

秋田の こくほ

統計資料は
ホームページから

<https://www.akita-kokuhoren.or.jp>

秋田 国保 検索



2024
No.712

7

Contents

- 【保険者紹介】小坂町…………… 2
豊かな自然と鉱山のまち こそか
- 【連合会TOPICS】…………… 4
- 【あきたをヘルスアップ】…………… 6
鹿角市市民部市民課国保医療班
主査 中西 星太朗さん
- 【コクホ食堂】…………… 8
今月のテーマは「地産地消」
公益社団法人 秋田県栄養士会



(写真：小坂鉄道レールパーク)

小坂町

豊かな自然と 鉱山のまち 小坂

小坂町は秋田県の北東端に位置して青森県と境を接し、豊かな自然に包まれた十和田湖の西部を有しています。古くから豊富な鉱山資源に恵まれ、近世から近代を経て数多くの鉱山が開発されました。明治末期から鉱山の耐煙植物としてニセアカシアの植林が進められ、今では、その花から採れる蜂蜜が町の名産品となっています。

かつて鉱産物を運ぶために敷設された鉄道の遺構は、小坂鉄道レールパークに生まれ変わり、鉄道ファンをはじめ多くの観光客が訪れています。



国保の
取り組み
進む高齢化と
安定した
運営に向けて

小坂町

【国保の概況】

(令和6年4月30日現在)

総世帯数	2,234世帯
総人口	4,502人
国保世帯数	651世帯
国保加入割合	19.8%
収納率(令和4年度決算)	
・現年課税分	99.4%
・滞納繰越分	24.6%



小坂町では近年高齢化が進み、65歳以上の高齢者が44.9%を占めています。国民健康保険においても、団塊の世代が属する70～75歳が年齢構成のピークとなっており、今後この世代が後期高齢者医療制度に移行していくことで、医療費の変動や交付金の減少、特定健診受診率の低下等が見込まれています。令和5年度に国民健康保険の税率改正を行いました。進行する高齢化等により、財政状況は厳し

保健対策シリーズ No.393

保健事業の
取り組み

生活習慣病を防ぐために
特定保健指導での取り組み



保健指導の様子

さを増していくものと思われ
れます。
第3期データヘルス計画を策定するにあたって令和4年度の現状分析を行ったところ、男性の平均余命が76.7年であり、県の80.4年、国の81.7年と比較して低いこと、一方で女性は平均自立期間が85.1年と、県の83.9年、国の84.4年より高いことがわかりました。この傾向は特定健診受診率にも表れており、男性33.1%に対し女性41.5%となっていました。
新型コロナウイルス感染症による受診控えがあった令和2年度は、特定健診受診率が17.5%まで落ち込みましたが、令和4年度は37.5%と回復しつつあります。まずは日頃の体調を確認してもらい、ご自身の健康について関心の受診率向上を目指し、各種保健事業に取り組んでいきたいと思



小坂町は、高血圧症の治療を受けている方が多く、生活習慣病の予防や重症化対策に課題を感じていました。特定健診受診率が伸び悩む中でも、特定健診を受けた方が健康であり続けられるためには特定保健指導での支援が重要であると感じ、支援方法の見直しや改善を行い、生活習慣の改善につながるような支援に取り組んでいます。
これまで特定保健指導の対象者には、健診結果通知に特定保健指導の案内を同封し日時を指定して参加していただき、そのため、案内が見落とされたり、必要性を感じてもらえなかったりと、参加につながり

にくい状況でした。
コロナ禍からは、特定保健指導の案内のみを発送して、健診結果はその初回指導の際に説明しながらお渡しする方法に変更しました。対象者の希望する日時に合わせて、来所や訪問にて初回指導を実施しています。
健診結果を見ながら生活状況を確認することで、対象者自身が生活習慣改善の必要性に気づき、行動変容につながるものが多くありました。その後、対象者の方に継続できそうな目標を立ててもらい、2週間後に連絡することを伝えて、初回指導を終えます。それから2週間後に電話をかけ、継続状態を確認して、「やっているよ。」「3日やって、あとやめた。」といった、返答に応じて目標を見直したり、対象者の方へ必要な情報提供やアドバイスをしたりしています。
中間評価では町内の医療機関において、血液検査を実施しています。それに合わせ、血液検査の1か月前には、対象者へ初回指導で立案した目標に取り組みでもらう機会として、「応援レター」を送付しています。

国保主管課長からの一言



小坂町 町民課長 古澤 健 氏

受診率向上、健康寿命の延伸を

国民健康保険については、本年12月2日から現行の保険証が発行されなくなり、マイナ保険証又は資格確認書になるなど、医療DXが進められています。
当町では、マイナンバーカードの交付率が県内でも低い状況であり、メリット等をPRしているところです。また、第2期データヘルス計画を見直し、第3期計画を策定しましたが、気になるのは男性の健康寿命が短く特定健診受診率が低い傾向にあることです。計画的に各種事業を実施し、被保険者の健康維持増進、医療費の適正化を推進します。

