

保険者訪問



活火山阿蘇がもたらす
雄大な景観と多くの恵み

人と自然が共作する

阿蘇市



緑の草原が輝く季節を迎える阿蘇。阿蘇谷の向うには阿蘇五岳が涅槃像のように横たわる

阿蘇市は、九州のほぼ中央に位置し、世界最大級のカルデラなど雄大な景観が広がっています。カルデラの中心では中岳火口が現在も噴煙を上げ続けていて、火山活動による良質で多彩な温泉も楽しめます。広大な原野で営まれる農業も特色があり、放牧や採草、野焼きなど農村景観保全の取り組みにより平成 25 年 5 月に「世界農業遺産」に登録されました。「世界ジオパーク」国内候補地にも推薦されており、今後「世界文化遺産」登録も目指しています。グルメでは「くまもの赤」の一つ「あか牛」があり、ヘルシーでうま味のある赤身を使った「あか牛ステーキ」「あか牛丼」など、地元の各店が工夫を凝らしたメニューを楽しむことができます。また、市内には阿蘇開拓の祖神と伝えられる健甞龍命をはじめ 12 神を祭る阿蘇神社があり、神殿や楼門は国の重要文化財に指定されています。神社参道境界の門前町には豊かな水が湧き出す「水基」と呼ばれる水飲み場があり、「阿蘇神社周辺散策ツアー」で巡ることができます。

平成 24 年 7 月、阿蘇市は九州北部豪雨により甚大な被害を受けました。それから約 1 年 10 カ月が経ち少しずつ復興が進む一方で、現在も仮設住宅での生活を余儀なくされている人がいたり、復旧が手つかずの道路などもあります。災害からの完全復興と災害に強い新たなまちづくりに、市を挙げて取り組んでいます。



阿蘇神社の楼門。日本三大楼門の一つに数えられる

人 口	28,086人	
国保被保険者数	8,326人	
	一般	7,882人
	退職	444人
後期高齢者数	5,388人	
世 帯 数	11,224世帯	
	国保世帯数	4,739世帯
医療機関 等数	医科	17機関
	歯科	12機関
	調剤薬局	15薬局
担 当 課	ほけん課	

(平成 26 年 2 月末現在)

阿蘇市は県内でも比較的医療費が高い状況にあり、特に後期高齢者医療費は県内上位で、毎年増え続けています。医療費削減に向けて課内各係が連携して取り組んでいる、ほけん課でお話を伺いました。

特定健診受診率は県内 14 市中で上位をキープ

特定健診は、ガン検診等との同時実施による集団検診を健診機関に委託して実施しています。各地区の公民館や小学校体育館、保健福祉センターなどを巡回して、夏季（7～8月）と秋季（11月）に土日も含めて行っています。受診者の便宜を図るため、土日に行く地区を毎年ずらしたり、保健センターなど一部の会場では、3～4年前から母子保健推進員の協力のもと子どもの預かりも実施しています。また平成22年度から、当初1,500円だった自己負担を500円に引き下げるとともに、市内11の医療機関に委託して、7～3月に個別健診を実施しています。今年度の特定健診実施に向けて、これから全対象者に受診券と問診表など健診セットを送付するところです。

平成24年度の受診率は38.5%（速報値）で、20年度の32.1%から6.4%の微増ですが、人数にすれば対象者が約500人減ったのに対し受診者は約200人増えています。また、県内14市中の受診率順位は平成20年度の第5位から22、23年度は連続して第1位となり、24年度も第2位と高い水準で推移しています。リピーター率も75%と高いですが、2年に一度という人も多いので、毎年受けてもらえるよう勧奨に力を入れています。

治療中の人に関しては、平成25年度は約2,000人のうち約400人が受診しました。徐々に増えてはいますが、病院にかかっていることを理由に受診しない人も多く、この人たちには、「特定健診には病院で治療のために受ける検査とは違う検査（HbA1cなど）もある」ということを伝える必要があります。今年度に向けては、管理職が医療機関を回って、治療中の人も特定健診を受診してもらうように協力をお願いしました。

