

2023

令和 5 年度

東御市保健衛生

東御市健康福祉部健康推進課

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、家族みんなで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	152 件	6 件	3 件	161 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、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）	2,362 枚	1,873 回
追加検査（5 回）	843 枚	722 回
超音波検査（4 回）	671 枚	600 回
県外医療機関受診者		7 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。令和 5 年度から自己負担を無料としました。

年度	受診券発行	受診者数	備考（受診券発行のうち）
R3	183 枚	64 人	転入者 9
R4	177 枚	68 人	転入者 9
R5	168 枚	62 人	転入者 7

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）
R3	30	33	85	148（134 うち妊婦 131 産婦 3）
R4	100	38	24	162（107）
R5	126	15	12	153（91 うち妊婦 90 産婦 1）

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	150	46	30.6%	25.0%
うち初産婦	69	43	62.3%	48.3%
家 族	—	44	—	—
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 35 人（内家族 11 人） （内1回8月5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るため、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2週間・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2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。2週間健診を令和5年度から助成対象としました。

健診・検査	受診票発行数	年度中受診数
産婦健康診査（2回）	350 枚	279 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）を実施しています。

年度	訪問数		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)
		(うち他市へ依頼)		
R 3	181	(7)	7	40 (22.1%)
R 4	174	(4)	7	34 (19.2%)
R 5	163	(2)	10	24 (14.4%)

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 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
R 5	宿泊	13 人	36 泊
	通所	86 人	延べ 217 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>

R6.4.15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	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
	5	157	153	97.5	25	16.3	2	1.3	87.5
10か月児	3	188	182	96.8	16	8.8	0	-	-
	4	174	170	97.7	21	12.4	0	-	-
	5	175	174	99.4	35	20.1	4	2.2	100.0
1歳6か月児	3	210	198	94.3	25	12.6	0	-	-
	4	205	204	99.5	42	20.6	2	1.0	50.0
	5	175	176	100.6	50	28.4	4	2.3	25.0
3歳児	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
	5	216	216	100.0	58	26.9	25	11.6	88.0

・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	3	210	198	94.3	0.0	100.0
	4	205	204	99.5	0.0	100.0
	5	175	176	100.6	0.0	100.0
2歳児歯科	3	216	187	86.6	3.7	96.3
	4	210	165	78.6	4.2	95.8
	5	187	165	88.2	0.6	99.4
3歳児	3	215	208	96.7	8.7	91.3
	4	230	227	98.7	7.0	93.0
	5	216	216	100.0	7.4	92.6

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 3	0	0	0
R 4	4	8	921,569
R 5	2	2	209,890

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 3	ごっくん（満5か月児）	139	87	62.6	9回開催 ※コロナのため
	もぐもぐ（満7か月児）	149	88	59.1	
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	
R 5	ごっくん（満5か月児）	166	111	66.9	12回開催
	もぐもぐ（満7か月児）	170	106	62.4	

13 相談事業（健康相談・心理相談・言語相談）

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 51 回	乳児：延 349 人 幼児：延 215 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 104 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 55 人
言語相談	言語聴覚士	ことばに関する相談	計 23 回	延 44 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）		不妊 (件)	不育症（人）		補助額 (円)
		交付	うち新規		交付	うち新規	
R 3	3	24	12	—	0	0	1,772,489
R 4	7	8	1	9	0	0	932,286
R 5	13	7	4	13	1	1	2,305,946
H18～R5 年度累計：補助 243 件（実 146 人）・子の出生 86 人、出産予定 5 人							

（R 6.3 月末現在）

15 切れ目ない支援の実施

（1）関係者会議の開催・出席

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事業検討や連携を図るための話し合いを年 3 回実施。

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 1 回／月実施。

ウ 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。市内公立 5 園にて実施。

エ 関係各課の会議への出席

子ども家庭支援課 要保護児童対策協議会、子どもサポート運営委員会、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：51 名

イ 医ケア等医療・福祉関係フォロー

ウ 子ども家庭支援課・福祉課・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、子ども家庭支援課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 24 人

(内訳：身体的虐待 1・心理的虐待 4・ネグレクト 6・養護 4・その他 9)

(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した。(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。)

	支給時期	R 5 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 162 人
子育て応援給付金	乳児全戸家庭訪問時	延べ 159 人

(7) 低所得の妊婦に対する初回産科受診料支援事業 (R 5 年度から)

低所得の妊婦の経済的負担の軽減を図るとともに、状況を継続的に把握し、必要な支援につなげるため、初回産科受診料の助成を行う。

年度	支給時期	支給件数
R 5	妊娠の届出、母子健康手帳交付時	3 人

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ことから、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R6.5.31現在の受診確認状況）

- ・特定健診（40～74歳東御市国保加入者） 1,924人
（特定健診1,335人：個別993+JAヘルス342、人間ドック589人：受領委任491+補助金98）
- ・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） 849人
（後期高齢者健診538人：個別447+JAヘルス91 人間ドック311人：受領委任292+補助金19）
- ・健康診査（19～39歳の申込者） 106人（国保44人・国保以外62人）
- ・健康診査（被生活保護世帯で申込者） 4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。

- ・特定健診受診券発行件数 4,120件（再発行件数：25件、追加発行件数：357件）
- ・後期高齢者健診受診券発行件数 755件（再発行件数：7件、追加発行件数：61件）
- ・健康診査受診券発行件数 395件（再発行件数：1件、追加発行件数：30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 3	253人	61人	6人
R 4	341人	67人	6人
R 5	342人	91人	16人

実施日	場所
11月8日～10日	保健センター
11月13日	ラ・ヴェリテ
12月14日	北御牧公民館
令和6年2月5日	和コミュニティセンター
令和6年2月9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208人）、眼底検査（受診者数110人）
- ④ 二次健診：糖負荷検査（受診者数/対象者数 2人/16人）
頸動脈エコー検査（受診者数/対象者数 2人/14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：135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25人のうち23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100人のうち89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243人のうち119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、初回面接実施後3ヵ月以上経過後に、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 1,932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 3	126人
R 4	131人
R 5	147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 3	86人
R 4	148人
R 5	147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 3	49人
R 4	44人
R 5	178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 3	8人
R 4	51人
R 5	151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

たんぱ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	78人
健診等受診し経過を追っている人数	78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	220 人
保健指導実施者数	95 人

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	397	1,162
管理栄養士が実施した相談	401	740

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。

(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～令和5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月に中間評価、令和5年度は最終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、東御市民病院、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】22人 【重症化予防】19人 【健康状態不明】56人
歯科衛生士による個別相談・指導 4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55箇所において累計868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5年度中に30・40・50・60・70歳になる市民 対象者1,758名
- 検診料金 500円
- 実施期間 令和5年5月1日から令和6年2月29日まで
- 実施医療機関 市内歯科医療機関（10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)

	H31年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
男	38	51	43	39	50
女	92	91	77	73	54
合計	130	142	120	112	104
対象者	1,934	1,940	1,830	1,832	1,758
受診率	6.7%	7.3%	6.6%	6.1%	5.9%

(3) 令和5年度検診結果

(人)

(人)

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	4	128	3.1%	0	1	3	2	4	2
	女	3	109	2.8%	1	1	1	2	2	0
40歳	男	2	157	1.3%	1	0	1	1	1	0
	女	12	155	7.7%	3	1	8	7	10	3
50歳	男	8	227	3.5%	0	4	4	3	7	1
	女	15	203	7.4%	2	5	8	11	12	2
60歳	男	9	198	4.5%	1	1	7	5	8	6
	女	14	165	8.5%	3	2	9	7	9	5
70歳	男	27	230	11.7%	1	3	23	19	25	9
	女	10	186	5.4%	0	2	8	6	9	2
合計	男	50			3	9	38	30	45	18
	女	54			9	11	34	33	42	12
総計		104	1758	5.9%	12	20	72	63	87	30

対象者1,758人のうち、受診者は104人で受診率は5.9%と低い状況です。

年齢・性別でみると、70歳男性の受診率が11.7%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11.5%と低く、約7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25.0%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 : 734人
- 検診料金 : 1,500円
- 実施期間 : 令和5年8月7日(月)、8月10日(木)、8月17日(木)、9月8日(金)、10月30日(月)、11月6日(月)、12月4日(月)、令和6年1月11日(木)
- 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(※瘢痕を含む)								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	11	10	1	1	0	0	0	1	(1)	0	0	0	0
	女	30	29	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
45～49	男	18	18	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	20	19	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0
50～54	男	23	22	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
	女	34	33	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
55～59	男	19	19	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	23	23	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64	男	17	16	1	1	0	0	0	1	(1)	0	0	0	0
	女	23	23	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
65～69	男	42	41	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	42	40	2	2	0	0	0	1	1	0	0	0	0
70～74	男	42	33	9	6	0	0	0	3	2	1	0	0	3
	女	34	33	1	1	0	0	0	1	0	(1)	0	0	0
75～79	男	32	32	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	23	22	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
合計	男	204	191	13	9	0	0	0	6	2(2)	1	0	0	4
	女	229	222	7	7	0	0	0	4	2	(1)	0	1	0
総計		433	413	20	16	0	0	0	10	4(2)	1(1)	0	1	4

※令和6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 : 160人
- 検診料金 : 5,000円
- 実施期間 : 令和5年6月1日～令和6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(※癥痕を含む)							
			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	3	0	0	0	3	(1)	0	0	0
	女	2	0	0	0	1	1(1)	0	0	0
55歳	男	2	0	0	0	2	0	0	0	0
	女	1	0	0	0	0	1	0	0	0
60歳	男	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	4	0	0	0	2	2	0	0	0
65歳	男	2	0	0	0	1	0	0	0	1
	女	5	0	0	0	3	1(1)	0	0	1
70歳	男	4	0	0	0	2	1	0	0	1
	女	9	0	0	0	3	1	3	0	2
75歳	男	2	0	0	0	2	(1)	0	0	0
	女	3	0	0	0	1	0	0	0	2
合計	男	13	0	0	0	10	1(2)	0	0	2
	女	24	0	0	0	10	6(2)	3	0	5
総計		37	0	0	0	20	7(4)	3	0	7

※令和6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6年3月末現在		令和6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
20	15	75.0%	16	80.0%

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5年6月1日～令和6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

		H31年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
受診者数		1, 296	1, 243	1, 241	1, 036	1, 192
異常なし		1, 209	1, 170	1, 157	983	1, 141
要精密検査者数		87	73	84	53	51
精密検査結果	大腸がん	1	1	4	2	3
	ポリープ	27	20	31	25	22
	大腸憩室	3	1	2	3	1
	肛門疾患	5	6	6	3	6
	その他	1	1	2	2	2
	診断未記入	1	1	0	1	0
	異常なし	21	13	15	6	5
	未受診者	28	30	24	24	12

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	12	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	35	35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
45～49	男	13	12	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
	女	42	39	3	3	0	2	0	1	0	0	0	0
50～54	男	20	19	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
	女	51	46	5	4	0	2	0	1	0	0	1	1
55～59	男	22	22	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	45	42	3	1	0	0	0	0	0	0	1	2
60～64	男	31	30	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
	女	75	74	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
65～69	男	64	60	4	4	0	3	0	0	1	0	0	0
	女	144	143	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
70～74	男	93	90	3	1	1	0	0	0	0	0	0	2
	女	177	171	6	6	0	4	0	2	0	0	0	0
75～79	男	87	78	9	6	0	4	0	0	1	0	1	3
	女	124	119	5	5	1	1	0	1	0	0	2	0
80以上	男	67	62	5	3	0	2	0	1	0	0	0	2
	女	90	87	3	2	1	0	1	0	0	0	0	1
合計	男	409	385	24	17	1	12	0	1	2	0	1	7
	女	783	756	27	22	2	10	1	5	0	0	4	5
総計		1192	1141	51	39	3	22	1	6	2	0	5	12

※令和6年4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6年3月末現在		令和6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
51	39	76.5%	39	76.5%

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った、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JA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713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5年6月1日～令和6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5年6月28日、7月10日、9月15日、11月1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

		H31年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
受診者数		415	399	410	392	364
異常なし		342	360	364	348	320
要精密検査者		73	39	46	44	44
精密検査結果	肺がん	0	1	1	0	0
	肺がん疑い	4	4	5	0	0
	肺結核治癒 (H27～陳旧性炎症性変化を含む)	9	1	3	1	7
	その他呼吸器疾患	22	9	17	19	17
	循環器疾患	0	1	0	1	3
	その他の疾患	3	2	2	7	3
	異常なし	18	3	7	6	2
	未受診者	17	18	11	10	12

※令和6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	
精密検査 対象者の 内訳	肺がん疑い	0	0	3	8	0	1	1	5
	その他呼吸器疾患疑い	0	0	2	6	0	0	1	4
	循環器疾患疑い	0	0	0	0	3	0	0	1
	その他の疾患疑い	0	0	1	3	0	2	0	3
	合計	0	0	6	17	3	3	2	13

※令和6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	12	11	1	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	20	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0
45～49	男	13	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	36	35	1	0	0	0	0	0	0	0	1
50～54	男	17	16	1	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	28	26	2	2	0	0	2	0	0	0	0
55～59	男	19	17	2	2	1	0	0	1	0	0	0
	女	32	28	4	3	0	0	1	1	0	1	1
60～64	男	15	14	1	1	0	0	0	1	0	0	0
	女	27	23	4	2	0	0	0	1	0	1	2
65～69	男	30	25	5	3	1	0	0	1	0	1	2
	女	33	30	3	3	0	0	2	1	0	0	0
70～74	男	10	9	1	1	0	0	0	1	0	0	0
	女	12	10	2	1	0	0	0	1	0	0	1
75～79	男	11	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	30	21	9	7	0	0	1	5	1	0	2
80以上	男	13	8	5	4	0	0	0	2	2	0	1
	女	6	3	3	3	0	0	1	2	0	0	0
合計	男	140	124	16	11	2	0	0	6	2	1	5
	女	224	196	28	21	0	0	7	11	1	2	7
総 計		364	320	44	32	2	0	7	17	3	3	12

