41%	24,037	3,533	8,087	
12月	要支援 1	6,214	3,162	50.89%	3,215	19	0
	要支援 2	5,608	3,594	64.09%	3,680	26	0
	要介護 1	9,130	6,622	72.53%	6,261	714	223
	要介護 2	7,007	6,024	85.97%	4,828	832	490
	要介護 3	5,943	5,304	89.25%	3,049	933	1,287
	要介護 4	6,285	4,994	79.46%	1,941	676	2,599
	要介護 5	6,514	5,029	77.20%	1,084	362	3,470
計	46,701	34,729	74.36%	24,058	3,562	8,069	
1月	要支援 1	6,240	3,226	51.70%	3,210	16	0
	要支援 2	5,593	3,685	65.89%	3,662	23	0
	要介護 1	9,182	7,213	78.56%	6,266	720	227
	要介護 2	7,021	6,128	87.28%	4,799	817	512
	要介護 3	5,942	5,283	88.91%	3,045	936	1,302
	要介護 4	6,240	5,167	82.80%	1,932	661	2,574
	要介護 5	6,495	4,924	75.81%	1,075	369	3,480
計	46,713	35,626	76.27%	23,989	3,542	8,095	
2月	要支援 1	6,209	3,192	51.41%	3,174	18	0
	要支援 2	5,561	3,638	65.42%	3,611	27	0
	要介護 1	9,234	7,231	78.31%	6,263	731	237
	要介護 2	6,998	6,065	86.67%	4,719	819	527
	要介護 3	5,959	5,269	88.42%	3,013	933	1,323
	要介護 4	6,216	5,123	82.42%	1,917	654	2,552
	要介護 5	6,418	4,914	76.57%	1,071	368	3,475
計	46,595	35,432	76.04%	23,768	3,550	8,114	
3月	要支援 1	6,249	3,225	51.61%	3,205	20	0
	要支援 2	5,593	3,605	64.46%	3,578	27	0
	要介護 1	9,241	7,232	78.26%	6,257	729	246
	要介護 2	6,980	6,048	86.65%	4,717	819	512
	要介護 3	5,986	5,259	87.85%	3,002	941	1,316
	要介護 4	6,236	5,071	81.32%	1,875	652	2,544
	要介護 5	6,384	4,894	76.66%	1,075	368	3,451
計	46,669	35,334	75.71%	23,709	3,556	8,069	

介護ひとくち×モ

地域医療・介護総合確保推進法とは

「持続可能な社会保障制度の確立を図るための改革の推進に関する法律」に基づく措置として、効率的かつ質の高い医療提供体制を構築するとともに、地域包括ケアシステムを構築することを通じ、地域における医療および介護の総合的な確保を推進するため、医療法、介護保険法等の関係法律について所要の整備等を行うもので、26年6月18日に成立した。

介護保険法関係の主な内容と施行時期は、予防給付のうち訪問・通所介護事業の地域支援事業への移行が27年4月から、一定以上所得者の自己負担割合の2割への引き上げが27年8月から順次施行される。

【概要】

1. 新たな基金の創設と医療・介護の連携強化
2. 地域における効率的かつ効果的な医療提供体制の確保
3. 地域包括ケアシステムの構築と費用負担の公平化
4. その他  
医療事故に係る調査の仕組みの位置づけ  
介護人材確保対策の検討等

25年度（25年4月～26年3月 審査分）の介護給付費明細書の件数は、93万3512件で前年度より3万4111件（対前年度比3・79%）の増となっています。

また、介護給付費の合計額は657億8866万円、前年度より16億7199万円（2・61%）の増となっています。

サービス別の給付費は、施設介護が296億5009万円（0・53%）増となつています。

給付費の増加要因としては、認定者数が月平均4万6505人で（2・73%増）、受給者数は3万5125人（3・04%増）と増加していることが影響していると思われま

25年度（25年4月～26年3月 審査分）の介護給付費明細書の件数は、93万3512件で前年度より3万4111件（対前年度比3・79%）の増となっています。

また、介護給付費の合計額は657億8866万円、前年度より16億7199万円（2・61%）の増となっています。

サービス別の給付費は、施設介護が296億5009万円（0・53%）増となつています。

給付費の増加要因としては、認定者数が月平均4万6505人で（2・73%増）、受給者数は3万5125人（3・04%増）と増加していることが影響していると思われま

認定者数と受給者数の増加が給付費に影響

平成25年度介護給付費



介護給付費明細書確定件数の内訳（高知県）

平成 26 年 2 月～3 月 審査分

	26年2月		26年3月		25年度計	
	(件)	前年同月比	(件)	前年同月比	平成25年4月～平成26年3月審査	前年度比
施設介護サービス	8,185	100.94%	8,136	100.74%	97,894	100.92%
介護予防支援	6,642	102.80%	6,644	102.67%	79,912	103.42%
居宅介護支援	15,450	101.96%	15,433	102.79%	185,742	102.65%
地域密着型サービス	3,612	104.21%	3,585	103.31%	42,794	105.16%
居宅介護サービス	44,188	104.58%	43,881	104.55%	527,170	104.70%
合計	78,077	103.49%	77,679	103.57%	933,512	103.79%
施設介護サービスが占める割合	10.48%		10.47%		10.49%	
地域密着型サービスが占める割合	4.63%		4.62%		4.58%	

介護給付費の内訳（高知県）

平成 26 年 2 月～3 月 審査分

	26年2月		26年3月		25年度計	
	(円)	前年同月比	(円)	前年同月比	平成25年4月～平成26年3月審査	前年度比
施設介護サービス	2,514,870,581	100.83%	2,282,152,822	100.69%	29,650,095,716	100.53%
介護予防支援	27,974,040	102.83%	28,150,280	102.56%	338,717,589	103.29%
居宅介護支援	201,443,713	102.21%	200,722,355	102.36%	2,424,340,646	103.00%
地域密着型サービス	767,107,896	104.06%	708,695,875	103.98%	9,012,506,034	105.05%
居宅介護サービス	1,964,866,329	104.30%	1,914,612,994	104.22%	24,363,000,140	104.28%
合計	5,476,262,559	102.56%	5,134,334,326	102.51%	65,788,660,125	102.61%
施設介護サービスが占める割合	45.92%		44.45%		45.07%	
地域密着型サービスが占める割合	14.01%		13.80%		13.70%	



# 国民皆保険の堅持に向けて、 関係機関と協力して取り組んでいく

平成26年度事業計画・予算を原案どおり認定・可決

## 第33回通常総会

高知県国民健康保険事務担当職員協議会は5月22日、高知市の高知共済会館において第33回通常総会を開催し、平成25年度事業報告・歳入歳出決算、平成26年度事業計画・歳入歳出予算を審議の結果、原案どおり認定・可決した。

