



会長挨拶

山形県在宅保健活動者連絡協議会（いつわ会）

会長 高山 喜志子

2017年あけましておめでとうございます。

西年ですので「いつわ会」の活動を会員自らも周囲にアピールすることで、仲間を拡大しましょう。

2月3日、都道府県在宅保健師等会全国連絡会が開催されました。国保中央会原理事長は前厚生労働省老健局長で高齢者の出番づくり事業は、会員の健康づくりにもつながるのでしっかり展開してほしいとの挨拶がありました。

常務理事からは国の平成29年度予算案に基づく施策の概要で、厚生労働省の予算から、国保財政・医療保険制度財政そして国保制度改革の要点を解説いただきました。会員が支援している事業の特定健診・特定保健指導実施状況では、市町村国保の未受診の理由の上位3つは40歳～60歳で「忘れていた」が多く70歳代は「通院中」、第2位はどの年代も「健康だ・メタボじゃない」、第3位は「役所からの案内がわかりにくい」でした。受診率を上げるには1.医師会・かかりつけ

医等と連携した受診の啓発2.保険者による受診環境の整備3.被保険者に対する受診の働きかけ4.個人へのインセンティブ付けとまとめられています。今後はデータヘルスとビッグデータ活用がクローズアップされています。重症化予防に取り組んでいる（実施予定も含む）県別の資料で山形は50%の市町村が実施していて、人口一人当たりの「糖尿病患者の医療費（平成25年）」では全国でも低い方でした。今後、日本健康会議の宣言により周知し国保の重要事業として取り組んでいくと結んでありました。

会員の事例発表は2題。1.ぼたんの会「災害支援活動」2.オリーブの会「ゲストティーチャー派遣事業」。いずれも会員全員が参加するものではなく特定少数の活動の紹介でした。

全国展開を考えている「フレイルサポーター養成」について、東大の飯島教授の手法の紹介があり、自分のこととして気づかせるには？と地域を活性化させる手法でした。

私たちの「いつわ会」の活動について、会員のアンケートや県内市町村の実情等を踏まえて、県民はもとより会員の健康、そして人生を少しでも豊かにできればと思っています。

平成28年度事業(中間報告)

| 事業名 | 日 時 | 内 容 |
|-----------------------------|------------------------------|--|
| 役員会 | 平成28年 4月 21日 平成29年 2月 10日 | 2回開催 |
| いつわ会全体研修会 | 平成28年 10月 7日 ～8日 | 第56回全国国保地域医療学会 詳細は本誌2～3頁参照 |
| いつわ会ブロック研修会 | 平成28年 6月、7月 | 4回(置賜、最上、庄内、村山) 詳細は本誌4～5頁参照 |
| 平成28年度東北地方 在宅保健師等会連絡会議 | 平成28年 12月 1日 ～2日 | 山形県より4名出席 詳細は本誌6～7頁参照 |
| 会報発行 | 平成29年 3月 | 第56回全国国保地域医療学会 ブロック研修会等 |
| 特定健診・特定保健指導 受診率等向上対策事業協力 | 平成28年 5月～ 平成29年 2月 | 県内12保険者にて13名協力 電話による受診勧奨と未受診理由の聞き取り |
| 糖尿病等重症化予防対策支援 | 平成28年 12月～ 平成29年 2月 | 県内2市町村にて2名協力 電話等による医療機関への受診勧奨 |
| 高齢者地域サロン等事業協力 | 平成28年 4月～ 平成29年 2月 | 健康講話・血圧測定・体力測定 (延べ9名協力) |
| 救護協力 | 平成28年 6月～11月 | 球技等運動大会の救護・応急処置 (延べ32名協力) |

第56回

全国国保地域医療学会

メインテーマ「地域包括医療・ケア」を地域づくりの礎に^{いしすえ}

～出羽国（でわのくに）から国保新時代を見据えて～

日時 平成28年10月7日(金)8日(土) 場所 山形市 山形テルサ・ホテルメトロポリタン山形

今年度は、「第56回全国国保地域医療学会」を、いつわ会研修会に充て、62人の参加申し込みを得ました。



特別講演

「修験道と現代

～出羽三山と日本人の精神性～

山形県出羽三山羽黒山 宿坊 大聖坊

十三代目 星野 文紘 氏

(山伏名「尚文」)



学会日程

10月7日(金)

