

垂水市の窓口の様子

して頑張っています。

垂水市では、平成25年12月20日にタイヤロックを実施 きます。 いような世帯も発見で に充当するということができます。 い分を取り戻してもらい、料(税) 弁護士や司法書士を紹介して過払 このような時は差押えをするか、 過払い金がある場合があります。 ら無料で取り出せます)をすると 届いたら引き直し計算(WEBか 寄せさせます。そして取引明細が 八丈町で捜索をし さらに、捜索をすることによっ 生活保護にしなければならな

とぞっとします。今こ うなっていたかと思う けるようにしたことが き継ぎ、生活保護を受 員さんと相談し八丈支 保護からの脱却を目指 調理の仕事につき生活 の人は半日だけですが しなければこの人はど あります。もし捜索を いるケースワーカーに引 庁(都の出先機関)に 人を発見し、民生委 上がることができない から下が壊疽して起き たところ、両足とも膝

> おそらく捜索を行うことができる もらうことができるのです。 いる人を発見し生活保護を受けて 多重債務者や本当に生活に困って やり入る捜索と思われがちですが 徴収吏員だけだと思います。 このような人を発見できるのは

関等に電話させ、取引明細を取り

カルガバメントネットワーク(LG Net)の仲間の自治体のように いただき、私たちNPO法人ロー 是非、停止事案で捜索に慣れて



石垣市健康保険課による捜索の様子

はいかがでしょうか。 たなる領域」に管理監督者の皆さ 捜索を日常化していくという「新 んが先頭に立って「挑戦」してみて

# 知恵を出し合って!!

代」とでもいえるでしょうか。 味での能力で勝負する時代が到来 だと思います。むしろ職員の皆さ 勝負する時代ではなくなっているの 門といえども例外ではありません。 いから手が回らない」ということを 者の皆さんから「職員の数が少な 方自治体における少数精鋭の時 したと考えます。いうならば「地 んが知恵を出し合って、本来の意 を進めている昨今では滞納整理部 よく聞きます。しかし、行政改革 これからの時代は、もう頭数で 全国を回っていますと管理監

織一丸となってチャレンジしていくこ る知恵が出れば失敗を恐れずに組 と思います。そして良いと思われ な仕事ができるかを考えることだ 生懸命どうしたら効率的、効果的 とが大切だと思います。 管理監督者を含む職員の皆さん 人ひとりが自分の職務について、 今行政に求められているのは

を平成16年7月に開始したことで 例えば、「インターネット公売

と職員が言えるようになりました。 てくるようになったり、 ニュース等で 一インター つの知恵であります。 インターネット公売を考えたのも 「これを売ってくれ」と動産を持っ 「何か売るものはありませんか を知った滞納者が物納よろしく 納税交渉 ネット公

税

交渉に変化が出てきました。

阪

の

富

田 林 市

が

おそらく

全国

「バイク一斉差押」

を 行

いま

恵者と言えるでしょう。 玉県が初めて「タイヤロック」 知恵といえば平成17年6月に埼 これを考えた職員も相当の これが全国に広がっています を導

> です。 ました。 てこの事業を成し遂げ成果をあげ 税部門と国保の徴収部門が協力し を先頭に一斉にバイクを差押えたの 斉に出 あったことです。 中に国保料の滞納による差押え 納者をリストアップし、 納している人に 軽自動車税と他 特筆すべきは差押えたバイク 納税に応じなかった 「差押予告」 人数の少ない納 の税 トラック (料) を

-朝に市営住宅に駐車してある滞 、路市では平成21年の9月から

さらに、

平 成 17

年 11 月に

は 大

0

初 タ クをし、 金額が少ないので支払うケースが多 いようです。 すべきは現年分のみの滞納者のもの 対象にしていることです。 当 る イヤロックを外してくれと言って 者の軽自動 このように職員からのアイディ の成果を上げています。 滞納者を待つという方法で 団地内に本部 車に一斉にタイヤ 車を置き 特筆 滞

それに真摯に向かい合い、 められているのではないでしょう 恐れずに具現化していくことが求 皆さんは職員のアイディアや提案 のひとつです。 これまで3回にわたり執筆し ば収納率が下 公務員の仕事の中で最も嫌なも が出やすい環境を作るとともに が増えています。 を生かし成果を上げている自治 滞納整理という事 -がり、 しかしそれに 管理監督者の いず 失敗 れは す。 玉

