

平成27年度第2回

村上市国民健康保険運営協議会

議 案 書

平成27年8月20日

村上市役所 第4会議室

平成27年度 第2回村上市国民健康保険運営協議会
会 議 次 第

日 時 平成27年8月20日(木)
午前10時から
会 場 村上市役所5階 第4会議室

1 開 会

2 挨拶

3 出席委員数の報告

4 会議録署名委員の指名

5 議事

- (1) 平成27年度国民健康保険特別会計補正予算(第1号)(資料1)
- (2) 平成26年度国民健康保険特別会計決算概要について(資料2)
- (3) その他

6 報告

- (1) 国民健康保険保健事業について(資料3)
- (2) 国保運営協議会連絡会総会及び国保運営協議会委員研修会について
- (3) その他

7 その他

次回協議会の開催予定日は、11月19日(木)です。
詳細が決まり次第ご案内いたします。

村上市国民健康保険運営協議会委員名簿

平成27年4月1日現在

| 委員の区分 | 委員の氏名 | 役職・推薦団体 | 備考（住所・電話） |
|--------------------------|------------|-------------------------------|-----------|
| 国保条例第2条1号 被保険者代表 | 佐藤 和久 | 村上地域区長会（野潟区長） | |
| | 齋藤 富一 | 荒川地域区長会（荒島区長） | |
| | 富樫 敏栄 | 朝日地域区長会（早稲田区長） | |
| 国保条例第2条2号 保険医・保険薬剤師代表 | 伊賀 芳朗 | いが医院 (村上市岩船郡医師会副会長) | |
| | 前川 隆志 | 前川歯科クリニック (村上市岩船郡歯科医師会理事) | |
| | 中村 良平 | 中安調剤薬局 (村上市岩船郡薬剤師会会長) | |
| 国保条例第2条3号 公益代表 | ◎富樫 賢一 | 村上市社会福祉協議会副会長 | |
| | ○佐藤 忠 | 村上支部老人クラブ連合会会長 | |
| | 成田 健一 | 村上市民生委員児童委員協議会 連合会副会長 | |
| 国保条例第2条4号被用者 保険代表 | 高橋 佳子 | 全国健康保険協会新潟支部業務部長 | 26.7.1～ |
| | いがらし 五十嵐 剛 | 国土交通省共済組合第九管区海上保安本部総務部厚生課共済係長 | 27.4.1～ |
| | はせべ 長谷部 善一 | 新興プランテック・ニイガタ健康保険組合常務理事 | 27.4.1～ |

(順不同・敬称略) 【◎会長 ○職務代理者】

村上市国民健康保険運営協議会事務局名簿

| No. | 所属 | 職名 | 氏名 | 備考 |
|-----|-------------|------|--------|--------|
| 1 | 保健医療課 | 課長 | 菅原 順子 | |
| 2 | 税務課 | 課長 | 加藤 良成 | |
| 3 | 保健医療課 国保室 | 課長補佐 | 長谷部 俊一 | 国保室長 |
| 4 | 保健医療課 健康支援室 | 課長補佐 | 佐藤 るり子 | 健康支援室長 |
| 5 | 税務課 保険税係 | 副参事 | 前川 龍也 | 保険税係長 |
| 6 | 保健医療課 国保室 | 係長 | 東 敏之 | |
| 7 | 保健医療課 国保室 | 主任 | 松田 政人 | |

資料1

平成27年度 国民健康保険特別会計補正予算（第1号）（案）

【補正額】 105,400 千円 追加
 【補正理由】 平成26年度保険給付等の実績に基づく国県負担金等の精算のほか、繰越額の確定や国保連合会積立資産精算返還金の歳入があったことから不足財源の補てんとして見込んでいた基金繰入金を全額減額した。

歳入

単位:千円

| 款 | 項 | 補正前の額 千円 | 補正額 千円 | 計 千円 | 説明 |
|---------------|---------|-------------|-----------|-----------|--|
| 11 繰入金 | | 135,611 | △ 135,611 | 0 | |
| | 2 基金繰入金 | 135,611 | △ 135,611 | 0 | 前年度繰越金予算計上による |
| 12 繰越金 | | 2 | 200,558 | 200,560 | |
| | 1 繰越金 | 2 | 200,558 | 200,560 | ・療養給付費等交付金繰越金 2,920 ・その他繰越金 197,638 |
| 13 雑入 | | 4,302 | 40,453 | 44,755 | |
| | 2 雑入 | 4,302 | 40,453 | 44,755 | 国保連合会積立資産精算返還金 |
| 歳入合計(歳入全体の合計) | | 7,991,000 | 105,400 | 8,096,400 | |

