

＊  
ときの話題

**健康保険証「廃止」でどうなる？  
マイナカードを作らなくても  
医療は受けられます**



新潟県保険協会  
事務局長  
高波 俊幸

新潟県保険協会は、保険診療に従事する医師・歯科医師（主に開業医）で構成され、国民皆保険を守り、社会保障の拡充のために活動しています。全国各地に保険医協会・保険協会があり、全国保険医団体連合会（保団連）を構成しています。

**マイナカードの取得は任意です**

政府は現行の健康保険証を今年12月2日で廃止し、「マイナ保険証」に一本化するとしています。マイナンバーカードの取得はマイナンバー法で任意とされていますが、国民皆保険のもとで健康保険証を廃止し、マイナカードに一本化することはカード取得の事実上の強制です。

現在、マイナカードの保有率（6月）は、人口に対し74%と高くなっていますが、国民の約1/4、3260万人はカードを保有していません。マイナ保険証の利用登録率は59%で、国民の約4割、5170万人はマイナ保険証を持っていません。マイナ保険証の6

月利用率は、政府の利用促進策にもかかわらず、9・9%と低迷したままです。保団連の調査で、政府の「総点検」後も資格確認ができないトラブルが続いていることがわかっています。トラブルの原因は未解決で、国民の信頼はありません。

**保険証が廃止される12月2日以降はどうなるか**

今年12月2日から「健康保険証は使えなくなる」「マイナ保険証のみ」は大きな誤解です。従来の保険証の新規発行は12月2日から停止されますが、それまでに発行された保険証は12月2日以降も最大1年間使えます。お手元の保険証は決して捨てないでください。保険証を使い続けましょう。

中小企業などの協会けんぽ、大企業の組合健保、公務員の共済組合などの被用者保険は、概ね2025年12月1日まで現在の保険証が使えます。

新潟市の国民健康保険、後期高齢者医療保険は8月に保険証が更新されています。保険証の有効期間は1年間です。来年の7月31日までです。

**保険証の有効期間が切れた後はどうなるか**

マイナカードを取得していない人、マイナカードを取得していても健康保険証の利用登録をしていない人には、有効期間が切れる前に健康保険証に代わる「資格確認書」が保険者から交付

され、保険診療を受けることができず。資格確認書は、「当面の間」は申請しなくても交付されます。概ね現行の保険証と同様の記載内容や形状となるようです。

被用者保険は、25年12月2日以降有効な資格確認書が交付されます。国保と後期高齢者医療は、来年8月1日から有効な資格確認書が交付されます。なお、マイナ保険証の利用登録をしていない人には資格確認書は交付されません。10月末から保険者に申請すれば、マイナ保険証の登録解除ができるようになります。

**現行の保険証を存続させるべき**

日本の公的医療保険制度は、券面に資格情報が記載された健康保険証が交付されることで、医療機関でスムーズな資格確認ができ、すべての国民に必要な医療を保障してきました。

保険証は憲法25条に基づく国民皆保険のもと、保険診療を受ける権利を証明するもので、保険証を発行・交付する責任は国、保険者にあります。他方、資格確認書は法律上、被保険者の申請により交付するとされており、申請なしの交付は「当面の間」の措置に過ぎません。交付義務のある健康保険証を存続することが国民皆保険制度の大前提です。



### 越後の干拓史

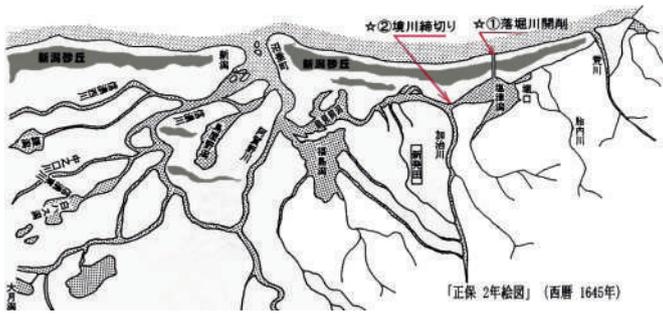
夕映えセミナール 7月21日(日)

