

# 平成 23 年 度 第 7 回

## 宇 都 宮 市 国 民 健 康 保 険 運 営 協 議 会

### 会 議 次 第

日 時 平成 24 年 2 月 16 日 (木)  
午後 3 時 30 分 ~

会 場 宇都宮市役所 14 階  
14 B 会議室

#### 1 開 会

(1) 委員の変更について

#### 2 議 事

(1) 報告事項

- ・報告第 1 号 「国保アクションプラン 23 の取組状況と国保アクションプラン 24 の主な取組」について
- ・報告第 2 号 平成 24 年度国民健康保険特別会計当初予算 (案) の概要について

(2) その他

#### 3 閉 会

宇都宮市国民健康保険運営協議会委員名簿

平成24年2月1日現在

委員種別	氏名	役職等
第1号委員 被保険者代表	木村 由美子	市議会議員
	荒川 恒男	〃
	藤井 弘一	〃
	山口 ゆりえ	市商工会議所青年部会員
	鹿野 順子	〃 女性部会員
	吉田 利夫	市農業委員会会長職務代理者
	相場 カツ子	市農業委員会委員
第2号委員 保険医・ 保険薬剤師代 表	稲野 秀孝	市医師会会長
	吉田 良二	市医師会副会長
	齋藤 公司	〃
	菊池 進一	〃
	小林 豊	市歯科医師会会長
	菊地 善郎	市歯科医師会副会長
	廣田 孝之	市薬剤師会理事
第3号委員 公益代表	斉藤 さちこ	市議会議員
	福田 智恵	〃
	角田 和之	〃
	中山 勝二	〃
	岡地 和男	市社会福祉協議会 事務局 会長
	鈴木 逸朗	市民生委員児童委員協議会会長
	山口 裕	宇都宮人権擁護委員協議会 宇都宮部会 委員
第4号委員 被用者保険等 被保険者代表	野中 貞明	栃木県トラック健康 保険組合 常務理事
	栗田 昭治	全国健康保険協会栃木支部 支 部 長
	直井 茂	栃木県市町村職員共済組合 事務局 局長

## 事 務 局 名 簿

氏 名	役 職
手 塚 英 和	保健福祉部長
川 中 子 武 保	保健福祉部次長
横 山 恭 久	保健福祉部保健福祉総務課総務担当主幹
水 沼 行 博	保健福祉部保険年金課長
本 澤 利 明	保健福祉部保険年金課長補佐
野 沢 努	保険年金課管理グループ係長
佐 藤 雅 俊	保険年金課国保給付グループ係長
鈴 木 信 晴	保険年金課国保税グループ係長
阿 部 宏 之	保険年金課収納グループ係長
中 村 正 基	保険年金課滞納整理グループ係長
吉 井 貴 久	保険年金課管理グループ総括主査
高 橋 聰	保険年金課国保給付グループ総括主査
高 橋 英 之	保険年金課国保税グループ総括主査
古 川 信 也	保険年金課収納グループ総括主査
佐 野 直 子	保険年金課滞納整理グループ総括主査

報告第1号 国保アクションプラン23の取組状況と国保アクションプラン24の主な取組

1 リレーションシップの構築

施策	主な取組(平成23年度),実績 Plan Do	評価 Check	改善点,今後の方向性 Act	平成24年度の主な取組 Plan
情報発信	<ul style="list-style-type: none"> <li>ホームページの充実 「よくある質問」の掲載</li> <li>国保だよりの充実 3回発行(昨年は1回)</li> <li>国保サポーターの活用 新規 被保険者から公募した国保サポーター (18名)が国保だよりの編集に参加</li> </ul>	<p>ホームページについては,健康づくりなどの情報の発信が不足している。</p> <p>国保だよりについては,発行回数,ページ数を増やし,また,紙面づくりに国保サポーターを加え,従来のものに比べ健康づくりの情報が充実した。</p>	<p>ホームページ,国保だよりととも,国保サポーターを有効に活用しながら情報の質・量を増やし,更なる情報の充実を図る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>国保だよりに,ホームページの情報の充実 健康づくりを中心とした情報を更に充実し,国保だよりについては年3回発行</li> <li>国保サポーターの活用 国保だよりのほか,ホームページでの情報発信にも活用</li> </ul>

2 保険税収納率の向上

施策	主な取組(平成23年度),実績 Plan Do	評価 Check	改善点,今後の方向性 Act	平成24年度の主な取組 Plan																														
口座振替の加入促進	<p>ペイジー口座振替受付サービスの導入(4月~) 新規</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>口座振替加入キャンペーンの実施</li> <li>電話による加入勧奨</li> </ul> <p>新規加入件数</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>1月末</th> <th>見込 (実績)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>23</td> <td>1,946</td> <td>2,200</td> </tr> <tr> <td>22</td> <td>1,786</td> <td>1,988</td> </tr> </tbody> </table> <p>うちペイジー利用288件(24年1月末)</p>	年度	1月末	見込 (実績)	23	1,946	2,200	22	1,786	1,988	<p>口座振替加入キャンペーンに加え,加入手続きが簡便なペイジー口座振替受付サービスを4月から導入したことなどにより,加入者が増加している。</p>	<p>口座振替加入キャンペーンを継続するとともに,ペイジー口座振替受付サービスの活用などにより窓口での勧奨,更なる納税者への啓発を行なう。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>口座振替加入キャンペーンの実施 新規加入者に景品贈呈</li> <li>ペイジー口座振替受付サービスの活用</li> <li>窓口での勧奨の強化</li> <li>金融機関等でのPRポスター掲示 <span style="background-color: #0070c0; color: white; padding: 2px;">新規</span></li> </ul> <p>【目標】新規加入 2,800件 (23年度比 600件プラス)</p>																					
年度	1月末	見込 (実績)																																
23	1,946	2,200																																
22	1,786	1,988																																
納税催告センターの活用	<ul style="list-style-type: none"> <li>電話催告</li> </ul> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>12月末</th> <th>うち接触</th> <th>接触率</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>23</td> <td>5,289件</td> <td>2,279件</td> <td>43.1%</td> </tr> <tr> <td>22</td> <td>4,077件</td> <td>2,441件</td> <td>59.9%</td> </tr> </tbody> </table> <p>電話番号判明者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>文書催告</li> </ul> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>12月末</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>23</td> <td>5,657件</td> </tr> <tr> <td>22</td> <td>4,307件</td> </tr> </tbody> </table> <p>電話催告の不在者及び電話番号不明者</p>	年度	12月末	うち接触	接触率	23	5,289件	2,279件	43.1%	22	4,077件	2,441件	59.9%	年度	12月末	23	5,657件	22	4,307件	<p>納期の翌月に1期毎に行っていた催告を見直し,2期分ずつ催告を実施したことで,催告件数が増加した。</p> <p>【催告の見直し】</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>従 来</th> <th>現 在</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>9月 1期</td> <td>1期</td> </tr> <tr> <td>10月 2期</td> <td>1・2期</td> </tr> <tr> <td>11月 3期</td> <td>2・3期</td> </tr> <tr> <td>・</td> <td>・</td> </tr> <tr> <td>・</td> <td>・</td> </tr> </tbody> </table>	従 来	現 在	9月 1期	1期	10月 2期	1・2期	11月 3期	2・3期	・	・	・	・	<p>納税催告センターのより効果的な活用を図る。</p> <p>納税催告センター,徴収嘱託員,職員による滞納の状況に応じた催告の役割分担を見直し,効率的な催告の実施を図る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>出納閉鎖前の電話催告の強化(4月~5月)</li> <li>滞納初期での催告(電話,文書)</li> <li>架電接触後の後追いによる再架電の強化</li> <li>口座振替不能者への督促状発布以前の電話催告</li> </ul>
年度	12月末	うち接触	接触率																															
23	5,289件	2,279件	43.1%																															
22	4,077件	2,441件	59.9%																															
年度	12月末																																	
23	5,657件																																	
22	4,307件																																	
従 来	現 在																																	
9月 1期	1期																																	
10月 2期	1・2期																																	
11月 3期	2・3期																																	
・	・																																	
・	・																																	