歳出

| 款 | 項 | 補正前の額 千円 | 補正額 千円 | 計 千円 | 説明 |
|---------------|--------------|-------------|-----------|-----------|---|
| 3 後期高齢者支援金等 | | 836,323 | 1,434 | 837,757 | |
| | 1 後期高齢者支援金等 | 836,323 | 1,434 | 837,757 | 額確定により不足分を追加 |
| 8 保健事業費 | | 78,290 | 648 | 78,938 | |
| | 1 保健事業費 | 78,290 | 648 | 78,938 | データヘルス計画策定業務委託料(追加) |
| 11 諸支出金 | | 11,701 | 103,360 | 115,061 | |
| | 1 償還金及び寄付加算金 | 11,701 | 103,360 | 115,061 | (償還金、利子及び割引料) ・H26療養給付費負担金返還金99,241 ・H26国県特定健診負担金返還金1,199 ・H26療養給付費交付金返還金2,920 |
| 12 予備費 | | 10,000 | △ 42 | 9,958 | |
| | 1 予備費 | 10,000 | △ 42 | 9,958 | |
| 歳出合計(歳出全体の合計) | | 7,991,000 | 105,400 | 8,096,400 | |

平成27年9月定例会補正予算（案）の概要

国民健康保険特別会計補正予算（第1号）

| | |
|-------|-------------|
| 補正前の額 | 7,991,000千円 |
| 補正額 | 105,400千円 |
| 補正後の額 | 8,096,400千円 |

平成26年度保険給付費等の実績による国県負担金等の精算を行うほか、前年度繰越額の確定等により、当初予算において補てん財源として見込んでいた基金繰入金を全額減額するものです。

【歳入】

○11-2-1-1 国民健康保険給付等準備基金繰入金 △135,611千円

- ・前年度繰越額の確定や国保連合会積立資産精算返還金の歳入により、当初予算において補てん財源として見込んでいた基金繰入金を減額するもの。

○12-1-1-1 療養給付費等交付金繰越金 2,920千円

- ・繰越金のうち（退職者医療）療養給付費等交付金返還金にかかる繰越金を計上。

○12-1-2-1 その他繰越金 197,638千円（補正後未計上繰越金 2,340千円）

○13-2-3-1 雑入（国保連合会積立資産精算返還金） 40,453千円

- ・国保連合会が毎年度の剰余金から積み立ててきた資産について、非課税要件に該当しないとして国税庁から指摘された範囲について、9月末に各保険者に返還されることになった。

【歳出】

○3-1-1-19 後期高齢者支援金 1,434千円

- ・後期高齢者医療制度への各保険者から拠出する支援金。
27年度納付額が確定したことから不足額を補正する。

○8-1-1-13 保健事業費（データヘルス計画策定業務委託料・追加） 648千円

- ・計画の中に詳細な医療費分析を加えるため、レセプト分析について特許（医療費分解技術）をもつ業者に委託する。PDCAサイクルに沿った効果的かつ効率的な保健事業の実施を図るため計画を策定する。

