

令和3年度宇部市国民健康保険運営協議会（第2回）からの 事後報告について

1 マイナンバーカードの健康保険証利用について

(1) マイナンバーカード交付枚数について（令和4年6月末時点）

	人口 (R3.1.1 時点)	交 付 枚 数	人口に対する交付枚数率
全 国	126,654,244	57,311,975	45.3%
山 口 県	1,356,144	631,234	46.5%
宇 部 市	163,112	71,858	44.1%

(2) 医療機関・薬局における導入状況

【全国】運用開始施設

11,676施設（5.1%） / 229,528施設
（令和3年10月20日時点）



59,161施設（25.8%）（令和4年7月24日時点）

【宇部市】参加医療機関 26件（令和3年10月31日時点）



101件（令和4年7月24日時点）

(3) 全国の利用状況（令和3年10月20日～令和4年4月30日）

・マイナンバーカードによる資格確認	852,804件
・特定健診等情報の利用	56,583件
・薬剤情報の利用	167,059件
・マイナポータルでの特定健診等情報の閲覧	65,284件
薬剤情報の閲覧	171,687件

(4) 普及促進に向けた国の対策

- ・令和5年4月以降に医療機関・薬局に対してオンライン資格確認等システムの導入を原則義務化。
- ・令和6年度中を目途に保険者の被保険者証発行に選択制を導入した上で、最終的にはマイナンバーカードの被保険者利用を原則として被保険者証の原則廃止を目指す。

(5) 宇部市の取り組み

- ・令和4年8月8日（月）から令和5年2月28日（火）までマイナポイントの申込等の支援を行う特設会場を1階ロビーに開設し、マイナンバーカードの交付促進に取り組んでいる。

2 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業について

この事業は、高齢者の心身の多様な課題に対応し、きめ細かな支援を実施するため、75歳以上の後期高齢者の保健事業について、後期高齢者医療広域連合と市町村が連携しながら、市町村において、介護保険の地域支援事業や国民健康保険の保健事業と一体的に実施していく事業です。

(1) 重複頻回受診者への保健指導事業

○概要

医療機関への頻回受診者または重複受診者のうち、宇部市重複・頻回受診対象者選定協議会により選定された者に保健指導を実施。

○実施状況 (令和3年度分)

	対象者数	実施者数
頻回受診者	5	5
重複受診者	2	1

*重複受診者の対象者1名は、宇部市重複・頻回受診対象者選定協議会にて指導不要とされたため実施していません。

頻回受診者は、整形外科への受診者が多く、痛みの軽減を目的に通院をしている。重複受診者は、催眠鎮静剤の重複があり処方医療機関を一か所にするよう指導した。

(2) 糖尿病未治療者受診勧奨事業 (R4年度新規実施)

○概要

糖尿病未治療者のうち、後期高齢者健康診査の結果、血糖値が高い受診者に対して個別に状況を確認し、受診を勧め、食事や運動の生活指導を実施。

○実施見込み

対象者数：102名

(3) シニアすこやかプログラム (別添チラシ)

○概要

「フレイル予防」を目的として、通いの場等に医療専門職が積極的に介入し健康づくり・介護予防の講話と実技指導を実施。

○実施期間

令和4年4月～令和5年3月

○プログラムの回数

1回90分を計5回実施 (2週間に1回の頻度で約2か月集中的に実施)

○プログラムの内容

- ・ 体力測定（握力・歩行力・柔軟性・バランス力）
- ・ 後期高齢者健康診査質問票アンケート（主観的なフレイル状態の把握）
- ・ 講話 運動（転倒予防、筋力アップ、歩き方）
認知（脳の仕組み、脳の活性化、コグニサイズ）
栄養（高齢期に必要な栄養素）
口腔（オーラルフレイル）

○実施状況

令和2年度、3年度

令和3年度は、介護認定率の高い日常生活圏域3圏域で実施。

	通いの場数	コース	参加実人数
令和2年度モデル実施	1	1	20
令和3年度	7	8	111

講話・実技指導の講師は、外部講師（歯科医師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士）に依頼し、サロンの参加者に合わせた講話・実技指導を実施。プログラム終了後もサロンだけで継続実施できるような内容や媒体（CD・DVD）を提供し、必要に応じて継続的な医療専門職の介入を行っていく。

実施したサロンは、今後、半年に1回体力測定と後期高齢者健康診査質問票を実施し、経過を見ていく。

参加者からは、「健康づくりへの意識が高まった」「みんなと集まるのが楽しい」などの反響があった。

令和4年度（令和4年8月現在）

目標実施か所数 15か所

	通いの場数	コース	参加実人数
実施済み	2	2	25
実施中	3	3	64
実施予定	5	5	60（見込み）

令和4年度は全圏域に広げ、公募し、15か所実施を目標としている。8月現在2か所で実施済み、3か所実施中。残り5か所は、地区だよりへの掲載、関係機関（地区担当保健師、地域包括支援センター、社会福祉協議会）からの働きかけによって募集をしている。

令和4年2月作成

参加者の8割

健康の意識
が変化!

