

# 秋田のこくほ

2026

1

No.718



(写真：西馬音内盆踊り)

## Contents

- 2 … 年頭のご挨拶
- 3 … 国保制度改善強化全国大会
- 4 … [保険者紹介] 羽後町  
緑と踊りと雪の町

- 6 … [連合会TOPICS]
- 8 … [コクホ食堂]

今月のテーマは「冷え対策」  
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/>

# 国保制度改善強化全国大会



## 国保制度の 安定的な運営のために

# 国保制度改善 強化全国大会

国保中央会など国保関係9団体は、令和7年11月14日（金）、東京都「砂防会館」において「国保制度改善強化全国大会」を開催した。

主催者挨拶で国保中央会大西会長（高松市長）が、「わが国の国保制度は、昭和13年の施行以来「相扶共済」の精神のもと、国民皆保険体制を根底から支え、地域医療の確保と住民の健康維持増進に大きく寄与してきた。しかし、高齢化の進展、医療費水準の上昇などの構造的問題や、昨今の物価上昇の影響を受け、将来にわたる国保制度の安定と国民皆保険制度の維持は、極めて危機的な状況にある。また、医療・保健・介護の人材確保や地域偏在の解消は喫緊の課題であり、物価高や賃上げ等の社会経済情勢の中で地域の医療提供体制の核を担う公立病院等の存続も危ぶまれている。このような現状を踏まえ、国保制度の安定的な運営のための公費投入や医療提供体制等の確保のための支援などを国に強く求めていく」と訴えた。

議事では、国保の財政基盤強化のための公費投入の確保を確実に実施することなどを求める12項目の決議を全会一致で採択した。医療保険制度の一本化、国保総合システムや子ども・子育て支援金制度への財政措置などを盛り込み、国に対し実現を訴えている。大会終了後、決議の実現に向け、政府や与野党の国會議員に対して集中陳情を展開した。

なお、本県では、本会役員をはじめ、各地区協議会等から12名が大会へ参加したほか、地元選出等国會議員へ陳情活動を行った。

令和7年度 国民健康保険 関係功績者 厚生労働大臣表彰		令和7年度 国民健康保険 中央会表彰	
和田智子氏	秋田県国民健康保険診療報酬審査委員会委員	秋田県国民健康保険診療報酬審査委員会委員	秋田県歯科医師国民健康保険組合事務長
羽後町国民健康保険運営協議会委員藤原宣一氏	小出診療所所長和田充康氏	元秋田県国民健康保険診療報酬審査委員会委員近野徹氏	元秋田県国民健康保険診療報酬審査委員会委員大里祐一氏



# 年頭のご挨拶

秋田県国民健康保険団体連合会 理事長 齊藤滋宣

新年あけましておめでとうございます。

令和8年の新春を健やかにお迎えのことと、心よりお慶び申し上げます。

保険者並びに関係団体の皆様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深く感謝と敬意を表します。また、日ごろから本会の事業運営に対し、格別のご支援とご協力を賜っておりますことに厚くお礼申し上げます。

さて、国民健康保険は、国民皆保険制度を支える基盤として、制度創設から長年にわたり、地域住民の健康増進のため寄与してまいりました。しかしながら、国保を取り巻く状況は、被保険者の年齢構成が高く医療費水準が高いこと、また、所得水準が低く保険料（税）の負担率が高いことなど、国保制度が抱える構造的な問題は解決されず、厳しい財政運営を強いられています。

こうした状況を踏まえ、国においては、平成30年度から財政支援の拡充により国保財政の基盤強化を図るため、都道府県が財政運営の責任主体となる新たな国保制度が実施されています。しかしながら、構造的な問題に加え、人口減少及び少子高齢化の進展や被用者保険の適用拡大により、段階的に国保の被保険者数は減少が見込まれ、国保の財政基盤や保険者機能に影響を及ぼすことが懸念されております。このため、昨年6月13日に閣議決定した「経済財政運営と改革の基本方針2025」において、都道府県内の保険料水準の統一に加え、保険者機能や都道府県のガバナンスの強化を進める財政支援の方針について検討を行う旨の文言が盛り込まれたところであります。