**開会あいさつ**  
関係機関と連携を取り、本協議会の役割を果たす



高知県国民健康保険事務担当職員協議会 会長 田中 弘訓

開会にあたり、田中弘訓会長（高知市保険医療課長）は、依然、厳しい状況が続く国保財政の実情に触れた。そして、その財政上の問題解決を図ること等を目的に25年12月に制定した「持続可能な社会保障制度の確立を図るための改革の推進に関する法律（プログラム法）」を受けて開催される国と地方の協議の場は、これからの国保の在り方を左右するほど重要であり、引き続き注視していく必要があると語った。

最後に、「国民皆保険として成り立つ医療保険制度を堅持し、国民の医療

面における安心・安全を保っていくことをめざし、今後も本協議会の役割を十分果たしていく必要がある」と訴え、引き続き、県および国保連合会等の関係各機関との連携を密に取りながら、被保険者に対して適切な対応をしていくよう呼び掛けた。

**来賓あいさつ**  
頼られる存在になるため、より一層努力する



高知県健康政策部国保指導課 課長 伊藤 博昭氏

来賓あいさつに立つた高知県健康政策部国保指導課の伊藤博昭課長は、会員による国保事業の円滑な運営に対し感謝の意を表すとともに、全国の中でも高知県は高齢化・過疎化が進んでおり、そういった点でも個人の健康寿命の延伸は非常に重要であるとして、引き続き、特定健診受診率向上に向けての協力を呼び掛けた。

次に、国で協議されている国保の財政運営等について触れ、動向に注視しつつ、安定した国保運営に向け、全国知事会等を通じて働きかけていくことが必要と述べるとともに、関係機関と

緊密に連携し協力していくことが重要であると訴えた。また、県として、頼られる存在になるためにより一層努力していくと述べた。

### 全4議案を原案どおり認定・可決

その後、議長に大野理枝・仁淀川町町民課長を選出し、議事録署名人名を指名した後、議事に入った。審議の結果、平成25年度事業報告・歳入歳出決算、平成26年度事業計画・歳入歳出予算の全4議案を原案どおり認定・可決した。



仁淀川町町民課 課長 大野 理枝氏

なお、次の重点事項を中心とした各事業の効果的な実施に向け、8月には各支部において研修会を開催し、研究協議を深めるなど、今後精力的に事業を展開していく。

### 各支部の代表者が25年度の活動報告

**安芸支部**  
室戸市市民課年金班班長 有光 佐輝子氏



**高吾支部**  
土佐市市民課課長補佐 塩見 芳情氏



**中央支部**  
高知市保険医療課管理係 係長 大原 章氏



**幡多支部**  
四万十市市民課国保係 係長 池田 裕美子氏



### 高知県国民健康保険事務担当職員協議会役員

任期 自 平成26年5月28日 至 平成28年5月27日

役職名	氏名	所属	現職名
会長	田中 弘訓	中央支部	高知市保険医療課課長
副会長	西田 功	高吾支部	須崎市市民課課長
常務理事	大藤 幸一	国保連合会	国保連合会事務局長
理事	萩野 義興	安芸支部	室戸市市民課課長
	光本 孔士	〃	東洋町住民課課長
	島本 佳枝	中央支部	南国市市民課課長
	岡本 久	高吾支部	土佐市市民課課長
	中嶋 隆司	〃	いの町町民課課長
	浜田 幹夫	幡多支部	四万十市市民課課長
監事	金子 富太	〃	黒潮町住民課課長
	山崎 富貴	安芸支部	安芸市市民課課長
	立田 ゆか	幡多支部	宿毛市市民課課長

### 任期満了に伴う組織理事会を開催

総会終了後には、組織理事会を開催。理事の互選により、会長に田中弘訓・高知市保険医療課長、副会長に西田功・須崎市市民課長、常務理事に大藤幸一・国保連合会事務局長を選出した。

### 各支部における新年度事業計画・予算等が決定 県内4支部で総会を開催

第33回通常総会の開催にあたり、4月14日から5月1日にかけて、各支部において総会を開催し、それぞれの支部における25年度事業報告・歳入歳出決算および26年度の事業計画・歳入歳出予算等の審議が行われた。

支部総会には、高知県および国保連合会から担当者が出席し、高知県からは「国保健康事業に対する助成事業の概要」「平成25年度会計実地検査指摘事項」等、国保連合会からは「26年度の事業計画」等の説明を行った。



### 重点事項

#### ①制度の改善

国保制度の長期安定化を期するため、諸施策の陳情活動について市町村長および国保連合会と連携を取り、制度の抜本的な改革に向けて国に対し運動を展開する。

#### ②国民健康保険事業の健全化対策

国に対し、制度改善等の要請に努めるとともに、国保連合会等の関係機関との連携を強化し、次の事業を積極的に推進する。

- 医療費適正化対策の推進
- 保健事業の推進・強化
- 健康を守る運動の推進
- 各支部の育成

### 円滑な特定健診事業の実施に向けて 特定健康診査等国庫負担(補助)金の 実績報告に関する説明会および 特定健康診査等事務担当職員新任者研修会

本会では5月9日、高知市の高知城ホールにおいて「平成25年度特定健康診査等国庫負担(補助)金に関する説明会および特定健康診査等事務担当職員新任者研修会」を開催し、国保保険者をはじめ、後期高齢者医療広域連合、県内福祉保健所の担当者68人が出席した。

新任者を含む担当者向けの研修として、特定健康診査等の実施に係る基本的事項や制度の概要、健診の検査項目や指導の支援内容、集合契約の仕組みや契約単価、そして、特定健診等データ管理システムの概要について説明した。また、特定健康診査・特定保健指導では毎年、事業の実施に要した費用に対して交付される国庫負担(補助)金の実績報告を、厚生労働大臣に提出することとなっているため、実績報告の概要や報告における特定健診等データ管理システムを使用した補助資料の作成手順などを説明した。

なお、同会には高知県から国保指導課および健康長寿政策課の担当者が出席。県内市町村の特定健康診査等の受診率・実施率や特定健康診査以外の健康診査等について情報提供がなされた。



### 連合会の動き

RENGOUKAI NO UGOKI

### 四国地区の担当者が国保をめぐる情勢 について学ぶ 四国地区市町村・国保組合国保主管課長および国保担 当者研修協議会

平成26年度四国地区市町村・国保組合国保主管課長および国保担当者研修協議会が5月14日、松山市で開催され、県内から高知市の参加を含め、36市町村・4国保組合等、関係者71人が出席した。

同協議会は、毎年四国地区国保協議会が主催となり開催しているもので、今回は愛媛県が当番県となる。

最初に、主催者である愛媛県国保連合会の篠崎泰男常務理事からあいさつがあり、続いて、厚生労働省保険局国民健康保険課の内垣安英国民健康保険指導調整官、愛媛県保健福祉部管理保健福祉課医療保険室の久保中哲次室長から来賓あいさつがあった。

その後、厚生労働省の内垣安英調整官から「国民健康保険の現状と課題」と題して講演が行われ、「社会保障・税一体改革と国民会議」「医療保険制度をめぐる課題」「特定健診・特定保健指導」「社会保障・税番号制度」の四つのテーマについて述べられた。