受診率向上のために、地区担当保健師・栄養士や健康づくり推進員による声かけ、国保の資格異動の際の声かけとチラシ配布、被保険者証郵送時のチラシ同封、広報誌への掲載、また、未受診者リストから事務職や嘱託看護師もいっしょに電話勧奨を行っています。今後は住民が集まる各種会合や会議に数多く出向いて、財政面も含めた説明をして受診を呼びかけていこうと考えています。さらに、市内全戸に設置されている「お知らせ端末」にも住民検診の情報を載せて、住民はいつでも見られるようになっています。



「お知らせ端末」。市からの情報を確認でき、市内及び産山村の通話（テレビ電話）は無料（※阿蘇市と産山村が共同で通信網を整備した）

1年に1回
特定健診を受けましょう。
 阿蘇市特定健診のメリット

①年に1回、約8,000円の特定健診費用が、**自己負担500円**で受けられます。
※特定健診の健診項目は、画面にあります。

②40歳～74歳の方は、**住民検診だけでなく、下記の医療機関でも受けることができます。**
※30歳～40歳未満の方は任意検診のみになります。

③血管を詰める危険な状態（動脈硬化）かどうかが診断できます。

④生活習慣改善の方法がわかります。

阿蘇市特定健診実施医療機関

実施機関名	実施機関名	実施機関名
大分県立病院	大分県立病院	大分県立病院

阿蘇市特定健診受診券は、6月下旬に郵送します。
 特定健診の受け方などご不明な点はご連絡ください。

《お問い合わせ先》
 阿蘇市 ほけん課
 国保・年金係
 TEL 22-3145

《健診を受ける時に必要な物》
 ●特定健診受診券（緑色）※40歳以上の
 ●阿蘇市国民健康保険証
 ●健診費用（自己負担 500円）

●特定健診（血液検査・尿検査）では次のような項目を検査します。

健診項目	基準値	健診でわかること
身長	cm	身長の大きさ
体重	kg	肥満の程度
BMI	18.5-24.9	BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)
腹囲	男-84, 女-80	内臓脂肪の蓄積
AST (GOT)	→30 U/l	肝臓の機能
ALT (GPT)	→30 U/l	
γ-GT (γ-GP)	→50 U/l	胆臓の機能
総ビリルビン	→1.2 mg/dl	
血圧	→8 mmHg	血管の痛み
尿酸値	→6, 9 U/l	尿酸値
中性脂肪	3.0-14.9 mg/dl	
HDLコレステロール	4.0-11.9 mg/dl	脂質の働き
LDLコレステロール	6.0-11.9 mg/dl	
血糖値	→9 mg/dl	糖尿病
HbA1c	→5, 1%	
尿糖	(-)	腎臓の働き
クレアチニン	男-1.0 mg/dl 女-0.7 mg/dl	
尿蛋白	(-)	腎臓の働き
尿潜血	男0.0-0.97 mg/dl 女0.0-0.97 mg/dl	
血色素	男11-16 g/dl 女12-16 g/dl	貧血・異常な貧血
ヘマトクリット	男5-48 g/dl 女5-42 g/dl	
心電図	心電図	心臓の働き

○自覚症状もなくすこやかに進む心臓病など・・・
 健診で早期にみつかりましょう！
 ○自覚症状がでたらでは遅すぎ！
 健診を受診することで早期発見ができます！
 予防ができるのです！

注意！
 特定健診は、がん検診ではありません。
 がん検診をご希望の方は、夏と秋に実施する住民検診
 でご受診ください。

保険証切り替え時に送付する特定健診啓発チラシ（左：表、右：裏）

健診結果を受診者に確実に伝える

結果説明会は、受診者全員に結果を確実に伝えるため、少人数のグループ形式で行っています。平成 25 年度は、地区の公民館を回って 18 日間、68 回実施し、約 1,500 人が参加しました。説明会に来なかった人は保健師や栄養士が個別に訪問します。健診結果を本人に経年表などに書き込んでもらいながら説明するので、最初のうちは「面倒くさい」と言う人や説明会に来ない人も多かったのですが、住民の皆さんもこのやり方にだんだん慣れてきました。ただ、前の年に話した内容を忘れている人もいるので、繰り返し伝えることが重要と感じています。

医療機関での特定健診受診者への結果説明は、受診結果が市に届くのが約 2 カ月遅れで、集団での説明会には間に合わないため、保健師が個別訪問しています。

保健指導実施率は平成 20 年度 27%、県内 14 市中 11 位でしたが、24 年度は 64.4%（速報値）で同 2 位となり、町村を含めた県全体でも 5 位と伸びています。

