

広報 [あわーへるす]

Our Health HOKURIKU

Healthy Information Magazine

2020

4

vol.346



令和2年度事業計画・予算のお知らせ P2・3

令和元年度保健事業実施報告 …… P4・5

健康講座 [糖尿病Q and A] …… P6・7

保養施設利用補助のご案内 …… P8

国民健康保険法第116条の2
該当・非該当の届け出について …… P8

令和2年度事業計画・予算のお知らせ

2月27日に開催された第118回臨時組合会において
令和2年度事業計画及び予算が決まりました。

国は、2040年頃には団塊ジュニア世代(30代後半から40代前半)が高齢者となり現役世代の減少が進むことを見据え、誰もがより長く元気に活躍でき安心して暮らすことができよう令和2年度の重点事項として『多様な就労・社会参加の促進』、『健康寿命延伸等に向けた保健・医療・介護の充実』、『安全・安心な暮らしの確保等』を掲げ、「人生100年時代」に対応した全世代型社会保障の構築に取り組んでいる。

その中でも、『健康寿命延伸等に向けた保健・医療・介護の充実』においては、①生活習慣病の疾病予防・重症化予防、②介護予防・フレイル対策、③保険者のインセンティブ強化、の3点を図ることとしており、医療保険者の視点から見ると、その存在意義を問われている状況である。

組合においては、財政面での改善を図るべく、平成31年度に介護保険料を増額したものの、依然として後期高齢者支援金及び介護納付金が増加しているとともに、医療費についても高齢化や医療の高度化等により増加の一途を辿っている状況である。

このように組合の財政面での改善が困難である中で、組合としては国の施策を適正に対応し、特に、糖尿病性腎症患者等の重症化予防の取組支援や保険者努力支援制度(保険者の予防・健康インセンティブの取組への支

援)を有効活用した保健事業の取組を積極的
に推進し、保険者機能の強化を高めていかなければならない。

また組合は、平成28年度以降、被保険者数
が増加傾向となっており、その状況が継続して
いるため、引き続き、組織基盤の安定化
に資するとともに、保険料の納期内納入の徹
底を講じていくこととする。

こうした状況を認識しつつ、役員は、認可
庁の指導や指示・助言を尊重したうえで、組
合の命題である法令遵守の徹底及びコーポレ
トガバナンスの強化を引き続き推進していかな
ければならない。

これらの諸課題をクリアするための具現化措
置として、令和2年度事業計画は、前年度と
同様「組織管理体制の強化」、「財政対策の推
進」、「事業運営の充実」の三つを重点事項の柱
として掲げ、それに応じた個別・具体的な課題
に対して積極的に取り組んでいくこととする。

I 組織管理体制の強化

1. 法令遵守に徹した組織・業務運営

(1) 公法人の役員としての意識の向上

本部役員はコンプライアンスに関する専門
知識の研修を受講する等して、コンプライア
ンス及び牽制機能の強化を図る。

また、諸関係団体の各種会議・研修会等を通
じて、本支部役員全体の意識向上に努める。

2. コーポレートガバナンスの強化

(1) 組合会の民主的牽制の維持

組合会議決については、国民健康保険法第
27条に定められた議決事項を適正に執行する。

(2) 理事の職務の明確化

理事の職務及び権限を明確にし、理事会の
監督機能を強化する。

(3) 事務局体制の見直し

事務局体制を見直し、コーポレートガバナンス
の専門部署を設置し更なる強化を図る。

(4) 支部運営の平準化及び事務処理の均一化

① 諸規程類の遵守

支部運営の平準化に資するため、諸規程類
の遵守を図るとともに、重要事項事前協議
申請兼承認の徹底を強化する。

② 支部・出張所指導監査等の効果的遂行

関係法令・規約・諸規程に基づき法令遵守
の徹底、自主点検シートの未了項目の改善、
機関会議資料の書式の統一化及び過去の指
導監査で指摘の多かった事項を中心に、効果
的な指導監査や事務指導を実行する。

③ 支部における出張所の管理

出張所研修会及び出張所指導監査の実施
により、出張所の管理体制を強化する。

④ 自主点検シートの見直し(重点化等)

