

燦



2022
冬
No.383

見ちゃった&聞いちゃった 特集
歯の健康、後回しにしていますか？
健康な歯で体と心の健康を支える / 阿武町健康福祉課
タイムlabo 連載
哺乳類の冬眠のしくみ (2)
山口大学時間学研究所 時間生物学研究室教授 明石 真

- 1 年頭のごあいさつ
山口県国民健康保険団体連合会理事長 / 市川 熙
- 2 見ちゃった&聞いちゃった 特集
歯の健康、後回しにいませんか?健康な歯で体と心の健康を支える / 阿武町健康福祉課
- 6 情報ワイド 連合会情報
国保制度改善強化全国大会
- 8 保健事業 ほっとすてーしょん 保健事業コーナー
令和2年度特定健診の実施状況
- 10 山口県からのお知らせ
みんなで予防!インフルエンザ
- 11 燦めくあなたにこんにちは プロフィール
下関市 / 山口市
- 12 知って得する 求償のいろは 第三者求償のコーナー
交通事故(第三者行為)に関する傷病届の作成支援(サポート)
- 14 保健師のひとりごと コラム
今、プレイルに注目!
- 15 Let's 糖質オフ習慣 レシピ
大根おろしドレッシングで食べるサラダ
- 16 タイムlabo 連載
哺乳類の冬眠のしくみ(2) / 山口大学時間学研究所 時間生物学研究室教授 明石 真
- 18 データファイル
- 21 国保連合会の窓から お知らせ
ここでひといき 道の駅
道の駅 萩しーまーと

燦

持続可能な 国保事業運営を目指して



山口県国民健康保険団体連合会
理事長

いち かわ ひろし
市川 熙

新年明けましておめでとうございます。
令和4年の新春を迎え、謹んで新年のごあいさつを申し上げます。
皆様方におかれましては、平素から本会の事業運営に関しまして、格別のご理解、ご協力を賜り、心からお礼を申し上げます。
昨年は、東京2020オリンピック・パラリンピックにおける日本選手団の活躍という明るい話題の一方で、新型コロナウイルス感染症の拡大(第5波)により、医療体制が逼迫する事態となりました。この間、最前線での医療やワクチン接種にあられた医療従事者及び行政関係者の皆様方のご尽力に改めて敬意を表します。
さて、国民健康保険制度は制度創設以来、国民皆保険体制の中核を担い、地域医療の確保、地域住民の健康の維持増進に貢献してまいりました。しかしながら、国民健康保険の抱える構造的な問題や急速

な高齢化、医療の高度化に伴う一人当たり医療費の増加などの要因に加えて、長引く新型コロナウイルス感染症の影響により、収入が減少した被保険者が増加するなど、市町の財政運営は更に深刻な状況となることが想定されます。

こうした中、令和6年4月に予定されている国保総合システムの更改においては、クラウドサービスの利用や支払基金新システムとの整合性の確保等、国の方針に沿った更改費用が増大し、概算では令和4年度及び5年度の2か年度で百数十億円の財源不足が見込まれています。

本会といたしましても、国保被保険者の健康の維持増進に向けての有効活用が見込まれる国保データベース(KDB)システムの更改に係る経費と併せて、保険者に追加的な財政負担が生じることのないよう、国保中央会、地方6団体とともに国費による財政支援を要望してきましたが、引き続き情勢を注視し、必要に応じて積極的な要望活動を行ってまいります。

また、市町の事務負担軽減に寄与するため、新型コロナウイルスワクチンの接種費用の支払代行業務を積極的に受託しており、蓄積したノウハウにより概ね順調に業務運営を行っております。3回目の接種が開始され請求件数の増加が見込まれますが、市町からの信頼に応えるとともに、新たな事業にも可能な限り対応してまいります。

本会の設立目的である保険者の共同目的を達成するため、審査支払業務の円滑な事業運営と充実はもとより、これまで以上に職員一人ひとりが高いコスト意識を持って業務にあたるとともに、保険者のニーズに即したサービスを提供できるよう、役職員一同さらなる努力を重ねる所存ですので、今後とも県、市町、関係団体等の皆様方のご理解、ご協力を賜りますようお願いいたします。

結びに、新しい年が希望に満ちた幸多き年となりますよう心から祈念しまして、新年のごあいさつといたします。

令和4年元旦



山口県の縁起物

「福に達じる」とされるフグ(下関市)、華やかでハレの日に欠かせない岩国寿司(岩国市)、長い髪と腰の曲がった姿から長寿の象徴とされるエビや、夫婦円満の象徴で山口県の伝統工芸品でもある大内人形(山口市)など、縁起が良いとされる山口県の特産品や郷土料理は多数あります。
元旦ならではの風習として、「大福梅」という梅をお茶や白湯に入れて飲む地域や、長男が生まれた翌年に「鬼揚子」という大きなこを揚げる地域もあります。表紙イラストの「地元の縁起物」どのくらい見つけられましたか?

表紙イラスト

漫画家 藤原 浩
山口県周南市在住 漫画家・イラストレーター
徳山大学教授、テレビのコメンテーターやラジオのパーソナリティーなどの活動も行っている。

特集 歯の健康、後回しにしていますか？

健康な歯で体と心の健康を支える

私たちはいくつになっても「食べる」と関わる。それは食事をする際に使う「歯」も同じだ。

食事や会話を楽しむなど、歯・口腔の健康は心身の健康に大きな関係があるとされている。しかし、歯周病が国民病ともいわれるように、歯科疾患の有病者率は高く、高齢になるほど歯を失う人は多い。厚生労働省は8020運動（80歳まで20歯以上保つ）を提唱・推進するなど歯・口腔の健康について重要視している。

阿武町では、全世代に対して一貫した歯科保健指導に取り組んでいる。取り組みの1つとして、阿武小学校が主催する児童と地域住民の交流の場である「おいでませ阿武小！給食 食べちゃおう会」（食べちゃおう会）に併せて指導を行っている。

実際の歯科保健指導の現場に赴き、阿武町健康福祉課の金子愛さん、在宅歯科衛生士の中本真弓さん、阿武小学校の宮内辰夫校長、吉松文字養護教諭に話を伺った。

取材／和田・中嶋



①



過去の指導の様子



②在宅歯科衛生士 中本さん
②阿武町健康福祉課 保健師 金子さん
③阿武小学校 吉松養護教諭



③



ポイントを伝える吉松養護教諭



歯磨き指導をする中本さん

いつまでも健康な歯で

「食べちゃおう会後の歯科保健指導も3周年になりました！」

11月9日、阿武小学校の教室で、明るいあいさつから始まった歯科保健指導。金子さん司会のもと、吉松養護教諭から歯や顎についての話があり、中本さんからは歯磨き指導が行われ、併せて口腔機能維持のための「お口の体操」が紹介される。参加者には、健康福祉課より歯ブラシやポケットティッシュが用意されており、実際にその場で歯磨きを行う。20分程度の短い時間の中で、内容は盛りだくさんだ。

「食べるものによって歯の形が異なる」と話す吉松養護教諭。動物の歯の話から、人間の歯、食事の変化による人間の歯・顎の変化と話が続く。過去には「將軍の歯（そしゃく、むし歯）」や「相撲の取組（呼吸、筋肉）」の話もあり、様々な角度から参加者の心をつかむ。楽しくポイントを押さえながら、歯や噛むことの大切さを伝えた。

中本さんは歯の磨き方をメインに伝え、①歯ブラシは歯と歯肉の境目を意識してあてる②小刻みに動かす③軽い力で磨く一と三つに絞った指導を3年間続けている。過去に指導を受けたことがある参加者に、できるようになったか、と尋ねたところ「自分ではやっているつもりだが、歯医者で指摘される」「（指導を受けて）すぐは気を付けているが、忘れてしまう」という回答があった。しかし、「忘れてしまうから、（指導を）何度も受けた方が良くと思う」という言葉もあり、各自が歯の健康を見直すきっかけになっているようだ。

参加者全員で実際に歯磨きを行った後、参加者に配布した、オーラルフレイル対策のリーフレット（山口県作成）や磨き忘れ予防のための歯を磨く順番の紙（阿武町作成）の説明が行われた。「いつまでも健康な歯で、しっかりものを食べて体も心も健康に」と伝える中本さん。最後に「歯科医院に行かないとわからないこともある。歯科健診もぜひ」という金子さんの言葉で締めくくられた。

ポイントは「ついでに」「みんなで」

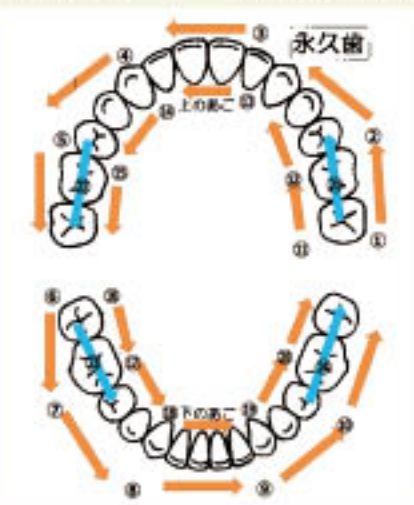
「歯磨きの指導をする」と言っても人は来ない。歯の大切さについて聞いてもらうことは難しい」と金子さん。ついでに聞いてもらう、という形に切り替えたという。「ついで」を探す中で、年間120人近くの参加者がいる食べちゃおう会に着目した。

