

2022

令和4年度

# 東御市保健衛生

東御市健康福祉部健康保健課

## 東御市健康づくり宣言

東御市の豊かな自然環境のなかで、健康でこころ豊かに安心して暮らすことは、私たちみんなの願いです。

自らの健康は自らつくることを基本に、市民が手を携えて、健やかに育ち健康を守る活動に取り組む必要があります。

ここに市民の総意により、元気を発信する健康長寿のまちを目指すとともに、次のことを提唱し、東御市は、健康づくりに邁進することを宣言します。

- 1 食生活を見直し、運動に親しみ、元気な身体をつくります。
- 1 禁煙や生活習慣など、家族みんな健康について話し合います。
- 1 健康診査を毎年受け、自分の身体の健康を考えます。
- 1 仕事や家事の手を休め、こころのゆとりをつくります。
- 1 豊かな自然と共生し、みんなが住みよい環境をつくります。

平成19年11月22日

## < 保健事業報告 >

- I 母子保健事業
- II 生活習慣病健診等事業
- III がん検診事業
- IV 感染症対策事業
- V 精神保健福祉事業
- VI 食育推進事業
- VII 健康づくり事業
- VIII その他



# I 母子保健事業

## 1 妊娠届と母子健康手帳交付

- 目的：母子保健法に基づき、妊娠の届出のあった妊婦に対し、妊産婦と胎児の健康管理及び子どもの成長を記録するための母子健康手帳を交付しています。また、妊婦一般健康診査受診票、妊婦歯周病検診受診券、産婦健康診査受診票、産後ケア事業補助券の交付と保健指導を行っています。
- 内容：保健師・助産師が、個室で安全・安心な妊娠出産に向けた相談支援を行う。育児支援者の有無や兄弟児の保育支援の有無、配慮が必要な体調管理及び精神的不安定さの状況等を伺い、必要に応じて子育て支援や福祉のサービスを紹介し、継続的な支援を行います。

届出時妊娠週数	～満 11 週	満 12～19 週	満 20 週～	計
届出・新規交付件数	159 件	7 件	2 件	168 件
再交付等件数（事由：紛失、汚損）				4 件

## 2 妊婦一般健康診査

- 目的：母体及び胎児の健康状態を確認し、安心して妊娠・出産ができるようにするため、妊婦の健康診査を医療機関に委託して実施しています。
- 内容：基本健診 14 回、追加検査 5 回、超音波検査 4 回を公費負担。県外医療機関受診者には償還払いにより補助。

健診・検査	受診票発行数	年度中受診数
基本健診（14 回）	2,470 枚	2,104 回
追加検査（5 回）	881 枚	863 回
超音波検査（4 回）	701 枚	682 回
県外医療機関受診者		5 人

## 3 妊婦歯周病検診

- 目的：妊娠期間中の口腔機能の維持、改善を図ることにより妊婦の適切な栄養摂取を促し、母体の健康及び胎児の健全な発育を保持します。
- 対象：全妊婦（安定期である妊娠 5～7 か月を目安）
- 内容：妊娠届出時に受診券交付、市内歯科医で受診します。自己負担 500 円。

年度	受診券発行	受診者数	備考（受診券発行のうち）
R2	189 枚	55 人	転入者 3
R3	183 枚	64 人	転入者 9
R4	177 枚	68 人	転入者 9

#### 4 妊産婦相談訪問

目的：妊娠から出産、育児において切れ目ない支援を行うことで、妊婦の心身の安定と共に乳幼児の虐待防止を図ります。

内容：妊娠7ヶ月頃の妊婦を対象に、助産師又は保健師が訪問して、健康状態の確認と妊娠中の保健指導、出産・育児に係る相談に応じます。

年度	訪問	来所	電話	合計（うち助産所への委託数）
R2	85	41	38	164 (139)
R3	30	33	85	148 (134 うち妊婦 131 産婦 3)
R4	100	38	24	162 (107)

#### 5 もうすぐママパパ学級

目的：（1）妊娠、出産、育児について正しい知識の習得と、これからの子育てに対する積極的な姿勢を養い、子への愛着形成を図ります。

（2）妊娠期の食生活・栄養について正しい知識を学び、胎児期・妊娠期からの生活習慣病予防を意識づけ、良好な生活習慣の確立を支援します。

（3）保健師・助産師と母親、同世代の子を持つ親同士のつながりを形成し、子育ての孤立化防止と不安の軽減を図ります。

対象：全妊婦（出産予定7月～翌年6月）及びその家族

※転入者は対象人数に含まない。

区分	対象者	参加者数	参加率	
				(前年)
妊婦	188	47	25.0%	24.1%
うち初産婦	87	42	48.3%	46.2%
家族	—	46	—	—

##### もうすぐママパパ学級

内容：年間6講座開催（奇数月）

スタッフ：保健師、助産師、保育士

##### 主な内容

<妊娠・産後の生活を快適に過ごすために>

- ・妊娠中の生活、異常と対策 ・分娩の経過
- ・産後の心身の変化 ・沐浴方法（デモンストレーション、体験）

ママとパパの食教室 4回開催 参加者数 16人（内家族8人）

〔内1回8月6日 講師 女子栄養大学 栄養クリニック教授  
管理栄養士 蒲池桂子氏 に依頼して実施〕

<赤ちゃんの成長とお母さんの健康のために>

- ・1日に何をどれくらい食べたらよいか
- ・妊娠中に必要な栄養素について

## 6 育児教材の配布・活用

目的：子どもの発達や成長への理解を深め、育児に必要な教材媒体として「赤ちゃんすくすくブック」を作成し、出生届を提出した保護者に配布します。また、新生児訪問、乳幼児健診や教室で活用しています。

内容：子どもの発達・離乳食の進め方・ふれあい遊びのすすめ・健診のおたずね票・予防接種について・予診票等

## 7 産婦健康診査

目的：産後1か月の産婦の心身の健康診査を行い、質問票等を用いて丁寧に産婦の精神的不安を聞き取り、産後うつを予防を図ります。

内容：健康診査1回を公費負担。県外医療機関受診者は償還払いにより補助。

健診・検査	受診票発行数	年度中受診数
産婦健康診査（1回）	183枚	165回
県外医療機関受診者		5人

## 8 乳児家庭全戸訪問

目的：乳児の発育・発達の確認、母親の育児支援を行います。

内容：体重測定、発達・発育の確認、乳幼児健診と予防接種の説明、育児相談  
母親の健康相談とEPDS（産後うつスクリーニング）実施  
外国人母子には生活安全係通訳の訪問同伴により対応しました。

年度	訪問数	うち他市へ依頼	他市からの依頼	産科医療機関等からの連絡票 (対出生数割合)
R 2	184	(4)	14	48 (26.1%)
R 3	181	(7)	7	40 (22.1%)
R 4	174	(4)	7	34 (19.2%)

## 9 産後ケア事業

目的：出産後の心身不調もしくは育児不安のある母子が、スムーズに自宅での生活に移行できるよう支援します。

内容：市内助産施設に宿泊又は通所し、母体の心身のケアや授乳指導、育児のアドバイスなどを行います。

年度	区分	利用数	延べ利用日数
R 2	宿泊	11人	66泊
	通所	71人	延べ224回
R 3	宿泊	5人	23泊
	通所	77人	延べ226回
R 4	宿泊	12人	50泊
	通所	80人	延べ212回

## 10 乳幼児健康診査

目的： 発育発達の評価と疾病・障がいの早期発見、う歯の早期発見、母親の育児支援を行っています。

内容等： 毎月1回対象月を定めて実施しています。2歳児歯科健診は隔月で実施。

区分	内容
4か月児健診	問診、小児科・整形外科診察、身体計測、集団健康教育、育児相談
10か月児健診	問診、小児科診察、身体計測、集団健康教育、育児相談、栄養相談、歯科相談、ブックスタート
1歳6か月児健診	問診、内科診察、歯科診察、身体計測、集団健康教育、育児相談、栄養相談、歯科相談、RDテスト、心理相談
2歳児歯科健診	問診、歯科診察、集団健康教育、ブラッシング指導、育児相談、栄養相談、絵本の読み聞かせ
3歳児健診	問診、内科診察、歯科診察、視力検査、尿検査、身体計測、集団健康教育、育児相談、栄養相談、歯科相談、言語相談
スタッフ	医師（小児科・整形外科・内科・歯科）、助産師、保健師、看護師、管理栄養士、歯科衛生士、利用者支援員、心理相談員、視能訓練士、言語聴覚士、図書館司書

実施状況：

### <小児科・整形外科・内科>

R5.4.15現在

健診区分	年度	対象者(人)	受診者(人)	受診率(%)	診察所見あり		要精密検査		精密検査実施率(%)
					(人)	(%)	(人)	(%)	
4か月児	2	195	195	100.0	45	23.1	11	5.6	54.5
	3	187	187	100.0	28	15.0	5	2.7	100.0
	4	165	165	100.0	22	13.3	8	4.8	87.5
10か月児	2	202	198	98.0	23	11.6	2	1.0	0.0
	3	188	182	96.8	16	8.8	0	-	-
	4	174	170	97.7	21	12.4	0	-	-
1歳6か月児	2	213	213	100.0	42	19.7	4	1.9	0.9
	3	210	198	94.3	25	12.6	0	-	-
	4	205	204	99.5	42	20.6	2	1.0	50.0
3歳児	2	212	211	99.5	32	15.2	28	13.3	67.9
	3	215	208	96.7	35	16.8	33	15.9	75.8
	4	230	227	98.7	51	22.5	47	20.7	74.5

・所見、精密検査の数字は実数

・対象月に受診しない場合は翌月以降の受診を勧奨している。

・未受診者に対しては、電話・訪問等により未受診の理由や状況を確認している。

### <歯科>

健診区分	年度	対象者(人)	受診者(人)	受診率(%)	う歯保有率(%)	むし歯のない幼児の割合(%)
1歳6か月児	2	213	205	99.5	0.0	100.0
	3	210	198	94.3	0.0	100.0
	4	205	204	99.5	0.0	100.0
2歳児歯科	2	230	210	91.3	3.3	96.7
	3	216	187	86.6	3.7	96.3
	4	210	165	78.6	0.0	100.0
3歳児	2	212	208	98.1	8.7	91.3
	3	215	208	96.7	7.7	92.3
	4	230	227	98.7	4.8	95.2

## 11 未熟児養育医療の給付

目的：身体の発育が未熟なまま生まれたため、医師が入院を必要と認めた乳児の治療費の一部を負担します。

対象：入院を必要とする未熟児（乳児）

年度	受給者数（人）	給付件数（入院月数）	扶助額（円）
R 2	3	4	375,163
R 3	0	0	0
R 4	4	8	921,569

## 12 離乳食教室

ごっくん離乳食教室・もぐもぐ離乳食教室（各月1回開催）

目的：離乳食初期から後期にかけての学習や試食を通じ、好ましい食習慣の形成と食の適切な進め方を学びます。赤ちゃんとの遊びを通じて母子間の愛着形成を支援しています。

内容：赤ちゃん体操・あそびの紹介・歯と口腔機能について・離乳食の進め方と試食・個別相談等

スタッフ：保健師・助産師・栄養士

年度	教室区分（対象児）	対象者（人）	参加者（人）	率(%)	回数
R 2	ごっくん（満5か月児）	169	131	77.5	10回開催
	もぐもぐ（満7か月児）	166	109	65.7	※コロナのため
R 3	ごっくん（満5か月児）	139	87	62.6	9回開催
	もぐもぐ（満7か月児）	149	88	59.1	※コロナのため
R 4	ごっくん（満5か月児）	167	115	68.9	12回開催
	もぐもぐ（満7か月児）	168	118	70.2	

## 13 相談事業（健康相談・心理相談・言語相談・発達相談）

目的：子どもの心身の発育・発達について専門家が相談に応じ不安の軽減に努めます。また必要に応じ医療、福祉等のサービスにつなげます。

名称	相談員	内容	開催	実績
母と子の健康相談	保健師 助産師	計測、発育・発達全般	毎週火曜日 計49回	乳児：延273人 幼児：延178人
母と子の健康相談	管理栄養士・ 歯科衛生士	栄養相談・歯科相談	第2火曜日 計12回	栄養相談：延64人 歯科相談：延45人
育児相談	心理発達 相談員	発達や育児に関する相談	月2~3回 計28回	延58人
言語相談	言語聴覚士	ことばに関する相談	計16回	延32人
発達相談	小児科医	発達に関する専門相談	計10回	延18人



## 14 不妊・不育症治療費補助金交付事業

目的：不妊治療、不育症治療を受けている夫婦の経済的負担を軽減します。

対象：保険適用外の治療にかかる経費

補助率：対象経費の 1/2 以内（上限 20 万円×通算 6 回）

（R 4.4 月からの不妊治療費の保険適用の拡大に伴い、補助内容を一部見直して補助）

年度	相談	不妊（人）		不育症（人）		補助額 (円)
		交付	うち新規	交付	うち新規	
R 2	12	25	22	0	0	1,431,985
R 3	3	24	12	0	0	1,772,489
R 4	7	8	1	0	0	932,286
H18～R4 年度累計：補助 229 件（実 141 人）・子の出生 81 人、出産予定 3 人						

（R 5.3 月末現在）

## 15 切れ目ない支援の実施

### （1）関係者会議の開催

ア 市内助産施設連携会議：市内の助産施設（助産所とうみ・しのはら助産院）の職員と、妊娠期の母子を支える関係者が定期的に話し合い、事業検討や連携を図るための話し合いを隔月で実施。年 6 回開催

イ 母子定例会：課内の保健師間の情報共有により、地区担当間での目線合わせを行い対応の向上に努めた。研修報告やケース検討も併せて実施。毎月 1 回 12 回開催

ウ 子育て支援課連携会議：乳幼児健診で、保護者への遊びや対応等の支援が必要な対象者を子育て支援センターにつなぐ。また、子育て支援センターで実施している事業の報告を受けて情報共有を実施。年 4 回開催

エ 保育園との情報共有会議：乳幼児健診での結果を踏まえ、保護者の了解を得て入園に向けての発達課題等に対する支援や対応の必要性について引継ぎを実施。年 3 回。市内 5 園にて実施。

オ 関係各課の会議への出席

（ア）子ども家庭支援室 要保護児童対策協議会、子どもサポート運営委員会等

（イ）子育て支援課 園長会、子育て審議会等

### （2）研修会の開催

ア 母子保健従事者会議：乳幼児健診等に携わる委託職員との情報共有および健診の質の向上を図るため実施。年 1 回開催

イ 上小保健師会、上田保健福祉事務所主催の研修会への参加および企画立案

(3) 個別保健指導（各地区担当保健師、管理栄養士）

ア 妊婦、産婦、乳幼児個別フォロー

医療機関・他市町村からの妊産婦・新生児等連絡箋あり対応者：53名

イ 医ケア等医療・福祉関係フォロー

ウ 子育て支援・福祉・学校保健等の個別支援会議

エ ケース支援会議

(4) 家庭訪問

妊婦、新生児、乳児、幼児等、健診後の相談や育児支援等必要に応じ継続的なフォロー訪問を実施し、サービス紹介や個別相談に応じた。

(5) 乳幼児虐待への対応

乳幼児健診等の母子に関わる全ての場面において、保健師が子どもの発育状況や身体的異変、養育環境、保護者の言動等を注意深く観察し、虐待に至らないように適宜見守り、相談、指導、啓発を行っている。急を要するケースは、子ども家庭支援室の児童虐待担当へつなぎ、児童相談所の介入等適切な対応の後、必要に応じて事後のフォローを行う。