施 策	主な取組（平成 23 年度）, 実績 Plan Do	評 価 Check	改善点, 今後の方向性 Act	平成 24 年度の主な取組 Plan												
徴収嘱託員の活用	<ul style="list-style-type: none"> <li>現年度分の徴収金額（千円）</li> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>12 月末</th> <th>見込 (実績)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>23</td> <td>49,994</td> <td>136,500</td> </tr> <tr> <td>22</td> <td>47,091</td> <td>128,475</td> </tr> </tbody> </table> </ul>	年度	12 月末	見込 (実績)	23	49,994	136,500	22	47,091	128,475	<p>過年度中心であった嘱託員徴収を現年度滞納の早い段階（納税催告センター催告後の1か月程度）で訪問・徴収を開始するよう嘱託員の活用を図ったことなどから、<u>現年度分の徴収額は昨年度に比べ増加する見込</u>である。</p>	<p>現年度の徴収を更に強化するため、納税催告センター催告の後、速やかに嘱託員徴収を実施する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>嘱託員による現年度滞納への早期着手 現年度の滞納繰越をさせないために嘱託員による臨戸訪問を早期に実施する。</li> <li>【目標】 徴収額 145,700 千円 (23 年度比 9,200 千円プラス)</li> </ul>			
年度	12 月末	見込 (実績)														
23	49,994	136,500														
22	47,091	128,475														
職員による電話催告（現年度滞納者対象）	<ul style="list-style-type: none"> <li>電話催告</li> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>件数</th> <th>金額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>23</td> <td>4,062 件 (1,531 件)</td> <td>294,505 千円 (92,340 千円)</td> </tr> <tr> <td>22</td> <td>2,022 件 (548 件)</td> <td>203,761 千円 (54,043 千円)</td> </tr> </tbody> </table> <p>( ) 内は、納付約束又は納付指導</p> </ul>	年度	件数	金額	23	4,062 件 (1,531 件)	294,505 千円 (92,340 千円)	22	2,022 件 (548 件)	203,761 千円 (54,043 千円)	<p>従前は一定額以上の滞納者に対して電話催告していたものを、現年度の収納対策の強化を図るため、全滞納者に拡大したことから催告件数が増え、納付約束又は納付指導した件数・金額とも大幅に増加した。</p>	<p>課税への不満など納税催告センターで対応しにくいものや累積滞納となる滞納者については、職員による電話催告を重点的に実施する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>継続的な電話催告 累積滞納などへの電話催告を継続的に実施</li> </ul>			
年度	件数	金額														
23	4,062 件 (1,531 件)	294,505 千円 (92,340 千円)														
22	2,022 件 (548 件)	203,761 千円 (54,043 千円)														
臨戸訪問（職員）	<ul style="list-style-type: none"> <li>部内臨戸訪問や全庁支援による訪問の実施</li> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>部内</th> <th>全庁</th> <th>徴収金額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>23</td> <td>140 件</td> <td>288 件</td> <td>1,885 千円</td> </tr> <tr> <td>22</td> <td>97 件</td> <td>301 件</td> <td>1,252 千円</td> </tr> </tbody> </table> <p>24 年 1 月末現在</p> </ul>	年度	部内	全庁	徴収金額	23	140 件	288 件	1,885 千円	22	97 件	301 件	1,252 千円	<p>滞納者に対する財産調査（銀行預金・不動産・動産）と併せて臨戸訪問を実施したことや、部内臨戸訪問の対象者を拡充したことにより、職員による訪問件数が増加した。</p>	<p>直接、職員が訪問し納税相談や指導・生活状況の確認等を実施することで、納税者の納付意識の向上や滞納整理につなげるため、更に職員による臨戸訪問の拡大を図る。また、引き続き全庁支援・部内支援による協力を得ながら休日や平日臨戸訪問を実施する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>職員による訪問納税指導 <b>拡充</b> 平日臨戸 週 1 日 × 1 班</li> <li>全庁支援, 部内支援での休日臨戸訪問の実施</li> <li>【目標】 徴収金額 3,000 千円 (23 年度比 1,115 千円プラス)</li> </ul>
年度	部内	全庁	徴収金額													
23	140 件	288 件	1,885 千円													
22	97 件	301 件	1,252 千円													
文書催告（職員）	<ul style="list-style-type: none"> <li>現年度・過年度催告において特別催告（カラー催告）を実施</li> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>12 月末</th> <th>見込 (実績)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>23</td> <td>8,985</td> <td>16,000</td> </tr> <tr> <td>22</td> <td>8,009</td> <td>15,869</td> </tr> </tbody> </table> <li>ちらし同封催告書（24 年 2 月～）新規 436 通</li> </ul>	年度	12 月末	見込 (実績)	23	8,985	16,000	22	8,009	15,869	<p>高額滞納や長期滞納に対して特別催告を送付してきたが、現年度の滞納者に対しても特別催告を送付。また、資格証・短期証の交付や給付の差止, 差押執行についての「ちらし」を同封し接触の機会を図った。</p>	<p>今後も効果的な催告を実施し、滞納者との接触機会の拡大を図る。現年度、滞納者に対しては納期内納税の重要性を説く内容の「ちらし」等を催告書に同封し、早期納税に繋げる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>滞納の状況に応じた的確な文書催告</li> <li>【目標】 特別催告送付件数 16,000 件 (23 年度と同数)</li> </ul>			
年度	12 月末	見込 (実績)														
23	8,985	16,000														
22	8,009	15,869														
差押の強化	<ul style="list-style-type: none"> <li>預貯金, 給与, 不動産の差押</li> <li>生命保険の差押 新規 5 件 (24 年 1 月末)</li> <li>自動車の差押 新規 1 件 (24 年 1 月末)</li> </ul> <p>差押件数・収納額</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>1 月末</th> <th>うち債権</th> <th>収納額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>23</td> <td>233 件</td> <td>168 件</td> <td>32,194 千円</td> </tr> <tr> <td>22</td> <td>109 件</td> <td>79 件</td> <td>20,448 千円</td> </tr> </tbody> </table>	年度	1 月末	うち債権	収納額	23	233 件	168 件	32,194 千円	22	109 件	79 件	20,448 千円	<p>高額滞納者や長期滞納者などに対し、預貯金, 不動産を中心に差押を実施し、差押件数が大幅に増加した。また、新たに生命保険や自動車の差押も実施し、差押の強化を図った。</p>	<p>高額滞納者や長期滞納者など、納付能力がありながら納付や相談が無い滞納者に対し、引き続き預貯金, 不動産の差押を実施する。また、給与や生命保険, 自動車等の財産調査を徹底し, 更なる差押の強化に取り組む。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>預金差押の対象拡大（都市銀行）拡充</li> <li>生命保険・自動車差押の強化</li> </ul>
年度	1 月末	うち債権	収納額													
23	233 件	168 件	32,194 千円													
22	109 件	79 件	20,448 千円													