※令和6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	4	3	1	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	7	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0
45～49	男	6	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	15	14	1	0	0	0	0	0	0	0	1
50～54	男	11	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	10	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0
55～59	男	15	13	2	2	1	0	0	1	0	0	0
	女	17	13	4	3	0	0	1	1	0	1	1
60～64	男	8	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	15	11	4	2	0	0	0	1	0	1	2
65～69	男	17	13	4	2	1	0	0	0	0	1	2
	女	19	16	3	3	0	0	2	1	0	0	0
70～74	男	6	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	6	5	1	1	0	0	0	1	0	0	0
75～79	男	7	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	16	9	7	5	0	0	1	3	1	0	2
80以上	男	6	3	3	2	0	0	0	0	2	0	1
	女	3	0	3	3	0	0	1	2	0	0	0
合計	男	80	70	10	6	2	0	0	1	2	1	4
	女	108	85	23	17	0	0	5	9	1	2	6
総 計		188	155	33	23	2	0	5	10	3	3	10

※令和6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	8	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	13	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0
45～49	男	7	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	20	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0
50～54	男	6	5	1	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	18	16	2	2	0	0	2	0	0	0	0
55～59	男	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	15	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64	男	7	6	1	1	0	0	0	1	0	0	0
	女	12	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0
65～69	男	13	12	1	1	0	0	0	1	0	0	0
	女	14	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0
70～74	男	4	3	1	1	0	0	0	1	0	0	0
	女	6	5	1	0	0	0	0	0	0	0	1
75～79	男	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	14	12	2	2	0	0	0	2	0	0	0
80以上	男	7	5	2	2	0	0	0	2	0	0	0
	女	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計	男	60	54	6	5	0	0	0	5	0	0	1
	女	115	110	5	4	0	0	2	2	0	0	1
総 計		175	164	11	9	0	0	2	7	0	0	2

※令和6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6年3月末現在		令和6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	31	70.5%	32	72.7%

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。

(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 927名 集団検診 235名
- 検診料金：個別…2,000円、集団…1,500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5年5月1日～令和6年2月29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5年7月12日、8月3日、9月20、10月27日、12月1日、令和6年2月8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5年度対象者 106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5年度対象者は、令和6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

	H31年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
細胞診検査受診者数	898	895	843	793	782
異常なし	884	887	821	781	769
要精密検査者	14	8	22	12	13
腫瘍上皮内※					
CIN1	1	0	2	0	2
CIN2	1	2	2	3	4
CIN3 (上皮内癌含む)	2	1	3	2	0
子宮頸がん (上皮内癌以外)	0	0	0	0	0
その他	1	0	0	1	0
異常なし	4	2	9	2	5
未受診者	5	3	6	4	1
子宮頸がん無料クーポン 検診対象者	134	128	105	136	106
子宮頸がん無料クーポン 検診受診者(再掲)	12	14	6	7	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 S上皮内癌)	SCC (扁平上皮癌)	AGC(腺異形、 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	36	35	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
30～34	36	36	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
35～39	42	41	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
40～44	76	72	2	1	0	1	0	0	0	0	0	4	4	0	0	0	3	0	0	1	0
45～49	62	59	1	0	1	1	0	0	0	0	0	3	2	0	0	0	0	0	0	2	1
50～54	100	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
55～59	69	68	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64	97	96	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0
65～69	74	74	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
70～74	104	102	0	0	2	0	0	0	0	0	0	2	2	0	1	1	0	0	0	0	0
75～79	42	42	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
80以上	23	23	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
総計	782	769	6	1	4	2	0	0	0	0	0	13	12	0	1	2	4	0	0	5	1

※令和6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6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	H31年度		R2年度		R3年度		R4年度		R5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)	134	12	128	14	105	6	136	7	106	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)	ASC-US	ASC-H	LSIL (軽度)	HSIL(中等度 上皮内癌)	SCC (扁平上皮癌)	AGC(腺異形、 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	36	35	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
30～34	27	27	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
35～39	28	28	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
40～44	56	53	2	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	0	0	0	2	0	0	1	0
45～49	46	44	1	0	1	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0	0	2	0
50～54	77	77	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
55～59	58	57	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64	71	71	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
65～69	47	47	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
70～74	62	62	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
75～79	29	29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
80以上	14	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
総計	572	565	5	1	1	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0	0	2	0	0	5	0

※令和6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)	ASC・US	ASC・H	LSIL (軽度)	HSIL(中等度 上皮内癌)	SCC (扁平上皮癌)	AGC(腺異形、 腺癌疑い)	AIS (上皮内腺癌)	Adenocarcinoma (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	0
25～29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
30～34	9	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
35～39	14	13	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
40～44	20	19	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
45～49	16	15	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
50～54	23	23	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
55～59	11	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64	26	25	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0
65～69	27	27	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
70～74	42	40	0	0	2	0	0	0	0	0	0	2	2	0	1	1	0	0	0	0	0	0
75～79	13	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
80以上	9	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
総計	210	204	1	0	3	2	0	0	0	0	0	6	5	0	1	2	2	0	0	0	0	1

※令和6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6年3月末現在		令和6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
13	11	84.6%	12	92.3%

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。

（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…605人 集団検診…242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
- 検診期間と場所

個別検診	期間	令和5年5月1日～令和6年3月31日
	場所	東御市民病院
集団検診	期間	令和5年7月3日、9月28日、10月4日、11月14日、令和6年1月22日、3月1日
	場所	和コミュニティーセンター、滋野コミュニティーセンター、保健センター

○乳がん無料クーポン検診令和5年度対象者 174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5年度対象者は、令和6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

	H31年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
受診者数	705	658	662	654	642
異常なし	644	587	586	612	620
要精密検査者	61	71	76	42	22
精密検査結果	乳がん	2	1	0	2
	繊維腺腫	0	4	3	1
	乳腺症	4	2	5	1
	のう胞	7	4	10	1
	その他	5	11	11	2
	異常なし	34	30	39	10
	未受診者	9	19	8	2
乳がん無料クーポン検診対象者	189	171	161	150	174
クーポン検診受診者（再掲）	43	37	26	39	37

※令和6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	98	90	8	7	0	0	0	1	2	4	1
45～49	58	56	2	2	0	1	0	0	0	1	0
50～54	105	103	2	2	1	0	0	0	0	1	0
55～59	51	49	2	1	0	0	0	0	0	1	1
60～64	86	83	3	3	1	0	0	0	0	2	0
65～69	70	66	4	1	0	0	0	0	0	1	3
70～74	106	106	0	0	0	0	0	0	0	0	0
75～79	43	42	1	1	0	0	1	0	0	0	0
80以上	25	25	0	0	0	0	0	0	0	0	0
総計	642	620	22	17	2	1	1	1	2	10	5

※令和6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	37	33	4	3	0	0	0	0	1	2	1

※令和6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	H31年度		R 2 年度		R 3 年度		R 4 年度		R 5 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	189	43	171	37	161	26	150	39	174	37

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	66	63	3	2	0	0	0	0	1	1	1
45～49	29	27	2	2	0	1	0	0	0	1	0
50～54	69	67	2	2	1	0	0	0	0	1	0
55～59	40	38	2	2	0	0	0	0	1	1	0
60～64	57	54	3	3	1	0	0	0	0	2	0
65～69	49	47	2	1	0	0	0	0	0	1	1
70～74	64	64	0	0	0	0	0	0	0	0	0
75～79	29	29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
80以上	14	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0
総計	417	403	14	12	2	1	0	0	2	7	2

※令和6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

精検受診者の結果内訳												精密検査 未受診者数
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	乳がん	線維腺腫	乳腺症	のう胞	その他	異常なし		
40～44	32	27	5	5	0	0	0	1	1	3	0	
45～49	29	29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
50～54	36	36	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
55～59	11	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
60～64	29	29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
65～69	21	19	2	0	0	0	0	0	0	0	2	
70～74	42	42	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
75～79	14	13	1	1	0	0	1	0	0	0	0	
80以上	11	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
総計	225	217	8	6	0	0	1	1	1	3	2	

※令和6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6年3月末現在		令和6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
22	12	54.5%	18	81.8%

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	172	135	78. 5%
		2 回目		172	131	76. 2%
	ロタテック	1 回目	出生 6 週～32週	172	14	8. 1%
		2 回目		172	16	9. 3%
		3 回目		172	17	9. 9%
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)	152	152	100. 0%
		2 回目		152	151	99. 3%
		3 回目		163	168	103. 1%
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)	172	149	86. 6%
		2 回目		172	150	87. 2%
		3 回目		172	161	93. 6%
		追 加		176	153	86. 9%
小児用肺炎球菌		1 回目	生後 2 か月～5 歳に至るまで	172	150	87. 2%
		2 回目		172	149	86. 6%
		3 回目		172	162	94. 2%
		追 加		176	155	88. 1%
四 種 混 合		1 回目	生後 3 か月～7 歳半に至るまで	172	162	94. 2%
		2 回目		172	164	95. 3%
		3 回目		172	172	100. 0%
		追 加		176	181	102. 8%
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)	163	167	102. 5%

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	176	156	88.6%
	2 期	小学校入学前の1 年間	233	214	91.8%
水 痘	初 回	1 歳～3 歳に至るまで	176	159	90.3%
	追 加		199	156	78.4%
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	247	237	96.0%
	2 回目		256	248	96.9%
	追 加		226	243	107.5%
	2 期	標準は9 歳～13 歳未満 1 期終了者で希望者	260	309	118.8%
二 種 混 合		11 歳以上13 歳未満	265	201	75.8%
子 宮 頸 がん	1 回目	小6～高1 年齢相当 (期間中2 回または3 回接種)	648	113	17.4%
	2 回目		648	53	8.2%
	3 回目		648	25	3.9%
	1 回目	キャッチアップ接種 平成9 年度～平成18 年度生まれ の接種未完了者 (期間中3 回接種)	836	59	7.1%
	2 回目		836	57	6.8%
	3 回目		836	71	8.5%
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	9,615	6,052	62.9%
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	1,295	386	29.8%

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5年度申請者数：0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5年度申請者数：4名（ロタウイルス1件、B型肝炎1件、ヒブ1件、小児用肺炎球菌1件、四種混合1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の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。	2,046	108	5.3%
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	58	22	37.9%

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。）5,961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28日から9月1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4年度			令和5年度		
	男 性	女 性	合 計	男 性	女 性	合 計
受 診 者 数	647	946	1,593	665	939	1,604
異 常 な し	542	836	1,378	535	779	1,314
要 観 察	91	86	177	111	133	244
要精密検査対象者	14	24	38	19	27	46
要精密検査対象者の内訳 (再掲)	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	4	7	10	8	18
	循環器疾患疑い	0	0	0	1	1
	他 疾 患 疑 い	0	0	0	0	0
	腫 瘍 疑 い	10	17	9	18	27
精密検査未受診者	3	7	10	5	10	15

（2）令和5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	肺原がん性	肺転がん性	悪性腫瘍その他	肺がん疑い	AAH疑い	肺結核腫	肺結核疑い	肺結核治癒	その他
65～69	男	84	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	167	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
70～74	男	186	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	276	7	6	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5
75～79	男	161	4	2	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
	女	228	11	6	2	0	0	0	0	0	0	0	0	4
80以上	男	234	14	12	1	0	0	0	3	0	0	0	0	8
	女	268	9	6	1	0	0	0	0	0	0	0	0	5
合計	男	665	19	14	1	0	0	0	4	0	0	0	0	9
	女	939	27	18	3	0	0	0	0	1	0	0	0	14
総計		1,604	46	32	4	0	0	0	4	1	0	0	0	23

※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：6人（令和5年12月31日現在） 新発生：3人（令和5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
【国・県】 5月8日	新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが、季節性インフルエンザと同じ「5類感染症」に変更されました。 これまでは法律に基づき、国や行政から行動制限等の様々な要請・関与がありました。 これからは、個人の選択を尊重し、市民が自主的に判断して感染防止に取り組むこととなります。

(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	◆継続するワクチン接種 ◇12歳以上の方の初回接種（1・2回目） ◇子どものワクチン接種 ・乳幼児（生後6か月～4歳）初回接種（1～3回目） ・小児（5歳～11歳）初回接種（1・2回目） 追加接種（3回目）
5月15日～	春接種 初回接種（1・2回目接種）を終了した高齢者（65歳以上） ・基礎疾患を有する方（12～64歳）医療従事者等 ・小児（5歳～11歳）春接種（基礎疾患を有する方）
9月20日～	秋接種 初回接種を終了したすべての方 ◇子どものワクチン接種 ・乳幼児（生後6か月～4歳）追加接種（4回目） ・小児（5歳～11歳）追加接種（4回目）
3月31日	特例臨時接種終了

イ 令和5年度末時点の接種済率

(R 6. 3. 31現在)

