秋田のこくほ

2023
10
No.709

きりたんぽ鍋

Contents

❷…保険者紹介　大館市
秋田犬のふるさと　おおだて

❹…連合会TOPICS

❻…あきたをヘルスアップ
美郷町福祉保健課　健康対策班
主事　髙山　万智子 さん

❽…美味しく低カロリー「コクホ食堂」
今月のテーマは「ビタミンをとる」
公益社団法人　秋田県栄養士会

統計資料は
ホームページから
秋田　国保　検索
https://www.akita-kokuhoren.or.jp

保険者紹介

大館市

秋田犬と秋田犬の里

秋田犬のふるさと　おおだて

大館市は、秋田県北部を流れる米代川中流域の大館盆地を中心に、北西は白神山地東側にある田代岳から南は森吉山麓までまたがる地域に位置しています。

今年は、大館市で生まれた「忠犬ハチ公」の生誕100年にあたり、様々なイベントを開催しています。11月11日（土）、12日（日）には、ニプロハチ公ドームにおいて「ハチ公生誕100年フェスティバルin大館」を開催する予定です。ぜひ、大館にいらしてください。

国保の概況
（令和５年７月31日現在）

総世帯数	31,475世帯
総人口	67,334人
国保世帯数	9,070世帯
国保加入割合	19.07%
収納率（令和４年度決算）	
・現年課税分	…97.56%
・滞納繰越分	…12.93%

国保の取り組み

特定健診受診率向上を目指して

第２期データヘルス計画で重点目標として掲げている特定健診受診率の向上対策として、これまで様々な取り組みを実施してきましたが、受診率が思うように伸びず、長い間20％台後半と低水準で推移していました。

そこで、令和２年度には、受診対象者の特性に応じた複数パターンの受診勧奨通知の送付や、コロナ禍においても受診機会を確保するため、医療機関の協力を得て健診期間の延長、健診期間終了の１か月前には受診対象者の10％に当たる約１，０００件に電話勧奨を行うなどの対策を講じた結果、令和３年度の受診率は32・５％まで上昇しました。

さらに、令和４年度は、「治療中患者の診療情報提供」にも取り組みました。国保連合会から提供される「かかりつけ医による受診勧奨対象者リスト」を活用して、未受診者に診療情報提供票等を送付し、かかりつけ医に持参してもらったところ、年数件にとどまっていた診療情報提供が６医療機関から合計41件に増加しました。これらの取り組みにより、令和４年度の受診率は34％を超える見込みです。

今年度は、若年層対策として、40代、50代の対象者にＱＲコードによりスマホで特定健診受診勧奨情報が見られる「動く手紙」の送付を実施しています。また、治療中患者の診療情報提供勧奨通知の送付を１月から特定健診期間開始前の６月に前倒しする工夫をしたところ、すでに３医療機関から13名分の診療情報提供をいただいております。

今後も、事業内容を見直しながら、市民の健康に繋がるよう取り組んでいきたいと思います。

保健事業の取り組み ―保健対策シリーズ― No.390

チャレンジＴＨＥ減塩講座

～「推定１日食塩摂取量測定結果」を活用した保健指導～

大館市は「あきた健康宣言」で、健康寿命日本一の実現に向け「糖尿病の発症と重症化予防に取り組む」ことを宣言し、特定健診受診者と減塩実行市民の増加を目指して様々な取り組みを展開しています。

その一つとして、令和３年度から特定健診受診者に「推定１日食塩摂取量測定」を実施しており、食塩摂取量を見える化することで減塩についての関心を高め、食生活の改善による生活習慣病の発症と重症化の予防に繋げようと取り組んでいます。

測定は、健診時に尿を提出していただいて検査を実施し、特定健診結果票で結果をお知らせしています。

令和３、４年度の受診者の食塩摂取量平均値は9.7ｇで、約９割の方が日本人の１日当たりの目標値（男性7.5ｇ未満、女性6.5ｇ未満）を上回っていました。「秋田県はしょっぱ口」と言われますが、大館も例外ではありませんでした。

