

広島の国保

ひろしまの

国保



2026年 | No.832

特集 広島わがまち育み隊

市民の手で守り継ぐ

月一度の定期市 くんちいち しょうばら九目市(庄原市)



正しく知ろう!健康Q&A

歯周病 | 歯のケアが体を守る

さあ行こう!いきいきWalk

江田島市 ゆったり巡る島時間
「海軍の歴史コース」

● 国保連合会事業報告①

令和8年度徴収事務初任者研修

● 国保連合会事業報告②

令和8年度第三者行為求償事務研修会(基礎編)

● 国保連合会からのお知らせ

広島県国民健康保険団体連合会事務分掌

Contents

特集

2 広島わがまち育み隊 | 01

市民の手で守り継ぐ
月一度の定期市

しょうばら^{くんちいち}九日市(庄原市)



報告

5 国保連合会事業報告①

令和8年度徴収事務初任者研修

6 国保連合会事業報告②

令和8年度第三者行為求償事務研修会(基礎編)

7 国保連合会からのお知らせ

広島県国民健康保険団体連合会事務分掌

連載

9 正しく知ろう! 健康Q&A 第1回 歯周病

歯のケアが体を守る

11 さあ行こう! いきいきWalk 第1回 江田島市

ゆったり巡る島時間
「海軍の歴史コース」

13 国保連合会の主な行事予定

令和8年7～9月

実施状況

令和8年3月16日～令和8年6月15日

14 Special Thanks

今月の表紙



江田島市

島の北東部に位置する「ヒューマンビーチ長瀬」は、白い砂浜に穏やかな波と透明度の高い海が広がるビーチ。夏には海水浴客でにぎわいます。



しょうばら九日市の運営を支える「九日市愛好会」の皆さん



広島わがまち育み隊

01

市民の手で守り継ぐ 月一度の定期市

しょうばら九日市（庄原市）

庄原市の本町通りで、毎月9日に開かれる「しょうばら九日市（くんちいち）」約440年前に始まり、戦争で途絶えた後、平成13年（2001年）に市民の手で復活しました。買い物と人との触れ合いが一度に楽しめる市の歩みと、運営を担う愛好会の思いを伝えます。





しょうばら九日市の復興から
現在の歩みまでを語る寺岡さん



「出店したい人がいる限り、私たちは場を整えます。
それが愛好会の役目」と北川さん

買い物と触れ合いの場

庄原市の本町通りで、毎月9日に開かれているのが「しょうばら九日市（くんちいち）」です。その始まりは天正年間、約440年前にまでさかのぼります。塩や海産物と農産物を交換する市として栄え、かつては9日・19日・29日の月3回開かれ、庄原の暮らしを支えてきました。

太平洋戦争の混乱の中で途絶えた九日市は、平成13年に空き店舗を活用したボランティア活動として復活。現在は、朝採れ野菜や手作り菓子、生花、骨董品、ハンドメイド作品など、多彩な品物が並びます。

開催日は、曜日にかかわらず毎月9日。庄原市内をはじめ、近隣の市町からも多くの人が訪れます。買い物と人との触れ合いが一度に楽しめるのが九日市の魅力で、地域の高齢者にとっては、互いの近況を確かめ合う場としても親しまれています。

市民の手で再びの開催へ

九日市の復活は、平成11年（1999年）8月、庄原市企画

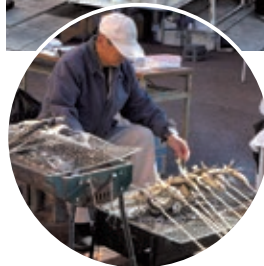
課が結成した「庄原まちかど探検隊」がきっかけです。地域に眠るお宝を探し歩く企画に、128名の市民が参加。162件の発見の中に、かつて栄えた九日市がありました。「空き店舗が多いね、でも昔ここで市が立ちよったよね」。そんな声が上がったことが、九日市の再開を目指す出発点となります。

翌年には、市民ボランティアの「まちかどネットワーク庄原わくわく隊」が発足。その空き店舗活用探検班が「九日市実行委員会」を立ち上げ、平成13年3月9日、第1回の九日市を開催しました。会場として借り受けた空き店舗は4軒、出店者は14組。復興活動から関わってきた寺岡隆行さんは、「あの日は雪が降つていましたよ。それでも市が立ったあの日のことは、今もよう覚えております」と振り返ります。

愛好会が支える自主運営

平成13年の復活から回を重ね、令和8年（2026年）6月で296回目を迎えました。四半世紀にわたる継続を支えてきたのは、行政に頼らない自主運営の仕組みです。

しょうばら九日市の光景



平成14年(2002年)3月、地元商店と出店希望者、協力者で「九日市愛好会」を立ち上げ、以降は愛好会が単独で運営を担っています。初代会長の寺岡さんから引き継ぎ、2代目の会長を務めるのが北川和秀さんです。本町通りで飲食店を営み、九日市の日には自

