

健保ヤマゾエのつぶやき 2025 年 4 月号

皆さん、こんにちは。お元気ですか？健保ヤマゾエです。新年度に入りました。昨年
の 10 月から毎月つぶやいています。いや～半年たったのですね。感慨深いなあ～。

今月も健保のこと、健康その他でつれづれ感じたこと、季節の俳句？！について、き
まぐれにゆる～くつぶやきます。是非お付き合ってください。なお、“つぶやき”は、毎月
上旬～中旬に PepUp で配信しますが、健保の HP にも掲載しています。よろしくお願
いします。

<その 1：シハライキキン?!>

(アントニオ猪木さん風に) 皆さん、元気ですか～！

ヤマゾエですが、苦手なスギ花粉もピークは過ぎてきたように思うので、少～し元
気になった感じがします。そうはいつでも、「自然“界限”」？「風呂キャンセル“界限”」
??でなかった、「ヤマゾエ“界限”」(≡「ヤマゾエくらいのお年頃」)になると、医療
機関のお世話になることがどうしても多くなってきます。

(“界限”は昨年度の流行語大賞の TOP10 だそうです。ちなみに大賞は“ふてほど”。ヤマ
ゾエ“界限”には最近の流行語大賞ワードのほとんどは、流行語大賞発表のニュースで初
めて知る言葉です…。)

さて、今年の 1 月の日本経済新聞 (以下日経) の、とある記事ですが、医療機関の
レセプト (診療報酬明細書) は年間約 13 億件もあるそうです。現役世代では本人が 3
割を窓口で負担し、健保等の保険者が 7 割を負担しますが、どのように精算されてい
るのでしょうか？

ここに登場するのが社会保険診療報酬支払基金 (通称：支払基金) です。全国の医療
機関からのレセプト (この言葉を使うと、おっ、このひとは医療機関の関係者？ある
いは健保通 (つう)？と見られます!?) が支払基金に集まり、適正なレセプトかどうか審
査された後、健保等の保険者との間で精算されます。支払基金ができる前、戦前は医師
会や歯科医師会、戦後は健保等の保険者が審査支払事務を行っていたそうですが、マン
パワーが足りず、支払事務が滞り、診療報酬の支払い遅延が多発していたようで、
1948 年に支払基金を設立し審査支払業務を集約したとのこと。とはいえ、当時はすべ
て紙ベースでの手作業でしたから、気の遠くなるような事務作業だったのでしょ
うね。

その後、段階的にレセプトの審査支払業務が自動化されてきましたが (とはいえ、昨
年 11 月に支払基金の方の講演を聞いたのですが、2024 年 6 月のレセプト件数 5800 万

枚のうち、約 1 割の 636 万枚は目視点検を行ったそうです。) 、さらに現在では、国の医療 DX の実働部隊としての性格も併せ持つようになってきており、2025 年 1 月 30 日付日経によると「医療情報基盤・診療報酬審査支払機構」に名称変更する案が今年の通常国会に提出されるそうです。従来の業務に加え、医療分野のデジタルトランスフォーメーション (DX) を担う組織に変更されるということなんですね。

健保ともつながりの深い「支払基金」の動向も要チェックです。ヤマゾエ的には、名称変更後に何て呼ぶのかが気になります。「イリョウジョウホウキバン・シンリョウホウシュウシンサシハラキコウ」なんて言うのはヤマゾエ“界限”的には無理ですので、「支払機構」とか単に「機構」、あるいは「基盤機構」？おそらく当分は「支払基金」と呼ぶんじゃないかなあ…。

<その 2 : サ～ザエ～さん♪、サ～ザエ～さん♪>

NHK の「映像の世紀 バタフライエフェクト」という番組をご存じでしょうか？1995 年に放送開始の「映像の世紀」の新シリーズです。放送は月曜日の夜 10 時から。タラララ～♪、タ・ラ・ラ～ラララ～♪、というテーマ音楽「パリは燃えているか」※の作曲は加古隆さん。胸にしみいる曲ですが、テーマ曲が流れ、冒頭の映像が流れると、我が家族はそそくさとリビングから退散して、歯磨きに行き、寝る態勢に入ります。この番組は、ヤマゾエ家では私しか見ません。テーマ曲を聞くと気持ちが暗くなってくるそうです…。(※「パリは燃えているか」というのは、第 2 次世界大戦末期にヒトラーが発した言葉だとか。この言葉にまつわるドラマがあるんだろうな…。)

さて、休日が終わり、また一週間が始まるのか、と思うと憂鬱に……、このような心理状態を「サザエさん症候群」などと呼ぶことがあるとのこと (日経ビジネス 2023 年 3 月 7 日より) ですが、ご存じですか？

ヤマゾエは昔っからの筋金入りの花粉症持ちでもあり、サザエさん症候群持ちなので (フジテレビのアニメ「サザエさん」は好きです。)、日曜日の夕方以降は、人間に見られている時のトイ・ストーリーのウッディ君みたいにぐたっとしてしまい、全くあきませんが、月曜日一日を何とかしのいで、夜に「パリ燃え」を聞くと、不思議と少し元気が出てきます。

バタフライエフェクトでは、結構重いテーマを扱っています。いつもは、「死の大地 ドイツ敗走の 2200 キロ」とか「麻薬世界を狂わせた欲望」とか「ラストエンペラー 溥儀財宝と流転の人生」とかのタイトルなのですが、今年の 9 月に番組表を見ていたら、「I DON'T LIKE MONDAYS 月曜日の物語」というタイトルだったので、あれっ？最近