#### 第1回 北蒲原干拓への道

#### 越後新川まちおこしの会

世話人 加藤 功

江戸初期に描かれ新発田藩が幕府に出した正保二年国絵図を見ると、越後平野の沿岸部には、角田浜から荒川に至る延長70kmにも達する新潟砂丘が連なり、越後平野の河川の出口は荒川と信濃川の二ヶ所のみです。



「正保 2年絵図」(西暦 1645年)

そのため、内陸部の山々から流れる中小河川は出口を失いかつ大小の潟を作り出し、砂丘内部に淡水性の無数の

した。当時、阿賀野川は山ノ下付近で信濃川に合流していましたが、信濃川の河口にある新潟は、阿賀野川の合流によって信濃川の水深が深くなり、大型の北前船が入港できたことにより、新潟町は繁栄していました。

紫雲寺潟は塩津潟とも言われ、かつてその広さは、旧紫雲寺町・旧中条町・旧加治川村に及ぶ下越地方最大の潟湖でした。弓の様な形をし、比較的浅く東西8km、南北4km、広さ約二千町歩の大きさでした。

この潟の水は、日本海側の砂丘地でせき止められ、加治川から阿賀野川へ流入し、信濃川、新潟町へと流れていました。また、北側には胎内川が流れ、荒川の河口へと通じていました。

幕府の新田開発奨励が追い風に享保7(1722)年、江戸幕府は財政確立の為、町人請負による新田開発を全国的に奨励しました。信州米子村出身の竹前小八郎はその話を聞き、紫雲寺潟干拓の許可を得て、兄の権兵衛と一緒に工事を始めました。紫雲寺潟干拓には落堀川の再掘削、と紫雲寺潟に流れ込んでいた境川の締め切りが不可欠です。だがこれを行うと阿賀野川への流量が増えます。その対策のため阿賀野川が海に一番近い松ヶ崎に洗堰を設けて、水嵩が増えた時のみ流す掘割を掘る案を新発田藩が

提案し幕府が採用しました。新潟町は掘割が決壊した場合、信濃川の水量が減少した北前船が入れなくなる事をおそれて大反対しました。その場合には新発田藩が元の状態に戻すとの条件で新潟町は泣く泣く同意しました。

享保15(1730)年の秋、松ヶ崎掘割は完成しました。だが翌年の多量の雪解け水により掘割はあつげなく決壊し、川口を変えて阿賀野川の本流となりました。新潟町のおそれていたことが現実となり、信濃川の水深は浅くなり、大型の船の入港が困難となりました。

砂丘を切り開けば干拓は出来るこの掘割決壊は、新潟町にとって大変悲運でしたが反面、島見前潟は干上がり福島潟の水が半減しました。これは砂丘を切り拓いて悪水を海に流す事により新田開発が可能であることに農民は気が付いたのです。

西蒲原の三潟周辺の農民による新川排水計画の請願は、新発田藩の新田開発の成功例を背景にその後九回も計画され藩庁や幕府に訴えましたが、新潟町の大反対により実現には長い道のりが必要でした。新川開削が成功したのは紫雲寺潟干拓が始まってから約百年経た文政3年(1820)、さらに百年経て大正12年(1922)、大河津分水が通水したのです。長い辛苦に満ちた水との闘いがあったのです。

## 楽しかったね、面白かったね!

参加者の感想から一部を紹介します

「海岸線と平行な川は昔の川、海岸線に直行している川は人が掘った川」これが新潟の地理と知る。 ヒデ

新川～紫雲寺潟までのバスツアー、楽しかったですね。加藤さんのクイズ、「これから渡る川のうち人力で掘った川は何本でしょうか？」正解は8本でした。 みこ

「百聞は一見に如かず」、加藤さんのお話を聞いて新しい発見を見出す。いつも素通りしている道や川が頼もしくなりました。妻が「あらおみやげは？」と聞いてきましたので「今日は越後200年の学びの旅である」と答えました。 正男

