TOSA 国保だより

VOL 330 2017.Apr

Public relations magazine
Tosa Kokuho Dayori
Published by
Kochi National Health
Insurance Organization

椙原町

雲の上の町ゆすはらから
生きる仕組みを考える

Cover's Story

小さな鯉のものがたり

田園の上を舞う、数千匹の鯉のぼり

―椙原町―

椙原町川西路の白谷地域。
集落の上空を鮮やかに彩る
小さな鯉のぼり。
始まったのは5年前
住民が協力して設置をしており
年々その数は増え続け
現在では約5000匹が
田園の上を泳ぎ、はためく。
4月中旬から5月末にかけて
この時期ならではの
風物詩となっている。

首長は語る No.79

椪原町長　矢野富夫（62歳）

雲の上の町ゆすはらから生きる仕組みを考える

雲の上の町、ゆすはら。
住民の自立に向けて、
四万川・初瀬・松原
東・西・越知面の全6区に
集落活動センターを
立ち上げた。
六つの小さな拠点で
生きる仕組みをつくるまち。
椪原町を訪ね、
これからのまちづくりについて
矢野町長に伺いました。

Contents

02　首長は語る
雲の上の町ゆすはらから
生きる仕組みを考える
矢野　富夫　椪原町長

07　いちおしスポット　椪原町

09　第30回高知県国保地域医療学会

13　おらんくの保健事業　香美市
輝き･やすらぎ･にぎわいをみんなで築くまち

17　元気散策! ―このまちからの笑顔だより―　馬路村

20　なでしこの会
第34回研修会報告

21　国保連合会2月通常総会

23　こくほ随想　ポスト「社会保障と税の一体改革」

25　コーヒーブレーク
「本で息抜きを」南国市／「おかげさま」土佐市

27　Topics

28　地域のたから　ちいキッズ!

29　黒い鞄　No.264　越知町
「ずっと越知で暮らし続けるために」

31　ヘルシーごはん　食べてみぃや!　味(み)てみぃや!!
「高野豆腐の抹茶くず餅」「麸のフレンチトースト風」

33　事務局長就任のごあいさつ／お知らせ

34　国保連合会事務局組織図

35　国保連合会事務分担

37　国保連合会各室課事業年間予定表

39　日々国保　「花粉症について」

40　編集後記

TOSA
国保だより
330
2017.Apr

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

首長は語る

No.79 椿原町長 矢野富夫（やのとみお）

（聞き手　国保連合会大藤事務局長）

治療から予防へと変わる時代
安心して死を迎えられるまちをめざして

椿原町は率先して地域包括ケア的な取り組みをされていますが、その中でも、特徴的なものや成果が出たものについてお聞かせください。

一つに、予防型社会を作りたくて、健康づくりも含めて、治療から予防へと変わる時代だと思っております。その予防型社会を作るために、在宅介護を基本にして、看取りは社会福祉法人が運営するカルスト会の「ふじの家」が行っています。要介護3以上になりましたら特別養護老人ホームに入りますが、要介護1・2の方たちは体の具合が悪くなると、町外に出て行かなくてはなりません。高齢者合宿施設や福祉の館、高齢者支援ハウスといった施設はありますが、ケアハウス・高齢者住宅など、要介護1・2の方向けの中間的な施設が町内にはないからです。この状況を解消すべく、ケアハウス・高齢者支援ハウス・デイサービス等の機能を持った複合型の福祉施設が30年2月末に完成予定であり、生まれてから亡くなるまで、安心して死を迎えられるまちをめざしております。

死ぬまで住めるというのは、病気になったり、体が衰えてきたりする中で、誰かの介護が必要になってくる。いわゆる療養型病院に代わる施設がなければ、本当に高齢者の方は生活できなくなりますよね。

新たな複合型の福祉施設が開設されることになりましたが、予防型社会の実現に向けて、人材の確保も重要となります。29年度からは保健師が7人、理学療法士が4人の体制となります。他にも社会福祉士などの専門的な職種が中心となって地域に出向いて行き、予防活動を進めていこうと考えています。例えば理学療法士ならば、いきいきふれあい事業を区単位で行っています。そういった活動を集落活動センターや、それぞれの地域にいる「健康文化の里づくり推進員」と連携を図りながら、健康づくりに一層力を注いでいきます。最終的には、保健師や看護師がパソコンやタブレットを持って行き、医師と話し合いながら診察・治療・指導ができる体制づくりを進めていけたらと思います。

それに加えて、子育て世代包括支援センターを立ち上げ、妊娠・出産・育児までを支援していく体制も保健福祉支援センターに設けました。さらに今後は、新設する図書館の一角に子育てのスペースを入れることで、いつでも子どもを連れて母親が相談できたり、人との触れ合いや、つながりがもてるような整備をしていきます。

世代間の交流にもつながるということですね。

新設の図書館は先ほど話しました福祉施設と隣接しますので、高齢者との触れ合いもできます。この福祉施設にはタニタ株式会社の高齢者向けのフィットネスも入る予定です。こういった仕組みづくりをスタートしたことは、予防型社会の一つの柱ですが、もう一つは集落活動センターを六つ作ったのも、健康づくりを行うためであり、行政ができないところを集落活動センターに担ってもらおうと思ってつくりました。

教育―子育ての環境を整えることはもちろん
住宅の整備はとても重要

全部が全部、行政が力を入れてやるんではなくて、それぞれができることをお互い一緒にやっていくことが成功につながっているのではないかと思いますね。

その通りです。物事を進んで取り組んでいくんだ、自分たちでできることは自分たちでするんだ、足らないところを国や県や町、または企業や大学生等々、いろんな人に助けてもらいながら生活することにもつとが自立していくことにもつながりますので、自分で完結することが全てではないですよと、私も訴えています。長年取り組んでいる健康づくりについても、「自らの健康は自らで作るんだ、守るんだ」という思いが、高い特定健診受診率（27年度法定報告80・4％）にもつながっているのではないでしょうか。まさに、住民力です。

特定健診の受診率については、椿原町は一歩先に進んでいますよね。ところで、人を育てるという面では、看護師を対象とした奨学金制度があるんですか。

学資貸与制度のことですね。卒業後に椿原町に帰って来ると半額免除、看護師等（看護師・保健師・社会福祉士・介護福祉士・薬剤師・理学療法士）の業務を継続して従事する期間が、貸与を受けた期間の1・5倍に達したときには全額免除する制度をつくっています。これまでは金の卵となる人材を探しに都会へ行っていましたが、「保護者の方は、金の卵（人材）を産む金の鶏になってください。そして、ともにまちづくりを考えていこうよ、将来へ伝統文化を引き継いでいこうよ」と町民の皆さん方には言っています。

学校の進学についても、現在、椿原中学校から椿原高校に行く生徒は90％であり、これは近年にない数字ですが、椿原高校に魅力があり進学することにつながっていると思います。大学の指定校推薦枠も多くなりましたし、海外留学するための助成を行っていることも進学率が上がることになっていると思います。このようなことから、椿原高校が選ばれる高校に変わってきたと思いますし、人の流れが大きく変わり出したのが、今の椿原町の現状ですね。

人を育てていくには学力、そして広い視野で物事を捉えていくことが非常に大事ですよね。海外留学の費用を補助するというのは、他ではあまりないかと思いますが。

ないと思いますね。留学制度があるから、わざわざ高知市からも椿原高校に入って来ています。また、中学生（椿原学園7～9年生）の8人を対象とした、オーストラリア・イギリスにおける3週間の海外研修に対しても補助を行っており、自己負担は7万円と

移住者にとって第一に大切なのは住宅、そして子育ての環境、雇用は三番目

整備です。移住者の皆さん方の意見を聞きますと、第一に住宅を重要視することが分かりました。しかも、団地ではなく一戸建てです。移住をする際には、仕事があるかどうか、つまりは雇用の確保が大事であると考えがちですが、実はそうではなく、第一に住宅、そして子育ての環境、雇用は三番目なんですね。役場や森林組合、農協、南国ミロク工場、矢崎総業、レストランにホテルなど、選ばなければ働くところはあるわけです。

とにかく雇用がないと移住が難しいと思っていましたが、雇用よりも住宅が大事だというのは驚きました。

30年2月末完成予定の複合型の福祉施設についても、設計士が東京オリンピック・パラリンピックの新国立競技場をデザインした隈研吾氏であること、給与や待遇は役場と同じように保障することに加えて、きれいな住宅もしっかり確保していることをアピールして募集をかけました。介護や福祉現場では人材不足と言われていますが、働きたいという多くの応募を集め、採用に結びつけることができました。

昭和39年の時にそういった宣言をされてたんですね。

福祉村宣言をきっちりと書いていた先人に倣って、健康な体を作ることを目的として、在宅を基本としながら福祉施設の整備に着手しました。椎原町で安心して死を迎えることができるようになっていきます。それから地域差をなくすために、集落活動センターを立ち上げました。そこで競争させながらみんなで取り組みを行っていく。もちろん健康づくりにおいてもです。そして、健康文化の里づくり推進員の活動、こうした一つ一つの取り組みの成果が特定健診受診率80・4％という数字につながったのではないでしょうか。在宅を基本にして地域が、人が循環していっています。

率先して教育の環境を作っていただくというのは、保護者の方にとっては本当にありがたいことですね。

教育―子育ての環境を整えることはもちろん大切ですが、それよりも重要なのが住宅の

住宅を二の次にするべきではないということですね。

最近では、移住者、子どもが増えだしまして、保育士が足らなくなっているという嬉しい悲鳴が上がっていますね。私はどれだけ人口が増えていくかということよりも、4千人くらいの人口で、一人一人が豊かで楽しく生きていけることが大事だと思っています。しかし、年間70～80人が亡くなっていますので、人口を維持していくためにも、やはり高齢者の皆さんが長生きしてくれることも大切です。

団塊の世代が75歳以上になり、多死社会になってきます。一気に人口減となる中で、住み慣れた地域で安心して最後まで現役で、住民が生活ができる。住民一人一人が頑張って元気でいることが大切ですね。