■ 予算総額394億8956万5千円

款	歳入	
	金額(千円)	被保険者1人当たり(円)
国民健康保険料	18,948,542	167,835
国庫支出金	14,523,052	128,636
前期高齢者交付金	2	-
都支出金	50,980	452
共同事業交付金	728,725	6,455
財産収入	19,077	169
繰入金	500,001	4,429
繰越金	4,653,443	41,217
諸収入	65,743	582
合計	39,489,565	349,775

款	歳出	
	金額(千円)	被保険者1人当たり(円)
組合会費	8,073	72
総務費	2,401,868	21,274
保険給付費	21,566,110	191,020
後期高齢者支援金等	6,976,365	61,792
前期高齢者納付金等	1,872,572	16,586
老人保健拠出金	0	-
介護納付金	3,355,815	29,724
共同事業拠出金	821,000	7,272
保健事業費	700,514	6,205
積立金	371	3
諸支出金	767,062	6,794
予備費	1,019,815	9,033
合計	39,489,565	349,775

令和元年度の自主点検シートを見直し、コンプライアンスに係る点検を重点とした新たな審査体制の構築を図る。

3. 適用の適正化の推進

- (1) 日常的・恒常的資格確認の徹底
- (2) 現況調査の実施

令和3年度被保険者証更新時は、関東、中・四国、九州地区を対象に実施するとともに、理事・監事・組合会議員・支部長等に対する資格確認調査も厳密に行う。

4. 組織基盤拡充・強化対策の見直しの検討

母体団体等との業務委託契約を解除し、本・支部が主体となり組合員の加入促進活動を推進する。

5. 国保制度改革及び

マイナンバー制度への的確な対応

国保制度改革への情報収集に努め、また、マイナンバー制度についても、特定個人情報管理・徹底しつつ、情報連携を有効利用すること、事務の効率化を図り、的確な対応を取る。

4. 医療費適正化の推進

(1) セプト点検の励行

委託業者と診療報酬改定の情報を踏まえて、査定傾向の情報共有し、財政効果の向上を図り医療費の適正化に資する。

(2) 重複・頻回受診の適正化の推進

- ① 広報媒体等を活用した啓発
- ② 医療費通知の実施
- ③ 届出用紙等を活用した啓発
- (3) 後発医薬品の普及促進

(1) ジェネリック医薬品差額通知の実施

- ② 広報媒体等を活用した代替え勧奨
- ③ 被保険者証に貼付するジェネリック医薬品希望シールの配付
- ④ 届出用紙等を活用した利用勧奨

5. 附加給付等の見直しの検討

財政状況を鑑みて被保険者サービスに寄与する内容を検討する。

6. 支部運営助成費の見直し

支部運営助成費の見直しを検討する。

III 事業運営の充実

1. 保健事業の積極的推進

(1) 第2期データヘルス事業の推進

- ① データヘルス計画の中間評価
- ② 特定健診・特定保健指導の推進
- ③ 糖尿病重症化予防事業の推進
- (2) 特定健診・特定保健指導の推進

(1) 特定健康診査等実施計画の中間評価

- ② 未受診者への受診勧奨(受診勧奨バガキの

送付・女性の受診率向上)の推進

③ 保健事業補助金増額等による集団健診の推進(女性の受診率向上)

- ④ 受診券到着前受診への補助
- ⑤ 訪問型保健指導実施機関との連携強化
- ⑥ 受診率・実施率向上対策(インセンティブ)の実施
- ⑦ 広報媒体等を活用した受診勧奨及び実施勧奨

(3) 健康管理員を活用した保健事業の推進

- ① 健康管理員研修会開催の推進
- ② 健康管理員へのインセンティブ表彰(インセンティブ)の増額)

(4) 医療費抑制に向けた予防医療・健康づくり事業の推進

- ① 支部(出張所)が主体となった健康講座への補助
- ② インフルエンザ予防接種費用の補助
- ③ 肺炎球菌感染症予防接種費用の補助
- ④ 保養施設利用の補助
- ⑤ 出産記念品の贈呈
- ⑥ 家庭用常備薬の有償貸付

