

社会保障改革は財源の確保、そして公平な負担と給付が課題に

国際医療福祉大学大学院教授 水巻中正

**増税と同時に医療費等の抑制も
社会保障の改革にとって不可欠**

政府は2012年、東日本大震災の復興と「社会保障と税の一体改革」を同時に推し進めなくてはならず、健康保険組合を取り巻く環境は一段と厳しくなりそうです。財源の確保はもとより、制度改革にとりまわす給付と負担の整合性、効率化、さらに2012年度に予定されている診療報酬と介護報酬の同時改定の行方が改革の試金石となるでしょう。



政府によると、一体改革で必要と見込まれる公費負担財源は、2015年度で約2.7兆円。これに基礎年金、高齢者医療、介護保険の「高齢者3経費」にあてられる消費税不足分約14兆円を加えると同年で必要となる追加財源は約17兆円に上ります。また、復興に要する財源については約9.2兆円と見込んでおり、社会保障を維持するための財源は「2010年代半ばまでに段階的に消費税率を10%（現行5%）まで引き上げる」（「社会保障・一体改革案」としてありますが、医療・介護の伸び率を抑え、むだを削ぐことは不可避です。

厚生労働省の2010年度「医療費の動向」では、医療費総額は前年度に比べ3.9%、約1.4兆円増加し、過去最高の36.6兆円となりました。医療費の増加は8年連続で、小児科、産科、外科などの急性期の入院医療を重点的に評価した2010年度の診療報酬改定も影響したものとみられます。

これに対し、2010年度の健康保険組合決算見込みの概要によると、経常収支差引額は4154億円の赤字で、過去最悪だった2009年度の5234億円に比べ1080億円改善したものの、過去2番目の赤字となりました。赤字決算は3年連続で、全健康保険組合の76.5%

が赤字の状況でした。なお、赤字額の減少は、過去最高の415組合（全健康保険組合の約3割）が保険料率を引き上げ、保険料収入の確保に努めた結果です。

しかし、この健康保険組合の努力も、現行制度下で高齢者が増え医療費が膨張すれば、焼け石に水に等しいといえます。政府の「一体改革案」では、高齢世代の医療費は財源が足りなくなれば、健康保険組合からの「支援金」を増やしてまかなうしくみになっているからです。しかも、給与など報酬に応じて負担するしくみに全面的に移行する「総報酬制」案が検討されており、改革の空洞化、後退が懸念されます。

4月の診療報酬と介護報酬の同時改定では医療と介護の連携、在宅と医療機関等の役割分担が主要テーマとなっています。団塊の世代（約660万人）が高齢化し、医療と介護の垣根がだんだんと低くなる今、縦割り行政を改善して効率化を図る必要があります。健康保険組合としても、予防機能とともにチェック機能を発揮し、国民が安心して信頼できる改革に向けて取り組まなくてはならないでしょう。

**改革案では「総報酬制」で
支援金負担が増えるしくみに**

新年のご挨拶

皆様が健康な毎日を過ごせるよう、 保健事業を積極的に実施します

全国商品取引業健康保険組合
理事長 清水 清



新年あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、清々しい新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。また、日頃より当健康保険組合の事業運営につきまして多大なるご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、昨年は東日本大震災と原発問題により、日本経済は先行き不透明な状況に陥りました。全国の健康保険組合の2010年度決算は、4154億円の大規模な経常赤字を計上し、赤字組合は全組合の約8割に達しました。過去最悪だった2009年度に次ぐ大幅赤字です。

このように健康保険組合を巡る情勢が厳しさを増す一方で、社会保障制度の見直しも急務となっています。現在、国では「社会保障と税の一体改革」の法案化が進められており、①消費税の段階的引き上げによる財源確保、②共通番号制度の導入、③短時間労働者への社会保険適用拡大など、成案に盛り込まれた大きなテーマがどう具体化されるかが本年の焦点といえるでしょう。今後の議論の行方に注目してまいりたいと思います。

当健康保険組合におきましては、特定健診・特定保健指導を中心に、皆様の健康向上のための保健事業を積極的に実施してまいります。日々の健康管理に役立て、健康生活をお送りいただきますようお願いいたします。

最後になりましたが、皆様にとってよき一年となりますよう心よりお祈り申し上げ、新年のご挨拶いたします。

こんなときどうする？ 挫折しない生活習慣改善のコツ

脱メタボのためには、食べすぎや飲みすぎは厳禁とわかっていても、冬はなにかと食べたり飲んだりする機会が多くなるものです。そんなときでも、挫折せずに生活習慣改善を継続するコツをご紹介します。

お悩み つい食べすぎてしまったときは？

脱メタボのために減量していたのに、友人と洋食フルコースをたっぷり食べてしまいました。



お悩み 飲み会が多いときは？

飲み会が多くて、なかなかダイエットを続けられません。



対策 翌日以降の食事や運動で取り返せば OK!

