



『子どもは「宝」、若者は「希望」、
お年寄りは「誇り」』
健康で笑顔あふれるまちづくり

土佐清水市



Cover's Story

ジョン万次郎を 大河ドラマに。

ジョン万次郎とホイットフィールド船長との友情を記念し、
日米で毎年交互にジョン万祭りが開催されている。
土佐清水ジョン万祭りでは、“万次郎、海と交流”をテーマに
ジョン万カルタ取り大会やハロウィン仮装コンテスト、
学生によるパフォーマンス等様々なイベントが行われる。
土佐清水市出身のジョン万次郎は2017年に
生誕190周年、2018年に没後120周年を迎える。
2018年は明治維新150周年でもあり、
この節目の年に合わせて土佐清水では現在、
ジョン万次郎の大河ドラマ化をめざしている。

ジョン万次郎

土佐清水市



Contents

- 02 首長は語る
子どもは「宝」、若者は「希望」、
お年寄りは「誇り」
健康で笑顔あふれるまちづくり
泥谷光信 土佐清水市長
- 07 いちおしスポット 土佐清水市
- 09 第29回高知県国保地域医療学会
- 13 おらんくの保健事業 土佐町
生涯にわたって健康で
安心して暮らせるまちづくり
- 17 元気散策! このまちからの笑顔だより 北川村
- 20 なでしこの会
健康づくり支援事業
第32回「なでしこの会」研修会
- 21 国保連合会2月通常総会
- 23 こくほ随想
「捨命住寿」一死出の旅路の行き先一
- 25 コーヒーブレイク
「ボルダリングはじめました」大豊町
「データヘルスダイエット」三原村
- 27 Topicks
- 28 地域のたから ちいキッズ! 黒潮町
- 31 黒い鞆 No.260 須崎市
「須崎市で取り組むこころの健康づくりについて」
- 33 ヘルシーごはん 食べてみいや! 味てみいや!!
「焼きトマトのホットサラダ」「鶏のトマトマリネ」
- 35 保健事業支援・評価委員会
- 36 国保連合会事務局組織図
- 37 国保連合会事務分担
- 39 国保連合会各室課事業年間予定表
- 41 日々国保 『ストレス解消について』
- 42 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



子どもは「宝」、若者は「希望」、
お年寄りは「誇り」
健康で
笑顔あふれる
まちづくり

首長は語る

No.75

四国最南端のまち
土佐清水市。
清水サバや宗田節といった
豊かな海の幸に恵まれている。
足摺宇和海国立公園を有し、
足摺岬、竜串海岸など
ダイナミックな自然に
あふれたまち
土佐清水市を訪ね、
これからのまちづくりについて
泥谷市長に伺いました。

土佐清水市長
泥谷光信 (57歳)

首長は語る

No.75 土佐清水市長 泥谷光信

子どもから高齢者までを対象に 様々な事業を実施

国保連合会大藤事務局長(以下、大藤)
まず、土佐清水市の施設整備状況及び保健師などの人数や活動状況についてお聞かせください。
泥谷光信土佐清水市長(以下、泥谷市長)
特別養護老人ホーム1施設、それから介護老人保健施設ほか19のいろいろな施設があり

まして、土佐清水市の介護については施設・中身ともに充実しているのではないかと私自身感じているところです。保健師などの人数・活動状況について簡単に説明をいたしますと、健康推進課には保健師を8人、管理栄養士1人、歯科衛生士1人、それから福祉事



市民が主役となって取り組む 健康づくりを支援する

大藤 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か。
泥谷市長 20年度に市民が主役となって取り組む健康づくりやそれを支援するための環境整備を推進することを目的として、第1期土佐清水市健康増進計画「ますます、しゃっ

れから福祉事務所に配置している保健師につきましては主に虐待予防のための家庭への相談支援や訪問を行っておりまして、合わせて子育て支援センターでは親子の仲間づくりや相談援助等を行い、孤立化や不安に対応して育児力の向上のための講話会なども実施しているところです。
「子どもは宝・若者は希望・お年寄りは誇り」ということで、子どもは宝として育み、若者には希望を持って暮らしていただき、お年寄りが誇りを持って住み慣れたふるさとで、最後まで元気に暮らしていただけるまちにできるような市政を運営しているところです。

き!とさしみず」を策定しました。22年には食育の推進計画を追加し、25年4月には第2期の計画を策定しています。また、現在一部の保育所と小学校で実施している虫歯予防のフッ素洗口を、今後は全保育園、全小学校・中学校に導入する方向で進めています。26年度から独自の事業とし

健診に行こう! ポロシャツで啓発を

て小学校5年生・中学校1年生を対象にした生活習慣病の予防健診を行っています。その結果、生活習慣病の予備軍を含めて、指導が必要な子どもが予想以上に多いことが分かりました。この結果には正直驚きを隠せないところではありますが、食生活の改善や運動についての指導を行うようにしていきます。原因については医師会でも色々分析を

大藤 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。
泥谷市長 20年度から特定健診・特定保健指導がスタートしましたが、当初は本当に受診率が低く、県からも色々指摘をされました。担当課では受診率を上げようという

ことで、健診に行こう!と背中にしたポロシャツも作りました、それを着ながら啓発してまいります。
大藤 少子化対策についてはどのようなことを行っていますか。
泥谷市長 子育て教育環境を充実させようということで、土佐清水市は県内に先駆けて19年から中学校卒業までの医療費の無料化を継続しております。奨学資金についても県内でもトップクラスの貸与金額だと評価されています。最近の動きでは、昨年度から地方創生の事業に絡めまして、新生児から1歳までを対象に、紙おむつの購入支援をしてお

子育て環境の充実と出会いのきっかけをサポート

ります。また、28年度からはさらに紙おむつと合わせて粉ミルクも対象として支給する制度を新しく作りました。保育料については、第3子は無条件で無料としております。
それから少子化対策への入り口となることを目的に、出会いサポーターの養成事業を新規事業としており、出会いのきっかけを作っていきたいと考えています。その他、若者に残ってもらうための雇用対策や産業の振興策などと相互的に絡めながら少子化対策

につなげていきたいというふうに考えています。
出会いのサポーター事業は各地域でお世話焼きのできる人たちを養成しようという事業です。中身についてはこれから議論が必要となりますが、国勢調査の結果、土佐清水市の場合は本当に極端に人口が減っていますので、何とか考えられる限りのことはしようと思っています。

高齢者が集まる 居場所ーいきいき サロンを整備

大藤 高齢化対策はいかがでしょうか。
泥谷市長 現状ですが、直近の数字で高齢化率が44・2%となっていて、危機的な状況と認識しております。高齢者福祉計画・第6期介護保険事業計画を策定し、現在取り組んでいるところです。
各地域市内の46カ所いきいきサロンというのがありまして、高齢者が集まって運動・レク・会食などで健康づくりをしたり、その他市内39地区

は27年には健康イベントを開催し、健康運動指導士による自宅でもできるストレッチウォーキング、筋力トレーニングの実技を行い、自身の健康における関心を高めることで、生活習慣の改善や受診率の向上を推進しております。
健診とがん検診をセットにして受診率の向上を図っていましたが、がん検診には本来医師が立ち合わなければならぬということ、昨年度から複数の検診を一つにしたり、地域を一つにまとめたりと、

非常に不便となっております。車を出して送り迎えをするようにしてはいますが、ドクターの日程が取れなくなったために、市民にとっては受診の窓口が狭くなりました。回数も減り地域も限定されるので、元に戻してほしいと要望もしています。全国的な流れであり、県全体でも特定健診の受診率向上には苦慮しているという聞いています。



土佐清水市役所



でペットボトルを使った体操をする運動教室や栄養改善教

健全な国保財政の運営をめざす

大藤 国保における問題点と課題についてお聞かせください。

泥谷市長 長らく上げていなかった土佐清水市の国保保険税ですが、26年度に約26%の上昇という大幅な税率改正を行いました。かなりの批判を受けながらも、30年度の都道府県単位化になる前に、赤字の解消を目的に実施した税率改正でしたが、27年度の決算状況見込みでは想像以上に医療費が伸びており、赤字解消

室、口腔機能向上教室などを行っています。これは住民の方に主体となって取り組んでもらっており、私も時間があれば参加をさせていただいています。高齢者の方々が集まる介護予防拠点としての施設の整備をしようということ、本年度10カ所整備をしました。これから先、バリアフリーなどの改築を行うことで、いきいきサロン・運動教室等を活性化させていきます。また新しい事業として、その介護予防の拠点施設に健康のビデオやDVDなどの備品を揃える

どころか赤字が増えるような状況になっております。

本当に厳しい国保運営でありますので、ジェネリック医薬品の推奨といった様々な事業を実施することで努力はしているところですが、なかなか医療費の増大にストッパーをかけられないのが今の状況だと感じております。何とか啓発を図りながら、生活習慣病の対策と重症化予防による医療費の適正化に取り組むなど、

ことも予定しています。

在宅医療・介護連携の推進ということで医師会とも連携して取り組みを進めているところです。地域や家庭内で認知症の方が多くなっていることから、とくに認知症の対策にも力を入れております。専門的な知識を身につける機会を設けたり、相談体制を確立したり、認知症にならない予防対策を講じています。高齢化対策も、いかにして住み慣れた地域・家で元気で最後まで生活できる環境を作るかというのが一つの課題です。

関係機関と連携し介護予防に力を注ぐ

大藤 介護保険の状況はいかがですか。

泥谷市長 団塊の世代の方が75歳を迎える10年先は、2人が1人が高齢者になると想定されています。高齢化社会がどんどん進行しているのが土佐清水市の状況ですが、介護給付費は24年に18億6959万円だったところ、26年には17億2956万円と下がっています。この背景の一つとして、介護予防事業の効果が出ていと感じております。土佐清水市は先進的に介護の取り組みを続けており、重度にならない人が増えていることも、少なからず関係している

はずです。

昨年からは、事業対象者の方と要支援1・2の認定を受けた方が利用できる訪問介護サービスを始められています。給付費の増加に伴い制度が変更となっても、高齢者の方が安心して地域で生活を送っていただけけるよう、安定した制度運営を実施していきたいです。介護の予防には力を入れておりまして、地域包括支援センターや社会福祉協議会とも連携しています。ただし、介護予防教室などの参加状況を見ると、女性の参加者が多く、男性の参加者が極端に少ないことが課題となっています。

台湾学生のインターンシップ協定を締結

大藤 土佐清水市の特色ある取り組みについてお聞かせください。

泥谷市長 土佐清水市の基幹産業は農林水産業、観光業であります。まずはこの基幹産業を元気にする取り組みに力点を置いております。とくに農

業に関しては、新規就農者の支援や集落営農といったものに力を入れております。また漁業につきましては、珊瑚漁に従事する人が多くなっていますので、なかなか水揚げが上がらない状況もありまして、後継者対策が一番の課題です。

お酒の量と食事に気をつける

大藤 泥谷市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。

泥谷市長 体を動かすことは好きなので、以前は毎日ウォー

キングをしたり体を動かしていました。が、なかなか最近の時間が取れていません。今回の取材を契機に、心を入れ替えて運動を頑張っていこうと思います。市長は本当に飲む機会も多いので、お酒の量は考えています。それと食事にも気は遣っています。

県単位化に向けた支援を望む

大藤 今後、国保連合会に望む事業などがありましたらお聞かせください。

泥谷市長 いつも大変ご協力、ご指導いただき、ありがとうございます。30年度からの国保の都道府県単位化に向けた準備作業は喫緊の課題でありますので、これに向けたご指導・ご協力をお願いをしたいと思っています。合わせて国保運営の上では財政的な問題が一番のネックとなっておりますので、引き続き医療費適正化の取り組みへのご支援をお願いします。



雇用型の漁師の育成といった事業も新しく展開をしております。観光面については、インバウンド事業とジオパーク認定の取り組みを進めています。竜串地区にある足摺海洋館のリニューアルも決定しておりますので、そういった施設整備と連動しながら観光振興に力を入れていきたいと思っています。