幕府の新田開発奨励で干拓された紫雲寺潟、どんな風に農民に分け与えられたか、とても興味が湧きました。「水を制する者は郷土を制する」と知りま 美杜

本当に楽しい、中身の濃いゼミでした。次回がとても楽しみになりました。この歳になっても学びは楽しいですね。 道子

越後平野を創る大事業には先人達の想像を絶する苦勞があったことを知り驚きました。平々凡々と生きてきましたが、私財を投げうって新川を掘った伊藤五郎左衛門さんに感謝ですね。誘ってくれてありがとう 洵子



## じゃがいも(新じゃが)と ブロッコリーのチーズ焼き

材料 吉武 慶子

- ・じゃがいも(新じゃが) 中2個(300g)位
- ・ブロッコリー 100g位
- ・ベーコン 50g位
- ・マヨネーズ 大さじ2杯
- ・カレー粉 小さじ1杯(お好みで加減して)
- ・ナチュラルチーズ 1つかみ(お好みの量で)

### 作り方

- ・じゃがいもは小さい乱切り、ブロッコリーは小房に。
- ・耐熱皿にじゃがいもを入れラップして電子レンジ600Wで4分、更にブロッコリーを加えて1分。
- ・ボウルに小さく切ったベーコン、マヨネーズ、カレー粉を入れ混ぜたところにじゃがいも、ブロッコリーを入れてあえる。
- ・耐熱皿(前に使った皿の水気を拭いて使用)に移し、チーズをかけて230度(1000W)のオーブントースターで約10分(焼き色がつくまで)焼く。

※耐熱皿1枚、鍋もフライパンもガスも使わない簡単、お手軽料理です。

- ・家族全員大好きで、よくリクエストがあります。
- ・親子リズムの「芋ほり」をして、その新じゃがを使いこのお料理ができました!



## 地域の声・話題コーナー

### ソテツの花が5年ぶりに咲きました!

五十嵐中島3丁目・田中幸子さん宅のソテツ。植えて30年、2度目の開花です。

前回の開花は5年前とか。見事ですね! (神立)



### お元気会の予定

#### 9月

とき 9月26日(木) 9:00~13:30  
 ところ お出かけ  
 白山公園の碑と燕喜館見学(ガイド付)  
 ランチ ピーア軒  
 ※ピーア軒はイタリア軒に次いでできた新潟の洋食専門店。  
 交通手段 マイカー相乗りかバス(詳細は参加者に)  
 参加申込 080-3702-8218(小川)

#### 10月

とき 10月31日(木) 9:30~11:30  
 ところ 西コミセン  
 内容 体操と認知症や介護・福祉の学習



### こけし親子リズム

(新婦人リズム)

6月22日(土)に総勢15人、ゆうばえのジャガイモ畑で「芋ほり」をしました。昨年からは、ゆうばえの畑で芋ほりをさせていたでいます。ゆうばえの畑は砂地で掘りやすく、ベンチもあっていい場所です。

こけし親子リズムは、新婦人の子育て支援サークルです。幼児から小学生まで現在メンバーは13人です。

土を触るのが苦手な子がいるのですが、今年は軍手をしてびっくりするぐらい一生懸命芋ほりをしていました。苦手って決めつけちゃいけないなと思いました。以上芋ほり体験談でした。

その日のグループには新じゃがお料理が次々アップされました。吉武さんのチーズ焼き(上記の簡単料理)を筆頭に、ポテサラ、肉じゃが、フライドポテトと皆さんすぐお料理して下さり、夕食では芋ほりの話が弾んだことでしょう!



