

2024
令和 6 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 精神保健事業・自殺対策事業
- 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、新生児聴覚検査受検票、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	120 件	5 件	3 件	128 件
再交付等件数（事由：紛失、汚損）				1 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）	1,878 枚	1,623 回
追加検査（5 回）	668 枚	641 回
超音波検査（4 回）	532 枚	511 回
県外医療機関受診者		8 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、市内及び上田小県歯科医師会所属歯科医で受診します。

年度	受診券発行	受診者数	備考（受診券発行のうち）
R4	177 枚	68 人	転入者 9 人
R5	168 枚	62 人	転入者 7 人
R6	134 枚	59 人	転入者 6 人

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(件)	来所(件)	電話(件)	合計(うち助産所への委託数)(件)
R4	100	38	24	162 (107)
R5	126	15	12	153 (91 うち妊婦 90 産婦 1)
R6	119	6	5	130 (78)

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(人)	参加者数(人)	参加率	
				(前年)
妊 婦	130	32	24.6%	30.6%
うち初産婦	58	29	50.0%	62.3%
家 族	—	27	—	—

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 13 人）

〔内1回8月10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 13 人参加〕

＜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 ・離乳食について

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、産後うつの予防を図ります。

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。

健診・検査	受診票発行数	年度中受診数
産婦健康診査（2回）	281 枚	277 回
県外医療機関受診者		6 人

8 新生児聴覚検査

目 的：新生児の聴覚異常の早期発見・早期支援及び子育て家庭の経済的負担の軽減を図ります。

内 容：初回検査を上限 5,000 円公費負担。県外医療機関受診者は償還払いにより補助。

検査	受検票発行数 (R5 妊娠届出者分含む)	年度中受診数
新生児聴覚検査	231 枚	131 回
県外医療機関受診者		5 人

9 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		産科医療機関等からの 連絡票（対訪問数割合）	他市からの 依頼
		（うち他市へ依頼）		
R 4	174	(4)	35 (20.1%)	7
R 5	164	(2)	26 (15.9%)	10
R 6	155	(2)	41 (26.4%)	11

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回対象月齢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＞

R7.4.15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	4	165	165	100.0	22	13.3	8	4.8	62.5
	5	157	153	97.5	25	16.3	2	1.3	50.0
	6	167	165	98.8	26	15.8	3	1.8	66.7
10か月児	4	174	170	97.7	21	12.4	0	—	—
	5	175	174	99.4	35	20.1	4	2.3	100.0
	6	160	157	98.1	17	10.8	2	1.3	100.0
1歳6か月児	4	205	204	99.5	42	20.6	2	1.0	50.0
	5	175	175	100.0	50	28.6	2	1.1	50.0
	6	150	150	100.0	32	21.3	0	—	—
3歳児	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
	6	192	192	100.0	42	21.9	37	19.3	100.0

・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	4	205	204	99.5	0.0	100.0
	5	175	175	100.0	0.0	100.0
	6	150	150	100.0	1.3	98.7
2歳児歯科	4	210	165	78.6	4.2	95.8
	5	187	165	88.2	0.6	99.4
	6	155	140	90.3	1.4	98.6
3歳児	4	230	227	98.7	7.0	93.0
	5	216	216	100.0	7.4	92.6
	6	192	192	100.0	4.7	95.3

11 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 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
R 6	宿泊	27 人	100 泊
	通所	73 人	延べ 183 回

12 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 4	4	8	921,569
R 5	2	2	209,890
R 6	7	16	1,643,310

13 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 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	
R 6	ごっくん（満 5 か月児）	165	119	72.1	12 回開催
	もぐもぐ（満 7 か月児）	156	113	72.4	

14 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 50 回	乳児：延 406 人 幼児：延 211 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 150 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 29 回	延 42 人
言語相談	言語聴覚士	ことばに関する相談	計 24 回	延 38 人

15 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）

年度	相談	不妊 (件)	不妊 (実人数)		不育症 (人)		補助額 (円)
			交付	うち新規	交付	うち新規	
R 4	7	9	8	1	0	0	932,286
R 5	13	13	7	4	1	1	2,305,946
R 6	14	9	7	5	0	0	1,682,665
H18～R6 年度 不妊治療累計：補助 233 件（実 148 人）・子の出生 87 人、出産予定 0 人 不育治療累計：補助 2 件（実 2 人）・子の出生 1 人							

