

保険者を訪ねて

日本の宝島 “天草”



《天草市の概要》

人 口	80,961 人
国保被保険者数	22,830 人
一般	22,702 人
退職	128 人
後期高齢者数	17,567 人
世 帯 数	37,024 世帯
国保世帯数	13,978 世帯

(平成 31 年 2 月末現在)

天草市は、熊本県南西部に位置し、周囲を藍く美しい海に囲まれた天草上島と天草下島および御所浦島などで構成する天草諸島の中心部に位置しています。面積は 683.78 平方キロメートルで県内最大を誇ります。

主な産業は、温暖な気候を活かした農業や、豊かな水質資源を活かした漁業を主として発展してきました。また、自然景観、南蛮文化やキリシタンの歴史など多くの観光資源にも恵まれ、平成 30 年 7 月には、崎津天主堂を中心とした崎津集落が「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」として世界遺産に登録されました。

県庁所在地の熊本市からは、車で 2 時間ほど要しますが、産業の発展や地域間交流など、福岡・長崎・熊本・鹿児島を結ぶ九州西岸地域の拠点としてあらゆる分野において発展が期待されている地域です。

今回は、天草市の国保の状況や特定健診の取り組み、天草市独自の活動についてお話を伺いました。



医療費適正化へ向けた取り組み

天草市では、医療費適正化の取り組みとして、「レセプト電子化に対応した点検の充実・強化」、「医療費通知の送付」、「後発医薬品（ジェネリック医薬品）の普及促進」、「第三者行為による被害届出提出の促進」等を行っています。

また、平成 31 年度からは、重複多剤服薬者に対し、処方されている服薬情報を通知する事業に、新たに取り組んでいく予定です。

～レセプト電子化に対応した点検の充実・強化～

レセプト内容点検業務は、非常勤嘱託職員 3 名で実施しています。熊本県や熊本県国保連合会が主催する研修会に参加し研鑽するとともに、天草市独自で作成している点検マニュアルの充実を図りながら、財政効果額の向上をめざし、日々点検業務に励んでいます。

～後発医薬品の普及促進～

年 2 回の「ジェネリック医薬品利用差額通知」及び「ジェネリック医薬品希望シールの配布」に取り組んでいます。医療機関のご理解・ご協力もあり、後発医薬品の数量シェアは年々増加傾向にあります。今後も、目標とする数量シェア 80% を達成できるよう、引き続き取り組んでいきます。

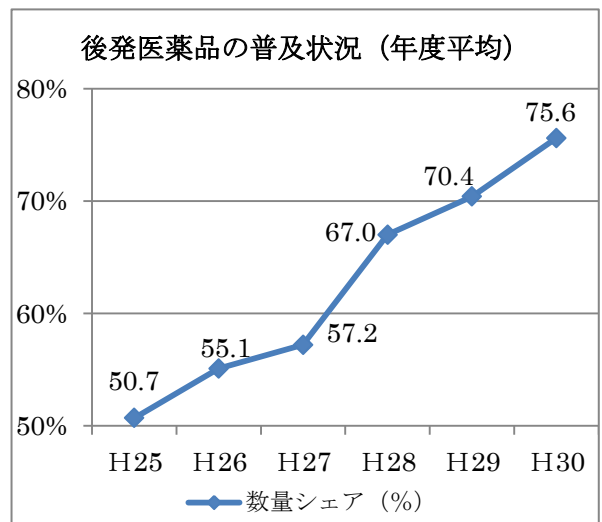
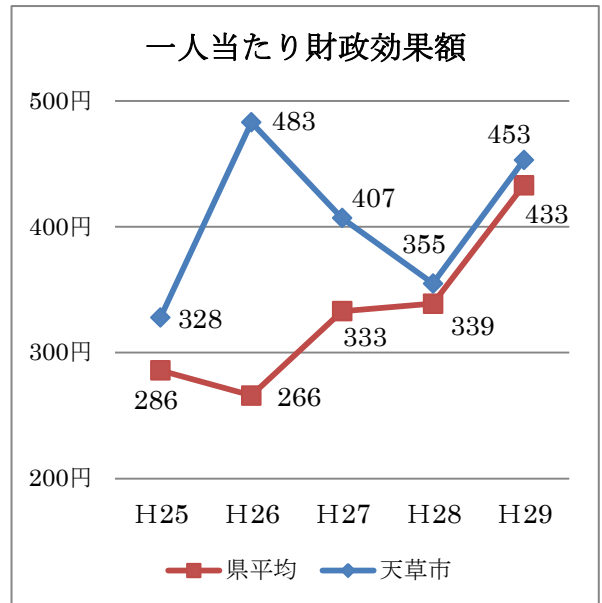
～第三者行為による被害届提出の促進～