そこで、健診事後指導として高血圧の重症化予防を目的に「チャレンジＴＨＥ減塩講座」を開始しました。食塩摂取量や血圧値が高めの方を対象とし、減塩に特化した内容（【講座内容】を参照）の講座を２回シリーズで実施しています。

講座では参加者ごとに個別シートを作成し、講座で実施した検査結果等を参加者自身が比較して評価します。体験を多く取り入れて個人の状況を見える化したことで「気づき→実践→継続」と参加者の行動変容に繋がりました。講座のアンケートでも全員が受講をきっかけに減塩に取り組んだと答えています。

令和４年度からは、秋田県国民健康保険団体連合会保健事業支援・評価委員会から計画、立案のアドバイスを受け事業に反映させています。今後もこの取り組みを継続し、減塩実行市民の増加で生活習慣病の発症と重症化の予防に繋げ、健康寿命の延伸を目指します。

【講座内容（２回シリーズ）】

①減塩等の保健指導
②血圧測定
③尿中食塩濃度測定（ウロペーパー）
④塩味覚チェック（ソルセイブ）
⑤塩分チェックシートの記載
⑥個別シートの記載（１回目に減塩目標設定し記入）
⑦味噌汁の塩分濃度測定
⑧0.8％の味噌汁の試飲
⑨減塩献立の試食
⑩自己評価
※①～⑥は毎回、⑦⑧は１回目、⑨⑩は２回目で実施
※⑩の自己評価は初回の検査結果と比較し、減塩目標の取組結果を踏まえ評価する。

チャレンジTHE減塩講座

国保主管課長からの一言

超高齢社会における国保財政

大館市市民部保険課長　菅原（すがわら）　達也（たつや）氏

令和７年には、団塊の世代の方々がすべて75歳以上となり、大館市においても、市民の４人に１人が75歳以上となることが見込まれています。もとより、国保の被保険者数は社会情勢の変化や人口減少に伴い年々減少していますが、さらに急激な減少が生じることで国保財政への影響が懸念されます。

国保財政を安定的に維持するため、将来的な税率改正も視野に入れつつ市民の負担を必要最小限に抑えるため、レセプトの縦覧点検や医療費分析など、医療費の適正化対策に努めます。

表紙写真　きりたんぽ鍋／大館の新米の季節には「きりたんぽ」が欠かせません。10月の３連休には「本場大館きりたんぽまつり」が開催され、各店自慢の味を食べ比べることができます。

連合会 Topics

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

令和４年度事業報告・決算認定される

第136回通常総会

本会は７月19日（水）、第136回通常総会を書面により開催した。（議員総数28名中、書面議決書提出議員（保険者）28名）

総会では、令和４年度事業報告、令和４年度一般会計及び特別会計歳入歳出決算のほか、国保総合システムの更改に伴う費用に係る令和６年度国庫補助要求にむけた対応について報告した。また、（１）令和５年度医療費支払特別会計補正予算、（２）国保制度の改善強化に関する要望事項について、（３）理事及び監事の選任等の議事について審議された。

附議事項については、書面による議決の結果、すべて原案のとおり決定された。（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、新役員により、８月９日（水）に第２回理事会が開催され、以下のとおり決定された。

理事長	能代市長	齊藤滋宣	理事	にかほ市長	市川雄次
副理事長	美郷町長	松田知己	〃	横手市長	髙橋　大
〃	五城目町長	渡邉彦兵衛	〃	小坂町長	細越　満
常務理事		古谷　勝	〃	秋田県歯科医師国保組合理事長	立花　透
理事	鹿角市長	関　厚	監事	秋田市長	穂積　志
〃	潟上市長	鈴木雄大	〃	大潟村長	髙橋浩人
〃	湯沢市長	佐藤一夫			

実務の更なる取り組み強化へ

第三者行為求償事務担当者研修会

本会は８月10日（木）、第三者行為求償事務担当者研修会をオンライン形式にて開催し、保険者等から56名が参加した。

はじめに損害保険料率算出機構秋田自賠責損害調査事務所長 漆田貴士氏より、「自賠責保険（共済）損害調査のしくみ」と題し、自賠責保険が支払われないケースや支払い基準等について講演が行われた。次に本会より、実務における留意点や受託解除の要件等について説明を行った。

