



薬剤師も
特定健診を
すすめています。

薬剤師も

きつかけは薬局から。



**対象は40～74歳のあなた！
毎年必ず受診しましょう。**

通院中の方も、年に一度の健康チェック！

通院時の検査だけでは見つからない病気もあります。

特定健診で“もう一歩先”の安心を。

特定健診 Q&A

- Q 医療機関に通院している人も特定健診は必要ですか？
A はい。特定健診はいつもの通院とは違った視点からあなたの体をチェックします。定期的な健診受診が病気の早期発見・早期治療につながります。
- Q 特定健診にかかる時間はどれくらいですか？
A 混雑状況等にもよりますが、1時間程度です。
- Q 予約はどのようにすればいいですか？
A 加入している保険によって予約方法が異なります。下の二次元コードから各保険者の健診情報を確認しましょう

健診受診の有無を分析し、事業改善等に役立てるため、薬剤師から受診勧奨を受けた方の氏名等の個人情報をご取次ぎの鳥取県国民健康保険団体連合会に情報提供する場合がありますので、ご了承ください。



「みなし健診」のご案内

保険が国保・協会けんぽ	+	今年はまだ特定健診を受けていない	+	生活習慣病等で定期的に通院中
-------------	---	------------------	---	----------------

特定健診を受診したとみなすことができる「みなし健診」もあります。受診券を持って、かかりつけ医に相談しましょう！

みなし健診実施医療機関はここからチェック！
「個別健診」に「○」のある医療機関で実施しています。



INDEX

- 保険者紹介「伯耆町」…………… 2
- 診療施設コーナー…………… 6
- 国保連合会ニュース…………… 5
- けんどう's キッチン「日吉津村」…… 8

鳥取県保険者協議会では、県内で活躍するイラストレーター・漫画家である小村博明さんのイラストを用いたチラシを作成し、鳥取県薬剤師会と協力し、10月に「40歳以上の国保加入者」および「40歳以上の被用者保険の被扶養者」に向けた特定健診の受診勧奨を行います。かかりつけの薬剤師の方から対象者の方にお声掛けすることにより、より効果的に特定健診の重要性を啓発します。

また、10月は、大山乳業と協力の広報(5ページに関連記事)、鳥取県国民健康保険団体連合会が実施する新聞折込広告も実施し、特定健診の受診率向上に向けて重点的に広報を行います。

伯耆町

森と光が織りなすうるおいのまち



伯耆町データ	
面積	139.44 km ²
人口	10,090 人
世帯数	3,879 世帯
高齢化率	40.8%
国保世帯数	1,449 世帯
国保被保数	2,200 人
(令和7年4月1日現在)	