近年外国人の観光客、とりわけ台湾からの観光が増えていくことを背景に台湾の城市科技大学とインターンシップの

2018年はジョン万次郎を大河ドラマで！

大藤 現在、土佐清水市で取り組む学術・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。

泥谷市長 土佐清水市はジョン万次郎のふるさとです。現在ジョン万次郎の大河ドラマ化の実現に向けた取り組みを行っています。来年は、大政奉還150周年、再来年は明治維新150周年の節目の年となりますし、ジョン万次郎も来年は生誕190周年、再

来年は没後120周年という大変節目の年を迎えます。2018年の明治維新150周年に向けて、ジョン万次郎の大河ドラマ化をNHKに依頼しているところです。

土佐清水市は本当に風光明媚なところでして、足摺・竜串を含めた海岸部のほとんどが足摺宇和海国立公園です。まだまだ知られていない臼碕や唐人駄場など、素晴らしいところがいっぱいありますので、そういうところをどんどん発



信していきたいです。ジオパークの認定というのは単に景色とか観光地をPRするだけではなく、土佐清水市に住んでいる市民の皆さんが、ふるさとに誇りを持って土佐清水市の良さをどんどん発信するという運動です。ぜひこのジオパークについても活動を盛り上げていきたいと思っています。



5 10000発以上の花火が夜空を彩る 土佐清水市民祭あしずりまつり

今年で55回を迎える「土佐清水市民祭あしずりまつり」は、土佐清水市の繁栄と産業の発展を願うお祭りです。祭りのメインである打上花火は例年10000発以上が打ち上げられ、四国でも最大規模の花火大会となっています。

●第55回土佐清水市民祭あしずりまつり

■開催日/2016年8月5日(金)清水のおきやく
6日(土)あしずり踊り・納涼花火大会

■開催場所/土佐清水市街地～清水漁港

■お問い合わせ/市民祭あしずりまつり実行委員会

TEL・FAX 0880-82-5547 URL/http://ashizuri-fes.com/index.php



詳しくは、土佐清水市観光商工課までお問い合わせください。

●土佐清水市観光商工課 TEL 0880-82-1212

弘法大師が見残した
迫力ある風景

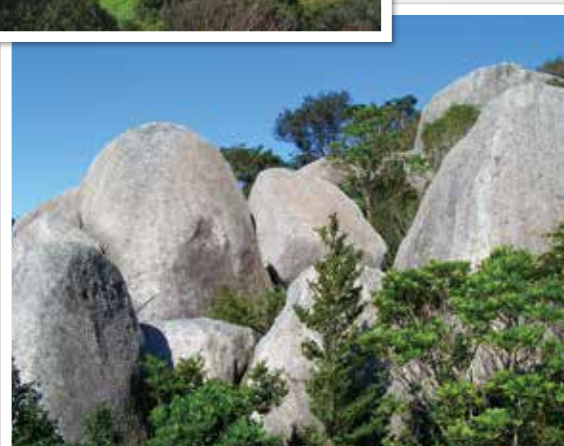
4 見残し海岸

その昔、弘法大師がこの地を見落としていったことから「見残し」と呼ばれるようになったそうです。陸路は険しい道のりのため、グラスボートで渡って行くことになっています。蜂の巣城、人魚御殿、愛情の岩など迫力のある奇岩の景観を見ることができます。



唐人駄場遺跡では、数多くの縄文時代から弥生時代にかけての石器や土器片が出土しています。公園として親しまれている唐人駄場園地にはストーンサークルと思われる石の配列があり、その近くには高さ6～7mもある唐人石の巨石群があるなど、パワースポットとしての人気が高まりつつあります。

6 世界最大級のストーンサークル 唐人駄場遺跡



いちおしスポット

雄大に広がる美しい海岸

1 大岐海岸

最近サーフポイントとしての人気が高まっている大岐海岸は、足摺宇和国立公園の東側に位置しています。真っ白な砂浜と緑の林が1.6kmに渡って続く美しい海岸で、県内外から季節を問わず多くのサーファーが訪れます。ゆったりとした静かな浜辺は、キャンプを楽しめる場所にもなっています。



2

樹齢300年の天然記念物
アコウの大樹

松尾神社の境内にあるアコウの大樹は、樹齢300年の巨木で国の天然記念物に指定されています。アコウは他の木に寄生して成長し、最終的に枯らせてしまうことから「締め殺しの木」とも呼ばれています。25mを超える木の高さと、いくつもの気根が集まった周囲9mの大きさは、見る者を圧倒させる迫力です。車で行く場合は、少し道が狭くなっている所もありますのでご注意ください。

■お問い合わせ：生涯学習課／
TEL 0880-82-1257



3 黒潮の流れを感じる うすばと 白礫

日本列島で一番最初に黒潮が接岸する絶景スポットで、黒潮の白い潮目を観察できる唯一の海岸とも言われています。磯釣りのメッカとしても有名で多くの釣り人が訪れ、「釣りバカ日誌」の取材現場としても使われました。



医療の安全を確保していくために

医療事故の死因を究明し、再発の防止へつなげる

28年2月27日、高知県国保地域医療推進協議会と本会との共催により、高知市の高知医療センターにおいて『これからの地域包括医療・ケア—より安全なチーム医療をめざして—』をメインテーマに、第29回高知県国保地域医療学会を開催。地域保険としての国民健康保険の理念に則り、地域医療の実践の方途を探求し、相互に研鑽を図ることを目的に、県内の国保直営診療施設等の医師や看護師など、国保関係者188人が参加した。

総司会



大月町国民健康保険
大月病院
院長
橋元 球一
(医師部会副部長)

開会式

学会は、今西芳彦・高知県国保地域医療推進協議会会長（本山町長）の主催者あいさつで開会し、3人の来賓が祝辞を述べた。

主催者あいさつ



高知県国保地域医療推進協議会
会長 今西 芳彦



高知県国民健康保険団体連合会
理事長 塩田 始

来賓祝辞



高知県健康政策部国保指導課
課長 伊藤 博昭氏



全国国民健康保険診療施設協議会
会長 青沼 孝徳氏
(宮城県涌谷町国民医療福祉センター長)



高知医療センター
病院長 吉川 清志氏

かずに撮影し、依頼する際には、現病歴などの臨床情報や生前の画像があれば合わせて送っていただきたい。

Aiを撮ることは必要だが、読影の技術も重要なことで、同じ画像を見ても何も分からないという目で見てしまうと、拾える所見も拾えなくなり死因究明につながらないこともある。誰が何を読むかが大切で、運命の分かれ道になるということも理解いただき、これを機会にぜひ情報センターの活用も検討いただきたいと考える。

研究発表

研究発表では、医師部門から7題、看護部門から2題、技術者部門から1題の計10題の発表を行った。

【医師部門】座長



四万十市国民健康保険
四万十市立市民病院
院長
樋口 佑次



佐川町立高北国民健康
保険病院
副院長
浦口 武男

優秀研究表彰式

続いて前回開催の第28回高知県国保地域医療学会における優秀研究者を表彰した。

被表彰者



梶原町立国民健康保険梶原病院
臨床検査技師 神明 峰代氏

優秀研究

「外部評価を受けて変わった
感染症対策」

特別講演

「医療事故調査制度とAi」

一般財団法人Ai情報センター
代表理事 山本 正二氏

AiとはAutopsy imagingの略で、CTを使って全身を撮影して死因究明を行うことである。今では多くの病院でAiが実施されている時代になってきたが、その大きなきっかけの一つが医療事故調査制度ができたことだ。

医療事故調査制度では、病院内で医療に起因した予期せぬ死亡事例が起きたら院内調査を行い、その結果を遺族に説明することになっている。再発防止策としては第三者センターに、調査報告書とともに報告する義務が課されている。調査を実施するにあたって、死

因究明の手段として解剖やAiを行う必要があると判断した場合には、遺族から同意を得なければならぬ。しかし、解剖は体に傷をつけるから嫌だという遺族が多く、解剖がなかなかできない現状だとやはりAiに頼らざるを得ないのではないかと思う。CTがある病院では後々になって、なぜAiをやらなかったのかと言われる可能性もあるため、Aiができる病院では必須になると思うし、できない病院でもできる病院に搬送して実施することが、今後の大きな潮流になってくるかもしれない。ただし、Aiで得られるのは画像所見であり、死因の診断が必ずつくものではないことに留意が必要となる。体表検死で1割、検視情報で3〜4割くらい、それにAiの体内情報が加わることで6〜7割くらい死因に迫ることができるのではないかと考えている。

Aiでは何が分かるのか。手術や死後の変化があるため、解剖だけで事故発生当時の状況を見返すことは困難が付きまとう。Aiだと手術の前後は大体CTを撮っているの、術前の画像とAiを比較、あるいは術後の画像とAiを比較し、その間で何が起きたかを比較して検討することができるのが一番の強みである。また、一度解剖した遗体は元には戻らないため、解剖した人



山本 正二氏

しかどんな状態だったか見ることができない。Aiの場合では画像が残っているだけで、いつでも誰でも見ることができる。客観的な証拠として監査できることから、Aiは撮っておくべきだと考える。院内突然死の場合、院内調査をした放射線科の先生が病院のミスを見つけてしまうことがある。内部告発をするような形になり、職場の雰囲気が悪くしてしまう。同じ病院の先生が作成した所見であれば、不信任を抱く遺族も少なくない。遺族からの信用を得るためにも、Aiの読影を外部に依頼することは、Aiの有効な活用方法の一つと言える。Ai情報センターでは、Aiの読影を受け付けているが、CT撮影のポイントとしては全身を撮ることが重要となってくる。記録として保持するためにも必ずカテーテルなどの管は抜



●研究発表者
研究1「肋骨骨折の診断における超音波検査の有用性」



四万十町
国民健康保険
大正診療所
副所長
岡 聡司

●研究2「四万十町の医療を守るために、私たちにできること…」



四万十町
健康福祉課
医監
澤田 由紀子

●研究3「沖ノ島の救急患者をどう運ぶ?」初のドクターヘリ搬送を経験して」



大月町
国民健康保険
大月病院
院長
橋元 球一

●研究4「地域における高齢者心房細動患者に対する安全な治療を目指して」3年間のイベント発生を調べてみました」



大月町
国民健康保険
大月病院
医師
橋元 幸星

●研究5「医原性消化管穿孔を疑った巨大結腸症の一例」



梶原町立
国民健康保険
梶原病院
副所長
池田 幹彦

●研究6「演劇を通じたDeath Education」



梶原町立
国民健康保険
梶原病院
院長
内田 望

●研究7「ICTを活用した医療介護の多職種連携の情報共有システム構築を目指して」



いの町立
国民健康保険
仁淀病院
院長
松浦 喜美夫

【看護部門】
座長



佐川町立高北
国民健康保険病院
看護局長
真辺 千稔
(看護部会長)



黒潮町地域住民課
保健センター
主幹(保健師)
柿内 愛
(看護部会副部会長)

●研究発表者

●研究8「当院における転倒転落アクシデントレポートに関する分析」アクシデントは男性患者に要注意」



大月町
国民健康保険
大月病院
看護師
半山 ゆかり

●研究9「高北病院における手指衛生の実態」



佐川町立高北
国民健康保険病院
看護師
栗田 和美

【技術者部門】
座長



本山町立国民健康保険
嶺北中央病院
主任放射線技師
安岡 俊挙
(技術者部会長)

●研究発表者
研究10「大正診療所キッズスクール」僕たち私たちの将来の夢のひとつに」



四万十町国民健康保険
大正診療所
診療放射線技師
大川 剛史

■パネルディスカッション

テーマ『これからの地域包括医療・ケア——より安全なチーム医療をめざして——』

パネルディスカッションでは、3人のパネリストがそれぞれの立場から、27年10月1日から施行された「医療事故調査制度」の対応等について発表を行い、発表後は佐野医師部会長の進行により、会場の参加者を交えた意見交換を行った。

テーマ

これからの地域包括医療・ケア——より安全なチーム医療をめざして——

パネルディスカッション



座長
本山町立国民健康保険
嶺北中央病院
院長
佐野 正幸
(医師部会長)



助言者
全国国民健康保険
診療施設協議会 会長
青沼 孝徳 氏
(宮城県涌谷町町民医療
福祉センター長)