続けて、第三者行為求償事務アドバイザー 高田橋厚男氏より「第三者行為求償事務の基礎知識から強制執行まで」と題した講演が行われ、第三者行為求償事務案件発見のポイントや介護保険求償事務の進め方、強制履行・強制執行等債権管理に関する実務についての説明がなされた。

本会では今後、介護保険担当者へ向けた第三者行為求償事務担当者研修の開催も予定している。

第三者行為求償事務担当者研修会

連合会行事予定

10月 October

13日	県北地区国保協議会レセプト点検研修会及び第三者行為求償事務研修会
19日	柔整審査会
20日	審査委員会(21、23、24、25日) / 県南地区国保協議会第三者行為求償事務担当者研修会
23日	診療報酬再審査部会
24日	審査専門部会
25日	審査小委員会 / 合同研究会
26日	鍼灸等審査会 / 介護給付費等審査委員会
27日	特定保健指導実践者育成研修会
31日	介護サービス苦情相談担当者研修会

11月 November

13日	国保制度改善強化全国大会
16日	柔整審査会 /県北地区国保協議会国保主管課長及び事務担当者合同研修会
21日	審査委員会(22、24、25、27日)
22日	診療報酬再審査部会
24日	審査専門部会
27日	審査小委員会 / 合同研究会
28日	介護給付費等審査委員会
29日	鍼灸等審査会

12月 December

14日	柔整審査会
15日	審査委員会(16、18、19、20日)
18日	診療報酬再審査部会
19日	審査専門部会
20日	審査小委員会 / 合同研究会
21日	鍼灸等審査会 / 市町村保健活動連絡協議会研修会
25日	介護給付費等審査委員会

さらなる地域包括医療・ケアの推進を

秋田県国保診療施設協議会総会及び研修会

秋田県国保診療施設協議会は９月16日（土）、総会及び研修会をアキタパークホテルにおいて、国保診療施設や保険者から18名出席のもと開催した。

開会にあたり和田会長が挨拶に立ち、国保診療施設を取り巻く環境と国における今般の社会保障改革に触れ、「依然として、地方偏在による医師・看護師をはじめとする医療従事者の不足、市町村財政の逼迫など、大変厳しい状況にあり秋田県の国保診療施設数も減少している。今後も地域包括医療・ケア推進の実効性が確保されるようその動向を注視していかなければならず、関係者が一丸となって直面する課題を一つひとつ克服していくために、引き続きご協力をお願いしたい。」と述べた。

総会では、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。

総会終了後に行われた研修会では、市立大森病院小野医療副部会長より「これからの地域医療・地域包括ケア」と題し、人口動態の変化による医療・介護ニーズの変化、高齢化と人口減少が進むこれからの地域医療・地域包括ケア、これからの国保診療施設の役割について、秋田県内の変化と予測も踏まえた講演が行われた。

講演終了後、座長の和田会長と助言者の小野医療副部会長の進行のもと、７題の研究発表が行われ、出席者や座長及び助言者からの活発な意見交換がなされた。

和田　智子 会長

小野　剛 医療副部会長

振込や資産管理もカンタン！
あなたのスマホが窓口に。

ダウンロードはコチラから

あきぎんアプリ | 秋田銀行

シリーズ企画03

あきたをヘルスアップ

美郷町福祉保健課
健康対策班

美郷町糖尿病重症化予防事業の発展へ

新たな判断材料「腎機能予測結果データ」

◇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します。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。

写真：髙山さん

この方にお話をうかがいました

美郷町福祉保健課
健康対策班　主事
髙山（たかやま）　万智子（まちこ）さん

略歴：
令和３年
入庁
美郷町福祉保健課　健康対策班　主事

糖尿病重症化を防ぐ

美郷町では住民の糖尿病重症化及び腎機能低下予防を図るため、リスクの高い方々に対して受診勧奨や保健指導を実施し、腎不全や人工透析への移行を防止すべく、「美郷町糖尿病重症化予防事業」を行ってきました。