つい食べすぎてしまっても、自分を責めたりあきらめたりしないのが、生活習慣改善を継続するコツです。体重を1日単位ではなく、1週間単位で管理するようにすれば、気も楽になります。

翌日以降のポイント

食べすぎた日の翌日は、和食中心のメニューに切り替えるなどしてカロリーを控えめに。また、ひと駅分歩く、階段を使うなどの運動も取り入れましょう。1週間で体重を250gずつ減量し、1カ月で1kg落とすのが、無理のない減量ペースです。



食べないダイエットはNG!

食事を極端に減らすダイエットでは、一時的に体重は減っても、リバウンドしたり、冷えや便秘などのトラブルが生じる可能性が高くなります。油脂の多い料理を減らす代わりに野菜を多く食べるなど、空腹によるストレスが長く続けられる方法を取り入れましょう。

対策 太りにくい飲み方 & 食べ方を心がけましょう

お酒の飲みすぎは、やはりメタボの元。1日当たりの適量(右記)を守り、自分がよく飲むお酒のカロリーを頭に入れ、飲みすぎない工夫を。それでも飲みすぎてしまったときは、1週間のアルコール量の平均が適量になるよう調整しましょう。



飲みすぎない工夫

- 食べたり話したりしながら、ゆっくり飲む
- お酒と同量の水やお茶を飲む など

おつまみは高たんぱく低カロリーで

揚げ物や脂肪分の多いおつまみは避け、鶏肉、魚、枝豆などの高たんぱく低カロリーなメニューを選びましょう。野菜やきのこ、海藻類もかみ応えがあるので、食べすぎ防止に役立ちます。

●おすすめのメニュー



特定健診・特定保健指導を活かして

将来の大病を防ぐ!

特定健診の結果、異常値や異常値に近い項目が見つかったら、それは生活習慣を見直すサインです。近い将来の大病を防ぐための体づくりを、今日から始めましょう。



「ある日、突然!」…とならないために

特定健診の結果、下記のような異常があったら要注意! 将来の大病を防ぐためにも、早いうちから改善しましょう。

血糖値とHb(ヘモグロビン)A1cが高めだったA美さん

保健指導判定値

血糖	空腹時血糖	100mg/dL以上
	HbA1c	5.2%以上

人工透析や失明のおもな原因は糖尿病

健診で血糖値等の項目に異常が見つかったとしても、自覚症状がないために放置する人が少なくありません。しかし、健診で血糖値等に異常があった人の43%が10年以内に糖尿病になっている、という調査結果*もあります。

人工透析が必要となる腎疾患や、成人後の失明のおもな原因は糖尿病です。また、心筋梗塞や脳卒中を併発することも少なくありません。早い段階から生活習慣を改善し、糖尿病を未然に防ぎましょう。

*医療経済研究機構「政府管掌健康保険における医療費等に関する調査研究」より

血圧と中性脂肪が高めだったB雄さん

保健指導判定値

血圧	収縮期血圧	130mmHg以上
	拡張期血圧	85mmHg以上
脂質	中性脂肪	150mg/dL以上
	HDLコレステロール	40mg/dL未満

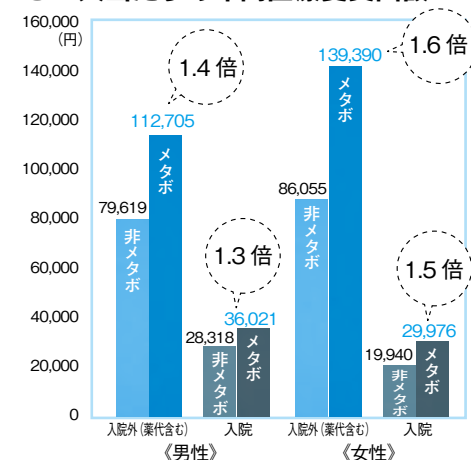
今から生活習慣を改善して心筋梗塞や脳卒中を未然に防ごう

血圧と中性脂肪が高い状態が続くと、動脈硬化により心筋梗塞や脳卒中、腎不全等のリスクが高まるだけでなく、脂肪肝や糖尿病、痛風などにもかかりやすくなります。異常が見つかった場合は、自覚症状がなくても生活習慣を改善して、健康を守りましょう。

メタボのリスクがある人は1年間にかかる医療費が約1.5倍に!!