食べちゃおう会は町長や議員、民生委員をはじめ、地元の高中生や婦人会、老人クラブに至るまで様々な団体を学校に招待する給食試食会だ。回ごとに参加団体は違うが、学校ボランティアの方は、複数の団体を兼ねている方も多く、度々参加する場合もある。「阿武町民は、声をかけるとちゃんと来てくださる。特に花田町長は常連さんです」と宮内校長。今回の参加団体はJ A女性部で、半数以上が初参加だ。

「阿武小学校のご協力のもと、『みんなで食事をして、歯磨き指導まで1セット』という流れになってきた。みんなと一緒にいたら『じゃあ帰ります』とは言いにくい。私たちが、健診や歯科保健指導を受けてくださいと伝えたときに断られた方も、もしかしたら参加しているかもしれない」と金子さんは狙いを話す。

参加者からは指導の後に「面白い話だったので、他の料理講習会などでも聞きたい」という言葉もあり、参加者の歯に対する意識の芽生えを感じる。食べちゃおう会を担当する、中村仁美栄養教諭は「歯は一生使う。食べることと関連付けて指導して下さることは、健康に生きていくうえでも大事だと思う」と話し、参加者にも学校にも好評だ。

宮内校長は歯科保健指導について「何度も受けた人でも初心者のように一緒に歯を磨き、話に耳を傾ける」と話す。カメラを構えて後ろから見守る宮内校長は「子どもも大人もみんな素直に歯磨きをする。この素直さは阿武町ならではの良さ」と嬉しそうにシャッターを切った。



歯を磨く順番を決めることで磨き忘れを予防する

積み重ねてきた連携力

以前から様々な形で行われていた健康福祉課の歯科保健指導だが、一番の工夫は食べちゃおう会とつなげて行うようになったことだという。

昨年度、宮内校長の「どんな人に会いたいかな？」という問いに「漁師さん」と答えた金子さん。宮内



歯磨きをする児童と参加者

校長の働き掛けにより、年度末の3月9日に行われた食べちゃおう会は児童の保護者をはじめとした若手の現役漁師が多数参加した。保護者が子どもを見る機会、子どもたちが漁業について学ぶ機会、健康福祉課が日ごろ会えない方に健康について伝える機会となり、「絶好の機会となった」と話す宮内校長。

実現にあたって、学校と健康福祉課の連携はもちろん、漁協の協力もある。阿武町は人口が少ないからこそ地域・学校・自治体が一体になっていると先生方も口をそろえる。「お互いが持ちつ持たれつ。声を掛け合って『一緒にやろう』と言いつつ」と金子さん。その意識が地域に根付いているため、それぞれの取り組みを理解し、協力し合う。この連携力が阿武町の強みだ。

阿武町立阿武小学校「おいでませ阿武小！給食 食べちゃおう会」

以前から開催されていた、地元住民が児童と一緒に給食を食べる会。宮内校長の「地域の人に、もっと学校に足を向けてもらいたい」という思いから、開催回数を増やして現在は年8回（情勢によって回数の変動あり）行われています。活動への思いを伺いました。



児童・教職員・地域
学校全体で進化を続ける

宮内 辰夫校長

今回は子どもたちが進んで司会を担当しました。今までは教師が何とか盛り上げようとしていましたが、子どもたちが段取りを考えて、参加者の名札を作ったり、会の中に歓迎の歌を入れたりするようになりました。進化しています。

昔は「来てもらって当たり前」というスタンスでしたが、今は感謝の気持ちを持って迎える体制になりました。そして、来ていただいたからには、人生の先輩から必ず何かを学ぶという子どもたちの気持ちの変化が感じられるようになりました。来校される方もその気持ちに応えてくださり、併せて教職員も迎え方を工夫するなど成長を感じているところです。

学校としては、現在、健康・保健関係が特に充実しており、令和2年度は全国健康づくり推進学校優秀賞、今年度は学校保健表彰（文部科学大臣表彰）、第60回全日本学校歯科保健優良校、山口県学校歯科保健優良校（山口県知事賞）、令和3年度学校保健連合会特別功労表彰など様々な賞を受賞しました。しかし、今ここがピークではなく、まだまだ進化は続いていくと思っています。

児童が学べる交流の
場を目指す

吉松 文子 養護教諭



参加者は町長さんをはじめ行政職・民生委員の方や漁師さん、地元名産品の生産者の方など、様々な形で子どもたちと関わってくださる方々です。活動を通して子どもたちは学びが一層深まり、来られた方も家庭や地域では見られない姿を発見できる機会になるのではと思っています。

また、心を込めたおもてなしやマナーを学び、実践する社会性を培う場にもなるかな、と考えています。コロナ禍ではありますが、学習だけでなく、地域の方々とのつながりという心情面も含めた教育効果が大きいと考え、感染予防に十分留意しつつ開催しています。



食べちゃおう会の様子は学校のHPで公開されている

世代にあわせたアプローチで未来につなげる取り組みを

金子さんと中本さんの目標は、いろいろな方と会うことだという。

「働き盛りなど若い世代に会う機会は少なく、そういった方に健康の大切さについて知ってほしい。どの世代においても歯の大切さを伝えていきたい」と話す金子さん。現在、健康福祉課は若い世代へのアプローチを考えており、学校の懇談会のときに併せて歯科保健指導を行うなど様々な試みが実行されている。

中本さんは「簡単に、コンパクトに伝えることで『歯磨きをしないとイケない』『ちょっと歯医者行ってみようか』という気持ちになってもらえたら」と意気込みを語る。

阿武町では健康福祉課主催で妊婦・乳幼児に個別歯科健診を実施し、その他保育園で年7回の歯磨き指導、小・中学生に年1回、高齢者の介護予防教室に年4回の歯科保健指導を行っている。また、教育委員会の依頼を受けて小・中学校の

各学年に1時間の歯磨き指導を行うなど中本さんの活動の場は多く、「子どもたちは歯磨きが上手なんですよ」と話す。

未来の地域を見据えて、小さい頃から健康について伝える取り組みができるのも小さい町のメリットだ。

取材で伺った阿武小学校の児童たちは「こんにちは！」と輝く笑顔であいさつをする。現在その口元は見えないが、マスクをつけない日常が戻った時、彼らが大人になった未来に、町全体で育んだきれいな口元がさらに阿武町を輝かせるだろう。



「歯と口の健康週間 ～阿武小ver.～」で入賞した児童たち（前列左端は学校歯科医）

貯まる！使える！
笑顔になる！

阿武町ハッピーマイレージ

健診受診など健康づくりの課題を達成してポイントをゲット！
貯まったポイントは町内で使用できる商品券に交換できます



対象 小学生以上の阿武町民または町内に通学・通勤の方

参加方法

QRコードでいつでも参加可能！
または、役場・各支所・教育委員会にあるチラシから申し込みできます。

ウォーキングを実施している方は
「やまぐち健康アプリ」で簡単登録！
10万～16万歩：15ポイント
16万歩以上：30ポイント（1カ月あたり）

お問い合わせ

役場健康福祉課（08388）2-3113 ・ 教育委員会（08388）2-0501

阿武町健康福祉課

【住所】〒759-3622

阿武郡阿武町奈古236

【TEL】08388-2-3113



国保制度改善強化全国大会

国保の基盤強化に向けた 財政支援の充実など11項目を決議

11月19日、東京都の有楽町朝日ホールで「国保制度改善強化全国大会」が開催されました。国保中央会をはじめとする国保関係9団体の主催で行われ、山口県からは6人が参加し、国保の基盤強化に向けた財政支援の充実など、11項目の決議が採択されました。



新型コロナ禍でも国保制度の安定へ

主催者あいさつにて、国保中央会の岡崎誠也会長は、医療費のさらなる増加と、低所得者の増加という国保の構造的問題を強調し「国も重要な責任をしっかりと果たしていくことが強く求められる」と述べました。また、国保総合システムについても、市町村等保険者に追加的な財政負担が生じないように、国の責任において必要な財政措置を講じることを要請しました。

続いて、山梨県韮崎市の内藤久夫市長による大会宣言の後、厚労省（代読）、総務省（代読）、自民



岡崎会長



内藤市長

党、立憲民主党の代表が来賓の祝辞を述べました。議事では、11項目の決議文が読み上げられ、大会の総意として採択されました。

令和三年十一月十九日

右決議する。

- 一、医療保険制度の一本化を早期に実現すること。
- 一、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とともに、保険者努力支援制度等が有効に活用されるよう、適切な評価と財政支援の充実を図ること。
- 一、普通調整交付金が担う自治体間における所得調整機能は、今後も堅持し、見直しを行わないこと。
- 一、新型コロナウイルス感染症の影響が続く中で、国保制度の運営の安定を図るとともに、医療・保健・介護の人材及び公立病院等の医療提供体制を確保するため、地方自治体及び国保連合会に対して十分な支援措置を講じること。
- 一、後期高齢者の2割負担の導入に当たっては、制度改正の目的や内容について丁寧な周知を行うこと。
- 一、子どもの医療費助成等の地方単独事業に係る国庫負担減額調整措置の全廃及び子どもに係る均等期保険料（税）の軽減制度の拡充を行うこと。
- 一、生活保護受給者の国保等への加入の議論については、見直しを行わず国としての責任を果たすこと。
- 一、国保総合システムの次期更改や運用に当たっては、市町村等保険者に追加的な財政負担が生じないように、国の責任において必要な財政措置を講じること。
- 一、国民の健康保持・増進に向けて、KDBシステムの更なる活用が図られるよう、システム更改等に係る財政措置を講じること。
- 一、オンライン資格確認等システムの運用やデータヘルス改革の推進に当たっては、国の責任において財政支援をはじめ必要な措置を講じること。
- 一、国民健康保険組合の健全な運営を確保すること。