保健師が継続的にフォローしている乳幼児 32人（内訳：身体的虐待5・心理的虐待3・ネグレクト13・養護8・その他3）

(6) 伴走型相談支援及び出産・子育て応援給付金の一体的実施事業

妊娠期から出産まで一貫して相談に応じ、様々なニーズに即した必要な支援につなぐ伴走型の相談支援の充実を図るとともに、出産・子育てにかかる経済的負担の軽減を図るため、妊娠届出時及び出生後の乳児家庭訪問時に面談を行った妊産婦に対し、出産応援給付金及び子育て応援給付金（各5万円）の支給を行う。

令和5年2月より事業を開始し、令和4年4月1日以降に出生した児の養育者及び妊娠の届出をした妊婦を支給対象とする。

	支給時期	支給件数
出産応援給付金	妊娠の届出、母子健康手帳交付時	延べ260人
子育て応援給付金	乳児全戸家庭訪問時	延べ148人

※令和4年4月1日以降に出生した児について、出産応援給付金・子育て応援給付金どちらも支給対象。

## II 生活習慣病健診等事業

### 1 特定健康診査・後期高齢者健康診査・健康診査

特定健康診査（以下、特定健診）は、平成20年4月から、高齢者の医療の確保に関する法律第20条により実施するもので、市が40歳～74歳の国民健康保険加入者を対象として、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防のための健康診査を毎年度計画的に実施するものです。

また、特定健診は生活習慣病健診である事から、市独自の事業として、より早期に生活習慣の改善を図るため、全市民を対象に若い世代からの健康診査を実施しています。

#### (1) 健診の種類と受診状況（いずれもR5.5.31現在の受診確認状況）

- ・ 特定健診（40～74歳東御市国保加入者） **1,959人**  
（特定健診1,338人：個別997+JAヘルス341、人間ドック621人：受領委任531+補助金90）
- ・ 後期高齢者健診（後期高齢者医療に加入している者で申込者） **729人**  
（後期高齢者健診467人：個別400+JAヘルス67 人間ドック262人：受領委任243+補助金19）
- ・ 健康診査（19～39歳の申込者） **110人**（国保46人・国保以外64人）
- ・ 健康診査（被生活保護世帯で申込者） **3人**

#### (2) 受診券の発行（特定健診・後期高齢者健診・健康診査）

健診対象者に対する意識づけ、健診機関における受診者資格の確認、重複受診の防止、健診費用・利用者負担金額の確認等を目的に発行しています。平成24年度から（公財）長野県健康づくり事業団に作成を委託しています。なお、人間ドック補助申請の際には、受診券を回収し重複補助の無いよう配慮しています。

- ・ 特定健診受診券発行件数 5,005件（再発行件数：23件、追加発行件数：119件）
- ・ 後期高齢者健診受診券発行件数 799件（再発行件数：6件、追加発行件数：52件）
- ・ 健康診査受診券発行件数 444件（再発行件数：3件、追加発行件数：15件）

#### (3) 健診の方法

##### ① 個別健診実施

平成23年度から家庭医制度定着のため、かかりつけ医で健診・即治療ができるよう、県医師会と集合契約を締結し、6月から1月まで市内外の指定医療機関で受診ができます。市内指定医療機関では、前立腺がん検診・大腸がん検診の同時実施が可能です。

##### ② 集団健診実施

平成26年度から受診機会の確保のため、信州うえだ農業協同組合・佐久浅間農業協同組合との共催による集団健診を実施しています。

年度	特定健診	後期高齢者健診	健康診査
R 2	278人	29人	2人
R 3	253人	61人	6人
R 4	341人	67人	6人

実施日	場所
11月9、10、11日	保健センター
11月14日	ラ・ヴェリテ
12月14日	北御牧公民館
令和5年2月6日	和コミュニティセンター
令和5年2月10日	滋野コミュニティセンター

\* 詳細健診・追加健診は、前年度健診結果に基づき対象者を選定しています。二次健診は問診や血圧、医師の診察により対象者を選定しています。69歳までの該当者で1回のみ市が補助をしています。

- ③ 詳細健診：心電図(受診者数209人)、眼底検査(受診者数104人)
- ④ 二次健診：糖負荷検査(受診者数/対象者数 3人/20人)  
頸動脈エコー検査(受診者数/対象者数 2人/18人)

(4) 医療機関や個人からの検査結果データ提供に対する補助

治療中のため、健診項目を医療で実施している方については、検査結果の情報提供をしていただき、特定健診受診者として計上しています。

検査結果提供の医療機関には委託料を支払い、個人からの検査結果提供については、東御市商工会リブカードを贈呈しています。

検査結果データ提供者：147名

## 2 特定保健指導・保健指導

特定保健指導および保健指導の対象者は、特定健診の結果により、腹囲・肥満度に加え、追加リスク（血糖・脂質・血圧、喫煙）の個数により、動機付け支援・積極的支援・情報提供の3種類に対象者を階層化し、実施しています。

特定保健指導は、動機付け支援・積極的支援の対象者に実施し、保健指導は情報提供の対象者に実施しています。

特定保健指導・保健指導の内容は、対象者自身が健診結果を理解し、体の変化に気づき、自らの生活習慣を振り返り、生活習慣を改善するための行動目標を設定するとともに、自らが実践できるように支援し、そのことにより対象者が自分の健康に関するセルフケア（自己管理）ができるようになることを目的としています。

平成24年度から、個別健診受診者の動機付け支援・積極的支援の特定保健指導の一部を市内医療機関に委託しています。

### (1) 特定保健指導

保健師・管理栄養士が、特定健診受診後、対象者に初回面接・継続支援・評価保健指導を実施しています。

① 積極的支援の保健指導：対象者39人のうち29人に訪問面接実施

対象：腹囲+リスク 2つ以上・腹囲正常でもBMI25以上+リスク 3つ以上

② 動機づけ支援の保健指導：対象者143人のうち122人訪問面接実施

対象：腹囲+リスク 1つ、腹囲正常でもBMI+リスク 1～2つ

65歳～74歳で積極的支援対象者は動機づけ支援として対応

③ 3～6か月評価保健指導：対象者261人のうち53人に評価実施

上記①及び②の対象者及び前年度初回面接対象者に対し、初回面接実施6ヵ月後に、保健師・管理栄養士が体重、腹囲、血圧、生活習慣改善の有無等について確認しています。

### (2) 保健指導

積極的支援・動機付け支援以外の情報提供者に対する保健指導を実施しています。対象者自らが健診結果から身体状況が認識でき、生活習慣を見直すきっかけとなるよう、保健師・管理栄養士が経年表・構造図などの資料を利用して健診結果と生活の結びつきについて説明し、生活習慣や健診結果から将来予測がイメージできるように情報提供しています。また、医療機関への受診勧奨や服薬の重要性、継続した健診の必要性等対象者に合わせた保健指導を実施しています。

特定健診受診（人間ドック受診者・検査結果データ提供者を含む）者で、情報提供対象者 1,855人のうち、面接・訪問・電話等必要に応じて実施しました。

#### ① 重症化予防

糖尿病合併症・脳血管疾患・心臓病・透析等を未然に防ぐ保健指導を行っています。

対象：高血圧・糖尿病コントロール不良、未受診者など（重症化予防事業参照）

○年度受診者で、個別・集団・窓口等で把握した重症化予防対象者

年度	対象者数(人)
R 2	134人
R 3	126人
R 4	131人

② 慢性腎臓病（CKD）予防

CKD（慢性腎臓病）の発症・進行を予防し、将来的に人工透析導入者を減少するために実施しています。

対象：主にeGFR50未満または尿蛋白（++）以上

○市内医療機関にて特定健診を受けた者のうち、CKD予防対象者

年度	対象者数(人)
R 2	118人
R 3	86人
R 4	148人

③ 二次健診（75g糖負荷検査・頸動脈超音波検査）受診者への保健指導

血糖値やインスリン分泌の状態と生活習慣を関連付けてみることで、生活習慣を改善し、将来的に糖尿病などの生活習慣病を予防するために実施しています。

④ 健康診査受診者・後期高齢者健診受診者への保健指導

若い世代からの生活習慣病予防、後期高齢者の保健指導も実施しています。

### 3 重症化予防事業

血管障害による疾病の重症化予防および慢性腎臓病予防に取り組み、市民の健康の保持・増進および生活の質の維持、ひいては医療費の適正化を図るため、継続的に保健指導を実施しています。また、「糖尿病性腎症重症化予防プログラム」に基づき、糖尿病の重症化予防事業を実施しています。

<事業内容>

(1) 高血圧

平成22年度の統計より、全国及び県と比較して東御市の脳血管疾患による死亡が多いことから、高血圧者を減少させることで脳血管疾患で死亡する者を減少させる効果が期待できるため、健診結果がⅡ度（160/100）以上高血圧だった者を選定して保健指導を実施し、継続して関わることで対象者の血圧の安定化を目指しました。

○年度Ⅱ度以上高血圧者数

年度	対象者数(人)
R 2	49人
R 3	44人
R 4	96人

訪問、電話連絡等により対象者の状況把握を実施し、それぞれに合った資料を活用して健診受診、治療継続の必要性及び生活習慣改善の重要性等を指導しています。

○Ⅱ度以上高血圧保健指導実施者数

年度	対象者数(人)
R 2	15人
R 3	8人
R 4	51人

検査結果の安定が図られた者の増加、治療に結びついた者の増加、保健指導によって生活改善を行っている者の増加等を持って評価します。

(2) 慢性腎臓病（CKD）予防

たばく尿や腎機能低下の状態であるCKDは、放置すると透析導入の原因になります。毎年の健診等で変化を確認していくことが重要であることを啓発する等、腎機能低下を予防するよう保健指導を実施しました。

CKD継続支援実施者数（国保加入40～74歳）

主にeGFR50未満または尿蛋白（++）以上のCKD継続支援対象者数	100	人
健診等受診し経過を追っている人数	81	人

### (3) 糖尿病性腎症重症化予防

糖尿病性腎症重症化予防プログラムに沿って、平成23年度以降健診結果がHbA1c6.5%以上者の台帳を作成し、最新値HbA1c7.0以上者またはeGFR60未満者に訪問、電話等で糖尿病の治療状況を確認する等、保健指導を実施しました。

対象者	103 人
保健指導実施者数	93 人

- ・医療機関未受診者へのアプローチ 3人
- ・糖尿病性腎症についてのチラシを作成し、対象者に特定健診受診券に同封し発送を行った。

## 4 訪問・相談実績等

生活習慣病予防相談（延人員）	特定健診・保健指導等	健康増進事業
保健師が実施した相談	547	1,162
管理栄養士が実施した相談	912	120

## 5 受診率向上に向けての取り組み

### (1) 受診勧奨の方法

- ・受診券を対象者に送付。
- ・はがきによる勧奨。（健診、ドック、検査結果提供等希望に応じた案内を4回）
- ・対象者を地区ごとに名簿管理しているため、電話で個々の状況を確認し人間ドックや健診受診・医療機関からの検査結果提供など、個人に合った受診勧奨を行い継続受診につなげています。
- ・各地区の受診勧奨計画を作成し、健康づくり推進員等地域住民と協力して学習会を実施。
- ・出前講座等による健診受診勧奨、および出前講座での健診受診勧奨

### (2) 受けやすい健診体制の整備

- ・かかりつけ医にて、受診しやすいよう引き続き個別健診の継続。
- ・かかりつけ医のない対象者の受診しやすい環境整備のため、JAヘルスクリーニングをJAと共催で実施した。

## 6 第2期データヘルス計画（H30年度～）

東御市国民健康保険加入者の健診・医療・介護等のデータを分析し、課題から実施可能な目標値をPDCAの観点で実施する保健事業実施計画（第2期データヘルス計画）に基づき事業を行っています。（巻末資料参照）

令和3年3月には中間評価を実施しました。

## 7 高齢者の保健事業と介護予防等の一体的実施事業

高齢者の医療の確保に関する法律第125条の2第1項の規定により、長野県後期高齢者医療広域連合の広域計画に基づき委託を受けて、法第125条第1項に規定する高齢者保健事業を実施するに当たり、東御市の高齢者が抱える健康課題に適切に対応し、効果的かつ効率的な実施を図る観点から、国民健康保険保健事業及び介護保険地域支援事業、後期高齢者の保健事業との一体的実施を行いました。

### (1) 全体会議

年3回（参集：みまき福祉会、身体教育医学研究所、市民課、福祉課、健康保健課）

### (2) 高齢者に対する個別的支援（ハイリスクアプローチ）

管理栄養士、保健師による保健指導 【低栄養】30人 【重症化予防】34人 【健康状態不明】681人  
歯科衛生士による個別相談・指導 5人

### (3) 通いの場等への積極的な関与等（ポピュレーションアプローチ）

①健康教育・健康相談 ②フレイル状態の把握 ③気軽に相談が行える環境づくり

①②③を同日実施。市内26箇所において計355人

## 8 歯周病検診

歯周病は、中高年の9割がかかっていると言われており、自覚症状の薄いまま進行し、歯の喪失だけでなく、ひどくなれば心臓病や糖尿病、脳梗塞等の全身疾患に関与していることも指摘されています。

市民の歯周疾患の予防・早期発見をし、歯の喪失予防や口腔衛生の保持に努めていきます。

### (1) 実施方法

- 対象者 令和4年度中に30・40・50・60・70歳になる市民 対象者1,832名
- 検診料金 500円
- 実施期間 令和4年5月1日から令和5年2月28日まで
- 実施医療機関 市内歯科医療機関（11ヶ所）
- 受診方法 4月に検診の案内を対象者に一斉送付し、受診希望者は自身で医療機関へ予約し受診する。

### (2) 受診者数の年次推移 (人)

	H30年度	H31年度	R2年度	R3年度	R4年度
男	53	38	51	43	39
女	97	92	91	77	73
合計	150	130	142	120	112
対象者	2,010	1,934	1,940	1,830	1,832
受診率	7.5%	6.7%	7.3%	6.6%	6.10%

### (3) 令和4年度検診結果

年齢	性別	受診者	対象者	受診率 (%)	検診結果内訳			歯肉の状況 (重複あり)		
					異常なし	要指導者数	要精検者数	歯肉出血	歯石あり	進行した歯周炎
30歳	男	3	128	2.3%	0	3	0	2	1	0
	女	11	112	9.8%	1	0	10	7	0	3
40歳	男	4	159	2.5%	0	0	4	3	0	2
	女	10	179	5.6%	1	1	8	4	0	2
50歳	男	10	226	4.4%	1	3	6	7	2	3
	女	13	196	6.6%	3	3	7	5	3	3
60歳	男	6	201	3.0%	0	1	5	5	1	4
	女	16	177	9.0%	13	2	11	9	2	5
70歳	男	16	223	7.2%	2	2	12	13	1	6
	女	23	231	10.0%	1	4	18	13	4	10
合計	男	39			3	9	27	30	5	15
	女	73			19	10	54	38	9	23
総計		112	1832	6.1%	22	19	81	68	14	38

対象者1,832人のうち、受診者は112人で受診率は6.1%と低い状況です。

年齢・性別でみると、70歳女性の受診率が10.0%と一番高い受診率でした。

結果は、異常がないとの判定の人は受診者の19.6%と低く、約8割の人は精密な検査が必要との判定でした。歯肉の状況が健全な人は受診者の27%でした。

検診未受診者が多いため、疾患の発症を予防する一次予防が重要であることを広く普及し、節目年齢時に検診や保健指導等受診者を増やすよう、受診勧奨に努めています。

### Ⅲ がん検診事業

#### 1 胃検診

平成28年度から国のがん検診指針において、胃検診は胃エックス線検査(バリウム検査)に加え、胃内視鏡検査(胃カメラ検査)も対策型検診として認められました。

東御市では先進的に胃カメラ検査を導入していましたが、この指針の改定に伴い、40～79歳の者にはバリウム検査を実施し、50、55、60、65、70、75歳の年齢に該当する者はバリウム検査の他、胃カメラ検査が選択できる方式に改訂しています。