ることをお祈りしております。 お身体をご自愛されご活躍 ありがとうございました。 され

私も 頂きたいと思っています。 わった職員の皆さんが頑張らな (税) 保制度が崩壊することになりま きましたが、 是非、 いずれ国保のお世話になり を喜んで払える社会に 皆さんのお力で国保 して

Hori Hiroharu 堀 博晴

《主な職歴》昭和42年 4月 江戸川区役所に入都

平成 平成

東京都総務局小笠原支庁、同和対策部、災害対策部ほか

昭和49年 4月 8年 4月 東京都主税局足立都税事務所整理第二課長

同新宿都税事務所整理第一課長 9年12月

同練馬都税事務所納税課長 平成 12年 4月 平成 13年 4月 同課税部軽油特別調査室副参事

平成 14年 4月 同徴収部機動整理課長 同徴収部徴収指導室長

平成 16年 10月 平成 17年 3月 東京都退職

平成 17年 4月 ヤフー株式会社入社(官公庁担当) 平成 17年 10月 厚生労働省国民健康保険料(税)収納率向上アドバイザー NPO法人ローカルガバメント・ネットワーク理事長 ヤフー退職 平成 23年 10月~

平成 24年 11月 平成 25年 3月 東京都八丈町税務課徴収係長

《主な講師歴》 捜索から動産差押、インターネット公売などをテーマに全国の自治体で講演。また、厚生労働省国民健康保険料(税)収納率 向上アドバイザーとして東京都をはじめとする全国の自治体で講演、徴収業務を通じて、公務員の意識改革を実施中。

《著 書》「インターネット公売のすべて 徴収率アップの決め手」「インターネットが変えた!自治体増収大作戦」

#### **MBCテレビ** 每週水曜日10:28~10:35放送中!

## 薬のことを相談できるかかりつけ薬局と 負担軽減につながるジェネリック医薬品

## かかりつけ薬局とジェネリック医薬品について



ジェネリック医薬品を選ぶことで、ご自身の負担が減る可能性だけでな 国全体の医療費の削減につながると話す、沼田真由美先生(右)と

ので、 剤形、 てお薬手帳にその都度、 非常に複雑化しております。 うものが数種類あるなど薬自体も も増え、 た、「ジェネリック医薬品」 にたくさん出てきております。 ある相互作用や、 用することにより起こる可能性 でいて薬の種類はもちろんのこと するというような薬局のことです。 のことなど同じその薬局に相談を 薬局に持っていって薬をもらう、 しております。それに伴い薬を併 た薬のことや身体のこと、 ここ最近、特に薬の開発が進ん 「かかりつけ薬局」と併せ 投与経路なども多種多様化 同じ薬でもメーカーの違 注意事項も新た 服用薬や の 衛生 です 品

> 定されています。 えられるため、

す。薬の開発にかかるコストが

薬の価格が安く設

全性が国の基準で認められた薬で

た医薬品のことで、

有効性や安

ことができ、また薬のことや身体のこと、 が切れた医薬品を他のメーカーが製造し、 にお伝えしました。 国保でHOT情報では、その人ごとの薬のアレルギーや副作用歴が把握され、 公益社団法人鹿児島県薬剤師会の常務理事で、 価格が安価に設定されている「ジェネリック医薬品」 衛生面のことなどを相談できる「かかりつけ薬局」 福元薬局の沼田真由美先生にお話を伺い、 安心して薬を服用する ڔ 7 月 23 日 につい

衛生面のことを相談 のことや身体のこと、

どのような薬局ですかり **沼田先生/**たとえば、いくつかの病 してもらい処方せんをもらった場 院にかかってそれぞれで薬を処方 「かかりつけ薬局」というのは、 その処方せんをひとつの