国保制度改善強化全国大会

決議

本日ここに、全国の国民健康保険関係者が一堂に会し、国民健康保険が直面する諸問題の改善を期して、国保制度改善強化全国大会を開催し、慎重審議した結果、次のとおり決議一致これを採択した。
国は、国民健康保険制度の現状を踏まえ、次の事項を必ず実現されるよう本大会の総意をもって強く要望する。

山口県選出国會議員8人に陳情

大会終了後は、国会・政党・政府関係者に陳情活動を展開し、国保制度の改善を訴えました。

山口県選出の国會議員に対する陳情では、和木町の米本正明町長、下関市国保運営協議会の波佐間清

会長ほか4人が両院8人の議員に陳情書を渡しました。今年度は北村経夫議員、江島潔議員に直接陳情書を渡し、国保に関する認識の共有や意見交換を行いました。



北村議員(右から2人目)への陳情



江島議員(右から2人目)への陳情

令和2年度 特定健診の実施状況

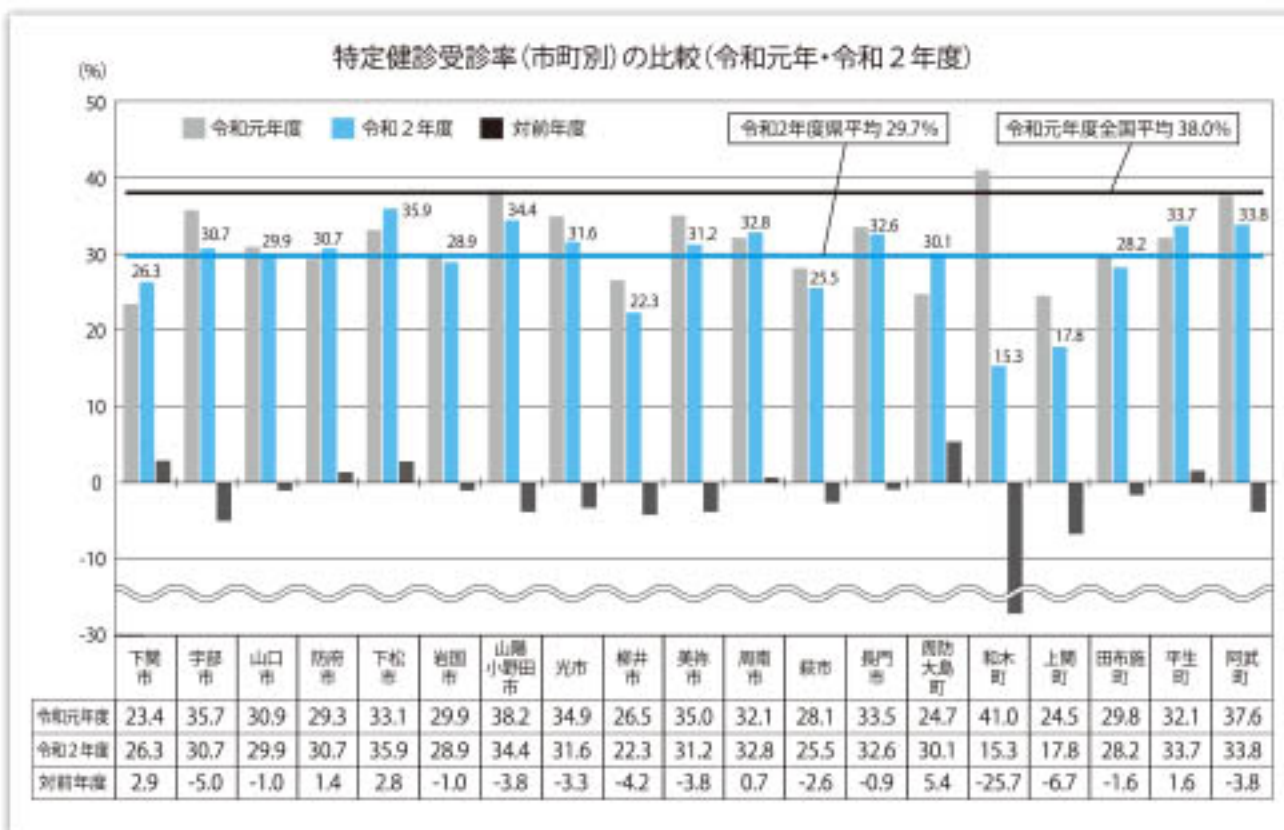
令和2年度特定健診受診率（市町国保保険者）県平均29.7%
令和元年度は受診率全国最下位から44位に上昇

コロナに負けず受診率向上の取組を！

令和2年度特定健診等の法定報告について、本会から国民健康保険中央会を經由して、社会保険診療報酬支払基金への提出が完了したことから、提出した法定報告数値を基に特定健診の実施状況（市町国保保険者）を取りまとめました。

下図は、令和元年度と令和2年度の特定健診受診率（市町別）を比較したものになります。

令和2年度県平均の受診率は29.7%で、コロナ禍の影響により各市町で変動の大きい年度となりました。



6市町で受診率がアップ

令和2年度の特定健診受診率を市町別にみると、最も高い受診率は下松市の35.9%となっており、30%台が11市町、20%台が6市町、10%台が2町となっています。

また、19市町中6市町で受診率が前年度と比較して上昇しています。受診率が最も上昇した周防大島町では、5.4ポイントの上昇となっています。下松市では、受診者に健康応援クーポンを交付する取組などにより平成30年度と比較すると受診率が7.6ポイント上昇しています。

一方、受診率が減少した市町では、コロナ禍の影響で集団健診の中止や延期、人数制限が行われたことなどが減少した要因として考えられます。

山口県では、平成27年度から平成30年度の市町国保保険者の受診率は全国最下位でしたが、令和元年度は全国44位に上昇しています。令和2年度は受診率が前年度より低下しましたが、本会においても引き続き各市町の取組を支援していく予定です。

特定健診受診率の推移（山口県）

年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度
受診率	25.4%	26.0%	26.7%	28.0%	30.3%	29.7%
対前年度	1.2	0.6	0.7	1.3	2.3	-0.6

令和3年度国保・後期高齢者ヘルスサポート事業研修会

本会では、保険者が策定する「データヘルス計画」の円滑な実施などを支援する目的で、国保・後期高齢者ヘルスサポート事業研修会を開催しています。

今年度は、令和3年10月6日（水）にオンライン形式で、「特定健診受診率向上のための取組」をテーマとして開催し、市町国保担当者等41名が参加しました。

研修会では、株式会社キャンサースクンの宮口謙氏と藤居なつみ氏から「特定健診受診率向上支援事業について」と題し講演がありました。

講演では、「連続受診者」や「レセプトあり未経験受診者等の受診率」などをグラフで紹介し、今後数年で受診率が高く、対象者が最も多い団塊世代が後期高齢者医療に移行していくことを踏まえ、次に対象者の多い60代の受診率を上げる取組や新規加入者の受診率を高めることが大切と述べられました。

また、同一対象者に受診勧奨通知を2回送付するコール・リコールの検証結果の数値の提示や、「医療機関へ通院中」で特定健診を受診していない被保険者へのアプローチ方法について説明がありました。

研修終了後のアンケートでは、「ターゲットの絞り込みの方法を活用したい」「データを分析すると、受診勧奨の内容や時期、方法についてみえてきた」「コール・リコールや医師会との連携など今後の事業で活用したい」などの評価をいただき、参加者にとって有意義な研修となったようです。

今後もデータヘルス計画の目標達成に向け、保険者のニーズを踏まえながら、その取組の一助となるよう研修会の充実に努めていきます。



みんなで予防！ インフルエンザ



山口県PR本部長 ちよる

てあら 手洗い

外から戻ったとき、食べる前、咳・くしゃみ・鼻をかんだ後など、こまめに手を洗いましょう。

せき 咳エチケット

まわりの人にうつさないように、マスクを着けましょう。マスクを着けていないときは、咳・くしゃみをする時にハンカチやティッシュ等で口と鼻をおおきましょう。

よぼうせっしゅ 予防接種

インフルエンザの症状が重くなることを防ぐためには、ワクチン接種が有効です。



山口県

新しい趣味発見？読書で気分転換！



下関市
保険年金課
徴収係

担当経歴
令和3年4月から

かじ お ふみ か
梶尾 迪加

今年度から下関市役所に入庁し、保険年金課徴収係に配属となりました。普段は主に保険料の徴収業務を担当しています。分からないことばかりではありますが、先輩方に助けていただきながら、何とか業務をこなしています。