メタボのリスクがある人の年間医療費をメタボではない人と比較した場合、男性は入院外で1.4倍、入院で1.3倍、女性は入院外で1.6倍、入院で1.5倍という調査結果があります。メタボは、心身の負担だけでなく、家計にも大きな負担となるのです。

●1人当たりの年間医療費支出額



*全国健康保険協会「平成20年度の健診データと医療費データの分析」より

特定保健指導の対象になった人は、必ずご利用を

平成21年度に特定保健指導の「積極的支援」を受けた人の平成22年度の健診結果をみると、空腹時血糖を除くすべての項目で改善がみられたという調査結果があります。特定保健指導の対象になった人は、生活習慣改善のきっかけにぜひご利用ください。

	平成21年度	平成22年度
腹囲の平均値	93.9cm	90.9cm
中性脂肪の平均値	224.9mg/dL	186.6mg/dL
空腹時血糖の平均値	100.8mg/dL	102.6mg/dL

*全国総合健康保険組合協議会「平成22年度 特定保健指導実施状況調査」より





保険適用外の治療を受けたときの医療費は？

…混合診療と保険外併用療養費

こんなとき・あんなとき

入院治療中の病気について、保険が適用されていない新しい治療方法があることを医師に説明されました。全額自己負担となると、家計的に厳しいのですが。

健保の給付

保険がきく治療ときかない治療を並行して行うことを混合診療といいます。通常、混合診療を受けた場合、保険がきく部分も含め、医療費の全額が自己負担となるため、とくに入院した場合などは患者にとって大きな負担となります。

ただし、保険がきかない部分が、法で定める評価療養または選定療養に該当する場合は、保険との併用が認められます。この場合、保険がきかない部分（主に医療技術費用など）については全額患者負担、保険がきく部分（主に入院費用など）については、通常の保険診療と同様に、原則健康保険組合が7割を給付、患者が3割を負担することになります。

この給付を保険外併用療養費といいます。



<例> 医療費総額 100 万円のうち先進医療にかかる費用（保険外）が 20 万円だった場合（同一月・同一医療機関、全期間入院、一部負担3割の場合）

全体 = 100 万円 (先進医療部分を 含む全療養)	先進医療部分 (全額自己負担) = 20 万円	保険診療分 = 80 万円
	診察・検査・投薬・注射・入院料等 (一般医療と共通する部分) = 56 万円	
	一部負担 = 24 万円	

自己負担分 (部分) = 44 万円 (先進医療部分 20 万円 + 一部負担 24 万円)

※ただし、保険給付にかかる一部負担 (24 万円) には高額療養費が適用されます。上記例の患者が 70 歳未満、所得区分「一般」の場合、自己負担限度額は「8 万 100 円 + (保険診療分 80 万円 - 26 万 7,000 円) × 1%」の計算式により 8 万 5,430 円となり、先進医療部分 20 万円を加えた 28 万 5,430 円が実際の自己負担となります。