伯耆町紹介

伯耆町は、鳥取県西部地区の名峰大山の麓に位置し、のどかな風景と歴史ある文化が残るまちです。

全国共通の少子高齢化という大きな課題に直面していますが、充実した子育て・教育環境や、自然の中でゆったりと過ごせる安心感の中で、お互いが健やかに暮らせるまちです。

特産品としては、大山の伏流水を使用した本格的な地ビール「大山Gビール」があり、

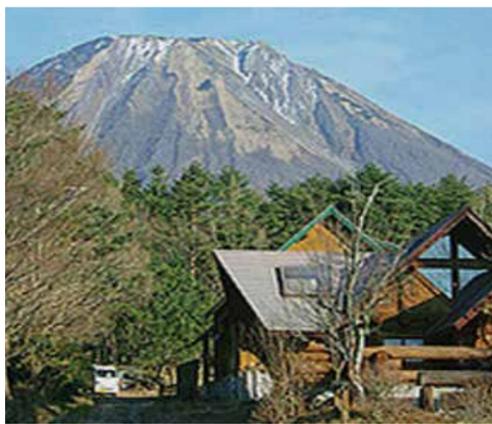


国際的なビールコンテストで受賞歴もあります。また、大山の天然水と地元産の酒米を使用し醸造した銘酒「八郷」や、「源流どぶろく」上代」も人気です。

大山(別名:伯耆富士)を正面に構える伯耆町ですが、見どころのある観光地がいくつもあります。

○天空リフト

大山の裾野に位置する榎水高原に整備されている天空リフトは、冬はスキー場リフト、夏は観光リフト



○大山ペンション村

西日本最大級のスケールを誇るペンション村で、ホテルでは味わえないような、个性的かつアットホームな雰囲気の魅力な宿泊施設です。



として活躍しています。頂上からは、日本海、ワケ浜半島、島根半島のパノラマが一望できます。

○大山まきば

みるくの里

榎水高原のすぐ近くにある放牧場で、搾乳体験、乗馬体験、乳製品づくり体験など、豊富な酪農プログラムが体験可能です。代名詞ともなっている「ソフトクリーム」を目当てに訪れる人も少なくありません。



○植田正治写真美術館

被写体をオブジェのように配置する独特の技法で数多くの有名作品を残してきた写真家 植田正治の写真が展示されている美術館で



す。その独特のスタイルは「Ueda・cho(植田調)」とされ、国際的にも高い評価を受けています。

伯耆町の将来像 「森と光が織りなす うるおいのまち」

大山をはじめとする伯耆町の豊かな自然を「森」、安心の笑顔、希望や情熱を抱く人々を「光」と表現し、自然と人とが調和しながら、暮らすやすらぎと、訪れる楽しさが共に実感できるまちを将来像として掲げています。

伯耆町の5つの基本方針

○住みよさを感じるまち

生活の利便性や快適性など定住のための環境整備、住民生活の安心安全を守る消防・防災対策強化

○地域産業を育むまち

農業・林業・畜産業などの活性化に向けた支援の強化、広域連携による観光推進、既存企業への支援や企業誘致の推進

○健やかで心豊かな人を育むまち

学校と地域の連携による町の将来を担う人材育成、地域の自然や歴史を伝承する機会の確保、一人ひとりの住む喜びや地域への愛着醸成

○健康で安心して暮らせるまち

地域の中で支えあいながら安心して暮らせる環境づくり、家庭や職場、身近な地域での健康づくり、誰もが自立した日常生活、社会活動を営むための支援

○住民とともに創る持続可能なまち

移住・定住につながる関係人口の拡大、効果的かつ効率的な行財政運営、情報公開やコミュニティ活動への支援

このように、伯耆町では、住む人も訪れる人も魅力的な街になるために、住民主役の住みやすいまちづくりを推進しています。

健康づくり

伯耆町では、「正しい理解から事後フォローまで」をテーマに、地域連携による認知症対策事業を実施しています。

STEP ①

認知症への正しい理解

認知症への正しい理解の普及啓発活動として、情報誌「オレンジガイド」を2カ月に1回、町広報誌に折込、全戸配布しています。作成に当たっては、専門職種で構成した広報部会で検討しています。

STEP ②

タッチパネルによる簡易検査

早期発見・早期対応の取組みとして、エーザイ(株)が開発した「のうKNOW®」を活用して、タッチパネルによる簡易スクリーニング検査を実施しています。集団健診をはじめとした各種保健事業等を活用し、ご自身の脳の健康度をチェックすることで認知症を正しく知ってもらう機会にもなっています。また、検査実施時には、「のうKNOW®」サポーターと呼ばれる住民ボランティアの方々が、簡単な説明や検査の補助をしてくれます。

※「のうKNOW®」は医療機器ではありません。疾病の診断又は予防に使用されることを目的としたものではありません。

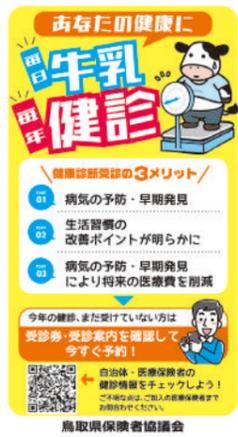
STEP ③

認知症に関する検査

第一段階:もの忘れ検診
↓町内医療機関に委託し、認知機能検査を実施し、認知症の疑いの有無を検査します。(自己負担なし)
第二段階:認知機能精密検査
↓もの忘れ検診で認知症の疑いありと判定された方へ、精密検査を勧めます。頭部MRIやCT等の医師が必要と認める検査を実施し、自己負担額については助成制度もあります。