開会式・表彰式

特別講演

「修験道と現代

～出羽三山と日本人の精神性～

参加型ワークショップ

「「地域包括医療・ケア」を地域づくりの礎に

～出羽国から国保新時代を見据えて～

会員宿題報告

「京丹後市立久美浜病院の取り組み

～過去・現在・未来～

国保直診開設者サミット

「これから問われる「地域力」～地域包括

医療・ケアと地方創生～」

教育セミナー

研究発表(口演・デジタルポスター)

10月8日(土)

シンポジウム

「「地域包括医療・ケア」を地域づくりの礎に

～住民と一体となって取り組むために～」

市民公開講座

「脳を鍛えて認知症を予防する」

教育セミナー

研究発表(口演・デジタルポスター)

閉会式

【参加者アンケートから】

- ・羽黒山は、身近な存在で観光として何度か行きましたが、この度講演を聞く機会をいただき改めて山岳信仰について学びました。山岳信仰の歴史的背景と自然と共生してきた。農耕氏族の精神生活を具体的に肉体より魂を大切にした。魂は、里山にのぼり、神になる。その神が春先に田圃におりてきて豊穰を祈り、終わると山に登る。地元の歴史的文化を知ることができた。
 - ・なんでもデジタル化され欲しいものすべてが手に入ろうとする現代の異様さを感じているなかで五感や感性を研ぎ澄ます必要性を考えさせられました。「感じること!」が大切だと…。
 - ・大変難しい内容でした。法螺貝で始まり法螺貝で終わる、感動しました。山に入り何を見て感じ、感じた事を考え行動し、どう生きていけばよいのかの基礎を少々学んだ様な気がします。
 - ・身近に住む私達の町・村から毎日眺めている、月山・葉山、そして鶴岡からは羽黒山と出羽三山が最高の修行、修験道であること、十三代目の星野文紘大聖坊より説明をいただきました。
 - 1) 山の思想は、山に入って出てくれば新しい命である事、生まれ変わる事
 - 2) 命はすべて山から与えられ命の源であること
山に登って心の罪を懺悔し成仏すること、肉体は土に還り、魂は山に納まる。身を清め精神のコンセプトとして山伏修行、知恵を活かす。心の現代の心療内科と思った。
- 難しい内容、御講演ではありましたが今のせわしい世の中、難しい世代から一歩山の恵を得たいとも感じました。



市民公開講座

「脳を鍛えて認知症を予防する」

東北大学加齢医学研究所

教授 川島 隆太 氏

【参加者アンケートから】

- ・一時間半あつという間の時間でした。川島先生の講演の内容はとても興味深く1.脳を使う習慣2.身体を動かす3.栄養4.人とのかかわりの大切さ。脳血管障害を患った方が学習療法によりみちがえる効果があったこと。テレビ、スマホは脳に毒であることなど驚かされました。健やかな生活のため、日々自分自身訓練してまいりたいと思います。
- ・まさに「立て板に水」のごとく、さわやかな話しぶりと計算された内容にただ驚かされながら聞き入ってしまいました。
- ・最新の研究やテレビやスマホが脳に与える影響とか実際に住民に手作業が良いと説明したのがあまり効果がないこと、そして実際にみんなで行った脳トレ・残念ながら・・でした。教えていただいた事を住民にも還元しながら自分にも役立てたいと思いました。
- ・「テレビ・スマホは脳が休んでいる」納得です。心あたりあります。自分の脳萎縮を自覚でき、すぐできる脳トレ「1～120の数を数える」「新聞の社説などをできるだけ早く声を出して読み時間を記録する」を毎日実施している。デイサービス利用者も1～120をできるだけ早く言うことは興味を示し自宅でもやってみるとの声がきかれた。
- ・生きている人間の脳が、どのように働くかを画像にして調べる研究をしている先生が会場で動物の絵を使ったり手を動かしたり計算したり声を出したりあつという間に時間が過ぎました。脳の前頭前野が認知機能をつかさどっていてトレーニングすることで認知力がアップすること、研究された結果を見て驚きました。認知機能の低下は20～30代から始まっているそうです。簡単な読み・書き・計算が前頭前野を働かせ認知機能を維持することで穏やかな生活を送ることが出来るようです。脳を使う習慣をつけたいものです。