特に、医療保険制度をめぐる課題では、増え続ける医療費の動向や要因等について前置きをした上で、「市町村国保」や「高



### 新任国保担当者が実務の基礎を学ぶ 国民健康保険事務担当職員新任者研修会



市町村の新任国保事務担当者を対象に国保制度や情勢、業務内容等を理解し、円滑な事務運営に資することを目的とした「平成26年度国民健康保険事務担当職員新任者研修会」を5月14・15日の両日、高知県と本会との共催により、高知市の高知城ホールで開催し、県内市町村の新任国保事務担当者74人が出席した。

開会あいさつに立った高知県健康政策部国保指導課の澤田由美国保担当チーフは、国保を取り巻く課題を語った上で、医療費の適正化では、特定健診・特定保健指導などの取り組みが重要であると述べた。そして、厚生労働省において特定健診・特定保健指導の医療費適正化効果の検証に関する中間取りまとめが発表されたこと、各市町村での取り組みにより健診受診率等は年々向上しているが、県全体で設定した目標値に達していないことに触れ、引き続きの取り組みを呼び掛けた。

また、国保事業は大きな変革の時期にあり、動向に注視するとともに、制度の円滑な運営に向けて、今以上に市町村と緊密に協力しながら取り組んでいく必要があると訴えた。

研修会では、高知県から国保制度の概要や国保の資格・国保料(税)の他、レポート点検の基本的事項等、また本会からは、保険者事務支援システム(X・R・L)や国保連合会の業務等、これから実務に携わっていく上で必須となる基本的事項について説明を行った。

参加者からは、「担当業務だけでなく、直近の国保情勢や実務全体を知ることができた。実践で生かしていきたい」といった声が聞かれ、2日間わたる研修は充実したものとなった。

### 介護保険担当者が 基本的事項を学ぶ 介護保険初任者研修会

本会では6月12日、「平成26年度介護保険初任者研修会」を高知市の高知会館で開催し、市町村の介護保険事業に携わる新任担当者24人が出席した。

研修会では、参加者個々にノートパソコンを用意し、現在、本会と保険者間で運用している保険者支援システム・支援システムプラスについて、同システムを保守・管理している岡山情報処理センターから講師として招き、基本操作等について説明を行った。

本会担当者からは、受給者台帳や過誤処理、縦覧点検支援処理、高額医療・高額介護合算などの実務に携わっていく中で必要となる基本的事項の説明を行った。

介護保険事業の健全な運営とさらなる発展のため、参加者の今後の活躍が期待される。本会では、介護給付費の審査支払い業務はもとより介護給付の適正化事業等、保険者における事務の効率化に向け、引き続き積極的な保険者支援を行っていく必要がある。



高知県在宅保健活動者  
なでしこの会

スローガン

会員の力を結集し  
楽しく進めよう地域の健康づくり

国の動向に注視し、自分たち  
ができることを模索していく

第16回通常総会開催

高知県在宅保健活動者  
なでしこの会は6月24日、  
高知市の県民文化ホール  
において、会員27人の出  
席のもと、第16回通常総  
会を開催し、平成25年度  
事業報告認定議案等、全  
3議案を認定・可決しま  
した。

開会あいさつに立った  
秋田美智子会長は、26  
年の通常国会で成立し  
た「地域における医療お  
よび介護の総合的な確保  
を推進するための関係法  
律の整備等に関する法  
律」について触れ、地域  
づくりによる介護予防推

進支援モデル事業に高知  
県がモデル県として取り  
組み、その支援アドバイ  
ザーになでしこ会員から  
1人推薦し、厚生労働省  
において研修を受けてい  
ることを報告しました。

また、国保を取り巻く  
環境が大きく変化してい  
くため、国の動向に注視  
しながら、自分たちにで  
きることを模索していき  
たいと今後の抱負を語り  
ました。

さこい健康プラン21推進  
室長があいさつに立ち、  
会員のこれまでの活動に  
対して謝辞を述べまし  
た。そして、26年1月に  
初めて開催された、県内  
の行政保健師等が集う保  
健師交流会において、秋  
田会長が高知県の保健師  
マインドというテーマで  
講演したことを報告しま  
した。その中で、会長の  
「時代が変わっても保健  
師の本質は変わらない」  
というメッセージを紹介  
し、保健師としての在り  
方・技術を若い世代に継  
承していくためにも、引

き続きの協力が必要と呼  
び掛けました。  
総会では、議長に森下  
桂子氏を選出し、議事録  
署名人を指名後、平成25  
年度事業報告認定議案・  
平成26年度スローガン  
案・事業計画制定議案を  
原案どおり認定・可決し  
ました。



会長  
秋田 美智子



来賓  
山本 雅子氏



議長  
森下 桂子氏



# 地域の「たから」 ちいキッズ!

わがまちの子育て支援 <Vol.9>

「地域のみんなが集まる  
公民館をめざして」

めざすのは公民館。

地域に住む人たちの

生涯に添った伴走型の支援をします。

NPO法人 Homoludens「ぶらうらんど」——中芸広域連合——



田野町では24年4月から開所しています



## 日高村でスタートした「ぶらうらんど」

「ぶらうらんど」は、平成21年に日高村で始まりました。23年には中芸広域連合(奈半利町・田野町・安田町・北川村・馬路村)の5カ町村で組織)から委託を受け、24年4月に田野町で開所し、さまざまな子育て支援をしています。田野町での主な事業は、プレ保育事業と称して小集団の保育をしており、中芸地域に在住で、保育園(幼稚園)入園前の親子に体験保育をし

てもらうことで、規則正しい生活が身に付くように支援しています。  
ぶらうらんどは、「開墾地」という意味です。開墾地の土が硬いと種をまいても芽は出ません。だから、その土を耕すお手伝いをしたい。そして耕した土に自分の見つけた種を植え、葉をつけ、世界に一つしかない花を咲かせ、実を付けていってほしい。そんな思いが込められています。



若いお母さんや担当者が  
乳がんについて知識を深める  
本山町で乳がん予防啓発事業を実施

6月10日、本山町子  
育て支援センターにお  
いて、乳がん予防の健  
康教育・講習を行いま  
した。育児相談の日に  
開催され、親子6組と  
役員担当者や保育士、  
保健師の参加がありま  
した。

本会からは秋田会長  
が講師として参加し、  
「30〜60歳の日本人  
女性がかかるがんの  
トップは乳がんである  
こと」「乳がんにかか  
りやすい人が30歳代か  
ら増えること」など、  
早期発見・予防の重要  
性について話し、その  
後、乳がんの自己触診  
について、乳がん触診  
モデルを使用して講習  
を行いました。

参加したお母さんは





すやすやと眠る花音ちゃん

### みんなに「ぶらうらんど」を知ってもらいたい

ぶらうらんど今後の展望を聞くと、子どもたちが将来、県外に出て行かなくても、生まれ育った中芸地域で働けるような場所を親と行政と一緒に作っていきたいそうです。また、中芸地域で生まれ育った子どもたち全員がぶらうらんどに一度は来て、ぶらうらんどのことを知らない子どもがいないようにするのが

夢とスタッフの方が教えてくれました。27年度、住民参加型の公民館「中芸家・家庭教育支援ぶらうらんど Kouminkan」をスタートする予定です。「家庭教育支援館」「多機能保育館」「働こう館」の機能を持った施設です。ぶらうらんどの思い描く形が、少しずつ形になろうとしています。



ねむたくなっちゃった...



