



名護の桜とビートゥー

名護市国民健康保険広報

健康だより

Nago-city Health News

2016年 1月号
NO.196

国保加入状況
(11月末現在)

国保世帯数 / 10,627世帯
被保険者数 / 19,047人
退職者 / 531人
一般 / 18,516人

今月のすくすくベビー



このコーナーでは、すくすくベビー訪問でお会いした赤ちゃんを紹介します。



うらかわ きどう
お名前: **浦川 綺道**くん (男の子)
誕生日: 平成27年9月11日
お父さん: 聡 さん
お母さん: 紀合子 さん
訪問者: 島袋 美智子

お父さん・お母さんからのメッセージ
『大きく優しく遅しく育ちます様に』



かわひら もか
お名前: **川平 萌華**ちゃん (女の子)
誕生日: 平成27年8月20日
お父さん: 勇希 さん
お母さん: 麻理 さん
訪問者: 小浜 汐莉

お父さん・お母さんからのメッセージ
『元気にのびのび育ってね〜♪』



すくすくベビー訪問とは…

赤ちゃんが生まれた全ご家庭を名護市から依頼を受けた「すくすくベビー訪問員」が生後2ヵ月ごろに訪問します。*助産師等の新生児訪問を受けた方は対象から除かれます。

2歳児歯科健診がはじまりました!!



お子さまの大切な乳歯を守るため、2歳の時期に歯科健康診査、フッ素塗布(希望者)を行っています。通知が届いたら受診しましょう。(平成25年8月生まれの方から対象となります)

9、10、11月のピカピカ賞

名護市の3歳児健診で虫歯のなかった子をこのコーナーで紹介します。

- | | | | | | | | |
|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 東江 ぎよさん | 大城 杏奈さん | 許田 琉賀さん | 島袋 岳さん | 玉城 理央さん | 中嶋 陸人さん | 比嘉 裕空さん | 宮城 璃名さん |
| 東江 結丸さん | 大城 哉太さん | 岸本 陽多さん | 城間 仁ノ丞さん | 玉那覇 和華さん | 仲程 愛紗さん | 比嘉 琉敬さん | 宮城 龍太さん |
| 新垣 あすかさん | 大城 心春さん | 岸本 侑士さん | 新垣 莉々果さん | 知念 竜喜さん | 仲間 泉希さん | 比嘉 凜心さん | 屋嘉 乃理花さん |
| 新垣 夢利愛さん | 大城 心誠さん | 喜瀬 智晴さん | 新里 健生さん | 津波古 遥望さん | 仲松 春香さん | 比嘉 瑠羽さん | 屋嘉比 一華さん |
| 新川 綾亮さん | 大城 仁汰さん | 木村 希さん | 新里 響さん | 当真 結嗣さん | 仲村 萌生さん | 東恩納 盛納さん | 山川 航生さん |
| 伊差川 美織さん | 大城 和穂さん | 金城 皇利さん | 新里 和さん | 渡嘉敷 一颯さん | 仲本 晴瑠さん | 富名腰 泰成さん | 山入端 叶翔さん |
| 伊差川 美琴さん | 大城 寧々さん | 金城 凜さん | 新里 主樹さん | 徳村 政飛さん | 西平 圭吾さん | 堀口 花和さん | 山入端 楓杏さん |
| 泉川 都百さん | 大城 悠立さん | 宜名 眞海人さん | 末吉 新幸さん | 徳村 花さん | 根川 潮音さん | 松川 海穂さん | 山本 芽衣さん |
| 伊藤 玲さん | 奥間 蓮花さん | 具志堅 昌汰さん | 末吉 真菜さん | 渡久山 来准さん | 鉢嶺 琉斗さん | 松田 琉生さん | 屋良 俊助さん |
| 上江洲 晃佑さん | 尾崎 友奏さん | 具志堅 蘭さん | 末吉 悠仁さん | 渡久地 快斗さん | 花原 秀さん | 嶺井 緋斗さん | 吉田 琉七さん |
| 上江洲 莉裕羽さん | 小賦 龍大さん | 具志堅 琉愛さん | 惣慶 麗奈さん | 渡具知 妃菜さん | 比嘉 文香さん | 宮城 千さん | 与那城 蓮人さん |
| 上間 圭也さん | 加藤 望歩さん | 幸地 泰成さん | 平良 愛怜さん | 渡久地 愛翔さん | 比嘉 うららさん | 宮城 宗佑さん | 渡利 雛子さん |
| 上間 さくらさん | 神谷 愛依さん | 古謝 えのあさん | 平良 竜星さん | 渡慶次 月幸さん | 比嘉 絵都さん | 宮城 風奈さん | 宮城 真莉恵さん |
| 上山 歩乃花さん | 神谷 瑛一さん | 崎原 唯愛さん | 高島 菩成さん | 友寄 杏優奈さん | 比嘉 地優さん | 宮城 悠嘉さん | 宮城 悠嘉さん |
| 内山 暖奈さん | 神山 鈴之介さん | 塩川 真央さん | 田中 陽悠さん | 仲井間 悠月さん | 比嘉 真都さん | 宮城 悠嘉さん | 宮城 悠嘉さん |
| 宇良 柚穂さん | 川崎 湧和さん | 島津 光成さん | 玉城 陽哉真さん | 仲里 志翔さん | 比嘉 栞さん | 宮城 ゆず葉さん | |