感想

【参加者アンケートから】

- ・シンポジウム「地域包括医療・ケア」を地域づくりの礎に～住民と一体となって取り組むために～どうしても専門職についているとデータなどを頭に入れて物を見る傾向がある。あまりにもいろんな知識がありすぎると頭で物を見る傾向があるのかもしれないと感じさせてくれた内容が「在宅生活と支える住民活動」のかたくりの会の相談役の方の話でした。心でも物をみんなねなあと再度確認しました。
- ・学会内容はとても身近な内容で現場での課題はどこもさまざまな苦勞されているなあと感じた点、そして工夫をこらし何とか地域ごと医療・福祉連携している姿に感動しました。
- ・大変すばらしい経験をさせていただきました。会場を移動してすべて参加させていただきました。特に研究発表217長野県の「サキベジ」の発表、特に印象的でした。
- ・研究発表は短時間ながらもポイントも明確で進行も手なれておりとても聞きやすかった。どの部署での案内もテキパキと優しくありがたかったです。
- ・スタッフの方が皆親切でわからないでいると声をかけてくださったりいつも気持ちよく答えてくださいました。いろいろな地域の方の取り組み考え方がわかりとても有意義な大会で参加できて良かったです。



平成
28年度

いっわ会ブロック研修会

村山ブロック

と き 平成28年6月14日(火)

ところ 天童市健康センター

参集者 12名

1 講話「天童市における 地域包括ケアシステムについて」



講師／
天童市健康福祉部
保険給付課
課長補佐
澤 和彦 氏

アンケートから

- ていねいな説明でわかりやすかったと思います。現在どこまで進んでいるのかも含めて話していただきありがとうございます。
- 新しい情報が聞けてよかった。
- 総合事業を初めて知りました。

2 ロコトレ(おさらい) 「花の山形!しゃんしゃん体操(第二)」

アンケートから

- DVDを見ないと動けませんが2回できて運動ができました。

3 講義と実技 「これであなたもおしゃれシニア! ～いつまでも素敵に美しく～」



講師／
学校法人薬師の杜学園山形美容専門学校
校長 高橋 朝子 氏

アシスタント
学校法人薬師の杜学園山形美容専門学校
実習教員 三井寺 海香 氏

アンケートから

- メイクで変わる印象、これから楽しみたいと思います。リンパマッサージ・ハンドマッサージとても気持ち良かったです。幸せな気持ちをいつも持っていきたいと思います。
- 眉により印象が変わることを実感しました。
- なかなか聞くチャンスがなく楽しく参加できました。実技も大変良かったです。



最上ブロック

と き 平成28年6月29日(水)

ところ 最上広域交流センター「ゆめりあ」

参集者 18名

1 実技「簡単・安全・効果的! サロンにも活かせるロコトレ」



講師／
最上町社会福祉協議会
主任健康運動指導員
沓沢 保代 氏

アンケートから

- 体のゆがみひどくならないように頑張っていけそうです。
- 正しい姿勢を意識しながら生活していきたいと思いました。
- 体を動かし筋トレが良かった。運動習慣を身につけたい気分になった。

2 講義「最上地域の医療を取り巻く 状況について」



講師／
山形県国民健康保険団体連合会
事業課
主査
早坂 玲 氏

アンケートから

- 2025年問題。また自分が生きていないだろう2040年。人口減少と高齢化きびしい現実。あらためて教えていただきありがとうございます。
- 医療従事者の人材確保の困難さが見込まれる中で年をとっていくことに不安を感じている。まずはコツコツと健康づくりに励みたい。

3 講演「健康! 長生き! 入浴術!」



講師／大蔵村診療所
所長
荒川 光昭 氏

アンケートから

- 温泉とは?正しい入浴方法、注意点などくわしくわかりやすかった。
- 温泉、身近にあって利用すること多いも事故など考えてもみなかったが、気をつけなければならないことが意外と多い。いい入浴を是非したい。
- 入浴中の突然死が多い。問題にされている。まわりの人にも教えよう。



置賜ブロック

と き 平成28年7月13日(水)

ところ 午前:南陽市文化会館
午後:公徳会佐藤病院

参集者 17名

1 講義「置賜地域の医療を取り巻く状況について」

講師／山形県国民健康保険団体連合会事業課

主査 早坂 玲 氏

アンケートから

- ビッグデータの存在とその内容は今後の生活の基礎となります。
- 普段なかなか聞けないようなデータの説明でよかった。
- 近未来を見すえた現状の医療に関する研修で大変勉強になりました。