事業を進める中で「保健指導の対象者選定において、適切な抽出ができていないのではないか」といった課題点を感じていました。

従来、糖尿病重症化予防事業の対象者は、特定健診結果や医療機関受診状況から選定していたのですが、一昨年、国保中央会から「腎機能予測結果データ」のモデル事業への参加募集があり、このデータも選定の新たな判断材料として活用することはできないかと考え、参加することにしました。

腎機能予測結果データとこれまでの糖尿病重症化予防事業の対象者を比較したところ、減少が期待される医療費が大きい人の大部分は、これまでも事業対象者として抽出されていましたので、昨年度からの新たな試みとして、モデル事業を取り入れてみることになりました。

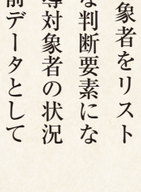
「腎機能予測結果データ」を用いた新たな抽出

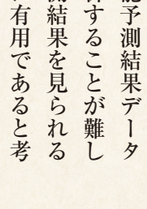
美郷町における対象者抽出基準は、秋田県の糖尿病重症化予防モデルプログラムと同じものを用いています。未治療者におけるｅＧＦＲ値の条件に該当して抽出された方が対象者の大部分となっていました。このプログラムに沿って抽出後、健診・レセプト情報を一人ずつ確認し、絞り込みをして作成されたリストを基に保健指導を行っていましたが、更に対象者を絞り込めないか思案していたところでした。

昨年度からは従来の抽出過程に加えて、国保中央会より提供される「腎機能予測結果データ」を新たな判断材料として用いました。この腎機能予測結果データは、ＡＩ（人工知能）を利用して作成された個人ごとのｅＧＦＲ値の推移予測データとなっており、５年後のｅＧＦＲ値まで予測されています。また、診断数値が平常値へ戻ることで減少が期待される医療費の予測額も合わせて算出されます。

診断・治療等によるｅＧＦＲ値の減少が大きいほど、もしくは減少された医療費の額が多いほど、糖尿病重症化予防としての保健指導が効果的に行われる可能性があると考えられたことから、従来の抽出からさらに保健指導の優先度が高い方をピックアップすべく、ＡＩ予測結果による還元帳票を使って、①ｅＧＦＲ値があまり減少しない予測の方、②減少が期待される医療費が少額の方を保健指導の対象外としました。実務としては、まずは従来通りに対象者を抽出→事業検討会においてレセプト・健診データを一人ずつ確認し、保健指導の必要性を検討→さらに抽出された方全員分の腎機能予測結果データを準備し、指導対象外とする方を判断してさらに絞り込む、といった流れになっています。

その後は指導対象者に文書にて保健指導を行う旨を通知し、保健師による訪問指導を行い、食事や生活習慣の改善、特定健診の受診勧奨や高血糖・合併症の危険性を説明しています。





これからの課題について

令和４年度の最終的な保健指導対象者は、事業対象者の抽出後から保健指導の通知を送付する前に検査等を受診した方を除くと、未治療者３名、治療中断者１名となりました。あわせて、前年までの継続者３名にも保健指導を行い、後日レセプト等を確認すると、継続１名を除いた他全員が医療機関や検査を受診されていました。毎年、一定数の対象者が医療機関受診へ繋がっており、保健指導による受診勧奨の成果は出ていると思います。

訪問指導を行うと、「自分の身体がこんなに悪くなっていたとは思わなかったので来てもらって良かった」とおっしゃる方もいれば、「なぜ自分に来たのか」と不安に思われる方もいますので、ご本人の健康状態の捉え方をよく伺い、相手に合わせた保健指導が必要であると考えています。

中には、毎年事業対象者に抽出され、保健指導をしていても、なかなか受診へ繋がらない方も数名いらっしゃいます。勧奨を継続して行ったことで気持ちに変化が表れ、受診へ繋がったケースもありますが、受診に繋がらない方への対応について今後検討していく予定です。