助言者
一般財団法人
Ai情報センター
代表理事
山本 正二 氏

『医療事故調査制度に対する高知県医師会の対応について』

一般社団法人高知県医師会

常任理事

森下 一 氏

医療事故の定義というのは、医療に起因したまたは起因すると疑われる死亡または死産で管理者が予期しなかったものがあたる。医療事故調査制度の流れとしては、まず医療事故調査支援センターに医療事故発生の際に報告をし、院内で事故調査委員会を設置。そして、調査の結果を



森下 一 氏

遺族に説明すると同時に、医療事故調査支援センターに報告することとなっている。高知県医師会では、制度全般に関すること、医療事故の判断に関すること、調査方法や報告書の作成に関すること、院内事故調査委員会の設置・運営に関することなどについて、病院管理者からの相談に、適切な助言・支援を行う体制づくりをすでに取っている。

死亡時画像診断については、撮影実施施設・読影施設を把握し、依頼体制を構築した。また、高知県葬祭業協同組合と協定を締結し、遺体の保存・搬送が可能な施設・業者と事前に提携をすることで遺体の保管・搬送に際しても支援をしていく。調査結果の遺族への説明は、口頭、書面もしくは双方の適切な方法になっており、調査の目的・結果については、遺族が希望する方法で説明するよう努めなければならないと考えている。

『当院の医療事故調査制度への取り組み』

高知大学医学部付属病院

医療安全管理部

准教授 久米 基彦 氏

医療事故調査制度の目的は医療事故の再発防止により医療安全を確保することにある。高知大学医学部付属病院としては、当院での医療事故発生に対する当該病院としての取り組みと医療事故調査制



久米 基彦 氏

度における支援団体としての取り組みが必要となる。当該病院の取り組みとしては、医療安全管理体制を強化し、医療事故調査制度に関する院内の取り決めについては素案作成からワーキンググループでの検討を経てフローチャートを作成、調査委員会の規約などは既に作成した。医療安全管理体制の強化については、オカレンス報告の義務づけ、医療安全管理部による全死亡例の確認、M&Mカンファレンス施行及び報告書とデスカンファレンス施行及び報告書の義務づけを既に2015年7月より開始している。

支援団体としての役割について、相談・助言に関しては医療安全管理部がその担当部署となることを決定している。技術的支援としての他院からの病理解剖やAiの要請への対応、外部専門家の派遣要請への対応についても手順の作成が完成した。今後は高知県医師会や近隣支援病院との調整が必要な部分もあるため、現在具体的な対応方法を検討中である。

『医療事故調査制度と法的紛争について』

白水法律事務所

弁護士 鵜飼 万貴子 氏

医療事故調査制度の開始により、もっ

とも懸念されることは、法的紛争との関係と思われる。

法的紛争との関係での問題点や問題が生じうる場合として、まず、支援センターへの報告だが、医療者の視点に基づいた報告制度であるのに、遺族側からの強い要請によつて報告に至る例がある。調査段階においても、聴取した医療従事者の回答を見せて欲しいという例や、第三者の意見として得た他院医師の見解について、遺族側が開示の要求をすることも考えられる。

また、刑事責任をも問われかねない誤投薬の事例においては、誤投薬を直接行った医療従事者と、誤投薬が生じるに至った医療環境(システム)の責任者である管理者との間には、場合によっては利害対立が生じ、問題が先鋭化する可能性もある。更には調査終了後、その報告書が、損害賠償請求あるいは刑事訴追といった法的紛争に流れる可能性は否定できないため、文言や調査方法等の工夫が必要になってくるかもしれない。

本制度は開始されたばかりであり、その解釈や運用は定まっていらない。今後は生じうる法的紛争について、現場の実情に応じて検討することは有益であろうと思われる。



鵜飼 万貴子 氏



「四国のいのち」早明浦ダム
多目的ダムとしては、西日本一の貯水量をほこり、
四国4県を潤しています



特別賞(教育長選定) 藤原孝一さん(土佐町)



生涯にわたって 健康で安心して暮らせる まちづくり

Vol.75
土佐町

「棚田こじゅんとえいね!土佐町棚田フォトコンテスト2015」受賞作品 より 特別賞(町長選定)川村香代さん(土佐町)

ます。また、赤身と霜降りの絶妙なバランスのおいしさで人気のブランド牛「土佐あかうし」の一大産地でもあります。畜舎の整備など増産計画にも取り組み、生産規模の拡大をめざしています。

フィールド医学事業

本町では、「生涯にわたって健康で安心して暮らせるまち」をめざし、16年度より京都大学・東京女子医科大学の協力を得てフィールド医学事業に取り組んでいます。40〜74歳を対象とした「時間医学健診」では、24時間血圧測定を1週間実施し、データ解析を行います。早朝高血圧など、特定健診や診察場面だけではわからない病態や心疾患の発見において効果的な取り組みです。

75歳以上の方を対象とした「ご長寿健診」では、循環器、運動機能、認知機能などの検査とともに、循環器、老年内科、心療内科など専門医の診察もあります。

また、両事業においてこころの健康づくりにも取り組んでいます。問診内容に、うつに関する項目を含めています。問診によるスクリーニング結果に応じて心療内科等の個別相談を実施

おらんく ORANKU NO HOKENJIGYO の 保健事業

自然豊かなまち、土佐町

四国山地の南に位置する土佐町は、工石山・陳ヶ森県立自然公園の一角を占める陳ヶ森をはじめとする七つの山々に囲まれた自然豊かな町です。昭和48年に完成した「早明浦ダム」は、西日本随一の貯水規模を誇り、ダムの水は四国4県を潤しています。広い湖畔を生かした「さめうらの郷 湖畔マラソン大会」を開催し、県内外から集うランナーでにぎわいを見せています。

し、必要に応じて主治医への紹介を行っています。

日頃の保健活動において、うつに関する医療が必要な状態であるか判断に悩む場合も少なくありませんが、健診場面では専門医によるアドバイスを気軽に受けることができます。

特定健診・がん検診

特定健診については現在、集団健診・個別健診を実施しています。26年度の受診率は45.3%となっています。

21年度より特定健診受診者に対して、フィールド医学医師の協力のもと、結果報告会を実施しています。医師による全体説明の後、個別相談を行い、一人一人の結果に応じた健康アドバイスを行っています。健診結果に異常のない方でも個別に相談を行うことで、日頃気になっていることが確認でき、安心感が得られています。治療中の方においては今の治療で大丈夫だろうかといった相談ができるため、適切な治療継続にもつながっています。

集団健診や報告会は、健康福祉課の保健部門と住民課の国保担当が協力しながら実施しています。

特定保健指導は町保健師、高知県総合保健協会の管理栄養士の協力のもと



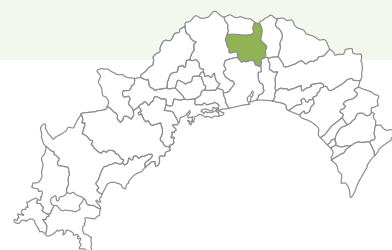
24時間測定用血圧計
健診受診者に町から貸与します。貸与後7日間、
入浴時間以外は連続装着し、自動測定を行います



ヨモークン
土佐町産土佐あかうしの進化形
「国語力向上イメージキャラクター」として読み聞かせ、
本の紹介に日夜奮闘しています



やまびこカーニバル
早明浦ダム直下で開催している嶺北地区
最大の夏のイベント



面積 212,13 k㎡
人口 4,072 人
国保被保険者数 1,031 人
高齢化率 42.98%
(平成28年2月末現在)



土佐町 健康福祉課・住民課のみなさん



やまびこ倶楽部での
スピリットアート作品づくり



受診率アップキャンペーン
人権啓発講演会会場(土佐町小中学校体育館)
で、保護者の皆さんに特定健診・がん検診
パンフレットを配布しました



産業文化祭会場 食育コーナー
ヘルスメイトより、検診パンフレットの配布や
減塩料理の試食を通して、食に関する
アドバイスをを行いました



ご長寿健診スタッフ
フィールド医学医師や検査スタッフです



結果報告会
フィールド医学医師が健診結果の説明を行います

住民の皆さんに、健康づくりを身近なものとしてとらえていただくための取り組みとして、健康カレンダーを毎年作成し全戸配布しています。

健康づくりを身近に 健康カレンダー

土佐町では乳幼児期からの歯の健康づくりに積極的に取り組んでいます。強い歯を作るため20年度よりフッ素の利用を進めており、1歳児・1歳6カ月児・2歳児・3歳児健診、また保育所歯科検診に合わせてフッ素塗布を行っています。

26年度からは保育所で、27年度からは小中学校でもフッ素洗口が開始されました。保育から中学校までの11年間継続することで、大人になっても虫歯に強い歯が持続します。保育所や小学校で歯みがき教室を行い、正しい歯の磨き方の指導も行っています。

子どもの頃から歯を強く

子育て関連施設などの情報を1冊にまとめ、子育て世代の方に配布しました。保護者の方からは大変好評をいただいております。当町のホームページからも閲覧できます。

27年度は県の補助事業を活用し、健康づくり婦人会・食生活改善推進協議会が連携し、健康づくりや受診勧奨の取り組みを行いました。

産業文化祭での健康・食育コーナーや、個別訪問の際に特定健診やがん検診の紹介を行っていただき、健康づくり団体、行政が一丸となって健康づくりに取り組んでいます。

健康づくり婦人会では受診率アップキャンペーンも実施しています。若い世代への声掛けの場として、土佐町小中学校参観日と同日・同会場で開催している人権啓発講演会において、集団健診日程や健診に関するパンフレット、ポケットティッシュを配布しています。

健康づくり婦人会・食生活 改善推進協議会の活動

実施していますが、結果報告会において医師から特定保健指導利用を勧めていただくなど、様々な職種と連携しながら、取り組みを進めています。

27年度に、県の補助事業を活用しスタッフジャンパーを作成しました。町長をはじめ、健康福祉課長、健康係スタッフ、保健師などが着用し、訪問時などがん検診受診を勧める良いきっかけとなっています。

今後も「健康長寿のまち」をめざし、医療機関をはじめとする様々な関係機関との連携・協力のもと、健康づくりの取り組みを行っていききたいと思います。

「健康長寿のまち」を めざして

土佐町の魅力の源は、人同士のつながり、あたたかさです。身近なところで行政の取り組みを分かりやすく伝えていただいたり、資料の配布にご協力いただいたりと、地区長会・民生委員児童委員協議会・婦人会・健康づくり婦人会・食生活改善推進協議会・老人クラブなど様々な関係機関の皆さんに健康づくり活動を支えていただいています。

地域の活動なくしては健康意識を高めていくことは難しく、これらの取り組みを通して、土佐町全体への広がりにつながっています。

安心して子育てできる まちをめざして

特定健診やがん検診の日程をはじめ、乳幼児健診の日程やごみの収集日に関する情報を掲載しています。表紙には健診場面など、土佐町で実施した事業に関する写真を使用することで、少しでも興味を持ってもらうよう工夫しています。

保育所や子育て支援センターとの連携を進めており、保健師・栄養士による保育所訪問や、子育て支援センターでの育児相談会や健康教育を行っています。また、27年10月より18歳まで医療費無料化となりました。

28年2月には「土佐町安心子育てガイドブック」を作成し、当町の子育て支援に関する各種サービス、相談窓口、

安心して子育てできる まちをめざして

嶺北地域は人口規模が小さく、面積が広い山間地のため、障害施設やサービスが限られています。作業所などを利用されている方は日中の活動の場がありますが、利用している方も利用していない方も同じ場で集い交流することのできる場として、16年より障害者デイケア「やまびこ倶楽部」を2カ月に1回開催しています。みんなで作った作品はスピリットアート展に出品するなど、楽しみながら創作活動や調理実習を行っています。

障害があっても自分らしく、一人一人が輝くまちづくり



健康カレンダー
地区長会の皆さんにご協力いただき、
全戸配布しています



3歳児健診での歯みがき指導
健診の場で、実践しながら
指導を行っています



土佐町安心子育てガイドブック
町内の子育て中のパパママにも
協力していただき、完成しました



検診啓発スタッフジャンパー
健康福祉課長・町長・課長補佐も
着用しています



特定健診結果報告会
医師が講師になり、メタボリックシンドロームや
特定健診結果の説明を行います



ユズの村北川村にある「かかし」の庭

今回の取材の舞台は北川村。森林鉄道を利用した林業で発展してきたまちであり、現在ではおよそ100畝という広大な土地を利用したユズ栽培が主幹産業となっている。モネの庭といった自然を生かした観光資源に加えて、歴史観光を楽しむことができる中岡慎太郎館など、多数の観光スポットを有している。