特定健診等の受診勧奨

牛乳パッケージに表示された二次元コードから、特定健診をはじめとした様々な健診を紹介した専用サイトに遷移することができます。
専用サイトでは、皆さんの加入している保険者や年齢などのフォローチャートから、皆さんの受診のできる健診を紹介しています。



鳥取県保険者協議会(鳥取県内の保険者が地域・職域を超えて連携協力することを目的に設置された団体)では、特定健診等受診率向上への取り組みとして、日用品など日常生活の中でよく目にする素材を活用して、健診受診を周知する取り組みを実施することとし、大山乳業農業協同組合と連携して、白バラ牛乳のパッケージを使用した広報を行うこととしました。

令和7年10月から約2か月間、県内スーパーやコンビニの店頭に、健診の受診を促すオリジナルパッケージの白バラ牛乳が並びます。

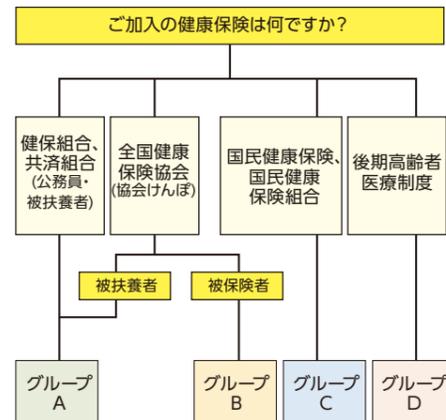
白バラ牛乳と連携した広報

健保組合・共済組合に加入しているご本人とご家族、または、協会けんぽに加入している方のご家族の方

グループA	被保険者(本人)	被扶養者(家族)
~39歳	事業主健診(定期健診)	市町村の住民健診(若年者健診)
40~74歳	事業主健診(定期健診)又は特定健診	特定健診

国民健康保険・国民健康保険組合に加入している方

グループC	市町村国民健康保険	国民健康保険組合
~39歳	市町村の住民健診(若年者健診)	国民健康保険組合が実施する健診
40~74歳	特定健診	特定健診



協会けんぽに加入している方ご本人

グループB	被保険者(本人)
~34歳	事業主健診(定期健診)
35~74歳	生活習慣病予防健診

後期高齢者医療制度の被保険者の方、後期高齢者医療制度では、被保険者の方(75歳以上の方、もしくは65歳から75歳までの方で障がいがあり後期高齢者医療広域連合に加入を認められた方)の糖尿病等の生活習慣病の早期発見のため健康診査を実施しています。



きっかけは薬局から。薬剤師も特定健診をすすめています。対象は40~74歳のあなた! 毎年必ず受診しましょう。

薬剤師会と連携した広報
県民全体に対するアプローチである大山乳業と連携した広報と時期を併せて、国保被保険者や被用者保険の被扶養者など健診受診率の低い方に直接アプローチする広報を鳥取県薬剤師会と連携して実施することになりました。
県内で活躍するイラストレーター・漫画家である小村博明さんのイラストを用いたチラシを作成し、10月に保険薬局の窓口を訪れた40歳以上の国保加入者および40歳以上の被用者保険の被扶養者に対して、かかりつけの薬剤師の方から特定健診の重要性を啓発します。
チラシの裏面には、Q&A方式で分かりやすく、特定健診の疑問を解説するとともに、生活習慣病などで既に通院中の方が、かかりつけ医と相談のうえ、特定健診の代わりに実施する「みなし健診」という仕組みについても解説しています。

みんなも楽しみながら健康づくりに取り組んでほしいゾウ! とっとり健活スタンプラリーの詳細は、横の二次元コードからアクセス!!