対象者人口		1回目		2回目		3回目		4回目	
R 6. 3. 31現在		人数	率 (%)	人数	率 (%)	人数	率 (%)	人数	率 (%)
年齢	A	B	B/A	C	C/A	D	D/A	E	E/A
0～5ヵ月	77								
6ヵ月～4	770	59	7.7%	56	7.3%	52	6.8%	20	2.6%
05～11	1,661	412	24.8%	396	23.8%	228	13.7%	79	4.8%
12～19	2,137	1,564	73.2%	1,560	73.0%	1,108	51.8%	498	23.3%
20～29	2,410	1,682	69.8%	1,677	69.6%	1,273	52.8%	532	22.1%
30～39	2,915	2,131	73.1%	2,122	72.8%	1,640	56.3%	777	26.7%
40～49	3,788	3,167	83.6%	3,156	83.3%	2,586	68.3%	1,478	39.0%
50～59	3,928	3,444	87.7%	3,437	87.5%	3,088	78.6%	2,163	55.1%
60～64	1,876	1,687	89.9%	1,685	89.8%	1,569	83.6%	1,274	67.9%
65～00	9,524	9,010	94.6%	8,991	94.4%	8,772	92.1%	8,169	85.8%
計	29,086	23,156	79.6%	23,080	79.4%	20,316	69.8%	14,990	51.5%

	5 回目		6 回目		7 回目	
	人数	率 (%)	人数	率 (%)	人数	率 (%)
年齢	F	F/A	G	G/A	H	H/A
0～5ヵ月						
6ヵ月～4						
05～11	0	0.0%				
12～19	102	4.8%	1	0.0%	0	0.0%
20～29	173	7.2%	46	1.9%	22	0.9%
30～39	323	11.1%	109	3.7%	56	1.9%
40～49	629	16.6%	207	5.5%	122	3.2%
50～59	1,045	26.6%	286	7.3%	188	4.8%
60～64	905	48.2%	501	26.7%	284	15.1%
65～00	7,270	76.3%	5,915	62.1%	4,495	47.2%
計	10,447	35.9%	7,065	24.3%	5,167	17.8%

ウ 令和5年度末までの接種総数

1 回目	2 回目	3 回目	4 回目	5 回目	6 回目	7 回目
人数	人数	人数	人数	人数	人数	人数
25,506	25,386	21,883	15,788	10,845	7,250	5,256

※R6. 4. 30現在VRS（ワクチン接種記録システム）に登録されたR6. 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 21 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 小諸高原病院

相談内容 ・家族関係について ・受診相談

・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方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 5 名 延べ 11 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

(2) 地域 啓発 事業	期 日	内 容
	9 月 22 日（金）	自分へのいたわり,希望の感覚
	9 月 29 日（金）	元気回復プラン（自分の取り扱い説明書づくり）
	10 月 6 日（金）	関係性 WRAP いい感じの関係性

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。市報にて周知啓発します。

実績：6 月に薬物乱用広報掲載。

9 月、3 月の自殺予防週間と自殺対策強化月間に市報に掲載。

3 月の県内一斉街頭啓発に合わせ 2 月 29 日啓発活動を実施。

内容：田中駅前街頭啓発活動（自殺予防普及啓発ポケットテッシュの配布）

配布数：200 個 ※ゲートキーパー講座修了者 6 人に協力依頼

（3）精神保健講演会

目的：こどもや若者の自殺対策として、若者の理解を深めたり関係者の連携を図り支援ができるように講演会を開催します。

演題：「若者の “死にたい” から私たちは何を聴くか？
～上田のきした・やどかりハウスの実践から～」

講師：NPO 法人場作りネット 元島 生 氏
秋山 紅葉 氏

実績：開催日時 3月18日（月）午後2時30分～午後4時00分
会場 総合福祉センター3階 講堂
来場者 31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 教授 朴 相俊 氏

実績：参加者 延べ33人（実人数11人）（令和5年度までの修了生 237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	7月13日（木）	大切な命～命の価値をもう一度考える～
第2回	7月20日（木）	支える命～自殺のころと向き合う～
第3回	7月27日（木）	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 教授 朴 相俊 氏

実績：開催日時 6月1日（木）、8月3日（木）、11月2日（木）
午後7時00分～午後8時00分

参加者 延べ45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

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ます。

実績：東部中学校 2年生 7月 236名

北御牧中学校 2年生 2月 28名、3年生 3月 45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

※令和 6 年 3 月末をもって終了しました。

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 10 月 16 日（月）、2 月 6 日（火）

午後 2 時～午後 3 時 00 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
子ども家庭支援課

開催場所 東御市保健センター

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5年8月8日） 委員9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5年7月6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り組み

(1) とうみ食育市民ネットワーク（平成21年度から活動）

市の食育推進計画に基づき、市民主体の活動を行う。

ア 会員数

3団体12個人 市報により会員を募集（脱退1名、新規会員1名）

イ 会議

6月22日 第一回会議 活動計画等

ウ 会員学習

6月22日 『東御市の暮らしを考える』講師：身体教育医学研究所岡田所長
7月28日 『湯ごねおやきを上手に作る練習』講師：味の研究会

エ 食育活動

(ア) 『親子でおやき』レシピの作成と配布。

乳幼児健診、子育て支援センター、食育教室等参加へ配布

(イ) 子どもの食育

実施日	対象者	内容	参加人数
10月13日（金）	北御牧保育園	寸劇：食育戦隊ベジレンジャー	17名
10月25日（水）	和保育園	〃	38名
11月16日（木）	田中保育園	〃	48名
11月17日（金）	祢津保育園	〃	26名
11月29日（水）	滋野保育園	〃	28名

・保育園年少児を対象に「野菜をたくさん食べよう」「お菓子は少しだよ」という内容の寸劇を4年ぶりに実施。保護者へはお便りで内容を周知。

(ウ) 子育て世代への食育

実施日	対象者	内容	参加人数
2月22日（金）	北御牧保育園年長児保護者	長野県の食生活の実態、野菜の摂取量について・おやつ選び方、砂糖・塩分について	23名

・保育係栄養士による保護者向け食育教室の手伝い。

(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7日	総会	18
6月19日	学習 「高血圧、減塩商品について」 講師 市保健師、管理栄養士	17
8月2日	学習「東御市の健康課題について」 講師 市管理栄養士	15
10月25日	学習 県委託事業「運動とフレイル予防について」 「生涯骨太クッキング」会員 塩川正代さん他	19
11月30日	運動「からだ動かしてすっきり改善教室」 講師 身体教育医学研究所 横井 佳代 氏 調理実習「バッククッキング」 会員竹村洋子さん	14
1月19日	調理実習「季節料理」 講師 会員 塩川正代さん他	12

イ 上小支部・県参加

日程	内 容	人数
5月8日	上小支部定期総会（上田市）	11
5月11日	長野県食生活改善推進協議会定期総会	1
10月18日	長野県食生活改善推進大会（塩尻）	2
9月・10月	食生活改善ステップアップ研修	3
5～3月	上小支部理事会 7回	

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）	5
	福祉の森ふれあいフェスティバル	12
	くるMEとボランティアのクリスマスイベント	5

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後期計画「健康とうみ21」（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、健康づくり推進委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、各種運動教室等の事業を実施しました。

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	各区正副 会長のみ
1	R 5.10. 5	「座りすぎは寿命を縮める?! ホントかウソか…長生きの秘訣」	早稲田大学 岡 浩一朗氏	63

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、健康づくり推進委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	R5.9.13	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員会	26
滋野	R5.10.23	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員会	26
祢津	R6.1.22	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員会	27
和	R5.12.1	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員会	25
北御牧	R5.7.27	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員会	25
合計	5回		参加人数	129

(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、健診受診率が県と比べて低いとの報告がありました。またコロナ禍からようやく活動が再開されてきたが、外出控えの健康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。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) 運動教室

目的	健康増進法に基づき、効果的な運動に関する正しい知識の普及をはじめ、実践を踏まえた運動指導を行うことにより、市民が自ら健康づくり（生活習慣病の発症予防）の一環としてウォーキング等に取り組むことができる。		
場所	東御中央公園、保健センター、各地区公民館		
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 ポールウォーキング (7/3、10/30)	2回	21人
	2 1分エクササイズ (8/4、11/20)	2回	27人
	3 よい姿勢のつくり方 (9/12、1/18)	2回	36人
	4 ノルディックウォーキング (10/28)	1回	3人
	5 健診結果をよくする方法 (10/6、11/15、1/9、11)	4回	21人
	6 農家さんにおすすめストレッチ (2/1、3/4)	2回	29人
	合計	13回	137人

(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(6/23~3/22) 延べ 204人

4 出前講座

健康保健課担当講座	利用団体	延人数(人)
No.27: Action 健康づくりウォーキング講座	2	37
No.28: Action からだ動かして、すっきり改善教室	7	237
No.31: Check こころの健康	1	20
No.32: Eat 今日からはじまる減塩生活	7	124
No.34: Eat・Action 糖を上げないコツ	0	0
No.35: Eat 健康に食べるってなあに?	2	31
No.36: おらほの地区の健康状況について	5	162
合計	24回	611

5 健康教育としてのPR事業

実施日	イベント等	内容・実績
R5.9.23(土)~ 9.24(日)	巨峰の王国まつり	① ずくだすカード配布 計 33名 ② パンフレット等配布 計 268名 ③ ベジチェック 計 268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) 長野県立大学との包括連携協定

東御市では令和6年2月6日長野県立大学と包括連携協定を結びました。公立大学法人長野県立大学が保有する人的資源、知的資源を活用させていただき、健康づくり地域活動を通じた市民の健康の保持増進に向けた取り組みを進めます。

令和5年度は長野県立大学大学院健康栄養科学研究科 今村晴彦氏、長野県立大学 グローバルマネジメント学部 馬場智一氏、長野県立大学大学院ソーシャル・イノベーション研究科 神戸和香子氏にご協力いただき、健康づくり推進員会理事会において哲学対話の研修を行いました。

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＋(ぷらす)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5年5月1日(月)～令和6年3月29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「ずくだす講演会」

- ・日 時 令和5年10月5日(金) 午後1時30分～3時00分
- ・場 所 東御市中央公民館 2階講義室
- ・演 題 「座りすぎは寿命を縮める?! ホントかウソか…長生きの秘訣」
- ・講 師 早稲田大学 岡 浩一朗氏
- ・参加者数 63人

(イ)無料レンタルボールの設置

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ボールを設置、貸し出しました。

○設置数：以下の市内8か所へ7セット

(健康保健課、第一体育館、中央公民館、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

○ボールの種類：

ボールウォーキング用ボール【PP】：安心歩き。ボールを前につくタイプ

ノリデックウォーク用歩ミグボール【AP】：しっかり歩きタイプ

ノリデックウォーキング用ボール【NP】：ぐいぐい歩き、ボ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

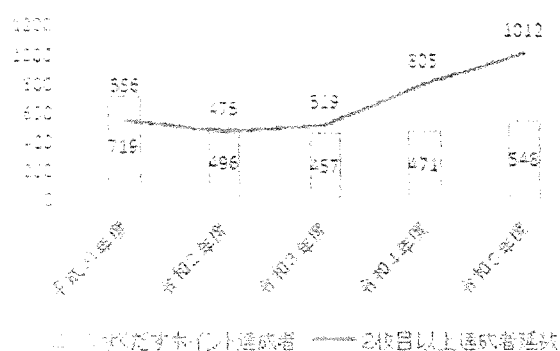
市が主催する健康づくり事業等へ参加し、ポイントを集めることにより、市民が気軽に健康づくりに取り組み、健康意識の向上を図ることを目的とし、事業参加者や希望者へポイントカード（ずくだすカード、百体観音湯の道カード）を配布、ポイントが満点(15 点)となった方に景品を差し上げています。

令和 5 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 枚目で健診周知トイレットペーパーを差し上げました。

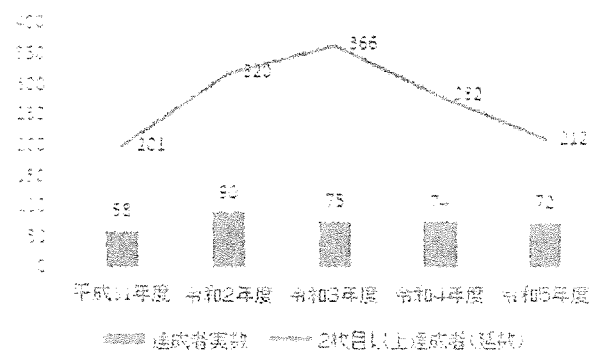
〈配布枚数・達成者状況〉

	平成 31 年度	令和 2 年度	令和 3 年度	令和 4 年度	令和 5 年度
ずくだすカード 配布数(枚)	8,482	5,770	5,875	5,954	6,142
湯の道カード 配布数(枚)	720	1,823	1,513	1,138	789
ポイント満点達成者数(人)	777	586	532	545	620
内訳	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	ずくだす 548 湯の道 72
2 枚目以上の達成者延数(人)	757	795	885	1,087	1,224
内訳	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)	ずくだす 1,012 湯の道 212 (実数ずくだす 151 湯の道 35)
ポイント満点達成者延数(人)	1,534	1,381	1,417	1,632	1,660
内訳	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	ずくだす 1,409 湯の道 251
湯の道カード 横綱達成者	8	12	17	15	9

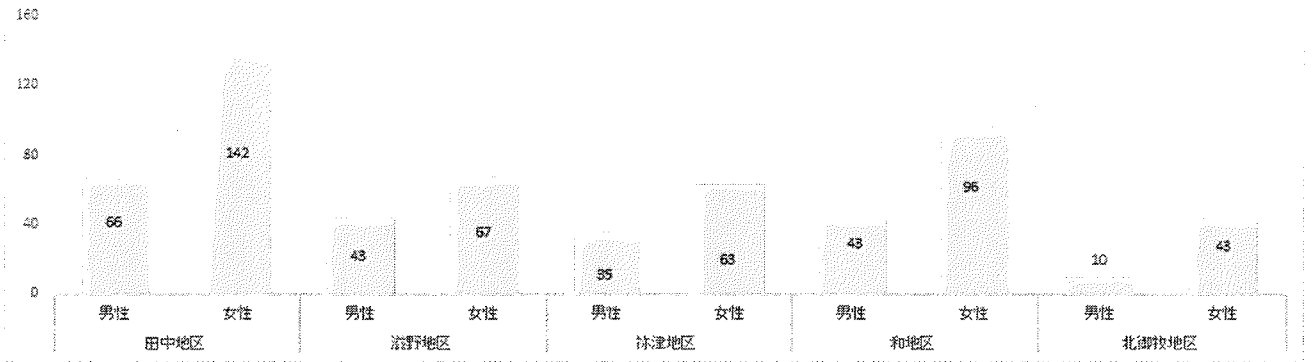
ずくだすカード達成者の推移(人)