ユズ王国である北川村だ



三山ひろしのかかしの隣でほほえむ上村さん



元気散策！
このまちからの笑顔だより
北川村

「かかしで地域を元気に」

一人でも

多くの人に

とある日の屋下がり

ユズの木を剪定中の人に

一人のお年寄りが声を掛ける。

「お兄さん、お兄さん！」

「」。

返事がないのは当たり前。

それは人ではなく、リアルに

作られたかかしだった。

ここは北川村の島地区。

たくさんのかかしが暮らす

活気にあふれた集落^{まち}。



が、数年前からあるユニークな物が話題を集めている。

それはユズ農家である島地区の住民、上村尚幸^{かみむら なおゆき}さんが作ったかかしだ。役場から車を走らせること40分。細い山道を抜けた先にある上村さん宅の庭では、たくさんのかかしに出会える。訪れた人を笑顔で出迎え、楽しませてくれる大人の遊び場所が、そこにはあった。

ユズ栽培の合間を縫って、遊びを楽しむ

上村さんは生まれも育ちも北川村で、高校からは村外へ出ることとなり、定年退職後、地元である島地区に戻ってユズの栽培を行っている。50歳を過ぎたあたりから田舎へ帰ることを考えていたそう。会社勤めの頃でも、収穫の時だけは1週間ほど休みを取って実家の手伝いをすることはあったものの、ユズ栽培の経験はほとんどなかった上村さん。父親と一緒にしながら、役場や農協の講習を受けるなどして

徐々に覚えていったと話してくれた。

島地区の人口は11世帯21人と過疎が進んでいるが、北川村のユズ栽培発祥の集落の一つである。北川村ではもともと、家用で料理などに使う程度にしかユズは作っていなかったが、商品化して出荷できるようになると一気に産業として成長していった。

上村さんのユズ畑の面積は80アールと広く、収穫時期となる10月中旬から12月中旬は最も忙しくなる。作業に追われる中、収穫の間や時間のある時には、川で漁をして遊んだり、かかしを作ったりと、田舎ならではの生活を楽しんでいる。

不思議と人を引きつけるかかし

上村さんがこれまでに作ったかかしは73体。「最初はね、集落の人数だけ作ろうと思っていたけど、段々増えてきてね」と話す上村さん。集落の人数の3倍を

はるかに超える数となっている。

かかしの中は主に新聞紙が使われている。木の枠を作り、その上から番線新聞紙、ラップの順に巻き付けていきながら形を整えていく。作り方のポイントとしては、服を着せやすくするために、腕や足が曲がるように番線を使って工夫することだ。かかしに着せる服は、古くなったものを集落の住人からもらうなどして集めている。

高知県出身の演歌歌手三山ひろしのかかしもあり、ファンの方がわざわざ見のために上村さんの家を訪ねたり、小学生とのお母さんが一緒にかかしを作りながらやって来たり……。かかしの所に行きたいという問い合わせが役場にかかってくるほどの人気ぶりだ。



小学生が作ったかかしたち



雨の日にはたくさんのかかしが出番を待ちながら倉庫に並ぶ





「かかしを見てコーヒーでも飲みきてや」と楽しげに話す

人と人が交わる そんな雰囲気を作っていたらね

人が集まり、
交わる機会を

「どんどん過疎になって、一人暮らしが増えてきたでしょ。それで引きこもりやったり、普段することがないお年寄りに、何とか家から出て来てもらいたくて」。そう思い始めたとき、徳島県の山奥でかかしを作って評判になっている地域があるという情報を耳にした。かかし作りなら自分でもできると

考え、試しに2、3体作って近くの橋の下に置いてみたところ、通りがかりの人から「今日はどうか知らん人が来ちよる」といった声が聞こえてくるようになったそう。インターネットで注目され始め、テレビの取材も受けたことで、次第に集落に来てくれる人が増えてきた。来てくれた人にはコーヒーを入れてあげたり、ピザを焼いてあげたりする。「お遍路さんの接待みたいなもんですよ」。

訪れた人との交流を楽しみ、出会いを大切にする思いが伝わってくる。

遊び心のボランティア精神で

役場の力を借りたり、ピザやパンを焼いて商売にしたりしようという考えはない。行政が手を入れると予算やスケジュールなど、自由に動くことが難しくなる。商売となると、値段の高さや味の良しあしによって、来てくれるかどうか分かれてくる。お金儲けのためではなく、あくまで自分が楽しむために、地域を盛り上げていく。

「なんぼ元気で偉そうなことを言うても一人じゃ生きていけない。最後は誰かにお世話になる。今、できる間に、何か地域にお返しをせんとね」。今度はあそこにかかしを置こうか、庭の芝桜を見に来てもらおう、あの空き地を人が集まれる場所に……。上村さんの、遊びを通じた地

域へのお返しが続いていく。

人が来なくなる、集落を
めざして

遊び心を忘れずに、田舎の生活を楽しむ上村さん。かかし作り以外の活動にも精力的だ。この夏には、近くの集会所をイルミネーションでライトアップする計画もあると、楽しそうに話してくれた。

「やっぱり自分はこの集落に来てもらいたい。自分らが楽しまないかん、楽しみよったら寄って来て、見てくれたらそれでいい。1日でも長くこの生活が楽しくできるように」。

上村さんの活動をきっかけに、別の集落でも自分たちで花を植える、花見を計画して春のお祭りを楽しむといった波及効果も表れている。こうした活動が村内で広がりを続けることで、より多くの人が来てくれるような、集落の活性化に期待したい。



訪ねた元気人
上村 尚幸さん



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

特定保健指導の利用勧奨支援事業を実施 健康づくり支援事業

なでしこの会では、健康づくり支援事業の一環として、特定保健指導利用勧奨支援事業に27年度初めて取り組みました。7月から須崎市と打ち合わせを行い、検討を重ね、須崎市が作成した特定保健指導利用勧奨電話マニュアルを使い、1月25日に実施しました。

当日は会員2人が須崎市総合保健センターに赴き、午前中に勧奨マニュアルや対象者の健診結果などを確認し、午後から電話での勧奨を開始しました。電話をした結果、個別健診の特定保健指導対象者7人中、特定保健指導を希望した方は3人で、利用につなげることができました。

須崎市の担当者の方からは「気になっていることとはないか聞き出しながら、上手に特定保健指導の利用に誘導されており、とても勉強になった」といった感想がありました。担当会員も今回の取り組みが、これからの市町村の保健活動に役立てていただけるのでは、と実感しています。

当会としては、今後も引き続き利用勧奨の取り組みを行っていきたいと考えています。



効果的な活動を考えよう 第32回「なでしこの会」研修会

2月8日、高知城ホールにおいて第32回「なでしこの会」研修会を開催し、会員21人の参加がありました。

岩崎会長のあいさつ終了後、まずはじめに高知県健康政策部健康長寿政策課よさこい健康プラン21推進室の市村岳二チーフより、「高知県が進める特定健診・特定保健指導について」と題し、県内における特定健診の受診率や特定保健指導の実施率・終了率の現状や、受診率の向上対策についての講演がありました。

続いて、国保連合会事業課保健事業係の鍵山晶哉主事からデータヘルス計画についての情報提供があり、担当会員が27年度検討・作成した乳がん予防啓発事業教材の紹介、健康劇シナリオの見直しについての報告、岩崎会長から在宅保健師等全国連絡会の報告がありました。

会員同士の意見交換では、今後の取り組みに対して活発な議論が交わされていました。



市村 岳二 氏



国保制度の円滑な運営に貢献し保険者の信頼を得られる存在へ

新年度事業計画・予算を原案どおり認定・可決

本会では、平成 28 年度事業計画および予算を定める「2 月通常総会」を 2 月 24 日、高知市の高知共済会館で開催。33 会員の出席のもと、報告事項 10 件および審議事項 35 議案などを厳正に審議し、原案どおり認定・可決した。

より効率的、効果的な事業展開を図っていく

開会のあいさつに立った塩田始理事長（いの町長は、わが国では世界でも類を見ないスピードで少子高齢化が進展し、団塊の世代が全員後期高齢者となる 2025 年には国民のおよそ 5 人に 1 人が後期高齢者となり、65 歳以上の高齢者の割合も 30% に達するとされており、医療給付費は現在の約 1.5 倍、介護給付費に至っては現在の約 2.4 倍まで増加すると試算されていると国保財政の厳しい実情について触れた。

高知県国民健康保険団体連合会 理事長 塩田 始

30 年度から始まる国保の都道府県単位化について、現在、国保基盤強化協議会において運営の具体的な方法や財政支援の内容等の詳細を検討されており、県においては、昨年 8 月に立ち上げた検討協議会にて国から示されるガイドラインに沿って、協議しながら準備を進めていくこととしていると説明した。

また、増加し続ける医療費の適正化に向けて、現在の日本一の健康長寿県構想を大幅に改定し、新構想では糖尿病の未治療ハイリスク者や治療中断者に対する重症化予防対策に合わせて、インセンティブ事業として高知家健康バスポート事業を進めていくと述べ、新たな国保制度に対応していくためにも、一層の協力をお願いしたいと呼び掛けた。

全議案を原案どおり認定・可決

本会議では、議長に矢野富夫・梶原町長を選出し、議事録署名人に堀見和道・佐川町長と和田知士・大川村長を指名。報告事項 10 件と審議事項 35 議案を厳正に審議し、全議案を原案どおり認定・可決した。



梶原町長 矢野 富夫 氏

来賓



高知県健康政策部 副部長 弘田 均 氏

1 報告事項

- 報告第 1 号 会務報告書（平成 27 年 7 月 24 日～平成 28 年 2 月 19 日）
中間監査報告書
- 報告第 2 号 平成 27 年度借入金金の借入理事専決処分報告
- 報告第 3 号 平成 27 年度保険財政共同安定化事業高額医療費共同事業特別会計歳入歳出補正予算（第 1 号）理事専決処分報告
- 報告第 4 号 平成 27 年度一般会計歳出補正予算（第 2 号）理事専決処分報告
- 報告第 5 号 平成 27 年度保険財政共同安定化事業高額医療費共同事業特別会計歳入歳出補正予算（第 1 号）理事専決処分報告
- 報告第 6 号 平成 27 年度減価償却引当資産の取崩理事専決処分報告
- 報告第 7 号 平成 27 年度一般会計基本準備金の取崩理事専決処分報告
- 報告第 8 号 平成 27 年度一般会計歳入歳出補正予算（第 3 号）理事専決処分報告
- 報告第 9 号 平成 27 年度保険財政共同安定化事業高額医療費共同事業特別会計歳入歳出補正予算（第 2 号）理事専決処分報告
- 報告第 10 号 高知県国民健康保険団体連合会一般会計基本準備金管理運用規定の一部改正報告

2 審議事項

- 議案第 1 号 高知県国民健康保険団体連合会事務局組織規則の一部を改正する規則議案
- 議案第 2 号 高知県国民健康保険団体連合会保険者等事務電子計算共同処理規則の一部を改正する規則議案
- 議案第 3 号 高知県国民健康保険団体連合会保険者協議会関係業務特別会計経理規則を廃止する規則議案
- 議案第 4 号 平成 27 年度一般会計歳入歳出補正予算（第 4 号）
- 議案第 5 号 平成 27 年度診療報酬等審査支払特