若い世代や子どもの生活習慣病を見逃さないために

特定健診の対象年齢以前から受診してもらうことで、病気の早期発見や健診に対する意識付けにつなげようと、「30 代健診」を実施しています。健診内容は特定健診と同じで、自己負担も 500 円で受診できます。ただ、若い世代ではまだ健康への意識が低いせいを受診率は高くありません。受診結果を見ると血管の傷みが進んでいる人など生活習慣病予備群は意外に多く、受診者全員に対し保健師・栄養士が結果説明を行っています。

また、妊娠時に高血圧や糖尿病などがあった人には、7 カ月の乳幼児健診時に声かけし、必要と思われる場合は HbA1c 測定などの簡易チェックと保健指導を行っています。

平成 21 年度からは、小学 5 年生を対象に「子どもミニドック」を実施しています。内容は心電図を除いて特定健診と同じです。中には、コレステロール値が高いなど異常がある児童もいます。結果説明会で保健師・栄養士が本人と保護者に結果と食事・運動の関係を伝えており、大人の体になる途中の子どもたちに必要なことを気づいてもらえるような説明会を目指しています。

糖尿病をテーマに重症化予防に取り組む

平成 22 年度から 24 年度まで国保連合会の腎不全・糖尿病等予防のモデル事業に参加しました。取り組みを進める中で、健診データとレセプトデータ分析結果から糖尿病による透析や心疾患が医療費高額化につながっていることが明確になり、25 年度からは生活習慣病重症化予防のモデル事業に参加して、糖尿病をテーマに重症化予防事業に取り組んでいます。特定健診の結果から、特定保健指導だけでなくハイリスク者に対する指導にも力を入れているところです。

阿蘇郡市、庁舎内でも連携して収納率向上を目指す

国保税の賦課・徴収は税務課が担当しています。

収納促進に向けて、滞納者に対する電話催告や催告状送付、臨戸徴収を行うほか、本庁に夜間相談窓口を設けて昼間に来庁できない人に対応しています。催告しても何ら反応がない滞納者に対しては、預貯金や給与の差し押さえを徹底し、公売による差し押さえ財産の換価処分を行っています。

また、平成 25 年度から阿蘇郡市の全 7 市町村及び県と併任徴収協定を締結していて、26 年度も引き続き連携して取り組んでいくことにしています。

庁舎内では、組織改革の際に、それまで窓口が離れていた税務課とほけん課国保係をすぐ隣に配置しました。国保係では納付状況を確認して滞納者に短期被保険者証を発行しますが、納付状況が悪い人は税務課に行ってもらおうようにしているので、住民にとっても便利になり、課相互の連絡も円滑に行われるようになりました。

ほけん課の岩下課長は「平成 25 年度の組織改革後、保健予防係、国保・年金係、高齢者医療係、介護保険係の 4 係が集まり、情報共有という面ではいい環境にあります。これを特定健診受診率向上につながるような生かし方ができないかと考えています。また、25 年度には保健師と管理栄養士を 1 人ずつ増員し、よりきめ細かな保健指導ができるように専門職のスキルアップにも取り組んでいます。生活習慣病予防により医療費の削減や住民の生活の質の改善にもつながりますが、国保から予防しなければ後期にも介護にも関係してくるので、今、若い世代からの取り組みに力を入れているところです。特定健診に関しては費用が 500 円ということや病院で受けられることを知らない人も多いので、これからも周知に力を入れていきたい」と話しています。



ほけん課の職場風景

平成 24 年 7 月の九州北部豪雨災害後の 国保における対応等についてお尋ねしました

まず、当時は各市町村からの救援物資の提供など、大変ありがたかったのを覚えています。

国民健康保険としては、被災者の負担軽減として、国民健康保険税の減免を税務課で、一部負担金の減免を国民健康保険係で実施しました。

一部負担金減免については、従来制定していた要綱では提出書類の煩雑さなどもあり、減免決定までに時間もかかるため、罹災証明書の発行を利用して実施できるように新たに規則を制定しました。災害が広範囲に及んでいて生活再建にも時間がかかることが予想され、早めの対応が必要と考えたのです。実はこれは、東日本大震災後に職員が被災地に業務支援に出向き、その体験から学んだことでした。