○11-1-3-23 国庫支出金等精算返還金 103,360千円

- ・平成26年度保険給付費等の実績による国県負担金等の精算返還金。

（内訳）（国）療養給付費等負担金返還金 99,241千円

（国）健診負担金返還金 600千円

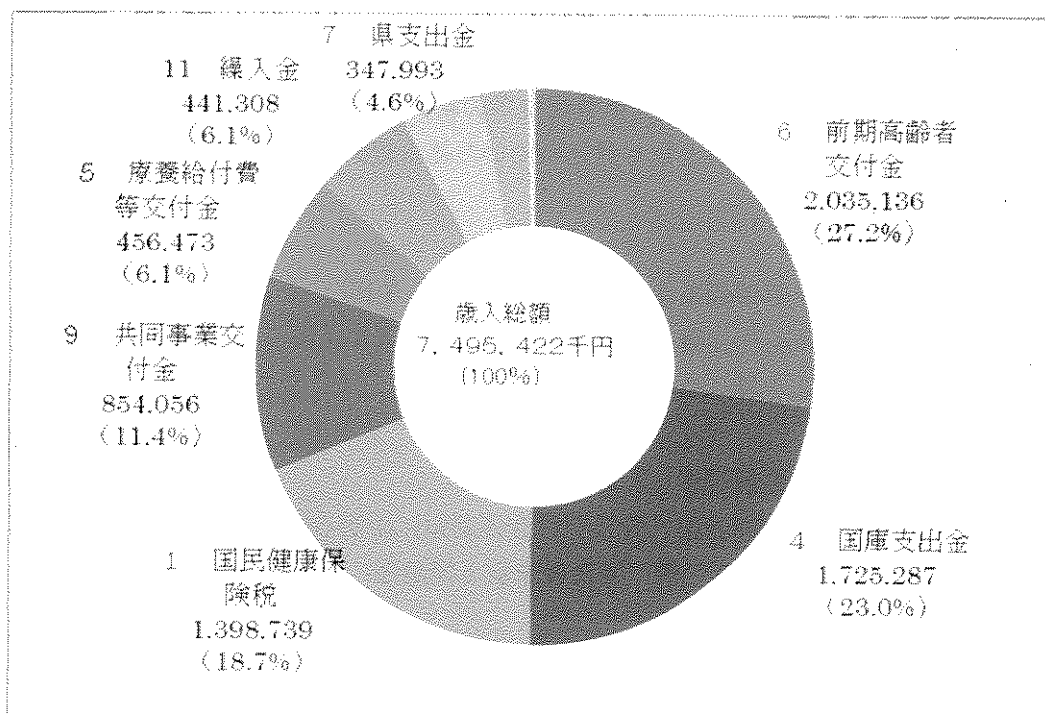
（県）健診負担金返還金 599千円

（支払基金）療養給付費交付金返還金 2,920千円

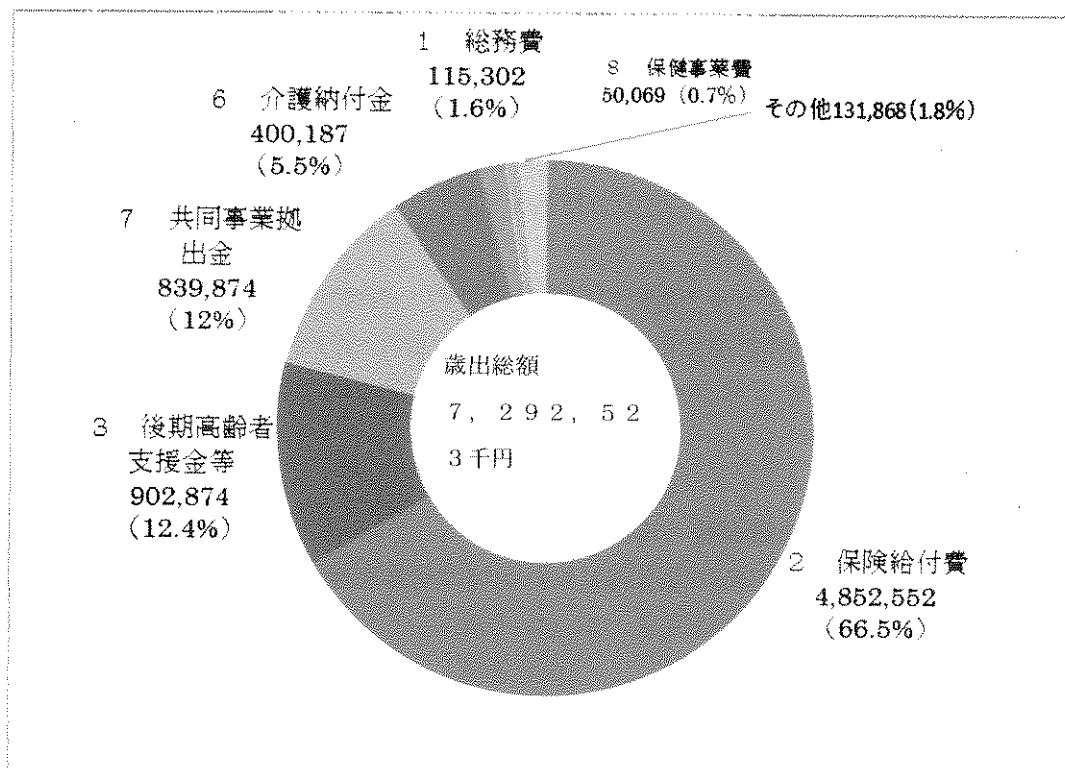
○12-1-1-29 予備費 △42千円

平成26年度村上市国民健康保険特別会計決算の概要

【歳入】 7,495,422,237円



【歳出】 7,292,523,003円



【歳入】－【歳出】① 202,899,234円
 精算返還見込額 ② 103,361,069円
 差引繰越額 ③ 99,538,165円

平成26年度 国民健康保険特別会計決算の概要

歳 入

(単位:円)