大学時代は、考古学や化石の研究をしていたこともあり、友人と野外調査を兼ねてよく旅行に行っていました。しかし、新型コロナウイルスの流行以来、旅行に行くことができなくなってしまったので、最近は家で小説を読んで過ごすことが多いです。読書好きの友人からおすすめの本を教えてもらっているのですが、本を読んでいると、自分の気持ちや考えを整理できるため、とてもいい気分転換になります。先の見通せない状況ではありますが、新型コロナウイルスの流行が収束した後、また友人たちと旅行に行くのが今から楽しみです。

まだまだ至らぬ点多々ありますが、少しでも市民の皆様のお役に立てるよう、今後も精一杯努力していきたいと思っています。

しっかり切り替えて公私ともに充実生活

山口市
保険年金課

担当経歴
令和2年4月から

うら かわ り お
浦川 莉緒
むら た ひろ き
村田 啓樹



写真 右 浦川 莉緒
左 村田 啓樹

昨年の4月に入庁し、保険年金課に配属され2年目になります。まだまだ学ぶことばかりですが、先輩方に支えられながら日々の業務に励んでいます。

私の趣味はバイオリンを演奏することです。私は、幼いころから楽器を弾くことが好きでしたが、このコロナ禍のステイホーム期間により沢山の時間をバイオリンの練習に費やすことができ、より演奏を楽しむことが出来るようになりました。

最近は、コロナも収束しつつあるため、人前で演奏する機会をいただくこともあり、公私ともに充実した生活を送っています。
(浦川)

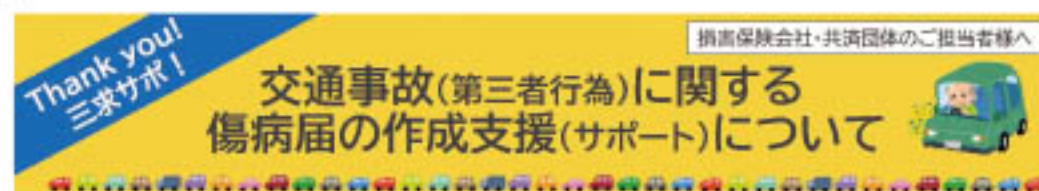
昨年4月の入庁から保険年金課に配属され、今年で2年目になります。入庁当時は国保制度について、右も左もわからない状態でしたが、日々の業務を通して少しずつ勉強しています。

私の健康法は犬と遊ぶことです。現在一人暮らしですが、犬を飼っており、運動不足な私を散歩に連れ出してもらっています。散歩は気分転換にもなるので、休みは休み、仕事は仕事としっかり切り替えをしてこれからも日々の業務に励んでいきたいと思っています。
(村田)

交通事故（第三者行為）に関する傷病届の作成支援（サポート）

「交通事故に係る第三者行為による傷病届等の提出に関する覚書」（以下「覚書」という。）の取り扱いについて、国民健康保険中央会が健康保険組合連合会と全国健康保険協会と協力し、損害保険会社・共済団体（以下「損保会社」という。）向けにA4判サイズのリーフレットを作成しました。

交通事故により任意保険（対人賠償、人身傷害補償保険）対応をしている損保会社が、覚書に基づいて行う「第三者行為による傷病届」等の作成支援についてまとめられています。第三者行為求償事務の参考にしてください。

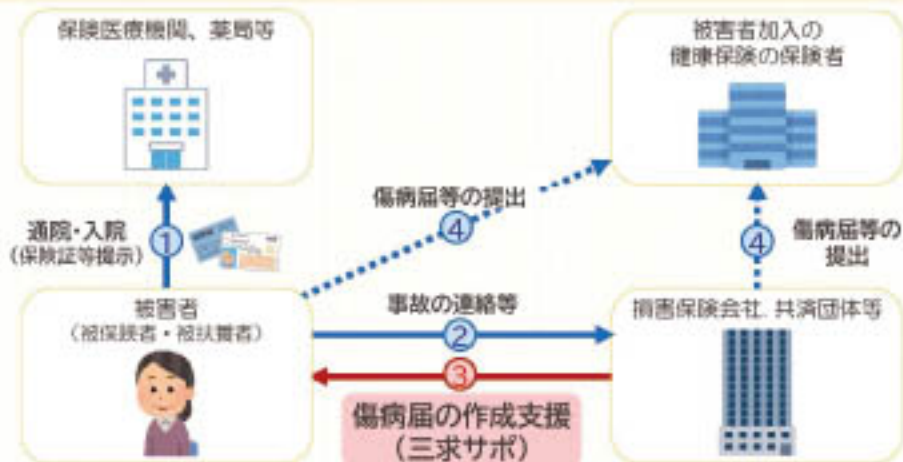


Q 第三者行為による傷病届ってなに？

- 交通事故等の第三者行為でけがをしたときの治療費は、加害者(加害者が加入する損害保険会社、共済団体等)と被害者の当事者間で精算を行うべきものです。
- 当事者間の精算によらず、健康保険を使って治療を受けた場合、加害者が支払うべき治療費を健康保険が立て替えて支払うこととなりますが、後日、健康保険の保険者が加害者に対して、健康保険から給付した費用を請求(求償)する際に「第三者行為による傷病届」が必要となります。
- 被害者が加入する健康保険の保険者へ迅速に傷病届の提出を行うことで、保険者が第三者行為求償を適切に行うことができ、適正な保険運営に繋がります。

Q 傷病届の作成支援ってなに？

- 本来は、健康保険を使った被害者(被保険者・被扶養者)が傷病届を提出しなければなりません。が、第三者行為求償に関する傷病届等の提出が徹底されていないのが現状です。
※ 届出人は被保険者、国民健康保険においては世帯主となります。
- このような中、傷病届等の提出を確実なものとして求償もれをなくし、健康保険が適正に運用されるように、交通事故(労災保険の給付対象となるものを除く)に関する傷病届等の作成支援(三求サポ)を行っていただくよう保険者等団体と損害保険団体等がそれぞれ覚書(取り決め)を締結しています。



※ 警察への届け、相手側との示談・保証金の支払等の流れは省略しています。

健康保険組合連合会・全国健康保険協会・国民健康保険中央会

Q 覚書(取り決め)を締結している当事者はだれ？

- 損害保険団体等と保険者団体等の代表者がそれぞれ覚書(取り決め)を締結しています。



Q 傷病届の作成支援(三求サポ)で具体的になにをするの？

- 被害者に、健康保険を利用する場合は次のことを説明してください。
 - 法令により「第三者行為による傷病届」等の提出が必要なこと
 - 同意書の内容
 - 今後の医療費の求償の流れ
- 原則として、一括払い対応を行っている損害保険会社・共済団体が傷病届等の作成支援を行ってください。



Q 作成支援(三求サポ)の対象となる提出書類はなに？

- 法令により、次の書類の提出が求められています。傷病届等の作成支援とともに、必要に応じて提出の援助を行ってください。
 - 第三者行為による傷病届
 - 事故発生状況報告書
 - 同意書
 - 交通事故証明書(人身事故証明書入手不能理由書)

※ 健康保険法施行規則第65条、船員保険法施行規則第77条、国民健康保険法施行規則第32条の6、高齢者の医療の確保に関する法律施行規則第46条

Q いつまでに書類を提出するの？

- 健康保険の利用を開始してから原則として1か月以内に被害者が加入している健康保険の保険者へ送付してください。
- 1か月以内に送付できない場合は、その旨を必ず保険者へ連絡してください。



みんなで支えている医療保険だから第三者行為求償の取組はとても大切。きっかけとなる届け出の作成支援(サポート)、Thank you!

健康保険組合連合会・全国健康保険協会・国民健康保険中央会

今号では、損害保険団体等と平成28年に締結しました覚書について取組状況を継続的に改善するために作成されたリーフレットを掲載しましたが、交通事故レセプト一覧表及び疑いレセプトによる負傷原因調査(燦No.378掲載)などにより引き続き第三者行為の発見に努める必要があります。

また、本会では令和3年4月から第三者行為求償負傷原因調査支援事業(燦No.381掲載)を開始しましたので、求償事案発見のためにも積極的な活用をお願いします。

● 第三者行為に関するお問い合わせ ● 国保連合会 保険者支援課求償班 TEL: 083-925-2048

今、フレイルに注目!



ずいぶん前から「高齢化」が叫ばれるようになった超高齢化社会の日本。今、国を挙げて「フレイル」に着目した事業を推進しています。ただ、この「フレイル」という言葉…「サルコペニア」、「ロコモ」、「メタボ」…カタカナ言葉ばかりでこんがらがらる——Σ(「□」Ⅲ) というわけで、今号からフレイルについてお伝えしていきます!