### NPO法人 Homo Ludens 「ぶらうらんど」

〒781-6410 高知県芸芸郡田野町907-1  
TEL / 0887-38-3822  
HP / <http://homoludens.biz/index.html>  
利用日時 / 月～金曜日9:00～15:00

## 相談すると必ず解決策を示してくれる

### 基本的な生活習慣を身に付ける

ぶらうらんどは、親子が基本的な生活習慣を身に付けることを大事にしており、9時に施設に来所できるように支援もしています。来所が難しいなら家に迎えに行き、一緒に支度をし、決まった時間に家を出られるように支援をします。

ぶらうらんどを利用する2人の母親から話を聞きました。健将くん(1歳)の両親は高知県出身ではなく、親戚も近所にはいません。「遠慮なく子どもを預けてよ」とスタッフからの声掛けもあり、よく利用していたそうです。そして今では、週に3日、午前中は健将くんをぶらうらんどに預け、安心してぶらうらんどスタッフとして働いています。

花音ちゃん(1歳)は、授乳中か寝ているとき、祖母と一緒にいるとき以外は泣いているばかりで、寝かしつけるのも難しく、両親は精神的にも体力的にも消耗していたそうです。そんなとき、新生児訪問で「ぶらうらんどに試しに来てください」と誘われたのをきっかけにして利用しています。今では、花音ちゃんは落ち着き、生活習慣が身に付いたことにより、時間になると寝てくれるそうです。取材中もぐっすり寝る花音ちゃん。聞いた話を疑ってしまうくらいでした。

2人の母親は、「ぶらうらんどに来て生活習慣が身に付いた」と口をそろえて言っていました。そして、子育てにおいて困ったことがあり、相談すると必ず解決策を示してくれると話してくれました。

伴走型の支援をします!!



スタッフ

松下さん、中市さん、山下さん



毎週金曜はぶらう食堂。スタッフが自分たちの昼食を作ります(1食300円)



### 地域とのつながりが子どもたちの未来をひらく

ぶらうらんどは子育て支援の他に、地域の社会資源の掘り起こしや就労場の提供等にも力を入れています。母親は貴重な社会資源。子育て時に8時間働くのは難しいですが、少しだけ環境を変えることで、十二分に力を発揮できるそうです。一人でその仕事をするのではなく、複数人で仕事や時間をシェアする。そうすることで、貴重な社会資源を眠らせずにすみます。ぶらうらんどの事業を拡大していくには人材がいる。その人材は地域の母親ということです。

就労場の一つに、パンの移動販売があります。地元のお店が作ったパンを委託販売しており、その際、地元店のクッキーや地域の野菜などを一緒に売ります。週2回の販売は好評で、ほぼ完売だそうです。その移動販売に、夏休み期間中は子どもたちも参加し、就労体験をすることもありますが、母親だけでなく、子どもたちの未来の就労の場や関係づくりにつなげることを目標にしています。地域の人たちとのつながりが子どもたちやぶらうらんどの未来をひらきます。

できることがいっぱいあるんだよ



### できることを認めてあげることが大事

家族とのつながりの次に重要なことは、子どもの障害のリスクに早いうちから気付き、正しい対応をすることです。それが障害を障害にさせなかつたり、度合いを軽減させることにつながり、その子だけでなくその家族の未来を助けることになります。

その過程で何より大事なことは、気になる親子に「これができない」「あれができない」と言うのではなく、「こうしたらできた」と教えることだそうです。できないことを増やすのではなく、できる方法を教え、できることを増やすことが何よりも意味があるそうです。

### 療育の専門性を生かした発達支援

ぶらうらんどは、発達障がい児を対象にした療育の専門機関として始まりました。見る(視覚)・聞く(聴覚)・触れる(触覚)・味わう(味覚)・嗅ぐ(嗅覚)の5感を使った学びや遊びを通して、社会生活や対人関係を営む上で必要な技能を習得し、コミュニケーション能力を養うことを目的としています。

田野町ではその専門性を生かし、障害のリスクの有無で区切らず、中芸地域で生まれて育つ子どもたち全員を対象に成長発達の支援をしています。

### めざす形は公民館

ぶらうらんどがめざす形は、公民館のような生涯学習・教育施設であり、その子の人生やその家族に添った伴走型の支援です。

中芸広域連合の新生児訪問に同行し、生後10～20日以内の「おめでとう訪問」をするように心掛けています。出産後の1カ月、母親にとって肉体的にも精神的にも非常にきついこのときに会うことが重要だといえます。きついときだからこそ、母親が本音で語ってくれるからです。父親は何をしていいかわからない上に仕事もあり、母親が一人でもがんばらないといけない状況になりがちです。そんなときに、「何でもいいから言うて、手伝うき」と声を掛けることが母親との関係を作り、最終的な支援までつながるといいます。

子どもをたべちゃおうよ!



## 生涯を通して伴走型の支援をします



## 健康づくり活動への理解を深め 地域活動に役立てる

平成26年6月24日、本会では高知市の高知県立県民文化ホール グリーンホールにおいて「平成26年度ヘルスアップ推進員研修会」「高知県在宅保健活動者なでしこの会第29回研修会」を共同開催した。地域保健活動を推進するリーダーの育成強化を目的に、県内各地で活動している健康づくり推進員や食生活改善推進員など262人が参加。特別講演や活動報告を通じ、健康づくり活動への理解を深めた。

### 主催者あいさつ



主催者  
高知県国民健康保険団体連合会  
常務理事 大野 政彦

主催者を代表して本会の大野政彦常務理事があいさつに立ち、日ごろから地域住民の健康保持のために奔走している推進員の活動に対し、敬意を表した。その上で「県民の健康意識の高揚を図るためには、健康づくり団体の皆さんの支援・協力が重要」と、住民と関係機関が一体となった活動の必要性を呼び掛けた。

今回の研修会では、活動報告として、高知市保健所健康増進課保健師の中山由子氏より「わがまちの健康

づくり―高知市における健康づくり活動について―」と題して発表がされた。講演では、東京都健康長寿医療センター研究所研究部長の新聞省二氏が「メタボ予防と老化予防―高齢者の健康づくりは老化予防―」と題して講演を行った。

### 活動報告

わがまちの健康づくり  
―高知市における健康づくり活動について―



報告者  
高知市保健所健康増進課  
保健師 中山 由子氏

高知市では、24年度末に健康づくり計画を策定し、その中で循環器疾患対策が重点施策の一つとして位置づけられ、25年度から循環器疾患対策を生活習慣病予防として取り組みを始めたばかりです。何か成果が出てお示しするものではないですが、高知市の現状や、そのように取り組むことになった経過、また実施していること、今後について報告します。