とっとり健活スタンプラリー

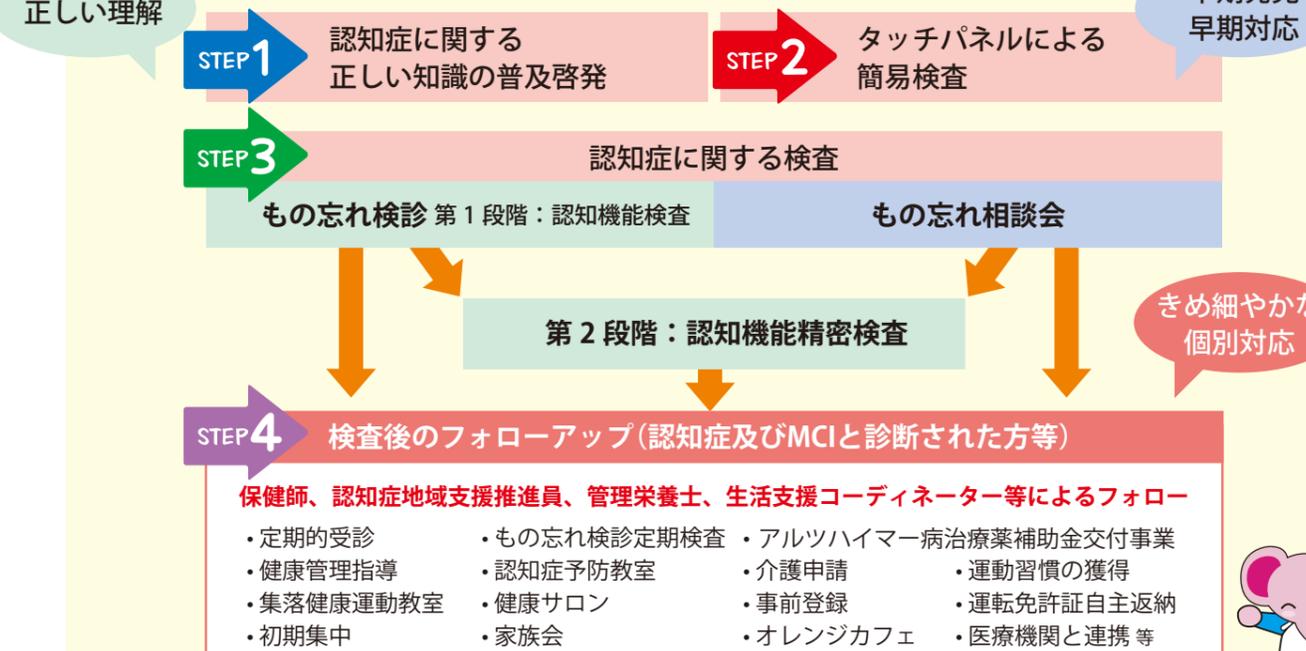
その他の広報

その他にも、例年実施している特定健診の受診勧奨を目的とした新聞折込広告も同時期に実施することで、相乗効果を狙っています。
さらに、令和7年度は、県民の皆様が楽しみながら特定健診の受診や健康づくりに取り組んでいただくことを目的に、「とっとり健活スタンプラリー」も実施しており、重点的な広報を行います。



STEP 4 検査後のフォローアップ
検査後もきめ細やかなサポートを継続するため、保健師や認知症地域支援推進員等による事後フォロー会議を2カ月間に1回開催し、必要に応じて個別訪問やかかりつけ医との連絡調整を行います。
このように伯耆町における認知症対策事業では、認知症やMCIの方、そのご家族が安心して暮らせるよう、医療・介護・福祉の関係機関、地域住民・民間企業等が一体となって支えあう仕組みを構築しています。