● 評価療養

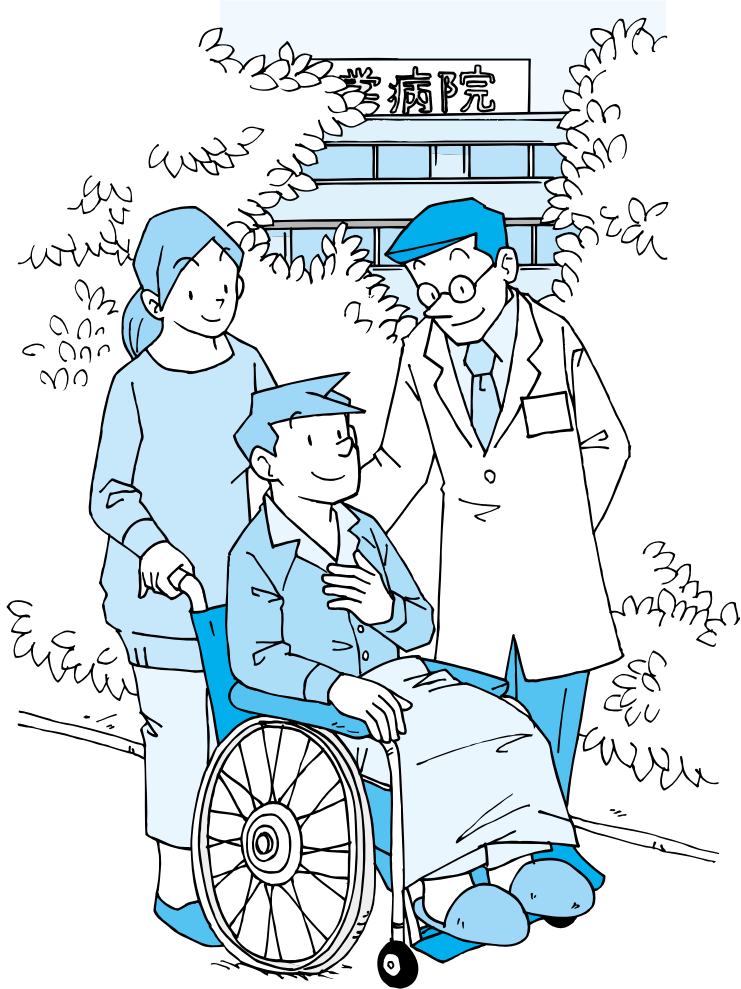
…将来的に保険給付にするべきか否かについて評価をする必要がある療養

- 先進医療 (高度医療を含む)
- 医薬品・医療機器の治験にかかる診療
- 薬事法承認後で薬価基準収載前の医薬品・保険適用前の承認医療機器の使用
- 医薬品・医療機器の適応外使用

● 選定療養

…特別な病室の提供など患者の選定による療養

- 特別の療養環境 (差額ベッド)
- 歯科の金合金・金属床総義歯の使用
- 小児う蝕の継続管理
- 予約診療・時間外診療
- 大病院 (200 床以上) の初診 (紹介状なし)・再診
- 180 日間を超える入院
- 制限回数を超える医療行為



* 先進医療とは？

保険適用外の先進的な医療を受けた場合、医療費は全額自己負担となりますが、安全性・有効性など一定の条件を満たしていれば、「先進医療」として保険との併用が認められます。先進医療のなかでも「高度医療」と認められている場合は、未承認の薬や医療機器も含めて保険との併用が認められます。

先進医療は医療技術ごとに定められた基準を満たし届出している医療機関で受けられますが、高度医療は大学病院など特定機能病院と同等の体制がとられている医療機関でのみ受けられます。

入院時には、こんな保険給付があります

● 高額療養費・家族高額療養費

医療費が高額になった場合、一定の上限額 (自己負担限度額) を超えた分を支給します。

● 入院時食事療養費

1 日 3 食 780 円 (1 食につき 260 円) までを自己負担し、その額を超えた分を支給します。

● 移送費・家族移送費

入院・転院するとき一定の基準を満たしていれば、移送に要した費用を全額支給します。

● 輸血の生血代

輸血を受けたときの生血代は立て替え払いとなり、申請により支給します。

● 傷病手当金

医師が就労不能と認めた場合、休業 1 日につき標準報酬日額の 3 分の 2 相当額を支給します。ただし、連続する 3 日間の待期間がある場合に限り、1 年 6 カ月を支給限度とします。

※ 出産にかかる費用等は「出産育児一時金・家族出産育児一時金」として支給します。

※ 各給付の支給額・支給条件・負担軽減措置・申請方法・添付書類等、詳細については健康保険組合にお問い合わせください。

シャンプーでは頭皮を洗いましょう

- 1 粗めのブラシでブラッシング。
髪の汚れを浮かし取るだけでなく、血行がよくなります。
- 2 ぬるめのお湯で髪の汚れをしっかりと流す。この段階で汚れの70%が落ちるといわれています。
- 3 シャンプーを泡立て、指の腹で頭皮をもみながら、マッサージするように洗う。
- 4 念入りに洗い流す。
すすぎ残しがあると、かゆみやフケの原因になります。
※シャンプーの時間よりも②と④のすすぎの時間を長めに行いましょう。