椎原町は昭和56年に保健文化賞を受賞していますが、それよりも以前、昭和39年に5項目からなる福祉村宣言というものを行っています。その中の一つに健康な体を作るという項目がすでに入っていました。これを踏まえまして、26年に「福祉のまちづくり宣言」を再度行う運びとなりました。

住民力が非常に高い椎原町民

様々なビジョンを持ちながら、まちづくり・健康づくりに取り組まれていることをお聞きしたが、これだけは言っておきたい、アピールしておきたいところがありましたらぜひ。

みんなで心を一つにして、一つの物事についてもどんどん議論していく。そうやって心を一つにしていきながら、住民力を高めて取り組んでいくことが一番大事じゃないでしょうか。色々な施策を打ち出しても、そこで使えなかったり、みんなが納得しなかったりしたら意味がないんです。満足度を高めながら、人と人の絆を大切にし、住民力を高めていくことが、この地域が選ばれるまちになるし、この地で生まれて、そして安心して住み慣れたまちで死を迎えるという、そういう仕組みづくりができたらいいなと思っています。

いうのが大事かなと思いますね。ここで、矢野町長ご自身の健康づくりについてお聞かせいただけますか。

健康づくりとは言えませんが、ストレスはあまり溜まらないほうだと思います。何事もポジティブに考えますので、悪いことがあっても、マイナス思考にはなりません。それを糧にして次につなげていけるよう前向きに考えていくようにしています。

4 千年以上の伝統ある神楽
津野山神楽

延喜 13 年（913 年）、藤原経高が土佐椙原へ入国し、代々の神官によって舞い継がれたものとされています。昭和 23 年に「津野山神楽保存会」が結成し、昭和 55 年には「土佐の神楽」の一つとして国の重要無形民俗文化財に指定されました。舞は 18 演目で構成されており、全ての舞を納めるには約8時間を要します。

5 豊かな水のある風景を
久保谷セラピーロード

県内外から多くの観光客が癒しを求めて訪れる観光スポット。豊かな森の恵みを受けて、水路の回りをふかふかな苔がむし、草花をはじめ幾種類もの命が育まれています。

詳しくは、椙原町役場までお問い合わせください。
● TEL 0889-65-1111
● URL http://www.town.yusuhara.kochi.jp

6 龍馬脱藩の足跡をたどる
脱藩の道

幕末の英雄坂本龍馬が同士澤村惣之丞とともに脱藩した道のり。高知市を出奔した龍馬たちは、椙原村の那須俊平・信吾父子の案内により「宮野々番所」・「松ヶ峠番所」を抜け、県境である「韮ヶ峠」を越えて伊予の国へと脱藩に至りました。

7 維新を夢見た8人の志士
維新の門

志士たちの功績と勇姿を後世に伝えていくために、椙原町にゆかりのある6志士（吉村虎太郎、那須俊平、那須信吾、前田繁馬、中平龍之介、掛橋和泉）に、坂本龍馬、澤村惣之丞を合わせた 8 人の銅像が建てられています。

いちおしスポット

椙原町
雲の上の町

1 絶景が広がる天空の遊び場
四国カルスト

日本三大カルストの一つである四国カルストは、全国的にも珍しい高位高原カルスト地形になっています。至るところに手つかずの自然が残っており、晴れた日などには太平洋から瀬戸内海までを一望できます。

3 県内唯一の木造り芝居小屋
ゆすはら座

昭和 23 年に建設され、住民から「椙原公民館」として親しまれてきた芝居小屋で、平成 7 年 9 月に東町に修復・移転しました。花道のついた舞台や桟敷席など、大正時代の和洋折衷様式を取り入れています。

2 山里の暮らしが生んだ農業芸術
神在居の千枚田

神在居にある棚田は、多くの田んぼが重なっていることから「千枚田」と呼ばれて親しまれています。オーナー制度も実施しており、農家の指導や管理を受けながらおいしいお米の収穫などを楽しむことができます。

息の長い災害医療を

保健・医療・福祉における中・長期の活動を展開していく

29年2月25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・ケアー災害時の在宅医療ー』をメインテーマに、第30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158人が参加した。

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。

総合司会

佐川町立高北国民健康保険病院
事務局次長
吉永　龍也

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　**楠瀬　耕作**

来賓祝辞

高知県健康政策部
参事　**伊藤　博昭　氏**

全国国民健康保険診療施設協議会
会長　**押淵　徹　氏**
（長崎県国民健康保険平戸市民病院院長）

高知医療センター
病院長　**吉川　清志　氏**

優秀研究表彰式

続いて前回開催の第29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

国保町立小鹿野中央病院
地域包括医療部長　**内田　望　氏**
（前椿原町立国民健康保険椿原病院院長）

優秀研究

「演劇を通しての Death Education」

特別講演

「高知県での災害医療の展開」

高知赤十字病院　副院長兼救命救急センター長兼救急部長
西山　謹吾　氏

阪神淡路大震災では初期医療体制が遅れたことにより、避けられた災害死が約500名存在した可能性があると言われています。これを一つのきっかけとして17年4月に日本DMATが、21年7月には高知DMATが発足しました。DMATは Disaster Medical Assistance Team（災害時にかけつける医療班）の略称です。

従来、DMAT活動の目安は48時間から72時間くらいだとされていました。しかし、東日本大震災では、DMATが早くに撤収したために、医療支援が足りてない期間がありました。その後、DMAT活動の終了時間が改訂され、終了の目安は、他の団体から派遣される医療チームや地域の医療資源が確保され、組織的な支援が行われることが前提となります。つまり、地域内の診療所や病院の保険診療が再開され、住民が受療を継続できる体制になっているかどうかが重要となってきます。DMATから地元の医療機関への引継ぎが必要だということです。

災害時には、DMATの他にも様々な団体から数多くの救護班が派遣されます。それらの救護班を組織立てて、効率的に災害医療を展開していく役割を担うのが、災害医療コーディネーターになります。医療提供体制の引継ぎ不足などを起こさないためにも、地域の災害医療コーディネーターがしっかりと統制を取り、今後の方策について考えていかなければなりません。高知県の災害医療コーディネーターは、医療救護活動全般にわたる要請への対応や協定締結団体などの関係機関との協議を行っていく役割を担います。避難所での長期にわたる医療救護を実施するためにも、避難所アセスメントを含めたあらゆる医療関係の情報を総合して医療を展開する。超急性期だけではなく、その後の公衆衛生面における支援、薬剤師の支援、精神的な支援など、それら全体をコーディネートしていくことが非常に大切になってきます。

西山　謹吾 氏

では、コーディネートする立場として、具体的に救護班にどんな活動をしてもらえばいいのか。それは保健師の活動を支援することです。災害による死亡を防ぐためには、生活機能の低下や生活不活発病による間接死―災害関連死に目を向けていくべきだということが分かってきました。生活不活発病の問題は暮らしそのものの問題であって、体操など運動することだけで解決するものではなく、住民の社会参加や役割づくりが大切ではないでしょうか。避難生活は1週間目から起こるものではなく、1日目から起こっています。超急性期の時から生活機能の低下というものを意識していかなければなりません。

医療だけに目を向けるのではなく、福祉・保健衛生が揃っての医療活動です。災害医療コーディネーターは全体を見ていく必要があります。熊本地震において、医療班に保健師活動のサポートを命じた地域では、非常にうまく運営ができたようです。超急性期から地元の医療機関がいち早く立ち上がり、地域全体を見ながらDMATから引き継いでいく。今後、災害医療において重要となるのは、息の長い中・長期の活動を展開していくことではないでしょうか。

研究発表

研究発表では、医師部門から3題、看護部門から5題、技術者部門から4題の計12題の発表を行った。

【医師部門】

座長

大月町国民健康保険
大月病院
院長
橋元　球一
（医師部会副部会長）

仁淀川町国民健康保険
大崎診療所
所長
沖　勇一

■研究発表者

●研究1
「これぞ地域医療！筋膜リリース」

大月町国民健康保険
大月病院
医師
筒井　崇

●研究2「当院における vonoprazan の使用経験について」

椅原町立国民健康保険
椅原病院
副院長
北村　亘

●研究3「医療介護連携のためのICTを利用した情報共有ネットワーク（高知医療・介護情報連携システム）について」

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）

■研究発表者

●研究4「診療所で災害訓練を行うことによって次につなげる」

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5「外来・病棟看護師間で継続看護に役立つ患者情報」

馬路村立
馬路診療所
看護師
牛窓　裕美子

●研究6「みんなで取り組む『おもてなしの心』」

いの町立国民健康保険
仁淀病院
看護師
山内　絵美

大月町国民健康保険
大月病院
看護師
門田　恵美子

●研究7「これからの糖尿病チーム医療のありかた」

四万十市国民健康保険
四万十市立市民病院
看護師・CDEJ
岡上　則子

●研究8「どうなっちゅうが?? この患者さんの介護保険」

四万十町
国民健康保険十和診療所
看護師
土居　由美

【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）

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
（技術者部会副部会長）

■研究発表者

●研究9「当院脳ドックにおける頸動脈病変の成績と危険因子との関係性」

四万十市国民健康保険
四万十市立市民病院
臨床検査技師
山沖　亜衣

●研究10「チーム医療：血液培養・PCTから見た検査室の取り組み」

大月町国民健康保険
大月病院
臨床検査技師
野口　まみ

●研究11「開設1年目から学び、2年目のジンクスをブッ潰せ！～嶺北中央病院地域包括ケア病床の挑戦～」

本山町立国民健康保険
嶺北中央病院
理学療法士
木下　裕矢

●研究12「いのちを繋ぐ食を考える～熊本地震における日本栄養士会災害支援チーム（JDA-DAT）の活動報告と今後の課題～」

四万十市国民健康保険
西土佐診療所
管理栄養士
篠田　知佐

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―災害時の在宅医療―

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
押淵　徹氏
（長崎県国民健康保険
平戸市民病院院長）

助言者

高知赤十字病院
副院長兼救命救急
センター長兼救急部長
西山　謹吾 氏

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―災害時の在宅医療―』

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、南海トラフ地震を想定した災害医療対策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。