高知市は高血圧の方の割合が男性では30・50・60歳代、女性では40・50歳代の方が全国割合よりも高く、治療を

受けない方も多いです。また、男性の50〜69歳の主要死因別過剰死亡数では、がん、心疾患、脳卒中が高くなっており、壮年期の循環器疾患対策を生活習慣病予防と捉えて取り組みを始めることになりました。

そこで、先進的に生活習慣病予防に取り組んでいる兵庫県尼崎市と山口県下関市を視察しました。尼崎市は健診・保健指導に重点を置いた生活習慣病予防を行っており、下関市は行政と市民協働による生活習慣病予防に取り組んでいます。

これらの視察を受けて、高知市では、特定健診の受診促進と保健指導を充実させる中で、生活習慣病予防、重症化予防対策の実施や、既存の市民団体や関係団体との連携や協働による健康づくりを支援する社会環境づくりを進め



ていくことになりました。そして、24年度末に健康づくり計画を策定し、25年度は特定健診の健診結果説明会の実施や特定健診結果に基づく保健指導やヘルスマイトとの協働等、健康づくりに関する普及・啓発に取り組みました。今後の課題や方向性としては、健診結果説明会の定着および充実、特定健診結果に基づく保健指導の拡充、生活習慣病予防の視点を入れた啓発活動、地区組織や関係機関等との連携が挙げられます。

高知市の活動はまだ始まったばかりで課題も多いのが現状ですが、関係機関や市民と協力して、同じ方向を向いて、「じょうんと元気で健康」をめざしたいと思います。

### 講演 メタボ予防と老化予防 ―高齢者の健康づくりは老化予防―



講師  
東京都健康長寿医療センター  
研究所（東京都老人総合研究所）  
研究部長 新聞 省二氏

新聞氏は冒頭、「壮年期の健康づくりでは、メタボ（メタボリックシンドローム）予防が重要となるが、メタボ予防の健康づくりが何歳まで有効か。

例えば70歳以降は、メタボ予防から老化予防に視点を変えた方がよい。これは最近の研究の成果でも出ている」と述べ、老化予防とは「体と心が元気でいること」と説明した。

健康寿命の延伸方法を知るには、実際に地域住民のデータを取り、時間をかけて観察する必要がある。65歳以上の方を対象に、元気な時に健康に関する情報を集めた。その上で、通常の健診に加えて、栄養調査、日常生活の送り方等の問診、体力測定等により運動能力を調査し、その後、2・4・6・8年後と追跡調査を実施した。その経過において、亡くなる方や要介護の方が出てくるので、元気な方はどのような方たちで、何がその差を作るかを比較した。死亡者と生存者の比較により、寿命に関連する要因が分かり、生存者の中で、要介護を経験した人とそうでない人を比較することで、健康寿命の関連要因が分かると説明した。

健康寿命には、いろいろなことが影響するため複雑ではあるが、疾患の影響は健康寿命にとって大きな要因ではなく、病気であっても、かかりつけ医が管理をしたり薬を飲むことで、病気の少ない人に比べて必ずしも健康寿命が短くないこと、疾病に注目しても、健康長寿の目標は達成できないことが分かったと述べた。

新聞氏は、「健康寿命には生活のり



ズムが大事であり、また自分の健康に自信がある人がよい。検査数値も大事ではあるが、主観的に自分は元気と答えられる人は、栄養状態が良く、体力があり、何か仕事があるもしくは社会的な活動に参加しており、生活が好循環している」と語った。

後半では、健康なまちづくりの事例として、兵庫県養父市と群馬県草津町での調査結果を紹介した。

講演は、参加者が熱心に聞き入る中、笑いがこぼれる場面も見られた。講演後には質問が寄せられ、有意義な時間となった。

# 『犯人は「ユズ」?』

北川村住民課  
課長補佐 浜渦 隆司

4月1日の人事異動で住民課へ配属となった。実に23年ぶりの住民課であり、当時、一番担当したくなかった国保担当となった。

実に23年ぶりの住民課の職員数は大幅に減り、その分、電算端末が職員以上に増え、1人当たりの業務量は増える一方である(どこの自治体も同じ状況であろうかと思ふ)。

国保担当にはなったものの、何しろ、言葉が分からない。県や国保連合会からの電話も「異国の言葉」を聞いているようで、何を言っているのかさえ分からない。療養費とかレセプト、限度額認定、月報など……全くのパニックであ

る。加えて電算端末の操作方法も意味不明で毎日、何が何やら分からず1日が過ぎていく。さらに付け加えて20年前と比べると一段と物覚えが悪くなっているようで、何度聞いても忘れる自分に情けなさを感じる。

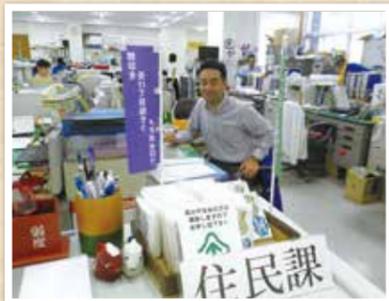
一方、国保業務の課題は「医療費の適正化」と「特定健診の受診率の向上」ということである。何せ、北川村は1人当たりの医療費が日本一らしい。特に高血圧関係の医療費が多額となっているらしく、食生活の改善が急務となっている。そんな中で、北川村の特産である「ユズ」が高血圧の原因ではないかとの説がまことしやかにささやかれている。

昔から、北川村の各家庭ではユズの果汁を長期保存するために、10〜20%程度の食塩を入れて保存しており、その果汁を頻繁に食事に使用しているからということであるらしい。

3月まで、そのユズ振興に携わってきたこともあり、少し複雑な気分である。ユズの消費拡大や販売促進、ユズを使用した伝統料理のPR、日本初のユズ青果輸出等、ユズに特化した業務ばかりしてきた自分にとって、ユズは世界に誇れる食材と自負してきただけに、それが根底から覆さされたような思いである。何ともあれ、ユズに着せられた汚名をそそぐことはも



ちろん、村民に訴えかけるにしても、まずは自らを改め、生活習慣病の改善に向けた取り組みを始めなければ……と日々思う今日この頃である。



23年ぶりの住民課です。何かと迷惑をお掛けするかもしれませんが、よろしくお願いします

# 『学生時代』

佐川町町民課保険年金係  
主事 津野 琴美

佐川町町民課の津野琴美と申します。平成23年の4月に採用となり、3年があつという間に過ぎました。入庁したばかりのころは、何が分からないのかも分からない状態でしたが、優しい先輩方に恵まれ、少しずつ日々の業務を覚えることができました。

今回コーヒープレークのお話をいただきましたが、熱しやすく冷めやすい性格で、特に長続きしている趣味が思いつきませんでした(笑)ので、高校と所属していた弓道部について書くかと思えます。