2. 広報・宣伝活動の充実

(1) ホームページ・広報紙及びわが家の健康便利帳等の充実

広報媒体を有効に活用して被保険者に対し組合事業や健康づくり活動等の情報提供を迅速、かつ、分かりやすく伝達するため、ホームページの見直し等を検討する。

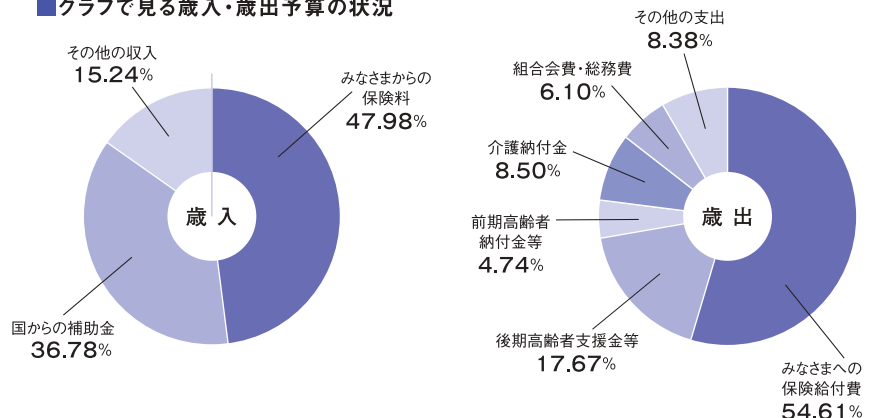
3. 設立50周年事業の実施

昭和45年6月18日に設立した当組合の設立50周年の記念式典を実施する。

■ 予算の基礎

被保険者数	112,900人
組合員	53,100人
家族	59,800人
(うち第2号被保険者)	47,240人
一世帯当たり保険料額	356,846円

■ グラフで見る歳入・歳出予算の状況



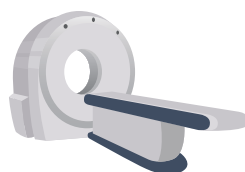


令和元年度保健事業実施報告

昨年度行われた様々な健康事業をご紹介します。
本年度も奮ってご参加ください。

4～6月

人間ドック



石川会場：石川県予防医学協会
富山会場：北陸予防医学協会
概 要：特定健診・特定保健指導の導入により、
40歳未満の方を対象に実施

5～6月

健康診断（前期）



石川会場：石川県予防医学協会
富山会場：北陸予防医学協会
概 要：特定健診・特定保健指導の導入により、
40歳未満の方を対象に実施



6月

ウォーキング大会



石川会場：うのけ総合公園（かほく市）
富山会場：富岩運河環水公園（富山市）
概 要：参加者全員に完歩証・参加賞を授与



石川会場



富山会場

6～翌年1月

特定健診

概 要：40歳以上の方を対象に、メタボリック

シンドロームに着目した健康診断を実施

（石川県予防医学協会・北陸予防医学協会
での事業所健診パックを含む）



8月

料理教室



会 場：加藤キッチンスタジオ（金沢市）
テ ー マ：糖質カットでヘルシーメニュー
概 要：料理の解説と実習及び試食会を実施



10～翌年1月

インフルエンザ

予防接種費用の補助

概 要：一人あたり2,500円を限度に補助

（年度内1回）



11月

健康診断（後期）

石川会場：石川県予防医学協会
 富山会場：北陸予防医学協会
 概要：特定健診・特定保健指導の導入により、40歳未満の方を対象に実施



感冒対策セット配付

概要：カゼ・インフルエンザ予防として組合員全員にマスク・のど飴等を配付

12月

料理教室

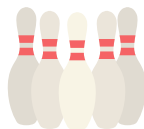
会場：加藤キッチンスタジオ（金沢市）
 テーマ：冬野菜を使った減塩料理
 概要：料理の解説と実習及び試食会を実施



1月

新春ボウリング大会

石川会場：コロナキャットボウル金沢店（金沢市）
 富山会場：富山地铁ゴールデンボウル（富山市）
 概要：順位賞、特別賞他、全員に参加証を授与



2月

令和元年度健康管理員研修会

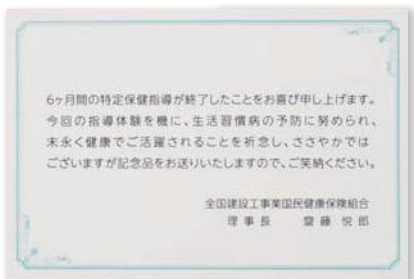
会場：金沢勤労者プラザ（金沢市）
 目的：保健事業の推進
 講師：山崎千晶（管理栄養士）
 演題：人生100年時代は自分で健康を守る
 概要：貯筋できていますか？