- 議案第 6 号 別会計（国民健康保険診療報酬支払勘定）歳入歳出補正予算（第 1 号）
- 議案第 7 号 平成 27 年度後期高齢者医療事業関係業務特別会計（後期高齢者医療診療報酬支払勘定）歳入歳出補正予算（第 2 号）
- 議案第 8 号 平成 27 年度保険財政共同安定化事業高額医療費共同事業特別会計歳入歳出補正予算（第 3 号）
- 議案第 9 号 平成 27 年度障害者総合支援法関係業務等特別会計（障害児給付費支払勘定）歳入歳出補正予算（第 1 号）
- 議案第 10 号 平成 28 年度事業計画制定議案
- 議案第 11 号 平成 28 年度一般会計歳入歳出予算
- 議案第 12 号 平成 28 年度診療報酬等審査支払特別会計（審査勘定）歳入歳出予算
- 議案第 13 号 平成 28 年度診療報酬等審査支払特別会計（国民健康保険診療報酬支払勘定）歳入歳出予算
- 議案第 14 号 平成 28 年度診療報酬等審査支払特別会計（公費負担医療に関する診療報酬支払勘定）歳入歳出予算
- 議案第 15 号 平成 28 年度診療報酬等審査支払特別会計（出産育児一時金等に関する支払勘定）歳入歳出予算
- 議案第 16 号 平成 28 年度後期高齢者医療事業関係業務特別会計（業務勘定）歳入歳出予算
- 議案第 17 号 平成 28 年度後期高齢者医療事業関係業務特別会計（後期高齢者医療診療報酬支払勘定）歳入歳出予算
- 議案第 18 号 平成 28 年度後期高齢者医療事業関係業務特別会計（公費負担医療に関する診療報酬支払勘定）歳入歳出予算
- 議案第 19 号 平成 28 年度運営資金特別会計歳入歳出予算
- 議案第 20 号 平成 28 年度国民健康保険等損害賠

- 議案第 21 号 償請求事務共同処理特別会計歳入歳出予算
- 議案第 22 号 平成 28 年度保険財政共同安定化事業高額医療費共同事業特別会計歳入歳出予算
- 議案第 23 号 平成 28 年度介護保険事業関係業務特別会計（業務勘定）歳入歳出予算
- 議案第 24 号 平成 28 年度介護保険事業関係業務特別会計（介護給付費等支払勘定）歳入歳出予算
- 議案第 25 号 平成 28 年度介護保険事業関係業務特別会計（公費負担医療等に関する報酬等支払勘定）歳入歳出予算
- 議案第 26 号 平成 28 年度障害者総合支援法関係業務等特別会計（業務勘定）歳入歳出予算
- 議案第 27 号 平成 28 年度障害者総合支援法関係業務等特別会計（障害介護給付費支払勘定）歳入歳出予算
- 議案第 28 号 平成 28 年度障害者総合支援法関係業務等特別会計（障害児給付費支払勘定）歳入歳出予算
- 議案第 29 号 平成 28 年度特定健康診査特定保健指導等事業特別会計（特定健診特定保健指導等費用支払勘定）歳入歳出予算
- 議案第 30 号 平成 28 年度特定健康診査特定保健指導等事業特別会計（後期高齢者健診等費用支払勘定）歳入歳出予算
- 議案第 31 号 平成 27 年度積立資産引当資産取崩議案
- 議案第 32 号 平成 28 年度一般会計基本準備金取崩議案
- 議案第 33 号 平成 28 年度引当資産取崩議案
- 議案第 34 号 平成 28 年度引当資産取崩議案
- 議案第 35 号 任期満了に伴う役員の改選を求める議案

受賞おめでとうございます
国民健康保険事業功労者理事長表彰



謝辞を述べる秋田美智子氏

国保事業の運営発展に
貢献してきた 2 氏が
その荣誉に輝く

本会議前には、平成 27 年度国民健康保険事業功労者理事長表彰を行い、被表彰者に対し、塩田始理事長から表彰状と記念品が授与された。

（被表彰者）
敬称略

国保審査委員会委員（在職 10 年以上）
阿部 孝典

特別に貢献した個人

秋田 美智子（なでしこの会会員）





「捨命住寿」 —死出の旅路の行き先—

Takako Tsutsui
筒井孝子

大幅な病床数の削減が 実施される

国や自治体がコミュニティに与える機能の弱体化とコミュニティにおける「公」が占める場が少なくなるといふ循環の進展の中で、国は自らが整備してきた病床を適正化という大義の下で大幅な縮減を図ろうとしている。これは、「地域医療ビジョン」と呼ばれ、都道府県が地域における効率的・効果的な医療提供体制の再構築を図るために2025年までに実施すべきとされ、この遂行にあたってはガイドラインも示されている。

地域の实情にあった医療提供体制構築をめざすことと記されているものの、実質的には、ほとんどの県において病床機能の最適化という病床数の削減が求められている。これにより、都道府県は医療資源を円滑に運用するための新たなマネジメントシステムを構築せねばならなくなっている。とりわけ慢性期病床においては、療養病床の入院受療率が最も低い『県』の水準まで低下させることが目標となっており、現行34万床を概ね20万床程度にすることとされている。これは、これらの病院が担ってきた終末期の療養や看取り機

能を地域に移転させねばならないことを意味している。

死の迎えは、 病院から在宅へ

また、ガイドラインには『地域医療構想の策定に当たっては、医療提供体制の構築だけでなく、地域包括ケアシステムの構築についても見据える必要がある、……以下略』と書かれている。つまり、地域医療ビジョンの推進の前提として地域包括ケアシステムの構築が必要と考えられているのである。

さて、わが国における医療

資源や終末期を巡る医療や介護といった機能の地域への移転

をも含めた地域包括ケアシステムが今後、めざすべきところは、地域で人々が幸せに生きぬくことだけを支援するわけではない。

なぜなら、このシステムには、ここ30年で一般的となった死の迎え方、つまり、多くの国民が病院で死を迎えるという実態から、在宅での死を一般化していくという大きな変革への対応が求められているからである。

次の世について考える 終活を

今日、終末期の人々が死を受け入れる準備として終活という言葉が生まれ、エンディングノート等、日常的な会話の中に死への旅立ちに際しての支援のあり方が模索されるようになった。だが、これらの準備は世俗における命の終わりを意味するだけであり、この

次の寿（いのち）への準備は含まれていない。

「捨命住寿」、これは遊行経という仏陀最後の説法の旅を記した経典にのみ、存在するテキストである。「命を捨てて寿に住む」こと、このわかつたような、わからないようなテキストは、捨て去る「命」も、住す「寿」も「いのち」ということであり、仏陀の入滅、仏陀がこの世の命をなくすこと、それによつて終わらない寿を得たという大きな転回を表している。だが、この転回は仏陀だからこそできうることであり、この命にかかわる根本的、劇的な転回を普通の人には到底感得しえないのではないかと思つてきた。

「捨命住寿」—死への旅 立ちを楽しむ

現世の最期に「十分、生きることができた、もう十分だ」と安心して死を迎えられる人は、それほど多くないのでは

なからうか。これは自らの最期を自らが決定できない終末期医療の今日的姿によるものだけでなく、自らの「いのち」のゆくえを考えることを多くの人々が行わなくなつてきた、行えなくなつてきたことによる。だからこそ、哲学的な問いに基づくシステムのあり方を検討することについては躊躇せざるを得ないと思つてきた。

しかし、私は最近、95歳の誠にかわいらしい老女から「先生、私は、この世に生きることにあきました。早く、次の世の寿をすでに知っている。だからこそ、世俗の命の終わりを受け入れることができ、人の世は営々と続いてきたのではなからうかと得心した。これからは「捨命住寿」、死出の旅路の行き先を楽しみにできるコミュニティ創りをしたいものである。

記事提供 社会保険出版社

随
こくほ
想

筒井 孝子 Takako Tsutsui

Writer's Profile

兵庫県立大学大学院経営研究科教授／医学博士／工学博士／社会学修士／教育学修士

筑波大学大学院修了後、平成6年より旧厚生省国立医療・病院管理研究所医療経済研究部へ、平成11年には、旧厚生省国立公衆衛生院公衆衛生行政学部を併任。両研究所の合併に伴い、平成12年より、厚生労働省国立保健医療科学院福祉サービス部室長、平成23年より、平成26年3月まで、同統括研究官（福祉サービス分野）、平成26年4月より、現職。

『ボルダリングははじめました』

大豊町役場 住民課保険窓口班
主事 西内 望

こんにちは。大豊町役場住民課保険窓口班の西内望と申します。大豊町と言えば、山間の木々に囲まれた町として知られていることと思います。そのイメージから遠いと思われがちですが、高知市から高速を利用すれば30分程度で着いてしまいます。

町内には、ラフティング世界大会の開催予定があるほどの名コースを含む吉野川が流れており、特に夏場はスリルを求める観光客でにぎわいを見せています。ラフティングの醍醐味はそれ以外にも、豊かな山の緑を鑑賞できる点にもあると思います。

そんな自然に囲まれた大豊町の職員だからというわけで

はないのですが、私にはある趣味があります。それは「ボルダリング」というスポーツです。最近はおリンピックの競技種目候補としても知名度が上がっています。日本全国に名所があり、屋外で楽しむ方も多いですが、私は始めたばかりということもあり、専ら屋内ジムで登っています。ロープやハーネスを使わず、飛び降りることができ

るくらいの高さの岩肌を、指先につけるチョークと専用のシューズを用いて登っています。レベル別・コース別に指定されている人工のブロックを手で掴んだり、足場を確認しつつ登ります。最初はできなかったコースを、試行錯誤

を繰り返して登りけることができたときの達成感や、より最適な登り方を見つけたときの嬉しさは最高です。こういったスポーツはとにかく腕力が大事で、上半身がたくましくなってしまうと思われがちですが、実は体幹や重心の取り方の方がより大事だとされています。ジムにはキッズクラスの子どもや、OLさんや女子大生らしき人たちが来ます。小学生が、大人も苦戦するコースをスルスルと登るさまを見ていると頭が下がりますし、私の苦戦を見かねた子どもに教えてもらうこともあります。上手な人はみな先生です。年齢・性別その他の違いの隔てなく取り組みま



ボルダリングコース



左から 坂本班長、茂松主幹、(筆者)西内主事、下村主幹、小松主幹

『データヘルスダイエット』

三原村役場 住民課
係長 谷口 春夫

はじめまして。国保担当1年目の谷口です。よろしくお願ひします。昨年度までは建設係にありまして、仕事の内容がガラリと変わり、自分ができるか不安な毎日でしたが、皆さまのおかげで無事1年目を終えることができそうです。このたよりをお借りして「ありがとうございます」です。

話は変わりますが、昨年10月に受けた人間ドックで引っかかりショックでした。役場職員になる前の体重は55kgくらいでしたが、毎年少しずつ増量してしまい、とうとう66kgと10kg以上も増量してしまいました。運動をして再検査を受けてくださいと言われて以来、ダイエットに力を入れ

ています。

ダイエットのためには、しっかりとした目標を立てて、そこをデータで管理しています。具体的には標準体重(58kg)まで体重を落とすことと、駅伝大会に出場することとし、目標を2本立てとしました。

駅伝大会は毎年2月に土佐清水市で開催される足摺駅伝大会に毎年出場しています。昨年は自分が足を引っ張ってしまい、屈辱的な最下位。今年はその雪辱を果たすためと、ダイエットのために出場しました。

練習では1キロごとにラップタイムをとり、エクセルファイルでそのデータを管理。練習の後は必ず体重を測定し、

体重もエクセルファイルでデータ管理を行います。毎回少しずつ上がっていくタイムを見るのが楽しみになり、続けております。たとえ練習のタイムで結果が出なくても、体重が減っていれば励みになり、モチベーションを保つことができます。

普段は家の周りを7キロくらい走りますが、休みの日は景色のいいコースを走りに出かけます。走った後、食欲が失せるくらい全力で走るのがコッパだと思います。運動の後に暴飲暴食しなければ、確実に痩せます。また、雨の日はトレーニング施設を利用するなどして、週2〜3回は運動するようにしています。

三原村役場住民課のみなさん



(後列)左から 矢野(臨時職員)、谷田保健師、田野係長、中西課長補佐、大塚課長補佐、谷本係長、市原主事
(前列)左から (筆者)谷口係長、矢野課長、松原主事、加用係長、細川主事

そんな運動を1カ月ほど続け、出場した駅伝大会では13位になり、昨年の最下位から大幅に順位を上げることができました。自分自身も昨年より4分以上早く走ることができて、大満足の大会となりました。忙しい中、参加してくれたみんなに感謝です。

体重は現在61kg。目標体重にはまだ及びませんが、順調に減っております。これからも楽しみながら減量していきたいと思っています。



地域の「ちか」 ちいキッズ!

