

保険者を訪ねて

ナナメ上[↑]※

上天草市



上天草市

《上天草市の概要》（令和3年3月末現在）

人口	25,993人	
国保被保険者数	7,115人	
後期高齢者数	5,858人	
世帯数	11,395世帯	
	国保世帯数	4,383世帯
医療機関等数	医科	19機関
	歯科	9機関
	調剤薬局	13薬局

担当	職員	(うち専門職)
健康づくり推進課 国保事業係	11人	3人
健康づくり推進課 健康増進係	9人	7人
税務課市民税係	6人	0人
税務課管理・徴収係	5人	0人

※「ナナメ上[↑]」とは？

上天草市の観光ブランドコンセプト。グルメや景観など、上天草市を訪れる人の予想のナナメ上に行くよう、資源に磨きをかけている。

上天草市は、熊本県の西部に位置する島しょ地域です。市のほぼ全体が雲仙天草国立公園に含まれ、日本三大松島の一つにあげられる松島の風景や龍ヶ岳・白嶽をはじめとする九州自然歩道（観海アルプス）からの眺望等、景勝地として四季折々に美しい表情を見せています。

主要産業は、温暖な気候や恵まれた自然をいかした柑橘類や花卉の栽培並びに全国有数の出荷量を誇る車エビや鯛等の養殖等の第1次産業、縫製や電気・電子製造業等の第2次産業、風光明媚な観光資源をいかした観光業、農水産物の流通を担う海運業等の第3次産業です。

パール柑をはじめ、鯛、車エビ、花卉類等の特産品を楽しむことができます。



◀ 国保事業係の皆様

上天草市

の国保被保険者数は、人口減少や後期高齢者医療制度への移行により、平成 23 年の 11,287 人から令和 3 年 3 月末時点において 7,115 人と、年々減少しています。国保世帯数も、同年で比較すると、5,838 世帯から 4,383 世帯に減少しています。

また、被保険者 1 人当たりの年間療養諸費（一般・退職被保険者の療養給付費、療養費、高額療養費、一部負担金）は、平成 23 年度の 338,411 円に対し、令和元年度は 495,274 円と増加しており、熊本県の平均値より高い水準となっています。

このような現状から、病気の早期発見、早期治療、重症化予防のため、特定健診受診率を伸ばし、医療費を抑制することが課題となっています。

保健事業の取り組み

～特定健診受診率向上に向けて～

本市の集団健診は、6、7、9 月に上天草市 15 地区を 1 地区当たり 1～2 日間実施しています。令和 2 年度までは申し込み制としていましたが、受診率が低かったため、令和 3 年度からは、対象者の健診日を事前に割り振り、都合が合わない場合は、連絡していただく方法に変更しました。また、節目年齢（40、45、50、55 歳）及び生活困窮者の受診料自己負担の無料化も引き続き実施しています。

しかしながら、特定健診受診率（図 1）は、平成 30 年度から 30% 台にはなったものの、令和元年度は 30.2% と依然として低く、熊本県平均の 38.0% を大幅に下回っています。

健診未受診者の多くは、医療機関に通院中の方であるため、現在、市内の医療機関からは検査データ等を提供いただいておりますが、市外に通院中の被保険者も多く、今後は、市外の医療機関にも情報提供の依頼をし受診率の向上を図りたいと考えています。

また、特定健診と同時期に、19～39 歳の若年層にも生活習慣病健診を実施しています。受診率は 11% 程度と低いですが、少しでも健診受診率を上げ、若い世代からの生活習慣病予防に繋がるよう取り組んでいます。