平成26年度国民健康保険特別会計決算概要

国民健康保険(国保)は、病気やけがをしたときに、安心してお医者さんにかかることができるように、日ごろからお金を出し合い、みんなで助け合う制度です。

国保には、職場の健康保険・後期高齢者医療制度に加入している人や、生活保護を受けている人を除くすべての人が加入することになっています。

このたび、12月議会におきまして平成26年度の決算が認定されましたので、その概要をお知らせします。

(単位：人)

国保加入者の状況

・平成26年度末の名護市人口は61,494人に対して、国保加入者数は、19,732人で加入率は32.09%となっており、平成24年度から減少傾向にあります。

しかし、高齢化に伴い前期高齢者(65歳～74歳)の加入者数は年々増加しております。

年 度	国保被保険者数			市全体人口に占める加入率
	市全体人口(人)	一般(65歳未満)	前期高齢者(65歳～74歳)	
21年度	59,869	17,106	3,842	34.99%
22年度	60,160	17,152	3,809	34.84%
23年度	60,472	17,474	3,693	35.00%
24年度	64,080	17,035	3,748	34.03%
25年度	61,465	16,388	3,969	33.12%
26年度	61,494	15,530	4,202	32.09%

※参考：市全体は3月末日 被保険者数は年度平均

一人当たりの医療費と保険税

・上記のように国保加入者数は減少傾向にありますが、高齢化の進展、疾病構造の変化、医療技術の高度化等により、医療費は年々増加しており、平成26年度の一人当たり医療費は306,108円となっています。

また、医療費の重要な財源となる保険税については、平成26年度の一人当たり調定額は53,387円となっています。

平成21年度に比べて一人当たりの医療費は50,805円伸びていますが、保険税調定額は461円の伸びに留まっている状況です。

一人当たりの医療費と保険税調定額



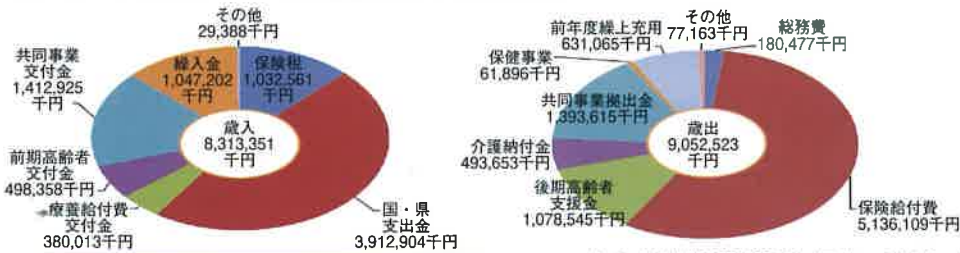
決算状況

平成26年度の国民健康保険特別会計の決算は、歳入総額83億1,335万1千円(対前年度比4.2%増)、歳出総額90億5,252万3千円(対前年度比5.1%増)となっており、本年度の実質収支は△7億3,917万2千円の赤字となっています。

歳入の主なものは、国及び県からの支出金で約39億1,290万4千円(構成比率47.1%)、共同事業交付金約14億1,292万5千円(構成比率17.0%)、国民健康保険税約10億3,256万1千円(構成比率12.4%)となっております。

歳出の主なものは、保険給付費の約51億3,610万9千円(構成比率56.7%)、共同事業拠出金約13億9,361万5千円(構成比率15.4%)、後期高齢者支援金約10億7,854万5千円(構成比率11.9%)となっております。

下記のグラフからもわかるとおり、支出の多くが医療費の支払いに充てられており、その支出に保険税等の歳入が追いつかず、非常に厳しい財政状況となっております。



H26年度決算収支	
歳入	8,313,351千円
歳出	9,052,523千円
収支差	△739,172千円

安定的な国保制度維持のために

- ・一人ひとりが健康管理に気をつけましょう。
- ・特定健診を受診しましょう。
- ・ジェネリック医薬品を利用しましょう。
- ・保険税は納期限内に納めましょう。