『黒潮町における南海トラフ地震を見据えた取り組み』

黒潮町情報防災課課長　松本　敏郎 氏

黒潮町は今から5年前、内閣府中央防災会議の公表で、最大津波高34・4メートルという情報が伝えられました。驚いたのは当然ですが、多くの住民の方が避難すること自体をあきらめてしまう状況に陥ったのも事実です。

それからの黒潮町における防災対策として、避難放棄者を出さない、いわゆる「あきらめない」思想を広げることが基本的な考えとなりました。まず始めたのが、避難空間の見直しや避難道の整備等を、ワークショップを繰り返しながら住民の方と一緒にチェックしていきました。

ワークショップを通じて住民とコミュニケーションを取っていく中で、当初避難することをあきらめていた住民の意識が、「あきらめない」意識へと大きく変わっていきました。

防災対策のキーワードは「総力戦」です。黒潮町では、防災教育や受援力の強化、地区防災計画の策定、生業からの防災への参画等、様々な取り組みを引き続き行いながら、防災文化の創造をめざしていきます。

松本　敏郎 氏

『高知県における南海トラフ地震を想定した災害医療対策について』

高知県健康政策部医療政策課
災害医療対策室長　藤野　晋太郎 氏

南海トラフ地震について、発災直後は県内で3万1千人の負傷者が発生する一方で、津波等により道路網が寸断、負傷者の搬送や県外からの応援が困難となり、加えて停電等のライフラインの停止や職員の被災等により医療機関の機能が低下すると想定されています。

27年3月に「県災害時医療救護計画」を改定し、現在大きく四つの取り組みを進めています。①全ての医療従事者で災害医療を展開するための研修の開催②地域ごとの医療救護の行動計画の策定③県民への応急手当技術の普及啓発（負傷者にならないことの啓発を含む）④病院の耐震化、医療機関の設備や資機材整備への助成、BCP策定支援の四つです。

災害医療の体制としては、亜急性期以降、各市町村の地域の医療資源や医療救護活動の状況、インフラやライフラインの復旧状況等をもとに、救護班等の規模の縮小や撤退を進め、地域医療への移行を図っていくことになります。その際には、市町村の保健、福祉との連携も図りながら進める必要があります。

藤野　晋太郎 氏

『東日本大震災時の被災地（宮城県南三陸町）における公衆衛生活動と復旧・復興～南海トラフ地震に備えて～』

高知県幡多福祉保健所
保健監　小松　洋文 氏

東日本大震災での被災地（宮城県南三陸町）では発災後の早い段階からDMATを中心とした急性期の医療ニーズよりも、慢性期の地域包括医療ケアの医療ニーズが求められていました。数多くの医療チームと保健チームが支援に入った南三陸町では、避難所や地域での活動の中で、保健と医療チーム間のバッティング（重複支援）が生じたため、保健部門も参加した医療ミーティングの開催や地区分担制の導入等を通じて連携強化が図られました。被災地の復旧・復興については、市町村や地域によって大きく異なり、震災前の地域包括医療・ケア体制等の仕組みや公衆衛生活動等が大きく影響したものと考えられます。

日ごろの地域医療がいかに大事であるか。幡多福祉保健所では、地域における市町村、医療機関、消防、その他関係機関等の〝顔の見える関係づくり〟を推進するとともに、人材育成にも重点を置き、研修会・検討会や災害医療講演会等を開催しています。

小松　洋文 氏

輝き・やすらぎ・にぎわいを みんなで築くまちづくり

春爛漫　見事な桜が咲き誇る鏡野公園

Vol.79
香美市

おらんくの保健事業

ORANKU NO HOKENJIGYO

やま・かわ・まち・人が躍動し支えあい、輝く自然共生文化都市香美市

香美市は、高知県の東北部に位置し、18年3月に土佐山田町・香北町・物部村が合併して誕生しました。市域は高知県の7・6％に及ぶ広大な面積になりましたが、そのうち約9割を森林面積が占めています。

香美市の東部に位置する物部町は、物部川の源流域となっている白髪山や三嶺、べふ峡などの豊かな自然があり、国の重要無形民俗文化財に指定されたいざなぎ流が伝わる地域です。また、昔、香南市赤岡町から塩を運んできた「土佐塩の道」ではウォーキングを楽しむことができます。

中央部に位置する香北町には、やなせたかし記念館アンパンマンミュージアムがあり、その近くには大川上美良布神社や健康センターセレネなどがあります。夏には日ノ御子河川公園キャンプ場で泳いだり、バーベキューを楽しんだりする人たちでにぎわいます。

西部に位置する土佐山田町は、あけぼの街道が29年1月に4車線化され、高知市からのアクセスが大変良くなりました。龍河洞や野中兼山ゆかりの山田堰跡などの歴史遺産があり、伝統工芸土佐打刃物やフラフ染めは地域を代表する産業です。

このように山間部、中山間部、市街地部、農村部と様々な特性が融合したまちです。

健康づくり団体と協働した受診勧奨の取り組み

香美市の保健事業の中で、今回は特定健診などの取り組みについてご報告します。

香美市では特定健診を国保部門と、保健師の配置されている保健衛生部門に事務委任して進めています。特定健診とがん検診とのセット健診や、日曜日健診などに取り組み、24年度からは特定健診自己負担額を無料にして、受診しやすい環境づくりに務めてきました。それに伴って受診率も少しずつ向上し、20年度のスタート時36・1％から27年度は44・6％まで上昇しています。

受診率向上に向けての取り組みとして、健康づくり団体（香美市健康づくり婦人会・香美市健康づくり推進員）の協力が得られた地区においては、委託業者の訪問スタッフと協働で戸別訪問し、各地区の集団健診前に、パンフレットの配付と受診勧奨を行っています。

直接会うことができたほうが受診率が高くなっており、顔見知りの人が訪問し受診勧奨することで、親近感から意識変容につながりやすく、また地区住民同士のコミュニケーションを図る良い機会にもなりました。会うことができなかった場合の対策が今後の課題の一つです。

香美市市民保険課・健康介護支援課のみなさん

三嶺頂上からは石鎚山や剣山など四国山地の主峰を見渡せ、天候が良ければ、太平洋、瀬戸内までも眺望できる

面積　537.86㎢
人口　26,526 人
国保被保険者数　7,342 人
高齢化率　39.0%
（平成 29 年 3 月末現在）

古くより奥物部の地に伝承された民俗信仰で、神道、仏教、陰陽道など様々な要素が混在した独特の祭祀いざなぎ流

鯉のぼりとともに端午の節句を祝うフラフは、毎年五月晴れの土佐路をにぎわせている

物部川　源流のある物部町から香北町、土佐山田町を経て太平洋に注ぐ物部川は四万十川、仁淀川と並ぶ県下三大一級河川の一つ

やなせたかし氏の故郷に建つアンパンマンミュージアム
© やなせたかし / フレーベル館・TMS・NTV

健診結果説明会の活用

健診結果については、結果を振り返る機会を持つことで生活改善への動機づけになることを目標に実施しています。説明会では専門職から検査数値についての説明や食生活についての話、その後軽い運動指導を行っています。28年度は参加者に過去5年の健診結果の記録票を作成して配付し、経年的な変化を実感してもらえるように工夫しました。地区別に合計6回開催し、合計112人の参加がありました。大変意義のある説明会なので、参加者が増えていくように、呼びかけを続けていきます。

受診勧奨パンフレット

健診結果説明会の様子

レセプトデータから見る特定健診と疾病の状況

27年度に、『保健事業実施計画（データヘルス計画）』を策定しました。レセプトデータ等の分析から生活習慣病3疾患（虚血性心疾患・脳血管疾患・糖尿病性合併症）は、件数・医療費ともに高いことがわかりました。特に死亡率が高く健康寿命に多大な影響を与える脳血管疾患の重症化予防は差し迫った課題となっています。

また、特定健診受診者と未受診者では医療費に約4倍の差があることや、26年度の生活習慣病重症化群の入院患者372人のうち66・9％が過去の特定健診未受診者であることが明らかになりました。分析したデータを今後の市民の健康づくりに役立てるよう活用していきます。

重症化予防のための受診勧奨の取り組み

集団健診受診者で要医療もしくは耐糖能判定要精密の方と全受診者のうち腎機能判定要精密の方には、健康介護支援課の地区担当保健師が、電話や訪問で受診勧奨を行っています。勧奨対象者には、前年に受診勧奨したにもかかわらず、受診に至ってない方も一定数います。受診に至らない理由としては「今は自覚症状がなく大丈夫」「自分なりにやっているから大丈夫」という声が多いです。しかし、自覚症状がないから大丈夫ではなく、自覚症状が出たら危険であることを伝えながらねばり強い働きかけを継続していきます。

また、28年度から「血管病重症化予防」の取り組みとして、国保データベース（KDB）システムでリストアップされた被保険者（地区担当保健師が勧奨を行っている対象者を除く）に対し、文書による受診勧奨を年2回サイクルで実施していくよう計画しました。個人別の記録により、レセプトを確認して経過観察し、未受診者に対して半年後に再度文書で受診勧奨していく予定です。

データヘルス計画・特定健康診査等実施計画

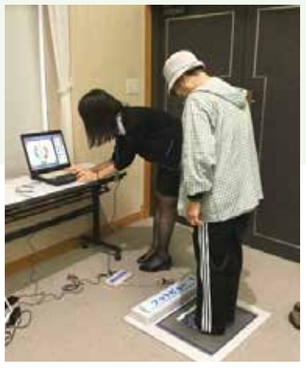
減塩教室の様子

減塩玄米菜食弁当（食塩相当量 1.59g）

健康意識を高めるための保健事業の実施

食からの健康づくりへの取り組みとして、減塩教室を開催しました。「減塩からはじめる健康づくり」をテーマに、医師による講演の後、保健師による血圧についての話や栄養士による減塩の工夫の話を聞き、減塩についての学習をしました。減塩のためには、だし、酸味、香り等で工夫するなど、具体的なアドバイスがあり、その後実際に高知家減塩プロジェクト参加店の減塩玄米菜食弁当を味わいました。