非常に大切な事です 体調を記載していくということも

## |療費の削減に貢

沼田先生/特許が切れた医 薬品」とは、 具体的にはどういった 医薬品でしょうか? -ところでその「ジェネリック医 薬 品

ついて他の製薬メーカーが製造し

代金が安くなる可能性があるとい うことですね。 では、 今までもらっていた薬の

沼田先生/そうですね。 ては薬剤師と相談してご自身で選 ぶこともできます。 メーカーや値段が違いますの 「ジェネリック医薬品」につい また、 同じ薬で

特許

ご自宅に、 お薬の飲み残しは感 ありませんか? まずはかかりつけ業期にご経抜ください。



その人ごとの薬のアレルギーや副 沼田先生/そうです。それぞれが で相談すればいいわけですね。 かかりつけ薬局」を持つことで、 それぞれの「かかりつけ薬局」 なるほど、 そういったことなど ね。

ので、 ができるかと思います。 用歴を把握することができます 安心して薬を服用すること

減る可能性があるというだけでな うということは、ご自身の負担が

献することができると言えます。

玉

全体の医療費の削減にも貢

ネリック医薬品」

を処方してもら

できます。 かりつけ薬局」で整理することが また、薬の飲み残しなども

外と飲み残した薬ってありますよ そうですか。そういえば、 意

鹿児島県薬剤師会で平成25年10 沼田先生/そうなんです。 実は、

> 薬が県内の薬局に持ち込まれまし 週間で総額1、891、882円の残 飲み残し薬の調査をしたのです 月に薬局に持ち込んでいただいた 薬の値段に換算しますと、1

り整理そうだんバッグ」を作成し、 た。 鹿児島県薬剤師会では 「おくす

局」にご相談ください でおります。 こちらも併せて「かかりつけ

残薬の整理にも積極的に取り組

#### 鹿児島の薬に歴史あり

鹿児島は島津藩の頃から、漢方薬や生薬を奨励する土地柄で あったようで、以前は家伝薬メーカーが数十社あったのです が、現在では数社しか残っておりません。代々一子相伝で続 いてきたような鹿児島の漢方薬が今でも販売されています。 こういった薬は鹿児島の文化ともいえる薬だと思います。



## 第3回



# 、駅から 山駅までまち歩き

にかけては西郷隆盛も訪れた温泉として知られている。これらをつ 内原用水路沿いは、 れてきた。その神宮を中心にして、隼人駅から日当山駅にかけて まさに歴史の宝庫といえるだろう。特に、 また、 桜の季節には花見も楽しめる歩きやすいコース 日当山は温泉でも有名で、幕末期から明治 神宮下を流れる宮

なぐコースである。 になっている。

鹿児島神宮はかつて大隅正八幡宮とも呼ばれ、 古くから信仰さ



3

縄文時代には、この付近に海岸線があった。この貝塚

は縄文早期のものとされていて、はまぐりやかき・あさ りなどの貝類が出土している。また石製の矢じりや鹿の 角、土器の破片なども確認されていて縄文期の生活を

#### 鹿児島神宮

宮坂貝塚

知る貴重な貝塚のひとつである。

御祭神はヒコホホデノミコトなどで、古くは大隅正八幡宮な どと称されている。鹿児島神宮の文献「延喜式」には鹿 児島神社とあり、薩摩・大隅両国の神社のなかでは唯一 の大社。もともと「鹿児島」は現在の桜島をさす語といわ れ、社殿も桜島に向かって建てられていることから、自然 神崇拝に基づいた信仰の特徴も示している。現在の社殿 は宝暦6(1754)年の島津重豪によって再建されたもの で、勅使殿などとともに県の有形文化財に指定されている。



#### 宮内の田の神

凝灰岩に表情ゆたかに彫られた田の神像は、旧歴の5月 5日に近い日曜日におこなわれる鹿児島神宮のお田植祭 りでは主役になる。造立は天明元(1781)年で、右手 にめしげ、左手に椀を抱えた神舞型の石像。目の前の田 んぼは、神宮の御神田にあたる。

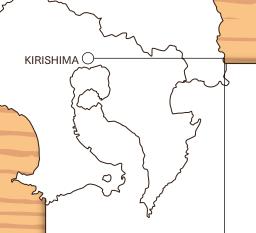
#### 【現 職】

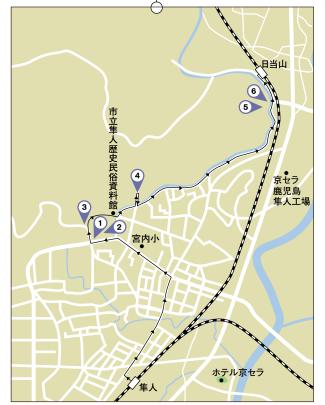
2007年~ 特定非営利活動法人まちづくり地域フォーラム・かごしま探検の会代表理事(2001-2007年まで専務理事)