家製の惣菜を並べます。「会長と呼ばれてはいますが、出店希望者からのお問い合わせを最初にお受けする窓口役、というところでしょうか」と謙遜しつつも、街に暮らす一人として「九日市を必要としてくれる人がいる以上、続けていく」という思いは揺るぎません。

運営の基本方針は「出店したい人がいる限り開催する」。出店料はコンパネ1枚分(90cm×180cm)のスペースで1200円。新規参加者には初回無料の「お試し出店」制度も

人と人がつながる場

九日市は、買い物の場を超えた役割も担っています。平成23年(2011年)から、愛好会のメンバーは庄原小学校3年生の授業に毎年講師として招かれ、九日市の歴史と地域とのつながりを伝えています。こうした学びの中で、児童は創作劇や「九日市音頭」の創作ダンスを発表してきました。地元住民が作詞・作曲したこの音頭は、開催日に会場でも流れています。

会場の一角では、愛好会メンバーの一人が、漫画読み放題でコーヒーマグも提供する休憩所を提供し、来場者をもてなします。「売り上げよりも、人との出会いが楽しみ」と、店主は話します。九日市は、地域の人と人をつなぐ場としても根付いているのです。

次の時代へつなぐ思い

長年の継続の一方で、課題も少なくありません。愛好会メンバーの固定化、事務局機能の不足、活動資金の確保、若い世代の参加など、山積みです。

伝統である「9日」開催を守るか、新たな来場者を呼び込むために週末開催にするかをめぐる議論も続いてきました。「九日市が抱えている課題は、庄原市が抱えている課題と全く一緒なんです」と北川さん。「毎月9日に開く——それだけが決まっていて、あとは皆さんと話し合いながらその都度問題を解決していく。ゆるいつながりだからこそ、これまで続いてきたんだと思います」。寺岡さんは、「人口減少が進めば、大手スーパーも撤退する時代が来る。そのとき、月に一度でも市が立ってれば、みんな生活できる。だから守ってほしい」と将来への思いを語ります。

「自分たちでできる範囲でやる」。約440年前の物々交換から始まり、平成13年の復活から四半世紀。九日市は、地域に根ざした、ゆるやかなつながりを次の時代へとつなぐとしています。

令和8年4月20日(月)・21日(火)【ウェブ開催】

令和8年度徴収事務初任者研修

徴収事務の概要や流れを学ぶ

開講にあたり、広島県総務局税務課の松浦宏典参事があいさつされ、「徴収事務は法律に基づく公権力の行使として、強力な権限が与えられています。住民の生存権や財産権を侵害することなく公正公平な徴収を行うため、まずは基本的な知識を身に付けましょう」と述べられました。

○ 税務情報と守秘義務について

松浦参事は続いて、税務情報と守秘義務について講義され、「徴収職員は全体の奉仕者として公正な職務の遂行に当たるとともに、私生活においても自己管理を図ることが求められます」と心構えを示されました。徴収事務では機密性の高い情報を取り扱うことから、窓口・電話対応や文書



徴収職員としての倫理観を説かれた松浦参事

の保管、発送など、シーン別の注意点を例示されました。

○ 総説

次に広島県総務局税務課の川上英利主査が、地方税の滞納整理に準用される「国税徴収法」について概説されました。

ポイントとして挙げられたのが「国税債権の確保」「私法秩序の尊重」「納税者の保護」の3点です。「大多数の期限内納税者との公平性を重視し、滞納者には毅然とした態度で接し、債務不履行となった場合は『自力執行権』により差押えなどを行います」と説明。「滞納整理フローチャート」を用い、督促から財産調査、差押えに至る流れを解説されました。



国税徴収法の概論などを講義された川上主査

○ 財産の調査・差押え

広島県総務局税務課の福原浩介主事は、「財産調査」について「滞納者の資産を確認するだけでなく、滞納に至った経緯を把握することも大切。相手の心情に寄り添いつつ、優しい口調で冷静に法規への理解を求め、完納へと導きましょう」と指針を示されました。「差押え」に関しても、要件や対象財産、選択基準、手続きなどの周知を促しました。



財産の調査や交付要求などを解説された福原主事

○ 交付要求・差押財産の換価及び配当

続いて福原主事は、滞納処分に係る制度として、「交付要求」には、交付要求書による狭義の交付要求と、参加差押えがあります」と解説されました。さらに、差押えた財産を金銭に換える「換価」や、滞納処分に基いて得た金銭を滞納税等に充当する「配当」の意義や効果、手続きなどにも言及。自身の経験談を交えて詳説した上で、「上司や同僚と連携して実務経験を積み、今回のテキストを見返しながら、見識を深めていきましょう」とアドバイスされました。

○ 納税義務の拡張・納税の猶予制度

次に川上主査は、納税者からの徴収が困難な場合における「納税義務の拡張」について、「納税義務の承継」「連帯納税義務」「第二次納税義務」の3点を提示されました。また、納付期限までの納付が困難で、かつ納入の強制が適当でない場合に適用される「納税の猶予制度」を解説。「震災や風水害などに遭った際は、申請により猶予期間中の延滞金が増減・軽減されます。納税者保護の観点から、該当する要件や手続きなどを把握しておいてください」と強調されました。