貯筋



特定保健指導終了者表彰

概要：要：6ヶ月間の特定保健指導を終了された方に表彰品贈呈



通年

特定保健指導

概要：要：特定健診の結果より、メタボ・メタボ予備軍の方を対象に保健指導（訪問型・通院型）を実施



肺炎球菌感染症予防接種費用の補助

概要：要：一人あたり2,500円を限度に補助（65歳と70歳の方・年度内1回）

保養施設利用補助

概要：要：契約保養施設を利用される方に、一人あたり5,000円を限度に補助（年度内1回）



糖尿病 Q and A

～糖尿病と上手にお付き合いするために～

金沢医科大学 糖尿病・内分泌内科学

准教授 北田宗弘

はじめに

2018年の国民健康・栄養調査によりますと、わが国で糖尿病が強く疑われる人は約1,000万人、糖尿病の可能性を否定できない人(糖尿病予備軍)も約1,000万人いることが報告されています。これは40歳以上では約3-4人に1人が糖尿病あるいは糖尿病予備軍ということになります。今年度は、糖尿病についてより良く知って頂けるように、日ごろ患者さんから質問されることを中心に、「糖尿病 Q and A」として連載させて頂きます。

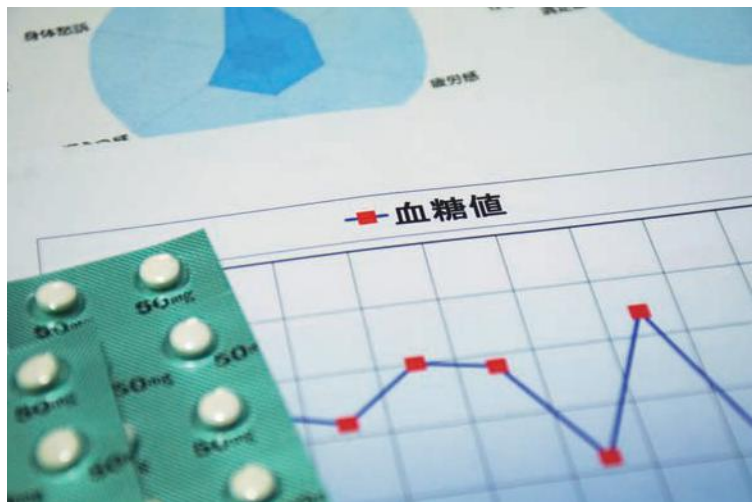
Q
健康診断で血糖値が高いと言われました。どうすればいいでしょうか？

A
健康診断の結果、血糖値が高めです、糖尿病予備軍の可能性が有ります、や、糖尿病が疑われます、と言われたことがある人は少なくないと思います。

症状がほとんどないので医療機関を受診せずそのままになっていませんか？糖尿病未治療(血糖高めを言われていたが放置していた)の人や、治療を中断した人は、かなり悪くなつてから医療機関を受診されることが多いのが現状です。残念ながら糖尿病は完全に治ってしまう病気ではありませんが、不治の病でもありません。糖尿病は上手にお付き合い(コントロールをします)とすることができますと決して怖い病気ではありません。しかし、上手にお付き合い

合いができないと、後で紹介するようなとてもやっかいで怖い病気に豹変します。お付き合いの仕方も、糖尿病の程度や年齢などにより人それぞれ違います。上手にお付き合いをするために、まずは「お付き合いの相手」に「糖尿病」について知ることが始めましょう。そのために血糖高めを放置せず、まず医療機関を受診し継続して経過観察しましょう。