2005年~ 特定非営利活動法人 桜島ミュージアム 理事/特定非営利活動法人 NPOさつま 理事

連載:「続世間遺産」南日本新聞朝刊(隔週金曜掲載)2009.3 ~ 2013.5・「世間遺産」南日本新聞夕刊(毎週木曜掲載)2006.6 ~ 2009.2・「かごしま歴史まち歩 き」地域経済情報(㈱鹿児島地域経済研究所発行) 2006.4 ~・「かごしま風景ものがたり」アイム鹿児島商工会議所会報 (鹿児島商工会議所発行)2013.5 ~・ 「ぶらりまち歩き」旅情報かごしま(鹿児島県観光連盟発行)2007.3 ~ 2008.3

共著:「日本を変えた薩摩おこじょ 天璋院篤姫ー歴史・文化・文学の視点からー」 (新薩摩学シリーズ6 (鹿児島純心女子大学國際文化研究センター編)2008年







#### 石体神社

「オシャッテサー」とも呼ばれ、安産の神様としても知ら れている。境内の石灯篭には、安産の護符となる小石 が積み上げられていて、お産の前にお参りして、その石 をひとつ持って帰り、無事お産が済んだら、今度はふた つおさめるという風習がある。



#### なげきの社・蛭児(ひるこ)神社

蛭児神社周辺を社と呼んでいる。イザナギノミコトの 子供である蛭児神が、天盤樟船に乗って漂着した 場所がここと伝えられている。蛭児神社の御祭神で もあり、また神社は二之宮大明神とも号している。



#### 西郷どんの宿

慶応年間から湯治に訪れていた西郷隆盛が、宿泊して いた家を復元したもの。元々の場所は温泉街のなかに あって龍宝家のものであった。西郷は、この地において 温泉入浴はもちろんうさぎ狩りや魚釣りなどを楽しんでい





【職歴・略歴】

NPO法人まちづくり地域フォーラム・かごしま探検の会代表理事。「まち歩き」を活動の中心に据え、地域 資源の情報発信や、県内及び九州各地での観光ボランティアガイドの育成・研修、まちづくりコーディネート などに従事する、自他ともに認めるまち歩きのプロ。主なテーマは、地域再発見やツーリズム、さらに商店街 やムラの活性化など。講演活動、大学の非常勤講師などを通しての持論展開のほか、新たな地域資源の価 値づけとして「世間遺産」を提唱するなど、地域の魅力を観光・教育・まちづくりに展開させる活動に従事 している。1972年鹿児島市生まれ。鹿児島大学理学部地学科卒。

## 10月は「鹿児島県ピンクリボン月間」です

ピンクリボンは、乳がんの早期発見・早期治療の重要性を伝える世界共通のシンボルマークです。 ピンクリボンを見かけたら、がん検診を受けることを思い出してください。

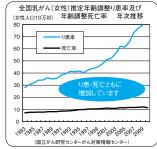
乳がんにかかる人は年々増加しており、最新の統計では、生涯のうちに、12人に1人の女性が乳がん にかかるといわれています。乳がんは、早期発見・早期治療すれば、ほとんどが治る病気です。がん克服 のためには、定期的ながん検診の受診により、早期発見・早期治療することが重要です。併せて、自分 でさわって気づく場合もありますので、月に1回の自己検診も行いましょう。

県では、乳がん検診の必要性について積極的に啓発するため、10月を「鹿児島県ピンクリボン月間| と制定し、各関係団体と連携・協働して、乳がんに関する正しい知識の普及や検診受診を促進する取り組 みを行っています。

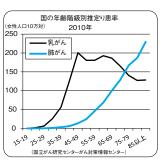
#### 乳がんの現状

全国のデータを見ると、乳がんのり患率・死亡率ともに年々増加しており、40 ~ 50歳代における乳がんり患率は、ここ 20年間で約2.5倍に増加しています。一方、乳がんで亡くなる女性は、1年間に、約12,500人で、40~50歳代の女性に おけるがん死亡の1/4を占めており、この年代の女性にとって最も多いがん死亡原因となっています。