しかしながら、災害発生当時は職員も災害業務に追われ、実際の制定は発生後 1 カ月以上経過してからでした。各医療機関への協力依頼や被保険者への周知を徹底する時間もなく、問い合わせに追われていました。

給付費等の抽出、データ提供など国保連合会にも大変お世話になりました。

(国保係担当者談)

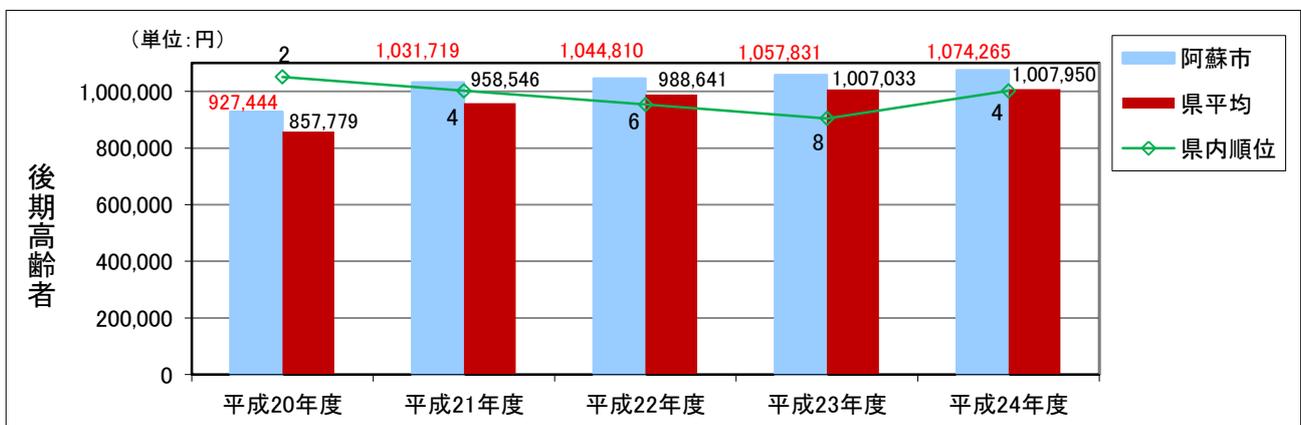
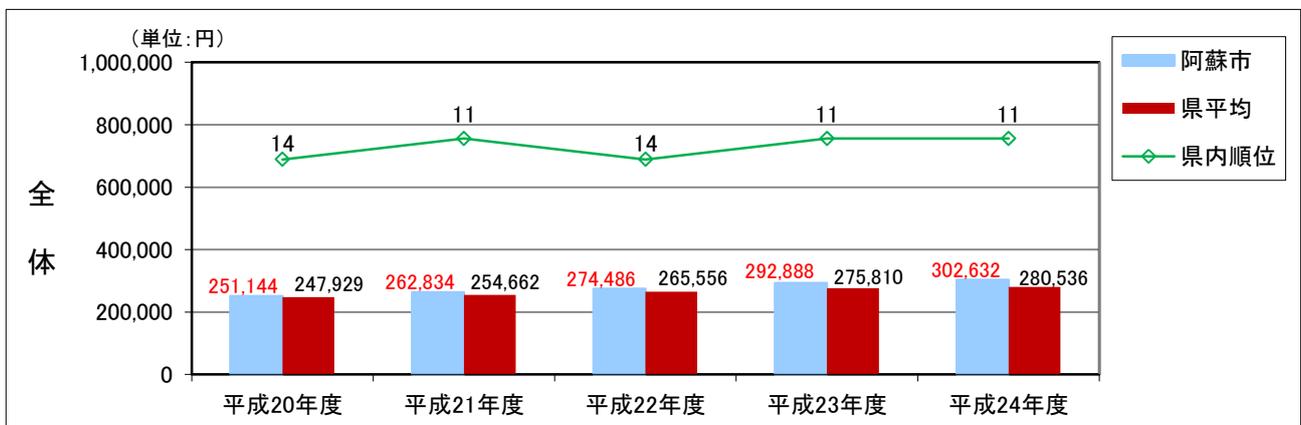
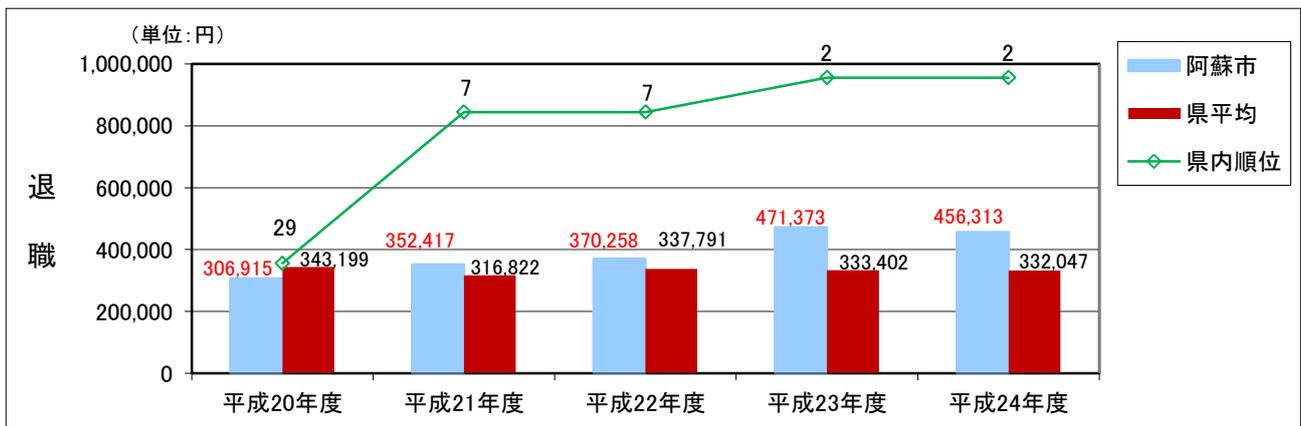