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实践できるよう、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。

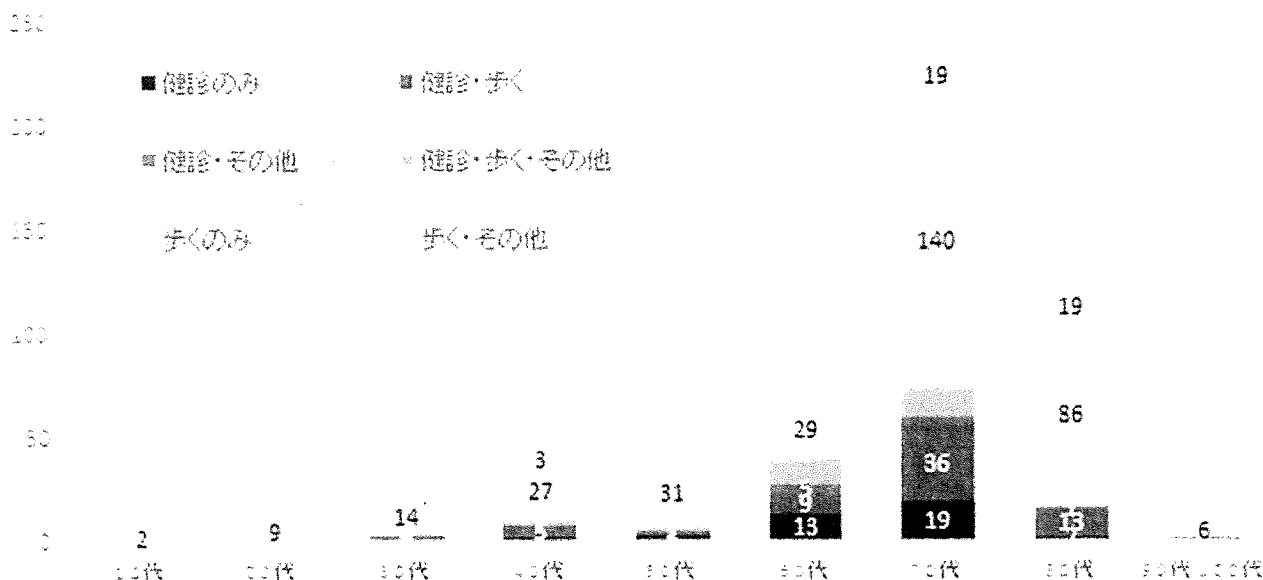
「湯の道カード」

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。

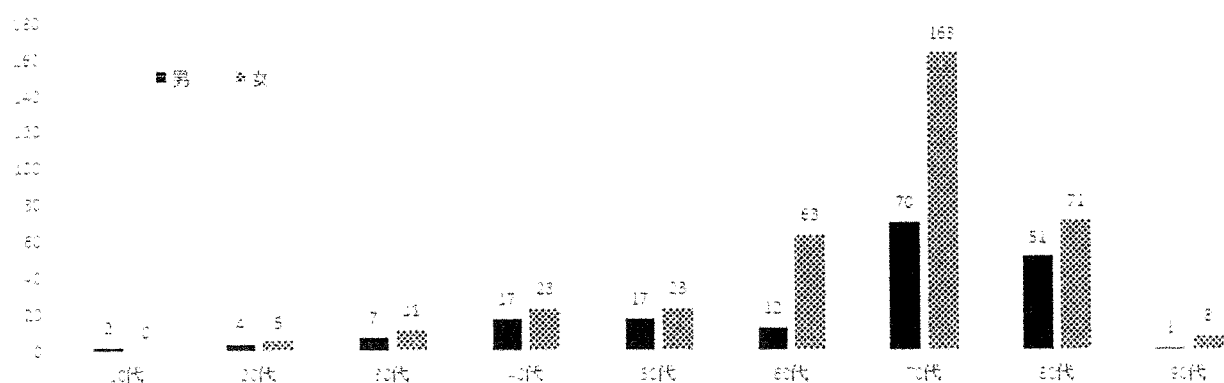
資料1) 令和5年度健康マイレージ事業実績

1 ずくだすカードの達成状況

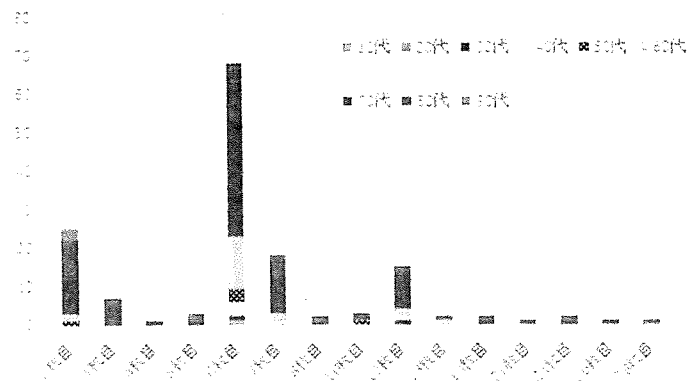
令和5年度ポイント満点達成者(548人)の達成内容



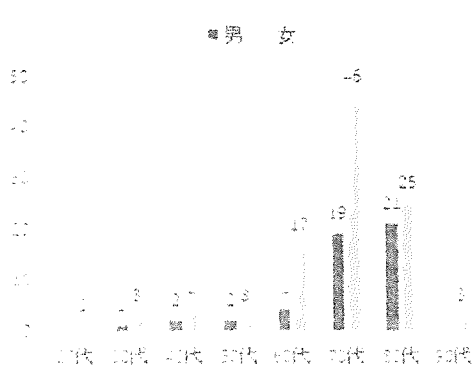
令和5年度ずくだすカード達成者(548人)年代別・男女別内訳



ずくだすカード3枚目以上達成者状況(15人)

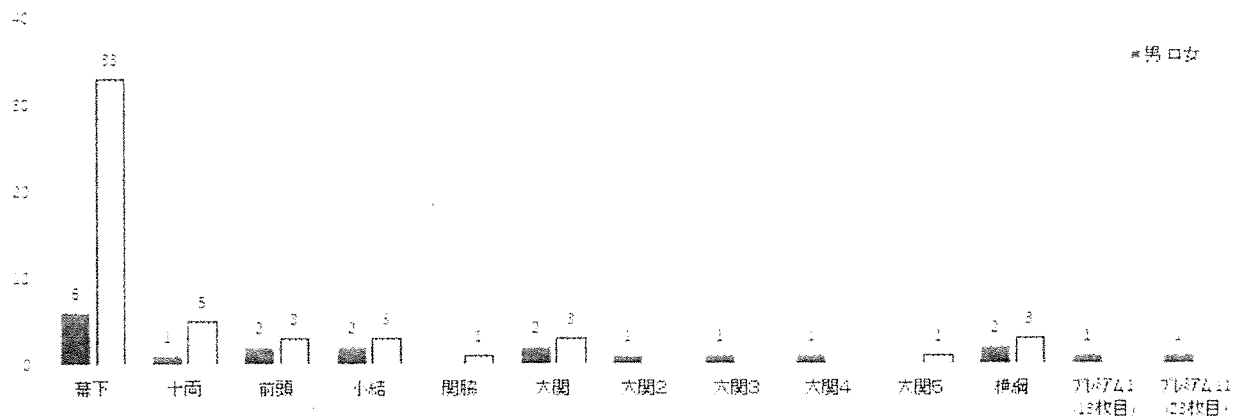


2枚目以上達成者男女比

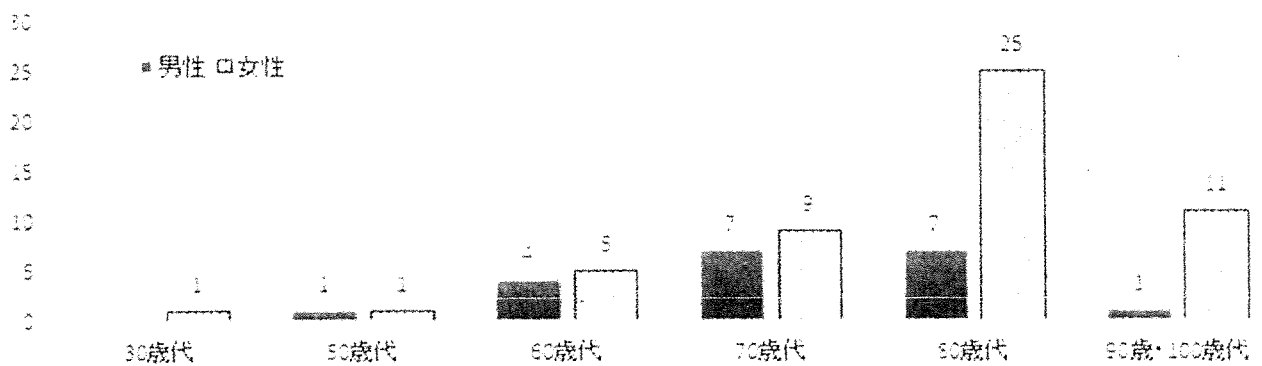


2 湯の道カード達成状況

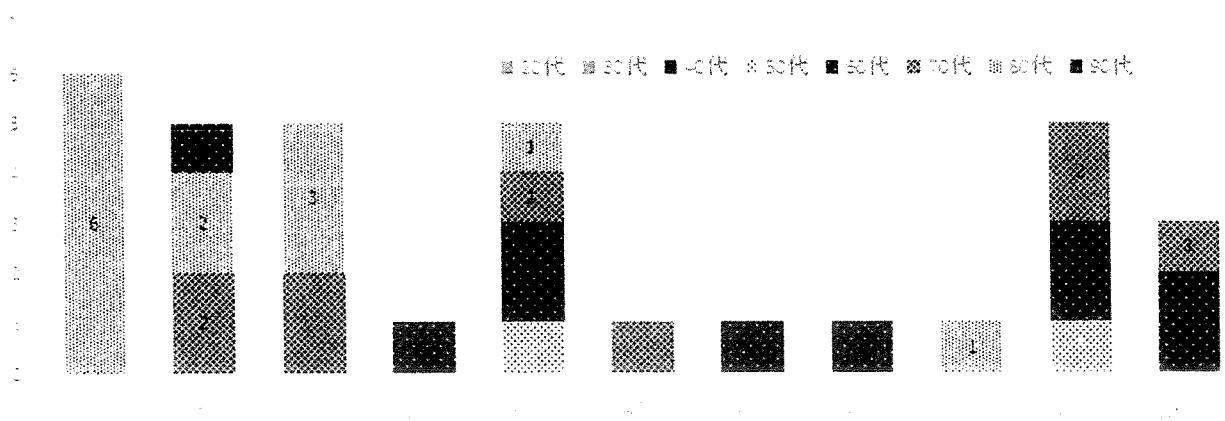
令和5年度湯の道カード番付状況(72人)男女別内訳



令和5年度湯の道カード達成者(72人)年代別・男女別



湯の道カード番付2枚目以上達成者(35人)の達成状況

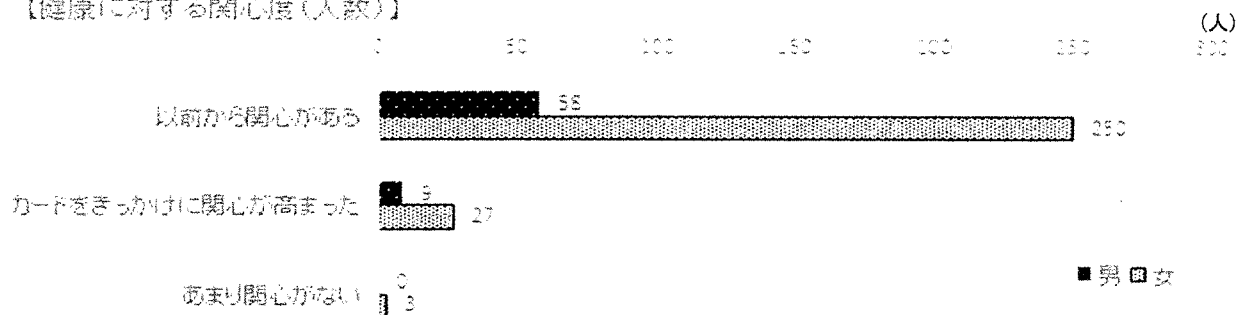


資料 2) 令和 5 年度健康マイレージ達成者アンケート結果

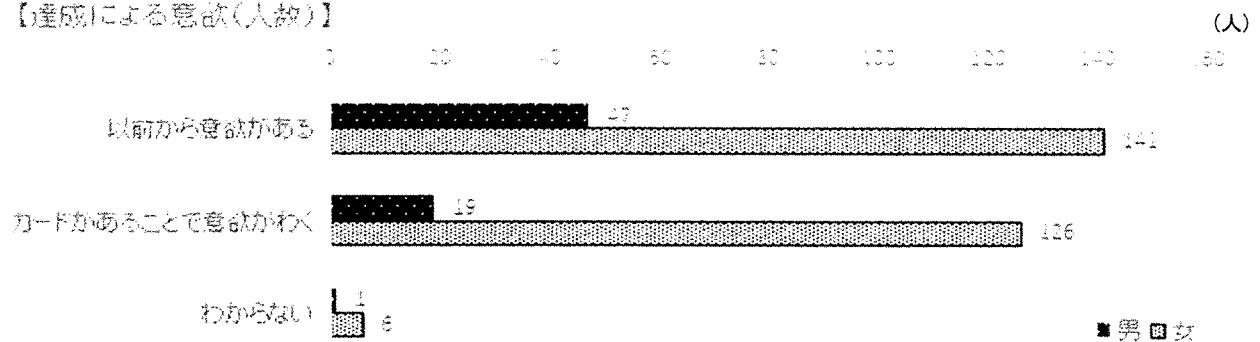
健康マイレージ事業（ずくだすポイント・湯の道カード）達成時に、アンケート調査を実施。