○ 徴収実務者体験談

最後に、広島県西部県税事務所地方税特別滞納整理班の石河内拓也主任が体験談を語られ、「差押えのタイミングが遅れると徴収が困難になりやすいので、早期着手が肝要です」と指摘されました。最後に「理不尽な要求を受けた時は、状況の俯瞰を。『自分は法律に則って仕事をしている』と再認識することは、精神的な安定につながります」と助言されました。



体験談に加え、アドバイスを送られた石河内主任

令和8年5月27日(水) 国保会館

令和8年度第三者行為求償事務研修会(基礎編)

第三者行為求償事務の意義と実践について学ぶ

開会にあたり、本会の實森啓輔審査事業部長がいさつに立ち、「第三者行為求償事務は、保険財政の健全化を図る上で、極めて重要な役割を担っています。また、制度の理解や被保険者への対応など、幅広い知識が求められる、専門性の高い業務です。本日の研修会をぜひ活用してください」と述べました。

説明

第三者行為求償事務の取組強化について
「国民健康保険等の安定的な財政運営の推進」

広島県健康福祉局医療保険課

主任 山内 知己氏

山内氏はまず、広島県における第三者行為求償事務の現状と課題を説明されました。令和7年度の求償額は約6億7,500万円で、受任率は80.7%となっており、残り約20%の求償事案について掘り起こしが必要と指摘されました。そのための主

な取組として「被保険者からの傷病届の提出を促す取組の徹底」「多様な手段による第三者行為の発見」「関係機関との連携による情報提供体制の構築」を示されました。また、「第三者求償の取組の実施状況」が、国の保険者努力支援制度の評価項目となっていることも説明されました。



広島県における第三者行為求償事務の現状と課題等を説明された山内主任

講演

厚生労働省国民健康保険
第三者行為求償事務アドバイザー

宮井 昭治氏

第三者行為求償事務について

はじめに宮井氏は、第三者行為求償事務の目的と考え方を説明されました。「第三者行為が原因の医療費に、国民健康保険等の保険料



第三者行為求償事務の目的と使命を強調された宮井第三者行為求償事務アドバイザー

を財源に使うことは、本来あつてはならない」と述べられた上で、「事務担当者は、使われた財源は必ず回収するという使命感を持つことが重要」と強調されました。

次に実務の留意点として、保険者等の窓口での初動対応が全体の成否を左右すると解説。保険者が立て替えた治療費は後日第三者へ請求することを、当事者双方に丁寧に説明するよう求められました。また、当事者間で安易に示談を行った場合、求償権を失うリスクがあるとして、示談書を書面で取り交わすなど手続きを慎重に行うよう被保険者に説明することの重要性も説かれました。

さらに、被保険者に対しては、広報誌やポスターなど多様な手段を通じて、第三者行為求償事務に対する理解を得るための積極的な発信が必要であることも強調されました。

最後に、損害保険未加入の第三者への直接求償にも言及し、広島県の自治体が過去に少額でも裁判・強制

執行により損害賠償金を回収した事例を挙げ、保険者等においては費用対効果のみで判断せず、「逃げ得は断じて認められない」との社会正義の観点からも粘り強く対応する姿勢を求められました。また、広島県の交通事故発生率は0.35%であることから、被保険者数1万人当たり35人が求償対象者と想定されるので、レセプト点検を行うなど、より多くの求償事案の掘り起こしに努めていきましよう」と締めくくられました。

説明

広島県国民健康保険団体連合会
審査事業部求償室

主査 山田 智一氏

求償案件の発見に向けた取組について

山田氏は、本会が提供している「第三者傷害該当者給付一覧表」「第三者行為の疑いがある被保険者一覧」「第三者行為求償突合リスト」の3種類のデータを活用した求償案件の掘り起こしを呼びかけました。あわせて、保険者等が行った傷病原因調査に対し回答がない事案を対象に、本会が保険者等に代わり関係機関への調査や損害保険会社への傷病届等の作成依頼を行う「傷病原因調査支援」についても案内しました。

(令和8年4月1日現在)
1局2部9課3室26係

保健事業課

TEL.554-0772 FAX.511-9121

係	事務分掌
事業第一係	○データヘルス計画の評価及び策定の支援に関する - こと。 ○国保データベース(KDB)システムの活用促進に - 関すること。 ○生活習慣病予防対策の支援に関する - こと。 ○高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に - 関すること。 ○特定健診・特定保健指導の費用決済等の実施に - 関すること。
事業第二係	○広島県国民健康保険診療施設協議会に関する - こと。 ○中国地方国保診療施設協議会に関する - こと。 ○広島県保険者協議会に関する - こと。 ○国保保険料(税)収納対策支援事業に関する - こと。