募集期間：令和4年3月～令和4年12月
実施期間：令和4年5月～令和5年3月

シニアすこやかプログラムのご案内

このプログラムは、みなさんが住み慣れた地域で生き生きと過ごすために、身近な通いの場（サロン）で行う健康づくりの講座です。
ぜひ、皆様お誘い合わせの上、お申込みください。

既存のグループ
新規立ち上げ
どちらもOK

対象：概ね65歳以上、5名以上のサロン・グループ

場所：市内（会場は申込者で準備してください）

参加費：無料

持参物：運動のできる服装、お茶など水分補給のできるもの、タオル



☆集って行う健康づくりのメリット

- 集まるだけでも健康に（研究結果も出ている）
- 年をとるほど、社会参加による介護予防の効果増大
- フレイル発症を抑制
*フレイルとは、高齢による虚弱のことで、筋力や心身の活力が低下している状態です。
そのままにすると要介護状態になる可能性もあります。
- 運動を長く続けると介護予防の効果を発揮

☆シニアすこやかプログラムの概要

特徴1

プログラムは皆さんと一緒に考え、保健師が作成します。

特徴2

定期的に体力測定を行い、一人一人に結果をお返します。

特徴3

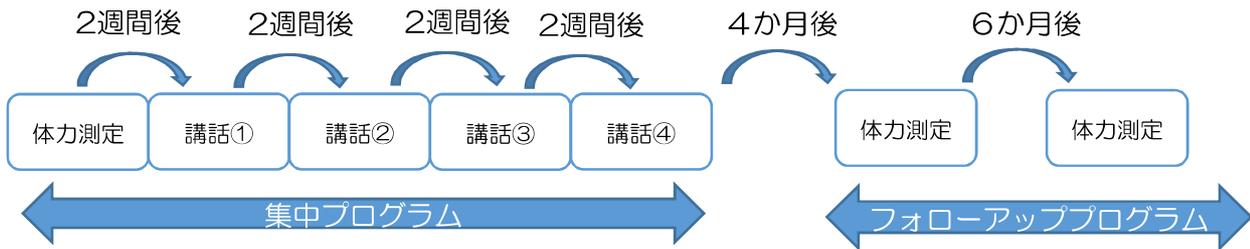
健康づくりの専門家が出向き、講話・実技指導を行います。

お問い合わせ・申し込み先

宇部市保険年金課 TEL 34-8338 FAX 22-6019

詳細は裏面へ

～プログラムの流れ～



終了後は自主運営になります。

体操や茶話会、趣味の会をしてみましょう。健康づくりは継続が大切です！
（適時、健康づくり・運営のサポートをします！）

～集中プログラムの内容～

時間：1回1時間30分

内容：サロンの皆さんと一緒に考えます。

下記の体操・講話・レクリエーションから選ぶ組み合わせ型です！

体操	ラジオ体操・あたまと体のお元気体操・百歳体操 など
講話	フレイル予防・転倒予防・低栄養予防の食事・こころの健康・認知症予防 お口の健康～オーラルフレイル予防～ など
レクリエーション	ボッチャ・脳トレ・コグニサイズ など

～プログラムの開始にあたってのお願い～

【参加者の役割】 主役は皆さんで、皆さんが作る会です。

- ・参加者で協力して準備・片付けをお願いします。
- ・ぜひご近所お誘いあわせの上ご参加ください。
- ・プログラム終了後は、皆さんで何か継続して健康づくりに取り組んでみましょう。
（いつものおしゃべり会の前に体操を加えるのもOK）

【皆さんに準備していただきたいもの】（あればよいです）

- ・DVD機器もしくはCDラジカセ（体操用）
- ・椅子（体力測定用）

【関係機関】 サロンの応援団（後方支援）をします。

- ・関係機関は、市医療専門職、地域包括支援センター、市社会福祉協議会等です。
- ・市保健師が皆さんと一緒にプログラムを作成します。
- ・プログラム終了後は、自主的な健康づくりが継続できるよう定期的に声をかけ、支援します。



楽しい！をモットーに皆さんの健康づくりを応援します！