また、町内医師と事業内容や対象者等について、情報共有を深めることができれば、保健指導から医療機関受診への流れがスムーズになると考えています。

先日開催された仙北市、大仙市、美郷町の３市町の連絡会議では、糖尿病重症化予防を題材とした際に医師との連携が不十分であるとの話がありました。美郷町には腎専門医がおりませんが、今後、腎専門医との連携が可能になれば、より充実した事業展開に繋がるのではと考えています。

新たな判断材料でより効果的に

ＡＩによる腎機能予測結果データは、自分たちで分析することが難しい５年後までの予測結果を見られることもあり、非常に有用であると考えています。事業対象者をリストアップする際の重要な判断要素になるほか、保健師が指導対象者の状況を把握するための事前データとしても活用できると思いますし、国保連合会での保健事業支援・評価委員会でも、好評を得られました。

判断材料が増えることで、優先的に保健指導をすべき対象者の絞り込みが正確になり、以前よりも効果的・効率的な事業展開に繋がったと感じています。この腎機能予測結果データについては、今後も使っていけたらと思っていますし、他に活用できるものがあった場合は、積極的に取り入れていきたいと考えています。

秋田のこくほ
2023年10月 No.709

美味しく低カロリー

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 ビタミンをとる

【1人分の栄養量】

エネルギー：164kcal
たんぱく質：10.1g
脂　　質：7.4g
炭水化物：13.8g
食塩相当量：0.6g

野菜たっぷり豚肉チャプチェ

【材料2人分】

- 豚もも肉…… 80g
- 酒（豚肉用）… 大さじ2/3
- しらたき（糸こんにゃく）……100g
- 花にら（にらでも可） 50g
- にんじん…… 50g
- 黄赤パプリカ…… 各30g
- 生きくらげ…… 30g
- 生姜…… 5g
- にんにく…… 3g
- ごま油…… 小さじ1
- 白ごま…… 小さじ1と1/3

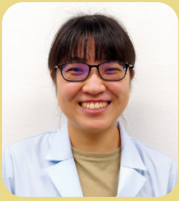
A
- しょうゆ…… 小さじ1
- みりん…… 小さじ1
- 酒…… 小さじ1
- 塩……少々
- こしょう……少々

B
- 片栗粉…… 大さじ2/3
- 水…… 小さじ1強

【作り方】

1. 花にらは4㎝長さに切り、にんじんとパプリカ、きくらげは細切りにします。生姜とにんにくはみじん切りにします。
2. しらたきは沸騰した湯で1分ほどゆでて、ざるにあげます。水気をきったら、長さ4㎝に切ります。
3. 豚肉は2㎝幅に切り、酒を揉みこみます。
4. フライパンにごま油を熱し、生姜とにんにくを炒めます。
5. 香りが立ったら中火にし、豚肉を加え、火を通します。
6. しらたきとにんじん、パプリカ、きくらげを加えて水分を飛ばすように炒めます。
7. 花にら、Aを加え、さっと炒め合わせます。
8. 野菜がしんなりとしたら、Bの水溶き片栗粉を加え、混ぜながらとろみをつけます。
9. 器に盛り、白ごまを振ったら出来上がりです。

栄養士さんのワンポイントアドバイス



秋田県栄養士会
地域活動職域事業部
管理栄養士
土方（ひじかた） 茉璃（まり） 氏

春雨の代わりにしらたきを使用して低カロリーにしたチャプチェです。にらなどの緑黄色野菜に豊富に含まれるビタミンA（β-カロテン）には、皮膚や粘膜を健康に保ち、風邪の予防や肌に潤いを与えてくれる働きがあります。

令和5年10月15日発行 ◎発行者編集者 工藤 学
発行所 秋田県国民健康保険団体連合会
〒010-0951 秋田市山王四丁目2-3 Tel.018-862-6864
印刷所 秋田中央印刷株式会社
〒010-1612 秋田市新屋豊町6番43号 Tel.018-823-7577

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