審査事業部

審査管理課

TEL.554-0775 FAX.511-9123

係	事務分掌
管理係	○診療報酬等審査支払に付随する規則・規程の制定、 - 改廃に関する - こと。 ○国保・後期高齢者医療診療報酬、出産育児一時金 - 等の請求・支払に関する - こと。 ○予防接種、健康診査の点検等に関する - こと。 ○資格喪失後受診等に係る保険者間調整に関する - こと。
審査企画係	○審査委員会の総合調整に関する - こと。 ○審査事務共助に関する企画・運営及び調整に関 - する - こと。 ○審査担当職員研修の企画・運営に関する - こと。 ○審査基準及びコンピュータチェックの統一に関 - する - こと。 ○広島県診療報酬適正化連絡協議会に関する - こと。

共同システム課

TEL.554-0773 FAX.511-9122

係	事務分掌
システム管理係	○国保総合システムに関する - こと。 ○後期高齢者医療請求支払システムに関する - こと。 ○国保保険者ネットワークに関する - こと。 ○その他各種システムの運用・管理に関する - こと。
共同処理係	○国民健康保険事務共同処理事業に関する - こと。 ○国保情報集約システムに関する - こと。 ○国保事業費納付金等算定標準システムに関する - こと。

総務部



市外局番：082

総務課

TEL.554-0770 FAX.511-9120

係	事務分掌
総務係	○会員の加入、変更、脱退、その他の手続きに関する - こと。 ○例規案の審査その他法務の管理に関する - こと。 ○事務局組織及び定員並びに事務の配分に関する - こと。 ○職員の任免、進退、賞罰、服務及び身分に関する - こと。 ○職員の給与、健康保険、厚生年金及び労働保険に - 関 - する - こと。
企画調整係	○総会及び理事会に関する - こと。 ○重要施策の調査、企画及び総合調整に関する - こと。 ○新たな事業方針の策定に関する - こと。 ○国保担当課長会議に関する - こと。 ○職員の研修に関する - こと。 ○広報に関する - こと。 (保健事業に係るものを除く。) ○監査の企画及び調整に関する - こと。
財政係	○予算編成及び執行に係る総合調整に関する - こと。 ○財産の取得及び処分に関する - こと。 ○負担金の賦課徴収に関する - こと。 ○国庫補助金等に関する - こと。 ○旅費の事務に関する - こと。

デジタル推進室

TEL.554-0780 FAX.511-9123

係	事務分掌
デジタル推進係	○業務プロセスの見直しと標準化に関する - こと。 ○デジタル化の施策等に関する基本的事項の企画及 - び - 総合調整に関する - こと。 ○各種事務処理のシステム化の企画及び総合調整に - 関 - する - こと。 ○情報セキュリティマネジメントシステム(ISMS)に関 - する - こと。

出納室

TEL.554-0771 FAX.511-9120

係	事務分掌
出納係	○会計経理に関する - こと。 ○資金管理・運用に関する - こと。 ○歳計現金及び歳入歳出外現金の出納及び保管に - 関 - する - こと。 ○会計の歳入歳出決算に関する - こと。 ○財務会計システムの運用及び管理に関する - こと。

審査第三課

TEL.554-0779 FAX.511-9124

係	事務分掌
歯科係	○歯科診療報酬明細書の審査等に関すること。 〔機関担当地区〕 歯科全域
療養費係	○訪問看護療養費明細書の審査等に関すること。 ○療養費、柔道整復療養費、原爆療養費、出産育児一時金等の審査等に関すること。 ○海外療養費に係る保険者支援業務に関すること。

介護福祉課

TEL.554-0782 FAX.511-9126

係	事務分掌
第一係	○介護給付費等の審査及び支払等に関すること。 ○介護給付費等審査委員会に関すること。 ○介護保険事務共同処理事業に関すること。 ○介護保険審査支払システムに関すること。
第二係	○障害介護給付費等の審査及び支払等に関すること。 ○障害者総合支援関係事務共同処理事業に関すること。 ○障害者総合支援給付審査支払システムに関すること。 ○介護サービス苦情処理業務に関すること。 ○ケアプラン点検支援事業に関すること。 ○医療情報との突合・縦覧点検に関すること。

求償室

TEL.554-0774 FAX.511-9124

係	事務分掌
求償係	○第三者行為損害賠償求償事務に関すること。

レセプト点検支援課

TEL.554-0784 FAX.511-9127

係	事務分掌
第一係	○国保レセプト点検業務に関すること。
第二係	○後期高齢者医療レセプト点検業務に関すること。

審査第一課

TEL.554-0777 FAX.511-9124

係	事務分掌
第一係	○診療報酬明細書及び調剤報酬明細書の審査等に関すること。 〔機関担当地区〕 広島市、呉市、(旧)因島市、庄原市、江田島市
第二係	○診療報酬明細書及び調剤報酬明細書の審査等に関すること。 〔機関担当地区〕 広島市、呉市、廿日市市、豊田郡、(旧)御調郡、世羅郡
第三係	○診療報酬明細書及び調剤報酬明細書の審査等に関すること。 〔機関担当地区〕 広島市、竹原市、三原市、東広島市
第四係	○保険者からの再審査に関すること。 ○県外分の再審査に関すること。