ピロリ菌の有無や胃の委縮を検査し、胃がんのリスクを判定するABC検査は令和3年度より胃内視鏡検査を行う際のオプション検査としました。

胃内視鏡検診運営委員会(仮称)準備会は、新たな情報共有内容がないため開催しませんでした。

##### (1) 実施方法

##### ア 胃バリウム検査(集団)

- 対象者 : 東御市に住所を有し、40～79歳に達する者
- 申込者数 : 767人
- 検診料金 : 1,500円
- 実施期間 : 令和4年8月12日(金)、10月26日(水)、11月14日(月)、11月28日(月)、12月21日(水)、12月22日(木)、12月23日(金)、令和5年1月13日(金)
- 実施場所 : 市保健センター

##### [検診実施結果]

単位:人 (( )内は重複者)

年齢	性別	受診者数	異常なし	要精密検査者数	精密検査受診者数	精検受診者の結果内訳(※癍痕を含む)								精密検査未受診者数	
						胃がん	胃潰瘍※	十二指腸潰瘍※	胃炎	胃ポリープ	その他	診断未記入	異常なし		
40～44	男	14	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	23	20	3	3	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0
45～49	男	17	16	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	40	37	3	3	0	0	0	2	0	0	0	0	1	0
50～54	男	14	12	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
	女	23	22	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
55～59	男	14	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	28	28	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64	男	15	14	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	30	28	2	1	0	0	0	0	1	(1)	0	0	0	1
65～69	男	47	40	7	5	0	0	0	4	1	(1)	0	0	0	2
	女	38	35	3	2	0	1	0	(1)	0	(1)	0	0	0	1
70～74	男	46	44	2	2	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0
	女	33	31	2	2	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0
75～79	男	29	27	2	2	0	0	0	1	1	(1)	0	0	0	0
	女	18	18	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計	男	196	181	15	10	0	0	0	7	2	(2)	0	1	5	
	女	233	219	14	12	0	1	0	5(1)	1	1(2)	0	2	2	
総計		429	400	29	22	0	1	1	12(1)	3	1(4)	0	3	7	

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による



イ 胃カメラ検査(個別)

- 対象者 : 東御市内に住所を有し、年度内に50、55、60、65、70、75歳に達する者。
- 申込者数 : 189人
- 検診料金 : 5,000円
- 実施期間 : 令和4年6月1日～令和5年3月31日
- 実施場所 : 市内指定医療機関

[検診実施結果]

単位:人 (( )内は重複者)

年齢	性別	受診者数	胃カメラ検査受診者の結果内訳(※瘢痕を含む)							
			胃がん	胃潰瘍※	十二指腸潰瘍※	胃炎	胃ポリープ	その他	診断未記入	異常なし
50歳	男	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	9	0	0	(1)	7	(1)	1	0	1
55歳	男	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	6	0	0	0	5	(3)	0	0	1
60歳	男	2	0	1	0	1	0	(1)	0	0
	女	3	0	1	0	0	1	0	0	1
65歳	男	9	1	0	0	6	(2)	(1)	0	2
	女	1	0	0	0	0	1	0	0	0
70歳	男	1	0	0	0	1	(1)	0	0	0
	女	6	0	0	0	5	1	0	0	0
75歳	男	5	0	0	0	2	1	1	0	1
	女	3	0	0	0	2	1	0	0	0
合計	男	17	0	1	0	10	1(3)	1(2)	0	3
	女	28	0	1	0	19	4(4)	1	0	3
総計		45	1	2	0	29	5(7)	2(2)	0	6

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

(2) 精密検査受診勧奨

精密検査未受診者に受診勧奨を実施しました。

精密検査者数	令和5年3月末現在		令和5年5月末現在	
	精密検査受診者数	精検受診率	精密検査受診者数	精検受診率
29	22	75.9%	22	75.9%

## 2 大腸がん検診

大腸がん検診は、便潜血反応検査（2日法）によって40歳以上を対象に実施しています。

検診を受けやすくするため、申し込み不要とし、直接医療機関に行き受診できる個別検診の体制をとっています。

### (1) 実施方法

- 対象者：市内に住所を有する40歳以上の者、申込者：2,438名
- 検診料金：600円
- 実施期間：令和4年6月1日～令和5年1月31日
- 検診場所：市内指定医療機関

### ア 受診者と精密検査結果の年次推移

単位：人

	H30年度	H31年度	R2年度	R3年度	R4年度	
受診者数	1,305	1,296	1,243	1,241	1,036	
異常なし	1,228	1,209	1,170	1,157	983	
要精密検査者数	77	87	73	84	53	
精密検査結果	大腸がん	2	1	1	4	2
	ポリープ	23	27	20	31	25
	大腸憩室	4	3	1	2	3
	肛門疾患	5	5	6	6	3
	その他	0	1	1	2	2
	診断未記入	0	1	1	0	1
	異常なし	19	21	13	15	6
未受診者	24	28	30	24	11	

### イ 検診実施状況

単位：人

年齢	性別	受診者数	異常なし	要精密検査者数	精密検査受診者数	精検結果の内訳							精検未受診者数
						大腸がん	ポリープ	大腸憩室	肛門疾患	その他	診断未記入	異常なし	
40～44	男	6	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	33	32	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
45～49	男	12	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	28	28	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
50～54	男	15	14	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0
	女	43	42	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
55～59	男	12	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	38	36	2	2	0	2	0	0	0	0	0	0
60～64	男	23	22	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
	女	64	59	5	4	0	3	0	1	0	0	0	1
65～69	男	66	59	7	5	1	2	0	0	0	1	1	2
	女	113	108	5	4	0	3	0	0	0	0	1	1
70～74	男	94	90	4	2	0	1	0	0	0	0	1	2
	女	175	168	7	7	0	4	1	0	0	0	2	0
75～79	男	69	65	4	4	0	2	1	0	1	0	0	0
	女	107	105	2	2	0	2	0	0	0	0	0	0
80以上	男	69	62	7	5	0	2	0	2	1	0	0	2
	女	69	63	6	4	1	3	0	0	0	0	0	2
合計	男	366	342	24	18	1	8	2	2	2	1	2	6
	女	670	641	29	24	1	17	1	1	0	0	4	5
総計		1036	983	53	42	2	25	3	3	2	1	6	11

※令和4年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

### (2) 精密検査受診勧奨

精密検査未受診者に受診勧奨を実施しました。

精密検査者数	令和5年3月末現在		令和5年5月末現在	
	精密検査受診者数	精検受診率	精密検査受診者数	精検受診率
53	42	79.2%	42	79.2%

### 3 肺がん検診（胸部低線量CT検診）

肺がんによる死亡者数が増加傾向である中、胸部レントゲン検診では見つけることのできなかつた、骨や心臓などの陰に隠れた肺がんや小さな肺がんをも見つけることができる精度の高い検診です。平成31年度から集団検診はJ A厚生連 鹿教湯三才山病院リハビリテーションセンター鹿教湯病院の検診車による検診を導入しました。

#### (1)実施状況

○対象者 : 41歳以上の奇数年齢になる者 申込者764人

○検査料金 : 個別検診…5,000円 集団検診…4,000円

○検診期間・場所

個別検診	期間	令和4年6月1日～令和5年3月31日
	場所	祢津診療所、東御市民病院
集団検診	期間	令和4年6月28日、7月6日、9月16日、10月5日、11月4日
	場所	保健センター

#### ア 受診者と精密検査結果の年次推移

単位：人

		H30年度	H31年度	R2年度	R3年度	R4年度
受診者数		421	415	399	410	392
異常なし		312	342	360	364	348
要精密検査者		109	73	39	46	44
精密検査結果	肺がん	1	0	1	1	0
	肺がん疑い	3	4	4	5	0
	肺結核治癒 (H27～陳旧性炎症性変化を含む)	15	9	1	3	1
	その他呼吸器疾患	26	22	9	17	19
	循環器疾患	4	0	1	0	1
	その他の疾患	25	3	2	2	7
	異常なし	16	18	3	7	6
	未受診者	19	17	18	11	10

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

#### イ 精密検査対象者の検診結果と精密検査結果の状況

単位：人 ( ( ) 内は重複者)

		精密検査対象者の検査結果							精密検査未受診	
		肺がん	肺がん疑い	陳旧性炎症性変化	その他呼吸器疾患	循環器疾患	その他の疾患	異常なし		合計
精密検査対象者の内訳	肺がん疑い	0	0	0	6	0	1	2	9	1
	その他呼吸器疾患疑い	0	0	1	11	0	0	1	13	6
	循環器疾患疑い	0	0	0	0	1	0	0	1	0
	その他の疾患疑い	0	0	0	2	0	6	3	11	3
	合計	0	5	1	19	1	7	6	34	10

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

ウ 検診実施状況実施状況（集団・個別検診結果集計）

単位：人

年齢	性別	受診者数	異常なし	要精密検査者数	精密検査受診者	精密検査受診者の結果内訳						精密検査未受診者数
						異常なし	肺がん (疑い含む)	陳旧性炎症性変化	その他呼吸器疾患	循環器疾患	その他の疾患	
40～44	男	8	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	24	24	0	0	0	0	0	0	0	0	0
45～49	男	22	22	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	37	33	4	3	1	0	0	1	0	1	1
50～54	男	14	13	1	1	0	0	0	0	0	1	0
	女	26	23	3	3	0	0	0	3	0	0	0
55～59	男	13	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	38	32	6	5	1	0	0	3	0	1	1
60～64	男	14	12	2	2	0	0	0	2	0	0	0
	女	33	27	6	5	1	0	0	2	0	2	1
65～69	男	46	41	5	4	1	0	0	1	1	1	1
	女	29	27	2	2	0	0	0	2	0	0	0
70～74	男	19	17	2	0	0	0	0	0	0	0	2
	女	17	14	3	2	1	0	0	0	0	1	1
75～79	男	19	17	2	2	1	0	0	1	0	0	0
	女	18	14	4	3	0	0	1	1	0	1	1
80以上	男	8	6	2	1	0	0	0	1	0	0	1
	女	7	5	2	1	0	0	0	1	0	0	1
合計	男	163	149	14	10	2	0	0	5	1	2	4
	女	229	199	30	24	4	0	1	13	0	6	6
総計		392	348	44	34	6	0	1	18	1	8	10

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

エ 実施状況再計 個別(医療機関)

単位：人

年齢	性別	受診者数	異常なし	要精密検査者数	精密検査受診者	精密検査受診者の結果内訳						精密検査未受診者数
						異常なし	肺がん (疑い含む)	陳旧性炎症性変化	その他呼吸器疾患	循環器疾患	その他の疾患	
40～44	男	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	8	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0
45～49	男	11	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	17	15	2	1	0	0	0	1	0	0	1
50～54	男	7	6	1	1	0	0	0	0	0	1	0
	女	14	12	2	2	0	0	0	2	0	0	0
55～59	男	5	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	22	18	4	4	1	0	0	2	0	1	0
60～64	男	7	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	20	15	5	4	1	0	0	1	0	2	1
65～69	男	19	16	3	3	0	0	0	1	1	1	0
	女	15	13	2	2	0	0	0	2	0	0	0
70～74	男	10	8	2	0	0	0	0	0	0	0	2
	女	12	10	2	2	1	0	0	0	0	1	0
75～79	男	12	10	2	2	1	0	0	1	0	0	0
	女	11	7	4	3	0	0	1	1	0	1	1
80以上	男	5	3	2	1	0	0	0	1	0	0	1
	女	4	3	1	0	0	0	0	0	0	0	1
合計	男	79	69	10	7	1	0	0	3	1	2	3
	女	123	101	22	18	3	0	1	9	0	5	4
総計		202	170	32	25	4	0	1	12	1	7	7

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

オ 実施状況再計 集団（鹿教湯病院の検診バスによる実施）

単位：人

年齢	性別	受診者数	異常なし	要精密検査者数	精密検査受診者	精密検査受診者の結果内訳						精密検査未受診者数
						異常なし	肺がん (疑い含む)	陳旧性 炎症性 変化	その他 呼吸器 疾患	循環器 疾患	その他 の疾患	
40～44	男	5	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	16	16	0	0	0	0	0	0	0	0	0
45～49	男	11	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	20	18	2	2	1	0	0	0	0	1	0
50～54	男	7	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	12	11	1	1	0	0	0	1	0	0	0
55～59	男	8	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	16	14	2	1	0	0	0	1	0	0	1
60～64	男	7	5	2	2	0	0	0	2	0	0	0
	女	13	12	1	1	0	0	0	1	0	0	0
65～69	男	27	25	2	1	1	0	0	0	0	0	1
	女	14	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0
70～74	男	9	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	5	4	1	0	0	0	0	0	0	0	1
75～79	男	7	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	7	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0
80以上	男	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	3	2	1	1	0	0	0	1	0	0	0
合計	男	84	80	4	3	1	0	0	2	0	0	1
	女	106	98	8	6	1	0	0	4	0	1	2
総計		190	178	12	9	2	0	0	6	0	1	3

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

(2) 精密検査受診勧奨

精密検査未受診者に受診勧奨を実施しました。

精密検査者数	令和5年3月末現在		令和5年5月末現在	
	精密検査受診者数	精検受診率	精密検査受診者数	精検受診率
44	30	68.2%	34	77.3%

## 4 子宮頸がん検診

子宮頸がん検診では、子宮頸がんを見つけるための子宮頸管部(子宮の入り口)の細胞を採取して検査をする細胞診検査を実施しています。

令和2年度から40・50歳代の受診率の向上を図るため、年度年齢46歳、50歳の個人負担額の軽減(検診車での受診のみ)を行いました。

### (1)実施方法

○対象者：20歳～29歳の女性

30歳以上で年度内に偶数年齢になる女性

○申込者：個別検診 907名 集団検診 239名 46歳・50歳(集団検診) 86名

○検診料金：個別…2,000円、集団…1,500円 46歳・50歳の集団検診受診者…1,000円

○検診内容：医師の診察・細胞診検査

○検診期間と場所

個別検診	期間	令和4年5月1日～令和5年2月28日
	場所	指定医療機関(東御市・上田市・小諸市)
集団検診	期間	令和4年7月27日、9月14日、10月6日、11月2日、12月8日、令和5年2月1日
	場所	滋野コミュニティーセンター、和コミュニティーセンター、保健センター

○子宮頸がん無料クーポン検診 令和4年度対象者 136人

特定の年齢の方に無料クーポン券を配布し、無料検診を実施。

(令和4年度対象者は、令和5年4月1日現在の満年齢で、21歳の女性)

### ア 受診者と精密検査結果の年次推移

単位：人

	H30年度	H31年度	R2年度	R3年度	R4年度	
細胞診検査受診者数	926	898	895	843	793	
異常なし	914	884	887	821	781	
要精密検査者	12	14	8	22	12	
腫瘍 ※ 上皮内	CIN1	1	1	0	2	0
	CIN2	0	1	2	2	3
	CIN3 (上皮内癌含む)	1	2	1	3	2
子宮頸がん (上皮内癌以外)	0	0	0	0	0	
その他	1	1	0	0	1	
異常なし	5	4	2	9	2	
未受診者	4	5	3	6	4	
子宮頸がん無料クーポン 検診対象者	145	134	128	105	136	
子宮頸がん無料クーポン 検診受診者(再掲)	16	12	14	6	7	

※子宮頸部上皮内腫瘍cervical intraepithelial neoplasia (CIN)とも表現され、軽度異形成をCIN1、中等度異形成をCIN2、高度異形成と上皮内がんをCIN3とする。