3か月間の支援の中で、数値の改善や目標の達成にまで及ばないことが多いですが、生活習慣病予防の意識づけになるような支援にしたいと思ひ、取り組んでおります。今年度からは特定健診項目に推定1日食塩摂取量測定を追加しており、生活習慣の改善につなげたいと考えています。

特定健診受診率向上を目指して

【国保・後期高齢者ヘルスサポート事業研修会】

本会は5月14日(火)、保険者等を対象に令和6年度国保・後期高齢者ヘルスサポート事業研修会を67名出席のもとWeb会議形式にて開催した。

保健事業支援・評価委員会佐々木委員長による委員会の実施状況についての情報提供の後、青森大学社会学部竹林客員教授による「ナッジで受診へ動かす」と題した講演が行われた。ナッジ理論を用いた勧奨の説明のほか、講演の後半では出席保険者等が作成した初回勧奨通知の添削指導をいただいた。

出席者からは、「添削結果が目から鱗だった」等の声が寄せられた。委員会としても、担当者間の情報交換の場を提供するなど、特定健診受診率向上に向けた支援を継続していきたい。

実機操作交え、システムの理解深める

【特定健診等データ管理システム操作研修会及びKDBシステム操作等研修会】

本会は新任担当者を対象として、4月30日(火)、5月1日(水)の2日間にわたって、国保連合会大会議室において保険者等から37名出席のもと特定健診等データ管理システム操作研修会を開催した。

特定健診等データ管理に関する業務について説明の後、共同処理メニューの操作方法について、実機の操作を交えながら研修を行ったほか、システム改修による変更点や法定報告に係る作業について説明を行った。

また、6月3日(月)～5日(水)の3日間にわたり、国保連合会大会議室において新任担当者やKDBシステムの操作機会が少ない担当者を対象として、保険者等から47名出席のもとKDBシステム操作等研修会を開催した。

KDBシステムの基礎的な内容を中心に説明を行ったほか、事業の企画から評価という一連の流れをシステム化した介入支援管理機能について、実機を用いた実習を行った。

連合会からのお知らせ

令和6年度秋田県国民健康保険団体連合会職員採用試験を実施します

◎受験資格：令和7年3月に4年制大学卒業見込みの者または大学卒業後3年以内の者

◎試験日程：第1次試験 令和6年9月7日(土) 第2次試験 令和6年10月下旬以降

◎申込書受付期間：令和6年8月1日(木)から8月26日(月)まで

詳しくは本会ホームページをご覧ください。本会総務課にお問い合わせください。

振込や資産管理もカンタン！
あなたのスマホが窓口。

ダウンロードはコチラから



あきぎんアプリ

秋田銀行

連合会 TOPICS

国保事業の安定運営に向けて

【秋田県国民健康保険運営協議会連絡会通常総会並びに合同研修会】

令和6年度秋田県国民健康保険運営協議会連絡会通常総会並びに国民健康保険運営協議会会長・国保主管課長合同研修会が5月30日(木)、市町村会館大会議室において各市町村国保運営協議会会長12名、国保主管課長22名の出席のもと開催された。

開会にあたり主催者の秋田県国民健康保険運営協議会連絡会木村会長が挨拶に立ち、国保の構造的課題に触れ、「国民健康保険を取り巻く状況は、今後とも厳しい財政運営が続くものと見込まれる。この状況のなか、国保事業の運営方針に携わる我々国保運営協議会の果たすべき役割は重要となる。都道府県による財政運営のもと、国保事業がより円滑に推進できるよう、きめ細かな事業の実施を担い、調査・研究、情報の共有及び要望の取り纏めに努めていきたい。」と述べた。



挨拶に立つ木村会長

町村の統一指針としたが、令和8年度には中間見直しを予定していることから、進行の中でお気づきの点があれば、ご意見をいただきたい。」と述べた。

議事では、事務局より議案説明を行い、慎重な審議の結果、すべて原案のとおり可決された。(議案等については本会ホームページに掲載しています。)

また、総会終了後に開催された国民健康保険運営協議会会長・国保主管課長合同研修会では、国民健康保険中央会池田常務理事が「国保をめぐる諸情勢について」と題し、市町村国保の現状と国保改革、国保を取り巻く最近の動き、マイナ保険証と医療DX等について、リモートによる講演を行った。