施策	主な取組(平成23年度),実績 Plan Do	評価 Check	改善点,今後の方向性 Act	平成24年度の主な取組 Plan																															
特別収納対策室との連携	・差押件数・収納額 <table border="1"> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>1月末</th> <th>うち債権</th> <th>収納額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>23</td> <td>127件</td> <td>98件</td> <td>19,889千円</td> </tr> <tr> <td>22</td> <td>56件</td> <td>56件</td> <td>14,182千円</td> </tr> </tbody> </table> 〔移管対象〕 23年度 1年以上かつ30万円以上滞納 22年度 1年以上かつ50万円以上滞納	年度	1月末	うち債権	収納額	23	127件	98件	19,889千円	22	56件	56件	14,182千円	特別収納対策室への移管対象案件の拡大や、財産調査の徹底により、差押件数が大幅に増加した。 また、移管予告通知を送付したことにより納税に繋がるなどアナウンス効果も大きく、その後の自主納付の履行に結びついている。	引き続き定期的に進捗状況の情報を交換するとともに、困難と思われる案件には、共同で対応するなど、緊密な連携による差押の強化を図る。 また、効果的な滞納整理を図るため、移管基準については、適宜見直しを行う。	・緊密な連携による差押の強化 滞納者の情報交換, 移管基準の見直し																			
年度	1月末	うち債権	収納額																																
23	127件	98件	19,889千円																																
22	56件	56件	14,182千円																																
二重資格者の解消	・該当者の抽出, 届出勧奨(通知) <table border="1"> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>1月末</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>23</td> <td>599人</td> </tr> <tr> <td>22</td> <td>241人</td> </tr> </tbody> </table>	年度	1月末	23	599人	22	241人	年金記録と所得情報等を突合し、社会保険の該当と思われる者に対して、10月に強化月間を設け、集中的に勧奨通知を送付し、二重資格の解消の強化を図った。	強化月間を5月に前倒するとともに、異動者への効果的な啓発を行うため、市の窓口のほか、ハローワークなどの協力を得て周知を行い、二重資格者の早期解消(資格の適正化)を図る。	・啓発ちらしの配付 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">新規</span> ハローワーク, 年金事務所, 全国健康保険協会 ・資格適正化の強化月間の早期対応 実施時期を10月から5月に変更																									
年度	1月末																																		
23	599人																																		
22	241人																																		
資格証明書・短期被保険者証の交付	・交付件数(24年1月短期被保険者証更新時) <table border="1"> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>資格証明書</th> <th>短期被保険者証</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>23</td> <td>2,782</td> <td>3,844</td> </tr> <tr> <td>22</td> <td>3,141</td> <td>3,368</td> </tr> </tbody> </table> 短期被保険者証については、納税意識の向上と事務の効率化のため交付基準を見直し、「3か月証」は廃止し「1か月証」と「6か月証」とした。 (「3か月証」対象者のうち納税意識が低い者は「1か月」、継続的な納税が見込まれる者は「6か月」に有効期間を変更)	年度	資格証明書	短期被保険者証	23	2,782	3,844	22	3,141	3,368	資格証明書, 短期被保険者証については、滞納の状況に応じ適切に交付している。 交付基準を見直し、「3か月証」を廃止したことにより事務の効率化が図られ、その分、滞納整理などほかの業務に従事することができ、事務の改善に繋がった。	保険税の納付と納税相談の機会確保のため、引き続き適切かつ効果的に交付していく。	・適切かつ効果的な交付																						
年度	資格証明書	短期被保険者証																																	
23	2,782	3,844																																	
22	3,141	3,368																																	
《計画の目標値》  現年度収納率	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>1月末現在</th> <th>目標</th> <th>見込(実績)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>23年度</td> <td>71.43%</td> <td>85.50%</td> <td>85.50%</td> </tr> <tr> <td>22年度</td> <td>70.86%</td> <td>84.00%</td> <td>83.67%</td> </tr> </tbody> </table> 【参考】現年度収納率の推移 (単位: %) <table border="1"> <thead> <tr> <th>16年度</th> <th>17年度</th> <th>18年度</th> <th>19年度</th> <th>20年度</th> <th>21年度</th> <th>22年度</th> <th>23年度(見込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>85.01</td> <td>85.79</td> <td>85.49</td> <td>86.50</td> <td>83.92</td> <td>83.29</td> <td>83.67</td> <td>85.50</td> </tr> </tbody> </table>		1月末現在	目標	見込(実績)	23年度	71.43%	85.50%	85.50%	22年度	70.86%	84.00%	83.67%	16年度	17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	23年度(見込)	85.01	85.79	85.49	86.50	83.92	83.29	83.67	85.50	⇒ <table border="1"> <thead> <tr> <th>目標</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>24年度 86.50%</td> </tr> </tbody> </table> <table border="1"> <thead> <tr> <th>国保経営改革プランでの目標</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>26年度 88%</td> </tr> </tbody> </table>	目標	24年度 86.50%	国保経営改革プランでの目標	26年度 88%	
	1月末現在	目標	見込(実績)																																
23年度	71.43%	85.50%	85.50%																																
22年度	70.86%	84.00%	83.67%																																
16年度	17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	23年度(見込)																												
85.01	85.79	85.49	86.50	83.92	83.29	83.67	85.50																												
目標																																			
24年度 86.50%																																			
国保経営改革プランでの目標																																			
26年度 88%																																			