イ 検診実施状況（個別・集団検診結果集計）

単位：人

年齢	受診者数	NILM (異常なし)	ASC-US	ASC-H	LSIL (軽度)	HSIL (中等度 上皮内癌)	SSC (扁平上皮癌)	AGC (腺癌疑い)	AIS (上皮内腺癌)	AdenoCa (腺癌)	Other (その他の癌)	要精検者数	精検受診者数	精検受診者の結果内訳						精検未受診者数	
														頸がん	頸がん疑い	CIN1	CIN2	CIN3	その他		異常なし
20～24	21	21	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
25～29	32	31	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
30～34	55	53	1	0	1	0	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0	1	0	0	0	1
35～39	49	48	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
40～44	77	76	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
45～49	84	84	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
50～54	103	102	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
55～59	57	57	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64	100	99	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
65～69	66	64	1	0	0	1	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	2
70～74	89	88	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0
75～79	40	40	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
80以上	20	18	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0	0	1	0	0	1	0
総計	793	781	6	3	2	1	0	0	0	0	0	12	8	0	0	0	3	2	1	2	4

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

ウ 子宮頸がん無料クーポン検診集計（①のうち数再掲）

単位：人

年齢	受診者数	異常なし	要精検者数	精検受診者数	精検受診者の結果内訳					
					頸がん	CIN1	CIN2	CIN3	その他	異常なし
20(21)	7	7	0	—	—	—	—	—	—	—

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

エ 子宮頸がん無料クーポン検診年次推移

単位：人

年齢	H30年度		H31年度		R2年度		R3年度		R4年度	
	対象者	受診者	対象者	受診者	対象者	受診者	対象者	受診者	対象者	受診者
20(21)	145	16	134	12	128	14	105	6	136	7

オ 実施状況再計 個別（委託医療機関にて実施）

単位：人

年齢	受診者数	NILM (異常なし)	ASCUS	ASCH	LSIL (軽度)	HSIL (中等度 上皮内癌)	SCC (扁平上皮癌)	AGC (腺癌疑い)	AIS (上皮内腺癌)	AdenoCa (腺癌)	Other (その他の癌)	要精検者数	精検受診者数	精検受診者の結果内訳						精検未受診者数	
														頸がん	頸がん疑い	CIN1	CIN2	CIN3	その他		異常なし
20～24	21	21	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
25～29	31	30	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
30～34	47	46	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0
35～39	35	34	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0
40～44	56	55	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
45～49	54	54	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
50～54	69	68	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
55～59	42	42	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64	74	73	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
65～69	48	46	1	0	0	1	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	2
70～74	59	58	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0
75～79	18	18	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
80以上	12	11	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
総計	566	556	5	3	1	1	0	0	0	0	0	10	7	0	0	0	3	2	1	1	3

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

カ 実施状況再計 集団（長野県健康づくり事業団の検診バスにて実施）

単位：人

年齢	受診者数	NILM (異常なし)	ASCUS	ASCH	LSIL (軽度)	HSIL (中等度 上皮内癌)	SCC (扁平上皮癌)	AGC (腺癌疑い)	AIS (上皮内腺癌)	AdenoCa (腺癌)	Other (その他の癌)	要精検者数	精検受診者数	精検受診者の結果内訳						精検未受診者数	
														頸がん	頸がん疑い	CIN1	CIN2	CIN3	その他		異常なし
20～24	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
25～29	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
30～34	8	7	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
35～39	14	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
40～44	21	21	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
45～49	31	31	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
50～54	33	33	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
55～59	15	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64	26	26	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
65～69	18	18	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
70～74	30	30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
75～79	22	22	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
80以上	8	7	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
総計	227	225	1	0	1	0	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	1	1

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

(2) 精密検査受診勧奨

精密検査未受診者に受診勧奨を実施しました。

精密検査者数	令和5年3月末現在		令和5年5月末現在	
	精密検査受診者数	精検受診率	精密検査受診者数	精検受診率
12	6	50.0%	8	66.7%



## 5 乳がん検診（マンモグラフィ検査）

乳がん検診（マンモグラフィ検査）は、乳房を板に挟んでレントゲン撮影をする検査です。視触診ではわからない小さなしこりもわかります。

乳がんは食事の欧米化等によって増加しているがんでもあり、今後も検診の受診勧奨に努めていく必要があります。

令和2年度から40歳・50歳代の受診率の向上を図るため、年度年齢46歳、50歳の個人負担額の軽減（検診車の受診のみ）を行いました。

### （1）実施方法

○対象者：40歳以上で偶数年齢になる女性

○申込者：個別検診…580人 集団検診…243名 46歳・50歳（集団検診）…86名

○検査内容：乳房エックス線撮影（マンモグラフィ検査）…2方向撮影

○検査料金：個別検診…3,000円 集団検診…2,500円 46歳・50歳の集団検診受診者…1,000円

### ○検診期間と場所

個別検診	期間	令和4年5月1日～令和5年3月31日
	場所	東御市民病院
集団検診	期間	令和4年年7月1日、9月15日、10月6日、11月2日、令和5年1月12日、3月2日
	場所	和コミュニティセンター、滋野コミュニティセンター、保健センター

○乳がん無料クーポン検診 令和4年度対象者 150人

特定の年齢の方に無料クーポン券を配布し、無料検診を実施

（令和4年度対象者は、令和5年4月1日現在の満年齢で、41歳の女性）

### ア 受診者と精密検査結果の年次推移

単位：人

	H30年度	H31年度	R2年度	R3年度	R4年度	
受診者数	754	705	658	662	654	
異常なし	636	644	587	586	612	
要精密検査者	118	61	71	76	42	
精密検査結果	乳がん	3	2	1	0	2
	繊維腺腫	6	0	4	3	1
	乳腺症	13	4	2	5	5
	のう胞	10	7	4	10	10
	その他	4	5	11	11	8
	異常なし	68	34	30	39	14
未受診者	14	9	19	8	2	
乳がん無料クーポン検診対象者	210	189	171	161	150	
クーポン検診受診者（再掲）	61	43	37	26	39	

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

### イ 乳がん検診（全体）

単位：人

年齢	受診者数	異常なし	要精密検査者数	精密検査受診者数	精検受診者の結果内訳						精密検査未受診者数
					乳がん	繊維腺腫	乳腺症	のう胞	その他	異常なし	
40～44	107	96	11	10	0	1	1	2	2	4	1
45～49	75	63	12	12	1	0	1	5	1	4	0
50～54	99	90	9	8	1	0	2	1	3	1	1
55～59	64	64	0	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64	90	86	4	4	0	0	0	1	2	1	0
65～69	63	58	5	5	0	0	1	1	0	3	0
70～74	91	91	0	0	0	0	0	0	0	0	0
75～79	38	37	1	1	0	0	0	0	0	1	0
80以上	27	27	0	0	0	0	0	0	0	0	0
総計	654	612	42	40	2	1	5	10	8	14	2

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

ウ 乳がん無料クーポン券検診集計 (①のうち数再掲)

単位：人

年齢	受診者数	異常なし	要精密検査者数	精密検査受診者数	精検受診者の結果内訳						
					乳がん	線維腺腫	乳腺症	のう胞	その他	異常なし	未受診
41	39	34	5	4	0	0	0	1	1	2	1

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

エ 乳がん無料クーポン検診年次推移

単位：人

年齢	H30年度		H31年度		R2年度		R3年度		R4年度	
	対象者	受診者	対象者	受診者	対象者	受診者	対象者	受診者	対象者	受診者
41	210	61	189	43	171	37	161	26	150	39

オ 実施状況再計 個別(医療機関)

単位：人

年齢	受診者数	異常なし	要精密検査者数	精密検査受診者数	精検受診者の結果内訳						精密検査未受診者数
					乳がん	線維腺腫	乳腺症	のう胞	その他	異常なし	
40～44	84	76	8	7	0	0	1	2	2	2	1
45～49	37	30	7	7	1	0	0	3	1	2	0
50～54	57	51	6	5	1	0	1	1	2	0	1
55～59	43	43	0	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64	68	65	3	3	0	0	0	0	2	1	0
65～69	45	42	3	3	0	0	1	1	0	1	0
70～74	61	61	0	0	0	0	0	0	0	0	0
75～79	20	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0
80以上	13	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0
総計	428	401	27	25	2	0	3	7	7	6	2

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

カ 実施状況再計 集団(長野県健康づくり事業団の検診バスにて実施)

単位：人

年齢	受診者数	異常なし	要精密検査者数	精密検査受診者数	精検受診者の結果内訳						精密検査未受診者数
					乳がん	線維腺腫	乳腺症	のう胞	その他	異常なし	
40～44	23	20	3	3	0	1	0	0	0	2	0
45～49	38	33	5	5	0	0	1	2	0	2	0
50～54	42	39	3	3	0	0	1	0	1	1	0
55～59	21	21	0	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64	22	21	1	1	0	0	0	0	0	1	0
65～69	18	16	2	2	0	0	0	0	0	2	0
70～74	30	30	0	0	0	0	0	0	0	0	0
75～79	18	17	1	1	0	0	0	0	0	1	0
80以上	13	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0
総計	225	210	15	15	0	1	2	2	1	9	0

※令和5年5月末現在の精密検査結果返送分までの集計結果による

(2) 精密検査受診勧奨

精密検査未受診者に受診勧奨を実施しました。

精密検査者数	令和5年3月末現在		令和5年5月末現在	
	精密検査受診者数	精検受診率	精密検査受診者数	精検受診率
42	34	80.9%	40	95.2%

## IV 感染症対策事業

### 1 予防接種接種状況

#### (1) 定期予防接種

定期予防接種は、法律に基づいて、伝染のおそれがある疾病の発生と蔓延を予防し、乳幼児・学童・高齢者を疾病から守るために実施しています。

(実人数)

定期予防接種名 (実施時期)		対 象 者	対象者数	接種者数	接種率	
ロタウイルス	ロタリックス	1回目	出生6週～24週 ※令和2年10月から開始	175	132	75.4%
		2回目		175	138	78.9%
	ロタテック	1回目	出生6週～32週 ※令和2年10月から開始	175	26	14.9%
		2回目		175	22	12.6%
		3回目		175	22	12.6%
B型肝炎	1回目	出生時～1歳に至るまで (標準は生後2か月～8か月)	172	162	94.2%	
	2回目		172	162	94.2%	
	3回目		187	155	82.9%	
ヒブ	1回目	生後2か月～5歳に至るまで (至るまで…誕生日の前日)	175	162	92.6%	
	2回目		175	162	92.6%	
	3回目		175	158	90.3%	
	追加		197	168	85.3%	
小児用肺炎球菌	1回目	生後2か月～5歳に至るまで	175	162	92.6%	
	2回目		175	162	92.6%	
	3回目		175	158	90.3%	
	追加		194	165	85.1%	
四種混合	1回目	生後3か月～7歳半に至るまで	175	163	93.1%	
	2回目		175	158	90.3%	
	3回目		175	160	91.4%	
	追加		197	152	77.2%	
B C G		生後3か月～1歳に至るまで (標準は生後5か月～8か月)	187	160	85.6%	

定期予防接種名 (実施時期)		対象者	対象者数	接種者数	接種率
麻しん風しん混合	1期	1歳～2歳に至るまで	197	176	89.3%
	2期	小学校入学前の1年間	201	191	95.0%
水痘	初回	1歳～3歳に至るまで	197	175	88.8%
	追加		227	157	69.2%
日本脳炎	1回目	生後6か月～7歳半に至るまで 標準は3歳～4歳	248	296	119.4%
	2回目		256	269	105.1%
	追加		235	241	102.6%
	2期	標準は9歳～13歳未満 1期終了者で希望者	241	377	156.4%
二種混合		11歳以上13歳未満	260	175	67.3%
子宮頸がん	1回目	小6～高1年齢相当 (期間中3回接種)	660	47	7.1%
	2回目		660	51	7.7%
	3回目		660	48	7.3%
	1回目	キャッチアップ接種 平成9年度～平成17年度生まれ (期間中3回接種)	838	83	9.9%
	2回目		838	74	8.8%
	3回目		838	59	7.0%
季節性インフルエンザ (10月～1月)		65歳以上及び 60歳～64歳の特定対象者	9,584	6,120	63.9%
高齢者用肺炎球菌		65・70・75・80・85・90・95・ 100歳の者 60歳～64歳の特定対象者	1,278	360	28.2%

予防接種法と感染症法に基づく「風しんに関する特定感染症予防指針」により麻しん風しん混合ワクチン接種（第1期及び第2期）について95%以上の接種を目標とし、接種勧奨を行いました。なお、麻しん及び風しんの単独接種はありませんでした。

日本脳炎予防接種は平成17年～21年度の積極的勧奨の差し控えにより接種を受けられなかった方に対し、国は、7歳半～9歳未満の年齢枠を解消し、平成7年4月2日生～平成19年4月1日生の方に20歳までの間、未接種回数を定期接種としました。

ヒトパピローマウイルスワクチン（子宮頸がん予防ワクチン）は、平成25年6月から積極的な勧奨を一時的に差控えていましたが、令和3年11月に専門家による会議において、安全性について特段の懸念が認められないことが確認され、接種による有効性が副反応のリスクを明らかに上回ると認められました。これを受けて、令和4年度から個別の接種勧奨を再開しました。

積極的な勧奨の再開に伴い、公平な接種機会を確保する観点から、積極的な勧奨の差し控えにより接種機会を逃した方に改めて接種機会を提供するキャッチアップ接種（定期接種の年齢を超えて接種が可能）を令和4年4月1日から令和7年3月31日まで実施しています。

また、積極的な勧奨の差し控えにより定期接種の機会を逃した平成9年4月2日から平成17年4月1日までの間に生まれた女性で、定期接種の対象年齢を過ぎて自費で任意接種を受けた方に接種費用の助成を実施しています。令和4年度申請者数：3名（申請期限：令和7年3月31日）

里帰り出産等のやむを得ない事情により、県外の医療機関で定期接種を受けられた方を対象に、当該接種費用の助成を実施しています。

令和4年度申請者数：5名（ロタウイルス2件、B型肝炎3件、ヒブ3件、小児用肺炎球菌3件、四種混合2件、BCG1件、日本脳炎2件、子宮頸がん6件）

## （2）風しんの追加的対策

風しんの流行を防ぐため、公的な予防接種を受ける機会がなかった世代の成人男性を対象に「風しんの追加的対策」を実施しています。平成31年度より3年間としていた実施期間を令和6年度まで延長しました。

対象者に抗体検査を実施し、抗体価が低いと判断された方に予防接種を実施しています。

実施項目	対象者	対象者数	実施者数	実施率
風しん抗体検査	昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性 ※平成31年度は昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの方にクーポンを送付。	2,176	155	7.1%
風しん第5期予防接種	抗体検査を実施した者のうち、検査の結果十分な抗体がないと判断された者	97	41	42.3%

## 2 胸部レントゲン検診 実施状況

感染症法により、年に1回は結核に係る健康診断を受けなければならないとされており、市では、65歳以上の方を対象に、胸部エックス線検査を行っています。

対象者：65才以上の者（事業者等が行う健康診断を受ける者を除く。）5,672人

内容：レントゲン検診車による市内巡回集団検診

実施日：〔東部〕8月29日から9月2日の平日5日間

〔北御牧〕11月1日,11月2日

### (1) 受診者と精密検査対象者年次推移

単位：人

	令和3年度			令和4年度		
	男性	女性	合計	男性	女性	合計
受診者数	728	981	1,709	647	946	1,593
異常なし	640	884	1,524	542	836	1,378
要観察	66	77	143	91	86	177
要精密検査対象者	22	20	42	14	24	38
要精密検査対象者の内訳	読影不能	0	0	0	0	0
	肺結核疑い	0	0	0	0	0
	他呼吸器疾患疑い	17	11	28	4	7
	循環器疾患疑い	0	0	0	0	0
	他疾患疑い	0	0	0	0	0
	腫瘍疑い	5	9	14	10	17
精密検査未受診者	8	8	16	3	7	10