また運動習慣の定着からの健康づくりの取り組みとして、27年度の特定健診受診者を対象に運動教室を開催しました。運動前に血圧測定を行い、開催日により違う種類の健康機器で体のゆがみやバランスをチェックした後、講師が参加者のレベルに合わせて運動を指導しました。地区別に合計9回実施し、のべ270人の参加があり参加者には大変好評で、体を動かす楽しさを感じてもらえた手ごたえがありました。今後も継続実施していく予定です。


運動教室での健康機器による測定

皆が健康で長生きするまちづくりに向けて

毎日を健康で過ごせることは、自分が快適な生活ができるだけでなく、大切な家族・仲間の喜びでもあります。

これからも健康づくり事業への取り組みと、特定健診受診勧奨を続け、「元気で長生きの人が増えたねえ」と言われるまちづくりを進めていきたいと思います。

運動教室の様子

「パン作りの極致」
製造工程16時間
他では真似できない
味と香りを求めて

手間と時間を惜しまず
ここだけの味を提供する
「うまじのパン屋」。
パン作りを通じて
村の活性化をめざし
地域を盛り上げていく
パン屋さん。
馬路村への愛があふれる
あたたかい笑顔に
出会いました。

うまじのパン屋を経営する前田奉基さん・美佳さん・看板犬きなこ

地域のブランド化に成功した村

緑豊かな自然を多く有する馬路村。千メートル級の山々に囲われており、村の面積の96％が森林である。高知市からは車で約2時間、人口は千人足らずの山奥にある小さな村だが、言わずと知れた「ごっくん馬路村」をはじめとしたユズ加工品、杉の間伐材を利用した木材製品など、「馬路村」を全国ブランド化した産業が盛んとなっている。

代表的な宿泊施設である「馬路温泉」では、清流安田川に育てられたアユやアメゴといった川の幸を堪能することができる。温泉は良質の湯としても知られ、女湯限定の「バラ風呂」はお姫様気分が楽しめると評判の人気企画だ。

地域資源を生かしながら美しい村としての自立をめざす運動を展開している「日本で最も美しい村連合」への加盟をしており、景観に配慮したまちづくりが進められている。

村で唯一のパン屋さん

今回の笑顔だよりでは、馬路村に唯一あるパン屋「うまじのパン屋（以下「うまパン」）」を取材した。前田奉基（たてき）さん・美佳（みか）さん夫婦と愛犬きなこの仲良し家族が経営している。パンを焼くのは夫の奉基さんが担当、妻の美佳さんがカフェやドリンクメニュー、広報を主に担当している。そして、愛犬のきなこだが、馬路村でトリュフを発見したことで、インターネットやテレビを通じて全国的に一躍有名となった人気の看板犬だ。

営業時間は8時から18時まで。パンの種類は季節的なものを合わせて35種類以上。週替わりや日替わりのメニューもあり、その日のメニューはフェイスブックに投稿している。パン以外にもシフォンケーキやマフィンなどの焼き菓子、日替わりスープ、また、夏場にはかき氷メニューも販売している。

やみつきになる香ばしさ

奉基さんの作るパンは香りの良さが一つの特徴だ。しばらく時間が経ってもパン独特の香ばしさを強く感じることができる。味もさることながら、この香りの強さの秘訣は、こだわった作り方にある。

パン屋におけるパン製造は、大きく二つに分けることができる。工場生産された冷凍生地を使用して製造する方法と、自家製の生地を使用して製造する方法の二つだ。前者の場合だと、製造にかかる時間を大幅に短くすることができるため、作業が効率的になるというメリットがある。粉から生地を作るとなると、焼き上がって店頭に並ぶまでに最低でも4～5時間は必要だ。

全国チェーン店を中心に、冷凍生地を使用して製造するパン屋が増えてきている中、奉基さんは一つ一つ丁寧に生地からパンを作り上げる。手間と時間を惜しまない。仕込みから焼き上がるまでに要する時間は16時間にも及ぶ。

“全然似てない”を追求する

「うまパン」でのパン作りは、前の日の仕込みから始まる。21時には就寝し、朝の3時に起きて作業に取りかかる。平均睡眠時間は5～6時間。布団に入るとすぐに寝ついてしまうほど体力を削るハードスケジュールだ。

「簡単にしようと思ったら、5時間でできます。でも、仕込みを前日にして、しっかりと小麦粉に水分を入れていくことで、香りと味が全然違ってくる。色々

見た目はもちろん、香ばしい匂いが食欲をそそる

馬路村でトリュフを発見して一躍有名になった愛犬きなこ

馬路村をもっと魅力的で面白くて、定住しがいがある村に

真剣な面持ちで、丁寧に作業を行う奉基さん

なパン屋さんがある中で、他とは似てないパンを作りたいんです。それが強みというか、せっかく自分が好きなパン作りで商売してるんで、周りと一緒だともったいない」

ロスを出さないために「うまパン」では、売り切りを基本としているが、営業開始からわずか2時間で完売したことも。16時間の製造工程により生み出された、他では味わうことのできないパン。この味と香りを求めて、地元の方はもちろん、村外、県外のお客さんが馬路村へと足を運ぶ。

「おりがい」のある面白い村をめざして

馬路村へ移住してきて2年目の奉基さんたち。生活への不安はとくになく、移住する条件として「インターネットが利用できて、上下水道の整備がしっかりされていれば何とかなるかなと思って」と話してくれた。奉基さんの母親は馬路村近辺の出身で、小さい頃から縁のある土地だった。

「僕自身、この土地が好きなんです。きれいな川があって、小さい時にのぞき窓で見たら、魚がいっぱいおったりして。いつかこんなところに住めたら良いなって思いよったら、現実になった。そしたら今度は自分らよりもっと下の世代の人たちがどんどん村に入って来て、〝馬路村って面白いぜ〟っていう場所になっていけばと思いますね」

馬路村をもっと魅力的で面白くて、定住のしがいがある村にしていきたい奉基さん。今後の展望としては、愛犬のきなこがトリュフを掘ったことを村おこしの一つのきっかけ作りにしていきたいと話す。「この村でずっとパン作りをしていきたいと思っているんで、もっと観光客も来てほしいし、お客さんにも来てほしい。ユズだけじゃなくて、何かの形で馬路村が全国的に有名になって、観光人口が増えていくと仕事も増えていきますよね。例えば官学が協力してトリュフの栽培を確立させていくとか」。

馬路村へ来る際には、ぜひ安田川にも遊びに来てほしいと話す奉基さん。馬路温泉前の河原は、小さい子どもでも川遊びが楽しめる絶好の場所とのこと。村へのさらなる観光人口の増加に期待し、「うまパン」でしか味わえない魅力あるパン作りを、これからも続けていってほしい。

●場所
高知県安芸郡馬路村3888-1
TEL:0887-44-2555
営業時間:8:00~18:00
定休日:月曜日・火曜日
URL: http://umajipan.com/

訪ねた元気人
うまじのパン屋さん

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

災害支援として何ができるか
第34回「なでしこの会」研修会報告

2月10日、高知城ホールにおいて第34回「なでしこの会」研修会を開催し、会員16人の参加がありました。

岩崎会長のあいさつ終了後、まずはじめに土佐市役所健康づくり課健康づくり班の楠瀬しのぶ保健師（課長補佐兼係長）より、「東日本大震災における被災地支援活動に従事して」と題した講演がありました。続いて、国保連合会の大藤幸一事務局長から、最近の国保情勢についての情報提供があった後、岩崎会長から都道府県在宅保健師等全国連絡会についての報告がありました。

震災後6日目となる3月17日から高知県保健師の派遣が行われ、翌日の18日から宮城県南三陸町での被災地支援活動が開始しました。楠瀬保健師が派遣されたのは震災後86日~92日目、人生や地域の再建に向かう時期です。避難所では個別対応ということで引継ぎのあった要フォロー者への対応、食中毒や熱中症の予防といった健康教育、自治会長と町の連絡調整（衛生管理・環境整備面）、個別の健康相談に応じて必要時専門機関（職）の紹介、仮設住宅や在宅における要フォロー者への対応が、主な業務内容だったとのことです。

楠瀬課長補佐

大藤幸一事務局長

現地における仮設住宅での生活上の問題としては、近隣関係の希薄さによる閉じこもり・孤独があり、新しいコミュニティづくりが課題としてあったこと。避難所においては、過剰なカロリー摂取に加えて野菜不足などによる栄養バランスの偏りといった保健衛生問題。避難所の運営上の課題として、行政だけで仕切るには人手が足りず、住民の中からリーダーを選出する必要があること、避難所で共同生活する上でのルール作りなど。実際に派遣活動を経験して直面した問題や課題、感じたことについて紹介されました。

楠瀬保健師からは、講演の最後に「有事においては、避難所の運営や色々なルール作りは大変ではあるが、たくさんの知識と経験をお持ちの皆さんだからこそ、住民力を引き出す力を発揮することができるのではないかと思う」と期待を込めた激励の言葉をいただきました。

近いうちに起こるとされている南海トラフ大地震において、専門知識を生かし、会員活動としてできる支援の在り方などについて考える機会となりました。

保険者業務の軽減、効率化につながる事業運営を図る

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 29 年度事業計画および予算を定める「２月通常総会」を２月 28 日、高知市の高知共済会館で開催。28 会員の出席のもと、報告事項８件および審議事項 34 議案などを厳正に審議し、原案どおり認定・可決した。