月曜日にからむ大きな事件があったかなあ？またはネタ切れでダイジェスト版？とか思っていたら、月曜日に過去の有名な重大事件が多かったこと（1979年のアメリカで月曜日の朝の登校時間を狙った銃乱射事件で、狙撃犯の16歳の少女が犯行動機を「I don't like Mondays」と答え、社会に衝撃を与えた事件があったこと。また、ジョン・レノン暗殺（1980）、ブラックマンデー（1987）、地下鉄サリン事件（1995）等）、視聴者から月曜日夜の番組にしては暗すぎるという投稿が多いこと、ある調査によると一週間で最も憂うつを感じるのは「月曜日」と答えた人が最も多かったこと、等からあえてこの回を作成したようです。月曜日が苦手なのは自分だけでなかったのか、と安心しました。

ただ番組後半のナレーションによると、希望のあるテーマも取り上げているとの事ですし、ベルリンの壁崩壊のきっかけとなった東ドイツの教会での、1982年以来、毎週月曜日に開催されていた平和の祈りの話もありました。月曜は悪くな〜い！

なお、以前ヤマゾエの職場の先輩は、逆に月曜日が調子が良くて、金曜日に向かって調子が下降線になってくると話していました。まあ、人それぞれですね。「みんなちがって、みんないい。」“金子みすゞ『私と小鳥と鈴と』より。”

以前の“つぶやき”にも書きましたが、Jスクエア HP には、からだの健康、こころの健康等の相談に関する情報も掲載されています。一つは、各地域の健康増進センターの産業医、看護師による相談。もう一つは、健保組合の、こころとからだの健康相談で、外部の専門機関が受け付けています。いずれもプライバシー厳守。これらはJスクエア：マンスリーコラム4月号でも取り上げられています。また、中央健康増進室・増進センター等ではメンタルヘルスセミナーも実施予定との事。詳細はJスクエア HP 等で確認ヨロ、気になることがあれば遠慮せずに電話・メールしてみましよう！

<その3：健保からのお願いで〜す！>

昨年12月1日をもって、従来型のカード式保険証の発行が停止され、現在はそれ以前発行のカード式保険証は暫定的に使用できますが、今年の12月1日以降は使用できなくなります。基本マイナ保険証のみ。なお、マイナ保険証をお持ちでない方には、資格確認書を発行しますが、マイナ保険証には以下のようなメリットがありますので、是非医療機関、薬局に行かれる際は、今のうちからマイナ保険証を使ってみましょう。

また、もしマイナンバーカードをお持ちでない場合、早めの取得を（“マイナンバーカード取得”でググりましょう。）、マイナンバーカードは持っていてマイナ保険証登

録がまだの方は早めの登録を（“マイナ保険証登録”でググりましょう）、是非お願いしま～す！

<マイナ保険証のメリット>

安心・・・より良い医療が受けられる！

- ・特定健診や診療の情報を医師と共有でき、重複検査のリスクが少なくなります。※
- ・薬の情報も医師・薬剤師と共有でき、重複投薬や禁忌薬剤投与のリスクも減少。※
- ・旅行先や災害時でも、薬の情報等が連携されます。

※本人が同意した場合のみ

便利・・・各種手続きも便利・簡単に！

- ・マイナポータルで医療費通知情報を入手でき医療費控除の確定申告が簡単。
- ・医療費が高額な場合に申請する「限度額適用認定証」が省略できます。
- ・就職や転職後の保険証の切り替え・更新が不要
(新しい保険者によるマイナンバーの資格登録が必要です)
- ・高齢受給者証の持参の必要もなくなります。

それと、健保運営の業務効率化にもつながります!!!

<その4：今月の俳句>

最後は季節の俳句のコーナーですが、今月は春本番ということで、こんな俳句を。

「永き日や欠伸うつして別れ行く」（夏目漱石）

ヤマゾエは時折寄席なんつう所に行って、ぼーとしながら、落語、漫才、講談、手品、曲芸、大神楽なんぞを眺めています。ウトウトしながら聞いていることもよくあります。「あくび指南」という落語もあって面白いですね。吉本新喜劇も好きなのですが、何故か、なんばグランド花月で観ると爆笑してしまうのですが、他の劇場だとそうでもなかったりします。出演者は同じなのに、不思議です。

この句は、松山で漱石が熊本の学校に教師として赴任する時、高浜虚子との別れに際して詠んだ句と言われているようですが、春、友人とお茶やお酒でしゃべっていて、気づくとそこそこ時間がたち、あくびをかみ殺して、そろそろ帰りましょうか、なんてことはありそうですよね。

「まさなる空よりしだれざくらかな」（富安風生）

今年の東京の桜の開花は3月24日でした。花見には行かれましたか？

枝垂桜（しだれざくら）は広義では枝がやわらかく枝垂れるサクラの総称ということで、角館の武家屋敷通り、福島県三春の滝桜、等全国各地に素晴らしい枝垂桜がみられるようです。

でも、仮にそのような名所に行かなくても、この句を口ずさむと、咲き誇る枝垂桜がまさに空からシャワーのように自分に降りそそいでくるような不思議な感じがします。

「木の芽かな山の混成四部合唱」（山添信俊）

最後はヤマゾエの句。最初で最後ということでご勘弁を！

（若井ぼん・はやと風に…）失つつ礼しました!!（誰も知らないですよね…。）

<最後に>

皆様、お読みいただき、ありがとうございました。仕事の息抜きにでも、ぼーっとななめ読みしていただければ幸いです。

では、来月またお会いしましょう。（今回も淀川長治さん風に）さよなら、さよなら、さようなら。