審査第二課

TEL.554-0778 FAX.511-9124

係	事務分掌
第一係	○診療報酬明細書及び調剤報酬明細書の審査等に関すること。 〔機関担当地区〕 広島市、福山市、尾道市、(旧)芦品郡、(旧)神石郡、(旧)双三郡、(旧)比婆郡
第二係	○診療報酬明細書及び調剤報酬明細書の審査等に関すること。 〔機関担当地区〕 広島市、福山市、大竹市、安芸郡、(旧)沼隈郡、(旧)深安郡
第三係	○診療報酬明細書及び調剤報酬明細書の審査等に関すること。 〔機関担当地区〕 広島市、福山市、府中市、三次市、(旧)佐伯郡、(旧)山県郡、安芸高田市、(旧)賀茂郡
第四係	○保険医療機関からの再審査に関すること。 ○国保及び後期高齢者医療の過誤調整に関すること。



第1回 歯周病

歯のケアが体を守る

初期にはほとんど症状がなく、気づいたときには進行していることも多い「歯周病」。今回は三上歯科医院の福井康人先生に、原因や全身への影響、予防のポイントを聞きました。



三上歯科医院
院長
福井 康人先生

広島大学大学院歯学研究科修了後、広島大学病院顎・口腔外科勤務。一般開業医勤務を経て、2018年に三上歯科医院（広島市南区）を継承。2021年から広島県歯科医師会業務執行理事。



Q 歯周病とはどのような病気ですか？

A 歯周病は、歯垢（プラーク）の中の細菌が引き起こす病気です。プラーク1mg（米1粒の1/20の重さに相当）の中には1億個以上の細菌が含まれており、その中には多くの歯周病菌が含まれています。歯周病菌は酸素が少ない方が増殖しやすいため、酸素の少ない深い歯周ポケットでは、さらに増殖して歯周病が進行してしまいます。

初期段階の「歯肉炎」は、汚れをきちんと除去すれば元の状態に戻せます。しかし汚れを放置すると歯茎の炎症が悪化することで歯周ポケットが深くなり、清掃が難しくなることでさらに歯周病が進行します。やがて、歯周病菌が産生する毒素によって歯を支える骨が溶け始め、一度溶けた骨は元に戻らないため、治療の目標は「それ以上悪化させないこと」になります。だからこそ、早めに気づいて対処することが大切です。

Q 歯周病に気づくサインを教えてください。

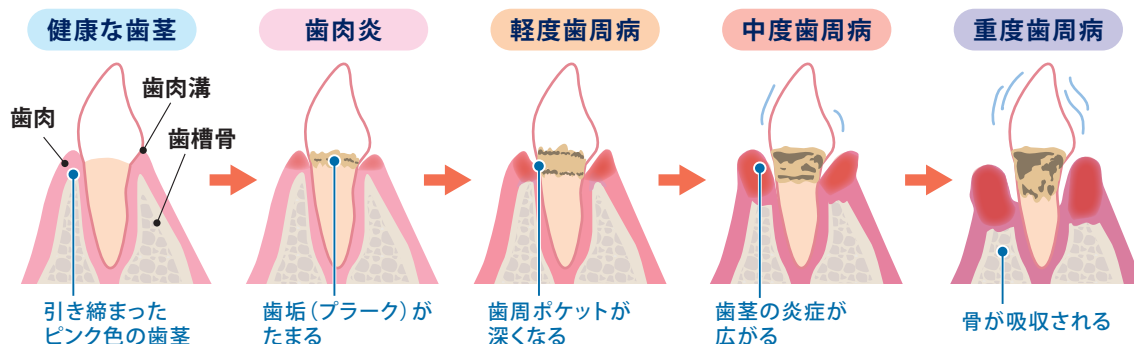
A 歯周病は初期にはほとんど自覚症状がなく、気づいたときにはすでに進行していることが少なくありません。次のような変化は、歯周病のサインです。

- ・歯磨きのときに歯ブラシに血がつく
- ・口臭が気になる
- ・歯茎が赤く腫れている
- ・歯茎から膿が出る
- ・歯と歯の間に物が詰まりやすくなる
- ・歯が揺れている気がする

あなたのポケットは何mm？

歯科健診で行う「歯周ポケット検査」を知っていますか？ 歯と歯茎の間の溝の深さを測るもので、3mm以下が健康な状態の目安です。4mm以上になると歯周病が疑われます。今回の健診で、自分の数値を確認してみましょう。

歯周病の進行



A

毎食後の歯磨きに加え、デンタルフロスや歯

Q

予防と対策について教えてください。

歯周病ですが、口の中だけにとどまらない病気であることをぜひ知っておいてください。

す。さらに、脳梗塞・心筋梗塞・狭心症、高齢者では誤嚥性肺炎との関連も報告されています。

むし歯と違って痛みが少ない歯周病ですが、口の中だけにとどまらない病気であることをぜひ知っておいてください。

A

歯周病が進行すると、炎症物質が血液の中に入り込み、全身にさまざまな影響を与えることがわかっています。

特に関係が深いのが糖尿病です。歯周病が進行すると炎症物質がインスリンの働きを低下させるため、血糖値が下がりにくくなると考えられています。重度の糖尿病の人は非糖尿病の人に比べて歯周病に3倍かかりやすく、逆に重度の歯周病の人は糖尿病が悪化するリスクが3倍になるといいうデータがあります。