■ 達成者：608 名 回答者：359 名（回答率 59.0%）（複数回答あり）

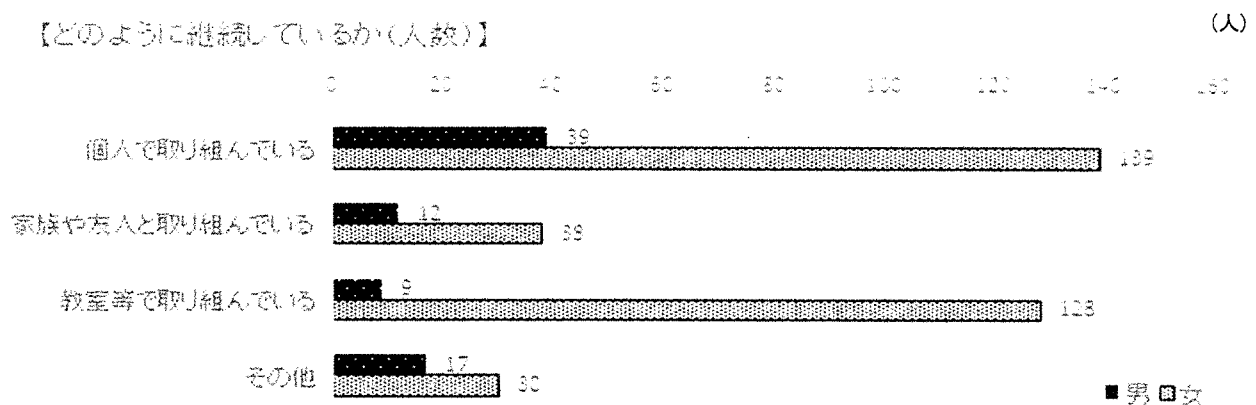
【健康に対する関心度（人数）】



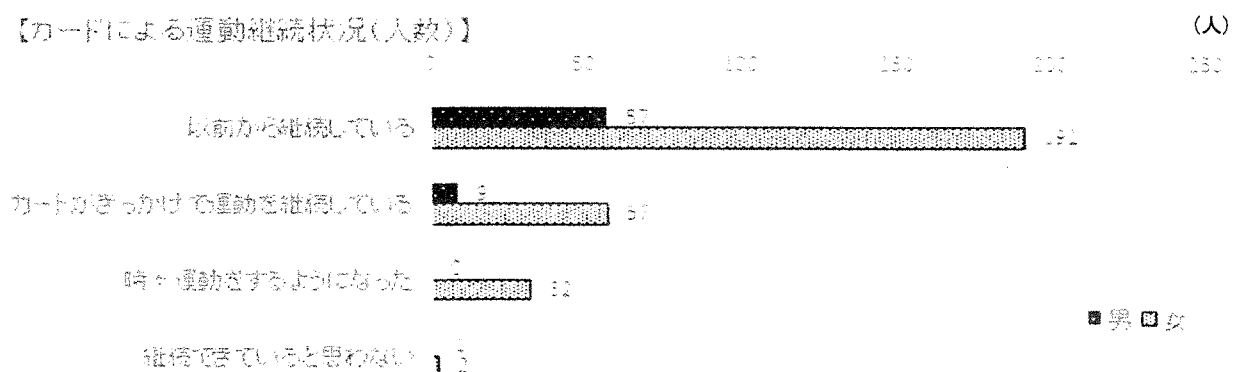
【達成による意欲（人数）】



【どのように継続しているか（人数）】



【カードによる運動継続状況（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：堀川 千尋（田中） 副会長：青木 京子（和）

理事：各地区2名（地区正副会長）

会員：合計309名（田中：83名、滋野：61名、祢津：62名、和：52名、北御牧：51名）

（1）理事会

回数	1	2	3	4	5	6
日付	4月11日	5月22日	9月21日	11月20日	1月25日	3月23日
人数	10	9	9	9	9	9
内容	・健康づくり推進員の活動について ・理事会名簿、スケジュール ・理事役員選出 ・委嘱式スケジュールについて	・委嘱式、第1回研修会の感想、検討事項 ・各地区活動の共有 ・回覧板原稿の検討 ・今後の理事会活動について	・健康づくり講演会について ・今後の研修会について ・哲学対話講師 長野県立大学大学院健康栄養科学研究科准教授 今村晴彦氏他	・研修会の感想 ・回覧板内容検討 ・哲学対話講師 長野県立大学大学院健康栄養科学研究科准教授 今村晴彦氏他	・活動報告 ・回覧板内容検討 ・引継事項	引継会 ・令和5年度理事会活動報告 ・令和6年度役員選出

（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	堀川（田中）・青木（和）
東御市健康づくり推進協議会委員	1	健康保健課	深谷（祢津）
食育推進市民会議員	1	健康保健課	竹内（滋野）
東御市介護保険運営協議会委員	1	福祉課	橘（北御牧）
東御市地域福祉計画推進委員	1	福祉課	尾崎（北御牧）
生活支援協議体委員	1	福祉課	小林（祢津）
東御市国保運営協議会副会長	1	市民課	横沢（和）
東御市民病院運営委員会委員	1	東御市民病院	千歳（田中）
チャレンジデー実行委員	1	生涯学習課	宮本（滋野）
（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	青木（和）

（4）全体研修会

日付	内 容	場 所	人数
4月18日	委嘱式・全体研修会「みんなで目指す健康なまちづくり～今こそ大切な健康づくり推進員活動～」	中央公民館	94
10月5日	「座りすぎは寿命を縮める？！ホントかウソか…長生きの秘訣」（健康づくり講演会）	中央公民館	63

(5) 市外等研修会参加

日付	内 容	場 所	人数
8月2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	46
10月11日	長野県保健補導員等研究大会	塩尻市文化会館	2
	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	後援のみ	—
11月21日	上小地域健康のつどい	上田市医師会 講堂	8

(6) 地区活動

地区	日付	内 容	場 所	人数
田中	4月18日	地区推進委員会（区会長のみ）	中央公民館	15
	7月20日	減塩学習会	総合福祉センター	18
	9月13日	田中地区の健康状況を学ぶ学習会	中央公民館	26
	10月28日	ウォーキング教室	中央公民館	9
	2月26日	地区推進委員会	総合福祉センター	11
	3月21日	新旧正副会長引継ぎ会	総合福祉センター	4
滋野	4月18日	地区推進委員会（区会長のみ）	中央公民館	18
	7月12日	減塩学習会	滋野コミュニティセンター	26
	10月23日	滋野地区の健康状況を学ぶ学習会	滋野コミュニティセンター	26
	11月29日	骨ストレッチ、地区推進委員会（役員会）	滋野コミュニティセンター	20
	3月21日	新旧引継ぎ会 会計監査	総合福祉センター	6
祢津	4月18日	地区推進委員会（区会長のみ）	中央公民館	21
	6月14日	減塩学習会	保健センター	17
	7月23日	湯の丸高原クアオルト健康ウォーキング	湯の丸高原	12
	10月7日	ポールウォーキング	第1体育館	16
	1月22日	祢津地区の健康状況を学ぶ学習会	祢津公民館	27
	3月6日	新旧引継ぎ会	保健センター	18
和	4月18日	地区推進委員会	中央公民館	20
	6月14日	地区推進委員会・減塩学習会	総合福祉センター	17
	9月30日	ポールウォーキング	和コミュニティセンター	3
	12月1日	和地区の健康状況を学ぶ学習会	和コミュニティセンター	25
	3月8日	活動報告、新旧引継ぎ会	保健センター	17
北御牧	4月18日	地区推進委員会（理事・区会長のみ）	中央公民館	25
	6月8日	ウォーキング教室	明神池グラウンド	16
	7月27日	北御牧地区の健康状況を学ぶ会	北御牧公民館	17
	9月7日	減塩学習会と太極拳	北御牧公民館	14
	3月7日	新旧引継ぎ会	北御牧公民館	11

(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

上小地域4市町村（上田市、東御市、長和町、青木村）で構成され、令和5・6年度は東御市が事務局を担当しています。

令和5・6年度は協議会の会長も東御市が担当しており、堀川会長が上小協議会会長、青木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	8月2日(水)	上小保健補導員等研究大会in東御	東御市中央公民館	46
役員会	5月25日(木)	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19日(月)	第2回役員会及び研修会	東御市総合福祉センター	市会長・担当保健師
代表者会議 (三役会)	5月25日(木)	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19日(月)	第4回代表者会議	東御市総合福祉センター	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7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
	7月19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11日(水)	第49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7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	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10日(水)	保健師幹事会	東御市総合福祉センター	各市町村担当保健師

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	55	1762	子＋母（保護者） 健康相談、子育て相談他
	ママパパ学級	10	127	
	健康相談等	102	1166	
	離乳食教室	24	356	
成人保健	がん検診	22	970	胃がん、子宮頸がん、乳がん 健診・結果報告会 特定健診等結果報告 建設国保、協会健保
	J Aヘルス	3	232	
	健診結果報告会	11	109	
	運動教室等	6	98	
	団体等集団健診	4	380	
精神保健	こころの相談	28	50	ゲートキーパー、フォロー、WRAP
	講座等	39	59	
献血		3	82	受付者数
会議等		15	175	母子担当者、精神実務者他
予防接種		12	50	コロナワクチン予防接種
栄養指導室		18	191	食改、社協、ママパパ
合 計		352	5,807	

2 人間ドック補助金等助成状況

(単位：人)

区 分 / 年 度	H28	H29	H30	H31	R2	R3	R4	R5
①人間ドック（国保）	750	702	728	667	582	625	621	589
②脳ドック（国保）	2	9	4	5	9	4	6	8
③後期高齢者	171	213	224	250	192	234	262	311

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98人 受領委任払い491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292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5年8月18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	16名

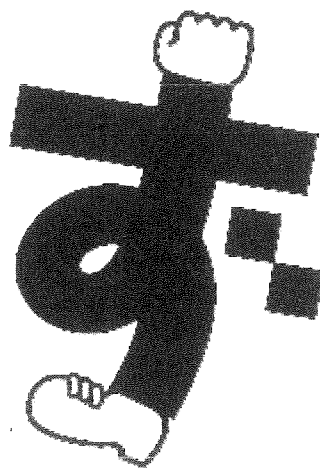
4 献血推進

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 績＞	R4		R5	
実施場所	延べ回数	献血者数	延べ回数	献血者数
中央公民館	1	50	0	0
保健センター	3	92	3	73
協力事業所（事業所数）	16(9)	489	11(6)	391
計	20	631	14	464

< 付録 >

- 1 母子保健の状況
- 2 特定健康診査、特定保健指導実施状況
- 3 食育推進事業実施状況
- 4 運動指導等委託事業実績
- 5 第2次東御市健康づくり計画後期計画「健康とうみ21」評価項目
- 6 第2期東御市国民健康保険保健事業実施計画（データヘルス計画）評価項目



1 母子保健の状況資料編【健康とうみ】

(1) 妊娠中の状況

ア 喫煙・飲酒率

年度	喫煙率(%)	飲酒率(%)
R4	1.7	0
R5	3.1	0

(新生児訪問時)

イ カウンセラー、精神科医師、診療内科に相談したことがある妊婦(人)

年度	人
R4	19
R5	35

(妊婦訪問時)

ウ 困った時に相談する相手の状況(%)

年度	夫	実母	その他
R4	96.1	82.7	92.9
R5	92.8	84.9	92.1

(妊婦訪問時)

エ 妊娠中に歯周病の悪化で早産や低体重児の出産リスクが高まることを知っている割合(%)

年度	%
R4	77.4
R5	74.5

(妊娠届)

オ 歯周病検診受診状況

年度	受診率(%)	歯周ポケットあり(人)	歯周ポケットなし(人)
R4	40.5	49	19
R5	38.5	49	13

(歯周病健診)

(2) 乳幼児期の状況

ア うつ傾向のある妊婦、子育てのことを相談できる人がいない産婦の割合(%)

年度	うつ傾向のある産婦	子育てのことを相談できる人がいない産婦
R4	2.3	0.6
R5	4.3	1.9

(新生児訪問時産後うつ質問票)

イ 「ゆったりとした気分で子どもと過ごす時間がある」と回答した保護者の状況(%)

年度	4か月児	1歳6か月児	3歳児
R4	89.7	83.7	70.2
R5	88.9	81.9	69.8

(乳幼児健診問診表より)

ウ 経過観察が必要な児の割合(%)

年度	1歳6か月児	2歳児	3歳児
R4	69.6	37.6	51.5
R5	68.2	28.5	26.4

(乳幼児健診)

(3) 新生児訪問後の要支援家庭の状況

新生児訪問後の要支援家庭の状況									
年度	訪問数	要支援 家庭数 (全体)	要支援児			要支援産婦			環境要因 支援
			人数	内容		人数	内容		
				体重	疾病等		不安等	体調・ 疾病等	
R4	170	58(34.1%)	27	17	7	31	21	6	9
R5	161	44(27.3%)	16	9	9	23	18	7	10

(新生児訪問)