国民健康保険税・夜間納税相談のお知らせ

日中に国民健康保険税に関する納付の相談ができない方を対象として、夜間納税相談窓口を開設しております。

納期限までの納税が難しい場合は、お早めにご相談ください。

- 日時 毎週木曜 ※祝祭日を除く 午後5時30分～午後8時
- 場所 国民健康保険課保険税係



問い合わせ先/国民健康保険課 保険税係 ☎0980-53-1212(内線152・153)

特定健診 受診率速報

まだまだ間に合います！特定健診！

40歳～74歳の国民健康保険加入者で集団健診を受けることができなかった皆様は、ナイト健診と個別健診でまだ特定健診を受診することができます。一年に1度は特定健診を受けましょう！

個別健診が受診できる医療機関(市内)

- ・ 北部地区医師会病院健康管理センター（人間ドックでの受診可）
- ・ 大北内科胃腸科クリニック ・ 中央外科 ・ かじまやりゾートクリニック ・ 大宮医院
- ・ 平安山病院 ・ ゆうクリニック ・ うりずん診療所 ・ おおにし医院
- ・ スポーククリニック ・ あがりえクリニック ・ ひだか脳神経外科 ・ 久志診療所
- ・ やんばる共同クリニック ・ 北部山里クリニック ・ 屋我地診療所

※病院に直接電話予約をして、保険証を必ず持参して受診してください。

ナイト健診日程

健診日時：平成28年1月20日(水) 午後6時～7時30分

健診場所：北部地区医師会病院 健康管理センター 予約方法：電話又はEメール(事前予約が必要)

受付窓口：名護市役所 健康増進課 ☎0980-53-1212(内線263) E-mail：kz-yakan@city.nago.okinawa.jp

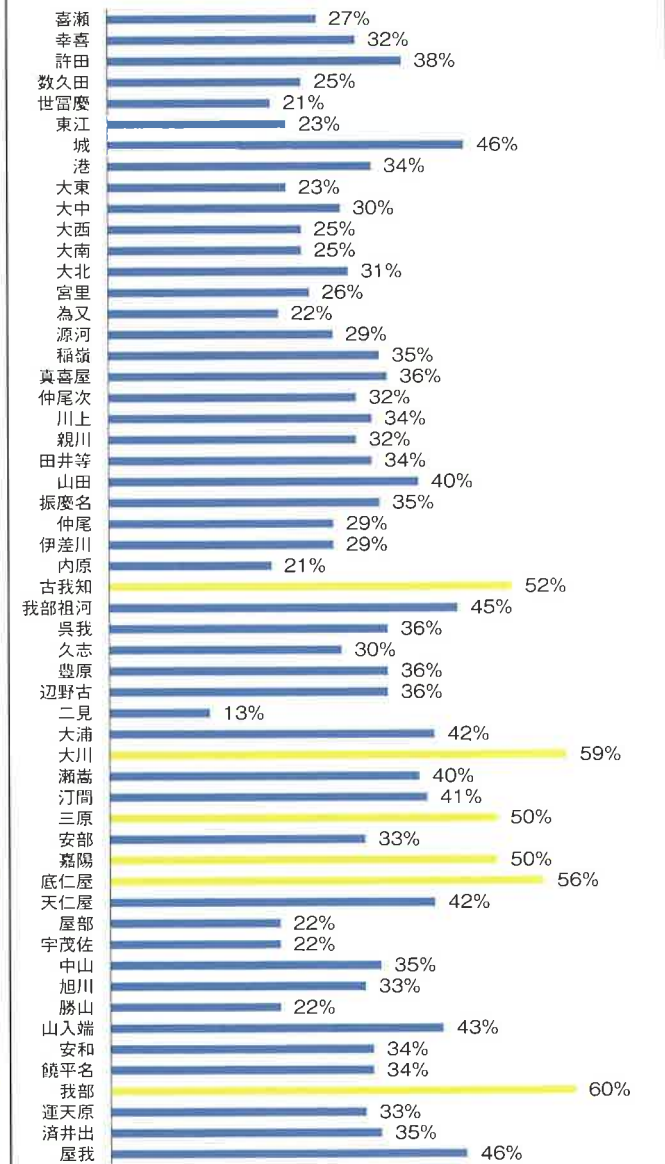
※氏名、生年月日、住所、電話番号をメール本文に記入してください。

ナイト健診については、市民のひろば1月号にも記事を掲載しています。

特定健診受診率速報 (区ごと)