| 款 | 当初予算額(A) | 現計予算額(B) | 決算額(C) | 比較(C-B) | 備 考 |
|-------------|---------------|---------------|---------------|------------|---------------------------------|
| 1 国民健康保険税 | 1,413,074,000 | 1,382,772,000 | 1,398,738,991 | 15,966,991 | 徴収率(一般医療現年分93.66%(対前年度比+0.89%)) |
| 2 分担金及び負担金 | 9,482,000 | 9,482,000 | 8,497,500 | -984,500 | 特定健診一部負担金 |
| 3 使用料及び手数料 | 800,000 | 800,000 | 851,300 | 51,300 | 国保税督促手数料 @100円×8,513件 |
| 4 国庫支出金 | 1,716,026,000 | 1,710,724,000 | 1,725,287,278 | 14,563,278 | 療養給付費等負担金、財政調整交付金ほか |
| 5 療養給付費等交付金 | 440,505,000 | 443,074,000 | 456,472,565 | 13,398,565 | 退職者医療にかかるとる交付金 |
| 6 前期高齢者交付金 | 2,035,842,000 | 2,035,842,000 | 2,035,136,159 | -705,841 | 保険者間の前期高齢者の備在を調整 |
| 7 県支出金 | 373,985,000 | 347,607,000 | 347,993,397 | 386,397 | 県財政調整交付金 |
| 8 連合会支出金 | 640,000 | 640,000 | 316,000 | -324,000 | 特定健診未受診者等特別対策補助金 |
| 9 共同事業交付金 | 918,117,000 | 854,055,000 | 854,056,114 | 1,114 | 基準高額医療費の実績及び前期高齢者交付金の増による調整減 |
| 10 財産収入 | 200,000 | 200,000 | 47,600 | -152,400 | 基金預金利子 |
| 11 繰入金 | 555,023,000 | 445,696,000 | 441,308,368 | -4,387,632 | 一般会計からの繰入金(基金繰入金は実績なし) |
| 12 繰越金 | 2,000 | 208,404,000 | 208,403,291 | -709 | 前年度決算剰余金 |
| 13 諸収入 | 5,304,000 | 5,304,000 | 18,313,674 | 13,009,674 | |
| 歳入合計 | 7,469,000,000 | 7,444,600,000 | 7,495,422,237 | 50,822,237 | |

歳 出

(単位:円)

| 款 | 当初予算額(A) | 現計予算額(B) | 決算額(C) | 不用額(B-C) | 備 考 |
|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|----------------------------|
| 1 総務費 | 123,787,000 | 118,281,000 | 115,301,547 | 2,979,453 | 人件費、徴税費等 |
| 2 保険給付費 | 5,055,036,000 | 4,976,636,000 | 4,852,552,346 | 124,083,654 | △2.4% |
| 3 後期高齢者支援金等 | 902,542,000 | 902,891,000 | 902,874,405 | 16,595 | 後期高齢者医療の4割の財源となる各保険者からの支援分 |
| 4 前期高齢者納付金等 | 935,000 | 935,000 | 694,468 | 240,532 | 各保険者間の前期高齢者の備在による負担を調整 |
| 5 老人保健拠出金 | 47,000 | 47,000 | 39,100 | 7,900 | 事務費拠出金 |
| 6 介護納付金 | 400,632,000 | 400,632,000 | 400,186,948 | 445,052 | 介護サービスの財源として各保険者が負担する納付金 |
| 7 共同事業拠出金 | 905,249,000 | 839,672,000 | 839,670,738 | 1,262 | |
| 8 保健事業費 | 58,670,000 | 58,670,000 | 50,068,635 | 8,601,365 | 特定健診受診率39.7%(前年度比+4.1%) |
| 9 基金積立金 | 201,000 | 201,000 | 47,600 | 153,400 | 基金預金利子収入を積み立て |
| 10 公債費 | 200,000 | 200,000 | 11,629 | 188,371 | 一借利息 |
| 11 諸支出金 | 11,701,000 | 136,444,000 | 131,075,587 | 5,368,413 | 前年度以前分精算による返還金124,744千円 |
| 12 予備費 | 10,000,000 | 9,991,000 | 0 | 9,991,000 | |
| 歳出合計 | 7,469,000,000 | 7,444,600,000 | 7,292,523,003 | 152,076,997 | |

平成26年度 国民健康保険特別会計決算の概要(25年度決算額との比較)

歳 入

単位:円

| 款 | 25決算額 | 26決算額 | 比較(対24年度) | 備 考 |
|-------------|---------------|---------------|--------------|---|
| 1 国民健康保険税 | 1,484,492,652 | 1,398,738,991 | -85,753,661 | 被保険者数の減、国保税軽減拡大による減 |
| 2 分担金及び負担金 | 8,993,500 | 8,497,500 | -496,000 | 特定健診一部負担金 |
| 3 使用料及び手数料 | 907,900 | 851,300 | -56,600 | 国保税督促手数料 @100円×8,513件 |
| 4 国庫支出金 | 1,690,528,484 | 1,725,287,278 | 34,758,794 | 療養給付費等負担金(+56,719,054)、財政調整交付金(△21,836,000)など |
| 5 療養給付費等交付金 | 520,470,727 | 456,472,565 | -63,998,162 | 退職者医療にかかる交付金 |
| 6 前期高齢者交付金 | 2,152,573,216 | 2,035,136,159 | -117,437,057 | 保険者間の前期高齢者の偏在を調整。 |
| 7 県支出金 | 350,468,657 | 347,993,397 | -2,475,260 | 県財政調整交付金ほか |
| 8 連合会支出金 | 340,420 | 316,000 | -24,420 | 特定健診未受診者等特別対策補助金 |
| 9 共同事業交付金 | 844,548,871 | 854,056,114 | 9,507,243 | 基準高額医療費の実績及び前期高齢者交付金の増による調整減 |
| 10 財産収入 | 47,673 | 47,600 | -73 | 基金預金利子 |
| 11 繰入金 | 415,026,525 | 441,308,368 | 26,281,843 | 一般会計からの繰入金(基金繰入金は実績なし) |
| 12 繰越金 | 119,267,319 | 208,403,291 | 89,135,972 | 前年度決算剰余金 |
| 13 諸収入 | 24,639,201 | 18,313,674 | -6,325,527 | |
| 歳入合計 | 7,612,305,145 | 7,495,422,237 | -116,882,908 | |