わがまちの子育て支援〈Vol.16〉

「一緒に子育て楽しみたい」
ゆったりと過ごせて、子どもたちが
自由に遊べる場所があります。
ぜひ一度、遊びに来てみてください。

黒潮町地域子育て支援センター——黒潮町——



子どもたちがのびのびと遊び 保護者の方がホッとできる場所

黒潮町は海や山、豊かな自然に育まれ、沖に出ればクジラやイルカに出会えるまちです。

青い海、白い砂浜、緑の入野松原が見える高台の一角に、21年4月、上田の口・浜松・中央の三つの保育所が統合され、一つの保育所が開設されました。その大方中央保育所が開設された際に、黒潮町地域子育て支援センターが併設されました。

0歳児から就学前の子どもたちとその保護者の方々が集まり、子どもたちは自由に遊ぶことができ、保護者同士も交流することができる場所、子育ての悩みなども気軽に相談できる場所として支援を行っています。

あそびにおいで〜!!



高知県国保連合会からのお知らせ

平成28年4月1日から
国民健康保険被保険者証が
変わります!!



平成28年4月1日より
国民健康保険被保険者証の色が
次のように変更されています

国民健康保険被保険者証(市町村国保)……黄色

国民健康保険退職被保険者証……紫色

※医師国保組合被保険者証(桃色)は変更ありません
受診の際は国保被保険者証の提出をお願いします。
平成28年度用ポスターの背景には野根川の写真を使用しています。

野根川

野根川は東洋町を代表する全長30kmの清流です。アユ釣りのメッカとして知られており、清らかな水で育った良質のアユを釣ることができます。野根川でのアユ釣りはエサ釣りが盛んで、アユのエサ釣り発祥の地ともいわれています。また、川沿いでは春になるとたくさんの桜が咲き乱れ、毎年4月には「野根川さくら祭り」が開催されています。

窓口でのご確認をお願いします

Topics 2

お知らせ
第三者行為傷病届の
啓発ポスターを作成しました!

第三者行為求償は、審査の査定額に匹敵する医療費適正化効果があり、本会における昨年度の求償収納額は約4億円を超えています。
第三者行為求償の取り組み強化には、まずは届出による第三者行為の把握が非常に重要になり、厚生労働省からも各保険者に対して、地域の医療機関等との連携強化など、第三者行為に

よる被害の発見や把握に向けた取り組みの拡大や改善策が求められているところです。

そこで本会では、保険者における医療費適正化への取り組み支援として、届出義務の周知に役立つよう第三者行為傷病届の啓発ポスターを作成して、県内各医療機関や接骨院等に送付して掲示依頼を行いました。





保護者のニーズに 合わせた支援を

一度センターに来てくれた親子は、その後継続して来てもらえることが多いそうです。居心地の良い場所となっている証ですね。保護者同士の仲も良く、子どもたちもセンターで会えるお友だちと楽しく遊んでいます。「一緒に遊ぼう」で作った手作りおもちゃを、ずっと使い続けて遊んでくれている子どももいるとのこと。

黒潮町では年間50人前後の子どもが生まれていますが、センターの利用人数は多くありません。家庭訪問をした際に、「利用してみたい気持ちはあるけれど、行かないだろうと思う」と率直な話をスタッフの方が聞いたことがありました。そのような保護者の方たちが利用できるきっかけづくりや、どのようにアプローチして支援をしていくかが課題となっているようです。



地域と関わる子育て支援を展開

「魅力のあるセンターづくりをしていきたい。人数が少ないのはやっぱり寂しいです」。どうすればより多くの人に利用してもらえるか。行ってみたいと思ってもらうためにも、スタッフの方は他市町村の取り組みを勉強しているところだといいました。

今後の子育て支援の展開としては、『地域に出向き、色々な地域のたから「ひと・環境」に出会える、触れることができる機会を持つこと』。地域と関わっていくことで、センターだけでなく、地域全体で子どもを見守ることができたらいいですね。

子育てに悩みはありませんか。ぜひ一度黒潮町地域子育て支援センターに遊びに来てください。子育ての仲間やスタッフの方と一緒に、子どもたちの成長を楽しみましょう。



黒潮町地域子育て支援センター

電話/0880-43-0512

■ 幡多郡黒潮町入野5695(大方中央保育所内)

フリーデー(子育て支援センター)

月～金曜日 9:00～12:00 13:00～17:00

佐賀おでかけ広場(佐賀保育所)

火曜日 9:30～11:30

利用しやすい
雰囲気づくりを心掛けて



食の問題を考えよう!

取材に訪れた3月23日は子育て講座の日です。27年度最後となる講座のテーマは「食べても安心?飲んでも安心?」と題し、栄養士の方に講師を依頼しました。食品の安全性について書かれている本はたくさんありますが、具体的にはどのような影響があるのかを、子育て中の保護者の視点で分かりやすく説明。普段何気なく口にしている食べ物の中にも、発がん性物質といった食品添加物が多く含まれていることがあります。できるだけ質の良い安全な食品をいくつか紹介していました。

「何も知らずにどんどん子どもに与えるよりも、安全性について知っていた方がセーブというか歯止めになりますよね」と話すスタッフの方。より安全で、安心できるごはんをいっぱい食べて、すくすくと大きく成長してほしいですね。

一人一人に寄り添った
支援を模索していく



多彩なイベントや講座を実施

スタッフは保育士2名の体制ですが、気軽に利用できる親しみやすいセンターになるように、様々な行事に取り組んでいます。

毎週木曜日の9時半から11時半は、「一緒に遊ぼう」と題して、手遊びやおもちゃ作り、読み聞かせ、散歩、誕生日会などを行い、親子で楽しむことができる時間です。「佐賀おでかけ広場」でも同じく色々な遊びやイベントを行っています。その他、プール遊び、運動会、遠足、クリスマス会など季節に合わせた行事もたくさんあります。

また、月に1回子育て講座を実施。子育てに関する情報は、今ではインターネット・本などから簡単に手に入れることができますが、「本で見るのと、実際に話を聞いたり、自分が知りたいことを相談してみたりするのでは違いますね。知識として入りやすいです」とスタッフの方は話します。



須崎市で取り組むこころの健康づくりについて



須崎市役所
健康推進課
西本 美公子



須崎市の様子

本市では、温暖な自然条件を生かした施設園芸、露地野菜、水稲、果樹栽培等が盛んでミョウガの生産は日本一を誇り、その中心を担っています。そのため、特定健診の事後フォローはハウスへの訪問をして、体重や腹囲を測定することもあります。

また、魚のおいしい街としても知られる須崎市は、沿岸漁業を中心に養殖業も盛んに行われ、豊富な魚種の水揚げがあり、夕食に刺身を食べる習慣が多い土地柄です。

市民に長く愛され続けてきた「鍋焼きラーメン」はB-1グランプリにもたびたび出展し全国的にも注目を集めています。また、ゆるキャラグランプリ2015で見事4位の座の「しんじょうくん」の知名度は、今さら詳しくご紹介するまでもありません。

須崎市の28年1月末現在人口は、2万3103人、1万1075世帯、高齢化率35・6%、生まれた赤ちゃんは134人です。須崎市の保健師は9人、健康推進課6人、包括支援センター（社会福祉協議会派遣）1人、長寿介護



課1人、福祉事務所1人の体制です。健康推進課保健師は、地区分担制と業務分担制で活動しています。今回は、須崎市で行っているこころの健康づくりについて紹介します。

健康増進計画について

第2期健康増進計画では、「健康井戸端会議」「健診」「食生活とお酒」「運動・生活活動」「歯の健康」「たばこ」「こころの健康」と七つの分野に分けて、住民や関係機関を巻き込んだ計画の素案作成から実行、見直しを一緒に行う取り組みを、25年度から5カ年計画で進めています。

その中で「こころの健康」では、「睡眠で休養が取れている人」の割合を増やすことを目標に、睡眠不足を防ぎ健康的な生活を送ることで、「こころも身体も健やかな市民の増加」をめざしています。

計画策定のための「こころの健康」の作業部会で、ストレス関連障害で病院を受診する50歳代、60歳代の人が増えている現状や、孤立防止のために地域



消防署職員への講座



消防署の訓練室で行いました

の見守りや声かけの体制が重要なことも話し合われました。また、自殺予防の対策に取り組んでいくことの必要性も確認しました。

須崎市の自殺予防に取り組む背景

須崎市では、24年の人口10万人あたりの自殺死亡率は25・8であり、県全体の数値とほぼ同じです。近年10年間の内訳では、自殺が多くみられる年代は、男性が40歳代、60歳代、女性が40歳代以上の年齢になっています。男女ともに働きざかりの自殺者が多いのが本市の現状となっています。

自殺予防対策検討会の開催

23年度から市が呼び掛けて、市内に

ある精神科病院、県福祉事務所、包括支援センター等関係機関職員が年1回集まり、自殺やうつ、認知症の現状や対策を話し合う自殺予防対策検討会を行いました。自殺の背景には借金、精神疾患、病気、介護の問題など様々な要因があり、住民や地区組織等専門機関に働きかけながら行う「みんなで進める自殺予防」の必要性を確認し、事業を展開しています。

ゲートキーパー養成講座について

ゲートキーパーとは、自殺を考えるほど思い悩んでいる家族や仲間の変化に気がついて、声を掛け、話を聞き、専門家につなげることができる人のことで、「命の門番」とも位置づけられる人の



吾桑地区民生委員児童委員定例会



弁護士・司法書士・生活困窮者相談員との合同研修

各関係機関を対象にゲートキーパー養成講座を実施したことで、それぞれの立場でできる自殺予防対策の体制づくりになっています。受講前には、「死にたい」という相談は受けたことがないから……と言われていた受講

者もいますが、研修により普段の生活の中で悩みに耳を傾けることが自殺予防につながることに気づく人材が増えていくことが大切だと考えています。

9月の自殺予防週間、3月の自殺対策強化月間の取り組み

9月の自殺予防週間、3月の自殺対策強化月間には、公用車に「お父さん眠れてる？」のマグネットシートを貼るなどの啓発活動を行っています。消防署、市内の病院、介護施設等にも働きかけて同時期に啓発をお願いしています。取り組みを始めて3年目になり、各機関が自殺予防週間と自殺対策強化月間になると、マグネットシートの活用で自殺予防対策の啓発事業に協力していただけの体制ができあがってきました。また、関係機関が共通の認識を持って取り組みを進めているという意識も感じられるようになりました。

今後の須崎市のこころの健康づくりの取り組みと方向性

こころの問題を一人で抱え込んでしまっていることが大きな課題となっています。以下の3項目を柱として、今後取り組みを継続していこうと考えています。



睡眠キャンペーンポスター

①こころの健康を保つための生活のしかたについての啓発

こころの健康を保つためには、日常の「睡眠」「食事」「運動」「休養」が大切で、ストレスへの対応はセルフケアが役に立つことを啓発していく。

②みんなで進める体制づくり

自殺や精神疾患についての正しい知識を身につけ、偏見をなくすために関係機関や住民組織、事業所と一緒に「気づき、つなぎ、見守る」ことができる人を増やす。

③関係機関のネットワークづくり

関係機関がすみやかに自殺予防につながる連携が有効に働くように、自殺対策検討会等で事例検討や現状分析をふまえた関係機関のネットワークを作っていく。

食べてみい^みや! 味てみい^みや!!