血糖値測定器を使って血液1滴で簡単に血糖値が分かります。
空腹時126mg/dl以上
食後200mg/dl以上で糖尿病が強く疑われます。



※写真はイメージです。

糖尿病は完全に治ってしまう病気ではありませんが、
不治の病でもありません。
まずは“糖尿病”について知ることから始めましょう。



※写真はイメージです。



石川県河北郡市糖尿病協議会
キャラクター:しめっぴい

糖尿病の合併症は「し・め・じ」「え・の・き」

- | | | | |
|---|-----------|---|------|
| し | …神経障害・歯周病 | え | …壊疽 |
| め | …目(網膜症) | の | …脳卒中 |
| じ | …腎臓(腎症) | き | …狭心症 |

糖尿病：尿に糖が出る病(やまい)と書きますが、病気の本体は、血糖値が高いことです。つまり、糖尿病をみるには、血液検査で血糖値をみる必要があります。

特徴1

A
糖尿病には
3つの特徴があります。

Q
糖尿病ってどんな病気か教えて下さい。
今は自覚症状も特にありません。

特徴2

血糖値が少々高いだけでは自覚症状がほとんどありません。しかし、症状をほとんど感じない軽い糖尿病でも知らない間に病状が進行していくことがあります。糖尿病の怖いところは、血糖値がかなり高くなると、余分な糖を尿と一緒に捨てるため尿がたくさんでます(多尿)。またのどがよく渴き(口渇)、たくさん水分をのみたくなります(多飲)。さらに病状がすすむと、体がだるい(倦怠感)、もつとすすむと急に体重が減る(体重減少)ことがあります。

特徴3

特有の糖尿病合併症(糖尿病が原因で起こる病気)が起こることがあります。眼が悪くなる、網膜症、腎臓が悪くなる、腎臓病、細い神経の働きが悪くなる、末梢神経障害を合わせて糖尿病3大合併症と言います。また動脈硬化症の病(狭心症、脳卒中など)、歯周病、足壊疽(えそ)も合併症と考えられます。合併症を起こすと治療に難渋することが多くなります。糖尿病は、まさに、合併症が怖い病気です。

Doctor



北田 宗弘 Munehiro Kitada
准教授 金沢医科大学 糖尿病・内分泌内科学

略歴

- | | |
|-------------|---------------------------|
| 平成8年 | 富山医科薬科大学(現 富山大学)医学部医学科 卒業 |
| 平成8年 | 滋賀医科大学附属病院 第3内科 研修医 |
| 平成9年 | 大津赤十字病院 内科部レジデント |
| 平成11年 | 社会保険滋賀病院 内科(腎臓・内分泌代謝) 医員 |
| 平成12-16年 | 滋賀医科大学大学院(学位取得) |
| 平成16年(4-9月) | 順天堂大学腎臓・高血圧内科(国内留学) |
| 平成16年10月 | 市立長浜病院 内科(腎臓・内分泌代謝) 医長 |
| 平成18年 | 金沢医科大学病院 生活習慣病センター 助教 |
| 平成20年 | 米国ハーバード大学ジョスリン糖尿病センター 研究員 |
| 平成22年 | 金沢医科大学 糖尿病・内分泌内科学 講師 |
| 平成27年 | 同 准教授 |

保養施設の利用補助を行っています。

建設国保では、被保険者が契約保養施設に宿泊する際の宿泊費を、1人あたり5,000円を限度に実費補助する制度があります。ゆっくり休養することで心身のリフレッシュが期待されますので、ぜひご活用ください。

※年度内1回1泊分

※小学生未満の未就学児は補助対象外です

契約保養施設、利用方法は、建設国保ホームページもしくは「わが家の健康便利帳」をご確認ください。



国民健康保険法第116条の2 該当・非該当の届け出について

修学のために親もとから 住民票を移す(している)場合、 届出が必要です。

家族が学校に通うために住民票を移す場合、届け出をすることで特例として被保険者資格が適用されます。

*適用となる学校・・・幼稚園、小学校、中学校、高等学校、中等教育学校、特別支援学校、大学(短期大学、大学院を含む)及び高等専門学校、専修学校、各種学校

*就学者自身もしくは親類等が生活を維持している場合はこの特例に該当しませんので資格喪失となります

【届出に必要な書類】

1. 国民健康保険法第116条(修学)該当届
2. 就学者の世帯全員の住民票(続柄・マイナンバー記載のもの)
3. 在学証明書、または学生証(在学年・有効期限が確認できるもの)

詳しくは支部(076-233-1021)にお問い合わせください。