歳 出

| 款 | 25決算額 | 26決算額 | 比較(対24年度) | 備 考 |
|-------------|---------------|---------------|--------------|----------------------------|
| 1 総務費 | 110,329,248 | 115,301,547 | 4,972,299 | 人件費、徴税費等 |
| 2 保険給付費 | 4,973,455,190 | 4,852,552,346 | -120,902,844 | △2.4% |
| 3 後期高齢者支援金等 | 931,706,720 | 902,874,405 | -28,832,315 | 後期高齢者医療の4割の財源となる各保険者からの負担分 |
| 4 前期高齢者納付金等 | 931,301 | 694,468 | -236,833 | 各保険者間の前期高齢者の偏在による負担を調整 |
| 5 老人保健拠出金 | 41,893 | 39,100 | -2,793 | 事務費拠出金 |
| 6 介護納付金 | 416,521,656 | 400,186,948 | -16,334,708 | 介護サービスの財源として各保険者が負担する納付金 |
| 7 共同事業拠出金 | 840,502,062 | 839,670,738 | -831,324 | 当初に見込んだ県内保険者への交付金額が減となったため |
| 8 保健事業費 | 49,888,417 | 50,068,635 | 180,218 | 特定健診受診率40.0%(前年度比+0.3%) |
| 9 基金積立金 | 47,673 | 47,600 | -73 | 基金預金利子収入を積み立て |
| 10 公債費 | 12,181 | 11,629 | -552 | 一借利息 |
| 11 諸支出金 | 80,465,513 | 131,075,587 | 50,610,074 | 前年度分精算による返還金 |
| 12 予備費 | 0 | 0 | 0 | |
| 歳出合計 | 7,403,901,854 | 7,292,523,003 | -111,378,851 | |

| | | | |
|----------|-------------|-------------|--|
| 歳入歳出差引残高 | 208,403,291 | 202,899,234 | |
|----------|-------------|-------------|--|

平成27年度村上市国保ヘルスアップ事業計画書

- 1 実施期間 平成27年7月～平成28年3月
- 2 実施目的 特定健診受診率の向上、生活習慣病の1次予防の取組、データヘルス計画の策定のための医療費分析

3 実施内容

【1】特定健診未受診者対策

【1】電話受診勧奨の事前通知および年齢性別に分類した通知勧奨

(1) 概要

平成27年度特定健診未受診者約8,000名を対象に電話勧奨の事前通知の内容及び年齢性別(40歳代男女、50歳代男女、60歳代男女、70歳代男女、計8パターン)に編集した受診勧奨の内