天草市では、レセプトの傷病名から第三者行為が疑われるケースについて、負傷した原因を調査し、第三者行為の発見に努めています。

また、第三者行為に該当するレセプトが医療機関から請求されているものの、第三者行為の届出が被保険者から行われていない場合、被保険者へ届出勧奨通知を送付しています。

～重複多剤服薬対策として、新たに服薬情報通知事業を実施予定！～

複数の医療機関へ受診し、お薬手帳が適正に活用されていない場合、重複服薬や併用禁忌などが発生する要因と考えられます。そのため、レセプトデータから抽出した重複多剤服薬の被保険者に対し、処方されている服薬情報を通知し、かかりつけ薬剤師等へ相談することで、重複多剤服薬による薬物有害事象のリスクを軽減することを目的に、平成 31 年度から新たに取り組んでいく予定です。



保険税収納率向上のための取り組み

国民健康保険税の現年分収納率は、平成 27 年度 96.07%、平成 28 年度 96.37%、平成 29 年度 96.72%と年々上昇しています。その要因としては、「滞納者の早期発見・早期対応」、「早期滞納処分」、「定期的な夜間・休日催告」、「徴収強化月間の設定」、「繰越滞納者対策」を行うなど、被保険者への納付勧奨など手厚く行っていることが大きいと考えています。今後も、職員一同、力を合わせて収納率向上のために業務に励みます。

～滞納者の早期発見・早期対応～

年に 4 回（9 月・11 月・1 月・3 月）、現年分の滞納状況を抽出し、早期に滞納者の把握を行っています。文書による催告を速やかに行い、催告後、納付が見受けられない場合は、状況に応じ、文書・電話等による再催告を実施しています。

～早期滞納処分～

滞納額と収入状況を鑑み、現年分の滞納であった場合にも、状況に応じ早期に滞納処分を執行しています。

～定期的な夜間・休日催告～

毎月 1 回、夜間・休日に電話等による催告を実施しています。

～徴収強化月間の設定～

4 月から 5 月の出納閉鎖期間を徴収強化月間として設定しています。徴収強化月間には、夜間・休日に電話等による催告を実施しています。

～繰越滞納者対策～

徹底的に財産調査を実施し、担税力が見込まれる場合に限り、迅速に差押を執行しています。

【実績】

年度	区分	調定額（円）	収納額（円）	収納率（％）
H29	現年	1,810,672,900	1,751,371,091	Up 96.72
	繰越	274,609,535	59,763,779	21.76
	合計	2,085,282,435	1,811,134,870	86.85
H28	現年	1,873,745,600	1,805,736,376	96.37
	繰越	312,830,509	71,682,254	22.90
	合計	2,186,576,109	1,877,388,630	85.86
H27	現年	1,917,121,800	1,841,696,954	96.07
	繰越	365,814,678	86,307,946	23.59
	合計	2,282,936,478	1,928,004,900	84.45

保健事業の取り組み

～特定健診・特定保健指導～

天草市では、がん検診と同時に行える地域健診^(※1)や、施設健診^(※2)、かかりつけの医療機関等で特定健診を受診できる環境を整えています。

また、国保被保険者に対する人間ドックの費用も助成しています。国保被保険者が支払うのは、人間ドックにかかる費用の3割です。残りの7割は天草市が負担しています。人間ドックの助成を受けることができる人はこれまで800人としていましたが、800人を超える申し込みがあることから、平成30年度から定員数を1,000人としています。

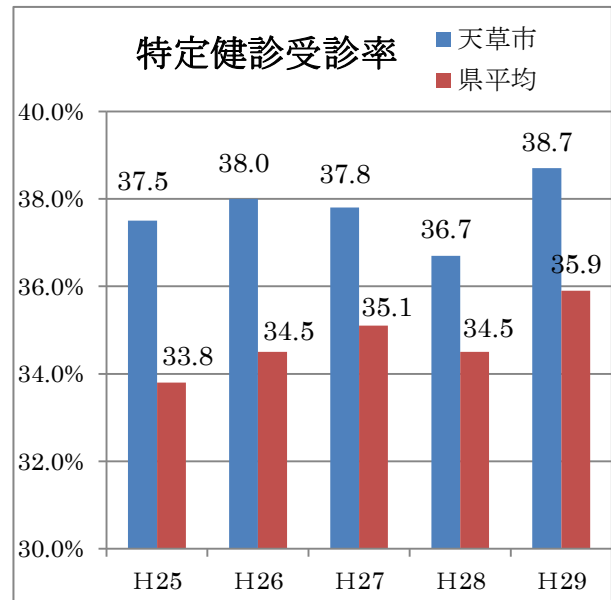
その他にも、初めて特定健診の対象者となる40歳到達者に対しては、自己負担金を無料にしています。少しでも自身の健康に気持ちが向く一助になればと考えています。