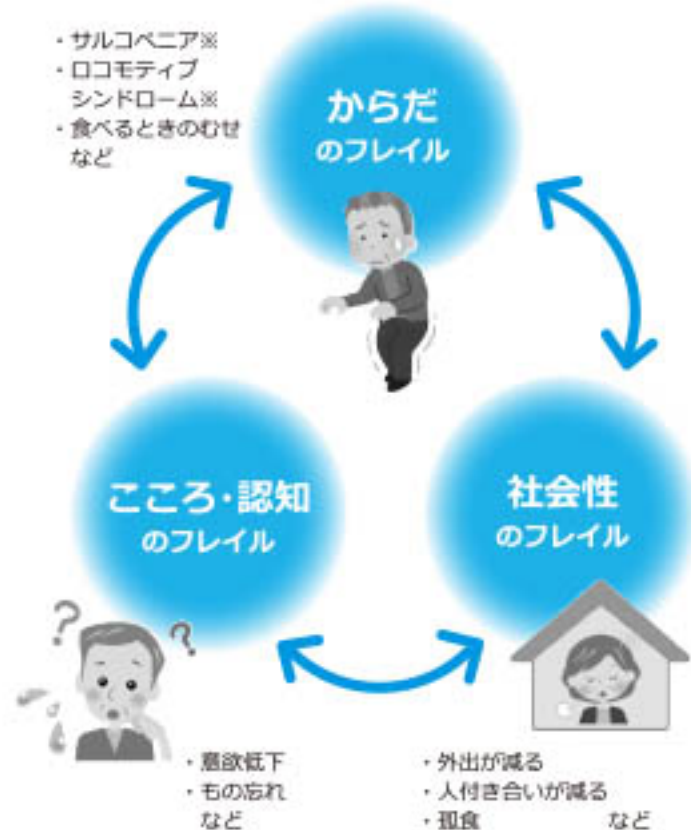
フレイルって?

英語の「Frailty」(フレイルティ: 虚弱、老衰)が語源の、2014年に日本老年医学会が提唱した言葉。年を重ねて体力や気力が低下した、「健康」と「介護が必要な状態」の間の段階を表します。

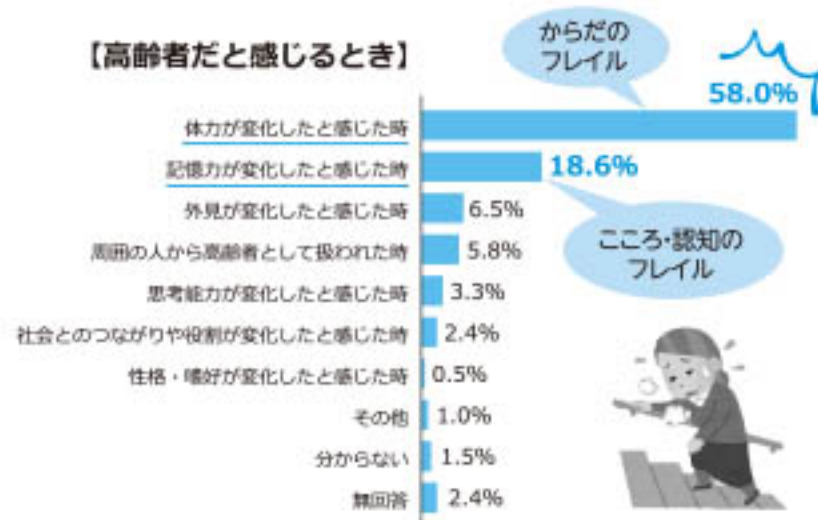
右のグラフは内閣府が行った高齢者の意識調査で、「自分が高齢者だと感じるのはどのような時か」という質問に対する回答結果です。半数以上が「体力の変化」を挙げ、次いで約2割の人が「記憶力の変化」を挙げています。この2つ、まさに**フレイル**!

フレイルは「からだ」・「こころ・認知」・「社会性」と、大きく3つに分けられ、それぞれが関係し合っ、よくない循環をつくっていきます。(下図)

・サルコペニア※
・ロコモティブシンドローム※
・食べるときのむせなど



【高齢者だと感じる時】



例えば、外出が減って家に一人であることが多くなると、体を動かす機会が減り、筋肉量も減ります。あまり動かないとお腹が空かないため食欲が落ち、栄養不足になったり疲れやすくなったりします。すると、ますます家に引きこもるようになり、認知機能の低下や筋力の低下をもたらします。

フレイルは要介護状態に移行しやすい状態ですが、**生活を見直すことで、健康な状態に戻ることができる段階**です。

近年では、子どもや若い女性のロコモが指摘されているそうです。「若いから大丈夫♪」の油断は禁物です…!

※**サルコペニア**: 加齢に伴って筋肉が衰えた状態。
※**ロコモティブシンドローム(通称ロコモ)**: 動くための骨や関節、筋肉などの「運動器」の病気や衰えにより、「立つ」「歩く」などの移動機能に支障が生じる状態。

次回は、からだのフレイルについて取り上げます♪

Let's 糖質オフ習慣

「糖質オフの料理やスイーツはお砂糖を使わないからおいしくなそう!」と思われがちですが、少しの工夫でおいしさも大切にしながら、過剰摂取になりやすい糖質量を抑えることが可能です。人生100年時代の健康維持・アンチエイジング・ダイエットに「糖質オフ」習慣をご一緒しませんか?

大根おろしドレッシングで食べるサラダ

材料(5人分)

- ツナ缶……………1缶
 - マヨネーズ……………大さじ1
 - ひじき(乾)……………小さじ1/2
 - ブロッコリー……………1株
 - 水菜……………3束
 - 好みの野菜……………適量
- (今回は赤大根、パプリカを使用)



糖質オフ大根おろしドレッシング

- <材料>8人分※冷蔵庫で5日間保存可能。
- 大根おろし……………50g
 - ポン酢……………大さじ2
 - ラカントシロップ……………大さじ1
 - 水……………大さじ1
 - アマニ油……………大さじ1

1人あたり エネルギー: 96Kcal 糖質: 2.6g (1.5g)
タンパク質: 4.6g 脂質: 6.9g
(エリスリトールを除いた糖質量)

下準備

- ※ブロッコリーは蒸し、ひじき(乾)は水で戻して水気をしっかり取り除いておく。
- ※大根はおろしておく(おろして水分を除いた分量で50gを準備)。

作り方

- ①大根おろしドレッシングの材料を全て混ぜておく。
- ②①以外の食材を全て違うボウルに入れて混ぜておく。
- ③食べる直前に②に①をかける。

糖質オフのコツ

- ビタミンやミネラルの補給に毎日の摂取が欠かせない野菜にも糖質を多く含むものがあります。カレーライスや肉じゃが、井ものによく使用される人参、玉ねぎなどは糖質量が多い野菜なので井ものやごはんものがメインになる際は、大根、水菜、ブロッコリー、パプリカなど糖質含有量の少ない野菜を副菜に組み合わせるのがオススメです。
- その他、とうもろこしやカボチャ、芋類にも多くの糖質が含まれています。

作り方のポイント

- 非加熱のドレッシングを作る際の甘味料にはラカントシロップ(液体タイプ)の使用がオススメです!

執筆者
柴田 さやか

WABISACHI-栄養のある暮らし-代表
管理栄養士
料理研究家
糖質オフスタイル協会(社)
認定講師・検定講師



※ラカント: くり野の実(糖質抽出)から抽出される「高濃度エキス」とトウモロコシの発酵から得られる「エリスリトール」から作られたカロリー0の自然派甘味料。エリスリトール: エネルギー値が0Kcalと認められている天然の糖質。甘味度は砂糖の約70%で血糖値、インスリン濃度を上げない特徴がある。

冬眠のしくみ (2)

哺乳類の

前回は、冬眠という生命現象の概要について解説し、さらに冬眠することの生存上のメリットについても述べました。さらに、一部の哺乳類では、冬眠発動のタイミングは概年時計（約1年を計る体内時計）によって決定されていることも説明しました。

今回は、概年時計を持たない哺乳類において、環境中の因子に反応して冬眠が発動するメカニズムについて説明したいと思います。

生物は日の長さを感じ取る

概年時計に頼ることができない哺乳類は、どのように冬が近づいていることを感知できるのでしょうか。冬が目前に迫り、寒くなって食料が少なくなってきたから冬眠の準備を始めても間に合わないでしょう。冬眠による越冬を成功させるには、適切な巣穴を準備したり、食料を集めて蓄えたり、さらに体毛や脂肪を増やすなど体を変化させる必要があります。そのため、冬の到来を早く感知しなくては間に合いません。概年時計に頼らずこれを可能とするために、多くの哺乳類は「光周性」という生体機能を備えています。すなわち、日の長さ（日長）を感知することによって冬の訪れを予測して、本格的に寒くなって食料がなくなる前に厳しい冬への備えを開始するのです。

地球上において、低緯度の地域では日長はあまり変化しませんが、緯度が高くなるほど季節によって日長の変化は大きくなります。例えば、沖縄の日長は夏が約13時間で冬が約10時間ですが、北海道の日長は夏が約15時間で冬が約9時間です。北極などの極地に至ると、太陽は夏には沈まず冬には昇ってきません。高緯度の地域ほど冬への備えは切実な問題ですから、大きく変化する日長は利用しやすい正確な季節情報と言えます。