容を盛り込んだ圧着ハガキを作成し、郵送する

(2) 手順

①平成27年度未受診者リストをもとに、例として年齢性別に階層化した対象者リスト(氏名カタカナ表記可)を作成する。

②下記の要領で圧着ハガキもしくはリーフレットを作成する。

電話勧奨の事前通知や特定健診の案内だけでなく、特定健診の意義や健診受診率アップに繋がるような内容構成

③発送

対象者の発送リスト(住所・氏名)に基づき、ハガキに住所、氏名(カタカナ表記可)を印字し、郵送する。発送期日は平成27年7月24日発送。

(3) 業務会議

業務実施のための会議を開催する。構成員は、保健医療課長のほか業務担当者及び受託者とする。

【2】電話による受診勧奨・未受診理由調査等業務

(1) 実施対象者 平成27年度特定健診未受診者約8,000名

(2) 実施期間、時間 平成27年7月28日～8月6日(土日祝日含む)
10:00～20:00

(3) 実施内容

①前掲対象者リストをもとに発信(受診勧奨)を行う。

なお、リストに電話番号の情報がないものについては、電話帳登録データにより検索を行うが、登録がなく調査(検索)できないものについては、対象外とする。

②対象者と通話できた場合、おおむね下記の手順で聞き取りを行い、結果を記録する。

ア) 特定健診受診意思の有無。

イ) 特定健診受診意思があり(または受診後)の場合、受診(予定)日等について聞き取る。

ウ) 特定健診受診予定がない、または受診を検討している対象者には、健診の趣旨・内容について説明し、受診するよう促す。

エ) 上記を行った結果、特定健診受診意思がない場合には、受診しない理由について聞き取りを行う。

③対象者が留守電もしくは不在の場合には、曜日・時間等を変更し、合計最低3回まで発信を行う

④電話勧奨フロー及びマニュアル等、想定質疑集の作成

⑤訪問勧奨

電話番号の登録がないため、調査対象外となった者については、市業務担当者(保健師、看護師)が勧奨業務を担当する。

(4) 業務会議

業務実施のための会議を開催する。構成員は、保健医療課長のほか業務担当者及び受託者とする。

[2] 生活習慣病の1次予防の取組(生活習慣病予防教室の運営)

【1】 募集案内リーフレットの作成

生活習慣病予防教室参加を促す募集リーフレット作成。(1,000枚)

7月13日納品期限。

教室開催の広報及び申込み受付

【2】 生活習慣病予防教室の介入プログラム

①参加対象者：高血圧、高血糖等の予備群等、約30人

②生活習慣病全般や運動についての基礎講座(90分以上)

③食生活改善についての講座(90分以上)

④低糖質、減塩など生活習慣病予防を目的とした調理実習

⑤生活習慣改善記録ノートなど支援ツールの活用

[3] 保健指導

1. 目的

第2期特定健診等実施計画策定に際し、当市の大まかな健康課題は示されているが、より具体的な問題点を浮き彫りにするためには、レセプトと健診データの突合分析が不可欠である。また、抜本的な医療費適正化を進めていくためには、対象者を明確化しハイリスク者を特定して個別指導を強化していくことが重要である。

医療費分析を行いデータヘルス計画を策定する。

2. 実施期間

平成27年8月1日から平成28年2月28日

3. 実施内容

平成26年度分のレセプトデータ及び特定健診データを用いて、精度の高いデータベースを構築した上で現状分析を行う。また、それらを活用しPDCAサイクルに沿った効果的かつ効率

的な保健事業実施のためのデータヘルス計画を作成する。

(1) 医療費分析の項目

- ①主疾病別総医療費比較
- ②年代別患者数と医療費（外来・入院）
- ③ハイリスク者の特定
- ④年代別・性別ハイリスク者の分布
- ⑤年代別の高血圧・糖尿病・脂質異常の患者数
- ⑥患者1人当たりの医療費と健診回数の関係
- ⑦虚血性心疾患の年代別入院患者数・医療費と健診回数の関係
- ⑧腎不全外来患者数・医療費と健診回数の関係
- ⑨降圧剤及び糖尿病治療薬の服薬状況
- ⑩重症化の度合いに応じた有リスク者リストの作成

(2) データヘルス計画の作成手順

前項の医療費分析を踏まえ、適宜 KDB 帳票等も活用し、データヘルス計画を作成する

①背景の整理

村上市国民健康保険の被保険者の特性を把握し、現在実施している保健事業の状況について整理を行う。特性の把握については、KDB帳票等を活用する

②健康・医療情報の分析及び分析結果に基づく健康課題の把握

現状分析の結果から被保険者の健康状態と疾患構成を明らかにし、村上市国民健康保険の健康課題を把握する。経年比較・国や都道府県の平均や同規模保険者との比較はKDB帳票等を活用する。