議案説明の様子



池田常務理事による講演

保険者事務の効率化のために

【介護保険担当者研修会】

本会は4月19日(金)、市町村会館大会議室において保険者等から28名出席のもと介護保険担当者研修会を開催した。秋田県長寿社会課介護保険チーム藤原チームリーダーによる介護保険に係る情勢報告に続いて、本会から令和6年度介護報酬改定の主な事項や受給者台帳整備の概要等の説明を行った。その後、OEC株式会社による実機操作を含めた保険者支援システム等の操作実習が行われた。

システム操作実習では、受給者異動情報の外部作成データや給付実績等の審査結果と共同処理に関する情報の取得、審査支払・給付系共同処理のデータ作成といった、保険者支援シ

ステムにおける本会とのデータの送受信について説明が行われたほか、受給者エラー管理システムについては、エラーリスト参照やエラー訂正票の作成・送信といった操作の説明が行われ、出席者は機能や操作についての理解を深めた。



システムの操作実習

連合会行事についてはHPをご覧ください www.akita-kokuhoren.or.jp

ヘルスアップ

シリーズ
企画
05

このコーナーでは、保険者で力を入れて取り組まれている保健事業について、担当者の方の生の声をお聞きます。保健事業をとりまく環境が大きく変化していく中で、各保険者の保健事業の取組について情報提供し、保険者の各事業に資することを目的としたコーナーです。

この方にお話をうかがいました

鹿角市市民部市民課国保医療班 主査
なかにししょうたろう
中西星太朗さん

略歴
平成23年 入庁 産業部農林課
平成28年 市民部税務課
令和4年 市民部市民課国保医療班

ポリファーマシー対策における取組と分析 ～国保被保険者へ視野を広げて～



ポリファーマシー対策を国保へ

令和4年度に秋田県後期高齢者医療広域連合が実施したポリファーマシー対策は、県内4市町村を対象にモデル事業として実施されましたが、鹿角市も参加しました。その際、有害事象の発生リスクがある方を多数確認しました。このことから、国保被保険者においても同様に重複・多剤服薬による一定のリスクを抱えている方がいるのではないかと疑念が浮かび上がりました。この疑念に加えて、令和5年度の市町村国保ヘルスアップ事業の概要において、「重複・多剤服薬者に対する保健指導」が新設されたことも追い風となり、国保被保険者へのポリファーマシー対策に取り組むことになりました。服薬状況を適正に保つことで、医療費の削減に繋がることが主たる目的の一つですが、「自分の服薬状況が市に把握されている」と、被保険者へ意識づけることによる牽制効果も期待できるのではと考えました。

この取り組みは保健師の訪問が必要になりますが、マンパワーを業者に委託することにより、担当課の市民課のみで完結できるという点も対象者を拡大した大きな理由の一つでした。始めたばかりの事業ではありますが、市町村国保としてポリファーマシー対策に取り組むのは県内初ということもありますので、ご紹介します。

医療機関との協力体制を

事業のはじめに、被保険者の服薬行動や投薬内容における問題点や潜在的なリスクとして、①傷病禁忌、②併用禁忌、③同一成分、④同種同効、⑤漫然投与の5点をピックアップすることにしました。受託事業者がKDBデータを基に先程の5つの問題点に着眼した分析を行い、事業対象者の候補を抽出します。抽出された候補者の中から、特に早急な指導が必要と思われる対象者を優先的に選定して通知対象者を決定しました。

通知対象者には、案内文書・服薬状況のお知らせ・効果測定用返信ハガキの3点を受託事業者が送付します。

服薬を見直すきっかけに

内容の説明と協力をお願いする旨の通知を、市から薬剤師会と市内25医療機関(病院・薬局)宛てに送付して、スムーズに対応いただけるように配慮しました。

新たな視点も含めて

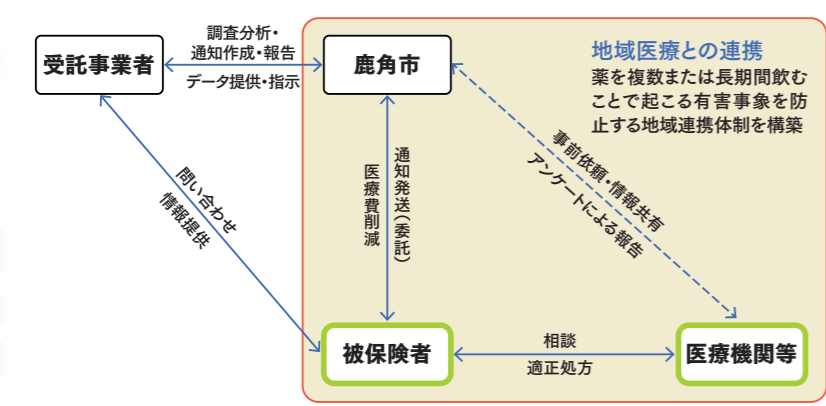
令和5年度は当初計画から事業開始時期が後ろ倒しとなり、通知送付後の検証期間が2か月しか取れませんでした。薬剤数の減少が一時的なものではないが等、期間を長くすることで、より正確な分析に近づきますので、今年度以降は開始時期を早めて効果検証の精度をより高めていきたいと思っています。