本会といたしましては、保険者の負託に応えるよう、基幹業務であります審査支払業務の適正な執行、並びに保険者共同処理業務等の実施により保険者事務の軽減に努めるとともに、保険者や関係団体と連携を図りながら、データヘルスを活用した予防・健康づくりや重症化予防等、保健事業の支援を通じて医療費適正化に一層努めてまいる所存でございます。引き続き皆様のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、関係各位の皆様におかれましては健康に十分留意され、新しい年が実り多き年となりますことをご祈念申し上げ、年頭の挨拶とさせていただきます。

理事長	能代市長	齊藤滋宣
副理事長	美郷町長	松田知己
常務理事	小坂町長	細越満
監事	秋田市長	沼谷貴信
事務局長	由利本荘市長	湊二
大館市長	大鹿市長	石田健佑
仙北市長	大潟村長	古谷勝
藤里町長	高橋浩人	
大仙市長	菅原広	
立花透	立花透	
監事	秋田県歯科医師組合理事長	
外職員一同	佐々木文明	
監事	佐々木文明	
事務局長	菅原雪子	



緑と踊りと雪の町

# 羽後町



羽後町は、総面積230.78平方キロメートルで秋田県の南部に位置し、湯沢市、横手市、由利本荘市とも隣接し、出羽丘陵内陸部の要所として発展してきました。

町では西馬音内盆踊りだけでなく、夏の「牛まつり(べこまつり)」、冬の「ゆきとびあ」などのイベントもたくさん実施しております。

また、道の駅うご「端縫いの郷」では、直売所をはじめ、「西馬音内そば」など町の名物を堪能でき、毎日たくさんのお客様で賑わっております。

元気あふれる羽後町にぜひ一度お立ち寄りください。

写真：雲海 みはらし荘からの眺望

## 国保主管課長からの一言

### 国保の財政健全化と 健康寿命延伸



健康福祉課長

いとう かずえ  
伊藤 和恵 氏

国民健康保険データマップ（秋田県国保連合会）によると、羽後町は県内市町村において受診率が低く、1日あたりの診療費は上位にあり、重度の疾病となってから受診している傾向にあるのではないか、という推測がされています。特定疾病療養者が数名増加すると保険料負担に大きく影響が出てくることも懸念されるため、高齢者保健事業において、健康状態不明者、未治療によるコントロール不良者や治療中断者の状況把握や適切な受診・サービスにつなげることは重要な健康支援と考えます。増え続ける医療費を削減するため保健事業の展開に努めたいと考えています。

町では人口減少と少子高齢化の解消を目指し、これまで様々な施策を展開してきましたが、十分な効果が見られず、いまだ歯止めがかかるない状況にあり、重大な問題となっています。町の国民健康保険も同様で、令和6年度の国民健康保険の財政状況は、前年度からの繰越金を差し引いた単年度収支は黒字となりました。が、被保険者の高齢化や医療の高度化による医療費の増加などで厳しい

財政状況となっています。町では医療費の削減を図るため、特定健診の受診率向上の取り組みや施するなど、尿病性腎症重症化予防事業などを実施につながる事業を推進していくきます。



## 健康増進を取り組み



対象事業の様子「いっぱいUGOこう！ 健康づくり」(健康教室)

本事業は、健康寿命の延伸を目的とした保健事業の一環として、住民の行動変容を促すインセンティブ制度を取り入れている点が特徴です。

ポイントの対象となる事業は、健康診査やがん検診、健康教室への参加、トレーニングルームの利用など基本的な健康づくり活動に加え、介護予防事業や育児教室など、高齢者から子育て世代まで幅広い世代が参加できる取り組みが含まれています。

取り組む上で重視していることは、関係する複数の課所が連携して事業の対象を多方面に広げているこ

とです。これにより、より多くの住民が、自分のライフスタイルや関心に応じて参加しやすくなっています。

参加方法については、専用アプリ

羽後町では、住民が日常生活で無理なく・楽しく健康づくりに取り組めるよう、平成29年度から「羽後町健康づくりポイント事業（健康うごはっぴーポイントカード）」を実施しています。

「健康うごはっぴーポイントカード」による住民主体の健康づくり推進

保健事業の取り組み — 保健対策シリーズ — No. 399

等の導入も検討しましたが、紙のポイントカードの方が「分かりやすく使いやすい」との意見が多かったので紙のカードにしています。このことが継続的な参加につながっています。