### (2) 令和4年度精密検査結果（実人数）

単位：人

年齢	性別	受診者数	要精密検査者数	精密検査受診者数	精検受診者の結果内訳									
					異常なし	肺原発性	肺転移性	悪性腫瘍その他	肺がん疑い	A A H 疑い	肺結核腫	肺結核疑い	肺結核治癒	その他
65～69	男	90	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	166	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
70～74	男	182	4	4	2	0	0	0	0	0	0	0	0	2
	女	313	10	8	5	0	0	0	0	0	0	0	0	3
75～79	男	160	4	4	3	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	208	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
80以上	男	215	5	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
	女	259	10	7	3	0	0	0	0	0	0	0	0	4
合計	男	647	14	11	5	0	0	0	0	0	0	0	0	6
	女	946	24	17	8	0	0	0	0	0	0	0	0	9
総計		1,593	38	28	13	0	0	0	0	0	0	0	0	15

※年齢は健診当日・精密検査当日の年齢です。

※AAH：肺異型腺腫瘍過形成

※精密検査対象者に電話かけをし、受診の勧奨をしました。

### (3) 結核登録管理状況（上田保健福祉事務所調べ）

登録患者数：7人（令和4年12月31日現在） 新発生：1人（令和4年1月～12月）

### 3 新型コロナウイルス感染症対策

#### (1) 感染防止対策全般

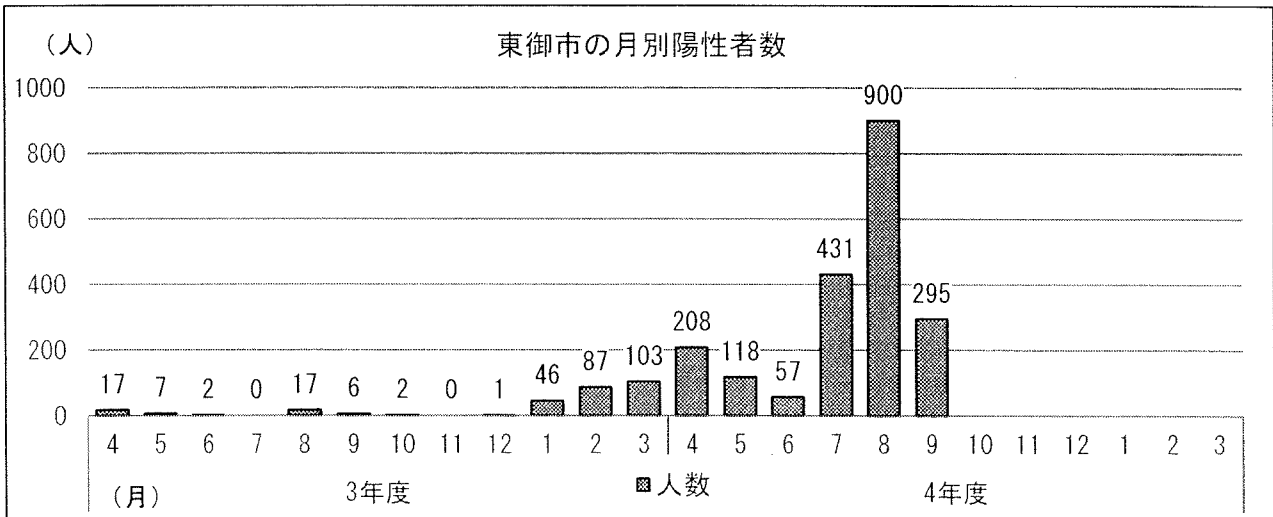
##### ア 主な経過

月日	実施事項等
<b>【国・県】</b>	
4月10日	「年度末・年度始めにおける感染対策強化期間」の終了（3月19日～）
4月20日	全県に医療警報を発出
5月23日	全県の医療警報を解除 感染警戒レベルの基準を改正し、上田圏域の感染警戒レベルを3に切り替え
5月30日	上田圏域の感染警戒レベルを2に引き下げ
7月8日	上田圏域の感染警戒レベルを3に引き上げ
7月20日	全県に医療警報を発出、上田圏域の感染警戒レベルを4に引き上げ
7月28日	全県に医療特別警報を発出、上田圏域の感染警戒レベルを5に引き上げ
8月8日	全県に医療非常事態宣言を発出 全ての圏域の感染警戒レベルを6に引き上げ
8月24日	「BA. 5 対策強化宣言」を発出（～9月4日）
9月13日	医療非常事態宣言を解除し、医療特別警報に切り替え 上田圏域の感染警戒レベルを5に引き下げ
9月22日	医療特別警報を解除し、医療警報に切り替え 上田圏域の感染警戒レベルを4に引き下げ
10月4日	医療警報を解除、上田圏域の感染警戒レベルを3に引き下げ
10月20日	全県に医療警報を発出、上田圏域の感染警戒レベルを4に引き上げ
11月4日	全県に医療特別警報を発出、上田圏域の感染警戒レベルを5に引き上げ
11月14日	全県に医療非常事態宣言を発出
令和5年	
1月27日	上田圏域の感染警戒レベルを4に引き下げ
1月31日	医療非常事態宣言を解除し、医療特別警報に切り替え
2月7日	上田圏域の感染警戒レベルを3に引き下げ
2月10日	医療特別警報を解除
2月21日	上田圏域の感染警戒レベルを小康期に引き下げ
3月20日	全ての圏域の感染警戒レベルを小康期に引き下げ

##### イ 陽性者の状況

	R3年度	R4年度		累計
		4～9月	10～3月	
長野県	41,752	417,821		459,573
上田圏域	3,093	40,448		43,541
東御市	288	2,009	-	2,297

※R4. 9. 25で市町村ごとの陽性者数の公表終了。以降は圏域ごとの陽性者のみ公表。



(2) 新型コロナウイルスワクチン接種

ア 主な経過

月日	実施事項等
4月7日	12歳～17歳の3回目追加接種予約受付開始
4月11日	同上 3回目追加接種開始
6月15日	60歳以上、18歳～59歳の基礎疾患のある方、4回目追加接種予約受付開始
7月1日	同上 4回目追加接種開始
9月27日	オミクロン株対応ワクチン(3～5回目)追加接種予約受付開始
10月1日	同上 3～5回目追加接種開始
	5～11歳の小児の3回目追加接種開始
11月9日	6か月～4歳の乳幼児の初回接種(1・2・3回目)開始
11月18日	総合福祉センターで夜間集団接種実施(延べ6日)
11月19日	北御牧公民館で「ワクチンキャラバン接種」実施 (県ワクチン接種体制整備室)(延べ2日)
3月8日	(国)実施期間を令和6年3月31日まで延長

イ 令和4年度末時点の接種済率

(R5.4.3現在)

対象者人口		1回目		2回目		初回 未完了者	3回目	
R5.3.1現在		人数	率(%)	人数	率(%)		人数	率(%)
年齢	A	B	B/A	C	C/A	A-C	D	D/A
0～5ヵ月	94							
6ヵ月～4	835	68	8.1%	60	7.2%	775	47	5.6%
5～11	1,697	518	30.5%	503	29.6%	1,194	270	15.9%
12～19	2,159	1,716	79.5%	1,711	79.2%	448	1,235	57.2%
20～29	2,461	1,866	75.8%	1,861	75.6%	600	1,422	57.8%
30～39	2,958	2,336	79.0%	2,324	78.6%	634	1,809	61.2%
40～49	3,903	3,347	85.8%	3,336	85.5%	567	2,766	70.9%
50～59	3,864	3,425	88.6%	3,419	88.5%	445	3,090	80.0%
60～64	1,884	1,751	92.9%	1,749	92.8%	135	1,627	86.4%
65～	9,491	8,995	94.8%	8,976	94.6%	515	8,753	92.2%
計	29,346	24,022	81.9%	23,939	81.6%	5,313	21,019	71.6%

対象者人口		4回目		5回目	
R5.3.1現在		人数	率(%)	人数	率(%)
年齢	A	E	E/A	F	F/A
0～5ヵ月	94				
6ヵ月～4	835				
5～11	1,697				
12～19	2,159	540	25.0%	1	0.0%
20～29	2,461	579	23.5%	69	2.8%
30～39	2,958	842	28.5%	145	4.9%
40～49	3,903	1,601	41.0%	256	6.6%
50～59	3,864	2,134	55.2%	330	8.5%
60～64	1,884	1,356	72.0%	877	46.5%
65～	9,491	8,121	85.6%	6,738	71.0%
計	29,346	15,173	51.7%	8,416	28.7%



ウ 令和4年度末までの接種総数

R4. 1. 1現在の人口 A	1回目		2回目		3回目	
	人数 B	率 (%) B/A	人数 C	率 (%) C/A	人数 D	率 (%) D/A
29,677	25,478	85.9%	25,355	85.4%	21,810	73.5%
	4回目		5回目			
	人数 E	率 (%) E/A	人数 F	率 (%) F/A		
	15,463	52.1%	8,550	28.8%		

※ R5. 5. 31現在VRS（ワクチン接種記録システム）に登録されたR5. 3. 31までの接種総数

## V 精神保健事業・自殺対策事業

### 1 相談事業（こころの相談・精神保健相談）

目的：こころの健康に不安を持つ人や家族のために精神科医および精神保健福祉士による相談を行い、必要に応じて医療へつなげたり家族の対応について相談することを支援します。

実績：医師による相談件数 15件（月1回予約制）

精神保健福祉士による相談件数 29件（随時相談）

依頼病院 千曲荘病院 小諸高原病院

相談内容 ・家族との関わり方 ・受診相談 ・家族関係について

・不登校について ・ひきこもりの家族について

・職場の人間関係について ・産後の不安についての相談

人権よろず相談における「心の相談」 1件（月1回）

よろず相談のメニューに保健師及びまいさぼ相談員による相談を設定した。

### 2 啓発事業

#### (1) 心の健康づくり啓発事業（心の健康づくり講座） 全3回開催

目的：子育てをしている母親や支援者に、こころの健康や自分との向き合いについて考える場を提供し、こころの健康への関心を高めます。

講師：精神保健福祉士 荻野 紅葉氏

実績：参加者 ママWRAP 6名 延べ16名

一般WRAP 15名 延べ29名

会場 総合福祉センター2階 保健センター いきいきルーム

期 日	内 容
5月27日（金） 11月4日（金）	自分へのいたわりについて知り、自身が希望を持つためのグループワークを実施
6月3日（金） 11月25日（金）	自分がストレスを感じる時の引き金を知り、ストレスを感じた時に、注意サインについてグループワークを実施
6月10日（金） 12月2日（金）	自分ストレスに対して、自身がサポートをする・される・し合うことについてグループワークを実施

#### (2) 地域啓発事業

目的：9月の自殺予防週間と3月の自殺対策強化月間の県内一斉街頭啓発に合わせた啓発活動を実施します。

実績：なし（新型コロナ感染予防のため中止）

内容：例年は田中駅前街頭啓発活動（自殺予防普及啓発ポケットティッシュの配布）

配布数：300個 ※ゲートキーパー講座修了者2～3人に協力依頼

### (3) 精神保健講演会

目的：働き盛りのうつ、自殺予防のための知識を市民に知ってもらう機会として情報を提供します。

演題：「ひきこもりの真実～自立より就労より大切なこと～」

講師：ひきこもり UX 会議代表理事 林 恭子 氏

実績：開催日時 3月23日(木) 午後1時30分～午後3時30分

会場 総合福祉センター3階 講堂

来場者 60名

## 3 人材育成講座

### (1) ゲートキーパー育成事業（ゲートキーパー人材育成講座）

目的：自殺のサインに気づくゲートキーパーを育成するための知識やスキルを提供します。

講師：佐久大学看護学部・大学院研究科 准教授 朴 相俊 氏

実績：参加者 延べ18人（実人数7人）（令和3年度までの修了生 226人）

会場 総合福祉センター2階 保健センター

<開催日時・内容> 全3回開催

回	期 日	内 容
第1回	8月31日(火)	大切な命～命の価値をもう一度考える～
第2回	9月7日(火)	支える命～自殺のこころと向き合う～
第3回	9月14日(火)	あなたもゲートキーパー ～大切な人の悩みに気づく・支える～

### (2) ゲートキーパーフォロー事業（ゆるいつながりの会）

目的：ゲートキーパー育成事業修了後も感性を磨き、お互いに認め合いながら学び合う場を提供し、地域における絆やつながりを育みます。

講師：佐久大学看護学部・大学院研究科 准教授 朴 相俊 氏

実績：開催日時 5月26日(木)、8月4日(木)、11月17日(木)、2月2日(木)

午後6時30分～午後7時30分

参加者 延べ47名

会場 総合福祉センター2階 保健センター

## 4 若年者対策

### (1) 思春期保健事業

目的：「ぴあ」という同じ世代の仲間と価値観を共感・共有しながら、将来への進路や生き方について自己決定能力を高める学習を深めます。

内容：近隣大学の学生ぴあカウンセラーを講師に、中学3年生へぴあによる健康教育を実施。性感染症やお互いを大切にするための伝え方など学ぶ。

実績：なし 新型コロナ感染予防のため中止

## (2) SOS の出し方教育への協力

内容：市立中学校 2 校で、2・3 年生を対象に SOS の出し方を身につける授業を実施した。

実績：東部中学校 7 月 22 日 229 名

北御牧中学校 2 年生 2 月 9 日 45 名 3 年生 2 月 28 日 43 名

## 5 Web「とうみこころの向き合いネット」

目的：メンタルについての情報や相談窓口の紹介などを Web で発信します。

内容：市の精神保健事業や関連事業の紹介、情報提供

委託先：公益社団法人 身体教育医学研究所

## 6 関係機関連携会議（こころの健康づくり実務者会議）

目的：こころの健康のハイリスク者との接触のある医療機関・消防・相談業務を行っている部署が連携し、情報共有を図ります。

内容：情報交換（自殺に関連するケースへの対応と連携について）、事例検討

実績：開催日時 8 月 2 日（火） 2 月 21 日（火）

午後 2 時～午後 3 時 30 分

参集者 医療機関（精神科医師、精神保健福祉士）、保健福祉事務所  
東御消防署、身体教育医学研究所、まいさぼ、教育委員会

開催場所 総合福祉センター3階 301 研修室

## 7 関係機関との連携

乳幼児訪問・健診や医療機関の連絡箋等から、産後ケアの精神的支援が必要な場合は精神保健福祉士や病院につなげるよう支援しています。

## 8 庁内連携

### (1) 関係課連携会議

こころの健康のハイリスク者が抱える様々な問題を解決するために庁内各関係課との連携をとり支援をしました。

### (2) 精神定例会

課内保健師・助産師間の情報共有や、ケース検討を行いました。

### (3) 自殺対策推進庁内会議

自殺対策関連施策を包括的に推進するため、情報を共有し連携を図ります。

## VI 食育推進事業

食育の推進にあたっては、東御市食育推進計画に基づき庁内各課で取り組んでいます。また、市民運動として食育の推進に取り組むための体制を作っています。

### 1 食育推進

#### (1) 東御市食育推進計画

第2次東御市健康づくり計画後期計画（R2～6年度）に食育計画を内包し、健康づくりと総合的な計画とし推進している。

#### (2) 健康保健課の事業

母子保健事業、生活習慣病健診等事業、健康づくり事業と一体的な食育を実施、及び食のボランティア育成。

#### (3) 推進体制

食育推進市民会議 1回開催（令和4年8月19日） 委員8名出席  
食育団体、農業団体、食品関連事業者、医師、教育・保育関係者等で構成  
栄養士連絡会 1回開催（令和4年7月15日）  
市内学校栄養教諭、学校栄養職員及び庁内管理栄養士等で構成