中学1年生の春に、「格好が良い」「弓矢に触ってみた」という理由から入部したものの、最初は弓に触れること

筋トレの連続でした。実際に

筋トレの連続でした。実際に弓に矢をつがえて的に向かったのは中学1年生の冬頃。最初は矢が的に全く当たらず、的からかなり離れたところに飛んでいたり、地面に落ちたりしました。また、弓を引くにも力が要ります。テレビ等で武士が軽々と弓を引き、いとも簡単に的中するというようなシーンを思い描いていた私は、現実とのギャップを思い知らされました。初めて矢が的中した時の「ポンッ」という音と感動は今でも覚えて

います。弓道生活の6年間は濃く、いろいろな思い出があります。中でも心に残っているのが茨城県水戸市で行われた全



国大会に出場できたことです。弓道の試合は1チーム3人または5人で行われます。私が出場した水戸市の試合では3人チームだったので、各チーム12射で競うことになりました。射場に3人で並び、前の選手から矢を1本ずつ射っていきます。

普段、試合を行う高知県の試合会場とは雰囲気も広さも会場の人の多さも比べものになりません。最初は緊張で足が震え、さらに相手チームの的に的中する鋭い音に気おさ

れていましたが、練習の成果を出し切り精いっぱい試合に臨むことができました。練習がうまくいかなかったり、試合で良い結果が出せなかったり、弓道を辞めたいと思うこともありましたが、また、



佐川町は高知ファイティングドッグスのホームタウン。応援、よろしく願いいたします

肩や肩甲骨を使って弓を引くので、女性にしては肩の辺りのガタイがよくなっていました(笑)、部員のみんなと協力し合い、競い合いながら過ごせた6年間は私にとって宝物です。

今になっても、時々夢の中で学生に戻って弓道をしています。また、弓道の試合会場のある高知城付近を通ったり、はかまをはいた学生の集団がいるのを見ると、学生時代を思い出します。

高校を卒業してからは弓道をしていませんが、機会があればもう一度弓道を始めてみようと思います。

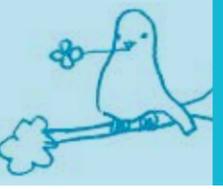
# 子どもが、親が、地域が育つ 子育て応援の里「ひだか」

—きめ細やかな子育て支援—



日高村健康福祉課  
川村 未央

健康福祉課の皆さん 筆者は前列左から2人目



自然と人とのぬくもりがいつ  
ぱい！茂平の里・ひだか



日高村の忍者・日下茂平をモチーフにした「もへいくん」

日高村は、高知市の西約16kmに位置し、山地に囲まれた盆地の地形により、昼夜の温度差が大きい気候のむらです。小さいむらなので小回りが利き、隣近所のつながりがあり田舎の良さが残っています。

今話題となっているのは、むらを元気にする「ひだかオムライス街道」です。日高村自慢のシュガートマトを使ったとってもおいしいオムライスが食べられるお店があります。また、むら挙げての一大イベント「ひだか茂平マラソン」には、県内外からたくさんの方の参加があります。

むらの人口は、平成26年4月末現在、2431世帯に5389人、高齢化率は36・3%と年々増加する一方で、25年の出生数は33人と少子高齢化が進んでいます。



日高村保健センター

日高村の保健師は現在、本庁に3人、保健センターに2人の計5人が業務分担制で活動

保健センターは、健康づくりを担っており、「日高村健康増進計画・食育推進計画」に基づき、さまざまな事業に取り組んでいます。今回は、子どもたちが健やかに育つために、きめ細やかな子育て支援体制をめざして取り組んでいる母子保健活動を紹介します。

## 妊娠期から始める支援の大切さ

本村では、妊娠届出申請手続き時および母子健康手帳交付時は、できるだけ保健師が面接を行い、母子とのつながりを持つとともに、妊娠中や出産後の訪問支援に向けた状況把握を行っています。妊娠期のちよっとした関わりが、「一人ではないんだ」「何かあったら相談していいんだ」という安心感につながるように心掛けてアプローチしています。

## 子どもたちの健やかな成長と母親の子育てを支援するために

本村では、9年度から保健師と助産師が同行して、生後4カ月までの乳児がいる全家庭の訪問に取り組んでいます。新生児期の母親は、赤ちゃんが中心の生活になかなか慣れず、睡眠不足や不規則な生活になりがちで、出産の

感動や喜びを感じながらも、心身ともに疲れている状況に置かれています。



乳児健診。関係機関で協力して母親をサポートします

訪問時は「不安や困っていることがあれば相談して」と声を掛けています。母親のがんばりを認め共感することが、母子保健活動の原点だと思っています。

## 地域の宝である子どもたちを見守り、健やかに成長するために

乳児・1歳6カ月児・3歳児の健診では、子どもたちを適切に支援するために医師、歯科医師、助産師、保健師、臨床心理士、保育士、管理栄養士、歯科衛生士など多職種専門スタッフがチームとなり、さまざまな視点で発育・発達を確認を行っています。

乳児健診では、助産師による母乳相談やマッサージを行い、母乳育児の推進や母子関係をより良くできるような支援をしています。1歳6カ月児と3歳児の健診では、子育て相談や臨床心理士による発達検査で精神発達面の確認をしています。そして、変化する子育て

環境の中で、母親ががんばり過ぎていかなどを確認し、丁寧な対応と温かい健診の実施を心掛けています。

また、14年度からは3歳児健診後のフォロー健診として、むら独自で4歳児・5歳児・6歳児健診を行っています。この健診では、小児精神科医、臨床心理士、保育士、保健師が保育園に出向き、集団生活における子どもの様子を観察しています。気になる子どもの様子を適切な支援に結びつけるために、保育園との事前カンファレンスを基に行動観察を行い、事後カンファレンスを行い、親子のより良い支援を一緒に考えています。関係機関で連携を図り、きめ細やかな子育て支援を行うことで、子どもの成長、発達を促しています。

母子保健のシステムとして、母子健康手帳の配布から妊婦健康診査、出産後の訪問、乳幼児健診と重層的に母子を見る仕組みがあります。この仕組み



24年5月6日より正式運行している屋形船。日高村を流れる仁淀川を遊覧します

を充実させるために、「見る」「聞く」「共感する」力を高め、臨機応変に対応できる保健師でありたいと思っています。

## いのちを学ぶ学習を通して次世代へのメッセージ

学校保健と思春期保健が連携を図り、中学生が子育てについて学び、親への感謝や命の尊さ、他人を思いやる心を育み、将来に役立ててほしいために、「いのちを学ぶ講演会」と、助産師と保健師による中学校への出前講座「妊婦疑似体験、育児体験学習」に取り組んでいます。

講演会後の感想文には、親への感謝や思いやりなどがつづられ、体験学習では、「妊婦さんがいたら席を譲りたい」「この体験を大人になったらときに生かしたい」といった感想がつけられています。赤ちゃんのかわいらしさに触れながらも、妊娠期や育児の大変さを感じ、「いのち」を真剣に考える時間になったと思います。思春期にいのちを学ぶことは将来に大きく影響を与えます。今後、いのちの学習を継続していかなければならないと思っています。