哺乳類が日長を感じ取る仕組み

哺乳類は日長をどのように計っているのでしょうか。これまでの国内外の研究によって、脳内にある「松果体」という組織が、哺乳類の日長感知において中心的な役割を担うことがわかっています。外が暗くなると、この松果体からメラトニンという物質（ホルモン）が分泌されます。一方、外が明るくなると、メラトニンの分泌量がとても少なくなります。すなわち、体外の暗い時間の長さは、体内では



山口大学 時間学研究所
時間生物学研究室
教授 明石 真



シリアンハムスターは、概年時計を頼らずに、冬季の到来を予測させるような環境因子に従って冬眠を開始する。実験室においては、飼育環境における日長（照明点灯時間）の短縮に加え、低気温や食料不足の条件がそろえば冬眠が発動される。

図 当研究室の低温室内で冬眠中のシリアンハムスター（手のひらの上）

メラトニン分泌の時間の長さとして情報変換されているのです。メラトニンは人工合成できる物質であり海外では市場に出回っていますので、家畜やペットに利用可能です。特に、季節繁殖を示す動物は、メラトニンの投与によって繁殖を誘導したり停止させたりすることができます。私事ですが、わが家には長日動物のフェレットが住んでいます。フェレットは日長を敏感に感知する動物です。そのため、人工照明が頻繁に使用されるヒトの住環境とは相性が良くありません。常に長日のような光環境にさらされるため、ホルモンバランスを崩して病気になってしまいます。そこでわが家では、メラトニンを与えて人工照明による影響を緩和しています。

ヒトも日長を感知すると考える研究者がいます。一部の人たちにおいて、メラトニン分泌の時間長が季節に応じて変化していることが検出されたからです。興味深いことに、季節に応じてメラトニン分泌が変化する人たちは、冬季うつ病になりやすい傾向にあると言われています。自然下の場合、冬季は食べ物が少なくなりますが発熱に使うエネルギーが増加しますので、エネルギー消費を節約するために活動量を減らす必要があります。メラトニン分泌の季節変化がある人たちの体内では、これが行なわれようとしていると考えられます。しかし、人間社会では冬季だからといって活動を低下させることは許されませんので、この不一致が心身への負担を生み出すことでうつ病の原因となっている可能性があります。

冬眠と遺伝子

メラトニンによって日長を感知できる哺乳類は、厳しい冬の訪れに備えて着々と冬眠の準備をするこ

とができます。しかし、日長が短くなっただけでは冬眠は開始されません。冬眠は体に負担がかかりますし、冬眠中は無防備なために敵に襲われる等のリスクもあります。したがって、生物にとって冬眠は可能ならば避けたい行為だと考えられます。日長が短くなって冬眠の準備が整った段階で、さらに気温低下や食料不足のような条件が追加されることで、やむを得ず冬眠状態に入るのだと推察されます。実際、研究室に居るシリアンハムスターは日長を短くして気温を低くしてもなかなか冬眠しませんが、食料不足になると速やかに冬眠します。

私たちの研究室では、シリアンハムスターにおいて冬眠がどのような仕組みで起こるのか調べています。体の機能の多くは遺伝子によって設計されるタンパク質の作用によって成り立っているため、体の仕組みの解明を目指す研究では遺伝子に着目するものが多いです。私たちも冬眠開始に関与する遺伝子を明らかにするための実験を進めています。これまで冬眠動物では遺伝子を操作する実験は行われてきませんでしたが、私たちは「ゲノム編集」という最新テクノロジーを利用することで遺伝子操作を可能にしました。

プロフィール
明石 真

研究室ホームページ
山口大学時間学研究所 明石研究室

- 平成4年 北海道立旭川東高等学校卒業
- 平成9年 京都大学農学部卒業
- 平成14年 京都大学大学院理学研究科博士課程修了
- 平成14年 京都大学大学院生命科学研究所研究員
- 平成15年 大阪バイオサイエンス研究所研究員
- 平成16年 佐賀大学医学部循環器内科寄附講座教員
- 平成19年 佐賀大学医学部循環器内科助教
- 平成21年 山口大学時間学研究所教授

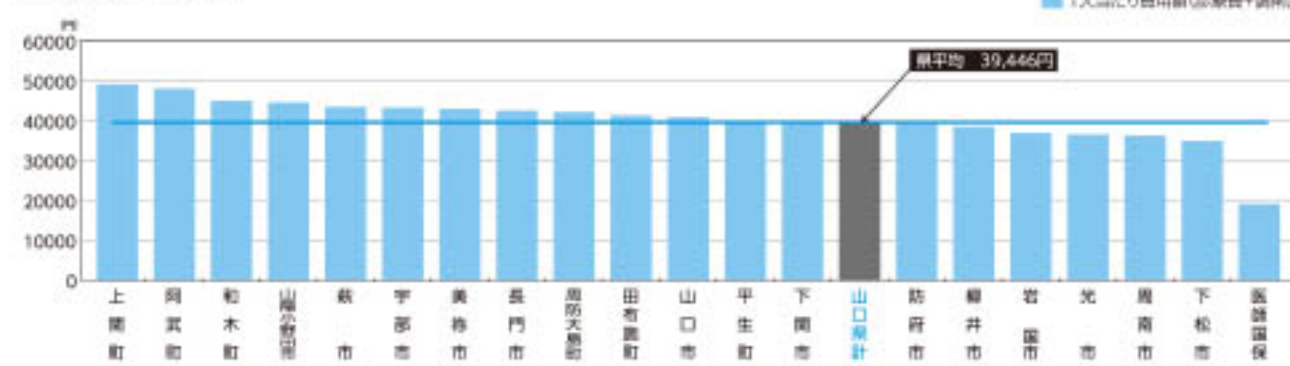
著書：『体内時計のふしぎ』（平成25年）光文社新書

一般		被保険者数 279,182						
区分	件数	日数	費用額	1件当たり		1人当たり費用額	受診率	
				日数	費用額			
診療費	入院	8,264	151,808	4,856,392,480	18.4	587,656	17,395	3.0
	入院外	230,447	353,685	3,596,651,170	1.5	15,607	12,883	82.5
	通院	48,507	84,482	666,801,200	1.7	13,746	2,388	17.4
	小計	287,218	589,975	9,119,844,850	2.1	31,752	32,666	102.9
調剤費		159,047	189,559	1,892,666,850	1.2	11,900		
訪問看護		1,137	7,906	88,505,790	7.0	77,842		
食事・生活療養費		7,932	412,593	276,062,749				
療養費支給分(薬品費)		5,415	25,718	39,551,977				

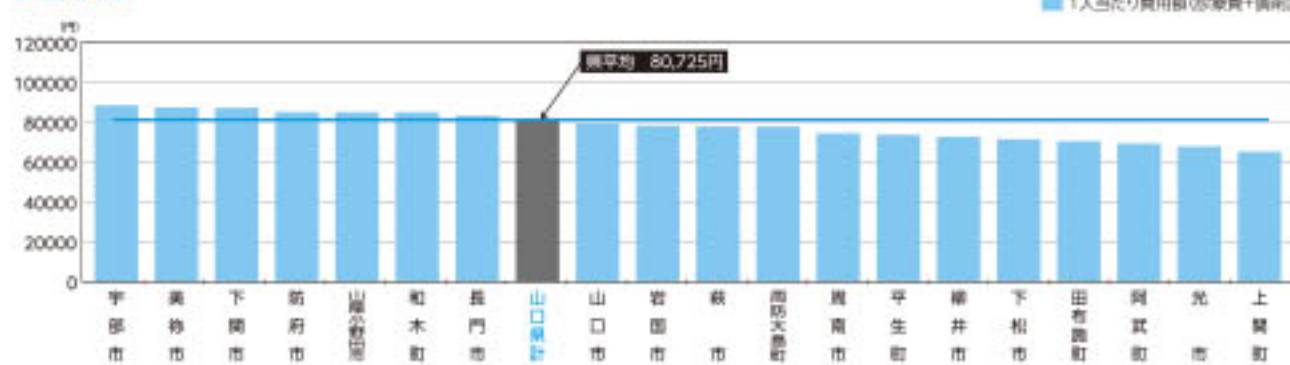
退職		被保険者数 0						
区分	件数	日数	費用額	1件当たり		1人当たり費用額	受診率	
				日数	費用額			
診療費	入院	0	0	0	-	-	-	-
	入院外	1	1	21,380	-	-	-	-
	通院	0	0	0	-	-	-	-
	小計	1	1	21,380	-	-	-	-
調剤費		0	0	0	-	-		
訪問看護		0	0	0	-	-		
食事・生活療養費		0	0	0				
療養費支給分(薬品費)		0	0	0				

後期		被保険者数 243,634						
区分	件数	日数	費用額	1件当たり		1人当たり費用額	受診率	
				日数	費用額			
診療費	入院	19,142	376,522	10,767,218,160	19.7	562,492	44,194	7.9
	入院外	329,828	562,108	5,133,665,220	1.7	15,565	21,071	135.4
	通院	44,076	81,394	662,018,790	1.8	15,020	2,717	18.1
	小計	393,046	1,020,024	16,562,902,170	2.6	42,140	67,983	161.3
調剤費		240,267	305,300	3,104,425,880	1.3	12,921		
訪問看護		1,338	11,440	135,533,065	8.6	101,295		
食事・生活療養費		18,296	946,540	652,778,579				
療養費支給分(薬品費)		4,502	26,370	41,347,280				