### 2 市民運動としての取組み

#### (1) とうみ食育市民ネットワーク（平成21年度から活動）

食育推進計画に基づき16名の会員で市民主体の活動を継続。活動制限が強いられる状況下出来る活動を実施。

##### ア 会議

6月16日 第1回会議 活動計画等

7月17日 第2回会議 食育活動について、免疫力向上などレシピの学習

##### イ 子育て世代向け「時短・簡単・栄養満タン」レシピの周知

簡単に栄養バランスも考えたレシピを令和2年度から作成し配布した。

##### (ア) 提案メニュー

季節	メニュー
春	春野菜のおすし、のりじゃこトースト、ニラの玉子焼き、コールスローサラダ、巣ごもり卵
夏	レンジで豆腐カレー、ニラ玉そうめんチャンプル、ささみ甘酢あんかけ、ナスとキャベツのポン酢和え、トマトと春雨のかき玉汁
秋	かぼちゃのおやき、さつま芋の炊込みご飯、牛肉とごぼうの蒸し煮
冬	れんこんつくね、簡単ポトフ、にんじんのポン酢和え、巣ごもり卵、おかずピザ

##### (イ) 周知方法

- ・ 2歳児歯科健診対象者・子育て支援センター利用者へ配布…約220部
- ・ 市ホームページ内すくすくポケットへ掲載

##### ウ 会員学習

郷土料理や免疫力が上がる食事について食材やメニューについて学習した。

エ 保育園での食育活動

食育戦隊ベジレンジャーの紙芝居を作成し、市内各保育園で実施した。

実施人数（人）	田中	滋野	祢津	和	北御牧
年少児	50	28	28	36	16
年中児	0	0	0	20	15
年長児	0	0	0	20	15
合計	50	28	28	76	46

⑤広報活動 市報を活用し会員の募集を行った。

(2) 東御市食生活改善推進協議会（昭和52年から活動している食育団体）

「私達の健康は私達の手で」をスローガンとし、まずは自ら、そして家庭や地域の人々の健康づくりの輪を広めることを目指し、食生活改善を中心とした活動をしています。

ア 総会と定例学習会

日程	内 容	人数
4月8日	総会	26
6月9日	学習「東御市の健康課題について」 講師 身体教育医学研究所 所長 岡田 真平氏 「減塩商品の紹介」 市管理栄養士	20
7月26日	学習「湯ノ丸ウォーキング」 講師 身体教育医学研究所 健康運動指導士 横井 佳代氏 湯ノ丸アスリート食堂体験・プール見学	20
9月2日	学習 県委託事業「生涯骨太クッキング」 「フレイル予防の食事とは」会員 荻原妙子さん他	21
11月25日	学習「フレイル予防について」 講師 日本水産 内田 健志 氏 調理実習 速筋タンパク商品を使ったメニュー 高野豆腐メニュー	15
2月2日	調理実習「手作り料理教室のレシピから」 講師 手作り料理グループ	18

イ 上小支部・県参加

日程	内 容	人数
4月26日	上小支部定期総会（上田市）	2
5月16日	長野県食生活改善推進協議会定期総会	中止
10月26日	長野県食生活改善推進大会（塩尻）	2
7月・9月・10月	食生活改善ステップアップ研修（8月中止）	3
5～3月	上小支部理事会 7回	2
10月	塩分アンケート（県）実施	

ウ 主な活動

	内 容	協力 会員数
社協	いきいきサロン料理教室の講師（2回）	8
	福祉の森フェスティバル 食改啓発パンフレット配布等	4
	くるMEとボランティアのクリスマスイベント	4

## Ⅶ 健康づくり事業

健康づくりの重点事項として、第2次東御市健康づくり計画「健康とうみ21（後期 令和2～6年度）」の計画に沿って各事業を実施しています。

自らの健康をコントロールする健康意識の向上を図ることに加え、市内5地区別に健康課題や健康情報を提供する場を地域づくりの会と連携して開催し、地域における健康づくりを推進しました。

事業概要は、「健康とうみ21」の推進として、健康づくり講演会の実施や出前講座、プラス10ミニッツ健康マイレージ事業、健康づくり推進員会と地域づくりの会の共催による市内5地区の健康課題分析報告会、各種ウォーキング教室等の事業を、新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮し実施しました。

### 1 健康づくり講演会

#### (1) 日時および内容

回	開催日	内 容	講 師	各区会長の のみ
1	R 4. 10. 14	「健康に食べよう！おさかな パワー ～EAPと速筋タンパク～」	食品機能科学研究所機能性素材開発課 内田 健志氏	52

### 2 5地区単位の健康状況学習会

#### (1) 経過

「健康とうみ21」において、地域特性の把握に努め、健康状況を分析し課題を明らかにすることにより、市民が健康づくりに取り組むきっかけを作るとともに、その取り組みを継続するための支援や健康な地域づくりの推進を図ることを掲げています。

H28年度から、5地区単位の健康状況分析についてKDB（国保データベースシステム）を活用した分析を実施しています。

例年、健康づくり推進員会と地域づくりの会との共催で学習会を開催しています。この研修は出前講座のメニューにも位置づけ、分析・研修講師を（公財）身体教育医学研究所に委託しています。

(2) 実績

地区	実施日	場所	連携・関係団体	人数
田中	R 4. 10. 27	中央公民館	田中地区地域づくりの会 田中地区健康づくり推進委員会	25
滋野	R 4. 11. 10	滋野コミュニティセンター	滋野地区地域づくりの会 滋野地区健康づくり推進委員会	20
祢津	R 5. 1. 20	祢津公民館	祢津地域づくりの会 祢津地区健康づくり推進委員会	38
和	R 4. 12. 14	和コミュニティセンター	和地域づくりの会 和地区健康づくり推進委員会	22
北御牧	R 4. 7. 29	北御牧公民館	北御牧地域づくりの会 北御牧地区健康づくり推進委員会	21
合計	5回		参加人数	126

(3) 分析結果および学習会内容

過去5年間の健診結果の分析から東御市の健康状態について、高血糖状態が減少傾向にあること、高血圧者が右肩上がりに増えていること、健診受診率が回復しきらないとの報告がありました。またコロナ禍で健康2次被害を予防するためには適度な運動が効果的であることを学習しました。地域で集まれなくても感染対策をしたうえで、運動をするように心がけることが大切であり、健康づくりに取り組めるように作成した動画「Stay Healthy 健康お役立ち動画」の紹介もありました。

### 3 各種教室

(1) ウォーキング教室

目的	1 多様なウォーキング方法の周知 2 冬の運動習慣定着のため室内でできる運動の周知		
場所	東御中央公園、保健センター		
講師	(公財) 身体教育医学研究所 指導員		
内容 ・ 実績		開催回数	延人数 (人)
	1 インターバル速歩教室 (7/20、8/22、10/15)	3回	11
	2 スロージョギング教室 (7/28、8/30、10/29、1/20、2/20、3/18)	6回	18
	3 ポールウォーキング教室 (7/12、8/5、10/1)	3回	14
	合計	12回	43



(2) 運動教室 《特定健診受診者を対象とした教室》

目的	生活習慣病予防のための運動習慣定着のきっかけづくり
内容	・室内でできる筋力トレーニング、ストレッチの紹介 場所:保健センター、ラヴェルテ、北御牧公民館、和コミュニティセンター、滋野コミュニティセンター 講師:(公財)身体教育医学研究所 指導員
実績	15回開催(6/30~3/22) 延べ 156人

#### 4 出前講座

健康保健課担当講座	利用団体	延人数(人)
No.28: Action 健康づくりウォーキング講座	2	33
No.29: Action からだ動かして、すっきり改善教室	11	376
No.33: Eat 今日からはじまる減塩生活	6	83
No.34: Eat・Action 糖を上げないコツ	1	24
No.35: Eat 健康に食べるってなあに?	3	60
No.36: おらほの地区の健康状況について	6	146
合計	29回	722

#### 5 健康教育としてのPR事業

実施日	イベント等	内容・実績
R4.9.23(金)~ 9.24(土)	巨峰の王国まつり	① ずくだすポイントキャンペーンカード配布 計20名 ② 減塩商品・パンフレット配布 計140名 ③ 血圧測定 計39名

#### 6 関係機関との連携

(1) 地域連携

市内5地区の健康づくり推進員会を始めとして、地域づくり支援員、地域づくりの会、地域の役員との連携を図りながら地域ごとの健康課題の学習会開催について、地区担当保健師が調整を行いました。

28年度から継続して実施していますが、健康づくり推進員会と地域づくり協議会と協働で学習会を実施し、地域の方々との関係づくりをはじめ、地域ごとの課題を知ってもらう一助となりました。

(2) 健康づくり動画の周知

新型コロナウイルス感染症の拡大防止に努め、また外出控えのための運動不足を解消するため、健康づくり動画を周知しました。

大勢が集まったの教室開催は困難でしたので、動画の周知を行いながら健康づくりについてホームページや広報等で周知しました。

## 6 「けんこうとうみ+10ミニッツ」事業

市は健康水準の向上と健康寿命の延伸による健康なまちづくりを実現するため、平成26年度から「けんこうとうみ+(ぶらす)10(てん)ミニッツ」事業を行っています。

市民が自らの健康をコントロールし、健康意識の向上を図ることを目的とし、日常生活を大きく変えず、気軽に健康づくりに取組めるよう、市の健康・観光資源を活用した事業を実施しています。

- (1) 対象者 市内に住所を有する4月1日で16歳以上の方
- (2) 実施期間 令和4年5月1日(日)～令和5年3月31日(金)
- (3) 事業委託先 公益財団法人 身体教育医学研究所
- (4) 事業実績

### ア プラス10ミニッツ事業

#### (ア)健康づくり講演会「ずくぞく講演会」

- ・日 時 令和4年10月14日(金)午後1時30分～3時00分
- ・場 所 東御市中央公民館 3階講堂
- ・演 題 「健康に食べよう！おさかなパワー ～EPAと速筋タンパク～」
- ・講 師 食品機能科学研究所 機能性素材開発課 内田健志 氏
- ・参加者数 52人

#### (イ)無料レンタルポールの設置

市民の健康づくりへの動機づけ、運動習慣の定着により、健康な街づくりを推進するため、市民の身近な場所へ3種類のウォーキングポール(100セット)を設置、貸し出しました。

○設置数：以下の市内12か所へ7セット

(健康保健課、第一体育館、中央公民館、各地区公民館(4)、市内温泉施設(4)、湯の丸高原ビジターセンター)

(公財)身体教育医学研究所へ16セット

○ポールの種類：

ポールウォーキング用ポール【PP】：安心歩き。ポールを前につくタイプ

ルックウォーク用歩行ポール【AP】：しっかり歩きタイプ

ルックウォーキング用ポール【NP】：ぐいぐい歩き、ポールを後ろにつくタイプ

#### (ウ)健康ウォーキングマップ

市内全15コースを市ホームページ上で閲覧しやすいよう整備しています。

## イ 健康マイレージ事業

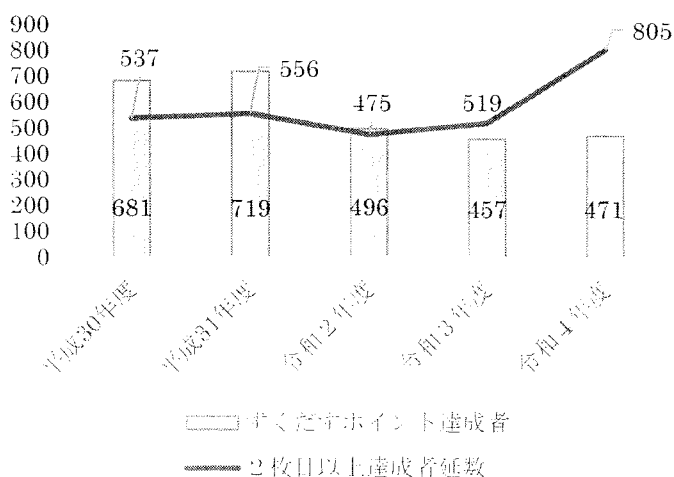
市が主催する健康づくり事業等へ参加し、ポイントを集めることにより、市民が気軽に健康づくりに取り組み、健康意識の向上を図ることを目的とし、事業参加者や希望者へポイントカード（ずくだすカード、百体観音湯の道カード）を配布、ポイントが満点(15点)となった方に景品を差し上げています。

令和4年度は満点カード1枚目と6枚目に日帰り温泉施設入浴券または市内道の駅の野菜購入補助券から1点、満点カード12枚目で市オリジナルバッジかエコバックを差し上げました。

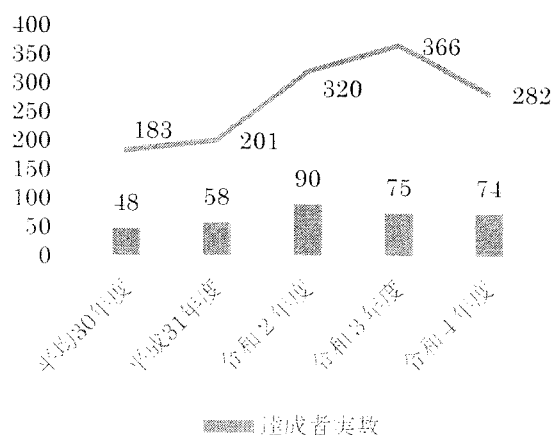
### 〈配布枚数・達成者状況〉

	平成30年度	平成31年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
ずくだすカード <sup>※</sup> 配布数(枚)	9,633	8,482	5,770	5,875	5,954
湯の道カード <sup>※</sup> 配布数(枚)	863	720	1,823	1,513	1,138
ポイント満点達成者数(人)	729	777	586	532	545
内訳	ずくだす 681 湯の道 48	ずくだす 719 湯の道 58	ずくだす 496 湯の道 90	ずくだす 457 湯の道 75	ずくだす 471 湯の道 74
2枚目以上の達成者延数(人)	720	757	795	885	1,087
内訳	ずくだす 537 湯の道 183 (実数ずくだす 213 湯の道 19)	ずくだす 556 湯の道 201 (実数ずくだす 179 湯の道 22)	ずくだす 475 湯の道 320 (実数ずくだす 104 湯の道 54)	ずくだす 519 湯の道 366 (実数ずくだす 84 湯の道 52)	ずくだす 805 湯の道 282 (実数ずくだす 166 湯の道 42)
ポイント満点達成者延数(人)	1,449	1,534	1,381	1,417	1,632
内訳	ずくだす 1,218 湯の道 231	ずくだす 1,275 湯の道 259	ずくだす 971 湯の道 410	ずくだす 976 湯の道 441	ずくだす 1,276 湯の道 356
湯の道カード <sup>※</sup> 横綱達成者	7	8	12	17	15