（R 7.3 月末現在）

16 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月 1 回実施。

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、子どもサポートセンター運営委員会、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。参加者数20人
- 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人
- 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 23人

（内訳：身体的虐待1・心理的虐待8・性的虐待2・ネグレクト1・養護7・育成相談4）

(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	R 6 支給件数
出産応援給付金	妊娠届出時	延べ162人	延べ133人
子育て応援給付金	出生後の乳児家庭訪問時	延べ159人	延べ155人

(7) 低所得の妊婦に対する初回産科受診料支援事業

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。

支給時期	R 5 支給件数	R 6 支給件数
妊娠の届出、母子健康手帳交付時	3 人	1 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R7.5.31現在の受診確認状況）

- ・特定健診（40～74歳東御市国保加入者） 1,769人
（特定健診1,205人：個別868+JAヘルス337、人間ドック564人：受領委任470+補助金94）
- ・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） 949人
（後期高齢者健診584人：個別485+JAヘルス99 人間ドック365人：受領委任337+補助金28）
- ・健康診査（19～39歳の申込者） 118人（国保49人・国保以外69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。

- ・特定健診受診券発行件数 3,607件（再発行件数：16件、追加発行件数：83件）
- ・後期高齢者健診受診券発行件数 786件（再発行件数：4件、追加発行件数：67件）
- ・健康診査受診券発行件数 549件（再発行件数：1件、追加発行件数：25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 4	341人	67人	6人
R 5	342人	91人	16人
R 6	337人	99人	17人

実施日	場所	実施日	場所
11月12日、13日	ラ・ヴェリテ	令和7年2月5日	和コミュニティセンター
11月14日、15日	保健センター	令和7年2月6日	滋野コミュニティセンター
12月13日	北御牧公民館		

③ 詳細健診：心電図（受診者数208人）、眼底検査（受診者数94人）

④ 二次健診：糖負荷検査（受診者数/対象者数 1人/17人） 動脈エコー検査（受診者数/対象者数 0人/17人）

* 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。

(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：161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38人のうち26人に初回面接実施

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114人初回面接実施

対象：腹囲＋リスク1つ、腹囲正常でもBMI25以上＋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244人のうち40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。

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 4	131人
R 5	147人
R 6	91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 4	148人
R 5	147人
R 6	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 4	44人
R 5	178人
R 6	179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 4	51人
R 5	151人
R 6	135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	79	人
健診等受診し経過を追っている人数	79	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、健診・レセプトデータをもとに対象者を国が推奨しているFBRツールで抽出。腎機能、尿蛋白、HbA1cの前年度の検査結果をもとにリスクが高い者に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。またリスクが低い者にはACE教室の案内をしました。

対象者	288 人
保健指導実施者数	48 人
ACE教室の案内	280 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	780	1,018
管理栄養士が実施した相談	675	380

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2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3期データヘルス計画（令和6年度～令和11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3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）

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（5月9日、令和7年2月27日）

年2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、健康推進

(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】10人 【重症化予防（糖尿病）】8人
【重症化予防（その他）】19人 【服薬（多剤）】1人 【健康状態不明者】9人
歯科衛生士による個別相談・指導 3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53箇所において累計116回実施、988人参加。

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6年度中に20・30・40・50・60・70歳になる市民 対象者2,023名
- 検診料金 500円
- 実施期間 令和6年5月1日から令和7年2月28日まで
- 実施医療機関 市内歯科医療機関（9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)

	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度	R6年度
男	51	43	39	50	49
女	91	77	73	54	68
合計	142	120	112	104	117
対象者	1,940	1,830	1,832	1,758	2,023
受診率	7.3%	6.6%	6.1%	5.9%	5.8%