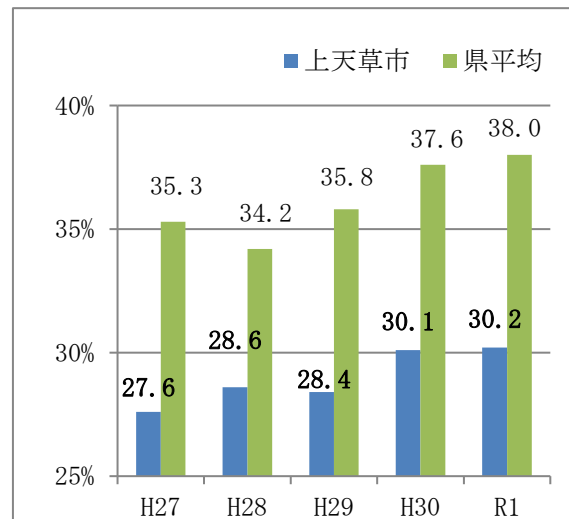
～人工知能(AI)を活用した特定健診受診勧奨～

令和 2 年度までは特定健診未受診者に、一律に受診勧奨通知を郵送していましたが、健診受診率が向上しませんでした。そのため、令和 3 年度からは受診勧奨通知を業者へ委託することとしました。

具体的には、人工知能（AI）を用いて健診未受診対象者をタイプ別に分類し、受診勧奨通知を作成・郵送するアプローチを行います。

まずは、健診受診率の目標を 35% に掲げ、コロナ禍だからこそ、健診で自身の健康状態を把握していただくとともに、一人でも多く継続した健診受診に繋げることができたらと

（図 1）特定健診受診率



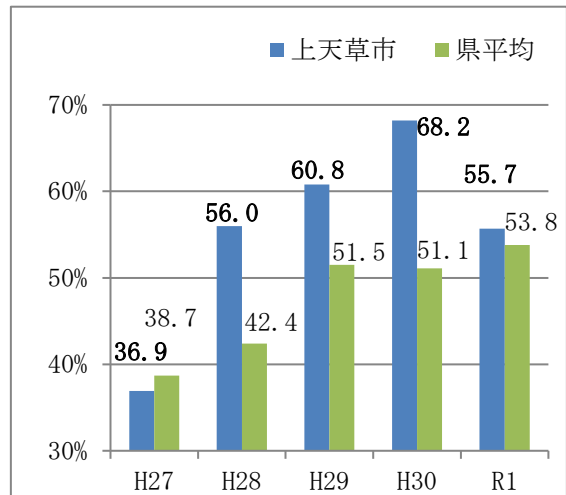
期待しています。

～特定保健指導～

本市では、保健師3人、管理栄養士3人で地区を分担し、初めて特定健診を受診された方への結果説明や、特定保健指導対象者に訪問指導を行っています。毎年、結果説明会を実施し、健診結果の返却とともに保健指導を行っていましたが、コロナ禍においては、指導対象者を絞った結果説明会としました。その他、電話による指導も実施し、保健指導の機会の確保に努めています。

特定保健指導実施率（図2）については、平成28年度から熊本県平均を上回っていますので、今後も健診データの改善を目指し、取り組みを進めていきたいです。

（図2）特定保健指導実施率



～健康ポイント事業～

本市では、令和元年度から国保被保険者及び市内在住の後期高齢者を対象に、「健康ポイントカード」を送付し、健診受診等でポイントをためていただき、商品券等と交換する事業を実施しています。まずは、健診受診で付与される500ポイントを必須とすることで、健診受診率の向上を目指しています。その他、目標を立てて運動したり、健康イベントに参加するとポイントがたまり、1,000ポイントをためると、5,000円相当の商品券か施設利用券と交換できます。

令和元年度は申し込みのあった被保険者にも「健康ポイントカード」を送付していましたが、令和2年度から対象者全員に送付することで、完了者数が増加しましたので、今後も本事業のPRに努めたいと思います。

▼健康ポイント事業 完了者数実績

令和元年度	122人
令和2年度	237人

ポイントをためる方法

【必須ポイント】
 ・特定健診
 ・生活習慣病健診
 ・後期高齢者健診

↓
健康ポイントゲット

①各種がん検診を受ける
 ②目標を立てて運動する
 ③健康イベントに参加する

合計1000ポイントになったら
5,000円相当
 の商品券&利用券と交換
※1000ポイントを超えても、超過分はポイントとして残ります。

対象者 ①上天草市国民健康保険被保険者で年度末年齢19歳～74歳の方
 ②市内在住の後期高齢者医療保険の被保険者の方

ポイント対象事業

市が実施する健診
 特定健診・生活習慣病健診・後期高齢者健診【必須ポイント】 500ポイント
 必須ポイントに該当する健診を初めて受診……………200ポイント
 2年連続で健診……………100ポイント
 上記健診に係る保健指導(説明会)……………200ポイント
 5がん検診(胃がん・大腸がん・肺がん・乳がん・子宮がん)……………100ポイント
 その他の検診(※検診実施日1日前から、健診結果発表日1週間前) 1回計 50ポイント