新制度に向けた準備を着実に進めていく

開会のあいさつに立った楠瀬耕作理事長（須崎市長）は、国民健康保険を取り巻く環境は依然として危機的な状況にある中、国保の財政基盤を強化するため、国保制度改善強化全国大会を通じて、国保への財政支援を優先的に行うよう国に求めて来たことを報告した。

29年度は、国保の都道府県単位化に向けた準備の最終年度となることから、「本会としては、より一層、保険者の皆さまの負託に応えられるよう、国保保険者標準事務処理システムの導入支援をはじめ、医療費の適正化や保健事業の支援等、保険者サービスの向上に努めていく」と新制度に向けた強い意気込みを語った。

高知県国民健康保険団体連合会
理事長　楠瀬 耕作

医療費適正化へのさらなる支援を

来賓のあいさつでは、高知県健康政策部の伊藤博昭参事兼国保指導課長が演台に立ち、30年度の国保制度改革に向け、国保運営方針の策定や事業費納付金の算定方法等、県における今後の国保の在り方について、円滑な制度の移行とその後の安定した国保運営の実施をめざして、十分協議をしながら準備を進めていくと述べた。

医療費適正化に向けた取り組みについては、県では日本一の健康長寿県構想の下、壮年期の死亡率の改善等の大目標を掲げ、糖尿病性腎症の重症化予防対策など、様々な事業を実施していると説明し、「国保には様々な難しい課題があることから、今まで以上に市町村・国保連合会と県が一体となって、連携して取り組みを行うことが必要となってくる」と一層の支援・協力を呼び掛けた。

来賓
高知県健康政策部
参事兼国保指導課長　伊藤 博昭 氏

全議案を原案どおり認定・可決

本会議では、議長に上治堂司・馬路村長を選出し、議事録署名人に溝渕孝・芸西村長と大石弘秋・仁淀川町長を指名。報告事項８件と審議事項34議案を厳正に審議し、全議案を原案どおり認定・可決した。

議長
馬路村長
上治 堂司 氏

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

国保事業の運営発展に貢献してきた9氏がその栄誉に輝く

本会議前には、平成28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、楠瀬耕作理事長から表彰状と記念品が授与された。

謝辞を述べる渋谷裕巳氏

〈被表彰者〉（敬称略）

国保運営協議会委員（在職15年以上）
下田　泰子
大西　比呂支

国保直営診療施設に勤務する医師（在職10年以上）
沖　勇一

国保直営診療施設に勤務する職員（在職20年以上）
渋谷　裕巳
井上　千加
平松　裕美子

国保審査委員会委員（在職10年以上）
吉岡　廣
西村　直己
前田　芳久

1　報告事項

報告第1号　会務報告書（平成28年7月20日～平成29年2月17日）
報告第2号　中間監査報告書
報告第3号　平成28年度診療報酬等審査支払特別会計（審査勘定）歳入歳出補正予算（第2号）理事専決処分報告
報告第4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）歳入歳出補正予算（第1号）理事専決処分報告
報告第5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）歳入歳出補正予算（第1号）理事専決処分報告
報告第6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）歳入歳出補正予算（第1号）理事専決処分報告
報告第7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）歳入歳出補正予算（第1号）理事専決処分報告
報告第8号　高知県国民健康保険団体連合会職員給与規則の一部を改正する規則理事専決処分報告

2　審議事項

議案第1号　高知県国民健康保険団体連合会職員の育児休業等に関する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職員給与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職員退職手当金規則の一部を改正する規則議案
議案第4号　高知県国民健康保険団体連合会財務規則の一部を改正する規則議案
議案第5号　平成28年度積立資産・引当資産取崩議案
議案第6号　平成28年度一般会計歳入歳出補正予算（第2号）
議案第7号　平成28年度診療報酬等審査支払特別会計（審査勘定）歳入歳出補正予算（第3号）
議案第8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）歳入歳出補正予算（第2号）
議案第9号　平成28年度職員退職手当特別会計歳入歳出補正予算（第1号）
議案第10号　平成28年度障害者総合支援法関係業務等特別会計（障害者介護給付費支払勘定）歳入歳出補正予算（第1号）
議案第11号　平成29年度事業計画制定議案
議案第12号　平成29年度一般基本準備金取崩議案
議案第13号　平成29年度引当資産取崩議案
議案第14号　平成29年度一般会計歳入歳出予算
議案第15号　平成29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16号　平成29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17号　平成29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18号　平成29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19号　平成29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20号　平成29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21号　平成29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22号　平成29年度運営資金特別会計歳入歳出予算
議案第23号　平成29年度国民健康保険等損害賠償請求事務共同処理特別会計歳入歳出予算
議案第24号　平成29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25号　平成29年度職員退職手当特別会計歳入歳出予算
議案第26号　平成29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27号　平成29年度介護保険事業関係業務特別会計（介護給費等支払勘定）歳入歳出予算
議案第28号　平成29年度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29号　平成29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30号　平成29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31号　平成29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32号　平成29年度特定健康診査・特定保健指導等事業特別会計（業務勘定）歳入歳出予算
議案第33号　平成29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34号　平成29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

ポスト「社会保障と税の一体改革」

宮島 俊彦
Toshihiko Miyajima

不断の見直しが求められる

消費税率の8％から10％への引き上げが、2019年10月まで延期されたので、「社会保障と税の一体改革」も頓挫しているように思われている。しかし、実際はアベノミクスによる税収増や社会保障の効率化などの財源を使って、社会保障の充実は着実に進んでいる。2017年度予算を見ても、子ども・子育て支援の充実、国民健康保険への財政支援の拡充、年金受給資格期間の25年から10年への短縮など、本来消費税10％への引き上げによる財源措置が前提であった事項が盛り込まれている。

このため一体改革で予定されていた事項のうち、未実施であるのは、介護保険料の低所得者への軽減強化や年金生活者支援給付金などしか残っていない。「社会保障と税の一体改革」は事実上終わっており、後は消費税率が10％に引き上がるのを待つだけになっている。

しかし、少子高齢化は急速に進んでおり、社会保障制度については不断の見直しが必要であることは言うまでもない。今回の一体改革による年金改革、医療・介護改革、少子化対策については、施行も含めて2018年度には大きなヤマを越える。従って、2025年に向けての新しい社会保障改革の議論をそろそろ始めるべきだろう。

バランスのとれた負担を

ところで、今回の一体改革は、2013年の社会保障制度改革国民会議報告書がベースになっている。この報告書では、改革の方向性として、①すべての世代を対象とし、すべての世代が相互に支え合う仕組み、②女性、若者、高齢者、障害者などすべての人々が働き続けられる社会、③すべての世代の夢や希望につながる子ども・子育て支援の充実、④低所得者・不安定雇用の労働者への対応、⑤地域づくりとしての医療・介護・福祉・子育て、などが謳われている。

次の社会保障改革もこの総論に変わりはないだろうが、現実的にはかなり厳しい議論も必要になる。例えば、医療保険では、75歳以上の後期高齢者の医療費が国民医療費の半分になることが見込まれているのに、75歳以上は1割負担のままで、若年層は3割負担というのは患者負担の在り方として公平なのか。また、後期高齢者医療制度の保険料負担は高齢者は1割で若年者は4割、介護保険制度の保険料負担は高齢者は2割強で若年者は3割弱というのはバランスがとれているのか。むしろ、すべての世代が年齢ではなく、負担能力に応じて負担し、支え合っていく仕組みがいいのではないか。

年金、住宅保障、様々な政策について議論が必要

また、年金制度では、今後若年層の急激な減少が見込まれ、高齢者も働く意欲があるのに、65歳原則支給のままでいいのか、むしろ、70歳支給を軸足にした制度体系に組み替えていってはどうか。マクロ経済スライドで基礎年金の支給水準が下がり、老後の生活保障としての年金の役割が果たせるのか。支給水準を維持するため、40年の保険料納付期間を45年にしてはどうか、あるいは、低所得の高齢者に対する別途の保障措置を講じるべきか。

さらに、いまの社会保障では不十分な点についても議論が必要になる。例えば、日本では住宅確保は社会保障として扱われていないが、諸外国では、社会保障としてかなりの財政措置が講じられている。日本でも、生活保護の一歩前の生活保障として、母子家庭、障害者、低所得の高齢者を通じた住宅保障制度を設けてはどうか。待機児童ゼロを保育所などの整備だけで対応するのではなく、育児休業やベビーシッターをいつでも柔軟に使えるようにしてはどうか。地域包括ケアは、乳幼児、障害者（児）、要介護高齢者共通の政策にしてはどうか等々。

新たな社会保障制度の確立へ

このような様々な議論について国民的コンセンサスを得ていくには、相当な時間がかかる。「社会保障と税の一体改革」も、始まってから10年になる。2025年に向けたポスト「社会保障と税の一体改革」の議論は、いまから始めてようやく間に合うだろう。

記事提供　社会保険出版社

宮島 俊彦　Toshihiko Miyajima

Writer's Profile

1953年神奈川県生まれ／岡山大学客員教授／兵庫県立大学大学院経営研究科客員教授／介護経営学会理事／前内閣官房社会保障改革担当室長

【学歴・職歴等】1977年3月東京大学教養学部教養学科卒。1977年4月厚生省（現厚生労働省）入省。1989年4月山形県生活福祉部社会課長。1998年7月～厚生省大臣官房組織再編準備室長、2001年1月～厚生労働省保険局国民健康保険課長、2003年7月～厚生労働省大臣官房人事課長、2004年8月～厚生労働省大臣官房会計課長、2005年9月～厚生労働省大臣官房審議官（保険・医政担当）、2006年9月厚生労働省大臣官房総括審議官、2008年7月～厚生労働省老健局長、2012年9月厚生労働省退職

【著書】「地域包括ケアの展望」宮島俊彦著　社会保険研究所　2013・3

『本で息抜きを』

南国市役所　市民課
主査　八松　容江

南国市役所市民課の八松と申します。27年度に入庁し、2年になります。ゼロから制度について勉強しながら、周りの支えのおかげで務めさせてもらっています。

集中力を必要とする日々の業務のなかで、私の息抜きといえば本です。書店や図書館に行けば、1時間はすぐに過ぎてしまいます。おすすめコーナーから新刊、雑誌、絵本……。専門書が揃う都市部の大きな書店だと、一日中居ても飽きないと思います。