### 3 医療費の適正化

施策	主な取組(平成23年度),実績 Plan Do	評価 Check	改善点,今後の方向性 Act	平成24年度の主な取組 Plan
ジェネリック医薬品の普及促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>ジェネリック医薬品差額通知の検討 国保連新システムの差額通知の検証</li> <li>アンケートの実施 新規 2月実施予定</li> <li>国保新規加入者への「お願いカード」と「啓発ちらし」の配付</li> </ul>	窓口において「お願いカード」等の配付により,ジェネリック医薬品の啓発に努めている。	一層の啓発が必要であるため,窓口での「お願いカード」等の配付のほか,差額通知の送付について,関係機関と調整の上,24年度からの実施に向け準備を進める。	<ul style="list-style-type: none"> <li>差額通知の送付 <b>新規</b></li> <li>「お願いカード」と「啓発ちらし」の送付 保険証更新時に全被保険者</li> </ul>
レセプト点検の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>レセプト電子化による点検の対象の拡大 個人の医療機関のレセプトも点検</li> </ul> <b>【目標】</b> 点検件数 2,400件/月 実績見込 2,100件/月 国保連のシステムトラブルの影響により,点検件数は前年度実績を下回る見込み。	診療内容等が適切かどうか審査するためのレセプト点検が,レセプトの電子化により縦覧点検の範囲を個人の医療機関まで拡大し,より効果的な点検が推進できるようになった。	レセプト管理システムを活用し,引き続き効果的・効率的な点検に努める。	<b>【目標】</b> 点検件数 月3,000件 (23年度比 月900件プラス)

### 4 保健事業の充実

施策	主な取組(平成23年度),実績 Plan Do	評価 Check	改善点,今後の方向性 Act	平成24年度の主な取組 Plan												
特定健康診査・特定保健指導の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>未受診者への受診勧奨 電話 20,000件 郵便 6,900件 (24年1月末) (健診の重要性周知リーフレット同封)</li> </ul> 平成22年度実績 23.1% 平成23年度見込 23.3%	未受診者への受診勧奨強化策として,電話勧奨のほか,勧奨通知を「はがき」から封書に切替え,「リーフレット」を同封するなど拡充を図ったため,受診率は前年度を若干上回る見込みである。	未受診者への直接の受診勧奨を継続していくほか,意識啓発のため新聞などのマスコミも活用しPRを強化する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>新聞等マスコミを活用した周知 <b>新規</b></li> <li>啓発用ポスターの作成掲示 <b>新規</b></li> <li>第2期「特定健康審査等実施計画」の策定準備</li> <li>未受診者への受診勧奨(電話,郵便)</li> <li>出前健診など健診機会の拡充 <b>拡充</b></li> </ul>												
人間ドック・脳ドックの推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>定期的に市の広報紙で案内(2か月ごと) *助成額10,000円 (特定健診同時の場合15,586円)</li> </ul> 受診者数 <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>目標</th> <th>11月末</th> <th>見込(実績)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>23</td> <td>2,800</td> <td>1,776</td> <td>2,500</td> </tr> <tr> <td>22</td> <td>2,800</td> <td>1,657</td> <td>2,424</td> </tr> </tbody> </table>	年度	目標	11月末	見込(実績)	23	2,800	1,776	2,500	22	2,800	1,657	2,424	定期的に広報を行い,平成21年度から人間ドックと特定健診の同時受診の場合の助成額を拡充したことなどにより,前年度よりも受診者は増加している。	広報紙のほか,様々な媒体を活用して周知する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>市広報紙,「国保だより」等での周知</li> </ul> <b>【目標】</b> 受診者 2,900人 (23年度比 400人プラス)
年度	目標	11月末	見込(実績)													
23	2,800	1,776	2,500													
22	2,800	1,657	2,424													

施策	主な取組(平成23年度),実績 Plan Do	評価 Check	改善点,今後の方向性 Act	平成24年度の主な取組 Plan																																		
健康づくり支援事業の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>全国健康保険協会との共催によるセミナーの開催(3月) 新規 会場 : 市文化会館 ほか2か所 受講者 : 1,200人(見込)</li> <li>全国健康保険協会との連携の検討 連携方法につき協議</li> </ul>	全国健康保健協会と連携を図り,セミナーを共催する。	効果的,効率的に事業を実施するため,全国健康保険協会との連携を強化するとともに,「国保だより」等で健康づくりに資する情報を発信し,健康づくりを推進する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>講演会の開催 (全国健康保険協会との共催)</li> </ul>																																		
《計画の目標値》  1人当たり医療費の増加率	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="text-align: center;">1月末現在</td> <td style="text-align: center;">目 標</td> <td style="text-align: center;">見込(実績)</td> <td colspan="2" style="border: 1px dashed black; text-align: center;">目 標</td> <td style="border: 1px solid black; text-align: center;">国保経営改革プランでの目標</td> </tr> <tr> <td>23年度</td> <td>2.89%</td> <td>2.28%</td> <td>24年度</td> <td>2.65%</td> <td>26年度 2.25%</td> </tr> <tr> <td>22年度</td> <td>3.15%</td> <td>3.26%</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> <p>【参考】 一人当たり医療費の増加率年度推移 (単位:%)</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th>16年度</th> <th>17年度</th> <th>18年度</th> <th>19年度</th> <th>20年度</th> <th>21年度</th> <th>22年度</th> <th>23年度(見込)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>4.74</td> <td>5.67</td> <td>3.67</td> <td>6.41</td> <td>3.94</td> <td>2.14</td> <td>3.26</td> <td>2.28</td> </tr> </tbody> </table> <div style="text-align: center;"> <p>一人当たり医療費(療養諸費)増加率</p> </div>				1月末現在	目 標	見込(実績)	目 標		国保経営改革プランでの目標	23年度	2.89%	2.28%	24年度	2.65%	26年度 2.25%	22年度	3.15%	3.26%				16年度	17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	23年度(見込)	4.74	5.67	3.67	6.41	3.94	2.14	3.26	2.28
1月末現在	目 標	見込(実績)	目 標		国保経営改革プランでの目標																																	
23年度	2.89%	2.28%	24年度	2.65%	26年度 2.25%																																	
22年度	3.15%	3.26%																																				
16年度	17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	23年度(見込)																															
4.74	5.67	3.67	6.41	3.94	2.14	3.26	2.28																															

## 5 業務改革の推進

施策	主な取組(平成23年度),実績 Plan Do	評価 Check	改善点,今後の方向性 Act	平成24年度の主な取組 Plan
業務の効率化の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>窓口業務の一部統合(資格,給付)による試験運用 新規 24年3月開始</li> </ul>	窓口業務について,外部委託を含め事務の執行体制の見直しを行う上で,嘱託員による業務の一部統合(資格,給付)の試験運用の実施(平成24年3月~)に向け,現在,準備をしているところである。	窓口業務統合の試験運用を継続し,検証を行い,適切な執行体制について検討する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>窓口業務の執行体制の見直し 試験運用の検証</li> </ul>