2 施設見学『南陽市文化会館』

説明者: 南陽市文化会館

アンケートから

- エコの建築物について直接触れることが出来ましてありがとうございました。自分への未来への考え方を示していただいたと思っています。

3 講演「介護予習のすすめ ～健やかな老いのために～」



講師／社会医療法人公徳会
介護老人保健施設
ドミール南陽

施設長
阿部 ひろみ 氏

アンケートから

- 実践事例を紹介されたが、世の中には見事な老人・若人・嫁とかが実際にいらっしゃる事が心強かった。
- 自分のこととしてとらえていく事が必要と感じました。内容深く良かった。元気な老人向けの地域の仕事に生かしていきたいです。
- 心積りノートははじめて見た。これから詳しく学びます。

4 施設見学『佐藤病院精神科救急病棟』

説明者: 社会医療法人公徳会佐藤病院

アンケートから

- 初めて私たちの身近な病院と感ずることが出来た。施設の医療の質の向上に頑張っている姿を拝見しました。
- 常に見学できないところ、わかりやすく見学させて頂きとてもためになりました。

庄内ブロック

と き 平成28年7月28日(木)

ところ 鶴岡市総合保健福祉センター

参集者 21名

1 講演「地域活動にも活かせる! 認知症の人への対応」



講師／
鶴岡市立荘内病院神経内科

主任医長
丸谷 宏 氏

アンケートから

- 認知症についてわかりやすく病気も対応も学べよかった。それよりも更に自分が少しでもボランティア?等何かできることがあるのではという情報を得られてよかった。
- レビー小体について細かい研修で大変参考になった。
- 生活習慣病との関連もよく理解できた。
- 医療現場での認知症の新たな取り組みなども知ることができ大変参考になりました。

2 講話「思春期保健の現状と課題 ～私たちにできること～」

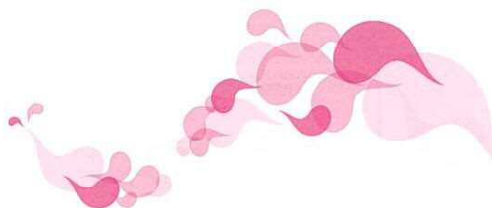


講師／
思春期保健相談士

奥村 秋 氏

アンケートから

- 少子高齢化の時代になり少ない子供に期待する世の中になりました。いかに思春期を乗り切り自分を成長させるその支援対応の大切さを学ぶ事ができました。
- 豊富な体験を分かり易く切なくとても心に響くお話をありがとうございました。
- 子供だけでなく人と人とも関わりにもつながるような話を聞けてよかった。



平成28年度 東北地方在宅保健師等会連絡会議 報告

と き／平成28年12月1日～2日
ところ／ホテルメトロポリタン秋田

東北6県に新潟県を含めた7県の在宅保健師等会のための連絡会議が秋田県において開催され、山形県より4名の会員が参加いたしました。

会議内容

○講演①

「健康長寿のためのフレイル&サルコペニア対策について」

国立長寿医療研究センター
フレイル予防医学研究室長 佐竹 昭介 氏

○講演②

「健康なまちづくりをめざしたデータヘルス計画について」

仙台白百合女子大学 准教授 鈴木 寿則 氏

○報告

「都道府県在宅保健師等会 全国連絡会について」

秋田県在宅保健師等ゆすり葉の会
会長 佐藤 潤子 氏

○講演③

「国保保健事業と在宅保健師等会の役割」

国民健康保険中央会常勤参与 鎌形 喜代実 氏

○情報交換会

○活動事例発表

①「映像で見る秋田県の 保健師活動(DVD)について」

報告者 秋田県在宅保健師等ゆすり葉の会
副会長 太田 敦子 氏

②「会員調査による退職後の 保健師活動の動向と力量形成について」

報告者 秋田県在宅保健師等ゆすり葉の会
書記 本間 美佐子 氏

○シンポジウム

テーマ「住民の健康を守ろう!
～在宅保健師等と現職保健師等が
お互いの役割を理解しながらそれ
ぞれできること」

助言者 仙台白百合女子大学 准教授 鈴木 寿則 氏

シンポジスト

在宅保健師：青森県在宅保健師の会
幹事 佐藤 宏子 氏
在宅保健師：新潟県在宅保健師の会「燈々会」
副会長 上野 春代 氏
現職保健師：秋田県健康福祉部健康推進課
政策監 工藤 聖子 氏

報告



「フレイルとサルコペニア」ってな～に?