● 国保全体 (一般+退職)



● 後期高齢

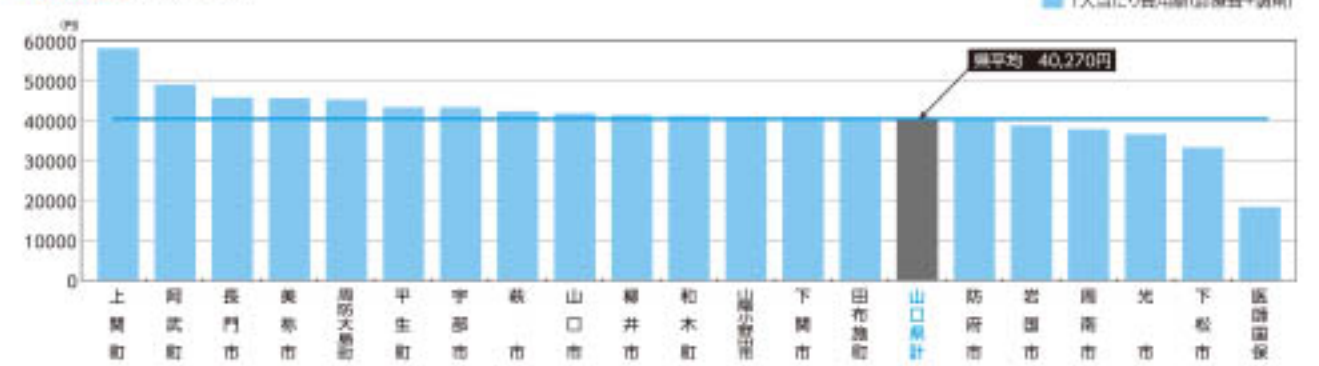


一般		被保険者数 278,067						
区分	件数	日数	費用額	1件当たり		1人当たり費用額	受診率	
				日数	費用額			
診療費	入院	8,326	153,894	4,899,845,040	18.5	588,499	17,621	3.0
	入院外	236,400	366,250	3,689,373,610	1.5	15,606	13,268	85.0
	通院	50,602	89,511	702,867,210	1.8	13,890	2,528	18.2
	小計	295,328	609,655	9,292,085,860	2.1	31,464	33,417	106.2
調剤費		164,696	196,307	1,905,775,430	1.2	11,571		
訪問看護		1,140	8,044	90,695,190	7.1	79,557		
食事・生活療養費		8,037	417,873	279,494,492				
療養費支給分(薬品費)		5,661	27,262	41,972,439				

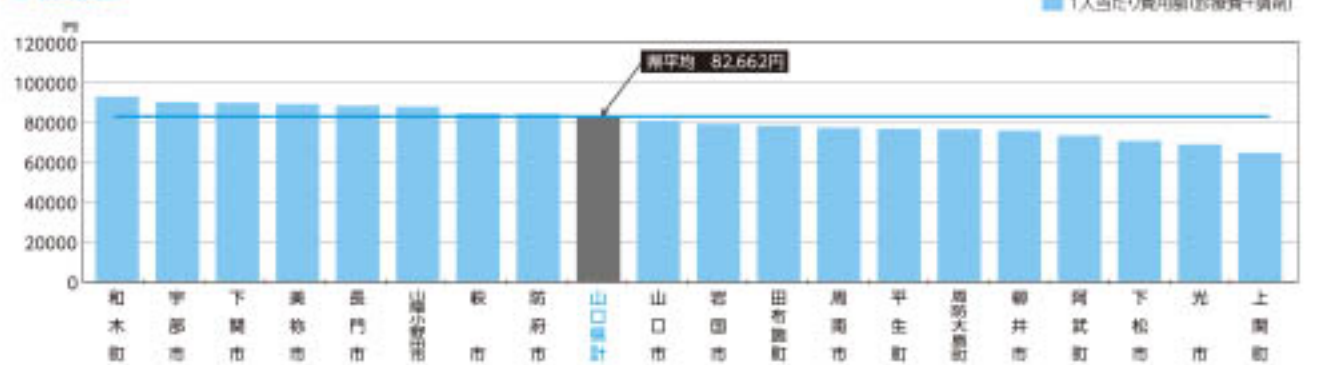
退職		被保険者数 0						
区分	件数	日数	費用額	1件当たり		1人当たり費用額	受診率	
				日数	費用額			
診療費	入院	0	0	0	-	-	-	-
	入院外	-1	-1	-21,380	-	-	-	-
	通院	0	0	0	-	-	-	-
	小計	-1	-1	-21,380	-	-	-	-
調剤費		0	0	0	-	-		
訪問看護		0	0	0	-	-		
食事・生活療養費		0	0	0				
療養費支給分(薬品費)		0	0	0				

後期		被保険者数 244,157						
区分	件数	日数	費用額	1件当たり		1人当たり費用額	受診率	
				日数	費用額			
診療費	入院	19,617	389,813	11,090,450,760	19.9	565,349	45,423	8.0
	入院外	336,191	582,469	5,255,068,410	1.7	15,631	21,523	137.7
	通院	46,219	87,765	714,935,320	1.9	15,468	2,928	18.9
	小計	402,027	1,060,047	17,060,454,490	2.6	42,436	69,875	164.7
調剤費		246,707	313,658	3,122,124,160	1.3	12,655		
訪問看護		1,311	11,865	144,560,475	9.1	110,267		
食事・生活療養費		18,836	977,734	675,134,280				
療養費支給分(薬品費)		4,873	28,755	44,855,549				

● 国保全体 (一般+退職)



● 後期高齢





令和3年11月

健康教育用器材のご紹介

保険者が行う保健事業の支援として、健康教育用器材の貸し出しを行っています。
本会が所有する健康教育用器材をご紹介します！衛生面にも配慮しているので健康づくりのイベントなどでぜひご活用ください。

超音波骨量測定装置 ビーナスEVO

足首で骨密度を測定し、同年代の平均と比べることができます。
3歳～90歳の幅広い年齢層で測定可能で、X線を使用しないため妊産婦の方も測定できます。

測定結果は感熱記録紙に印刷され、以下のように表示されます。
(記録をCSVで出力することも可能です。)



担当職員が測定を体験！



- 測定部位：足首
測定時間：約20秒
(印刷等含めた場合1分)
- ①かかとをアルコール綿などで消毒
(アルコール綿は各自でご準備ください)
 - ②足首に「超音波ゼリー」を塗布して装置にセット
 - ③バルーンで固定して測定開始！



結果は・・・ 元気な骨です！

超音波骨量測定装置 Venus

測定日時 2021/12/07 15:25:10
温度 20.6℃
検出番号 10

年齢 24歳 女性
スリーサイズ 155 48 75

骨密度測定率 40.4%

骨年齢 20歳代
判定区分 1

骨幅 20.6 mm
SOS 1551 a/sec
u-SOS 1554 a/sec
T値 1.85
Z値 1.13
判定年齢 118.3 歳

こんなことが
わかります

骨梁面積率
踵骨の断面内で、骨梁（骨質）部分の割合。値が大きいほど良好。

判定区分
年齢別に測定値を5段階で判定。数字が小さいほど良好。

対YAM
同性、若年齢の健康な人を100%とし、骨密度を比較した数値。80%以上が正常で、70%未満の方は骨粗しょう症の危険あり！

検査結果の解説などが書かれた「結果シート」も同梱しています。

体験者の感想

簡単に測定できて、結果も良かったのでうれしいです！ゼリーがちょっとベタベタするのでティッシュなどの用意をおすすめします。
(本会で作成している配布物、今年度はティッシュです・・・！)