特定健診を実施するうえで重要視していることは、医療機関と適切な連携を図ることです。40歳から74歳までの被保険者の方は、治療中であっても特定健診の受診対象者であることから、かかりつけ医から本人へ健診の受診勧奨をしていただくよう、医療機関へ説明の機会を設けています。

近年、天草市の特定健診受診率は県平均を上回っており、平成29年度は受診率38.7%を記録し、過去最高となりました。平成31年度は、特定健診受診率52%を目標にしています。これからも受診率向上を目標に「40歳到達者の自己負担金無料化」、「健診未受診者に対し、通知や電話による受診勧奨」、「医療機関と連携し、医療機関からの受診勧奨」などを引き続き行います。

特定健診の事後指導として、「からだスッキリ教室」、「糖尿病予防教室」、「微量アルブミン尿検査」を実施しています。

また、平成29年度の特定保健指導実施率は、66.3%を占めており生活習慣病の重症化予防に努めています。



※1 市の保健センターや各地区コミュニティーセンター等を検診車が巡回して実施する健診

※2 市が指定した7健診機関（病院）で実施する健診（うち5機関は人間ドックも受託）

市民へのインセンティブ提供の取り組み

従来から健康づくりのための生活習慣（運動）は、個人の健康観に基づいて一人ひとりが主体的に取り組む課題と考えられていますが、健康の実現に向けては周りの環境に大きく影響を受けるとされています。

このため、天草市では、全ての世代が気軽に運動できる環境を整え、市民が自ら積極的に「健康づくり」に取り組む手段として、平成27年度から健康ポイント事業を実施してきました。

～平成31年度 健康ポイント取得から達成までの流れ～

STEP 1 参加申込

各支所・出張所・各保健センターなどで参加申込を行い、健康ポイントカードを受け取ります。

スマホからも申し込みができます。（受付後、健康ポイントカードは郵送されます。）

STEP 2 健康ポイントを貯める

参加申込後、健康ポイントを貯めていただきます。

ポイントを貯める例

- ・くまもとスマートライフアプリに登録【45ポイント】
- ・個人目標の運動に取り組む【10ポイント×日数】
- ・市の健康診断を受診する【45ポイント】
- ・新規に参加する友達を誘う【45ポイント】
- ・町民体育祭などに参加【10ポイント】
- ・公民館主催の健康講座に参加【10ポイント】
- ・イベント情報に掲載があるウォーキング大会などに参加【20ポイント】 など

STEP 3 700ポイントで達成！

合計700ポイントになったら達成です。

各支所・出張所・各保健センターなどでポイント交換の申請をしてください。

引換券が送ってきたら、3,000円分の宝島商品券と交換できます。

平成31年度版 天草市
個人向け健康ポイント事業

楽しく参加して「健康」と「商品券」を獲得しよう!!

天草市健康ポイント事業とは…

市民一人ひとりが、楽しみながら気軽に健康づくり（生活習慣病予防）に取り組むきっかけづくりとして平成27年度から始めた事業です。参加申込をして、健診を受けたり運動会などを行い、ポイントを集めると商品券をもらうことができます。（詳しくは、裏面をご覧ください）

参加申込み（平成31年度版）

令和元年 5月7日から受付開始!

■対象 市内在住、在勤又は在学の18歳以上（高校生を除く）（年齢は令和2年3月31日までに到達する年齢）

■申込受付 令和元年5月7日～同年11月30日まで
各支所・出張所・各保健センターなど

■ポイントを貯める期間 令和元年5月7日～同年11月30日

■ポイント交換受付 令和元年12月1日～同年12月27日

スマホからも申し込みます

お問い合わせ先
天草市健康増進部健康推進課
健康増進センター TEL: 24-3737
健康相談センター TEL: 66-3355
健康相談センター TEL: 76-3301

「健康ポイント事業」に参加しよう!

あなたの自主的な健康づくりを応援します。
ポイントを集めて、自分にご褒美!
みんなで楽しく参加して健康になりましょう!