③目的・目標の設定

問題・課題に対する保健事業について目的・目標を設定する。

④保健事業の実施計画

目標達成に向けた各種保健事業計画について検討し決定する。

⑤保健事業実施計画の評価方法

各種保健事業の評価指標等について検討し決定する。

⑥保健事業実施計画の見直し

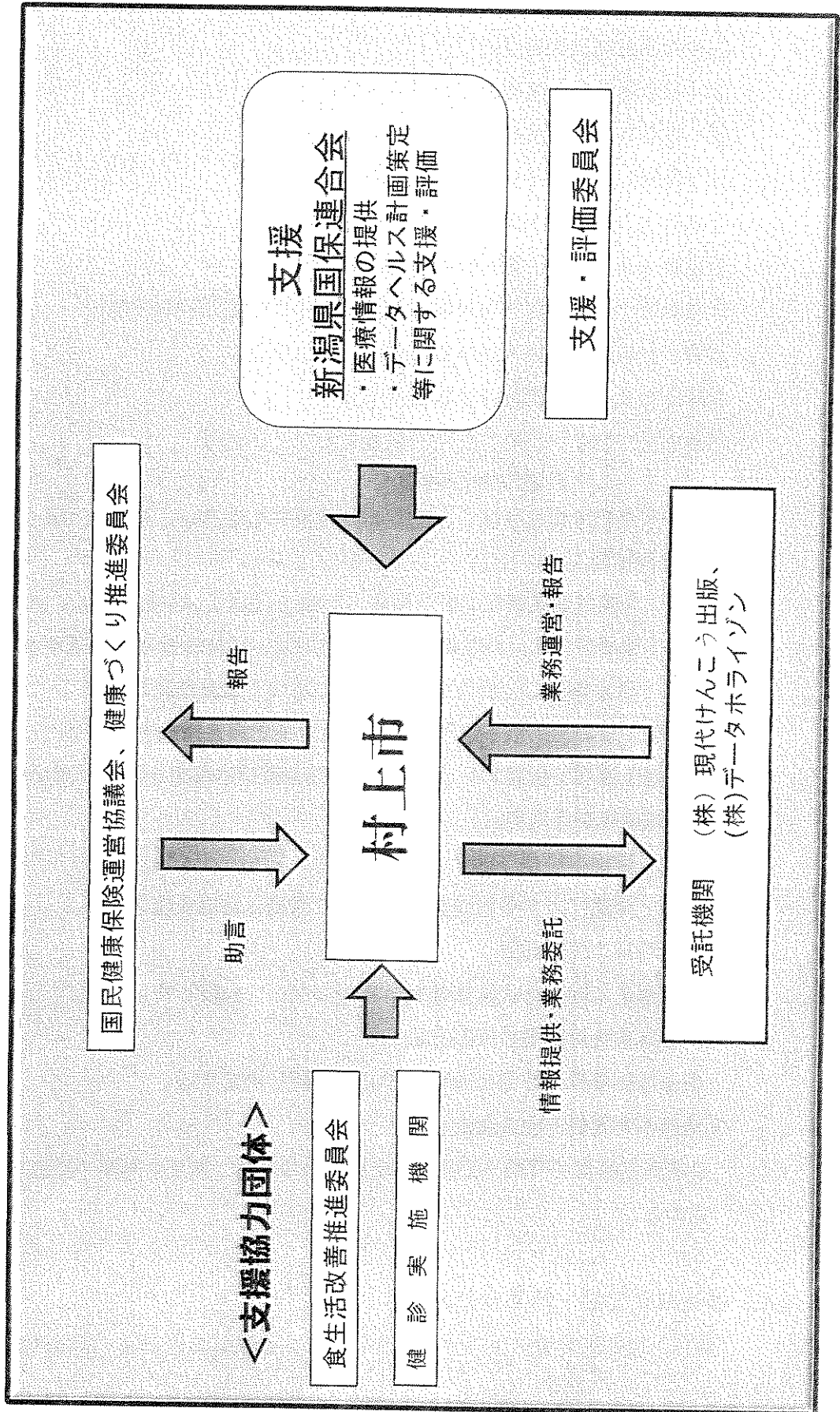
各種保健事業の目的・目標の達成状況について、評価の時期や見直しについて検討し決定する。

[4] 保健事業支援・評価委員会

国保・後期高齢者ヘルスサポート事業による保健事業支援・評価委員会による支援を受ける。

支援種別は、①保健事業実施計画（データヘルス計画）の策定支援 ②個別保健事業の企画・立案・実施支援 ③個別保健事業の評価

村上市国保ヘルスアップ事業実施体制図

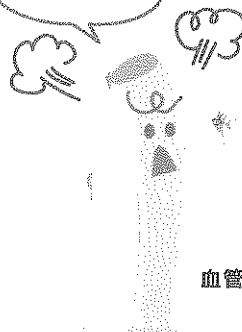


参加費
無料!!

「血管からのメッセージ教室」 のご案内

糖尿病や高血圧などの生活習慣病は、血管の老化や劣化（動脈硬化）を進め、心筋梗塞や脳梗塞などの重篤な病気の原因となります。特定健診の血液検査は、血管の状態、すなわち動脈硬化の度合いが分かる「血管からのメッセージ」です。今回、血液サラサラ測定や尿中塩分検査など別の側面で、血液、血管の状態が明瞭に分かる測定を取り入れた健康教室を実施いたします。またとない機会ですので、できる限りお時間の都合をつけてご参加ください。

このまま血圧が
高いままだと
つらいです!