傷んだ髪に有効なコンディショナー(またはリンス)

- 1 シャンプー後、軽く水気をとった髪に、コンディショナーを塗る。
- 2 髪の毛全体にもみこむようになじませる。
- 3 しっかりとすすぎ流す。
※頭皮に残ると、毛穴をふさぎ、炎症をおこす可能性があります。

日本の美女といえば小野小町。小町の絵は後ろ姿が多いですが、昔はつややかな黒髪が美女の証で、御簾(すだれ)の中から長い黒髪をちらりと出して、エリート貴族を魅了しました。

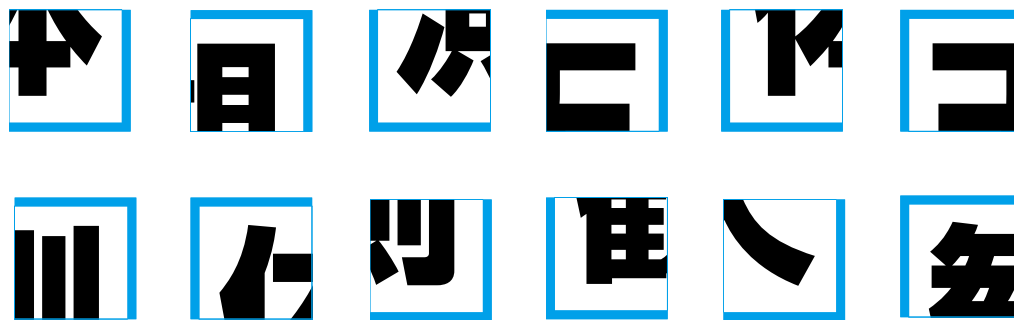
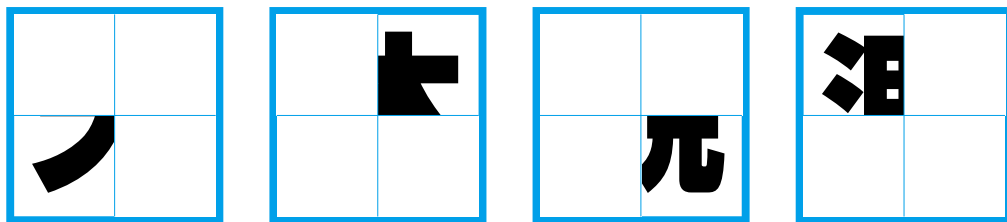


あの美女たちも食べていた!? 髪によい食材
黒ゴマは、アントシアニンやカルシウムが豊富なため、抜け毛や白髪の予防、髪質改善に効果的。平安美女はもとより、クレオパトラや楊貴妃も食べていたそうです。

歴史的美女に学ぶ美容と健康

小野小町の美髪
「髪は女の命」

ヒント 冬の夜空を見上げてみましょう。



正解は11ページをご覧ください。



漢字パズル

漢字四文字の言葉をそれぞれ四分割し、バラバラにしました。正しい言葉になるよう下のパーツから選んで、空いているところに入れてください。(天地左右の向きは、このままです。)

1年間の医療費合計(家族分)

保険金等で補てんされる金額※

10万円
(年収200万円未満の場合は年収の5%)

医療費控除額

※傷病手当金・出産手当金は差し引く必要はありません。

医療費控除額 × 所得税率(所得に応じて5~40%) = 還付される金額

※課税所得が変わり所得税率が下がる場合は、還付される金額がさらに増えることがあります。

- 申告期間は2月16日(3月15日)に自己負担した医療費が10万円(年収200万円未満の人は年収の5%)を超えた人は、税務署に申告すれば所得税の還付を受けることができます。
- 医療費控除の対象となる「医療費」は、健康保険の適用よりも幅広く認められています。
- 申告期間は2月16日(3月15日)に自己負担した医療費が10万円(年収200万円未満の人は年収の5%)を超えた人は、税務署に申告すれば所得税の還付を受けることができます。
- 生計を共にする家族分をまとめて計算できます。
- ドラッグストアで購入したかぜ薬や鎮痛剤等の費用も認められます。
- 治療のためであれば、健康保険適用外の漢方薬や柔道整復師の費用、はり・灸・マッサージの費用も認められる場合があります。
- 眼科のレーシック手術や角膜矯正療法、歯科のインプラントや歯列矯正など、健康保険適用外の治療費も認められる場合があります。
- 通院・入院のための交通費も認められます(自家用車のガソリン代・駐車代は不可)。
- 医師の指示によるスポーツクラブ利用料・温泉利用料も認められます(指定の施設で医師の証明書が必要など、一定の要件を満たした場合)。

詳しくは最寄りの税務署または国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)まで。

話題の

健康情報

医療費控除の季節です



ジンジャーパワーで、冬もポッカポカ!