トマトの季節

トマトの季節といえば夏というイメージですが、高知の甘いトマト（高糖度トマトといわれるフルーツのような小ぶりのトマト）の旬は2月～5月の冬春トマトになります。高知県のトマトは出荷量より品質。県内各地域の農家さんが工夫したおいしいブランドトマトがあります。

始まりは1970年、台風の被害により農地に海水が流れ込み、土壌に強い塩分が残った徳谷地区で栽培を続けたところ、小玉で濃厚な甘いトマトがで

き、それが評判となつて全国にも知られるようになったそうです。

トマトは先端に放射状にすじが入ったとがっているものが多い印で、へたのまわりの部分がいちばん甘味が強いと農家さんにお聞きました。へたの部分まで、しっかりおいしく頂かないといけませんね。また、皮ごと食べることで不溶性食物繊維も摂取できます。

今回はそんなトマトの栄養を丸ごと取れる料理をご紹介します。

トマトの甘みを丸ごと堪能できる

焼きトマトのホットサラダ

くりぬいたトマトを器に使った、見た目のかわいらしい一品です。加熱したことによる強い甘みが特徴で、ほおばると口いっぱいに甘い果汁が広がります。

◎材料(1人分)

トマト……………1個(150g)
ナス……………15g
カラーピーマン……………15g
ベーコン……………5g
塩、こしょう……………少々
オリーブオイル……………適宜
トマトと野菜のマリネだれ…大さじ1
粉チーズ……………2g

1人分
エネルギー 154kcal
たんぱく質 4.7g
塩分0.6g

◎メモ

- ・トマトは焼くことで甘みが増し、おいしくなります。
- ・粉チーズの代わりにピザ用チーズ5gを使ってもいいでしょう。

◎作り方

- ①トマトはへたごと上部を切り落とし、中の果肉をくりぬき容器を作っておく。(果肉はみじん切り、マリネ液を作るのにっておく)
- ②ナスは縦四つに切り、サイコロ切りにする。
- ③カラーピーマンもサイコロ切りにしておく。
- ④ベーコンは短冊切りにする。
- ⑤フライパンにオリーブオイルを薄くひき、ベーコンを入れ、カリッになったらナスとカラーピーマンを入れ、塩こしょうで味を調える。
- ⑥⑤をボールに入れ、熱いうちにマリネだれとあえておく。
- ⑦①のトマトに⑥を詰め、粉チーズを振り掛けて、200度のオーブンで5分焼く。
※オーブントースターなら3分くらいでもいいですが、トマトの大きさによるので、オーブン、トースターともにほどよく焼ける頃合いを見てください。

色鮮やかなさっぱりマリネ

鶏のトマトマリネ

マリネは、肉や魚、野菜を酢・塩・サラダオイルなどを使った漬け汁に浸す調理法です。鶏肉のカリッとした食感とトマトマリネの甘みと酸味が楽しめるヘルシーメニューです。

◎材料(1人分)

鶏むね肉……………90g
塩、こしょう……………少々
小麦粉……………適宜
オリーブオイル……………適宜
レタス……………20g
スナップエンドウ……………5g
トマトと野菜のマリネだれ……………大さじ2

◎作り方

- ①鶏むね肉は、切り込みを入れ薄く開き、塩、こしょうをふり、小麦粉を薄くつけて余分な粉をはたいておく。
- ②フライパンにオリーブオイルをひき、①の鶏肉を入れ、火が通りカリッとするまで焼き、レタスを入れた皿に盛りつけ、トマトと野菜のマリネだれを上からかけていただく。

◎メモ

- ・鶏肉はもも肉やささみでもいいでしょう。白身魚やエビでもおいしくいただけます。

◎トマトと野菜のマリネだれ

トマト……………1個(150g)
キュウリ……………10g
玉ネギ……………20g
セロリ……………10g
パセリ(みじん)……………5g
オリーブオイル……………大さじ3弱(35ml)
レモン汁……………小さじ1
塩……………1g
こしょう……………少々

◎作り方

- ①トマトはへたを取り1cm角に切る。
- ②キュウリ、玉ネギ、セロリは粗みじん切りに切る。
- ③パセリは茎を除きみじん切りにする。
- ④オリーブオイルにレモン汁、塩、こしょうを混ぜ合わせ、①～④の野菜を入れマリネだれを作る。

上記分量(1瓶分)
エネルギー 366kcal
たんぱく質 1.7g
塩分 1g

◎メモ

- ・オリーブオイルの効果でリコピンの吸収力があがります。マリネだれはたっぷり作って、ドレッシングなどに活用してもいいでしょう。



トマトの栄養素

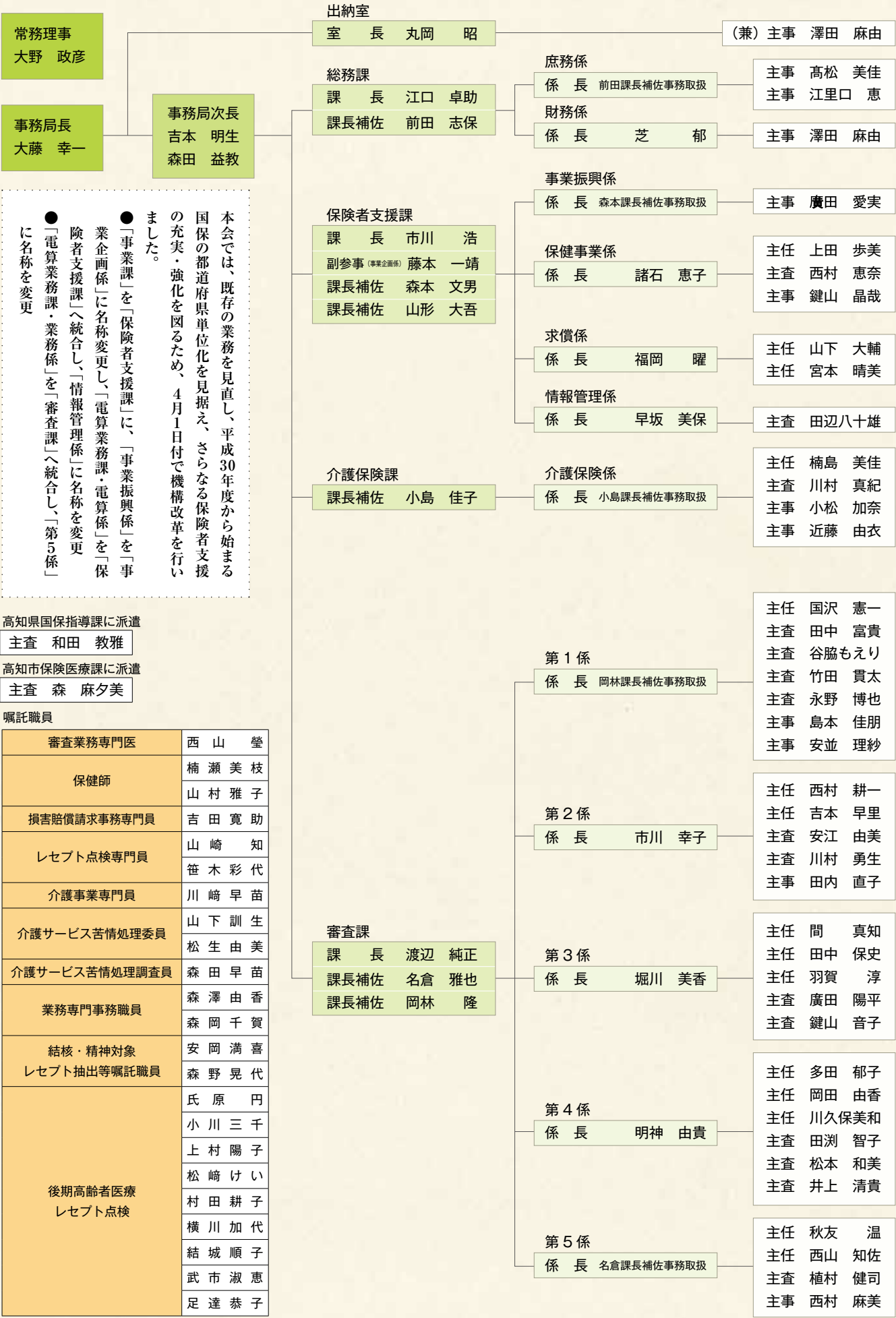
トマトの赤い色素、抗酸化作用の強いリコピンはよく知られていますが、脂溶性なので油を使った食べ方がおすすめです。例えば、サラダならドレッシングをかける、脂溶性でビタミンEが豊富なごまやアーモンドと食べ合わせるなどです。

ラタトゥイユなどのイタリア料理はオリーブオイルを使い肉や魚などと煮込んでいます。トマトに含まれるうま味成分（グルタミン酸）効果で塩分が少なくてもおいしく、抗酸化作用のあるリコピンがたっぷりとれるおすすめ料理です。



管理栄養士 西森美恵

管理栄養士であり、「高知県在宅保健活動者なでしこの会」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。



●「事業課」を「保険者支援課」に、「事業振興係」を「事業企画係」に名称変更し、「電算業務課・電算係」を「保険者支援課」へ統合し、「情報管理係」に名称を変更
●「電算業務課・業務係」を「審査課」へ統合し、「第5係」に名称を変更

本会では、既存の業務を見直し、平成30年度から始まる国保の都道府県単位化を見据え、さらなる保険者支援の充実・強化を図るため、4月1日付で機構改革を行いました。

高知県国保指導課に派遣

主査 和田 教雅

高知市保険医療課に派遣

主査 森 麻夕美

嘱託職員

審査業務専門医	西 山 瑩
保健師	楠 瀬 美 枝
	山 村 雅 子
損害賠償請求事務専門員	吉 田 寛 助
レセプト点検専門員	山 崎 知
	笹 木 彩 代
介護事業専門員	川 崎 早 苗
介護サービス苦情処理委員	山 下 訓 生
	松 生 由 美
介護サービス苦情処理調査員	森 田 早 苗
業務専門事務職員	森 澤 由 香
	森 岡 千 賀
結核・精神対象 レセプト抽出等嘱託職員	安 岡 満 喜
	森 野 晃 代
後期高齢者医療 レセプト点検	氏 原 円
	小 川 三 千
	上 村 陽 子
	松 崎 け い
	村 田 耕 子
	横 川 加 代
	結 城 順 子
	武 市 淑 恵
	足 達 恭 子

27

年度3回目の開催となる保健事業支援・評価委員会を、1月8日に本会議室にて開催した。支援対象として出席したのは、中土佐町・三原村・土佐清水市・北川村・四万十町・田野町・土佐市の7保険者。第4回の委員会は、3月24日に高知市の高知共済会館で開催。須崎市・梶原町・安芸市・四万十市・大豊町・香美市の6保険者に支援を行った。各保険者との協議の他、事務局から「保健事業支援評価委員会が行う三つの支援」、「これまでの経過と今後の予定」について説明した。なお、安芸市との協議では、データヘルス計画に沿った個別保健事業の実施状況について情報交換を行い、これからの支援の在り方や保健事業の評価方法等を検討した。

特定健診の結果から見た健康課題の特徴として目立つのはやはり多量飲酒で、全国平均や同規模の保険者と比べて多い。他にも肥満の要因となる早食いや食後の間食なども多く、これらの生活習慣が高血圧や糖尿病といった生活習慣病の発症を引き起こし、やがては重症化へとつながることになる。

各保険者ではこうした不適切な生活習慣などの疾患にどれだけ医療費がかかっているのか、また死因としてはどのような疾患が多いのかといったことを、KDBシステム等を活用して抽出したデータを分析し、データヘルス計画を策定している。

計画策定を支援していくなかでは、「目標の数値設定」について助言を求める保険者が多かった。目標を設定するに当たっては、医療費適正化効果の見込みなど、具体的に実現可能な数値なのかということが、一

つのポイントとなってくる。保健事業の対象者数の規模は、1000人であったり、10人であったりと、実施体制やその事業ごとに異なる。同じ20%という目標を設定するのではなく、その対象となる人数を把握した上で、実施する事業に見合った数値を設定することも重要だ。委員からは、「その（設定した）数値で本当に適切か、どれほどの効果が期待できるか。これまでの実績等を踏まえて、効果的な（目標の）数値を検討してほしい」といった助言がなされた。

今後、データヘルス計画を策定した保険者は、計画に沿った保健事業を実施していくこととなる。委員会としても計画した保健事業が、実際に効果があつたかどうかを確認できる評価の視点を持ち、保険者との情報交換を行いながら、支援をすることが求められる。