幹事 岡部 久美子(庄内地区)

ロコモティブシンドロームを自分のものとして理解できるようになった今、また新しい言葉を咀嚼することとなりました。医学の進歩と絶え間ない研究は素晴らしいスピードで進んでいることを実感します。

「健康長寿」を目指して日々の生活を大切に生きようとする人が増えています。今回の研修で新しい言葉「フレイルとサルコペニア」を学びました。この言葉は単に疾病だけが問題なのではなく老年症候群として顕れる筋肉量の低下と悪液質を予防するだけではいけない。それには1) 転倒既往2) 筋力低下3) 歩行状態の変化4) バランス障害5) 多剤服用などのチェック項目を念頭に生活習慣に蛋白質を多く摂ることと運動を大事にすることを指導することが大事ということでした。

フレイルの証しである1) 倦怠感2) 体重減少3) 力が弱い4) 活動性の低下5) 歩行速度の低下の5つを挙げ、このうち3つ以上に該当するようであればフレイルとされます。

次にサルコペニアとはギリシャ語で加齢に伴う筋力の低下、または老化に伴う筋肉量の減少を指すサルコプラスペニアの造語ということです。その定義は骨格筋量と筋力が進行性かつ全般的に低下する症候群で、身体障害、QOL低下、死亡などの有害な結果を伴うものとされています。

年齢を重ね人生最後までセルフケアが自然にでき体力低下を受容しながら老衰という立派な病名で幕を閉じたいものと考えた研修でした。

報告

幹事 奥村 秋(庄内地区)

庄内からは、ローカル線でも二時間弱の隣県での開催、好機に恵まれ、標記会に参加させていただき感謝申し上げます。

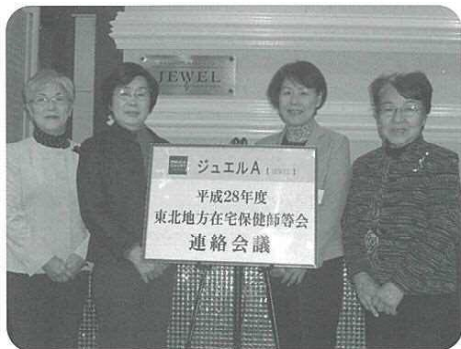
講演②の一端を報告させていただきます。

鈴木先生の研究活動は、主に公衆衛生学を中心に「生活習慣病の疫学」「医療費分析」等で、今回は宮城県の実態も含め、「健康づくりのあゆみ」についてお話が進められました。急速な少子高齢化の社会現象は、あらゆる分野で取り上げられ、社会全体で課題に対し施策が論じられている昨今ですが、社会保障費の増加の一途は、老い先の我が身に置き換えても不安はつのるばかりです。

従来、治療のみに重点が置かれていた保健医療行政に、予防と健康増進を取り入れた国民健康づくり運動からスタートし、健康日本21の策定・日本再興戦略・日本健康会議の発足・データヘルス計画の推進等々は、今は膨らむばかりの介護需要や医療費を、どう抑制するかが究極の課題であることは明らかです。平成42年のあるべき姿として、予防サービスの拡充により、国民の医療・介護需要をできる限り抑えつつ、より質の高い医療・介護を提供することにより「国民の健康寿命が延伸する社会」とありましたが、施策の中に“戦略”なる言葉が使われていること自体、この国の重要課題であることが伝わってきます。

いつわ会の一員として、中央の施策に関心を寄せつつ、施策が会の活動に繋がっていくのではと感じながら帰路に着きました。

各県参加者の向学心・向上心、懇親会での和気藹々の笑顔・笑い声。難しい文言よりこうして集い、人々の輪の中に入る事が、健康寿命の延伸に効果絶大と実感した研修でした。



報告

「東北地方在宅保健師等会連絡会議」秋田に参加して

副会長 安達 寿子(村山地区)

12月1,2日と秋田市で開催の会議に会長代理で出席させていただきました。1日目は講演と情報交換会、2日目は秋田県の活動(DVD作成やアンケートによる活動分析)の報告とシンポジウムが行われました。

国保中央会の鎌形先生の講演では、国の動向(国民健康保険法改正のポイント、重点改革事項、データヘルス計画など)健康づくり対策や保健事業について(フレイルの概念)「フレイル」は初めて聞く言葉でした。別の講師の方からも詳しく講演いただきましたが日本語に訳すと「虚弱」状態、健康寿命を伸ばすため研究と対策がなされているとのことでした。

又、在宅保健師等の役割として「保健事業の実施等に関する指針」に掲げられている事、他県の会の活動の紹介もありました。

情報交換会では、各県対抗ジャガイモゴルフ大会など楽しいアトラクションで大いに盛り上がりました。来年度は山形県での開催となるため、庄内・最上・置賜・村山の方言でのウェルカムコールを行ってきました。在宅の会のパワーを改めて感じられた有意義な2日間でした。