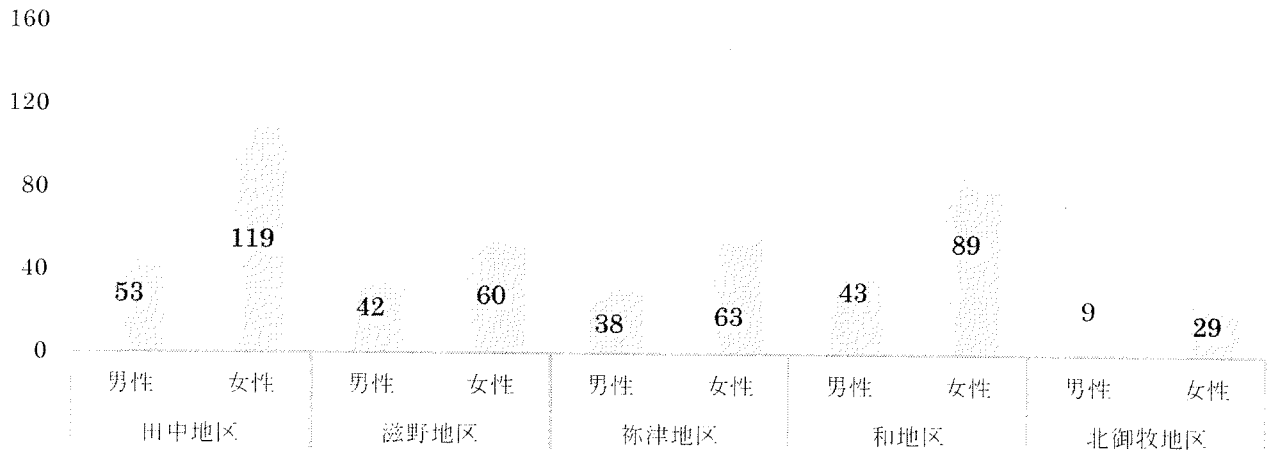
ずくだすカード達成者の推移(人)



湯の道カード達成者推移(人)



## ポイント満点達成者地区別人数



参考)

「ずくだすカード」は、市が主催する健康づくり事業（特定健診、各種がん検診、乳幼児健診、離乳食教室、研修会・講演会・健康教室、各種イベント等）へ参加することにより、ポイントを付与します。

「百体観音湯の道カード」は、ウォーキングに限定したカードで、歩いた距離に応じて自分で日付を記載しポイントとする、自己申告制のカードです。

なお、令和2年度から感染予防に努めながら健康づくりを実践できるよう、以下についてもポイントを付与することとしました。

「ずくだすカード」

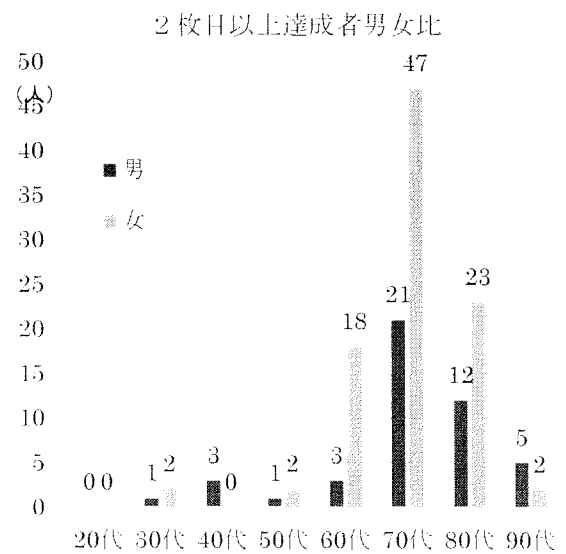
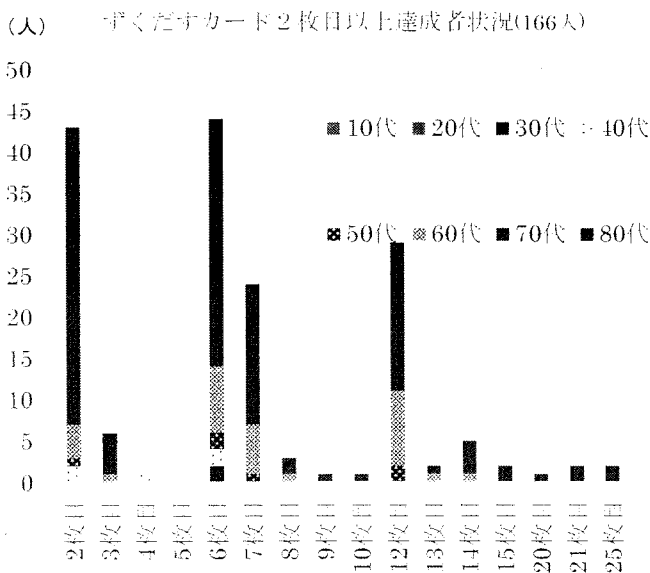
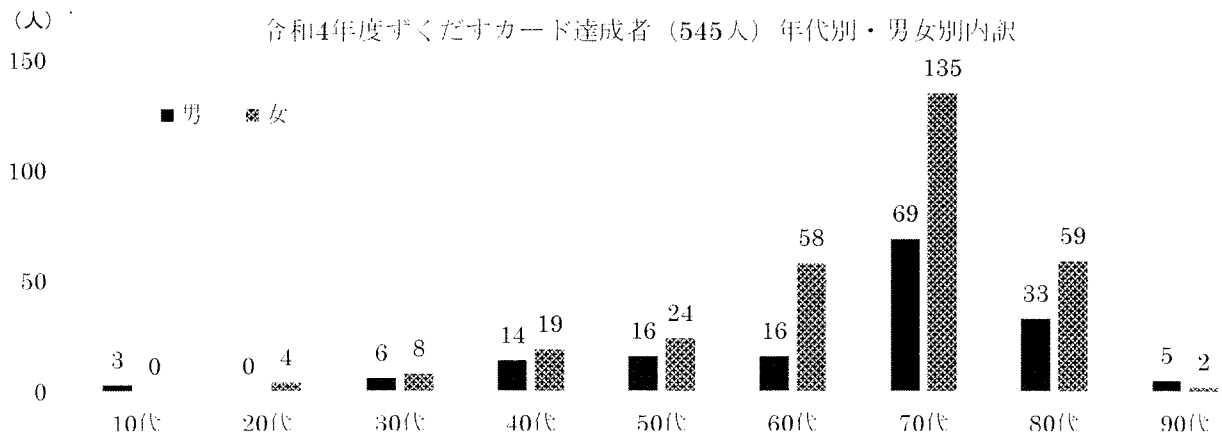
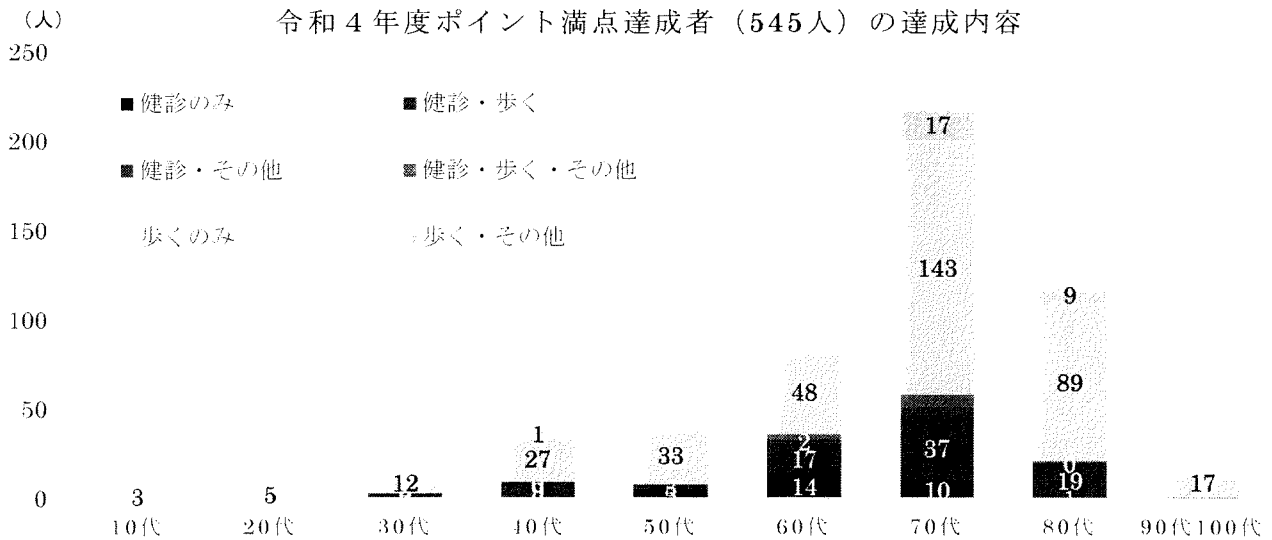
体を動かす活動であれば可とし、30分以上の運動で1日ひとマスまで、自分で日付を記入できる。

「湯の道カード」

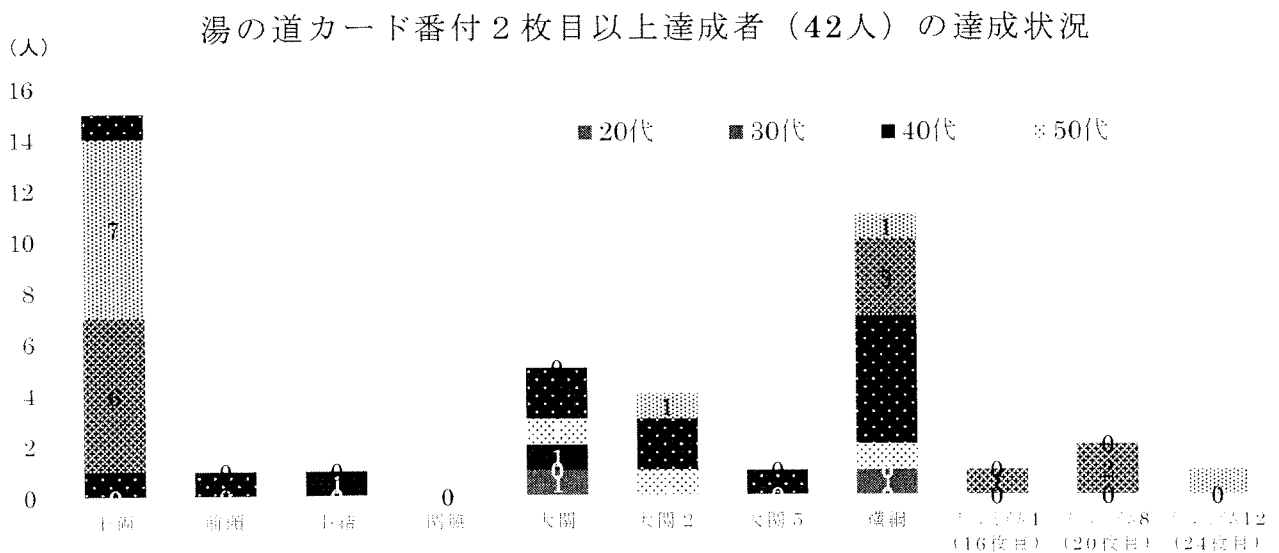
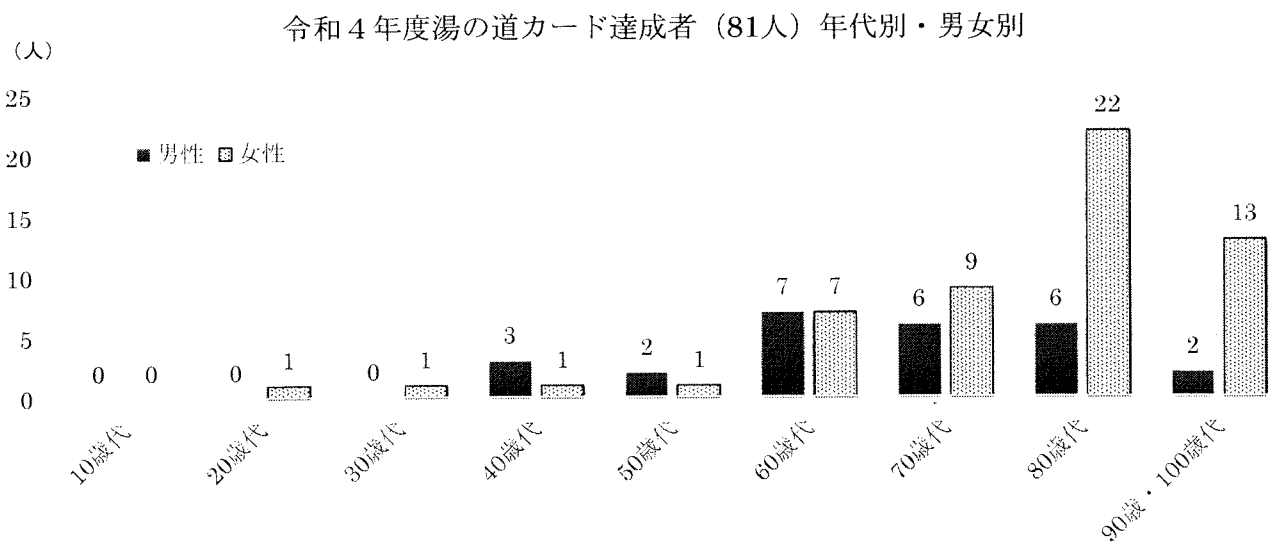
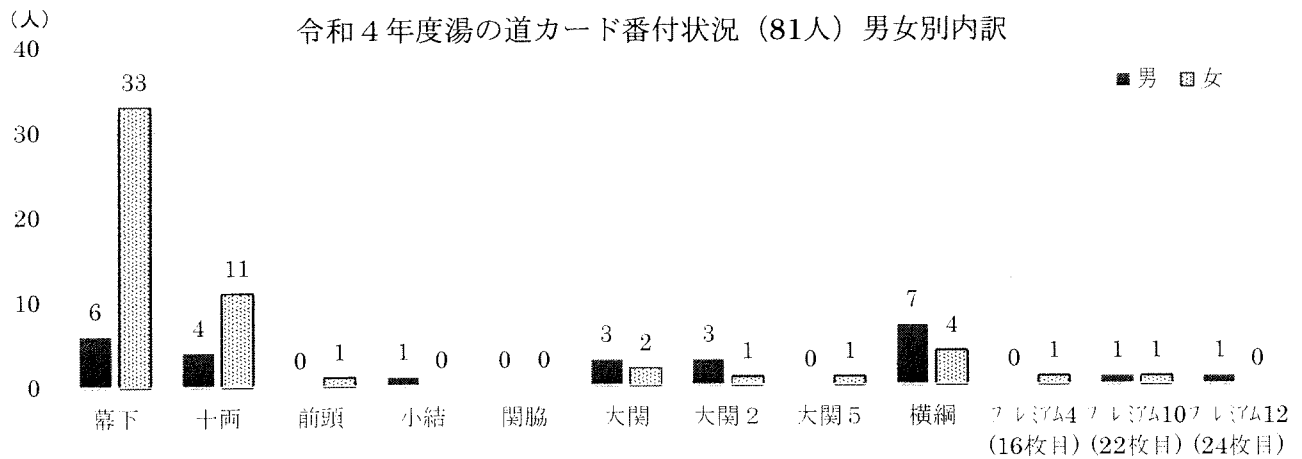
運動の種類はウォーキングに限り、15分のウォーキングで2マスとし、1日最大4マスまで記入できる。