小学生の頃は、毎日のように図書室へ通い、貸出数はクラスの中でも上位を争っていました。ところが中学校へ上がると、図書室の記憶がほとんどありません。高校では3年間で1冊も借りませんでした。今思えば、中学生・高校生になったから、難しい本を読まなければいけないと思い込み、読みたい本を見つけられなかったのでしょうか。高校を卒業してからは、また少しずつ本を読むようになりました。

市役所へ入庁する前の半年間は、小学校で図書館支援員として勤めさせていただきました。そこで毎週読み聞かせをするうちに、絵本の奥深さを知り、すっかり絵本好きになりました。何十年も変わらず子どもたちに人気の絵本には、なんとも不思議な魅力があります。

本を読んでいる間は、物語に集中しているので、他のことを考えずに気分転換できます。また現実に経験できないことも、自分が経験しているような気分になります。外国を旅したり、探偵になって謎を解いたり、事件の犯人になって追われたり……。

便利だと言われる電子書籍も試してみましたが、アナログな本が私には合っていました。購入も、ネット通販ではなく書店です。書店へ足を運んで、本の装丁・帯を見て、中を少しのぞいて選びます、そうやって選んだ本は、読み終えた時に満足することが多いです。

最近は、カフェを併設したり、雑貨を扱ったり、様々な形の書店が増え、足を運びやすくなっています。しばらく本から遠ざかっている方も、ぜひ興味のある本を見つけてみてください。

南国市役所市民課のみなさん

上段左から松倉主査、藤宗主幹、島本課長、前田係長、清岡主幹
下段左から（筆者）八松主査、依光臨時職員、松村嘱託職員

コーヒーブレーク
Coffee Break

『おかげさま』

土佐市役所　市民課
課長補佐兼医療班長　塩見　芳情

土佐市役所市民課の塩見と申します。後期高齢者医療制度2年目の21年4月から、30年度の国保都道府県単位化を前にした29年3月末までの8年間にわたって携わり、職場のみんなはもちろん、県・連合会・高吾支部の皆さまのご指導ご協力があったからこそ『おかげさま』で、無事定年退職を迎えることができました。この場をお借りしまして感謝申し上げます。

最近の趣味と言えば、子どもが社会人となり手が離れ、3年前の四国霊場開創1200年から休日を利用して、四国八十八ヶ所霊場巡り（自動車遍路）を夫婦で楽しく⁉巡っています。日帰りドライブを基本にし、半年かけて結願（八十八ヶ所制覇）しました。1巡目は次のお寺、次のお寺と慌ただしかったので、翌年からは、八十八ヶ所霊場を2巡目と別格二十ヶ所霊場をのんびり暇を見つけ巡っています。2巡目となると道順や駐車場・納経所・大師堂などの場所はある程度覚えているので、気持ちにも余裕ができ、お寺の由来・ご利益や弘法大師（空海）の生き方、ここでの修行の様子を思いながら、周りの花・樹木・澄んだ空気やお地蔵さんなどに心洗われ、非日常を満喫しています。巡礼中の第32番禅師峰寺（南国市）で見かけたお地蔵さんに『おかげさま』と書かれているのを見つけた時は、今までお世話になった方々の顔が走馬灯のごとく、思い出してきました。一人では何もできず、たくさんの人の支え、協力があったからこそ、ここまでやってこれたと思います。また、今年の2月には待望の初孫も誕生し、本当に『おかげさま』です。

この原稿が掲載される頃は、既に退職しておりますが、29年度は国保都道府県単位化に向けて仕上げの年です。皆さまのご健康とご活躍をお祈りいたします。

土佐市役所市民課のみなさん

上段左から、中山嘱託職員、笹岡臨時職員、加用係長、岩松主査
下段左から、島本主事、（筆者）塩見課長補佐、岡本課長

コーヒーブレーク
Coffee Break

NEW FACE

国保連合会に新しい仲間が増えました。よろしくお願いいたします。

本会では、平成29年4月1日付けで職員4人を採用しました。

近森（ちかもり） 麻衣（まい）

担当課・係／審査課第2係
年齢／24歳　血液型／A型
趣味／カラオケです。大学時代に合唱部に所属していたので、当時の友人たちと集まるたびに歌いに行っています。レパートリーを増やしたいので、ぜひ誘ってください。
私の健康法／早寝早起きと筋トレ・ストレッチです。
座右の銘／乗り越えられない壁はない
抱負／まだまだ分からないことだらけでご迷惑をおかけしますが、努力を重ね、一つ一つ丁寧に業務内容を理解していきたいと思います。1日も早く仕事に慣れるよう頑張ります。皆さまどうぞよろしくお願いいたします。

北岡（きたおか） 万理恵（まりえ）

担当課・係／介護保険課介護保険係
年齢／25歳　血液型／A型
趣味／旅行が好きです。学生時代は沖縄の宮古島や石垣島に行って、スキューバダイビングをしていました。
私の健康法／たまにジョギングをすることと、夜の間食を控えることです。
座右の銘／笑う門には福来る
抱負／勉強して知識をつけながら、積極的に業務に励んでいきたいと思っています。頼りになる職員になれるよう日々頑張ります。これからよろしくお願いします。

川西（かわにし） 未紗（みさ）

担当課・係／保険者支援課保健事業係
年齢／39歳　血液型／A型
趣味／旅行です。
私の健康法／週3、4回運動して、いっぱい寝ること。
座右の銘／ピンチはチャンス
抱負／これまで市町村保健師として勤務してまいりましたが、今回ご縁があって国保連合会に入会いたしました。国保連合会では新人ですので、皆さまのご指導の程、よろしくお願いします。

森光（もりみつ） 智志（さとし）

担当課・係／審査課第1係
年齢／24歳　血液型／O型
趣味／サッカー、映画鑑賞が主な趣味ですが、もっと増やしていきたいと思っています。「これが面白いよ!」というようなものがあれば、気軽に教えていただけると嬉しいです。
私の健康法／早寝早起きと、週3回ほど外に出て走ること。
座右の銘／日進月歩
抱負／とにかく焦らず、余裕をもって行動できるように努めたいです。

地域のたから ちいキッズ!

わがまちの子育て支援〈Vol.19〉

「お母さんたちの気持ちに寄り添う支援」

これからも高知の子育て世代を応援します

地域で安心して子育てができる環境づくり等をめざし、経済的支援を含めたさまざまな子育て支援・少子化対策に関する各市町村の特色ある取り組みを取材し、他市町村の子育て支援策等を共有することで、これからの取り組みに生かしていくことを目的として始まった「地域のたから　ちいキッズ!」。各市町村の子育て支援センターを中心に、これまで18回にわたって掲載してきました。取材を通して感じたのは、いかに子育て支援センターが重要で、必要な場所となっているかということです。

高知に移住し、見知らぬ土地で誰も知り合いがいない中で子育てを始めるお母さん。核家族化が進み、近くに子育ての手本となる人がいないお母さんも多くいます。「子どもの成長が気になる」、「なかなか泣き止まなくてつらい」、「家で子どもと二人だけで一緒にいるのはしんどい」、「イライラして、つい子どもにあたってしまう」。お母さんたちが抱える子育ての悩みや不安はさまざま。誰にも相談することができず、本音が言えないまま子育てを頑張っているお母さんも少なくありません。

利用する目的は人によって異なりますが、各地域の子育て支援センターが大切にしていることの一つが「利用者主体で、利用者の気持ちに寄り添った支援をする」ことです。指導的な言葉がけをせず、何気ない会話やちょっとした一言にも耳を傾ける。傾聴することを心掛け、本音を言うことができる雰囲気をつくる。親子で遊べる・お母さん同士のつながりができる場所としてだけではなく、しんどい思いや言いたいことが言える・相談できる場所として、子育て支援センターの重要性が高まっているのではないかと感じました。

少子高齢化がどんどん進んでいく中、時代が変わるとともに子育ての環境や考え方も変わってきています。今求められている“子育て支援”の一つとしてあるのが、子育てのつらさに悩んでいるお母さんたちの気持ちに寄り添い、そっと手を差し伸べる支援ではないでしょうか。

264 黒い鞄（くろかばん）
保健師の記録

ずっと越知で暮らし続けるために

筆者は後方左から3番目

越知町役場
保健福祉課
西森　真弓

自然の神秘と歴史浪漫あふれるまち

越知町は、総面積が111・95平方キロメートルと広く、自然豊かな町です。人口は5858人、65歳以上人口は2587人で、高齢化率は44・16％（29年3月31日現在）となっています。観光面では、「横倉山」や「コスモスまつり」、仁淀川を利用したカヌー・ラフティングツアーが人気を集めており、夏場はキャンプ客でにぎわいます。

まちのシンボルとなっている横倉山

町内をゆったりと流れる清流仁淀川

地域全体で支援し、課題解決にむけて取り組む

越知町役場における保健福祉関係部署としては、住民課、保健福祉課、地域包括支援センターがあり、保健福祉課と地域包括支援センターにはそれぞれ保健師が2人ずつ配置されています。

私は、10年度に越知町役場に保健師として入庁し、26年4月からの3年間は、地域包括支援センターで、高齢者支援に携わってきました。高齢化率の高い越知町では、介護保険認定者のうち要介護度が高い方が多くなっています。

地域包括支援センターの職員は、65歳以上の高齢者に関わる様々な相談に日々応じています。「一人暮らしの母親の安否が心配」「ひどい物忘れがある」「身の回りのことが、一人でできず生活に支障が出ている」など、切迫した相談が次々と寄せられますが、医療・介護サービス等の導入だけでは解決が困難な事例が多く、関係機関との連携や地域住民の力を借りて、支援しています。