(3) 令和6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
20歳	男	4	130	3.1%	1	2	1	2	3	0
	女	9	135	6.7%	1	4	4	7	7	0
30歳	男	5	128	3.9%	0	2	3	5	4	2
	女	5	109	4.6%	0	2	3	5	5	1
40歳	男	7	157	4.5%	0	1	6	6	7	2
	女	9	155	5.8%	0	4	5	5	7	1
50歳	男	4	227	1.8%	0	0	4	4	4	2
	女	13	203	6.4%	1	2	10	12	12	5
60歳	男	9	198	4.5%	0	0	9	7	8	4
	女	13	165	7.9%	0	1	12	11	13	10
70歳	男	20	230	8.7%	0	2	18	17	19	9
	女	19	186	10.2%	2	4	13	15	17	5
合計	男	49	1070	4.6%	1	7	41	41	45	19
	女	68	953	7.1%	4	17	47	55	61	22
総計		117	2,023	5.8%	5	24	88	96	106	41

令和6年度より対象者に年度20歳が追加となりました。

対象者2,023人のうち、受診者は117人で受診率は5.8%と低い状況です。年齢・性別でみると、70歳女性の受診率が10.2%と一番高い受診率でした。

検診結果は、異常なしが受診者の4.3%と低く、精密検査が必要な受診者は75%でした。歯肉の状況は、進行した歯周炎が受診者の35%を占めています。

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 : 717人
- 検診料金 : 1,500円
- 実施期間 : 令和6年7月8日（月）、8月7日（水）、9月2日（月）、10月7日（月）、11月18日（月）、令和7年1月10日（金）、1月29日（水）、2月17日（月）

- 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	7	6	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	29	22	7	7	0	1	0	4	1	1	0	0	0
45～49	男	11	10	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0
	女	25	23	2	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1
50～54	男	11	10	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0
	女	29	28	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
55～59	男	11	10	1	1	0	0	(1)	1	0	0	0	0	0
	女	27	26	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
60～64	男	15	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	20	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
65～69	男	36	31	5	3	0	0	0	1	1(1)	0	0	1	2
	女	31	30	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
70～74	男	39	32	7	5	0	0	(1)	3	0	0	0	2	2
	女	30	28	2	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1
75～79	男	25	22	3	1	0	0	(1)	1	0	0	0	0	2
	女	28	26	2	1	0	(1)	0	1	0	0	0	0	1
合計	男	155	136	19	12	0	0	0(3)	6	1(1)	0	0	5	7
	女	219	203	16	13	0	1(1)	0	6	5	1	0	0	3
総計		374	339	35	25	0	1(1)	0(3)	12	6(1)	1	0	5	10

※令和7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 : 168人
- 検診料金 : 5,000円
- 実施期間 : 令和6年6月1日～令和7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)								要精密検査者数	精密検査受診者数	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			
50歳	男	2	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0
	女	7	0	0	0	3	2(1)	1	0	1	0	0	0
55歳	男	3	0	0	0	2	(1)	1	0	0	1	0	1
	女	5	0	0	0	2	2	0	0	1	0	0	0
60歳	男	2	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0
	女	4	0	0	0	3	1(1)	(1)	0	0	0	0	0
65歳	男	3	0	0	0	2	(2)	0	0	1	0	0	0
	女	4	0	0	0	2	(2)	0	0	2	0	0	0
70歳	男	4	0	0	0	2	1(1)	0	0	1	0	0	0
	女	4	0	0	0	3	(2)	1	0	0	0	0	0
75歳	男	3	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0
	女	2	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0
合計	男	17	0	1	0	10	2(4)	1	0	3	2	1	1
	女	26	0	0	0	13	6(6)	2(1)	0	5	0	0	0
総計		43	0	1	0	23	8(10)	3(1)	0	8	2	1	1

※令和7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7年3月末現在		令和7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
37	19	51.4%	26	70.3%

2 大腸がん検診

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

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：2,292人

○検診料金：600円

○実施期間：令和6年6月1日～令和7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

	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度	R6年度
受診者数	1,243	1,241	1,036	1,192	1,115
異常なし	1,170	1,157	983	1,141	1,054
要精密検査者数	73	84	53	51	61
精密検査結果	大腸がん	1	4	2	3
	ポリープ	20	31	25	14
	大腸憩室	1	2	3	3
	肛門疾患	6	6	3	6
	その他	1	2	2	2
	診断未記入	1	0	1	0
	異常なし	13	15	6	5
未受診者	30	24	11	12	18