歯病検診(予防検診)……………100ポイント
 後期高齢者歯科健診……………500ポイント

運動習慣 週3回かつ3ヶ月以上継続……………200ポイント

健康イベント ウォーキング大会……………50ポイント

地区組織活動 ボランティア 食生活改善推進員活動……………50ポイント

ポイント付与期間 令和3年4月1日(木)～令和4年3月31日(木)
※ただし、特定健診については令和2年1月1日以前に受診したものが対象となります。

交換受付期間 令和3年10月1日(金)～令和4年3月31日(木)

申請窓口 大丸野行舎・大丸野窓口センター 雑和出張所 湯島出張所
 松島行舎・市民課 阿村出張所 教良木河内出張所
 加戸統括支所 龍ヶ岳統括支所 大田出張所 鶴島出張所
※申請時には、健康保険証と印鑑をご持参ください。

▲健康ポイント事業の広報

医療費適正化の取り組み

重複受診者や頻回受診者を対象に、療養上の日常生活指導、ボディメカニクス（身体の動きに力学の原理を応用した動作、介助）を意識した動作の指導、受診に関する指導、服薬指導（ジェネリック医薬品の勧奨）、家族に対する助言等を、専門の看護師（会計年度任用職員）1人を雇用し、年間を通じ訪問にて実施しています。

訪問対象者の選定条件は、①国保総合システムやデータヘルス支援システムから抽出できる対象者リストによる選定、②ジェネリック医薬品の勧奨通知内容を事前に確認し、直接訪問して説明した方が効果があると判断した場合、③レセプト点検員から、多受診などの情報提供を受け、現状の確認が必要な場合等としています。

令和2年12月以降、ジェネリック医薬品使用率は目標の80%を超えており、以前から行っていた個別訪問による服薬指導の結果が実を結んだのではないかと分析しています。

健康づくりに関する啓発活動

～上天草けーな健康フェア～

例年11月、市民に対し、健康の大切さを認識してもらうと共に、上天草総合病院の役割等の認知向上を図り、医師、看護師、薬剤師等の医療業務に慣れ親しんでいただくことを目的として、疑似体験やゲームを取り入れた催し「上天草けーな健康フェア」を本市と上天草総合病院との共催により平成28年度から実施しています。

医師による講演や、医師・看護師・薬剤師を疑似体験できるブース、生活習慣病のチェックを行うブース等の設置、小学生による健康に関する研究発表や健康に関するクイズ大会など、市民に対する啓発活動を行っています。

令和元年度は、約350人に参加いただき、「薬剤師体験では、薬を混ぜることが楽しかった」、「医師体験では、実際に血圧や呼吸を確認する機械に触れることができ、勉強になった。また、実際に手術具を使ってみたが、思ったより扱いが難しかった」などの感想をいただきました。（※令和2年度は新型コロナウイルス感染症の影響により中止。）



▲薬剤師体験ブースで薬を調合する子どもたち

まちの見どころ

高舞登山

天草諸島の景観を一望できる高舞登山（たかぶとやま）展望所。
“日本の夕陽 100 選”
に選ばれました。



ミオ・カミー/天草



上天草市の観光拠点施設として 2019 年 10 月にオープンしました。ボルダリング、レンタサイクル、屋外 BBQ が可能で、年齢問わず楽しめる施設となっています。

イルカウォッチング



1 年を通して遭遇率約 98% と高い確率で野生のイルカに会えるイルカウォッチングは、熊本県内外の観光客に好評です。

特産品

ちりめんじゃこ



パール柑



車エビ