まずは、相談に来られた方の話をきちんと聞いた上で、近日中の訪問を心掛けています。本人の状態を把握し、家族と一緒にどのような支援が必要か確認していきながら、在宅生活におけるめざす姿を共有することで、本人や家族が行うこと・支援者として何ができるかを具体的に検討していきます。また、適切な治療や必要なサービスが受けられるように他機関とも相談し、地域全体で情報共有、支援を行っていく体制の整備をしています。

独居高齢者の方に関わることも多くありますが、介護サービスで賄える部分には限界があり、インフォーマルサービスに頼ることも多々あります。近所の方の行為や支援が大きな支えとなっており、今後は保健・医療・福祉・介護に加え、住民との連携支援がますます重要となってくると感じています。

独居や高齢者世帯で医療ケアが必要な人を支えるため、またターミナルケアを地域で支えるための様々な支援の構築に向けて、地域包括支援センターが一丸となって、住民課や他課の職員、他機関と横断的な連携体制を強化しながら、一例ずつ課題解決に取り組んでいます。

筋力向上をめざして体操に取り組んでいる様子

28年8月に行われた介護保険サービス事業所研修会

地域包括ケアシステムの構築に向けて

地域支援事業の取り組み（28年度実施分）

【介護保険サービス事業所研修会】

地域の医療・介護に関わる居宅支援事業者・介護サービス事業所・施設職員等のスキルアップを図るため、「現在の介護保険制度の問題と今後の展望―越知町で介護に関わる職員に期待すること―」と題して、桜美林大学院老年学研究科教授の白澤正和氏に講演していただきました。夜間の開催でしたが、64人が参加し、熱心に意見交換を行いました。

【新しい総合事業】

健康寿命を延ばし、生きがいや役割を持って生活ができるよう、また、様々なニーズに応え、住民を主役とした多様なサービスの提供が展開できることをめざしています。地域包括ケアシステムの構築に向けて、地域が一体となって高齢者支援の仕組みづくりを行うため、従来の介護予防通所・訪問介護を見直し、通所型・訪問型サービスにバージョンアップさせていきました。

【認知症初期集中支援事業】

この事業の対象者は、40歳以上で認知症（疑い含む）の人やその家族です。対象となる方に早期に関わる認知症初期集中支援チームを配置し、早期診断・早期対応を目的として取り組んでいます。チーム員は、医療職・介護職の計2人とサポート医1人です。事業のスタートにあたっては、地域の医療機関の協力を得て、従来の認知症相談を見直し、本事業を効果的に取り組むための検討を重ねました。実際にスタートしてみると、多職種が多角的な視点で検討を行うことができ、学びも多く、支援の幅が広がったと感じています。現在、サポート医や他機関との連携も深まり、少しずつ成果も出ています。

【在宅医療・介護連携推進事業】

この事業は、医療と介護の必要な高齢者が、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・介護サービスを一体的に提供するために、医療機関と介護サービス事業者などの関係者の連携を推進することを目的としています。

今年から仁淀川上流域の3町村（佐川町・仁淀川町・越知町）合同で医療と介護を広域的に検討できる体制を整えました。定期的な検討会を経て、2月には地域の医療機関や介護関係者が集まって、地域・病院協働型退院支援システム構築について検証しました。また、これを踏まえて、3月には、町内の医療機関と居宅介護支援事業所の合同研修を開催し、具体的な取り組みを検討しました。

―越知町の高齢者への主なサービス―

①緊急通報装置

②徘徊老人探知機　ココセコム　貸出（無料）

③タクシーチケット（介護認定を受けていない75歳以上の高齢者）

④きたえん坊将軍・おいしん坊将軍（筋力向上・口腔機能向上の体操）

「何ができるか」を一人一人が考えていく

地域の中で、誰もが自分らしい暮らしを人生の最後まで続けていくためには、日ごろの支え合いが最も大切です。住民同士がしっかりとつながり、支え合う体制づくりに向けて、行政や地域の支援関係者、そして住民一人一人が主体的に「何ができるか」を考え、これからもまちづくりの視点で越知町の実態に合った取り組みを進めていきたいと思います。

イメージキャラクター
「よコジロー」

ヘルシーごはん vol.39

食べてみぃや！味てみぃや!!

乾物でヘルシーデザートを作ろう

植物性の乾物の麩や高野豆腐は保存性がよく、家庭にいつもある食品の代表です。

どちらもタンパク質が多い食品なので、保存食や災害用の食品としていざという時にも役立つ食品です。麩はおみそ汁の具として、高野豆腐は煮物などが定番の料理ですが、他には……と考えると、あまり思い当たらないのではないでしょうか。

今回は意外なレシピとしてデザートを作ってみました。ヘルシーでタンパク質が多いデザートなので、ぜひ一度試してみてください。

お麩独特のもっちりとした食感を

麩のフレンチトースト風

お麩を使ったデザートとして、今回はフレンチトースト風にアレンジしたメニューを紹介します。
パンに比べてもっちりと仕上がる一品です。

◎材料（1人分）

車麩 …… 3個（10g）
牛乳 …… 50ml
卵 …… 1/2個
はちみつ …… 5g
バニラエッセンス …… 1〜2滴
バター …… 小さじ1
イチゴ …… 1個
ブルーベリー …… 少々
ミント …… 少々
シナモン、粉砂糖 …… 適宜

◎作り方

①ボールに牛乳と卵を混ぜた中に車麩を入れ、しばらく冷蔵庫で柔らかく戻しておく。
②①にはちみつとバニラエッセンスを入れ、染み込ませる。
③フライパンにバターを入れ、②をこんがりと焼く。
④イチゴは輪切りにする。
⑤皿に③を置き、イチゴ、ブルーベリー、ミントを飾る。
⑥好みで、シナモン、粉砂糖をふる。

◎メモ

・麩はなんでもOK、おつゆ麩ですれば早くできます。

1人分
エネルギー 156kcal　タンパク質 6.7g
カルシウム 70mg　食塩 0.2g

◎材料（1人分）

高野豆腐 …… 1/2枚
水 …… 70ml
砂糖 …… 5g
抹茶 …… 1g
きな粉 …… 5g
黒砂糖 …… 9g
水 …… 9g

◎メモ

・抹茶はだまにならないよう水で溶いて入れる

◎作り方

①鍋に水、砂糖、抹茶を入れよく混ぜ火にかけ、沸騰したら高野豆腐を入れ4分加熱し、火を止めしばらく置いておく。
②黒砂糖と水を鍋に入れ、とろりとするまで煮、黒蜜をつくる。
③①の高野豆腐を器に入れ、黒蜜ときな粉をかける。

1人分
エネルギー 120kcal
タンパク質 6.3g
カルシウム 86mg　食塩 0.1g

プルプルくず餅に大変身!

高野豆腐の抹茶くず餅

熱湯で戻すことによって高野豆腐の違った味わいが楽しめるレシピ。簡単・手軽にできて、しかもタンパク質もしっかり取れるデザートです。

「麩」

小麦粉のタンパク質グルテンからつくられる食品で、そのまま使う生麩と小麦粉などを足して焼いた焼き麩があります。普段おつゆの具などで使うものは焼き麩で、おつゆ麩、車麩、ちくわ麩、手まり麩などいろいろな種類があります。

「高野豆腐」

豆腐を凍らせ、解凍して乾燥させたもので凍り豆腐とも呼ばれます。植物性タンパク質は豆腐よりも多く、必須アミノ酸をバランスよく含んでいます。大豆からつくられることから、イソフラボンやサポニンも含まれるほか、低糖質でもあり、生活習慣病の予防にも積極的にとりたい食品です。

高野豆腐の戻し方

【基本の戻し方】
ぬるま湯（50度程度）で戻すと、中までしっかり柔らかくなります。戻ったら水気を絞り、適当な大きさに切って使います。

【熱湯で戻す】
高野豆腐を熱湯で4〜5分ほど煮ると、プルプルの食感になります。煮過ぎると崩れてしまうので、注意しましょう。

管理栄養士
西森美恵（にしもりみえ）

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。

国保事業の健全な運営と発展を

高知県国民健康保険団体連合会
事務局長　渡辺（わたなべ）　純正（じゅんせい）

陽春の候、皆さま方におかれましては国民健康保険事業の健全な運営にご尽力いただいていることに敬意を表しますとともに、本会の事業運営につきましても、日ごろから格別のご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

このたび、29年4月1日付けをもちまして、高知県国民健康保険団体連合会事務局長に就任いたしました。もとより微力ではございますが、誠心誠意全力を尽くして、国保事業の健全な運営と発展のために務めてまいりますので、ご指導、ご鞭撻を賜りますようお願いいたします。

さて、国においては、将来にわたり医療保険制度を持続可能なものとしていくため、27年5月の法改正により、30年度から都道府県が財政責任の主体として、事業運営の中心的な役割を担うという改革が実施されることとなり、高知県県・市町村国保事業運営検討協議会で新しい財政運営の仕組みなどの国保運営方針について、検討が進められているところでございます。

一方、審査支払機関を取り巻く状況につきましては、政府の規制改革会議健康・医療ワーキングにおいて診療報酬の審査の在り方をゼロベースで見直すことの提言を受け、「データヘルス時代の質の高い医療の実現に向けた有識者検討会」で協議され、ビッグデータを活用した保険者機能の強化にむけたサービスの創出、ICTを活用した審査業務の効率化・審査基準の統一について29年春をめどに具体的なスケジュールや内容などを盛り込んだ計画・工程表の基本方針を取りまとめるべきとされたところでございます。

本会としましては、国保制度改革に向けての電算システム対応を含め、各種事業を着実に実施するとともに、基幹業務である審査支払業務の質の向上、データを活用した保健事業の充実に取り組み、保険者の共同体として国保の安定的な運営や保険者機能の強化に努め、信頼される連合会をめざしてまいります。