●天草市は「日本一健康寿命を伸ばす」を目指し、健康づくりの取組を進めています。
「健康寿命」とは、日常的に要介護状態にならない、自立した健康な生活ができる期間のことです。
一部に「平均寿命」は、その年の他人が亡くなる確率を考慮したものです。

●健康寿命が2017年実績の健康寿命を2018年の平均健康寿命、男性93.9歳、女性94.1歳に伸ばし、14歳伸ばし、健康寿命と平均寿命との差は、2018年男性が9.0歳、女性が12.40年とついに、男女とも約10年もの長い期間、何らかの介護が必要な状態に陥る生活を送っています。
●健康の改善（運動・食生活・休養）に心がけ、我々が健康ポイントに参加することから始め、いつまでも健康な生活を送れるようにしましょう。

参加申込
参加申込書に記入し、各支所・出張所・健康相談センターなどで、健康ポイントカードをもらってください。
スマホからも申し込みができます。（受付後、健康ポイントカードは郵送されます。）

活動のポイント

- くまもとスマートライフアプリに登録 45
- 個人目標の運動に取り組む 10
- 市の健康診断を受診する 45
- 新規に参加する友達を誘う 45
- 町民体育祭などに参加 10
- 公民館主催の健康講座に参加 10
- イベント情報に掲載があるウォーキング大会などに参加 20

上記のようなポイントに到達したらポイントを集めてください。
合計700ポイントになったら達成です!!

達成したら
各支所・出張所・各保健センターなどでポイント交換申請してください。
引換券が送ってきたら
指定された日時に各所で
商品券と交換してください。

【お問い合わせ先】 天草市健康増進部健康推進課
健康増進センター TEL: 24-3737
健康相談センター TEL: 66-3355
健康相談センター TEL: 76-3301

～4年間の実績・分析～

1. 参加者数の推移 (単位：人)

	H27	H28	H29	H30	計
新規参加者 <small>(※実人員)</small>	2,238	997	1,703	1,117	6,055
継 続 者	-	1,441	1,919	2,622	5,982
計 <small>(延べ人員)</small>	2,238	2,438	3,622	3,739	12,037

2. 達成者の状況 (平成27年度～平成30年度)

年代	参加者 (人)	参加割合 (%)	達成者 (人)	達成割合 (%)
20～30代	417	5	124	3
40～50代	1,558	16	530	11
60～70代	5,624	68	3,655	76
80～90代	899	11	529	11

- ・ 参加者の79%が60歳以上であり、達成者の割合でも87%と高かった。
- ・ 20～50代(若い世代)の参加者割合は21%と低く、達成率も低かった。

～4年間の分析結果から～

参加者は年々増加していますが、更に様々な世代へ拡大させるため、平成31年度から新たに事業所向けの健康ポイント事業を実施することとしています。

取り組みとして、参加者が最も少なかった「若い世代(働く世代)」に目を向け、事業所と連携し、職場でお互い励ましあって運動等を継続することで、運動習慣の定着を中心とした健康づくりに取り組んでいただくことを目的としています。

☆「個人向けポイント事業」

これまでのポイント事業を一部見直して実施。

- ・ 期 間 : 1年間 → 7ヵ月間へ
- ・ 達成ポイント : 1000ポイント → 700ポイントへ

☆「事業所向けポイント事業」

事業所で、健康づくり(運動等)に取り組んでもらう。

- ・ 期 間 : 3ヵ月
 - ・ 達 成 : 運動(+10) + 2つ以上のアクションに取り組む
各アクション(従業員の6割以上参加すること)
- ① 適切な食生活 ② 十分な睡眠・休養 ③ 歯と口腔ケア
④ 受動喫煙防止 ⑤ 適正飲酒 ⑥ がん検診等受診

まちの魅力

崎津集落

河浦町崎津に位置する、世界文化遺産「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」の構成資産の一つである「天草の崎津集落」。ここは、250年以上も続いたキリスト教禁教政策の下でも、密かに信仰を続けた潜伏キリシタンの集落です。

当時から漁業を生業とし、白蝶貝のメダイや、内側の模様を聖母マリアに見立てたアワビの貝殻など、漁村の暮らしの中で得られる身近なものを信心貝として用い、特有の信仰形態を育んできました。

キリスト教が解禁された後の1934年（昭和9年）、ハルブ神父の強い希望により、絵踏が行われていた庄屋役宅跡に、信仰復活のシンボルとして現在の崎津集落が建てられました。教会内部に置かれた祭壇は、絵踏が行われていた場所だと言われています。

崎津諏訪神社の鳥居越しに見える教会など、集落内には、仏教・神道・キリスト教との共存を感じさせる景色も広がっています。



イルカと人の共生

五和町二江の通詞島沖合には、約200頭の野生ミナミハンドウイルカが群れをなして生息しています。

早崎瀬戸と呼ばれる海域は、山を背後に有し、起伏に富んだ海底地形と潮流によって育まれた水産資源が豊富で、イルカたちはこれらをエサとして暮らしています。また、素潜り漁が盛んに行われ、網を使わないため、安心して回遊できることも、ここを棲みかとする理由です。こうして、イルカが回遊することで、漁場を脅かすサメも寄り付きません。ここでは、人とイルカが自然を分かち合い、共生しています。