すくすくひろばでのクリスマス会には、サンタクロースがやってきました

## 子育て支援のネットワーク

むらの子育て支援の拠点である「日高村地域子育て支援センター」では、親子のふれあいと育児情報の交換や相談、さまざまな製作を楽しむ仲間づくりの場として「すくすくひろば」を開催し、母子保健と連携を図りながら子育てしやすい環境整備に努めています。

ひろばに参加している母親たちを見ていると、子育てに不安を感じていた母親が、楽しく子育てができるようになったり、ゆとりを持ってわが子に関わることができるようになったり、自分の時間を持てるようになったり、自分自身も成長している姿を見ていると、子育ては親育てというのをいつも実感します。

子育てをしていく上で、同じ環境にいる母親同士が出会える場は大切だと思います。この場を子どもたちの成長、

発達をありのまま受け止める場、母親がありのままの自分を出すことができ場にしていききたいと思っています。

## 日高村らしい子育て支援活動

少子高齢化、核家族化が進む中では、保健師だけの母子保健活動には限界があり、さまざまな関係機関が連携して、きめ細やかな子育て支援をする必要が大切だと思っています。

本村の子育て支援には、乳幼児健診の未受診児フォローなどの課題があり、スタッフも限られています。知恵を出し合いチームワークで、子どもたちが健やかに育ち、親が安心して楽しく子育てができるように取り組んでいきたいと思っています。

そして、田舎の良さでもある隣近所のつながりを生かし、地域が一体となって子どもたちを温かく見守る子育て環境を大事にしていきたいと思っています。



健診会場は、母親同士の交流の場でもあります

# 食べてみや! 味てみや!!



みそが風味を演出する一品

## バンバンジー 和風棒棒鶏

焦がした皮の香ばしさがより一層引き立てるごまのみその香り。それが鼻に抜けると口の中には鶏肉とみそのうまみが広がります。みそが効いたごまだれはキュウリにもよく合います。

### ◎材料(2人分)

鶏もも肉……………200g  
おろしにんにく……………少々  
塩……………1g  
砂糖・こしょう……………少々  
酒……………50ml  
水……………50ml  
キュウリ……………1/2本  
トマト……………1/4個  
—ごまだれ—  
白練りごま……………小さじ1と1/2  
みそ……………小さじ2  
酢……………小さじ2  
しょうゆ……………小さじ1  
ごま油……………小さじ1  
砂糖……………少々

1人分

エネルギー 268kcal  
塩分 1.5g

### ◎作り方

- ①鶏もも肉はおろしにんにくをすり込み、塩、砂糖、こしょうを振っておく。
- ②フライパンに酒と水を入れ、煮立ったら①を皮を下にして入れ、ふたをして弱火にする。12～15分ほど蒸し煮にし、冷ましておく。
- ③キュウリは長さを半分に切り、ピーラーで削るように切る。
- ④トマトは薄切りにする。
- ⑤②を1cmのそぎ切りにする。
- ⑥ごまだれを分量の調味料を合わせて作る。
- ⑦キュウリとトマトを皿に飾り付け、⑤を置き、ごまだれをかける。

### ◎メモ

- ・よりヘルシーにしたいときは、むね肉やささ身を使うとよいでしょう。
- ・ごまだれに好みでラー油を加えて、ピリッとさせるのもいいですね。

\*鶏肉の表面をパリッとさせたい場合は、②の蒸し煮にするとき、水分がなくなりパリッとしたところで火を止める。

## 夏の食中毒に注意!!

梅雨時から10月ごろまでは高温多湿な状態が続く、食中毒が多く発生します。

「若いから」「元気だから」といっても油断は大敵。夏バテで疲れがたまっているときは免疫力が下がっています。そういつたときは食中毒にかかるリスクが大きくなり、症状も悪化しがちです。食中毒を起こす細菌は食べ物に付

着していても、食べ物の見た目や味は変わらなず、臭いもしません。また、調理した後、室温に食べ物を放置しておくと、細菌が増殖し食中毒を起こしてしまふことがあります。食事の準備をするときには、細菌を「付けない」「増やさない」、加熱等で「やっつける」を心掛け、食中毒を防ぎましょう。

風味豊かなイタリア風オムレツ

## トマトとキノコのチーズオムレツ

卵のやさしい味わいにチーズのコクとうまみ、トマトの酸味とイタリアンパセリの清涼感が演出を加えます。シメジやマッシュルーム、トマトの食感が楽しい具だくさんのオムレツです。

### ◎材料(2人分)

シメジ……………30g  
マッシュルーム……………30g  
イタリアンパセリ……………15g  
ミニトマト……………6個  
卵……………3個  
ピザ用チーズ……………40g  
塩……………1g  
こしょう……………少々  
オリーブオイル……………大さじ1  
—付け合わせ—  
ズッキーニ……………40g  
オリーブオイル……………適宜  
塩・こしょう……………少々

### ◎作り方

- ①シメジは石づきを取り小房に分ける。
- ②マッシュルームは薄切りにする。
- ③イタリアンパセリはちぎっておく。
- ④ミニトマトは4等分に切る。
- ⑤ボールに卵を割り入れて溶きほぐした中に、①～④、チーズを入れて混ぜ、塩、こしょうで味を調える。
- ⑥フライパンにオリーブオイルを熱し、⑤を流し入れ、オムレツを作る。
- 付け合わせ—
- ⑦ズッキーニを輪切りにする。
- ⑧フライパンにオリーブオイルをしき、⑦を入れ、塩・こしょうをしてさっと炒める。

### ◎メモ

- ・好きなキノコを使ってアレンジが楽しめます。
- ・ハムや炒めたひき肉、ジャガイモなどを入れてもいいですね。
- ・ピザ用チーズはとろけるチーズで代用できます。



管理栄養士  
にしもり  
西森美恵

管理栄養士であり、「高知県在宅保健活動者なでこの会」副会長をはじめ、食育を考える地域活動栄養士の会「トマトの会」代表などを務める。食育を通じて、おいしく楽しく健康的な食生活の実践をめざし、地域に密着した栄養相談・料理講習会・講話などの活動を行っている。

1人分 | エネルギー 266kcal | 塩分 1.4g



## 夏の食中毒予防には

- 買い物では新鮮なものを選び、買い物袋に氷やドライアイスを入れ、寄り道しないで真すぐ帰る。
- 調理器具はきれいに洗って乾燥させる。タオルやスポンジも清潔なものを使う。
- 肉を切ったまま板で生野菜などを切らないようにする。

## 特に気を付けること

- 料理や食事の前は必ず手洗いをする。
- 作り置き料理はもう一度加熱してから食べる。
- 残った料理は清潔な容器に入れて冷蔵庫で保存する。
- 時間がたった料理は捨てる。



●高知市円行寺にある「岡崎牧場」に行ってきました。牧場では、ポニーやヤギに餌をあげることができ、牧場内にある「Deer Land Farm」というスイーツ店では、牧場で取れる新鮮な牛乳を使ったソフトクリームやケーキが販売されていました。また、訪ねたその日は、偶然にも月に一度のオープンファームの日で、牛への餌やりやブラッシング体験、ポニーの乗馬体験などが開催されていました。体験に参加している子どもたちは、最初は緊張した表情を見せていましたが、慣れると満面の笑顔になっていました。