# みんなの

国保だより第5号  
(平成24年2月27日発行)  
宇都宮市保健福祉部保険年金課  
632-2314

## ☆国保☆

- 1時間目 **健康状態をチェックしよう!**
- 2時間目 **食生活を見直して生活習慣病を予防しよう!**
- 3時間目 **ウォーキングで健康になろう!**
- 4時間目 **これって知ってる!? こくほ豆知識**
- 5時間目 **わたしの健康づくり**

写真: ゆずの花

花言葉: 幸福, 健康, 健康美



皆さんは、健康を維持していくために日頃何をされていますか？

ハツラツとした生活を送るためには、やはり「健康」であることが重要です。自分のため、家族のために健康づくりを行いましょう。

## 1 時間目 健康状態をチェックしよう!

宇都宮市では、市民のみなさんの健康づくりのために【特定健康診査、健康診査、各種検診】を実施しています。年に一度受診して、健康状態をチェックしましょう。

お送りしている受診券を確認して、対象となる健診(検診)を受診しましょう

ところで・・・【特定健康診査、健康診査、各種検診】って何??

下に示すとおり、それぞれ内容が異なっており、年齢や医療保険の加入状況により、受診できる健診(検診)の種類が変わります。



### 特定健康診査

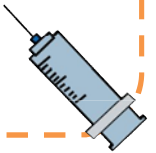


目的：メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防や改善に着目し、多様な生活習慣病を未然に防ぐことを目的とする健康診査です。

対象者：40歳から74歳の宇都宮市国民健康保険加入者

費用：**無料**

項目：身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査など



### 健康診査



目的：健康状態のチェックを目的とする健康診査です。

対象者：75歳以上の後期高齢者医療制度加入者  
40歳以上の医療保険未加入の生活保護受給者

費用：**無料**

項目：身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査

### 各種検診



目的：病気の早期発見・早期治療を目的とした検診です。

対象者：宇都宮市民の40歳以上の男女  
(子宮がん検診は20歳以上女性、乳がん検診は30歳以上女性)