地域	区	対象者	受診者	受診率	50%まであと
本庁	喜瀬	96	26	27%	22人
	幸喜	78	25	32%	14人
	許田	155	59	38%	19人
	数久田	221	55	25%	57人
	世富慶	126	26	21%	37人
	東江	541	126	23%	145人
	城	141	65	46%	6人
	港	190	65	34%	30人
	大東	665	153	23%	180人
	大中	542	165	30%	106人
	大西	681	170	25%	171人
	大南	523	131	25%	131人
	大北	844	258	31%	164人
	宮里	1,175	309	26%	279人
	為又	572	123	22%	163人
	羽地	源河	154	44	29%
稲嶺		79	28	35%	12人
真喜屋		169	61	36%	24人
仲尾次		196	63	32%	35人
川上		126	43	34%	20人
親川		117	38	32%	21人
田井等		224	76	34%	36人
山田		91	36	40%	10人
振慶名		79	28	35%	12人
仲尾		42	12	29%	9人
伊差川		354	104	29%	73人
内原		42	9	21%	12人
古我知		87	45	52%	達成!
我部祖河		148	67	45%	7人
久志	呉我	153	55	36%	22人
	久志	136	41	30%	27人
	豊原	81	29	36%	12人
	辺野古	273	97	36%	40人
	二見	23	3	13%	9人
	大浦	19	8	42%	2人
	大川	22	13	59%	達成!
	瀬嵩	57	23	40%	6人
	汀間	41	17	41%	4人
	三原	80	40	50%	達成!
	安部	39	13	33%	7人
	嘉陽	30	15	50%	達成!
	底仁屋	18	10	56%	達成!
	天仁屋	53	22	42%	5人
屋部	屋部	350	76	22%	99人
	宇茂佐	843	187	22%	235人
	中山	84	29	35%	13人
	旭川	82	27	35%	13人
	勝山	41	9	22%	12人
	山入端	69	30	43%	5人
	安和	131	44	34%	22人
屋我地	饒平名	90	31	34%	14人
	我部	57	34	60%	達成!
	運天原	83	27	33%	15人
	済井出	138	48	35%	21人
	屋我	41	19	46%	2人
合計	11,492	3,357	29%		

特定健診受診率速報



※平成27年12月1日現在の受診率です。
※黄色く塗りつぶされている区は、受診率50%に到達している地区です。

名護市食生活改善推進員さん(わかめ会)をご紹介します

食生活改善推進員とは、地産地消や食の大切さを子どもからおじいちゃんおばあちゃんまで幅広い世代の皆さんと一緒に考える活動をしています。各地域や小学校などで「おやこ料理教室」「高齢者のための低栄養予防教室」「生涯骨太クッキング」などいろんな料理教室を開催しています。多くの市民の皆さまに食を通して役に立てるように頑張っています。

料理教室の風景



わかめ会より うちな～野菜をつかった料理をご紹介します

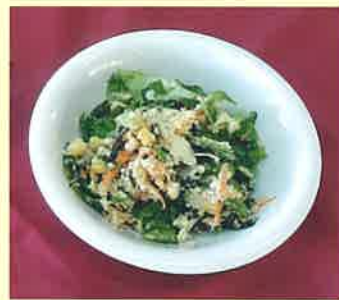
野菜たっぷりおからサラダ

【材料：出来上がり500g位の量】

チシャ類	200g	ハンダマ	40g
セロリ	40g	蒸しおから	200g(衛生的に)
にんじん	20g	ごまドレッシング	大さじ4～5
生わかめ	40g	マヨネーズ	大さじ1
スイートコーン	40g	好みで酢	少々

【作り方】

- ①チシャとハンダマ(葉の部分)はきれいに洗い、大きめにちぎり水気を取る。
- ②セロリは薄く切り、軽く塩を振りしんなりさせしぼっておく。
- ③人参は細切り、ワカメは大きめに切っておく。
- ④大きめのボウルに全ての材料を入れ混ぜ、ゴマドレ、マヨネーズで和える。(※酢は味をみてから調整してください。)



食生活改善推進員(わかめ会)へのお問い合わせ先

わかめ会事務局(健康増進課内)：53-1212(内線386)

読者投稿の募集案内

「健康だより」に関するご感想をお聞かせ下さい。投稿されたご感想等は、投稿者の同意を得て健康だよりに掲載することがございますので予めご了承下さい。

投稿方法⇒①ご氏名 ②ご住所 ③ご連絡先(電話番号・メールアドレス)

④ご感想等を下記メールアドレスまでご投稿下さい！

投稿先アドレス⇒kz-kenkouzukuri@city.nago.okinawa.jp

お知らせ…次回「健康だより」の発行は平成28年4月予定です。