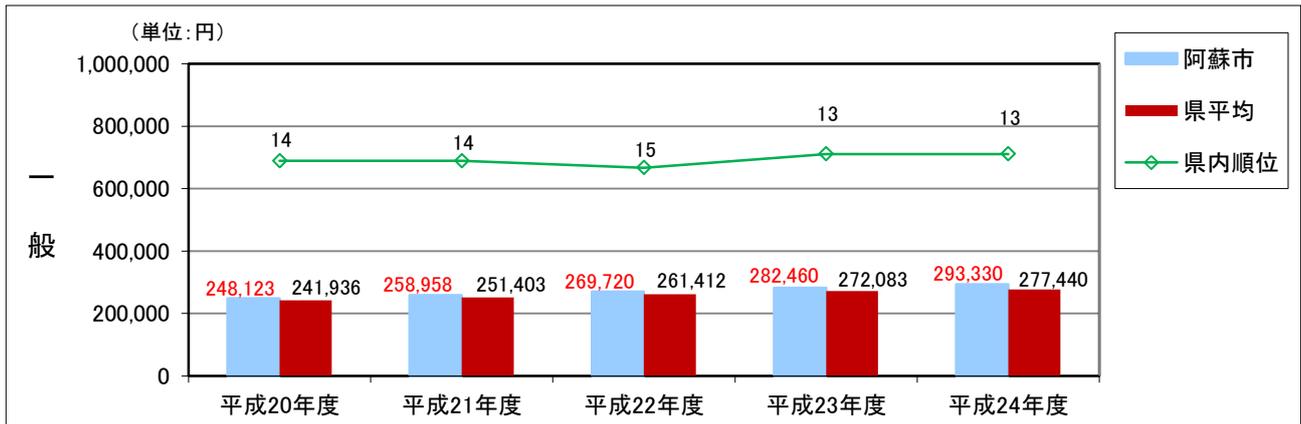


阿蘇火口跡にできた草原「草千里ヶ浜」。その牧歌的風景は、阿蘇を代表する景観の一つ



市のイメージキャラクター「あか牛くん」。大好物の阿蘇の草原や、そこで育つあか牛の PR に活躍中

法制別 1人当たり診療費



注：一般は国保被保険者のうち退職者医療制度の適用を受けない者、退職は被用者年金の老齢(退職)年金受給権者で被用者年金の加入期間が20年以上又は40歳以降10年以上の者及びその被扶養者、全体は一般と退職の合計。