実施フロー図 ~正しい理解から事後フォローまで~



伯耆町における認知症地域連携



※「のうKNOW」は医療機器ではありません。疾病の診断又は予防に使用されることを目的としたものではありません。

日野病院



命と暮らしを守る、この地域の「最後の砦」

はじめに

日野病院は80年以上、この地の医療を支えてきました。昭和15年、日野町根雨で開院し、震災を乗り越え、平成12年に現在の地へ移転しました。診療所や介護事業も展開し、日野郡から米子市・岡山県北部まで幅広く医療を届けています。令和5年度には、全国でも数少ない「自治体立優良病院表彰（総務大臣表彰）」を受賞しました。それは、地域の信頼と支えの証です。



施設の概要

施設と機能

〜ここで完結できる安心〜

- 病院（21診療科・99床）
 - 一般病床38床と、退院に向けたリハビリや在宅準備を行う地域包括ケア病床61床を備えています。
 - 地域包括ケア病床では、
 - ・ 急な病気の治療が終わった後
 - ・ 自宅に戻る準備期間
 - ・ 一時的な入院が必要な時
- など、様々なニーズに応えます。



■在宅介護支援事業所
「自宅で過ごす安心」を支える場所です。

- ・ 看護師による訪問看護
- ・ 理学療法士などによる訪問リハビリ
- ・ ケアプラン作成を通じて、ご家族と共に生活を支えます。



■診療所
黒坂診療所、一部診療所では、通いやすさと身近さを大切にしながら、安心できる医療を提供しています。



黒坂診療所は今年で開設20年を迎え、これまで地域の皆さまとともに歩んできました。これからも、変わらぬ信頼と安心を届けられる診療所を目指してまいります。

地域に必要とされるために

米子市の大病院までは車で約50分。できるだけこの地域で治療を完結させたいという思いから、21の診療科を整備し、鳥取大学からの医師派遣で専門医療を提供しています。

○手術ができる病院
外科・整形外科・眼科の手術に対応。慣れ親しんだ土地で手術を受けられる安心は、何ものにも代えがたいものです。

○透析医療の充実
週2〜3回、1回4〜5時間かかる透析治療。その負担を少しでも減らすため、地域で透析を受けられる

体制を整えています。

○高度医療機器の整備

MRIをはじめとする最新の画像診断機器で、迅速かつ正確な診断を行い、地域の医療を支えています。

○人間ドック、検診事業

人間ドック、脳ドック、全身がん検診「DWIBS（ドワイブス）」など、豊富な検診コースをご用意しています。

ライフスタイルやご希望に合わせて、最適なコースをご案内いたします。

学びを育て、未来へつなぐ

○鳥取大学地域医療総合教育研修センター

医学部5年生全員と、プライマリケア志望の6年生の実習を受け入れ、地域医療の現場で学びを提供しています。

○看護実習施設

大学・専門学校・高校からの実習を受け入れ、未来の看護職を育てています。



いま取り組んでいること

○便秘エコー

看護師が超音波検査で便秘の状態を確認し、一人ひとりに合ったケアを提供しています。



○看護の宅配便

健康相談や見守り活動を行い、地域を巡回。認知症予防サロンや運動教室にも参加し、「まちの保健室」として地域の健康を支えています。

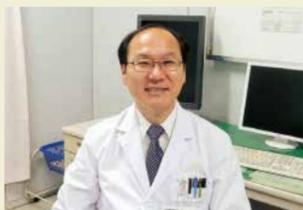
○日野郡の医療連携

個々の医療機関だけでは対応が困難な機能もたくさんあります。日南病院、江尾診療所と連携し、互いに補完し合う体制を築いています。

○行政機関との連携

地域医療の充実には、行政との連携が不可欠です。令和7年度からは、日野町・江府町・日南町の3町による共同雇用により、小児科医の派遣を受けています。

病院長からひと言



日野病院 孝田 雅彦 院長

日野病院は、昭和15年の開院以来、85年にわたって日野郡の医療に貢献してまいりました。

人口の減少や高齢化が進む今、地域の皆さまにとって、いつでも頼れる医療がすぐそばにあることの重要性は、ますます高まっています。

私たちは、皆さまの一番身近な「かかりつけ医」として、また専門医療への大切な窓口として、急な病気や怪我の治療から、社会復帰を目指すリハビリ、そしてご自宅で安心して療養できるための在宅医療まで、継続して皆さまの健康を守ります。