集めたポイントで、次のコースに応募できます。

・がんばるコース（30ポイント）：

応募者全員に千円の商品券を進呈します。

このようにポイントを集め楽ししさが伴うため健康行動が「楽しく続けられるもの」へと転換され、住民の参加意欲を高める役割を果たしています。

参加者数については、新規の方も年々増えており、継続して参加される方も増加しています。こうした広がりが、住民の健康意識の向上や、地域全体での健康づくりの推進へとつながっています。

健康づくりにおける最も大きな課題は、住民が自発的に継続的な行動

に移すことです。羽後町では、身近で達成感のある仕組みと、適度なインセンティブを組み合わせることで、住民の行動変容を後押ししています。今後も、保健・福祉・子育てなど各分野を横断して連携を深めます。

このようにポイントを集め楽ししさが伴うため健康行動が「楽しく続けられるもの」へと転換され、住民の参加意欲を高める役割を果たしています。

参加者数については、

## 1月

- 15日 柔整審査会/第4回保健事業支援・評価委員会  
 22日 審査委員会(23、24、26、27日)  
 23日 診療報酬再審査部会  
 26日 審査専門部会  
 27日 審査小委員会/合同研究会/介護給付費等審査委員会  
 28日 鍼灸等審査会

## 2月

- 12日 第5回理事会  
 18日 審査委員会(19、20、21、24日)/第5回保健事業支援・評価委員会  
 19日 柔整審査会/診療報酬再審査部会  
 20日 審査専門部会  
 24日 審査小委員会/合同研究会  
 介護給付費等審査委員会/令和7年度国保事業功労者表彰式並びに第141回通常総会/第6回理事会  
 25日 鍼灸等審査会

## 3月

- 9日 第6回保健事業支援・評価委員会  
 19日 柔整審査会  
 21日 審査委員会(23、24、25、26日)  
 24日 診療報酬再審査部会  
 25日 審査専門部会  
 26日 審査小委員会/合同研究会/介護給付費等審査委員会  
 27日 鍼灸等審査会

Topics  
2心とからだのケアを学ぶ  
秋田県市町村保健活動連絡協議会研修会

本会は令和7年11月12日(水)、市町村会館大会議室において、保険者等から92名出席のもと、秋田県市町村保健活動連絡協議会研修会を開催した。

はじめに、アロマセラピー活用研究家・ダンスセラピストの杉渕智美氏より、「香りの力を手に入れる 私のアロマスプレーを作ってみよう!」と題して、アロマオイルの効能や種類について、実際に香りを確かめ、自分のアロマスプレーを作製する体験を交えた講演が行われた。

続いて、ヒューマンハピネス株式会社代表取締役の上谷実礼氏より、「アドラー流“勇気づけ”保健指導～住民とのよりよい関係づくりを目指して～」と題した特別講演と「気づきのレッスン～自分をすり減らさずに自信を持って働き続けるために～」と題したワークショップが行われ、同時にオンライン配信も実施された。

参加者からは「自分も相手も幸せになれる実践的な技法を知ることができた」、「感情を言葉にすることは難しかった」といった声が寄せられた。



上谷実礼氏

Topics  
3効果的な求償事務を行うために  
第三者行為求償事務担当者研修会(介護保険)

本会は令和7年12月9日(火)、各市町村の介護保険等担当者27名出席のもと第三者行為求償事務担当者研修会をオンラインにて開催した。

はじめに大曲仙北広域市町村圏組合介護保険事務所の栗林祐太氏より「介護保険における第三者行為求償事務の取組みについて」と題した事例発表が行われ、「第三者行為求償事務は保険者の責務として、発見・確認・委託・フォローの4つのステップが重要である」などの説明があった。その後、第三者行為求償事務アドバイザーの高橋秀夫氏より「介護保険求償のポイントと課題(自賠責保険との関連について)」と題した講演が行われ、最後に秋田県後期高齢者医療広域連合の三澤紫音氏より「介護保険と後期高齢者医療の連携」について説明がなされた。