保健師より

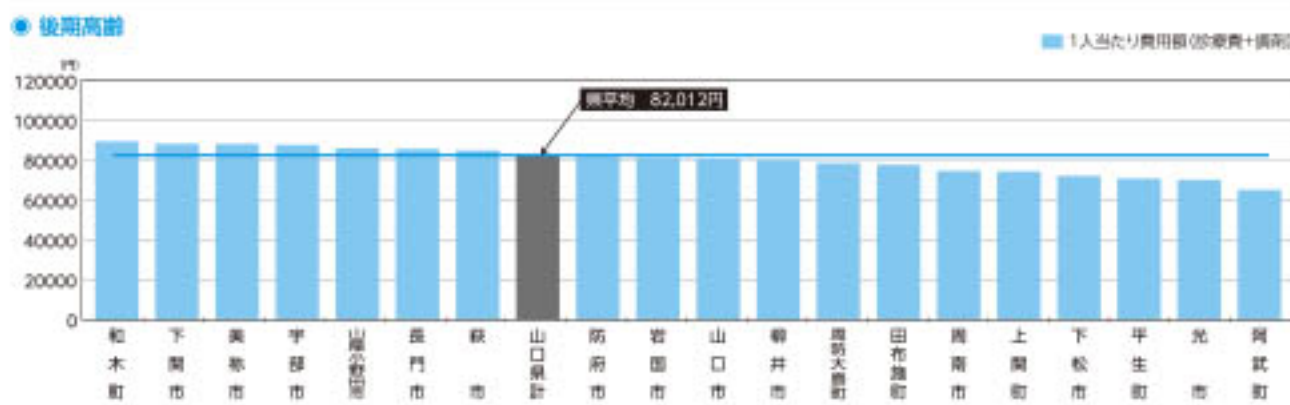
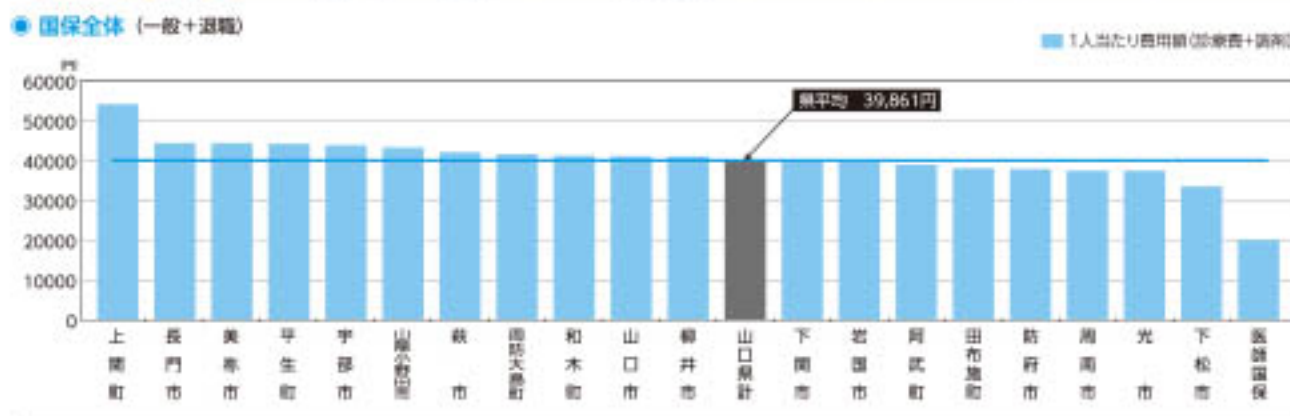
年齢だけでなく、骨も若々しくてうらやましい!! 加工食品を控えたり、体をコツコツこまめに動かしたりして、これからも若々しい骨を保ってください。(タジャレが隠れています♡)

- ◆申し込み◆ 各市町国保主管課の「国保保険者ネットワーク」→「器材貸出予約」からお申し込みください。
- ◆お問い合わせ◆ 山口県国民健康保険団体連合会 保険者支援課保険者支援班 TEL：083-925-2033

一般							被保険者数	276,588
区分	件数	日数	費用額	1件当たり		1人当たり費用額	受診率	
				日数	費用額			
入院	8,291	150,791	4,815,795,240	18.2	580,846	17,411	3.0	
入院外	233,120	357,960	3,596,143,310	1.5	15,426	13,002	84.3	
療養	50,252	89,399	711,548,730	1.8	14,160	2,573	18.2	
小計	291,663	598,150	9,123,487,280	2.1	31,281	32,986	105.5	
調剤	162,095	192,740	1,901,577,630	1.2	11,731			
計	1,183	8,120	90,879,050	6.9	76,821			
食事・生活費	7,966	410,341	274,482,264					
療養費支給分(薬費等)	5,771	26,808	41,632,645					

退職							被保険者数	0
区分	件数	日数	費用額	1件当たり		1人当たり費用額	受診率	
				日数	費用額			
入院	0	0	0	-	-	-	-	
入院外	0	0	0	-	-	-	-	
療養	0	0	0	-	-	-	-	
小計	0	0	0	-	-	-	-	
調剤	0	0	0	-	-	-	-	
計	0	0	0	-	-	-	-	
食事・生活費	0	0	0					
療養費支給分(薬費等)	0	0	0					

後期							被保険者数	244,420
区分	件数	日数	費用額	1件当たり		1人当たり費用額	受診率	
				日数	費用額			
入院	19,870	382,428	11,076,678,910	19.2	557,457	45,318	8.1	
入院外	333,316	566,550	5,123,831,740	1.7	15,372	20,963	136.4	
療養	46,878	87,680	721,468,000	1.9	15,390	2,952	19.2	
小計	400,064	1,036,658	16,921,978,650	2.6	42,298	69,233	163.7	
調剤	244,030	308,472	3,123,323,420	1.3	12,799			
計	1,382	12,902	157,765,685	9.3	114,158			
食事・生活費	19,058	960,066	663,105,253					
療養費支給分(薬費等)	4,902	28,848	44,777,376					





連合会ノート

10月から12月の行事

10月

徴収事務研修会：山口県庁



県内市町の徴収事務担当者34人が出席しました。講師に横浜市健康福祉局生活福祉部保険年金課滞納整理指導員の川井幸生氏を迎え「債権の調査と差押」について講義が行われました。

29金

第三者行為求償事務研修会：Web

11月

12金

山口県在宅保健師会「鈴の会」研修会：国保会館



山口県在宅保健師会「鈴の会」会員29人が出席しました。講師に山口県後期高齢者医療広域連合の栗田悠子氏、青木涼子氏、石橋歩実氏を迎え、高齢者の保健事業と介護予防等の一体的な実施、健康教室モデル事業、低栄養予防について講演が行われました。

18水

19金

国保制度改善強化全国大会：有楽町朝日ホール(東京都)

P6、7「情報ワイド」参照

県予算編成及び施策に係る陳情：山口県庁



山口県国民健康保険制度改善強化推進委員会を代表して、山口県国保連合会の藤本博常務理事と杉山修事務局長が令和4年度県予算の編成及び施策に関する陳情書を県に提出しました。

12月

15水

山口県保険者協議会特定保健指導従事者スキルアップ研修会：Web

17金

「国保連合会保健事業支援・評価委員会」報告会：Web

23水

告知板

地域医療の確保及び推進に関する懇話会

- 日にち 2/8 (火)
- 場所 山口グランドホテル

山口県国保連合会第2回通常総会

- 日にち 3/18 (金)
- 場所 国保会館

お知らせ

今号をもって「知って得する求償のいろは」が最終回を迎えました。本会求償班による、求償事務のコラムはいかがでしたか？より詳しい内容、第三者行為に関するお問い合わせは本会求償班まで。
なお、各年度の求償実績額につきましては、今後も本誌夏号に掲載いたします。

◇お問い合わせ◇

山口県国民健康保険団体連合会 保険者支援課求償班 TEL：083-925-2048

編集後記

▼今回取材させていただいた道の駅「萩しーまーと」で、「天日干しちりめん」と萩産かんきつの「味ぼん」を購入し、県外の実家にお土産で持って帰ったところ、とても喜んでもらえた。帰省する際にいつも道の駅や高速道路のSAに立ち寄り、山口県の特産品や目新しい商品を見つけるのが好きで、家族に好評だと、自分も満足した気持ちになる。コロナも落ち着き気軽に遠出できるようになった際には、初めて訪れる場所でまた新たな発見をしたい。

国保やまぐち 燦 No.383

令和4年1月発行(季刊発行)
発行部数 800部

発行所

山口県国民健康保険団体連合会
〒753-8520(個別番号) 山口市朝田1980番地7
TEL 083-925-2003



印刷所

コロニー印刷
〒747-1232 防府市大字台道10522番地
TEL 0835-33-0100

*国保やまぐち燦は、一部UDフォントを使用し、読みやすい誌面作りを心がけています。



維新のまち「萩」の旬市場

萩しーまーと



市場には17店舗が集結 / 海産物をはじめ、野菜・果物や萩の名産品など様々な商品がそろえられています。対面販売方式の館内では「公設市場」が再現され、食材についての会話を楽しみながら買い物ができます。



オンラインショップも開設されており、一番人気はなんと...ししょうゆ / 山口県発祥とされる甘みのある再仕込ししょうゆは、忘れられない味のようなのです。



デザートは萩ぶりん亭で！萩産の豊三カンをたっぷり使用した「萩マーマレード」や、萩の名所・菊ヶ浜をイメージした「酒ぶりん」など、萩ならではのプリンはいかがでしょう？



「森師のおばちゃん」が作った、じゃこたっぷりXO醤は萩で取れたじゃこをたっぷり使ったXO醤。どんな料理にも合う、駅員イ千オシ商品です！



道の駅から出発



3店舗あるレストランでは、萩で取れた新鮮な海の幸を味わえます。浜料理げんげんの「げんげんスペシャル定食」は赤身やフライなど盛りだくさん！ドライブスルーのサービスもはじめたとのこと。季節にあわせた旬の食材をお気軽に楽しみください！



松下村塾

古田松陰が主宰した私塾で、高杉晋作や伊藤博文など多くの偉人が輩出されました。8畳と10畳半からなる小さな建物は世界遺産にも認定されています。現在は松陰神社の境内にあり、外から部屋の中の様子を見ることができます。



萩反射炉

世界遺産にも認定された、萩反射炉。安政3年(1856)に建造したとされる、金風洞解炉の証作炉です。全面で建造されたもののうち現存する3層の1つで、当時の産業化の取り組みを物語る貴重な遺跡です。

道の駅から550m



道の駅「萩しーまーと」(2000年登録/県内14番目)

住所：山口県萩市椿東4160-61
TEL：0838-24-4937
休：元日