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	13	12	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	32	29	3	2	0	1	0	0	0	0	1	1
45～49	男	10	9	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
	女	28	26	2	2	0	1	0	1	0	0	0	0
50～54	男	13	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	58	56	2	2	0	1	1	0	0	0	0	0
55～59	男	13	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	51	50	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
60～64	男	23	23	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	59	57	2	2	0	1	0	0	0	0	1	0
65～69	男	60	59	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0
	女	132	124	8	6	1	1	0	1	0	0	3	2
70～74	男	90	85	5	4	0	2	1	0	0	0	1	1
	女	150	142	8	6	1	2	0	1	0	0	2	2
75～79	男	75	72	3	2	1	0	0	0	0	0	1	1
	女	130	124	6	3	0	1	0	0	0	1	1	3
80以上	男	74	67	7	6	0	4	0	0	0	0	2	1
	女	104	93	11	5	0	0	1	1	0	0	3	6
合計	男	371	353	18	14	1	6	1	0	1	0	5	4
	女	744	701	43	29	2	8	2	4	0	1	12	14
総計		1115	1054	61	43	3	14	3	4	1	1	17	18

※令和7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7年3月末現在		令和7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
61	43	70.5%	43	70.5%

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ています。

(1) 実施状況

○対象者 : 41歳以上の奇数年齢になる者 申込者656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6年6月1日～令和7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6年6月26日、7月12日、9月13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

		R2年度	R3年度	R4年度	R5年度	R6年度
受診者数		399	410	392	364	346
異常なし		360	364	348	320	295
要精密検査者		39	46	44	44	51
精密検査結果	肺がん	1	1	0	0	0
	肺がん疑い	4	5	0	0	3
	肺結核治癒 (H27～陳旧性炎症性変化を含む)	1	3	1	7	4
	その他呼吸器疾患	9	17	19	17	18
	循環器疾患	1	0	1	3	1
	その他の疾患	2	2	7	3	10
	異常なし	3	7	6	2	7
	未受診者	18	11	10	12	8

※令和7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

		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	3	2	6	0	0	1	2
	その他呼吸器疾患疑い	0	0	2	7	0	3	2	5
	循環器疾患疑い	0	0	0	0	1	0	0	0
	その他の疾患疑い	0	0	0	5	0	7	4	1
	合計	0	3	4	18	1	10	7	8

※令和7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	7	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	14	13	1	1	0	0	1	0	0	0	0
45～49	男	14	13	1	1	0	1	0	0	0	0	0
	女	32	31	1	0	0	0	0	0	0	0	1
50～54	男	15	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	26	20	6	5	0	0	0	4	0	1	1
55～59	男	13	10	3	3	0	0	1	2	0	0	0
	女	36	30	6	6	1	1	0	2	0	2	0
60～64	男	11	10	1	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	25	24	1	1	0	0	0	1	0	0	0
65～69	男	28	25	3	2	0	0	1	1	0	0	1
	女	34	31	3	3	0	1	0	2	0	0	0
70～74	男	14	12	3	3	1	0	0	2	0	0	0
	女	20	16	3	3	1	0	0	0	0	2	0
75～79	男	15	9	6	4	0	0	1	1	1	1	2
	女	20	16	4	3	1	0	0	1	0	1	1
80以上	男	9	5	4	3	1	0	0	1	0	1	1
	女	13	8	5	5	2	0	0	1	0	2	0
合計	男	126	106	21	16	2	1	3	7	1	2	5
	女	220	189	30	27	5	2	1	11	0	8	3
総 計		346	295	51	43	7	3	4	18	1	10	8

※令和7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	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0
45～49	男	5	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	12	11	1	0	0	0	0	0	0	0	1
50～54	男	15	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	10	10	5	4	0	0	0	3	0	1	1
55～59	男	5	5	1	1	0	0	0	1	0	0	0
	女	22	18	4	4	1	1	0	0	0	2	0
60～64	男	6	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	15	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0
65～69	男	14	12	2	1	0	0	0	1	0	0	1
	女	13	12	1	1	0	0	0	1	0	0	0
70～74	男	8	6	3	3	1	0	0	2	0	0	0
	女	13	10	2	2	1	0	0	0	0	1	0
75～79	男	10	6	4	3	0	0	0	1	1	1	1
	女	9	8	1	1	0	0	0	1	0	0	0
80以上	男	7	3	3	2	1	0	0	0	0	1	1
	女	9	6	3	3	1	0	0	1	0	1	0
合計	男	72	55	13	10	2	0	0	5	1	2	3
	女	106	93	17	15	3	1	0	6	0	5	2
総 計		178	148	30	25	5	1	0	11	1	7	5