後期高齢者医療広域連合では同様のポリファーマシー対策を行う際に、本通知の前の事前通知と返信ハガキの返送が無い対象者へのリマインドを行っているとのことでした。事業効果を上げるために有効と思われるので、今後の計画に組み込んでいくことも検討していきたいと考えています。

ハガキのアンケート内容については、令和5年度では、お薬手帳を複数所持することによる重複処方の方の可能性を考慮して、所持数を調査する設問にしましたが、大多数の人は一冊にまとめていましたので、別の観点から被保険者の健康状態の改善へ繋げるべく、令和6年度実施分からは「リフィル処方箋」に関する設問へ変更する予定です。

そのほか、本事業を進めていたところ、個別に保健師から指導すべきではないかと思われる方が浮かび上がったという事もありましたので、すこやか子育て課等の他課との連携や保健師の個別的な指導等へ繋げられればと考えています。

国の努力支援制度の配点も昨年度より高くなっていることもあり、改善案や検討事項を考慮しながら、今後も本事業に力を入れていきたいと思っています。



事業におけるやり取りの様子

服薬状況のお知らせには、処方されている薬の一覧、受診した医療機関や処方を受けた薬局、問題が生じている部分の検査値や薬品名が記載されており、かかりつけの医師・薬剤師が見ればすぐに把握できるような内容になっています。通知を受け取った対象者に内容を確認いただいた後、送付物一式を薬局や医療機関に持参してもらい、適正服薬相談や指導を受けてもらう流れとなっています。

相談を受けた薬局や医療機関には、効果測定用返信ハガキに相談対応した内容を記載して市民課宛てに返信してもらいます。その返信ハガキを受託事業者へ提供して、結果の取りまとめ及び事業効果を検証するまでが事業の概要です。

令和5年度の実施においては、アウトカム指標として「保健指導により服薬行動が改善した方の割合」を10%に設定しました。通知対象者を20名に絞り込み、11/10に案内を送付して翌年1/31までに医療機関等へ相談に行くくようお願いします。また、対象者宛て通知の送付前に、事業



コクホ
食堂

【協力】
公益社団法人
秋田県栄養士会

今月の
テーマ

地産地消

秋田県産枝豆のキッシュ風

1人分の
栄養量

◎エネルギー:114kcal ◎たんぱく質:8.3g
◎脂質:5.3g ◎炭水化物:8.0g ◎食塩相当量:0.5g

RECIPE

【材料2人分】

- ・枝豆(さやつき) … 80g
- ・ミックスビーンズ … 30g
- ・玉ねぎ … 25g
- ・赤パプリカ … 20g
- ・卵 … 1個
- ・無調整豆乳 … 50ml
- ・顆粒コンソメ … 小さじ1/2
- ・粗びきこしょう … 少々
- ・サラダ油(容器に塗る用) … 適宜

- 1 沸騰したお湯で枝豆を3分ゆで、さやから豆をとり出します。
- 2 玉ねぎはみじん切り、赤パプリカは角切りにします。
- 3 ボウルに卵を割り入れて溶きほぐし、Aと玉ねぎ、枝豆、ミックスビーンズ、赤パプリカを半分ずつ加えて混ぜ合わせます。
- 4 耐熱皿に薄くサラダ油を塗り③を入れ、500Wの電子レンジで5分加熱します。
- 5 残りの具材をちらし温めておいたオーブントースターに入れ、10～15分焼きます。(途中で焦げそうな場合はアルミホイルをかぶせて焼きます。)

栄養士さんの
ワンポイント
アドバイス



秋田県産枝豆の甘みの秘訣は、夏の昼夜の気温差にあります。今回は豆乳を使用して枝豆の風味をいかしたキッシュにしました。枝豆はたんぱく質やビタミンが豊富なため栄養が偏りがちな夏にお勧めのレシピです。

秋田県栄養士会 地域活動職域事業部
管理栄養士

ほり え ち なつ
堀江知夏さん

銀行のお取引は
スマホで！

北都銀行アプリ

ダウンロード
無料



アプリで簡単！

いつでも安心・便利にお取引！



残高・明細を
いつでも
確認

振込も
スマホで
便利

スマホ決済
との連携
も簡単

※アプリのご利用は無料です。ただし、アプリのダウンロードやお取引にかかる通信料はお客さまのご負担となります。

アプリの詳細
ダウンロード
はこちら▶



北都銀行