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

## 連合会Topics

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

Topics  
1

## 令和8年度事業計画及び当初予算(案)を説明

全県国保等主管課長会議

本会は令和7年11月28日(金)、全県国保等主管課長会議を保険者等から27名出席のもと開催し、令和8年度事業計画及び当初予算(案)について説明した。

はじめに、主催者挨拶として本会の古谷常務理事が「国の動向も踏まえ、既存事業の効率的かつ円滑な運営と経費節減に努めるとともに、医療保険制度の一端を担う診療報酬審査支払機関として、適正な審査支払業務に努め、保険者の負託に応えるため、保険者事務の一層の効率化と軽減を図り、保険者における保健事業の支援など各事業を実施していくので、一層の御支援と御協力を賜るようお願いする。」と述べた。次に、秋田県健康福祉部健康づくり推進課国保医療室の鈴木チムリーダーが「子ども・子育て支援金制度は単なる財政上の拠出にとどまらず、国保税として被保険者に直接負担をお願いする極めて重要な事項である。基幹システムの改修対応、納税通知書への記載方法、住民への丁寧な説明・広報など、実務面での多大なるご苦労があると推察するため、県も、制度の円滑な導入に向け、国からの情報を迅速に提供し、皆様の事務負担が少しでも軽減されるようサポートしていく。」と来賓挨拶を述べられた。

会議では事務局より事業計画及び当初予算(案)等について、「審査支払システムの共同開発等審査支払業務改革の着実な推進と、国保制度の基盤を支える国保総合システムをはじめとした各種システムの安定的運用に努めるとともに、保険者の負託に応え、保険者事務の一層の効率化と軽減を図るため、共同処理業務の円滑な運営に努める。また、データヘルスを活用した予防・健康づくりや重症化予防等、保健事業を通じて保険者支援に努めるとともに、保険者努力支援制度においても、国により医療費適正化効果のある評価項目の重点化が図られていることから、第三者行為求償事務の受託や支援強化等、保険者による医療費適正化の取組に対する支援を引き続き推進する。」とした基本方針のほか、実施事業及び負担金・審査支払手数料・電算委託料等について説明した。



会議全体の様子

協力：公益社団法人  
秋田県栄養士会

今月のテーマ

## 冷え対策



【1人分の栄養量】  
エネルギー：310kcal  
たんぱく質：19.8g  
脂 質：18.8g  
炭水化物：20.0g  
食塩相当量：2.1g

## 【材料2人分】

・鶏ひき肉	120g	
・長ねぎ(鶏団子用)	5cm	
A	・片栗粉	小さじ2
	・溶き卵	1/2個分
	・おろし生姜	小さじ1
・長ねぎ	1本	
・椎茸	2個	
・えのき茸	1/2袋	
・絹豆腐	150g	
・ニラ	8本	
・にんにく(みじん切り)	1片	
・輪切り唐辛子	少々	
・ごま油	大さじ1	
・水	300mL	
B	・白菜キムチ	40g
	・味噌	大さじ1/2
	・鶏がらスープの素(顆粒)	小さじ1
	・はちみつ	小さじ1

## 作り方

- ①鶏団子用の長ねぎはみじん切りにしてボウルに入れ、鶏ひき肉・Aと合わせ、粘りが出るまでしっかり混ぜます。水で濡らしたスプーンでいい、もう1つのスプーンで一口大の団子になるように形を整えます。
- ②椎茸、えのき茸は石づきを取ってそれぞれ食べやすい大きさに切ります。
- ③長ねぎは斜め切り、ニラはざく切り、絹豆腐は4等分にします。
- ④鍋にごま油をひき、にんにく・輪切り唐辛子を中火で炒め、香りが出てきたら水と①、②を加えて煮込みます。
- ⑤鶏団子に火が通ったら一旦、火を止め、Bを入れて味を整えます。
- ⑥再び火にかけて③を加え、豆腐が温まったら器に盛り付けて完成です。

栄養士の  
ワンポイント  
アドバイス

唐辛子の辛味成分であるカプサイシンは発汗作用があり、体を内側から温めます。また、唐辛子を使用した事でキムチの量を減らすことができ、減塩にも繋がります。温かいスープを飲んで元気に冬を乗り切りましょう！

秋田県栄養士会  
地域活動職域事業部 管理栄養士  
みひら あや 彩さん  
三平 彩さん

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様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