※令和7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	11	10	1	1	0	0	1	0	0	0	0
45～49	男	9	8	1	1	0	1	0	0	0	0	0
	女	20	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0
50～54	男	5	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	11	10	1	1	0	0	0	1	0	0	0
55～59	男	8	5	2	2	0	0	1	1	0	0	0
	女	14	12	2	2	0	0	0	2	0	0	0
60～64	男	5	4	1	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	10	9	1	1	0	0	0	1	0	0	0
65～69	男	14	13	1	1	0	0	1	0	0	0	0
	女	21	19	2	2	0	1	0	1	0	0	0
70～74	男	6	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	7	6	1	1	0	0	0	0	0	1	0
75～79	男	5	3	2	1	0	0	1	0	0	0	1
	女	11	8	3	2	1	0	0	0	0	1	1
80以上	男	2	2	1	1	0	0	0	1	0	0	0
	女	4	2	2	2	1	0	0	0	0	1	0
合計	男	59	51	8	6	0	1	3	2	0	0	2
	女	109	96	13	12	2	1	1	5	0	3	1
総 計		168	147	21	18	2	2	4	7	0	3	3

※令和7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7年3月末現在		令和7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	42	82.4%	43	84.3%

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。

(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…871人 集団検診…237人
- 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6年5月1日～令和7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6年7月31日、9月4日、10月8日、10月30日、12月18日、令和7年2月7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6年度対象者 102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6年度対象者は、令和7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

	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度	R6年度
細胞診検査受診者数	895	843	793	782	770
異常なし	887	821	781	769	763
要精密検査者	8	22	12	13	7
腫瘍※ 上皮内	CIN1	0	2	0	0
	CIN2	2	2	3	4
	CIN3 (上皮内癌含む)	1	3	2	0
子宮頸がん (上皮内癌以外)	0	0	0	0	0
その他	0	0	1	1	1
異常なし	2	9	2	5	2
未受診者	3	6	4	1	4
子宮頸がん無料クーポン 検診対象者	128	105	136	106	102
子宮頸がん無料クーポン 検診受診者(再掲)	14	6	7	7	6

※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	26	26	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
30～34	40	39	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
35～39	50	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
40～44	75	74	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
45～49	69	69	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
50～54	106	104	1	0	0	1	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	1	1
55～59	65	64	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
60～64	91	91	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
65～69	81	81	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
70～74	66	65	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
75～79	53	53	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
80以上	27	26	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
総計	770	763	3	1	1	2	0	0	0	0	0	7	3	0	0	0	0	0	0	3	4

※令和7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)	6	6	0	—	—	—	—	—	—	—

※令和7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	R2年度		R3年度		R4年度		R5年度		R6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)	128	14	105	6	136	7	106	7	102	6

オ 実施状況再計 個別（委託医療機関にて実施）

単位：人

精検受診者の結果内訳														精検受診者数	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	頸がん	頸がん疑い	CIN1	CIN2	CIN3	その他	異常なし								
年齢	受診者数	(異常なし) NILM	ASC-US	ASC-H	LSIL (軽度)	HSIL(中等度 上皮内癌)	SSC (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	頸がん	頸がん疑い	CIN1	CIN2	CIN3	その他	異常なし	精検未受診者数
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	26	26	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
30～34	30	29	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
35～39	35	35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
40～44	54	53	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
45～49	53	53	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
50～54	75	74	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
55～59	50	49	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0
60～64	70	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
65～69	60	60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
70～74	42	42	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
75～79	39	39	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
80以上	13	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
総計	568	564	2	1	1	0	0	0	0	0	0	4	2	0	0	0	0	0	1	1	2

※令和7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)	SSC (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	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
30～34	10	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
35～39	15	15	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	16	16	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
50～54	31	30	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
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	21	21	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
65～69	21	21	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
70～74	24	23	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
75～79	14	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
80以上	14	13	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
総計	202	199	1	0	1	1	0	0	0	0	0	3	1	0	0	0	0	0	0	1	2