●高知の暑い夏が今年もやってきました。暑さが日を追うごとに増してくると、「そろそろ夏が通り過ぎないだろうか」と思い、逆に冬の寒さが来ると、そろそろ冬が……とってしまいます。これではいけませんね。せつかくの夏を楽しまない。ということで、まずは冷蔵庫でキンキンに冷やした……あとのご想像にお任せします。(田)

319号の取材・寄稿にご協力くださいました皆さん  
ありがとうございました。



## TOSA 国保だより

2014年7月発行 319号

■発行者  
高知県国民健康保険団体連合会  
高知市丸ノ内2丁目6-5 TEL 088-820-8415  
<http://www.kochi-kokuhoren.or.jp>  
E-mail [koho@kochi-kokuhoren.or.jp](mailto:koho@kochi-kokuhoren.or.jp)

■印刷  
株式会社リーブル 高知市神田2126-1  
TEL 088-837-1250 <http://www.livre.jp>

### 次号予告

自然と人が優しくふれあうまち

### 「須崎市」

今回は須崎市を訪ね、これからのまちづくりについて、楠瀬耕作市長にお話を伺います。

TOSA 国保だより 320号  
10月下旬発行予定

## 連合会日誌

2014年4月1日～6月30日

4月	6月
3日 特定健診等データ分析支援(大豊町)	27日 国保中央会システム委員会特定健診等データ管理システム部会出席(東京都)
10日～11日 平成26年度四国地区国保連合会事務局長会議出席(高知市)	平成26年度市町村保健衛生職員協議会・保健師部会役員会出席(高知市)
14日 平成26年度共済組合並びに互助会の事務研修会出席(高知市)	28日 改正男女雇用機会均等法施行規則等・両立支援助成金説明会出席(高知市)
高知県国民健康保険事務担当職員協議会安芸支部総会出席(室戸市)	平成26年度高知医療再生機構定時社員総会出席(高知市)
16日 介護電子請求受付システム担当者説明会出席(東京都)	30日 地方協議会会長県国保連合会常勤役員・事務局長合同会議出席(東京都)
17日 地方協議会会長県国保連合会常勤役員・事務局長合同会議出席(東京都)	TOSA国保だより第318号発行
18日 国保中央会システム委員会・幹事会出席(東京都)	
高知県在宅保健活動者なでしこの会第57回役員会開催(高知市)	2日～3日 平成26年度生活習慣病対策健診・保健指導に関する企画・運営・技術研修(研修計画編)出席(埼玉県)
24日 平成26年度保険者支援保健事業「保険者での国保データベース(KDB)システムを活用した生活習慣病対策支援モデル事業」に関する説明会開催(高知市)	3日 全国国保連合会常勤役員・事務局長合同会議出席(東京都)
24日～25日 全国国保連合会常勤役員会議出席(沖縄県)	平成26年度ケアプラン分析システム活用に関する研修会出席(高知市)
25日 高知県国保地域医療推進協議会監事会開催(高知市)	4日 平成26年度ケアプラン分析システム活用に関する研修会出席(安芸市)
28日 高知県国民健康保険事務担当職員協議会中央支部総会出席(高知市)	4日～6日 平成26年度生活習慣病対策健診・保健指導に関する企画・運営・技術研修(事業評価編)出席(埼玉県)
30日 審査支援担当者会議出席(東京都)	5日～6日 平成26年度中・四国地方国保連合会常勤役員会議出席(岡山県)
高知県国民健康保険事務担当職員協議会高吾支部総会出席(土佐市)	9日 平成26年度ケアプラン分析システム活用に関する研修会出席(四万十市)
30日～5月1日 高知県国民健康保険事務担当職員協議会幡多支部総会出席(四万十市)	10日 高知県在宅保健活動者なでしこの会乳がん予防啓発事業実施(本山町)
8日 高知県国民健康保険事務担当職員協議会監事会開催(高知市)	12日 国保中央会による新国保保険者システムに関連する保険者視察(高知市・安田町)
9日 国保中央会システム委員会・幹事会合同会議出席(東京都)	平成26年度介護保険初任者研修会開催(高知市)
平成25年度特定健康診査等国庫負担(補助)金の実績報告に関する説明会・特定健康診査等事務担当職員新任者研修会開催(高知市)	13日 国保中央会による新国保保険者システムに関連する保険者視察(香美市)
12日 第3回新国保制度対策委員会出席(東京都)	16日 平成26年度第1回高知県慢性腎臓病(CKD)対策連絡協議会出席(高知市)
平成26年度保険者支援保健事業「保険者での国保データベース(KDB)システムを活用した生活習慣病対策支援モデル事業」担当者打ち合わせ会開催(高知市)	平成26年度保険者支援保健事業「保険者での国保データベース(KDB)システムを活用した生活習慣病対策支援モデル事業」担当者打ち合わせ会開催(高知市)
14日 平成26年度四国地区市町村・国保組合国保主管課長および国保担当者研修協議会出席(愛媛県)	17日 ジェネリック差額通知効果測定支援システムに関する説明会出席(東京都)
14日～15日 平成26年度国民健康保険事務担当職員新任者研修会開催(高知市)	18日 第4回新国保制度対策委員会出席(東京都)
15日 新国保保険者システムの検討に関する調査研究の報告についてのブロック説明会出席(岡山県)	19日 平成26年度保険者支援保健事業「保険者での国保データベース(KDB)システムを活用した生活習慣病対策支援モデル事業」第1回検討会開催(高知市)
市町村保健衛生職員協議会保健師部会事務局との打ち合わせ会開催(田野町)	20日 全国国民健康保険診療施設協議会理事会・定時社員総会出席(東京都)
17日 高知県国保地域医療推進協議会理事会・総会開催(高知市)	23日 国保連合会保険者協議会担当者会議出席(東京都)
19日 平成26年度第1回高知県歯と口の健康づくり推進協議会出席(高知市)	24日 平成26年度高知県総合保健協会定時評議員会出席(高知市)
20日 国保の都道府県移行に関する国保連合会担当者会出席(高知市)	平成26年度ヘルスアップ推進員研修会開催(高知市)
保険者間調整担当者説明会開催(高知市)	高知県在宅保健活動者なでしこの会第16回総会・第29回研修会開催(高知市)
21日 第4回高知県慢性腎臓病(CKD)保健指導ガイドライン作成検討会出席(高知市)	27日 国保中央会定期総会出席(東京都)
22日 社会保障と税の一体改革説明会in高知出席(高知市)	国保中央会臨時理事会等出席(東京都)
高知県国民健康保険事務担当職員協議会理事会・総会開催(高知市)	
保険者協議会研修事業打ち合わせ会開催(高知市)	
26日 国保中央会システム委員会・幹事会合同会議出席(東京都)	