(4) 1歳6か月児健診の経過観察の内容(%)

年度	課題不通過	ことば	身長・体重	母の育児不安・ メンタル
R4	61.3	25.0	15.7	4.9
R5	44.3	18.8	17.0	1.7

(乳幼児健診)

(5) 生活リズム

ア 1歳6か月児 (%) (乳幼児健診)

年度	起床時間			就寝時間		
	7時前	7時台	8時以降	21時前	21時台	22時以降
R4	49.0	42.3	6.7	40.9	51.9	5.3
R5	58.0	36.9	5.1	43.2	50.6	6.3

イ 3歳児 (%) (乳幼児健診)

年度	起床時間			就寝時間		
	7時前	7時台	8時以降	21時前	21時台	22時以降
R4	53.3	37.5	3.9	18.3	62.9	14.8
R5	57.6	39.6	2.8	14.3	71.0	14.7

(6) 「子育ては楽しい」と回答する保護者の割合(%) (乳幼児健診)

年度	項目	4か月	10か月	1歳6か月	2歳	3歳
R4	楽しい	83.0	83.5	95.2	78.3	57.3
	まあまあ	15.2	14.7	18.3	17.5	34.4
	大変	1.8	1.8	2.4	4.2	5.7
	不明	0.0	0.0	0.5	0.0	2.6
R5	楽しい	82.4	77.5	82.0	75.2	49.8
	まあまあ	15.7	16.8	15.3	18.6	31.8
	大変	0.0	4.0	1.7	5.0	12.0
	不明	2.0	1.7	1.1	1.2	6.4

2 特定健康診査、特定保健指導実施状況

(1) 令和5年度実施状況(推計)

ア 特定健診の対象者

人 口	29,412 人(R5. 4. 1現在)
国保加入者	6,238 人(R5. 5. 1現在)
国保40～74歳(特定健診対象者数)	4,432 人(R5. 4. 1現在)

イ 特定健診の内容

< 特定健診 >

委託先	市内医療機関に委託および 県医師会との集合契約も併せて締結
実施期間	個別: 令和5年6月1日～令和6年1月31日

< 特定保健指導 > 市で実施(一部医療機関へ委託)

ウ 実施目標と実績

目標	年度	H29	H30	H31	R2	R3	R4	R5
	特定健診の受診率	50%以上	50%以上	50%以上	50%以上	50%以上	50%以上	50%以上
	特定保健指導の実施率	50%以上	50%以上	50%以上	50%以上	50%以上	50%以上	50%以上
	該当者・予備群の減少率							

実績	年度	H29	H30	H31	R2	R3	R4	R5
	特定健診の受診率	46.3%	46.1%	43.7%	40.8%	42.6%	43.9%	42.7%
	特定保健指導の実施率 (終了率)	66.3%	53.1%	60.3%	60.3%	59.1%	62.8%	55.2%

(R5年度は推計値)

エ 特定健診受診状況

(R6.3.31現在の把握状況。国の法定報告は翌年度冬に確定のため、推計値を計上)

受診者数(人)	東御市国保特定健診(40～74歳)					対象者数	受診率 (%)
	健診	人間ドック 等	情報提供		小 計		
			医療機関	本人			
合 計	1,267	566	14	137	1,984	4,643	42.7%

< 状況内訳 >

① 健診受診者の年代別・性別受診者数

年代別	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	特定健診受診者
受診者数(人)	99	165	452	551	1,267

男女別	男性	女性	特定健診受診者
受診者数(人)	508	759	1,267

② 地域別受診率

地区名	田中	滋野	祢津	和	北御牧	合計
受診率(%)	39.46%	44.98%	45.57%	40.26%	45.01%	42.71%

(2) 令和5年度 保健指導実施状況

ア 目標値と実績(法定報告より)

特定保健指導	年度	H31	R2	R3	R4	R5
	目標値 (実施率)	60%	60%	60%	60%	60%
	実績	60.3%	60.3%	59.1%	62.8%	
	対象者数	272人	224人	225人	207人	
	実施者数	164人	135人	133人	130人	

健診受診者	対象者数(男)	933人	894人	921人	892人	
	対象者数(女)	1,209人	1,107人	1,123人	1,093人	
内臓脂肪症候群	男・該当者数(率)	287(30.8%)	280(31.3%)	313(34.0%)	297(33.3%)	
	女・該当者数(率)	135(12.2%)	124(11.0%)	124(11.0%)	121(11.1%)	
	該当者	429人	415人	437人	418人	
	率	20.0%	20.7%	21.4%	21.1%	
	男・予備群(率)	170(18.2%)	140(15.7%)	135(14.7%)	142(15.9%)	
	女・予備群(率)	76(6.3%)	59(5.3%)	66(5.9%)	62(5.7%)	
	予備群	246	199	201	204	
	率	11.5%	9.9%	9.8%	10.3%	
	内臓脂肪症候群の該当者の減少率	16.2%	18.8%	20.7%	26.3%	

(国保連合会法定報告データより)

イ 令和5年度実施方法等

(ア) 実施者および委託状況

① 委託実施分

区分	内容	人数	(人)	
			佐久総合病院	浅間南麓小諸医療センター
運動支援付	初回面接	32	29	3
	評価	20	18	2
積極的支援	初回面接	2	1	1
	評価	2	1	1

② 直営実施分(健康保健課 保健師・管理栄養士)

区分	内容	対象者	実施人数
運動支援付	年度内終了者	100	10
	初回面接のみ		79
	評価のみ	29	4
積極的支援	年度内終了者	25	0
	初回面接のみ		23
	評価のみ	24	7

(イ) 自己負担金 なし

(3) 令和5年度 特定健診受診勧奨活動記録(地区集計)

各地区担当者の入力数を集計(R5.4.15現在)

	田中	滋野	祢津	和	北御牧	計	備考
地区担当保健師訪問、電話等	13	36	7	12	12	80	
地区担当栄養士訪問、電話等	52	17	20	38	9	136	
ハガキ	1,578	1,051	958	1,299	1,152	6,038	
委託保健師依頼	157	63	138	72	238	668	電話, 訪問
合計	1,800	1,167	1,123	1,421	1,411	6,922	
(参考: R5推計受診率)	38.38%	43.89%	44.18%	38.98%	42.99%	41.8%	

ア 受診率向上のために実施した事業

(ア) 広報活動

- ・「市報とうみ」の「生き生き長生き健康とうみ」に健康情報掲載
(4、6、8、10、12月)
- ・「FMとうみ」でのPR
- ・国民健康保険証郵送時にリーフレット同封
- ・出前講座や健康づくり推進員会での健診PR

(イ) 対象者への啓発

- ・対象者全員に受診券送付
- ・地区担当保健師・栄養士による個別の受診勧奨訪問や電話勧奨
- ・集団健診実施にあわせ、電話がけにて勧奨
- ・対象者別ハガキによる受診勧奨
(9、10月情報提供依頼、集団健診と個別健診・12月個別健診と人間ドック補助金)

(ウ) 医療機関との連携

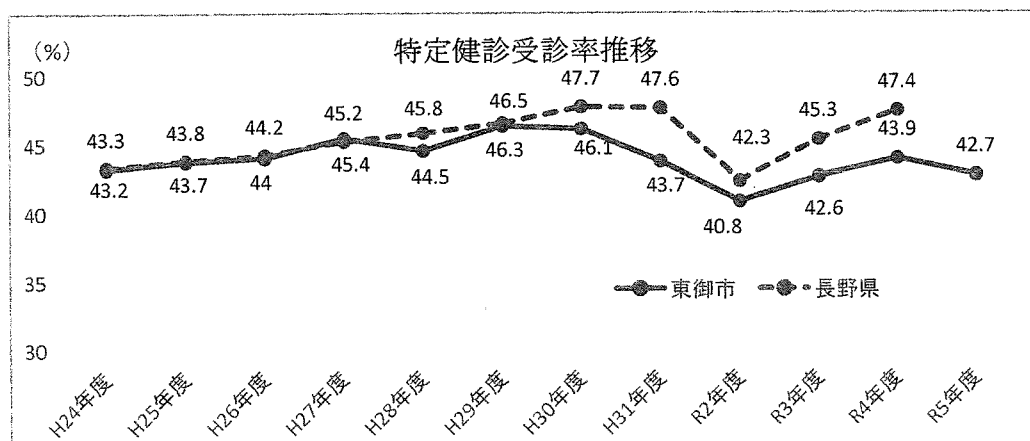
- ・医人会での特定健診、情報提供の依頼
- ・情報提供依頼の通知
- ・東御市民病院医事課との連携

(4) 令和4年度実施実績

ア 特定健診受診状況

	(人)		
	東御市	長野県	国
特定健診対象者数	4,643	309,289	16,819,663
特定健診受診者数	1,985	146,531	6,309,302
(特定健診受診率)	43.9%	47.4%	37.5%

*資料：令和4年度国保保険者における特定健診等結果状況報告書

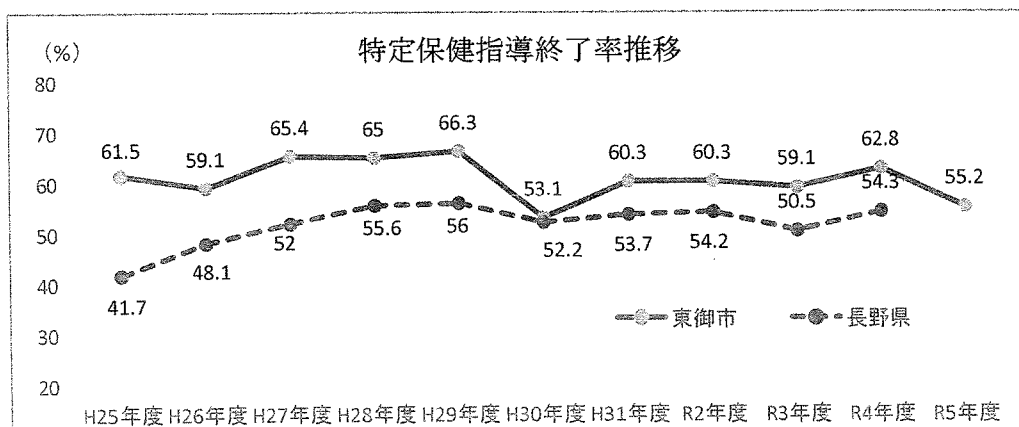


*令和5年度は推計値

イ 特定保健指導終了率

	(人)		
	東御市	長野県	国(速報値)
対象者数	207	15,598	700,230
終了者数	130	8,467	201,609
終了率	62.8%	54.3%	28.8%

*資料：令和4年度国保保険者における特定健診等結果状況報告書



*令和5年度は推計値

3 令和5年度 食育推進事業実施状況

項 目		事 業 名	回数	延べ 人数	集団個別 合計	訪問 (再掲)
乳 幼 児 期 の 食 育	【マタニティー教室】	ママパパクッキング	3	31	1,652	-
	【乳幼児健診】	4ヶ月・10ヶ月・1歳6ヶ月・2歳・3歳児健診	56	1404		-
	【離乳食教室】	ごっくん離乳食教室（満5ヶ月児対象）	12	111		-
		もぐもぐ離乳食教室（満7ヶ月児対象）	12	106		-
	【妊婦期個別相談】	個別相談		5	5	3
	【乳児対象個別相談】	母と子の健康相談 上記以外の相談		69 36	117	- 2
	【幼児対象個別相談】	母と子の健康相談 上記以外の相談		8 4		- 0
成 人 期 の 食 育	【栄養指導・相談】	一般個別指導 20歳～64歳まで 65歳以上		5 0	531	- 0
	【特定保健指導の実施】	特定保健指導 動機づけ・積極的支援		114		61
	【保健指導】	生活習慣病治療中（重症化予防含む）		131		16
		上記以外の保健指導		135		4
		後期高齢者（75歳以上）		146		34
	【食生活改善推進協議会】	会員学習会・料理講習会	5	77	209	
	【出前講座】	田中地区健康づくり推進員会	1	18		
		滋野地区健康づくり推進員会	1	26		
		祢津地区健康づくり推進員会	1	20		
		和地区健康づくり推進員会	1	18		
		北御牧地区健康づくり推進員会	1	14		
		加沢区出前講座	1	10		
		県区出前講座	1	7		
		0歳児ママ広場	2	19		
延べ合計			97	2,514	2,117	120

4 運動指導等委託事業実績

(公益財団法人身体教育医学研究所委託事業)

集団運動指導の状況 (No. 27 : ウォーキング、No. 28 : ストレッチ等) (人)

実施日	依頼団体等	No	内 容	延べ人数
6月8日	北御牧地区健康づくり推進員	27	健康づくりウォーキング講座	16
7月16日	柵津南東会(老人会)	28	からだ動かして、すっきり改善教室	16
8月4日	しげの里づくりの会青少年育成部会	28	からだ動かして、すっきり改善教室	60
8月18日	しげの里づくりの会	28	からだ動かして、すっきり改善教室	30
10月14日	柵津地区健康づくり推進員	29	健康づくりウォーキング講座	21
10月22日	柵津地区健康づくり推進員	28	からだ動かして、すっきり改善教室	50
11月30日	東御市食生活推進委員会	28	からだ動かして、すっきり改善教室	10
10月6日	ぴよんぴよんくらぶ	28	からだ動かして、すっきり改善教室	50
11月29日	滋野地区健康づくり推進員会	28	からだ動かして、すっきり改善教室	21
延べ合計				274