Q

歯周病は全身の健康にも影響しますか？

歯周病が進行すると、炎症物質が血液の中に入り込み、全身にさまざまな影響を与えることがわかっています。特に関係が深いのが糖尿病です。歯周病が進行すると炎症物質がインスリンの働きを低下させるため、血糖値が下がりにくくなると考えられています。重度の糖尿病の人は非糖尿病の人に比べて歯周病に3倍かかりやすく、逆に重度の歯周病の人は糖尿病が悪化するリスクが3倍になるといいうデータがあります。

それでも残る汚れがあるため、歯茎が健康な人でも半年に1回程度の定期健診をおすすめします。「痛くなったら行く」ものを選ぶのが安心です。



から「定期的に通う」への意識の変化が、歯を長く守るいちばんの近道です。



出典：広島県歯科医師会ポスター「怖い歯周病」

ゆったり巡る島時間 「海軍の歴史コース」

第1回
江田島市

さあ行こう！

いきいき
Walk



海友舎
明治末期に旧海軍兵
学校の下士卒集会所
として建てられた木造
洋館です。



スタート
小用港 P

海上自衛隊
第1術科学校
(旧海軍兵学校跡地)

江田島市
ふるさと交流館

学びの館
江田島の歴史と文化を
伝える施設で、館外の
公園は四季の彩りが楽
しめます。



ネイビーロード
(群青の道)

今号の表紙スポット

5 ヒューマン
ビーチ長瀬

江田島八幡宮
島の総氏神として鎮座し、近く
の林道から旧海軍兵学校の全
景も望めます。



浜田省吾さん
ゆかりのベンチ
浜田省吾さんゆかり
の旧バス停とベンチが
再現されています。



広域 MAP

海軍の
歴史コース

487

えたじまーれ 3

ゴール

海軍の歴史コース

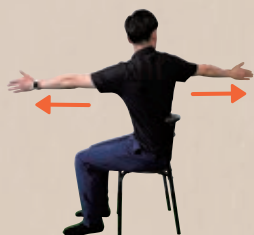
距離:約10km 所要時間:約2時間30分

トイレ お土産 P パーキング

※コースタイムには若干の休憩時間も含まれています。
※歩行の際はお車にご注意ください。

POINT

伸ばした手が曲がらないように気をつけましょう。また、ひざが動かないように注意しましょう。



左手の指先を目で追いながら、上半身をゆっくり左へ向けます。3秒キープしたら、正面にゆっくり戻します。右側も同じように行います。



椅子に深く腰掛け、背中をまっすぐに伸ばします。両手を胸の高さで前に伸ばします。

背中をやわらかくして、疲れにくい体をつくりましょう。



株式会社フィジウェー
理学療法士
岡野 真典さん

※痛みや違和感を感じたら、すぐに中止してください。

運動しよう!

第1回

背中のストレッチ

左右各10回

1 江田島市ふるさと交流館



旧海軍兵学校の生徒倶楽部の面影を残す建物です。観光案内所と特産品販売を兼ね、展示室では旧海軍ゆかりの品々を見ることができます。

営9:00~17:00

休月曜、年末年始

問0823-42-4871 (江田島市観光協会)

2 海上自衛隊第1術科学校

(旧海軍兵学校跡地)



明治21年に東京築地から移転した、世界三大兵学校の一つです。赤レンガの建物や、特攻隊員の遺書を展示する教育参考館を無料で見学できます。

営見学時間が決まっていますので、詳しくは第1術科学校のホームページでご確認ください。

問0823-42-1211

3 えたじまーれ



江田島市観光協会が運営する特産品販売所です。お土産や地元のとれたて農産物、カキやオリーブオイルなど島の特産がそろい、観光案内も行っています。

営9:30~17:00

休月曜(祝日の場合は翌日)、12月28日~1月3日

問0823-69-7599

まち自慢グルメ

オリーブを使った料理

瀬戸内の温暖な陽光と潮風にたっぷり育まれた江田島産オリーブ。地元の新鮮な食材と組み合わせたピザやパスタは、豊かな香りと深みのあるうま味が特徴です。



4 ネイビーロード(群青の道)



潮が引いた時だけ海中から現れる、沖の島にある船霊社へと続く砂の道です。瀬戸内の海が群青に染まる時間帯の眺めから、「群青の道」とも呼ばれています。

問0823-42-4871 (江田島市観光協会)

5 ヒューマンビーチ長瀬



江田島湾に面した人工海浜です。穏やかな瀬戸内の海は透明度が高く、SUP(サップ)やカヌーなども楽しめます。また、海に沈む道「クリスタルロード」も必見です。

問0823-42-4871 (江田島市観光協会)