室・課	係	主な事務
出 納 室	TEL 088-820-8419	●現金及び有価証券等の出納及び保管
総 務 課	庶 務 係 TEL 088-820-8401	●会務の総合調整 ●総会、理事会及び監事会 ●規約、規則、細則及び規程 ●許可、届出、契約及び登記 ●人事及び給与 ●国保制度の改善強化対策 ●機関誌「TOSA 国保だより」の編集、発行 ●国保新聞 ●ホームページ ●その他の室・課に属さないこと
	財 務 係 TEL 088-820-8401	●財政計画及び予算の編成執行 ●負担金及び手数料その他徴収金の賦課徴収 ●物品の調達、貸借、検収及び不要品の売却 ●連合会補助金及び貸付金の申請及び請求 ●保険者に対する融資 ●保険財政共同安定化事業・高額医療費共同事業
保 険 者 支 援 課	事業企画係 TEL 088-820-8415	●事業の企画 ●高知県国民健康保険事務担当職員協議会事務局 ●高知県国保地域医療推進協議会事務局 ●全国国民健康保険診療施設協議会に関すること ●高知県保険者協議会事務局 ●用紙等の共同印刷、書籍等の購入斡旋 ●健康測定機器、健康教育教材の貸し出し ●医師確保対策
	保健事業係 TEL 088-820-8420	●保健事業 ●市町村保健師等研修事業 ●市町村保健衛生職員協議会保健師部会 ●高知県在宅保健活動者なでしこの会事務局 ●国保・後期高齢者ヘルスサポート事業 ●特定健康診査・特定保健指導 ●国保データベースシステム（K D B）
	求 償 係 TEL 088-820-8421	●第三者行為求償事務

室・課	係	主な事務
保 険 者 支 援 課	情報管理係 TEL088-820-8403	●被保険者資格の電子記録 ●被保険者の資格及び給付に係る電子記録のプログラムの開発、修正及び管理 ●被保険者の資格及び給付に係る事務の共同処理外電子記録 ●情報ネットワークシステムの開発推進及び関連機器の維持管理 ●保険者事務共同電算処理に対応するシステム ●国保財政診断事業 ●保険料（税）適正算定マニュアル ●調査、情報収集及び分析・提供、保存
介護保険課	介護保険係 TEL 088-820-8409 (苦情) TEL 088-820-8410 TEL 088-820-8411	●介護給付費及び介護予防・日常生活総合支援事業費の審査・支払、過誤調整、再審査、全国決済 ●介護サービス事業者等に対する調査、助言及び指導 ●介護保険者事務の共同処理 ●介護給付費審査委員会 ●介護サービス苦情処理委員会 ●高額医療介護（介護予防）サービス費の支給計算 ●障害介護給付費の支払及び過誤調整、全国決済 ●障害者総合支援市町村事務の共同処理 ●保険料（税）の年金からの特別徴収における経由機関業務
審 査 課	第 1 係 TEL 088-820-8404	●高点レセプト及び歯科レセプトの審査・支払事務 ●審査専門部会・歯科部会運営 【支払に関する担当保険者】 室戸市、安芸市、南国市、土佐市、香南市、香美市、安芸郡、土佐郡、長岡郡内の保険者
	第 2 係 TEL 088-820-8405	●医科レセプトの審査・支払事務 ●診療報酬審査委員会 【支払に関する担当保険者】 高知市、医師国保
	第 3 係 TEL 088-820-8406	●医科レセプトの審査・支払事務 ●県外分診療報酬全国決済 【支払に関する担当保険者】 須崎市、土佐清水市、宿毛市、四万十市、吾川郡、高岡郡、幡多郡内の保険者
	第 4 係 TEL 088-820-8402	●調剤レセプトの審査・支払事務 ●保険者及び保険医療機関等の再審査事務 ●再審査部会運営 ●レセプト点検共同事業
	第 5 係 TEL 088-820-8407	●保険者等の過誤調整 ●保険者間調整 ●訪問看護等療養費 ●柔道整復師の施術 ●出産育児一時金、公費負担医療、福祉医療等 ●支払事務、諸率、統計

室・課	出納室・総務課	審査課	介護保険課
4 月	○保険者負担金賦課徴収 ○役職理事会(必要に応じて) ○国保新聞に関する業務(毎月) ○TOSA国保だより326号発行		
5 月			
6 月			○介護保険初任者研修会
7 月	○監事会・理事会・通常総会 ○広報委員会 ○TOSA国保だより327号発行	○診療報酬改定研修会	○ケアプラン分析研修会
8 月			
9 月			○保険料の年金からの特別徴収 業務手数料賦課徴収(前期分)
10 月	○TOSA国保だより328号発行		
11 月	○国保制度改善強化全国大会(東京都)		
12 月	○理事会 ○役職理事会(必要に応じて)	○レセプト点検・調査事務研修会	
1 月	○広報委員会 ○TOSA国保だより329号発行		
2 月	○国保功労者表彰 ○監事会・理事会・通常総会 ○退職者医療共同事業負担金調定		○保険料の年金からの特別徴収 業務手数料賦課徴収(後期分)
3 月			

保険者支援課	国保事務担当職員協議会	国保地域医療推進協議会
○下半期共同幹旋物等代金請求(10月～3月分) ○3月分求償事務手数料請求 ○地域医療推進共同事業負担金賦課徴収 ○求償権確認調査および求償金滞納処理(毎月) ※求償金は収納月の翌月10日頃に該当保険者へ通知および送金します。	○各支部総会 (支部単位で開催)	○監事会
○高知県都市国保主管課長・係長研究協議会 ○四国地区都市国保主管課長および国保保険者国保事務担当者研修協議 会(徳島県) ○特定健診等国庫負担(補助)金の実績報告に関する説明会・特定健診等 事務担当職員新任者研修会 ○都道府県および市町村国保主管課職員研修[1班][2班](東京都) ○国保事務担当職員新任者研修会 ○国保医療費のお知らせ作成(5・7・9・11・1・3月)	○監事会・理事会・総会	○理事会・総会 ○地域医療現地研究会 (梶原町)
○全国国民健康保険診療施設協議会会費賦課徴収 ○ヘルスアップ推進員研修会 ○求償事務の取り組み強化における研修会 ○高知県在宅保健活動者なでしこの会総会・研修会 ○療給実績報告基礎資料作成		
○特定健診・特定保健指導手数料請求 ○第三者行為求償事務研修会(支部単位で開催7月～10月) ○保険者協議会研修会 ○保険者等事務電子計算共同処理運営委員会 ○年齢階層別の疾病分類別リスト作成 ○国民健康保険高齢受給者証作成	○支部長会 ○国保事業経営等研究専門 部会	○国保診療施設四国ブロッ ク会・四国合同国保歯科 診療施設研修会(香川県) ○部会長・副部会長会
○第33回「健康なまちづくり」シンポジウム(東京都) ○全国市町村国保主管課長研究協議会(東京都) ○高知県在宅保健活動者なでしこの会「なでしこだより」第32号発行 ○年間無受診世帯および被保険者名簿作成 ○退職適用適正化実施に伴う年金受給権者情報作成(8・11・2・5月)	○各支部研修会 (支部単位で開催)	
		○医師部会・技術者部会・看護 部会合同研修会(四万十町)
○上半期共同幹旋物等代金請求(4月～9月分) ○上半期求償事務手数料請求 ○9月末現在年齢階層別・男女別被保険者数調べ(年齢階層調べ)作成		○第56回全国国保地域医 療学会(山形県)
○国保被保険者健康づくり推進月間 ○年齢階層別の疾病分類別リスト作成	○理事会	○部会長・副部会長会 ○事務担当者会
○新年度使用の共同印刷物受注 ○特定健診・特定保健指導集合契約に関する説明会		
○療給実績報告基礎資料(基礎表Y)作成		
○被保険者証更新ポスター配布 ○保険者等事務電子計算共同処理運営委員会	○支部長会 ○国保事業経営等研究専門部会	○第30回高知県国保地域 医療学会
○下半期求償事務手数料請求 ○疾病分類等冊子発行 ○被保険者証等作成(国保・退職) ○高知県在宅保健活動者なでしこの会「なでしこだより」第33号発行		○部会長・副部会長会

※日程調整中 ○国保事務担当職員研修会 ○国保運営協議会委員研修会 ○国保保健賞表彰 ○保健事業支援・評価委員会 ○医療費分析研修会



上ちにストレス
解消して、国保改革
を乗り切ろう!!



この号で「日々国保」を掲載し始めてから、めでたく丸1年となる。

このTOSA国保だよりへの寄稿は、8年度に、当時あった、1冊全て県が担当する特別号が初めてで、翌年度の特別号と冬号にも載せていただき、長期連載をめざしていたが、自分が異動となったことから自然消滅してしまったことが心残りとなっていた。

このため、それ以降も介護保険などで国保連合会との付き合いはあったので、書かせてと強くお願いをし続けてきたものの、どのようなものを書くか信頼されていなかったからか、なかなか了解がもらえなかったが、昨年度になってやっと書かせてもらえることとなった。

このような事情から、念願かなってせっかく書かせてもらえることとなったので、期待に沿うようなものになければと、

前3号は恥を忍んで自らの体験も交え書いてきたところ、自分で言うのもなんだが好評で、連載中止とならずここまでくることができた。

ただ、少し柔らか過ぎるかなという気もしていたので、4回目はいこれまでと趣を変え、制度改革もあることだし、今までの国保の長い経験で培った知識を生かし、国保制度についてお堅く論文調で書いてみようかと考えていたところ、2月27日に国保地域医療学会に出席した際、あるアンケート調査に出会った。

アンケートは、「たばこ」「パランスの取れた食事」「健康のための運動」「ストレス解消」についての四つで、最初の三つについては、この「日々国保」を読んできた方は知っていたに違いなく、思うが、躊躇なく自信を持って「はい」「いいえ」と答えることができた。

でも、ストレスについてはちよと考えてしまった。そう、まだこのコーナーで書いていなかった。その時々タイムリーな話題を取り上げることとして

いるのにかつた。というこどで、急きよ、方向転換を行うこととした。(決して制度についてが難しかったからではない)。

私自身は、休みの日は魚釣りに出かけた(この冬は、全くお魚さんに遊んでもらえなかった。すこく悔しい)、ラインでかいいいスタンプを集め娘とやり取りをしたりして、ストレスを溜めないようにいるが、この冊子を読んでくれている方は、どのようにして解消しているのだろうか。

というのも、今から20年ほど前、私が国保の担当で、まだ青年の面影を残していたころ、市町村の担当者に電話をかけた、また間違っていたのか」と、こちらが何も言わない

うちに、とっても暗い声で先に言われることがよくあった。

その当時は、まだパソコンが普及し始めたばかりで、表計算ソフトも今のよう充実しておらず、調整交付金のデータを入れるとすぐフリーズし、1日かけて作った資料が最初からやり直しになったこともあった。それでも、その少し前までは、県での検収が終わるとその場でカーボン紙を使い、申請書を手書きしていたのと比べるとだいぶましにはなっていたが、計算は主に電卓で、提出の期限が迫る中でよく間違いがあった。

今思うと、市町村の方は、締切直前の私からの電話がかなりのストレスになっていたのではないかと思う。

さて、国において検討がされてきた、30年度からの国保の運営方針や国保事業費納付金の算定方法のガイドラインによると、かなり細かい作業が要求さ

れている。

特に納付金は、被保険者の保険料・税に直結するので、県で行っていく各市町村の納付金額の決定は、繊細な作業となるが、市町村の方にも膨大なデータを正確に提供していただく必要がある。二つの市町村の間違いが県全体に影響することとなる。

大規模な国保制度改革まであと2年。これから先、システム改修や保険者努力支援制度への対応もあり、作業量も多くなってくると思われるが、皆さんもストレスを溜めないよう上手に解消しながら、円滑な制度の移行に向け頑張ってくださいと考えている。

追伸 本年度も引き続き国保指導課に在籍することとなり、このコーナーも続きます。ご愛読よろしくお願い致します。



●春は花の季節ですね。桜をはじめ、菜の花、ツツジ、チューリップなどなど。景色が鮮やかな色に染まる出会いの季節でもありますね。さて、今回の編集後記用の写真は定番の菜の花ですが、写真の中にモンシロチョウが隠れています。見つけた人には幸せが訪れるかも……しれません。

●広報の担当となり、早くも2年目を迎えることとなります。この1年、取材を通じてたくさんの人と出会えました。これからも「国保だより」で出会える縁を大切にしていきたいと思いますので、まだまだ未熟者ではありますが、今年度もよろしくお願いいたします。(江)

326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

2016年4月発行 326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 088-820-8401
http://www.kochi-kokuhoren.or.jp
E-mail 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

四国一小さくて、魅力的なまち

「田野町」

今回は田野町を訪ね、これからのまちづくりについて、安岡雅徳町長にお話を伺います。

TOSA 国保だより 327号
7月下旬発行予定