中性脂肪が
多すぎて、
つまってきたよ



血管

この教室は4回コースとなっています。

| 回数 | 日時 | 内容 |
|-----|-----------|---|
| 1回目 | 10月21日(水) | 13:00~14:00 健康測定(血液サラサラ測定、姿勢測定) 14:00~15:45 講義Ⅰ「からだの調子がどんどん良くなる動き方と休み方」 [講師]長島寿恵 先生 |
| 2回目 | 11月 6日(金) | 13:00~14:00 尿中塩分検査・血液検査 14:00~15:45 講義Ⅱ「からだの調子がどんどん良くなる食べ方」 [講師]長島寿恵 先生 |
| 3回目 | 11月27日(金) | 13:30~14:30 尿中塩分検査・血液検査の検査結果説明 14:30~15:30 栄養講座「自分の適量とは?」 [講師]管理栄養士 |
| 4回目 | 3月 4日(金) | 10:00~10:30 栄養講座「低糖質、減塩メニューの作り方」 10:30~13:00 調理実習「理想の味付けとは?自分の味付けと比べる」 [講師]管理栄養士 |

村上市生涯学習推進センター

先着30名

無料

8月3日(月) ~ 8月31日(月)

村上市保健医療課(☎0254-53-2111内線262)までお電話にてお申込みください。



講師 長島 寿恵(ながしま ひさえ) 先生

<プロフィール>

青森県八戸市生まれ。東京薬科大学卒業。薬剤師、健康運動指導士、西東京糖尿病療養指導士、睡眠健康指導士、心理カウンセラー、健康・食育マスター(財団法人日本余暇文化振興会認定)、日本足療術指導士、温泉療養アドバイザー。多彩な資格を有し、全国の市町村、企業健保で、薬だけに頼らずとも心身の健康に役立つ体操やマッサージを考案。運動や食生活、睡眠、心のあり方の改善を提唱する講演活動を行っています。2013年12月「生活習慣病のうた」をリリース。歌手としての活動も開始。また、居合道四段、空手四段など武術に対する造詣も深い。

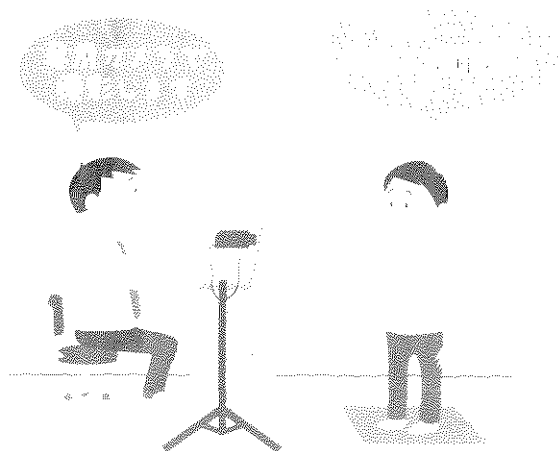
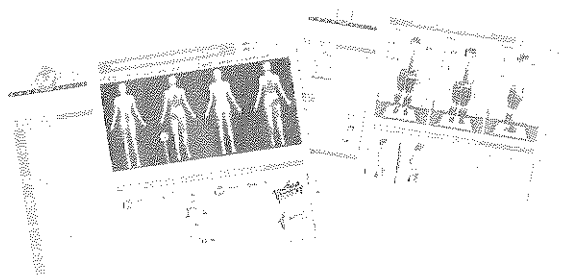
お問合せ

村上市保健医療課 ☎0254-53-2111

これらの測定を実施します

姿勢測定 (体圧測定)

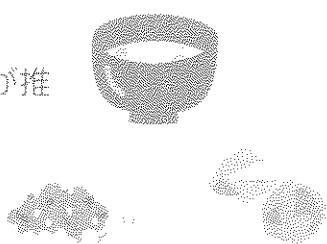
腰痛や肩こり、続いていませんか？
腰回りのつまめるせい肉…
気になっていませんか？
骨格や骨盤のゆがみがわかり、
ゆがみからくる不調改善の
アドバイスも受けられます。



推定塩分摂取量

測定

一日の塩分摂取量が推定でわかります。



血流

サラサラ測定

毛細血管の血液の流れは、酸素や栄養分を細胞まで運び、二酸化炭素や老廃物を、細胞から受け取る重要な役割を持っています。

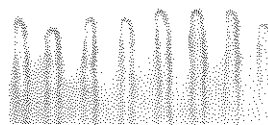
毛細血管がねじれている・本数が少ない・血液の流れが遅いといった異常は健康を維持する妨げとなります。

指先の毛細血管と、その中を血液が流れていく様子を、ご自身の目でリアルタイムでご覧になれます。

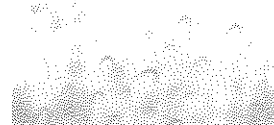
指を測定器に挟むだけだから採血なしで簡単♪



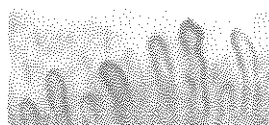
血管がこんなふうに見えます！



▲正常状態



▲アレルギー状態



▲脂質過剰状態



▲糖代謝弱状態

血液検査

血糖・HbA1c・総コレステロール・HDLコレステロール・LDLコレステロールを調べます。

