



# アスリートのコトバ

## 「敵はいつも自分」



©SHIZUOKA BlueRevs

静岡ブルーレヴズ

おかざき こうだい  
**岡崎 航大** 選手

私が大切にしている言葉は「敵はいつも自分」です。この言葉は、試合の勝ち負け以上に、自分と向き合う中で自然と心に残るようになった言葉です。

練習がきつい時、結果が出ない時、そして「もう少し頑張れるのか」「ここで踏ん張れるのか」と問われる場面で、最後に向き合う相手はいつも自分だと感じています。相手や環境のせいにするのは簡単ですが、それでは前に進めません。

入団してからの3年間、なかなか試合に出ることができない苦しい時期がありました。思うように結果が出ず、先が見えなくなる中で「この状況から逃げたい」と思ったことも一度や二度ではありません。

それでも、その度に自分に言い聞かせてきたのが「敵はいつも自分」という言葉でした。他人と比べるのではなく、昨日の自分より前に進めているか。苦しい時にもう一步踏み出せるか。自分に負けそうになった時こそ、この言葉を思い浮かべ、自分自身と向き合ってきました。

簡単な道ではありませんでしたが、その積み重ねが今の自分につながっていると感じています。これからも、壁にぶつかった時や踏ん張りどころで、この言葉を胸に、自分自身に勝ち続けていきたいと思っています。



# 大クスノの下から

第54回

「安心して医療を受けられる保険を維持するため」

市長 草地博昭

「国民健康保険」と聞いて、皆さんはどのような印象をお持ちでしょうか。

いわゆる「国保」と呼ばれるこの制度は、会社員などが加入する社会保険に入っていない、自営業者、農林水産漁業者、退職後の方などが加入する医療保険制度で、誰もが医療を受けられる「国民皆保険」を成立させるために不可欠な制度です。

昭和33年に国民健康保険法が制定され、自治体はその運営主体となってきました。ご負担いただく保険税の税率や金額は高齢化率や所得水準を反映して市町ごとに決められており、地域によって差があるのはそのためです。

本市はこれまで、市民の負担をできるだけ抑えたいという思いから、保険税を低く抑えた運営を続けてきました。しかし、平成30年度の制度改革により、国保の財政運営の責任主体が県に移り、役割と考え方が大きく変わりました。

さらに、医療費の増加に加え、

社会保険や後期高齢者医療制度へ移る方が増え、国保の加入者が減少する中で、財政的に運営の安定を保つことが一層難しくなっている状況を受け、苦渋の判断として、保険税率の見直しを進めています。市民負担が増えることに、忸怩たる思いがありますが、将来にわたって安心して医療を受けられる仕組みを守るためには、制度を持続可能な形に変えていくことを避けて通れません。

だからこそ、磐田市は「健康寿命県内ナンバーワン」を目標に掲げ挑戦しています。市民一人一人が元気で、長く健康に暮らせることは、何より幸せなことですし、同時に医療費の適正化を図り、保険制度を支える力にもなります。

安心して医療を受けられる「国民健康保険」を未来へつないでいくために、制度へのご理解をお願いするとともに、日々の健康づくりを市民の皆さんと一緒に進めていきたいと考えています。