費用：**有料**

項目：各種がん検診、心電図・貧血・眼底検査など

上の写真は平成23年度の受診券です。

申込み方法や日程などの詳細については、保健所健康増進課  
(626-1129)までお問い合わせください。

## 受診方法

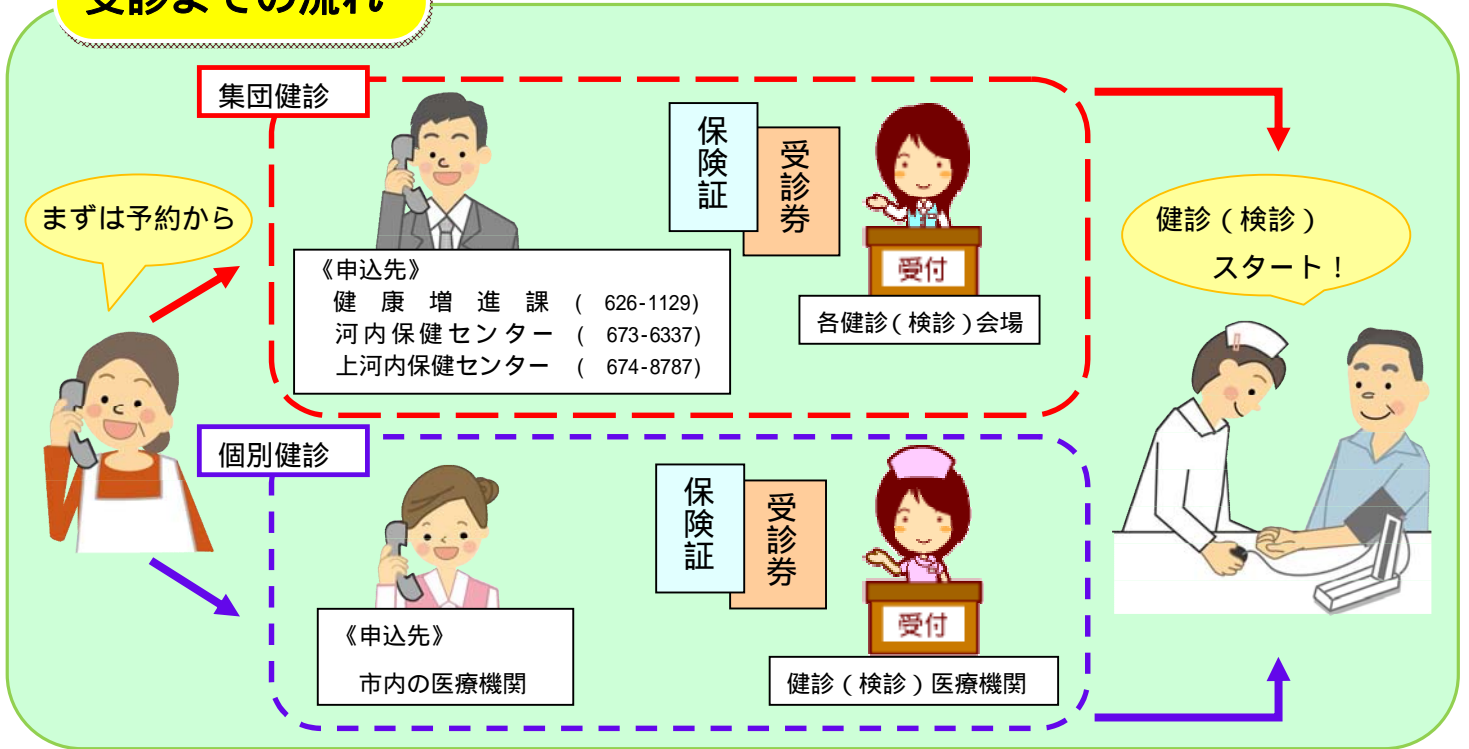
集団健診と個別健診の2つの受診方法があります。

【**集団健診**】 保健センターや地区市民センター等で受診する健診です。  
事前の予約が必要です。

【**個別健診**】 市内の医療機関で受診する健診です。  
事前に必ず医療機関に健診(検診)項目や受付時間等をお問い合わせください。



## 受診までの流れ



## 受診に必要なもの

### 保険証

- **受診券** (有効期間: 当該年度の5月1日から翌年3月31日まで)  
毎年4月末に1人1枚のはがきで発送します。

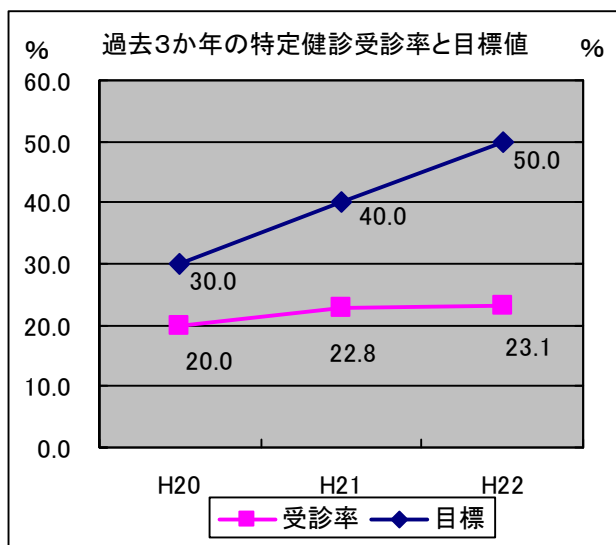
受診券は、紛失しないよう大切に保管してください。

紛失の場合、再交付いたしますので、健康増進課( :626-1129)までご連絡ください。



**注意！！** 年度内に同じ健診(検診)を2度受診することはできません。

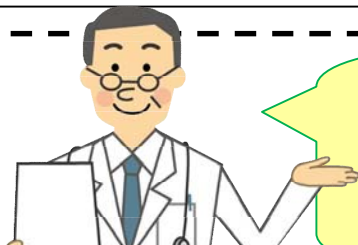
## 知っておこう！宇都宮市の現状



左図のとおり、宇都宮市の平成22年度の特定健診受診率は、目標値50%に対して、**23.1%**と低い現状にあります。

健診(検診)を受診することで、自分の健康状態をチェックでき、気づかなかった体の異変や疾病(しっぺい)の発見につながります。これらを早期に発見できれば、早期に治療を開始でき、治療に要する出費も抑えることができます。

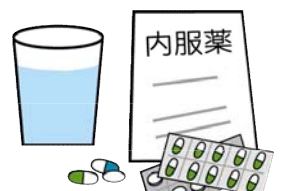
「自分は健康だから」「時間がないから」と受診を見送っていると、取り返しのつかない事態が起こるかもしれません。



もし、あなたが病気になったら・・・

- ・肉体的、精神的な苦痛を伴います。
- ・お金もかかるでしょう。

**自分の健康を守るために、年1回の受診を！**





## 健診(検診)の体験談

ここでは国保サポーターの体験談をご紹介します。

### 特定健診がもたらした「がん」の発見！

60代 男性

私は退職後、必ず特定健診を受診しています。ある年の健診で血色素量が標準より低いと分かり、内科医に相談すると、胃や大腸から出血の可能性があるとの診察を受け、内視鏡検査をすすめられました。

しかし内視鏡に抵抗があったため放置していましたが、体調不良が続き、数日後に検査を受けました。あまり苦痛は感じませんでした。結果は胃がんとのことですぐに手術をし、現在は、食事もお酒も以前と同じく楽しめるようになりました。

やはり健康チェックは必要と感じました。

### 簡単で感嘆 ヘルスチェック

70代 男性

現在、40～74歳の方は特定健診を年に一度受診するよう勧奨されております。実際に受診したところ、難しい内容の診査項目はなく、比較的簡単に受けることができ、大変良かったと感じました。

高齢になると、特定健診に行くことが面倒になりがちです。生活習慣病を予防するには自分の体は自分で管理し、毎年の特定健診でヘルスチェックをする事をおすすめします。

### 運(ラッキー)も実力(健康)のうち

60代 女性

私は、二度も幸運に恵まれました。

数年前に受診した一度目の健診では、肝機能に関わる数値の異常が見つかり、すぐに治療し、大事に至らず正常値まで回復しました。

二度目は、ある年のがん検診で便に潜血(せんけつ)反応が見られました。検査を受け、腸に3cm程の腫瘍(しゅよう)が見つかり、すぐにきれいに切除したところ、腫瘍の表面にがんが見つかりました。私は健康だと思っていたので驚きました。検診のおかげで、また大事に至らないで済みました。身体の異常を早期発見できるか否かで、大きな違いがあることを実感しました。もし受診しなかったら・・・本当にラッキーなことでした。

## 知っておこう！宇都宮市の現状

下の表は、平成20年度～平成22年度までの国民健康保険・後期高齢者医療保険の医療費と割合を表したものです。ご覧のとおり、生活習慣病やがんの占める割合が増加しています。

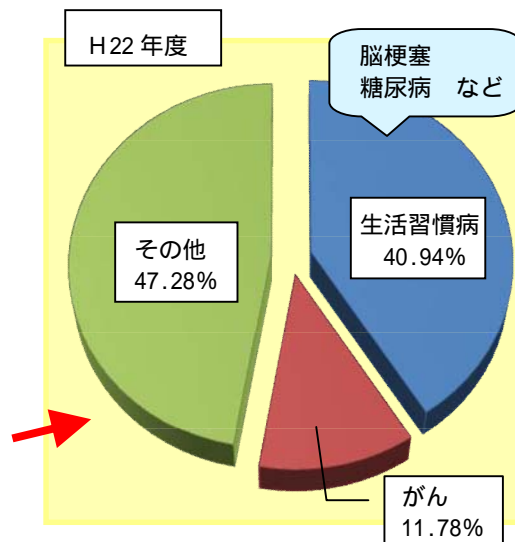
健診(検診)を受診して、早期発見・早期治療・医療費削減に努めましょう！！

がんは生活習慣病のうちの一つですが、近年、医療費が増えているため分けて集計しております。

(単位:千円)

年 度	総費用額	内 訳		
		生活習慣病	が ん	その他
H 2 0	5,010,348 (100.00)	1,948,134 (38.88)	533,692 (10.65)	2,528,522 (50.47)
H 2 1	4,961,600 (100.00)	2,030,597 (40.93)	533,557 (10.75)	2,397,446 (48.32)
H 2 2	5,261,680 (100.00)	2,154,219 (40.94)	619,767 (11.78)	2,487,694 (47.28)

【( )内数値は構成割合 単位:%】



## 2 時間目 食生活を見直して生活習慣病を予防しよう！

食は健康づくりの基本です！

食は健康と深い関係があります。特に、高血圧や脂質異常，動脈硬化，心筋梗塞（しんきんこうそく），脳卒中，糖尿病，大腸・乳・胃がんなどは，栄養バランスのかたよりや不規則な食事，エネルギーのとりすぎなどが原因で発症することが多くあります。



そこで，基本的な食生活のあり方として平成12年3月に国から「食生活指針」が示されました。

### 食生活指針

食事を楽しみましょう。

1日の食事のリズムから，健やかな生活リズムを。

主食，主菜，副菜を基本に，食事のバランスを。

ごはんなどの穀物をしっかりと。

野菜・果物，牛乳・乳製品，豆類，魚なども組み合わせて。

食塩や脂肪は控えめに。

適正体重を知り，日々の活動に見合った食事量を。

食文化や地域の産物を活かし，ときには新しい料理も。

調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく。

自分の食生活を見直してみましょう。

食事にも気を配らないとね



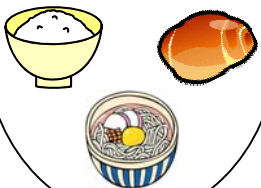
## 健康のための食生活のポイント

栄養バランスのよい食事は，病気の予防に役立ちます。バランスのよい食事をとるコツは，毎食，3つの器（**主食・主菜・副菜**）をそろえることです。さらに，毎日，牛乳・乳製品や果物もとると，よりバランスがよくなります。