本県では、平成24年に は、162人の女性が乳がん で亡くなっています。一般 に、がんは高齢になるにつ れて多くなりますが、乳が んは、他のがんに比べて、 若い世代でのり患・死亡が 多いことが特徴です。







#### マンモグラフィ検診を受けましょう

- ■マンモグラフィとは、乳房専用のX線撮影装置のことです。 マンモグラフィにより、視触診では発見できない早期がんの発見が可能です。
- ●市町村では、40歳以上の方を対象に、マンモグラフィによる乳がん検診を行っていま す。また、一定の条件に該当する女性を対象にがん検診無料クーポン券を配布している 市町村もあります。詳しいことはお住まいの市町村のがん検診窓口におたずねください。 市町村で行うがん検診以外にも、医療機関や検診センターでもマンモグラフィ検診が受 けられます。実施の有無や料金については、希望する医療機関に直接おたずねください。
- ■超音波による検診もあります。乳腺の発達した人や若い人の検診に適しています。

乳がんは、検診で 早期発見ができます。 早期発見・早期治療の ために、乳がん検診を 受けましょう。

#### 毎月1回、自己検診をしましょう

乳がんは、自分でも発見できるがんです。毎月 1回の自己検診で、乳房にしこり等がないか確認 しましょう。



生理が終わって約1週間後の、はりや痛み がないときにおこないましょう。閉経後の方 は、月1回日にちを決めておこないましょう。



お風呂場や、ねる前に仰向けになったとき におこないましょう。



## 10月は「臓器移植普及推進月間」です

#### ▲『臓器移植 ~いのちの贈りもの~』とは?

臓器移植とは、事故や病気などで臓器の機能が低下したときに、他の方の健康な臓器を移植し て、機能を回復させる医療で、医師と患者だけでなく、善意による臓器の提供がなければ成り立ち ません。

全国で臓器の提供を待っている方は、およそ13,000人です。それに対して移植を受けられる方は、 年間およそ300人です。また、鹿児島県で献腎移植を希望し、登録されている方は、およそ60人です。 移植でしか助からない命があります。

どこかの誰かを救うことができる。それが臓器提供「いのちの贈りもの」です。

#### ▲臓器移植に関する4つの権利とは?

臓器移植に関しては、どなたにも4つの権利があります。

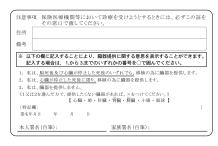
死後に臓器を「あげたい」「あげたくない」、あるいは移植が必要なときに臓器を「もらいたい」 「もらいたくない」という権利であり、どの考え方も尊重されなければいけません。

ただし、死後の臓器提供は、最終的に必ずご家族の承諾が必要となるので、大切なご家族と話し 合い、その意思を伝えておくことが重要です。

#### ▲臓器提供の意思表示の方法とは?

臓器提供の意思表示の方法は大きく分けて3つの方法があります。

- 1 インターネットによる意思登録
  - インターネットを使ってパソコンや携帯電話から(公社)日本臓器移植ネットワークのホームページ (http://www.jotnw.or.jp)・モバイルサイト(http://www.jotnw.or.jp/m) にアクセスし、臓器提供に関する意思 を登録できます。臓器提供時には検索が行われ、本人の意思をより確実に確認することができます。
- 2 意思表示カードへの記入 意思表示カードは県市町村窓口、保健所、コンビニエンスストアなどに置いてあります。
- ③ 健康保険証・運転免許証の意思表示欄への記入 意思表示欄があらかじめ設けられている健康保険証や運転免許証が増えています。



健康保険証の裏面の意思表示欄(例)



運転免許証の意思表示欄

詳しくは、(公財)県角膜・腎臓バンク協会(099-295-6420)にお問い合わせください。

## 脳卒中警報」発

~鹿児島県の脳卒中死亡率は全国平均の 1.4 倍です~

食生活の偏り、運動不足、ストレス、睡眠不足、喫煙、飲酒など「生活習慣の乱れ」が、高血圧、糖 尿病、脂質異常症、不整脈、肥満、メタボなど「脳卒中の危険因子」を引き起こし、これらが悪化すると 「脳卒中」が発症します。