5 第2次東御市健康づくり計画「健康とうみ21」 後期計画評価項目

	市の評価項目	計画策定時	中間評価値	現状値(R5)	市の目標(R6)
基本的な目標	健康寿命の延伸 (日常生活動作が自立している期間の平均の延伸)	男性 80.10年 女性 82.55年 (H22)	男性 80.18年 女性 83.59年 (H26～H28年の平均値)	男性 80.59年 女性 84.85年 (H30～R2)	延伸
	(補完的数値目標) 要介護認定者の出現率	18.45% (H26年度)	15.64% (H30年度)	17.84% (R5年度)	17.52%以下
基本方針 1 自らの健康は自らつくる					
(1) 適塩・適糖・適量の推進	全出生数中の低出生体重児の割合	健やか親子へ			
	肥満傾向(カウプ指数16.5以上)の幼児の割合	3歳児 17.4% (3歳児健診結果)	3歳児 24.2% (3歳児健診結果)	3歳児 24.0% (3歳児健診結果)	3歳児 23% 5歳児 16%
	肥満傾向の子どもの割合	5歳児 15.8% (保育係データ) (H26年度)	5歳児 19.5% (保健係データ) (H30年度)	5歳児 14.5% (保育係データ) (R5年度)	
		小学生 男子 10.0% 女子 8.0% 中学生 男子 6.7% 女子 4.8% (H26年度学校保健統計調査)	小学生 男子 9.0% 女子 7.9% 中学生 男子 8.2% 女子 8.0% (H30年度学校保健統計調査)	小学校 男子 13.3% 女子 8.3% 中学校 男子 9.9% 女子 10.6% (R5学校保健統計調査)	小学生 男子 10% 女子 7.5% 中学生 男子 7.5% 女子 7.0%
	やせ傾向の子どもの割合	小学生 男子 0.1% 女子 1.0% 中学生 男子 1.2% 女子 2.2% (H26年度学校保健統計調査)	小学生 男子 1.6% 女子 0.9% 中学生 男子 4.4% 女子 4.5% (H30年度学校保健統計調査)	小学校 男子 1.1% 女子 1.1% 中学校 男子 2.8% 女子 3.7% (R5学校保健統計調査)	小学生 男子 1.0% 女子 1.0% 中学生 男子 3.0% 女子 4.0%
	肥満者(BMI25以上)の割合	20歳～69歳男性 33.3% 40歳～69歳女性 18.4% (H26年度特定健診・若年健診)	20歳～69歳男性 33.7% 40歳～69歳女性 20.4% (H30年度特定健診・若年健診)	20歳～69歳男性 33.5% 40歳～69歳女性 19.1% (R5年度特定健診・若年健診)	20歳～69歳男性 28% 40歳～69歳女性 19%
	やせ(BMI18.5未満)の割合	20歳～39歳女性 21.2% (H26年度特定健診・若年健診)	20歳～39歳女性 26.3% (H30年度特定健診・若年健診)	20歳～39歳女性 12.2% (R5年度特定健診・若年健診)	20歳～39歳女性 20%以下
	高齢期(65歳以上)の低栄養傾向(BMI20以下)の割合		20.1% (H30年度国保特定健診・後期高齢者健診)	20.0% (R5年度国保特定健診・後期高齢者健診)	22%以下
	「食塩の多い料理を控えること」をいつも心がけている者の割合	42% (H25年度保健事業アンケート)	39% (H30年保健事業アンケート)	41.3% (R5年保健事業アンケート)	42%以上
	「野菜をたべること」をいつもいつも心がけている者の割合	66% (H25年度保健事業アンケート)	62% (H30年保健事業アンケート)	62.9% (R5年保健事業アンケート)	66%以上
(2) 身体活動・運動の推進	運動やスポーツを習慣的に(体育の授業を除き週3回以上)している子どもの割合(3カ年の平均値)	小学5年生 34.9% 中学2年生 64.6% (全国体力・運動能力・運動習慣等調査 H24～26年度の平均値)	小学5年生 39.6% 中学2年生 67.1% (H28～30年度の平均値)	小学5年生 46.3% 中学2年生 71.2% (全国体力・運動能力・運動習慣等調査 R3～5年度の平均値)	小学5年生 38%以上 中学2年生 65%以上
	1日当たりの平均歩行数	64歳以下 男性 6,184歩 女性 5,450歩 65歳以上 男性 5,296歩 女性 4,634歩 (H25年度保健事業アンケート)	64歳以下 男性 6,034歩 女性 5,320歩 65歳以上 男性 4,723歩 女性 3,884歩 (H30年度保健事業アンケート)	64歳以下 男性 6,724歩 女性 5,344歩 65歳以上 男性 4,635歩 女性 4,067歩 (R5年度保健事業アンケート)	64歳以下 男性 6,200歩以上 女性 5,500歩以上 65歳以上 男性 5,300歩以上 女性 4,600歩以上
	30分以上の運動を週1～2回以上実施している割合	男性 40.2% 女性 38.8% (H25年度保健事業アンケート)	男性 46.6% 女性 46.2% (H30年保健事業アンケート)	男性 53.3% 女性 50.5% (R5年保健事業アンケート)	男性 46%以上 女性 46%以上
	集団運動教室の参加者数	875人 (H26年度)	1,105人 (H30年度保健衛生)	341人 (R5年度)	1,100人以上
	要介護認定者の出現率	18.45% (H26年度)	15.64% (H30年度)	17.84% (R5年度)	⇒基本的な目標の補完的数値目標へ

	市の評価項目	計画策定時	中間評価値	現状値(R5)	市の目標(R6)
基本方針 1 自らの健康は自らつくる					
(3) 健康的な生活習慣の推進	3歳でむし歯のない幼児の割合	85.1% (H26年度3歳児健診)	87.4% (H30年度3歳児健診)	93.1% (R5年度3歳児健診)	90%
	5歳(年長)でむし歯のない幼児の割合	77.1% (H26年度保育係データ)	79.3% (H30年度保育係データ)	89.5% (R5年度保育係データ)	77%以上
	12歳(中学1年生)でむし歯のない生徒の割合	男子 64.6% 女子 67.6% (H26年度学校保健統計調査)	男子 40.2% 女子 47.7% (H30年度学校保健統計調査)	男子 51.6% 女子 44.4% (R5年度学校保健統計調査)	70%
	歯肉の状態に異常がある児童・生徒の割合	小学生11.4% 中学生29.5% (H26年度学校保健統計調査)	小学生20.1% 中学生 8.1% (H30年度学校保健統計調査)	小学生 18.1% 中学生 22.6% (R5年度学校保健統計調査)	小学生 14%以下 中学生 23%以下
	40歳における進行した歯周炎を有する者の割合(3カ年平均値)	53.9% (市歯周疾患健診 (H24～H26年度の平均値))	58.8% (市歯周病検診 (H27～29年度の平均値))	21.4% (R5市歯周病検診)	40%
	妊娠中の喫煙率	(8)すこやか親子へ			
	妊娠中の飲酒率				
	未成年者の喫煙率(「時々喫煙」、「毎日喫煙」と回答した者の割合)	中学1年 男子 2.0% 女子 0.7% (H26 健康保健課アンケート)	中学1年 男子 0% 女子 0% (H30年度健康保健課アンケート)	中学1年 男子 0% 女子 0% (R5年度健康保健課アンケート)	中学1年 男子 0% 女子 0%
	未成年者の飲酒割合(月1～2回以上の飲酒があると回答した者の割合)	中学1年 男子 3.9% 女子 1.4% (H26 健康保健課アンケート)	中学1年 男子 1.9% 女子 0% (H30年度健康保健課アンケート)	中学1年 男子 0.5% 女子 0% (令和5年度健康保健課アンケート)	中学1年 男子 0% 女子 0%
	成人(40～74歳国保加入者)の喫煙率	男性 20.7% 女性 4.6% (H26年度特定健診)	男性 20.9% 女性 3.8% (H29年度特定健診)	男性 19.1% 女性 4.3% (R4年度特定健診)	男性 20%以下 女性 4%以下
(4) こころの健康づくり	生活習慣病のリスクを高める飲酒をする(40～74歳国保加入者)割合(男性1日2合以上、女性1日1合以上の飲酒者)	男性 9.3% 女性 4.8% (H26年度特定健診)	男性 8.3% 女性 5.1% (H29年度特定健診)	男性 11.9% 女性 4.1% (R4年度特定健診)	男性 9%以下 女性 5%以下
	自殺死亡 標準化死亡比(5カ年の平均値)	男性 81 女性 69 (H20年～H24年の平均値)			99以下
	産後うつ傾向にある母親(EPDS9点以上)の割合	15.0% (H26年度新生児訪問データ)	9.4% (平成30年度新生児訪問データ)	4.3% (R5年度新生児訪問データ)	10%以下
	子育てについて相談できる友人や場がないと感じる親	3.7% (H26年度新生児訪問データ)	4.9% (平成30年度新生児訪問データ)	1.8% (R5年度新生児訪問データ)	4.5%以下
	睡眠の状況に満足している者の割合	80.1% (H26年度こころの健康づくりアンケート調査)	73.6% (H30年保健事業アンケート)	73.3% (R5年保健事業アンケート)	81.0%以上
	ストレスが過度であると感じている者の割合	男性 8.4% 女性 15.2% (H26年度こころの健康づくりアンケート調査)	男性 13.0% 女性 17.3% (H30年保健事業アンケート)	男性 12.4% 女性 17.1% (R5年保健事業アンケート)	男性 13.7%以下 女性 17.0%以下
	ストレスがあると感じている者の割合	男性 38.1% 女性 45.3% (H26年度こころの健康づくりアンケート調査)	男性 48.6% 女性 54.8% (H30年保健事業アンケート)	男性 49.8% 女性 54.7% (R6年保健事業アンケート)	男性 48.5%以下 女性 54.5%以下
	自分にあったストレスの対処法を知り、実践している者の割合	男性 77.0% 女性 70.3% (H26年度こころの健康づくりアンケート調査)	男性 76.4% 女性 77.0% (H30年保健事業アンケート調査)	男性 77.7% 女性 78.0% (R5年保健事業アンケート)	男性 78.0以上 女性 78.0以上
	ゲートキーパー人材育成講座修了者の、こころの相談に関わった者の割合	71% (H26年度ゲートキーパー教育後の活動に関する基礎調査)	45.7% (H30年度ゲートキーパー教育後の活動に関する基礎調査)	55.6% (R4年度ゲートキーパー教育後の活動に関する基礎調査)	⇒「東御市自殺対策計画」に設定
	こころの健康について不安がとてもある者の割合	4.3% (H26年度こころの健康づくりアンケート調査)	9.0% (H30年保健事業アンケート)	8.7% (R5年保健事業アンケート)	9.0%以下

	市の評価項目	計画策定時	中間評価値	現状値(R5)	市の目標(R6)
基本方針 1 自らの健康は自らつくる					
(5) 生活習慣病の発症予防・重症化予防(循環器疾患)	特定健康診査受診率	44.0% (H26年度確定値)	46.3% (H29年度確定値)	43.9% (R4年度法定報告確定値)	50%以上
	特定保健指導実施率	59.1% (H26年度確定値)	66.3% (H29年度確定値)	62.8% (R4年度法定報告確定値)	66.3%以上
	正常高値血圧以上(40～74歳国保加入者)の割合	男性 51.4% 女性 38.5% (H25年度特定健診法定報告)	男性 43.8% 女性 38.0% (H29年度特定健診法定報告)	男性 52.1% 女性 46.2% (R4年度特定健診法定報告)	男性 43%以下 女性 38%以下
	Ⅱ度高血圧以上(40～74歳国保加入者)の割合	男性 6.1% 女性 4.6% (H25年度特定健診法定報告)	男性 4.3% 女性 2.9% (H29年度特定健診法定報告)	男性 5.9% 女性 7.2% (R4年度特定健診法定報告)	男性 4.3%以下 女性 2.9%以下
	脂質異常症(LDLコレステロール160mg/dl以上)(40～74歳国保加入者)の割合	男性 10.1% 女性 14.3% (H25年度特定健診法定報告)	男性 7.8% 女性 12.4% (H29年度特定健診法定報告)	男性 7.5% 女性 12.5% (R4年度特定健診法定報告)	男性 7.5%以下 女性 10%以下
	メタボリックシンドローム該当者(40～74歳国保加入者)の割合	男性 32.8% 女性 10.0% (H25年度特定健診法定報告)	男性 30.7% 女性 11.3% (H29年度特定健診法定報告)	男性 33.3% 女性 11.1% (R4年度特定健診法定報告)	男性 30%以下 女性 10%以下
	メタボリックシンドローム予備群(40～74歳国保加入者)の割合	男性 15.7% 女性 6.5% (H25年度特定健診法定報告)	男性 16.8% 女性 6.3% (H29年度特定健診法定報告)	男性 15.9% 女性 5.7% (R4年度特定健診法定報告)	男性 15%以下 女性 6%以下
	新規介護保険2号被保険認定者のうち、生活習慣病を起因とする認定の割合(4カ年の平均値)	43.5% (H23～H26年度の平均値)	45% (H27～30年度の平均値)	50% (R5年度)	43%以下
	65歳未満の死亡者のうち、脳・心疾患原因による割合(4カ年平均)	男性 22.9% 女性 19.0% (H23～H26年の平均値)	男性 25.2% 女性 15.2% (H27～30年の平均値)	男性 8.2% 女性 18.2% (R5年)	男性 22%以下 女性 19%以下
	65歳未満の死亡者のうち、脳・心疾患原因による割合(4カ年平均)	男性 22.9% 女性 19.0% (H23～H26年の平均値)	男性 25.2% 女性 15.2% (H27～30年の平均値)	男性 8.2% 女性 18.2% (R5年)	男性 22%以下 女性 19%以下
(糖尿病)	HbA1c値6.5%以上(40～74歳国保加入者)の割合	男性 12.6% 女性 5.7% (H25年度特定健診法定報告)	男性 13.0% 女性 7.0% (H29年度特定健診法定報告)	男性 12.9% 女性 5.7% (R4年度特定健診法定報告)	男性 12%以下 女性 5%以下
	HbA1c8.4%以上(40～74歳国保加入者)の割合	男性 1.3% 女性 0.5% (H25年度特定健診法定報告)	男性 0.6% 女性 0.7% (H29年度特定健診法定報告)	男性 0.9% 女性 0.2% (R4年度特定健診法定報告)	男性 1.3%以下 女性 0.5%以下
	糖尿病性腎症による新規人工透析者数(障がい者手帳取得者のうち4カ年の平均値)	3.3人 (H23～H26年度の平均値)	2.6人 (H27～H30年度の平均値)	5.0人 (R5年度)	2.0人以下
(がん)	がん検診受診率	胃がん 62.2% 肺がん 60.8% 大腸がん 56.6% 子宮頸がん 55.0% 乳がん 48.1% 前立腺がん 47.2% (H25年度保健事業アンケート)	胃がん 52.3% 肺がん 58.4% 大腸がん 56.6% 子宮頸がん 55.0% 乳がん 36.6% 前立腺がん 43.7% (H30年保健事業についてのアンケート)	胃がん 48.8% 肺がん 59.8% 大腸がん 54.8% 子宮頸がん 40.0% 乳がん 40.7% (R5年保健事業アンケート)	胃がん63%以上 肺がん61%以上 大腸がん57%以上 子宮頸がん55.0%以上 乳がん50%以上
	がん検診精密検査の受診率 (胃・肺・大腸・乳・子宮頸がん検診精密検査受診率の平均値)	74.4% (H26年度保健衛生)	86.5% (H30年度市保健衛生)	80.7% (R5年度市保健衛生)	90%以上