しょうが湯

- ① 大きめのマグカップに七分目の水を入れ、すりおろしたしょうが(小さじ1)、片栗粉または葛粉(小さじ1)を加えて軽く混ぜ合わせる。
- ② ラップをして、電子レンジで1分加熱する。
- ③ 電子レンジから取り出してよくかき混ぜ、もう1回ラップをして、さらに1分加熱する。
- ④ 電子レンジから取り出し、しっかりとかき混ぜてから、好みの味つけをする。

POINT

味つけは、りんごのすりおろし+はちみつで甘めに、または、かつおぶし+みそで和風にするとうまい飲みます。

ジンジャーはちみつ

- ① しょうが(100~200g)は皮の薄いものを選び、よく洗って薄くスライスする。
- ② 水を張ったボウルに①を入れ、30分ほどアクを抜く。
- ③ 広口のビンなど保存用の容器に②を入れ、その上からはちみつ(200ml)をかけてフタをする。そのまま涼しい場所で1週間ほど寝かせる。

POINT

ジンジャーエキスタっぷりのはちみつは、料理の隠し味や甘味づけにもおすすめ。漬けたしょうがは、そのまま食べてもおいしいです。

ジンジャーティー

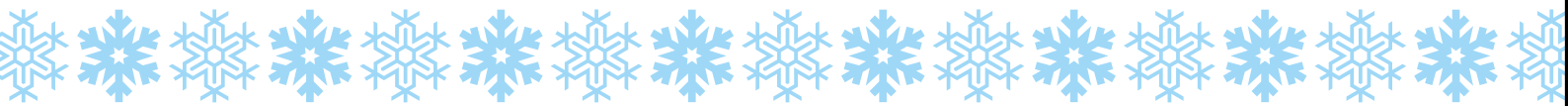


- ① しょうが20g程度をすりおろして、おろし汁を容器に移す。
- ② 紅茶や緑茶に、①のおろし汁小さじ1杯を飲む直前に加える。

POINT

しょうがは繊維に沿ってすりおろせば、そのまま加えてもおいしく飲めます。おろし汁をガーゼなどで絞ると、より飲みやすくなります。

体を温める作用のあるジンジャー(しょうが)は、寒い冬に欠かせない食材のひとつです。ジンジャーパワーを上手に活用して、かぜや冷えから身を守りましょう!



皆保険維持に向け、 納得できる公平な負担を！

昨年11月21日に、平成23年度健康保険組合全国大会が開催されました。今回の副呼称は「皆保険維持に向け、納得できる公平な負担を！」で、健康保険組合関係者ら約4,000人が参加しました。なお、決議の内容は次のとおりです。

▼ 決 議

皆保険制度が50年目の節目を迎えた今、これまで医療保険の中核として制度を支えてきた健康保険組合は、かつてない存続の危機と先行き不安におかれています。

平成22年度決算は、前年度に次ぐ4154億円もの巨額の経常赤字となり、23年度予算においても6000億円を超える経常赤字を計上している。この危機的な財政状態を招いている最大の要因は、保険料収入の半分近くを占める高齢者医療制度への負担にあり、過重な負担は健康保険組合の存続さえも危うくしている。

一方、改革に向けた、先の「社会保障と税の一体改革成案」においては、社会保障費の安定財源確保のため、消費税率を引き上げる方向性は示されたものの、医療保険の最大の課題である高齢者医療制度についての具体案は未だ示されていない。また、少子高齢社会における将来に向けた制度の姿や道すじ、給付と負担のあり方も明確に示されていない。健康保険組合をはじめとするすべての医療保険者は、先行きが見通せない不安のなかで、まさに崖っぷちに立たされている。

医療保険制度を今後も安定して維持していくために、高齢者医療の負担は、現役世代の保険料に過度に依存することなく、国民すべてで公平に負担すべきであり、十分な公費の投入とそのための安定財源の確保が図られるべきである。また、制度の持続性には、医療費の適正化に資する保険者機能の発揮が不可欠であり、優れた保険者機能を発揮できる健康保険組合方式を将来にわたって堅持すべきである。