最後になりましたが、今後とも保険者の皆さまをはじめ、関係諸機関の方々のご指導、ご協力を賜りますようお願い申し上げまして、就任のあいさつといたします。

高知県国保連合会からのお知らせ

平成29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）…… 緑色

国民健康保険退職被保険者証…… 青色

※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29年度用ポスターの背景には柏島の写真を使用しています。

柏島

大月町の西南端に位置している柏島は、ダイビングや磯釣り、キャンプなどで人気の観光スポットです。黒潮と豊後水道が交わる周辺海域は、1000種類以上の生き物を確認することができる海洋生物の宝庫となっています。柏島の海は透明度が高いことでも知られており、「船が浮いているように見える」とSNSを中心に注目を集めています。

窓口でのご確認をお願いします

平成29年度　国保連合会事務局組織図

（平成29年4月1日現在）

常務理事
大野　政彦

事務局長
渡辺　純正

事務局次長
江口　卓助

出納室
室　長　丸岡　昭　088-820-8419
（兼）主事　澤田　麻由

総務課
課　長
（江口事務局次長事務取扱）
088-820-8401

- 庶務係
  - 係　長　吉本　早里
  - 主事　髙松　美佳
  - 主事　江里口　恵
- 財務係
  - 係　長　芝　郁
  - 主事　澤田　麻由
- 事業企画係
  - 係　長　明神　由貴　088-820-8415
  - 主任　山下　大輔
  - 主事　廣田　愛実

保険者支援課
課　長　市川　浩
課長補佐　早坂　美保
088-820-8415

- 保健事業係
  - 係　長　諸石　恵子　088-820-8420
  - 主任　上田　歩美
  - 主任　西村　恵奈
  - 主任　川西　未紗
  - 主事　鍵山　晶哉
- 求償係
  - 係　長　福岡　曜
  - 主事　島本　佳朋
- 情報管理係
  - 係　長　早坂課長補佐事務取扱　088-820-8403
  - 主任　川村　真紀
  - 主査　田辺八十雄
  - 主査　和田　教雅

介護保険課
課　長　名倉　雅也
課長補佐　小島　佳子
088-820-8409

- 介護保険係
  - 係　長　小島課長補佐事務取扱
  - 主任　楠島　美佳
  - 主事　小松　加奈
  - 主事　北岡万理恵
  - 主事　近藤　由衣

審査課
課　長　前田　志保
課長補佐　森本　文男
課長補佐　岡林　隆
課長補佐　山形　大吾
088-820-8404

- 第１係
  - 係　長　森本課長補佐事務取扱　088-820-8404
  - 主任　国沢　憲一
  - 主任　田中　富貴
  - 主査　竹田　貫太
  - 主査　永野　博也
  - 主事　安並　理紗
  - 主事　森光　智志
- 第２係
  - 係　長　市川　幸子　088-820-8405
  - 主任　宮本　晴美
  - 主任　安江　由美
  - 主任　谷脇もえり
  - 主査　川村　勇生
  - 主事　近森　麻衣
- 第３係
  - 係　長　岡林課長補佐事務取扱　088-820-8406
  - 主任　間　真知
  - 主任　田中　保史
  - 主任　羽賀　淳
  - 主任　廣田　陽平
  - 主査　鍵山　音子
  - 主事　田内　直子
- 第４係
  - 係　長　堀川　美香　088-820-8402
  - 主任　多田　郁子
  - 主任　岡田　由香
  - 主任　川久保美和
  - 主査　田渕　智子
  - 主査　松本　和美
  - 主査　井上　清貴
- 第５係
  - 係　長　山形課長補佐事務取扱　088-820-8407
  - 主任　秋友　温
  - 主任　西山　知佐
  - 主査　植村　健司
  - 主事　西村　麻美

高知市保険医療課に派遣

主査　森　麻夕美

再任用職員

主任　大藤　幸一
主任　森田　益教

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　﨑　　知
	笹　木　彩　代
介護事業専門員	川　﨑　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　﨑　け　い
	村　田　耕　子
	横　川　加　代
	結　城　順　子
	武　市　淑　恵
	足　達　恭　子

平成 29 年度　国保連合会事務分担

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（ＫＤＢ）
	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 TEL 088-820-8403	●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 ●介護給付費等審査委員会 ●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	●医科及び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

平成 29 年度　国保連合会各室課事業年間予定表

室・課	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
4月	○高知県都市国保主管課長･係長研究協議会 ○下半期共同斡旋物等代金請求（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
5月	○四国地区市町村･国保組合国保主管課長及び国保担当者研修協議会（高知県） ○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（福井県）
6月	○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 ○療給実績報告基礎資料作成 ○保険者協議会実務担当者部会（随時）		
7月	○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） ○高知県在宅保健活動者なでしこの会総会･研修会 ○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（愛媛県） ○部会長･副部会長会
8月	○「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34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） ○国保事業経営等研究専門部会	
9月			○医師部会･看護部会･技術者部会合同研修会（四万十町） ○全国国保地域医療学会（東京都）
10月	○上半期共同斡旋物等代金請求（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		
11月	○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		○部会長･副部会長会 ○事務担当者会
12月	○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	○理事会	
1月	○療給実績報告基礎資料（基礎表Ｙ）作成		
2月	○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	○高知県国保地域医療学会 ○部会長･副部会長会
3月	○下半期求償事務手数料請求 ○疾病分類等冊子発行 ○高知県在宅保健活動者なでしこの会「なでしこだより」第35号発行 ○被保険者証等作成（国保･退職）		

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330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331号発行		○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332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333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			

※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

日々国保●『花粉症について』

春は憂鬱である。

花粉症にかれこれ40年間、悩まされてきた。いつから花粉症になったか定かではないが、高校生のころには春先になると鼻水がよく出ていて、休みの日に友だちの家でゲームをしながら、鼻をかんでいたことを覚えている（ゲームに集中できないのでほとんど負けていました）。

当時は、花粉症という言葉も一般的でなく、春になると鼻水が出る理由が分からなかったが、大学に入学し、東京で生活をしだしてから症状が悪化したため、春休みで帰省していた時に、母親に言われ耳鼻科を受診したところ、杉アレルギーによる花粉症と分かった。

症状は人によって違うようだが、私の場合は主に鼻水で、一度は、減感作療法も試したことがあるが長期間の通院ができなかったこともあり、途中で断念し、その後は、専ら飲み薬で対処してきた。

しかし、花粉症の方は経験があると思うが、花粉の飛散状況によっては、全く薬が効かないことがある。私は1週間に1日はそうしたことがあり、鼻をかむティッシュでごみ箱はすぐにいっぱいになる。

また、マスクの中は、鼻水でぐちゃぐちゃになるし、マスクを外していると、書類に上に鼻水がポタポタと落ち汚してしまうことも度々あった。ポケットティッシュでは、全然足らないので、どこに行くのにもティッシュの箱と、ティッシュを捨てるための袋を持ち歩いているような状況で、とってもつらかったが、薬を飲んで我慢するしかないかとあきらめていた。

そうした状態が長年続く中、同じように花粉症に悩む部下の一人から、レーザー治療で、花粉症の症状が軽減されたという話を聞いた。ただ、その治療は症状が出る前に行う必要があることや治療方法を調べた結果、鼻の中を焼くということが少し怖かったこともあり、その時は行わなかった。

でも、その年の3月の終わりに、自然豊かな山の中にある喫茶店の、しかも屋外のテラスで、風景を楽しみながら昼食をとった結果（ご飯を食べているのでマスクは当然していなかった）、止めどもなく鼻水が出て、まるで水道の蛇口が壊れたような状態になり、それまでにない苦しいしんどい思いをしてしまった。今思えば無謀だった。

このことだけでなく、症状が年々酷くなっていること、また当時、後期高齢者医療広域連合の事務局長を務めており、ちょうど花粉症のシーズンである2月下旬に開かれる議会の時に、議案説明をしながら鼻水をたらしたら格好悪いなと考えていたことから、意を決してレーザー治療に挑戦をしてみた。

ある耳鼻科で、ガーゼを鼻に詰めて麻酔をした上で治療を受けた。細長い棒のような器具を鼻の奥に挿入し、レーザー照射が行われ、何かが焼ける匂いはしたものの痛みはほとんどなく、治療は短時間で終わった。その後数日間は違和感や鼻水が出たが、思ったより楽だった。

治療の結果、花粉症の症状は全くなくなったわけではないが、それまでと比べずいぶん楽になり、以来毎年している。

ただ費用は、薬は除いても、初診料や手術で約3万4千円と高額だが、保険適用となっているため3割の自己負担で、約1万円で済み、医療保険のありがたみをつくづく感じている。

新しい年度を迎え、国保指導課長として4年目となった。しかし市町村等の国保や後期高齢者医療の担当者の中には、定年で退職された方や異動となった方もいて寂しい思いをしている。

今年度は、30年度の国保制度改革に向けた準備の仕上げや後期高齢者医療制度では、保険料軽減制度の見直しへの対応などを行う必要がある。

被保険者の方々が、安心して医療を受けることができるよう、国保や後期高齢者医療制度の関係者の皆さま、引き続きよろしくお願いします。

Text by 高知県健康政策部国保指導課 伊藤 博昭

Illustration Hoji Akiko

編集後記

●「春に3日の晴れ間なし」。快晴の空の下での撮影が叶わず、今回は曇天模様の1枚です。天気はあいにくでしたが、雲の合間から差し込むわずかな光に反射して輝くサクラを、ファインダー越しに満喫するお花見となりました。

●広報担当として3年目に入りますが、1フレーズのタイトルや見出しの考案に何時間も要しながら編集・発行をしています。言葉というのは本当に難しいですね。その文字がどんな意味を持ち、どのように伝わっていくか。これからも丁寧に作り上げた「国保だより」を皆さんのお手元にお届けします。（江）

330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
2017年4月発行　330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

静かで美しいふるさとのまち
「奈半利町」

次回は奈半利町を訪ね、これからのまちづくりについて、齋藤一孝町長にお話を伺います。

TOSA 国保だより 331 号
7月下旬発行予定