	市の評価項目	計画策定時	中間評価値	現状値(R5)	市の目標(R6)
基本方針 2 食育の推進					
(6) 健全な食生活のための食育	朝食を食べている幼児の割合		3歳児 100% (H30年度乳幼児健診)	3歳児 99.5% (R5年度乳幼児健診)	3歳児 100%
	朝食を食べている園児の割合		5歳 97.9% (H30年度保育園調査)	5歳児 94.0% (R5年度保育園調査)	5歳 98%以上
	朝食を園児と一緒に食べる保護者の割合		5歳 84.5% (H30年度保育園調査)	5歳児 69.7% (R5年度保育園調査)	5歳 84.5%以上
	朝食を欠食する児童・生徒の割合		小学6年生 4.7% 中学3年生 5.7% (H30年度全国学力・学習状況調査)	小学6年生 0.4% 中学3年生 0.4% (R5年度全国学力・学習状況調査)	小学6年生 4%以下 中学3年生 5%以下
	家族や友人等2人以上での食事を楽しいと思う者の割合	小学5年生 89.3% 中学2年生 73.1% (H25年度学校栄養士会アンケート「児童生徒の食に関する実態調査」)	小学5年生 92.9% 中学2年生 91.6% (H28年度学校栄養士会アンケート「児童生徒の食に関する実態調査」)	小学5年生 94.7% 中学2年生 91.4% (R5年度「児童生徒の食に関する実態調査」)	小学5年生 90%以上 中学2年生 90%以上
	「バランスのとれた食生活」をいつも心がけている者の割合	47% (H25年度保健事業アンケート)	43% (H30年度保健事業アンケート)	46.6% (R5年度保健事業アンケート)	47%以上
基本方針 3 健康を支える環境づくり					
(8) すこやか親子の推進	全出生数中の低出生体重児の割合	8.5% (H26年出生届より)	9.0% (H30年出生届より)	11.0% (R5年出生届より)	9.5%以下
	妊娠11週以下での妊娠届出率	92.4% (H26年度妊娠届より)	96.3% (H30年度妊娠届より)	94.4% (R5年度妊娠届より)	95.5%以上
	妊娠中の喫煙率	3.1% (H26年度新生児訪問データ)	3.0% (H30年度新生児訪問データ)	3.1% (R5年度新生児訪問データ)	0%
	妊娠中の飲酒率	0.9% (H26年度新生児訪問データ)	0% (H30年度新生児訪問データ)	0% (R5年度新生児訪問データ)	0%
	両親学級初産婦参加率	42.9% (H26年度市保健衛生)	45.7% (H30年度市保健衛生)	62.3% (R5年度市保健衛生)	50%以上
	妊婦訪問の実施率		93.0% (H30年度市保健衛生)	96.8% (R5年度市保健衛生)	93%以上
	乳幼児家庭訪問(新生児訪問)実施率	98.7% (H26年度新生児訪問データ)	97.9% (H30年度新生児訪問データ)	100.0% (R5年度新生児訪問データ)	98%以上
	産後うつ傾向にある母親(EPDS 9点以上)の割合	15.0% (H26年度新生児訪問データ)	9.4% (H30年度新生児訪問データ)	4.3% (R5年度新生児訪問データ)	⇒(4)こころの健康づくりへ
	乳幼児健康診査の受診率	4か月 97.4% 10か月 94.6% 1歳6か月児 96.0% 2歳児 90.7% 3歳児 98.0% (H26年度市保健衛生)	4か月 97.7% 10か月 96.4% 1歳6か月児 98.2% 2歳児 94.2% 3歳児 97.4% (H30)	4か月 97.5% 10か月 99.4% 1歳6か月児 100.6% 2歳児 88.2% 3歳児 100.0% (R5年度)	4か月 97%以上 10か月 96%以上 1歳6か月児 98%以上 2歳児 94%以上 3歳児 98%以上
	早寝(21時前就寝)早起き(7時前起床)の生活リズムをしている親の割合	1歳6か月 早寝 41.0% 早起き 49.3% 3歳 早寝 30.4% 早起き 53.4% (H26年度乳幼児健診)	1歳6か月 早寝 38.0% 早起き 48.1% 3歳 早寝 15.7% 早起き 53.4% (H30年度乳幼児健診)	1歳6か月 早寝 43.2% 早起き 58.0% 3歳 早寝 14.4% 早起き 57.9% (R5年度乳幼児健診)	1歳6か月 早寝 40%以上 早起き 50%以上 3歳 早寝 30%以上 早起き 55%以上
	育児が楽しいと思う(まあまあ含)親の割合	1歳6か月 72.3% (H26年度乳幼児健診)	1歳6か月 94.0% (H30年度乳幼児健診)	1歳6か月 97.2% (R5年度乳幼児健診)	1歳6か月 94%以上
	家庭で子育てについて常に話し合っている家庭の割合	1歳6か月 95.5% (H26年度乳幼児健診)	1歳6か月 97.2% (H30年度乳幼児健診)	1歳6か月 96.0% (R5年度乳幼児健診)	1歳6か月 97%以上
	子育てについて相談できる友人や場が無いと感じる親の割合	3.7% (H26年度新生児訪問データ)	4.9% (H30年度新生児訪問データ)	1.8% (R5年度新生児訪問データ)	⇒(4)こころの健康づくりへ
	安心して医療につながると感じる親の割合	1歳6か月 95.3% (H26年度乳幼児健診)	1歳6か月 88.4% (H30年度乳幼児健診)	1歳6か月 93.2% (R5年度乳幼児健診)	1歳6か月 95%以上
	安心して子育てができる地域だと感じる親の割合	1歳6か月 97.5% (H26年度乳幼児健診)	1歳6か月 96.7% (H30年度乳幼児健診)	1歳6か月 94.9% (R5年度乳幼児健診)	1歳6か月 97%以上

	市の評価項目	計画策定時	中間評価値	現状値(R5)	市の目標(R6)
(9) 感染症対策	BCG接種率	86.7% (H26年度)	92.1% (H30 市保健衛生)	102.5% (R5年度)	95%以上
	麻しん風しん混合ワクチン第1期予防接種率	74.1% (H26年度保健衛生)	93.7% (H30年度保健衛生)	88.6% (R5年度)	95%以上
	麻しん風しん混合ワクチン第2期予防接種率	94.3% (H26年度保健衛生)	93.6% (H30年度保健衛生)	91.8% (R5年度)	100%
	胸部レントゲン受診率	24% (H26年度保健衛生)	31.3% (H30年度保健衛生)	26.9% (R5年度)	30%以上
	胸部レントゲン検診精密検査受診率	77.8% (H26年度保健衛生)	56.4% (H30年度保健衛生)	69.6% (R5年度)	100%
(10) 充実の地域保健の	健康づくり推進員による受診勧奨世帯数	6,467世帯 (H26 各種検診申込書回収世帯数)	5,775世帯 (H30 各種検診申込書回収世帯数)		⇒地域で健康づくりに取り組む評価項目とするため設定しない
	健康づくり推進員により地域ごとの健康づくり事業を実施している区		29区 (H31年度健康保健課調査)		29区以上
	近所の人と助け合う気持ちがある(非常にある～まあある)者の割合	69.3% (H25年度地域のつながりに関する基礎調査より)	81.9% (H30年保健事業アンケート)	75.8% (R5年保健事業アンケート)	82%以上

6 第2期東御市国民健康保険保健事業実施計画（データヘルス計画）

評価項目（進捗状況）

平成29年度第2期東御市国民健康保険保健事業実施計画（データヘルス計画）を定め、令和3年度は中間評価を行いました。生活習慣病対策をはじめとする被保険者の健康増進、糖尿病等の発症や重症化予防等の保健事業の実施及び評価を行うものとします。令和5年度は最終評価を行いました。

なお、本市で策定する「第2次東御市健康づくり計画後期計画 健康とうみ21」で用いた評価指標を用いるなど、整合性を図っています。

（1）成果目標

今計画の目的は、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病性腎症の死亡を減らし、健康寿命を延伸させることです。

ア 中長期的な目標の設定

虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病性腎症を減らしていくことを目標としますが、早世予防の観点から、65歳未満の死亡原因のうち心疾患、脳血管疾患をはじめとする生活習慣病による死亡を減少させることを目指します。

中長期的な目標：虚血性心疾患・脳血管疾患・糖尿病性腎症の減少を目指す。

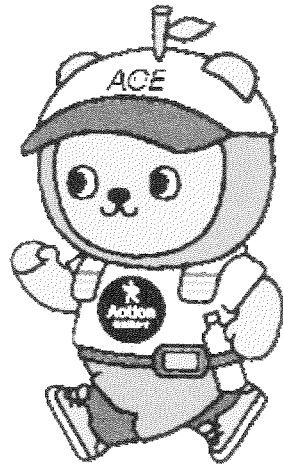
評価項目	第2期計画現状値 (H29年度)	現状値 (R5年度)	目標	備考
65歳未満の死亡者のうち、脳血管疾患・心疾患による割合	21.6% 男性 25.8% 女性 13.9% (H26～H28の平均)	13.0% 男性 8.3% 女性 18.2%	男性 22%以下 女性 19%以下	死亡者の割合の平均 (保健衛生・65歳未満死亡者)
糖尿病性腎症による新規人工透析者数	2.0人 (H26～H28の平均)	5人	2.0人以下	(福祉課福祉援護係障がい者手帳取得者のうちの平均人数)

イ 短期的な目標の設定

基本的には、第2次東御市健康づくり計画後期計画「健康とうみ21」に準ずることとします。

短期的な目標：特定健診の検査項目について、危険因子の減少のため、数値の改善を目指す。

評価項目	第2期計画現状値 (H29年度)	現状値 (R5年度)	目標値	備考
特定健診受診率	44.5% (H28年度法定報告確定値)	43.9% (R4年度法定報告確定値)	50%以上	市総合計画に基づく
特定保健指導実施率	65.0% (H28年度法定報告確定値)	62.8% (R4年度法定報告確定値)	66.3%以上	市総合計画に基づく
メタボリックシンドロームの該当者	該当者 19.0% (451人) 男性：28.2% 女性：11.4% (H28年度法定報告確定値)	該当者 21.1% (418人) 男性：33.3% 女性：11.1% (R4年度法定報告確定値)	男性 30%以下 女性 10%以下	
メタボリックシンドローム予備群の割合	予備群 11.2% (226人) 男性：18.3% 女性：5.3% (H28年度法定報告確定値)	予備群 10.3% (204人) 男性：15.9% 女性：5.7% (R4年度法定報告確定値)	男性 15%以下 女性 6%以下	
Ⅱ度以上高血圧以上の者の割合	3.5% (83人) 男性：4.0% 女性：3.1% (H28年度法定報告確定値)	6.6% (132人) 男性：5.9% 女性：7.2% (R4年度法定報告確定値)	男性 4.3%以下 女性 2.9%以下	
HbA1c 値 8.4%以上の者の割合	0.8% (19人) 男性：0.9% 女性：0.7% (H28年度法定報告確定値)	0.5% (10人) 男性：0.9% 女性：0.2% (R4年度法定報告確定値)	男性 1.3%以下 女性 0.5%以下	
HbA1c 値 6.5%以上の者の割合	9.8% (233人) 男性：12.8% 女性：7.3% (H28年度法定報告確定値)	8.9% (177人) 男性：12.9% 女性：5.7% (R4年度法定報告確定値)	男性 12%以下 女性 5%以下	
HbA1c 値 5.6%以上の者の割合	74.0% (1,757人) 男性：74.5% 女性：73.6% (H28年度法定報告確定値)	58.6% (1,164人) 男性：64.2% 女性：54.1% (R4年度法定報告確定値)	減少	
LDL コレステロール 160mg/dl 以上の者の割合	9.4% (222人) 男性：6.5% 女性：11.7% (H28年度法定報告確定値)	11.0% (219人) 男性：7.5% 女性：12.5% (R4年度法定報告確定値)	減少	



長野県 PR キャラクター「アルクマ」

©長野県アルクマ

令和 5 年度東御市保健衛生

令和 6 年 6 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 健康推進課