海と歴史、恵みの島

広島港からフェリーや高速船で約30分。広島湾に浮かぶ江田島市は、歴史と瀬戸内の自然が重なる、日帰りでも気軽に訪れられる島です。

島のシンボルは、海上自衛隊第1術科学校(旧海軍兵学校)。明治21年に東京築地から移転し、世界三大兵学校の一つとして知られてきました。全長約145mのレンガ造りの生徒館は今なお現役で、見学ツアーでは重厚な歴史の空気を間近に感じられます。

江田島市は、食の楽しみも豊富です。全国屈指のカキの産地として知られ、秋冬には島内各所で新鮮なカキ料理を味わえます。温暖な気候を生かしたオリーブ栽培も盛んで、江田島産オリーブオイルは国際コンテストで最高位を受賞した実績があります。

島巡りの楽しみをさらに広げてくれるのが、江田島市観光協会が運営する「えたじまーれ」です。カキやオリーブオイルなど島の特産品がそろい、お土産選びも楽しめます。



7月 7日(火)	第1回監事会	国保会館
7月 8日(水)	徴収職員実務研修(ハイブリッド開催)	国保会館
7月10日(金)	【広島県国保診療施設協議会】歯科保健部会・研修会	国保会館
7月13日(月)	【広島県在宅保健福祉活動者の会】第2回地区活動推進専門部会	国保会館
7月14日(火)	【広島県国保診療施設協議会】地域医療特別講座(広島都市学園大学)	広島市
7月中旬	【広島県保険者協議会】第1回専門部会(ウェブ開催)	—
7月17日(金)	第1回理事会	国保会館
7月18日(土)～22日(水)	国保診療報酬審査委員会・合議	国保会館
7月21日(火)	【広島県市町村保健活動協議会】合同研修会(ハイブリッド開催)、第3回保健師部会	国保会館
7月23日(木)	柔道整復療養費審査委員会・合議	国保会館
	市町等苦情処理ブロック別連絡会議(西部)	広島県廿日市庁舎
	【広島県国保診療施設協議会】パネルディスカッション打合せ会	国保会館
7月24日(金)	介護給付費等審査委員会・合議	国保会館
	高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に係る担当者研修会	国保会館
7月28日(火)	臨時総会	国保会館
	【広島県国保診療施設協議会】第1回理事会・臨時総会	国保会館
7月下旬	【広島県保険者協議会】第1回協議会(ウェブ開催)	—
8月18日(火)	市町等介護サービス苦情処理担当者研修会	国保会館
8月20日(木)	柔道整復療養費審査委員会・合議	国保会館
8月20日(木)～24日(月)	国保診療報酬審査委員会・合議	国保会館
8月24日(月)	市町等苦情処理ブロック別連絡会議(東部)	広島県尾道庁舎
8月25日(火)	介護給付費等審査委員会・合議	国保会館
8月29日(土)	【広島県国保診療施設協議会】第52回地域医療学会(ハイブリッド開催)	広島市
9月上旬	【広島県在宅保健福祉活動者の会】第2回理事会	国保会館
9月 2日(水)	市町等苦情処理ブロック別連絡会議(西部東)	広島県東広島庁舎
9月 7日(月)～9日(水)	徴収職員専門研修(ウェブ開催)	—
9月中旬	【広島県市町村保健活動協議会】第2回栄養士部会	国保会館
9月15日(火)	健康づくりポスター選考委員会	国保会館
9月17日(木)	柔道整復療養費審査委員会・合議	国保会館
9月17日(木)～21日(月・祝)	国保診療報酬審査委員会・合議	国保会館
9月25日(金)	介護給付費等審査委員会・合議	国保会館
9月28日(月)	市町等苦情処理ブロック別連絡会議(東部福山支所)	広島県福山庁舎
9月30日(水)	【広島県国保診療施設協議会】国保診療施設看護師研修会	国保会館
9月下旬	第2回保健事業支援・評価委員会(書面開催)	—

実施状況〈令和8年3月16日～令和8年6月15日〉

3月16日(月)	【広島県国保診療施設協議会】第2回地域医療・学術部会及び施設運営部会合同部会(ウェブ開催)	—
3月23日(月)	【広島県在宅保健福祉活動者の会】第2回地区活動推進専門部会	国保会館
4月 6日(月)	【広島県市町村保健活動協議会】監事会	国保会館
4月13日(月)	【広島県在宅保健福祉活動者の会】第1回地区活動推進専門部会	国保会館
4月20日(月)、21日(火)	徴収事務初任者研修(ウェブ開催)録画配信5/11～6/10	—
4月21日(火)	【広島県国保診療施設協議会】地域医療特別講座(日本赤十字広島看護大学)	廿日市市
4月22日(水)	介護サービス苦情処理委員会(ハイブリッド開催)	国保会館
4月23日(木)	【広島県在宅保健福祉活動者の会】第1回理事会	国保会館
4月24日(金)	【中国地方国保診療施設協議会】監事会、協議会	米子市
4月27日(月)	【広島県国保診療施設協議会】地域医療特別講座(広島国際大学呉キャンパス)	呉市
5月19日(火)	【広島県保険者協議会】特定健診・特定保健指導に関する人材育成研修会[基礎編](ウェブ開催)	—
5月21日(木)	【広島県国保診療施設協議会】第1回看護管理者研修会及び事務研修会(ハイブリッド開催)	国保会館
5月27日(水)	第三者行為求償事務研修会(基礎編)	国保会館
5月29日(金)	【広島県市町村保健活動協議会】第1回保健師部会役員会、第1回栄養士部会役員会、第1回理事会	国保会館
6月 3日(水)	【広島県在宅保健福祉活動者の会】総会及び第1回研修会	国保会館
6月 5日(金)	徴収マネジメント研修(ハイブリッド開催)	国保会館
6月8日(月)～10日(水)、 15日(月)、16日(火)	外部監査	国保会館
6月10日(水)	介護サービス苦情処理委員会(ハイブリッド開催)	国保会館