今こそ国は、皆保険制度の維持に向けて、20年、30年先までを見据えた、給付と負担のあり方、財源問題を含めたグランドデザインを早期に明示し、すべての保険者、そして国民の「不安」を解消すべきである。公平な負担と、全世代にわたる「安心と納得」の制度構築に向け、われわれ健康保険組合は、次の事項の実現を期し、組織の総意をもってここに決議する。

スローガンと趣旨

◆現役世代が納得できる
公平な制度改革の早期実現

皆保険制度が確立されて50年目を迎えた。急速な少子高齢化と長引く経済の停滞のなかで、医療保険制度は疲弊し崩壊寸前にある。現役世代は偏重した過大な負担に喘いでおり、今こそ、給付と負担のあり方を含めて、現役世代が納得して支え得る公平な制度改革の実現を急ぐべきである。

◆高齢者医療制度に対する公費投入の拡充と
安定財源の確保

高齢者医療への支援に、健康保険組合をはじめとする医療保険者はこれ以上の負担に耐えられる状況にない。国民全体で公平に支える観点から、消費税率を引き上げて安定財源を確保し、高齢者医療制度への公費の拡充を図るべきである。

◆制度の維持安定に不可欠な
健康保険組合方式の堅持

高齢化の進展等により医療費の増高が避けられないなか、制度を持続可能なものとするためには、疾病予防・医療費の適正化は欠くことのできない重要な施策である。保健事業による健康づくり、医療費適正化等の保険者機能を効果的に発揮できる健康保険組合方式を将来に向けて堅持すべきである。

◆改革実現までの健康保険組合に対する
財政支援の実施

これまで医療保険制度を支えてきた健康保険組合は、かつてない財政危機によりまさに崖っぷちの状況にある。国は、制度改革が実施されるまでの間、巨額な拠出金の負担に苦しむ健康保険組合に対し、十分な財政支援をすべきである。

インフルエンザ 予防接種補助金の申請は 2月末日までに！

インフルエンザ予防接種を受けられた方に補助を行っています。補助金を申請される方は、必ず申請期限までに提出してください。

- 【対象者】 被保険者および被扶養者
- 【対象期間】 平成24年1月31日までに接種したもの
- 【申請期限】 平成24年2月末日（必着）
- 【補助金額】 1人1回2,000円を限度とした実費額

歯科健診を無料で 実施しています

歯科健診センターと提携する全国の歯科医院で受けられます。

- ▶お申し込みは「**歯科健診センター**」へ
- 【WEB】 <http://www.ee-kenshin.com>
- 【フリーコール】 0120-882-899
(受付9:00～18:00 土・日・祝日休み)
- 【携帯サイト】 <http://www.ee-kenshin.com/i>
(iモードなど)

メンタルヘルス 支援サービス

健康保険組合では、ご家庭や職場でのメンタルヘルスの相談を実施しております。

日頃から、不安や心配を抱えている方は、ぜひこの支援サービスをご利用ください。

本サービスは、無料でご利用いただける電話相談と Web 相談、有料でご利用いただけるオプションサービス（①対面相談、②教育セミナー、③精神科医セカンドオピニオン、④臨床心理士コンサルティング）があります。
(詳細はホームページをご覧ください)
⇒<http://www.shoutori-kenpo.or.jp>

お知らせ

- 所在地を変更した事業所
サンワード貿易株式会社(新宿区下宮比町3-2)
平成23年11月1日
ユナイテッド・マネージャーズ・ジャパン株式会社(港区赤坂5-4-15)
平成23年11月28日

K E N P O

伝言板

2012年 干支の話 たつ

十二支の五番目にあたる辰は、時刻では午前7時から9時ごろ、方角は東南東を表します。また、月では旧暦の3月にあたります。辰は、同じ音をもつ「振」と関係する字で、「ふるう」「ととのう」を意味し、雷が震い、草木が伸びて姿が整う、活気のあるさまを表します。

動物では、十二支のなかで唯一架空の動物である「竜(龍)」があてられています。時代を超える日本のヒーロー・坂本龍馬の名は、生まれる前の晩に母親が竜の夢を見たことにちなんで名づけられたといわれています。

漢字パズルの正解

天 体 観 測

組合の状況 (平成23年11月末日現在)