高橋小夜子

高齢者に学ぶ伝統食づくり

第十八回 誰でもできる 美味しいなす漬



地域密着デイサービス  
えんてこ  
外輪 孝子

母から習ったなす漬けですが、現役で働く忙しさの中、ついつい遠ざかりがちになります。そこで熟年利用者の皆さんから、誰でも簡単にできる美味しいなす漬を教えてくださいました。

なす漬けほど、それぞれの家庭の味がある伝統食はありません。やり方も砂糖で一度揉むなど千差万別のようなですね。下準備の段階でもヘタを取る方もいますが、今回はヘタをつけたまま、塩とミョウバンだけで漬けてみました。  
**極意一** 鮮度が一番。出来上がってなすの皮が固いと感ずる場合はたいてい鮮度に問題があるかもしれません。なす漬に使う品種としては水なすが無難と聞きました。慣れてきたら、紫水なす（やや長めの丸なす）や十全なすがおすすめです。  
**極意二** 適量の塩を使ってなすを揉みこみます。なすの赤紫色の色が容器に染み出してきて、なすが柔らかくなるのが塩もみの目安です。一緒に入れるミョウバンは、

出来上がりのナスの色を鮮やかな紫紺色にしてくれます。今は何かと塩分控えめが時流。塩辛い漬物が高血圧の元凶といわれて久しいです。

塩を多く使えば漬かりは早いです。が体には良くない。そこがさじ加減です。その見極めは、「漬け汁を舐めて少し物足りない塩辛さ」と教えていただきました。  
**極意三** 漬汁は、なすがひたひたになる量に。重石は適量。一晩寝かせて召し上がれ。

『なすの浅漬、生姜と大葉添え』  
洗ったなすを縦に薄く切り分けます。なすと千切りした生姜・大葉をジップロック袋に入れ、重量の2%程度の塩を振ります。袋を閉じて揉んだり振ったりしてなすと塩を馴染ませ、冷蔵庫で一晩おいて完成。



夕映えのまちづくり講演会 (参加費無料)

認知症に優しいまちづくりをすすめてみましょう！

9月15日(日) 10時~12時(9時半開場)

西コミュニティセンター2F 小ホール

講師 等々力務さん(認知症の人と家族の会・副会長)

認知症基本法が制定され、認知症施策推進基本計画がこの秋動き出します。誰でもいつかは認知症と云われる時代、長く認知症の人や家族に寄り添ってこられた等々力務さんが、認知症の人と家族の思いとともに、支え合うまちづくりの課題を、心温まるエピソードを交えて語ります。振るってご参加ください。



主催 夕映えの会 連絡先 神立 (090-6455-3433)

編集後記

コロナ感染症が2類から5類に変わって、2度目の夏が過ぎました。花火大会やお祭り、お盆など人と人が濃厚に接触する機会がいっなくなると増える夏です。案の定、感染第11波到来が報道されました。抗体をすり抜ける特徴がある変異株K.P.3と聞くとうんざりしますがやはり手洗い・マスクが重要です。いつか集団免疫ができてインフルエンザと同様の対応が可能という時期が必ず来ます。それまでもうちょっとの辛抱です。さて季節は爽やかな秋、1年で最も過ごしやすい季節。バッグやポケットにはマスクを準備し、状況により着用するなど、メリハリの利いた柔軟な感染対策を講じましょう。社会活動の枠を、少しだけ広げる時期にもなっていると思います。

(M記)

Information

ゆうばえ新聞 通信員大募集

お住いの地域のとおき情報をお知らせください。

猛暑、酷暑他に何と書けばよいかと思うくらい夏の過ぎ、厳しい残暑の今日この頃、健康に十分留意されてお過ごしください。今号にはソテツの花が咲いたという情報をいただきました。珍しいけれど立派な花ですね。

編集責任者 高橋 実

電話 025-264-5000 ゆうえい会

携帯 090-2661-8249

メール takahashi\_m@niigata-min.or.jp

【配食事業部】 070-4453-5228 (小島)

お弁当のお問い合わせほかお気軽にお声がけください。

【生活支援】 070-4314-3980 (神立)

お困りのことがあったら何なりとお電話ください。