Special Thanks

今月号の取材にご協力いただいた方および関係機関（順不同）

九日市愛好会	
広島県総務局税務課 参事	松浦宏典 さん
広島県総務局税務課 主査	川上英利 さん
広島県総務局税務課 主事	福原浩介 さん
広島県西部県税事務所地方税特別滞納整理班 主任	石河内拓也 さん
広島県健康福祉局医療保険課 主任	山内知己 さん
厚生労働省国民健康保険 第三者行為求償事務アドバイザー	宮井昭治 さん
三上歯科医院 院長	福井康人 さん
江田島市観光協会	
株式会社フィジウェイ 理学療法士	岡野真典 さん

ご協力ありがとうございました。

編集後記

本格的な夏を前にして、気温の高い日が続いていますね。皆さまお変わりなくお過ごしでしょうか。

本号の表紙では太陽の光を反射した海の輝きに目を奪われ、夏だなあとウキウキしながら、私は食欲からも夏の気配を察知しているようです。そうめんを食べたい日が続いています。多めのわさびと、味付きのしいたけと錦糸卵とねぎを入れためんつゆに、そうめんをよく絡ませて食べるのが好きです。食べ終わったときにはもういいやと思っているのに、またどうしても食べたいときがやってくる。焼肉の食べ放題で起こりがちなこの現象が、そうめんに対しても起こります。

ところで、7月7日はそうめんの日だそうです。そうめんの起源は奈良時代に唐から伝わった「索餅（さくべい）」と呼ばれるお菓子の、平安時代に宮中の七夕の儀式で無病息災を願って供えられたことからそう言われているようです。のちに現代の形になったそうめんですが、室町時代には温かいにゅうめんが、宮廷で冬にふるまわれていたという話もあります。私は庶民ですが夏にそうめんを食べますと伝えたら、室町時代の貴族は信じてくれるでしょうか。今でもお中元などで贈るのは、高級品としての名残なのかなと、そうめんの歴史に思いを馳せました（細く長くという意味も込められているようです）。

「そうめん 病にかからない」と検索すると、おいしそうなレシピがヒットします。栄養たっぷりのごはんを食べて、思いきり夏を楽しみましょう。（や）

ひろしまの国保

【広島の国保】

2026.SUMMER No.832
令和8年6月25日発行（季刊）

発行／広島県国民健康保険団体連合会
〒730-8503 広島市中区東白島町19番49号 国保会館
TEL／082-554-0770
発行人・編集長／岡 謙二
編集・印刷／株式会社アドプレックス

バックナンバーもご覧になれます

広島の国保ホームページ

広島 国保

検索



\\ **40**歳から**74**歳のみなさんへ! //



生活習慣病予防の為に

受けよう

自己負担額は

無料

又は **低額**

特定健診!

医療機関受診中の方も特定健診の対象です

毎年受けています

受診を控えているうちに
大変なことになりそうだから
受けてよかった

病気が早く見つかって
よかった

通院しているので
受けなくてもいいと
思っていました

家族に勧められて受けました

かかりつけの病院で
健診を受けています

【特定健診を受けた広島県内の40歳～59歳の女性を対象にインターネット調査を実施】



特定健診を受けた
広島県民の

6人に1人

メタボと判定されています。

〔出典〕厚生労働省 特定健康診査・特定保健指導・メタボリックシンドロームの状況（都道府県別一覧）令和5年度

広島県の40～50代女性で
特定健診を受けた

10人に1人

特定保健指導の対象となっています。

〔出典〕厚生労働省 特定健康診査受診者数等の性・年齢階級・保険者種別ごとの分布（全国及び都道府県別一覧）令和5年度



検査項目など特定健診についての
詳細はこちらから

Q 特定健診 広島県 検索

広島県保険者協議会
特定健診受診勧奨ページ



お問い合わせは

ご加入の各保険者まで

（ご加入の保険者はマイナポータルや
資格確認書などでご確認ください。）

マイナポータル
トップページ



マイナポータルでの
確認方法



広島県保険者協議会

全国健康保険協会広島支部・
健康保険組合・国民健康保険（市町・組合）・
共済組合・広島県後期高齢医療広域連合・
広島県・広島県国民健康保険団体連合会