「地域にあってこそその日野病院であり、日野病院あってこそその日野郡」。この言葉を胸に、これからも職員一丸となって、より良い医療の提供に努めてまいります。

地域と共に、未来へ

全国の病院の7割以上が赤字という厳しい時代。それでも私たちは、この病院を地域に根づかせ、未来へつなぐ使命があります。

県・町・大学病院・近隣医療機関・介護施設、そして地域の皆さまと共に、この地域の命と暮らしを守り続けます。

【決算報告】

日野病院では平成19年度から令和6年度決算まで（平成27年度を除き）、黒字経営を維持してまいりました。

これは、地域の皆さまの信頼と、職員一人ひとりの努力の積み重ねによる成果とも言えます。

今後も引き続き経営改善に努め、地域にとって必要とされる病院を目指してまいります。

持続可能な医療のかたちを、ここ日野から発信していきます。

職員募集

日野病院では、看護師・薬剤師・臨床放射線技師・社会福祉士など、さまざまな職種の間を募集しています。ぜひ私たちと一緒に、地域医療の未来をつないでいきましょう。



けんぞう's キッチン

栄養士紹介

福祉保健課 健康対策室
課長補佐兼室長 段塚 万琴



丸ごと日吉津グラタン



調理時間
40分

作り方

- ①さつま芋は皮付きのまま1cm厚さのいちょう切りにして水にさらし、600Wの電子レンジで3分程度軟らかくなるまで加熱する。ブロッコリーは小房にほぐし、600Wの電子レンジで1分30秒程度加熱する。
- ②水煮大豆は粗くつぶし、葱は粗みじん、人参は薄めのいちょう切りにする。
- ③らっきょうは粗みじんに切り、トマトケチャップ・中濃ソースと混ぜ合わせておく。
- ④フライパンに油を熱して人参・葱を炒め、人参に火が通ったら大豆・こしょうを加え混ぜ、小麦粉を振り入れ弱火で炒め、粉っぽさが無くなったなら牛乳を半量入れてよく混ぜ合わせ、残りの牛乳を加えてとろみが出るまでよく混ぜて火を止める。
- ⑤グラタン皿にさつま芋を並べて④を入れて広げ、その上に③をかけてブロッコリーをのせ、チーズを散らしてオーブンでチーズが溶けるまで焼く。

村内食材を詰め込んだレシピ

村内で作られている大豆・白葱・らっきょうを使って以前考案した「丸ごと日吉津コロッケ」を、栽培の多いさつま芋・ブロッコリーも加えてグラタンにアレンジしたレシピです。

栄養価(1人分)

エネルギー：337Kcal 炭水化物：42.2g
たんぱく質：16.0g 食塩相当量：1.2g
脂 質：14.7g カルシウム：254mg

材料(4人分)

さつま芋…………… 200g
ブロッコリー…………… 100g
水煮大豆…………… 240g
葱…………… 120g
人参…………… 120g
油…………… 大さじ1・1/3
こしょう…………… 少々
小麦粉…………… 大さじ2
牛乳…………… 300ml
甘酢らっきょう…………… 30g
トマトケチャップ…………… 大さじ2
中濃ソース…………… 大さじ1
ピザ用チーズ…………… 60g

ーロメモ

作り方のポイント

人参を電子レンジで加熱してから炒めると、時間短縮できます。

ピザ用チーズは冷めると固くなるので、粉チーズに変更しても。



たんぱく質・食物繊維だけでなく、カルシウムもしっかりとれるメニューだツウ！
まとめて作って取り分けることも！

わがまちのオススメ

王子製紙(株)と日吉津村・日吉津村議会が協働で平成5年度から整備を進め平成26年3月に完成した桜堤は、満開時期には約400mの桜のトンネル内を歩くことができます。村外からお花見に来られる方も増え、写真撮影スポットにもなっています。