報告

幹事 奥山 裕子(最上地区)

二日目は、はじめに活動事例の発表があり秋田県の保健師の技術の向上をめざして、手づくり感あふれるDVD作成は、時代に沿った手法で貴重なものとして受けとめさせていただきました。ひき続いてのシンポジウムは「住民の健康を守ろう!在宅保健師等と現職保健師がお互いの役割を理解しながらそれぞれできること」というテーマで、青森県、新潟県の在宅保健師等の会の方々と秋田県の行政現職保健師トップの方が発言された後に意見交換が行われました。その中で青森県では各々の資格を生かし地域保健活動に寄与することをモットーに活動し、新任保健師育成に関しては、県・市町村と連携し保健師としての姿勢・思いや家庭訪問等の対人支援技術等トレーナー保健師として知の伝承がしっかりと行われているとのことでした。平成前と平成になってから保健師活動の様変わりの大きい中で、かつての現任教育が変化し、専門職としての人材教育が行われにくくなっている状況をきき、在宅保健師等ができることを考えさせられたひとコマでもありました。

新潟県は会設立40年経過し、歴史ある活動が展開されておりました。いずれも各県会員の皆様がとてもパワフルです。

私もこのたびも研修ではたくさんの元気をいただきましたし、このことを地域とのつながりに生かしたいと思います。貴重な研修の機会をいただき、あらためて心から感謝申し上げます。

支援事業紹介コーナー

平成28年度特定健診・特定保健指導受診率等向上対策事業

国保連合会は、県内の12保険者と協力し、特定健診受診率を向上させるための電話による支援事業を行っております。

いつわ会会員13名がこの事業に協力し、市町村役場庁舎等で電話勧奨を行っております。

本人や家族に受診の大切さを訴えております。

●実施保険者●

寒河江市 長井市 南陽市 山辺町
中山町 河北町 大江町 舟形町
高畠町 飯豊町 庄内町 最上地区広域連合

山形県市町村の 特定健診・特定保健指導の状況

平成20年度より特定健康診査（以下「特定健診」という）が開始され、国の定める第二期特定健診等実施計画では、平成25年度以降の市町村国保の特定健診受診率目標値は60%、保健指導実施率は60%です。平成27年度の山形県市町村国保保険者にかかる特定健診受診率は46.0%、特定保健指導終了率は34.8%であり、全国的には上位に位置していますが、今後も目標に向け取り組みが必要です。



平成28年度糖尿病及び慢性腎臓病(CKD)重症化予防事業

今年度から市町村が実施する糖尿病等重症化予防事業への支援を行っております。

今年度は、いつわ会会員2名が協力し、健診の結果、医療機関受診が必要とされた者に対して電話等で受診勧奨を行っております。

●実施市町村●

南陽市 金山町

平成28年12月1日現在会員数

年代別

| 年齢階層別 | 人数 |
|--------|-----|
| 40歳未満 | 2 |
| 40～49歳 | 7 |
| 50～59歳 | 32 |
| 60～69歳 | 104 |
| 70歳以上 | 72 |
| 計 | 217 |

職種別

| | 村山 | 最上 | 置賜 | 庄内 | 合計 |
|-------|----|----|----|----|-----|
| 保健師 | 37 | 18 | 14 | 19 | 88 |
| 助産師 | 7 | 1 | 0 | 2 | 10 |
| 看護師 | 16 | 6 | 8 | 24 | 54 |
| 准看護師 | 4 | 2 | 3 | 1 | 10 |
| 管理栄養士 | 14 | 3 | 8 | 3 | 28 |
| 栄養士 | 3 | 1 | 2 | 0 | 6 |
| 歯科衛生士 | 11 | 3 | 7 | 0 | 21 |
| 合計 | 92 | 34 | 42 | 49 | 217 |

会員募集

あなたも
楽しく活動してみませんか？

今までの専門職としての経験を、
自分の住んでいる地域の中で、
健康づくりに役立てましょう。



申し込み、問い合わせは、
下記の事務局連絡先まで▼

事務局
〒991-0041
寒河江市大字寒河江字久保6番地
国保会館内
山形県国民健康保険団体連合会
事業課保健事業係
TEL0237-87-8002 FAX0237-83-3353

印刷 コロニー印刷