### 適度な運動で、脳卒中予防~

#### 運動不足は脳卒中の危険性を高めます!

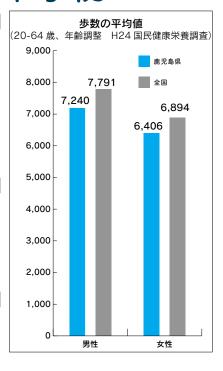
- ■運動不足は、食事でとったエネルギーを消費しきれず、肥満につながるのはも ちろん、高血圧や糖尿病、脂質異常症などの脳卒中の危険因子につながりま
- ●健康づくりのために望ましい身体活動量を歩行に換算すると1日あたり8,000 ~10,000歩になります。また、健康増進のための国の基本指針(健康日本2 1 (第2次)) では、1日あたり男性で9.000歩以上、女性で8.500歩以上を 目標に掲げています。

#### | 今よりも1日1,000歩、できれば2,000歩多く歩きましょう

- 鹿児島県民の歩数は、1日平均で男性7.240歩、女性6.406歩で、国の目標 に対して約2,000歩不足しています。
- 通勤通学、お昼のランチ、買い物などちょっとした移動時間に10分間多く歩く と約1,000歩です。慣れてきたら徐々に歩数を増やしていきましょう。



上下3階は階段を使う、お店の駐車場では遠いところに止める、歯磨きの時 に片足立ちをする、テレビのCMの時に筋トレをする、愛犬との散歩、風呂掃 除、草むしりなど、日常生活の中で体を動かすチャンスはたくさんあります。



## かごしま健康イエローカードキャンペーン展開

### ~生活習慣を見直して、健康寿命をのばそう!

#### かごしま健康イエローカードキャンペーン

●鹿児島県では、県、市町村、関係機関・団体が連携し、県民の皆様の健 康への注意を喚起し、運動の習慣化や食生活の改善などの生活習慣の見 直しを強く呼びかける「かごしま健康イエローカードキャンペーン」を積極的 に展開しています。

#### 10 月は強化月間です!

●毎年10月を、このキャンペーンの強化月間に設定し、鹿児島県地域・職 域・学域連携推進委員会が中心となって、市町村、職場、学校で健康づ くりに関する様々な普及啓発活動を、集中的・一体的に実施しています。



## 9月24日から30日までは 「結核予防週間」です!

#### 結核予防週間

厚生労働省では、毎年9月24日~30日を「結核予防週間」と定めて、結核 に対する正しい知識の普及啓発を図ることとしています。

結核の正しい知識と予防で、大切な未来を守りましょう。



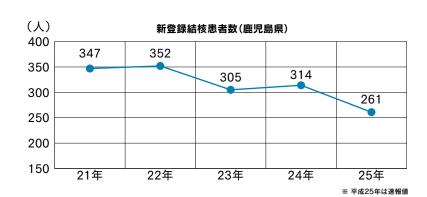
#### 結核は「現代の病気」です!

#### 年間21,283人(死亡者数2,110人)

… この数字は、日本で平成24年中に新たに結核にかかった人の数です。

今でも1日に約58人の新しい患者が発生し、約6人が命を落としている日本最大の重大な感染症なのです。 また、結核にかかる人は、全国的に減少傾向にある中で、本県では増減を繰り返しています!!





#### 早めの受診が社会のマナーです!!

結核の初期症状は風邪に似ていますが、下記のような症状が続く場合には、結核を疑って医療機関を受 診しましょう。

●咳が2週間以上続く ●痰が出る ●体がだるい ●微熱が続く 自分自身の健康のためにも、家族や友人などへの感染を防ぐためにも、早期発見・早期治療が重要です。

#### 複十字シール運動

(公財) 結核予防会では、結核や肺がんの治療等の調査研究や、結核予防 に関する知識の啓発等の資金にするため、「複十字シール運動(募金)」を行っ ています。

詳細については、結核予防会鹿児島支部(鹿児島県民総合保健センター内) にお問い合わせください。

(問い合わせ先: 099-220-2752)