毎食そろえるとよいもの

### 主食

ご飯・パン・めん など



### 主菜

魚・肉・卵・大豆製品を使った料理



### 副菜

(1~2品)  
野菜・きのこ・海藻類を使った料理



毎日食べるとよいもの

牛乳・乳製品



毎日コップ1杯の牛乳を目安に

果物



毎日200g（りんごなら1個，キウイフルーツなら2個を目安に）

これを機会に，みなさんも自分の食生活を見直してみましょう。

3 時間目は運動です！！



### 3時間目 ウォーキングで健康になろう！

前号では「ウォーキング」について紹介しました。今回は、実際に国保サポーターと歩いた宇都宮美術館周辺のコースを紹介します。

(下のA～Fはおすすめポイントです)

日時	平成 23 年 10 月 12 日 ( 晴れ ) 午前 10 時 ~
歩行距離	3.5 km
所要時間	約 100 分 ( 休憩含む )
歩数	約 7,500 歩
消費カロリー	208kcal 「たい焼き 1 個分」 ( 体重 60 kg の場合 )



辺り一面、自然に囲まれた広場です。

休日には家族でスポーツを楽しむ姿など、ほのぼのとした光景が見られます。



A 宇都宮文化の森公園

ちょっとした森林浴と自然散策が楽しめます。



B 豊郷台中央公園

宇都宮美術館駐車場  
スタート/ゴール

橋の下を流れる「美(うるわ)しの川」には、蜚(ひ)がせいそくします。

市内最大規模の古墳群です。

E 遊歩道



D 瓦塚(かわらづか)古墳



F 美(び)の橋



C 長岡百穴(ひゃくあな)

多数の穴の中に仏像が彫られています。

宇都宮環状線



#### 【今回のウォーキングルート】

<スタート 美術館駐車場>      A 宇都宮文化の森公園  
B 豊郷台中央公園      C 長岡百穴      D 瓦塚古墳      E 遊歩道  
<ゴール 美術館駐車場>



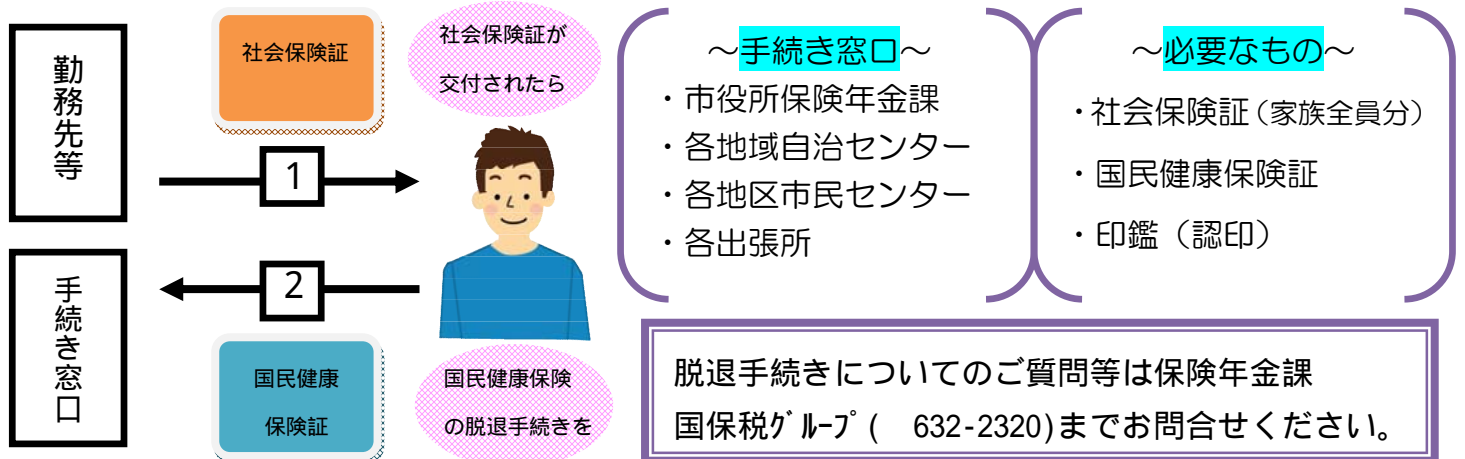
# ウォーキングの感想

## 4 時間目

これって知ってる!?

# ★☆☆こくほ豆知識☆☆★

『国民健康保険は、加入はもちろん脱退するときも **手続きが必要** です。』  
勤務先等から新たに社会保険証が交付（扶養家族分も含む）されたときは、国民健康保険の脱退手続きを行い、国民健康保険証を返還してください。脱退手続きをしないと、国民健康保険に加入されたままになり、国民健康保険税の課税が続いてしまいます。





最後に、健康に役立つ国保サポーターの健康法をご紹介します。皆さんもぜひ参考にしてみてください。



### バランスの良い食事の覚え方

家庭でバランスのとれた食事をするのは難しいと思います。そこで、必要な栄養素を上手に食生活に取り入れるための簡単で覚えやすい方法を紹介します。

孫は優しい

まごはやさしい  
まごはやさしい  
まごはやさしい  
まごはやさしい  
まごはやさしい  
まごはやさしい  
まごはやさしい  
まごはやさしい  
まごはやさしい  
まごはやさしい

- ・・・豆類
- ・・・ごま
- (わ)・・・わかめなどの海草類
- ・・・野菜
- ・・・魚類
- ・・・しいたけなどのきのこ類
- ・・・いも類

バランスの良い食事を！！



この7項目の食材を1種類ずつでも食事の中に取り入れるなど、バランスのよい食生活を心がけることをオススメします

30代 女性

### ストレスを発散しよう！！

「まだまだ若い！！」と書いていても、加齢により体の機能は低下してしまいます。「仕方ない！！」とただあきらめるのではなく、元気な生活を送るために心身の「健康」を目指しましょう。そこで健康に役立つ秘訣を紹介します。

#### 笑顔ある生活

大きな声で元気よくワッハッハと笑う

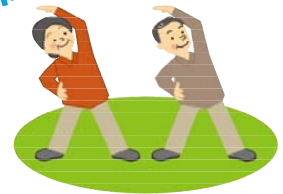
#### 楽しい事を探す

仲間との談笑，趣味に親しむ，地域の行事に参加する

#### 太陽を浴びる

外で運動するなど，太陽の下で新鮮な空気を吸い込む

脱！！ストレス



50代 女性

皆さんもご存知のとおり、健康の保持増進に役立つものは、数多く存在します。しかし、自身の健康状態により効果に差が生じることから、自身に見合った健康づくりを心がけましょう！自分にできる事から始め、元気で健康な自分に変身しましょう！