# 資料1) 令和4年度健康マイレージ事業実績

## 1 ずくだすカードの達成状況



## 2 湯の道カード達成状況

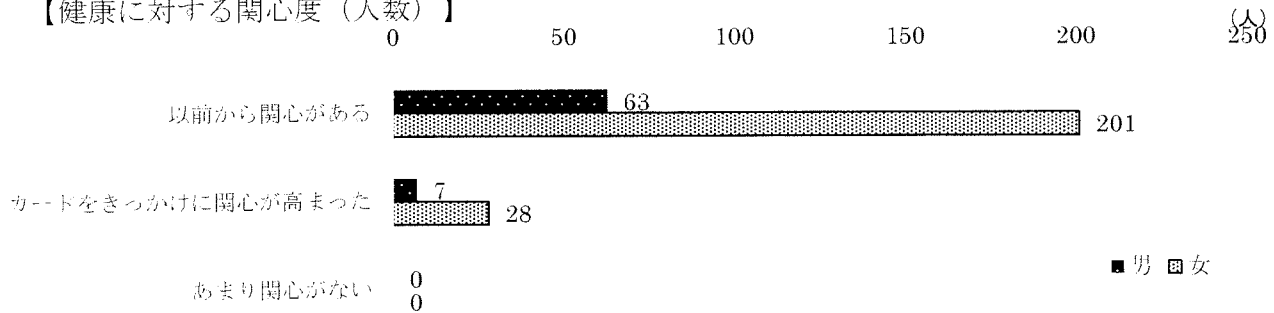


## 資料2) 令和4年度健康マイレージ達成者アンケート結果

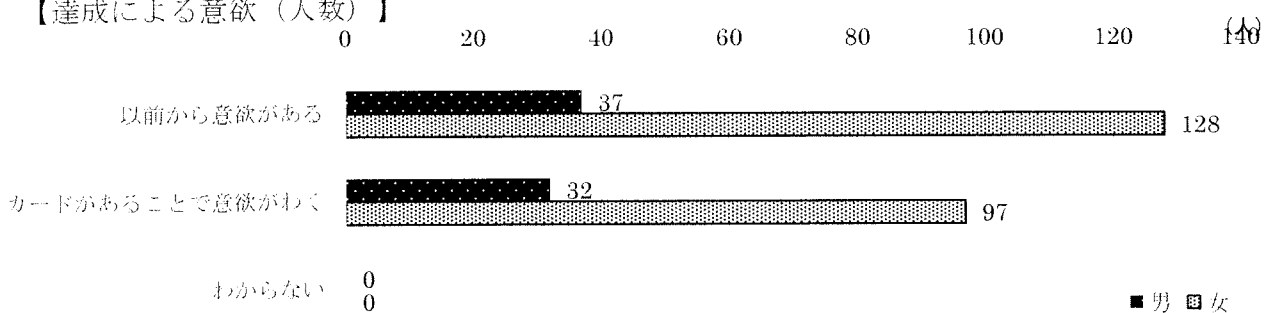
健康マイレージ事業(ずくだすポイント・湯の道カード)達成時に、アンケート調査を実施。

■ 達成者：545名 回答者：231名 (回答率 42.4%) (複数回答あり)

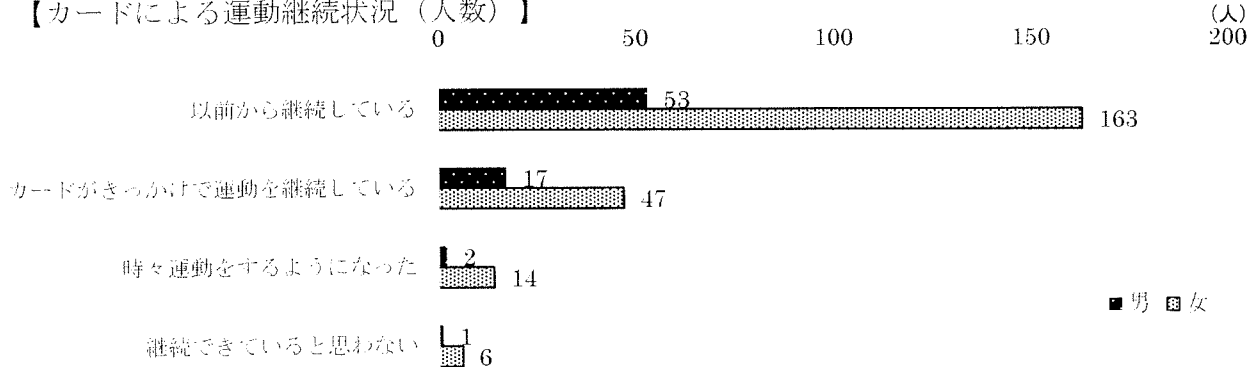
### 【健康に対する関心度(人数)】



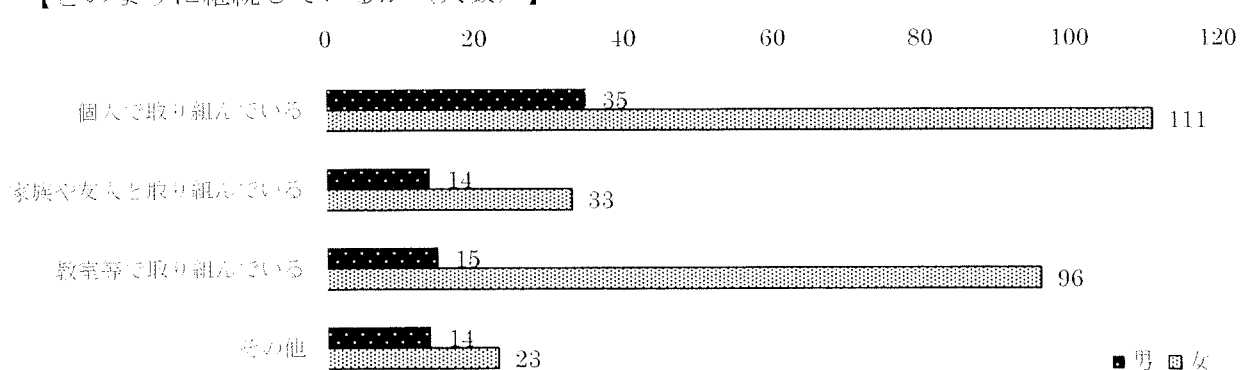
### 【達成による意欲(人数)】



### 【カードによる運動継続状況(人数)】



### 【どのように継続しているか(人数)】



## 7 健康づくり推進員会活動

令和3年4月1日より、「保健補導員」から「健康づくり推進員」へ名称変更して活動を行いました。

「自らの健康は自らつくる」意識の高揚と、区内及び地区内において健康増進の推進者として以下3つの活動を担い、市が委嘱しています。

- ①健康づくりについての学習をする
- ②学習内容を家族や区内及び地域内に広める
- ③市の保健事業へ協力する

会長：若林 里加子（滋野） 副会長：高野 文男（田中）

理事：各地区2名（地区正副会長）

会員：合計329名（田中：86名、滋野：67名、祢津：70名、和：53名、北御牧：53名）

### (1) 理事会

回数	1	2	3	4	5	6
日付	4月8日	5月12日	9月15日	11月17日	1月26日	3月23日
人数	9	9	8	8	8	7
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康づくり推進員の活動について</li> <li>・理事会名簿、スケジュール</li> <li>・理事役員選出</li> <li>・委嘱式スケジュールについて</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・委嘱式、第1回研修会の感想、検討事項</li> <li>・各地区活動の共有</li> <li>・回覧板現行の検討</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地区で健康づくり事業を推進するために</li> <li>・健康づくり講演会について</li> <li>・選出委員の活動について</li> <li>・研修会(DVD視聴)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習会「地区で健康づくり事業を推進するために」</li> <li>講師 長野県立大学大学院健康栄養科学研究科准教授 今村晴彦氏</li> <li>・グループワーク</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・活動報告</li> <li>・回覧板内容検討</li> <li>・引継事項</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>引継会</li> <li>・令和4年度理事会活動報告</li> <li>・令和5年度役員選出</li> </ul>

### (2) 広報活動

健康づくり推進員の活動を市民に広報するため、回覧板を3回作成し、全体研修会や理事会活動のほか、地区ごとのお知らせ(地域の講座等)を掲載し、地域で回覧しました。

### (3) 健康づくり推進員 に選出依頼された委員等

委員名	人数	事務局	担当理事
上小保健補導員等連絡協議会代議員(監事として)	2	上小保健補導員等連絡協議会	若林(滋野)・高野(田中)
東御市健康づくり推進協議会委員	1	健康保健課	町田(滋野)
食育推進市民会議委員	1	健康保健課	西村(和)
東御市介護保険運営協議会委員	1	福祉課	新林(北御牧)
東御市地域福祉計画推進委員	1	福祉課	田中(和)
生活支援協議体委員	1	福祉課	成澤(田中)
東御市国保運営協議会副会長	1	市民課	早武(北御牧)
東御市民病院運営委員会委員	1	東御市民病院	横江(祢津)
チャレンジデー実行委員	1	生涯学習課	小林(祢津)
(公財)身体教育医学研究所評議員選任等委員	1	(公財)身体教育医学研究所	高野(田中)

### (4) 全体研修会

日付	内 容	場 所	人数
4月21日	委嘱式・全体研修会「健康づくり推進員の活動を楽しもう！」	中央公民館	51
10月14日	「健康に食べよう！おさかなパワー ～EPAと速筋タンパク～」(健康づくり講演会)	中央公民館	44



## (5) 市外等研修会参加

日付	内 容	場 所	人数
10月7日	第48回長野県保健補導員等研究大会	塩尻市文化会館	0
10月24日	上小保健補導員等研究大会 *福祉センターにてDVD視聴	東御市総合福祉センター	30
	小県医師会健康フォーラム	中止	—
10月30日	上小いい歯の日フェスタ (歯科医院で表彰のみ実施)	後援のみ	—
	上小地域健康のつどい	中止	—

## (6) 地区活動

地区	日付	内 容	場 所	人数
田中	4月21日	地区推進委員会 (区会長のみ)	中央公民館	7
	8月31日	減塩学習会	中央公民館	13
	10月27日	田中地区の健康状況を学ぶ学習会	中央公民館	25
	2月4日	運動教室 (座位でのストレッチ)	中央公民館	9
	3月13日	新旧正副会長引継ぎ会	総合福祉センター	4
滋野	4月21日	地区推進委員会 (区会長のみ)	中央公民館	8
	7月15日	高血圧・減塩学習、太極拳風体操	滋野コミュニティーセンター	16
	11月10日	滋野地区の健康状況を学ぶ学習会	滋野コミュニティーセンター	20
	12月11日	骨ストレッチ、肥満学習会	滋野コミュニティーセンター	16
	3月13日	新旧引継ぎ会 会計監査	総合福祉センター	6
祢津	4月21日	地区推進委員会 (区会長のみ)	中央公民館	12
	6月10日	健康講話「人生会議とは」	祢津公民館	56
	7月23日	湯の丸高原ウォーキング	湯の丸高原	16
	8月10日	減塩学習会	保健センター	14
	10月8日	ポールウォーキング (西宮地域)	祢津公民館	25
	1月20日	祢津地区の健康状況を学ぶ学習会	祢津公民館	38
	3月23日	新旧引継ぎ会	保健センター	4
和	4月21日	地区推進委員会	中央公民館	11
	6月22日	地区推進委員会・減塩学習会	和コミュニティーセンター	5
	12月14日	和地区の健康状況を学ぶ学習会	和コミュニティーセンター	22
	1月21日	運動教室～骨ストレッチ～	和コミュニティーセンター	11
	3月13日	活動報告、新旧引継ぎ会	保健センター	24
北御牧	4月21日	地区推進委員会 (理事・区会長のみ)	中央公民館	13
	7月29日	北御牧地区の健康状況を学ぶ会	北御牧公民館	21
	9月30日	減塩学習会と運動教室 (ジョギングとストレッチ)	北御牧公民館	16
	11月27日	ポールウォーキング (明神池周辺)	北御牧公民館	6
	3月13日	新旧引継ぎ会	北御牧公民館	12

## (7) 協力事業

8、11月 胸部レントゲン検診補助

## (8) 地域づくりの会との協働事業

地区ごとに地域づくりの会と連絡を取るなど工夫し、共催等により各地区でのウォーキング教室や、地区ごとの健康課題の学習会を行いました。

## 8 上小保健補導員会等連絡協議会

令和3年度から青木村が事務局を担当しています。  
若林会長と高野副会長が幹事として参加しています。

	日付	内 容	場 所	人数等
研究大会	10月24日(月)	上小保健補導員等研究大会in東御	東御市総合福祉センター	30
役員会	5月27日(金)	第1回役員会(総会)及び研修会	青木村役場	市会長・担当保健師
	2月15日(水)	第2回役員会及び研修会	青木村役場	市会長・担当保健師
代表者会議 (三役会)	5月27日(金)	第1回代表者会議	青木村役場	市会長・担当保健師
	第2回	研究大会を各市町村で実施するため三役会は中止	—	中止
	第3回	(研究大会)各市町村で実施	—	中止
	2月15日(水)	第4回代表者会議	青木村役場	市会長・担当保健師
長野県保健補 導員会等連絡 協議会事業	6月9日(木)	代議員・支部事務担当者合同会議	長野県看護協会会館	上小会長・事務局
	7月20日(水)	市町村保健補導員等正副会長研修会	塩尻市文化会館	上小会長・事務局
	10月7日(金)	第48回長野県保健補導員等研究大会	塩尻市文化会館	市町村代表参加
	3月8日(水)	代議員・支部事務担当者合同会議	長野県看護協会会館	上小会長・事務局
依頼された会議	年4回	信州上小医療センター地域医療諮問委員会	信州上田医療センター	上小役員が交代で出席
保健師幹事会	1月6日(金)	保健師幹事会	青木村役場	担当保健師

## 9 保健補導員OB会活動

保健補導員・健康づくり推進員の任期終了後、「自分の健康は自分で守ろう」という目的で、自分のため、地域のために活躍している自主組織です。約10名の会員がさまざまな活動をしています。

活動内容： 定例会  
救急救命講習等のボランティア活動

## Ⅷ その他

### 1 保健センター利用状況

事業区分		利用件数	利用人数	備考
母子保健	乳幼児健診	54	1860	子+母（保護者）
	ママパパ学級	9	109	
	健康相談等	103	1118	健康相談、子育て相談他
	離乳食相談	24	466	
成人保健	がん検診	21	927	胃がん、子宮頸がん、乳がん
	J Aヘルス	3	203	健診・結果報告会
	健診結果報告会	10	66	特定健診等結果報告
	運動教室等	4	13	
	団体等集団健診	4	380	建設国保、協会健保
精神保健	こころの相談	27	47	ゲートキーパー、フォロー、WRAP
	講座等	13	110	
献血		3	92	受付者数
会議等		20	213	母子担当者、精神実務者他
予防接種		66	5396	コロナワクチン予防接種
栄養指導室		8	89	食改、社協、ママパパ
<b>合 計</b>		<b>369</b>	<b>11,089</b>	

### 2 人間ドック補助金等助成状況

(単位：人)

区 分 / 年 度	H27	H28	H29	H30	H31	R2	R3	R4
①人間ドック（国保）	758	750	702	728	667	582	625	621
②脳ドック（国保）	4	2	9	4	5	9	4	6
③後期高齢者	164	171	213	224	250	192	234	262

上記①～③について市内に住所のある 40 歳以上の者を対象に、以下の助成をしました。

- ① 東御市国民健康保険加入者の人間ドックは、半日：15,000 円、1 日：20,000 円、特定健康診査：5,000 円助成（内訳：償還払い 90 人 受領委任払い 531 人）
- ② 東御市国民健康保険加入者の脳ドックは、一律 13,000 円助成（H27 年度から）
- ③ 後期高齢者：一律 10,000 円（内訳：償還払い 19 人 受領委任払い 243 人）

### 3 健康づくり推進協議会

市民の健康づくりに関する重要事項を調査審議するとともに、総合的な健康づくり施策を積極的に推進するための協議会です。

開催日	協議事項	出席 (委員 18 名中)
令和 4 年 8 月 25 日	(1)市健康づくり計画等進捗状況について (2)健康づくりに関する意見等について	17 名

### 4 献血推進

市内事業所等の協力を得て、移動採血車による献血を実施しました。

実施場所	R3		R4	
	延べ回数	献血者数	延べ回数	献血者数
中央公民館	2	91	1	50
保健センター	1	28	3	92
協力事業所（事業所数）	14(11)	407	16(9)	489
計	17	526	20	631



長野県 PRキャラクター「アルクマ」

©長野県アルクマ

## 令和4年度東御市保健衛生

令和5年7月発行

〒389-0502

長野県東御市鞍掛197 総合福祉センター内  
東御市 健康福祉部 健康保健課