被保険者数	男 1,415人 女 304人 計 1,719人
事業所数	50件
平均標準報酬月額	432,499円
保険料率	一般保険料率 事業主 千分の41.5 被保険者 千分の41.5 計 千分の83.0 介護保険料率 事業主 千分の6.10 被保険者 千分の6.10 計 千分の12.2
平均年齢	40.61歳
扶養率	1.12人

「ギョギョ」というユニークな語り口にハコフグの帽子、魚に関する幅広い知識と楽しいトークで人気のさかなクン。2010年には絶滅種クニマスが発見に貢献し、研究者としても話題を集めた。

「お魚には、まだまだ解明できていないことがたくさんあります。文献などで知り得る情報も大事ですが、漁師さんやお魚屋さん、専門家の先生に直接お会いしてお話を聞き、目で見て手で触れて味わうことで、お魚の多くの驚きや感動をいただいています」

現在、千葉県館山市に在住。館山に戻ってからは早朝から地元の漁師さんの船に乗り、定置網に入る魚を調べる。多いときは、1網に70〜80種の魚がかかることも…。

「館山は親潮と黒潮が合流する海域で魚種が豊富。年間でおおよそ300〜400種のお魚に出会えます。日本にはチョウチンアンコウのような深海魚や、巨大なジンベエザメが漁師さんの網にかかることもあります。自然界は日々変化しているので、獲れる魚種も毎日違えば出会うお魚も違う。だからこそ面白くて楽しくて、できる限り海に「ひれ」を…、いや足を運ばないともつたいないと思ってしまうんです」

魚への興味は、小学2年生のときに友達を描いたタコの絵がきっかけ。当時は神奈川県海や川から離れた場所に住んでいたため、図鑑と近所の鮮魚店通いで情報収集した。

「学校が終わると、自転車で町のお魚屋さんめぐり。お魚が姿のままウワツと並んでいるお店に入った瞬間、もう心臓がドキドキして…。あの頃の自分にとってお魚さんは遊園地以上に夢の場所でした」

日本各地に“ひれ”を運び、

ギョギョ〜なスタイルでお魚の魅力をお届けします!



さかなクン (東京海洋大学客員准教授、お魚らいふ・コーディネーター)

あれからおおよそ30年、少年時代から培った知識を活かし、今ではテレビ・新聞・雑誌そして東京海洋大学客員准教授と多方面で大活躍。とはいえず、テレビ等の業界と大学では、世界が違いすぎる気もするが…。

「ギョギョ」と驚く今まで知らなかった世界が見られるので、ものすっごく楽しくて勉強になります。お魚の世界に似てなっていることもあります。すよ。お魚がそれぞれ固有の魅力をもち自然界を生きることによって生態系バランスが保たれているように、人の暮らしもさまざまなお仕事があつて社会が成り立っています。それに、お仕事を通して出会う方たちはイキイキとして、お魚のように目がキラキラ輝いています! もちろん自分も「魚顔」でギョギョいますが、出会う人のなかにはお顔がお魚のように見えてくることも! 『お顔とお目々の表情はコクテンフグに似てる!』とか…(笑)」

多忙な毎日でも、日本各地を訪れ、その土地ならではの旬の魚を食するのがさかなクン流。食文化の欧米化で薄れがちな「地産地消」「旬産旬消」を推進し、地元の人々とともに喜びと感謝を分かち合う。

「多くの皆様にお魚の魅力をお伝えさせていただいたり、共感できる機会にめぐまれて、今、とても幸せです。これからも、一魚一會々を大事にして、お魚からいただいた感動を絵やお話で表現し続けていきたいです!!」



○さかなクン プロフィール

東京都出身。東京海洋大学客員准教授、お魚らいふ・コーディネーター、農林水産省「お魚大使」。テレビ番組の『魚通選手権』5連覇をきっかけに、2001年1月『どうぶつ奇想天外!』に出題・解説者として初登場。以後、テレビ・ラジオに多数出演し、魚の豊富な知識と経験によるトークやイラストで、お茶の間の人気者に。また、朝日小学生新聞、小学館『小学三年生』、舵社『ボート倶楽部』などにイラストコラムを連載中のほか、『おしえて! さかなクン』(エンターブレイン)等著書多数。

ご家庭でもご覧いただける内容です。ぜひご家庭にお持ち帰りください。