#### 編集後記

今回の国保だよりは、国保サポーターとともに、初めて作成しました。サポーターの方々は、「どのようにしたらわかりやすい記事になるのか」、「読者に伝える内容にするには、イラストや写真を多く入れた方がよいのではないか」、「インパクトのある内容にするにはどのようにしたら良いか」などを考えながら編集作業に参加し、読んでもらうための難しさを一様に感じていたようです。

来年度も、国保だよりの作成にご協力いただける国保サポーターを募集する予定ですので、よろしくお願ひします。



# 健康保険に関する

入場  
無料

全国健康保険協会栃木支部・宇都宮市 共催

協会けんぽ栃木支部と宇都宮市では、医療保険制度や健康に関する意識を高めていただくため、健康保険に関するセミナーを下記の3会場にて開催します。多くの方々の参加をお待ちしております。

## 会場

①宇都宮市文化会館 小ホール

平成24年3月22日（木）午前9時30分～午前11時30分

②駅東コミュニティプラザ ホール

平成24年3月16日（金）午前10時～午前12時

③田原コミュニティプラザ ホール

平成24年3月22日（木）午後2時～午後4時

## 内容

①医療保険制度の現状

②医療費適正化に向けての取り組み

③健康づくり講話

（手軽にできるストレッチ・健康維持のためにできること）

## 対象者

宇都宮市内にお住まいの方、  
またはお勤め先が宇都宮市内の方

## 申込方法

下記の申込書に必要事項をご記入いただき、FAXにてお申し込みください。  
なお、セミナー当日は同申込書を受付票としてご持参ください。

《事務局》 全国健康保険協会栃木支部  
企画総務グループ  
TEL 028-616-1692

【FAX 028-616-1635】

## 参加申込書 兼 受付票

希望される会場に○を記入ください

<input type="checkbox"/>	①宇都宮市文化会館 小ホール
<input type="checkbox"/>	②駅東コミュニティプラザ ホール
<input type="checkbox"/>	③田原コミュニティプラザ ホール

参加者氏名

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

※会場の都合上、出席者が多数となった場合には、会場の変更をお願いする場合がございます。

## 報告事項 2

## 平成 24 年度国民健康保険特別会計当初予算（案）の概要について

## 【歳出】

(単位：百万円)

項目	平成24年度 予算案	前年度予算	前年比	増減率	主な増減	主な内容
総務費	605	604	1	0.1%	・国保税オンラインシステム改修委託料の増 約16 ・前納報奨金の交付率見直しに伴う減 11	・職員給与費 ・保険者事務共同電算処理費 ・一般事務費 ・賦課徴収費 ・納税奨励費
保険給付費	32,504	31,805	698	2.2%	・一般被保険者の医療給付費の増 約334 ・退職被保険者等の医療給付費の減 約391	〔医療給付費〕 ・療養給付費 ・療養費 ・高額療養費 など 〔その他〕 ・出産育児一時金 ・葬祭費 ・審査支払手数料 など
後期高齢者支援金等	6,520	6,254	266	4.3%	・過年度(平成22年度)分の精算に伴う増	・後期高齢者医療制度に対する支援金
介護納付金	2,861	2,713	148	5.5%	・40歳以上65歳未満の被保険者(介護保険対象) 一人あたりの負担額の増に伴う増	・介護保険制度に対する納付金
共同事業拠出金	5,539	5,275	264	5.0%	・高額医療費共同事業医療費拠出金の増 約122 ・保険財政共同安定化事業拠出金の増 約142	・高額な医療費の発生に備えるため、県内市町が 共同で実施している再保険制度への拠出金
保健事業費	241	275	34	12.5%	・特定健康診査等事業費の減 約34	・人間ドック・脳ドック受診補助 ・医療費通知 ・特定健康診査等
その他	91	88	3	3.0%		・保険税還付金、還付加算金 など
計	48,360	47,013	1,347	2.9%		

【歳入】

(単位：百万円)

項目	平成24年度 予算案	前年度予算	前年比	増減率	主な増減	主な内容
国民健康保険税	12,579	12,663	84	0.7%	・現年度分収納額の減 約46 ・過年度分収納額の減 約38	【税率等】 〔医療費分〕 所得割6.00% 均等割23,300円 平等割20,000円 賦課限度額510,000円 〔後期高齢者支援金分〕 所得割2.35% 均等割 8,200円 平等割7,000円 賦課限度額140,000円 〔介護納付金分〕 所得割2.05% 均等割 8,200円 平等割6,900円 賦課限度額120,000円
国庫支出金	11,215	11,620	405	3.5%	・財政調整交付金(県)の補助率見直しによる、療養給付費等負担金の補助率見直しに伴う減	・療養給付費等負担金 (一般被保険者医療給付費等の32% [23年度まで:34%]) ・財政調整交付金 (一般被保険者医療給付費等の9%) ・高額医療費共同事業負担金 (高額医療費共同事業医療費拠出金の4分の1)
療養給付費等交付金	2,595	2,108	488	23.1%	・退職被保険者等の医療給付費の増に伴う増	・退職被保険者分の医療給付費等に係る交付金
前期高齢者交付金	9,921	9,470	451	4.8%	・前期高齢者一人あたりの医療給付費の増に伴う増	・前期高齢者の財政調整制度に係る交付金
県支出金	2,775	2,224	551	24.8%	・年少扶養控除廃止などによる地方増収分の、財政調整交付金(県)への充当に伴う増	・財政調整交付金 (一般被保険者医療給付費等の9% [23年度まで:7%]) ・高額医療費共同事業負担金 (高額医療費共同事業医療費拠出金の4分の1)
共同事業交付金	5,537	5,273	264	5.0%	・高額医療費共同事業交付金の増 約122 ・保険財政共同安定化事業交付金の増 約142	・高額医療費共同事業交付金 (1件800千円を超える医療費が対象) ・保険財政共同安定化事業交付金 (1件300千円を超える医療費が対象)
繰入金	3,594	3,530	64	1.8%	・保険基盤安定繰入金の増 約38 ・前納報奨金の減 11 ・失業者等の保険税減免分の増 約94 ・無所得者支援分の減 120 ・重度心身障がい者医療費助成事業の現物給付導入による国庫補助減額等に伴う増 約65	・保険基盤安定繰入金(保険税軽減に対する補填) ・事務費関係(職員給与費,事務費等) ・保険給付関係(出産育児一時金,財政安定化支援事業等) ・保健事業関係(人間ドック・脳ドック) ・平成22年度当初予算からの新基準関係 (特定健診・保健指導,保険税減免,無所得者支援分等)
その他	142	124	18	14.5%		・延滞金 ・第三者納付金
計	48,360	47,013	1,347	2.9%		