※令和7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7年3月末現在		令和7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
7	3	42.9%	3	42.9%

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…578人 集団検診…237人

○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6年5月1日～令和7年3月31日
	場所	東御市民病院
集団検診	期間	令和6年7月4日、9月20日、10月9日、11月20日、令和7年1月9日、3月3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6年度対象者 159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6年度対象者は、令和7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

	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度	R6年度
受診者数	658	662	654	642	643
異常なし	587	586	612	620	616
要精密検査者	71	76	42	22	27
精密検査結果	乳がん	1	0	2	1
	繊維腺腫	4	3	1	4
	乳腺症	2	5	5	1
	のう胞	4	10	10	4
	その他	11	11	8	2
	異常なし	30	39	14	10
	未受診者	19	8	2	5
乳がん無料クーポン検診対象者	171	161	150	174	159
クーポン検診受診者（再掲）	37	26	39	37	33

※令和7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	101	97	4	3	0	2	0	0	0	1	1
45～49	57	52	5	4	0	1	0	1	1	1	1
50～54	95	85	10	10	0	0	1	2	3	4	0
55～59	62	60	2	2	0	0	0	1	0	1	0
60～64	88	86	2	2	1	0	0	0	0	1	0
65～69	81	80	1	1	0	0	0	0	1	0	0
70～74	73	72	1	1	0	0	0	0	0	1	0
75～79	55	54	1	1	0	0	0	0	0	1	0
80以上	31	30	1	1	0	1	0	0	0	0	0
総計	643	616	27	25	1	4	1	4	5	10	2

※令和7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	33	32	1	0	0	0	0	0	0	0	1

※令和7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	R2年度		R3年度		R4年度		R5年度		R6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	171	37	161	26	150	39	174	37	159	33

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	70	67	3	2	0	2	0	0	0	0	0	1
45～49	40	37	3	2	0	0	0	0	1	0	1	1
50～54	55	50	5	5	0	0	1	1	1	1	2	0
55～59	40	38	2	2	0	0	0	0	1	0	1	0
60～64	66	66	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
65～69	52	52	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
70～74	48	48	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
75～79	39	38	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0
80以上	17	16	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
総計	427	412	15	13	0	3	1	3	1	5	5	2

※令和7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	31	30	1	1	0	0	0	0	0	1	0
45～49	17	15	2	2	0	1	0	0	1	0	0
50～54	40	35	5	5	0	0	0	1	2	2	0
55～59	22	22	0	0	0	0	0	0	0	0	0
60～64	22	20	2	2	1	0	0	0	0	1	0
65～69	29	28	1	1	0	0	0	0	1	0	0
70～74	25	24	1	1	0	0	0	0	0	1	0
75～79	16	16	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	216	204	12	12	1	1	0	1	4	5	0

※令和7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7年3月末現在		令和7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
27	23	85.2%	25	92.6%

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	138	141	102. 2%
		2 回目		138	140	101. 4%
	ロタテック	1 回目	出生 6 週～32週	138	17	12. 3%
		2 回目		138	17	12. 3%
		3 回目		138	18	13. 0%
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)	165	163	98. 8%
		2 回目		165	165	100. 0%
		3 回目		168	153	91. 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)	138	3	2. 2%
		2 回目		138	15	10. 9%
		3 回目		138	24	17. 4%
		追 加		150	162	108. 0%
小児用肺炎球菌		1 回目	生後 2 か月～5 歳に至るまで	138	165	119. 6%
		2 回目		138	168	121. 7%
		3 回目		138	167	121. 0%
		追 加		150	170	113. 3%
四 種 混 合		1 回目	生後 2 か月～7 歳半に至るまで	138	3	2. 2%
		2 回目		138	16	11. 6%
		3 回目		138	27	19. 6%
		追 加		150	183	122. 0%
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)	168	161	95. 8%

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
五 種 混 合	1 回目	生後 2 か月～7 歳半に至るまで	138	162	117.4%
	2 回目		138	154	111.6%
	3 回目		138	144	104.3%
	追 加		150	10	6.7%
麻しん風しん混合	1 期	1 歳～2 歳に至るまで	150	167	111.3%
	2 期	小学校入学前の 1 年間	225	209	92.9%
水 痘	初 回	1 歳～3 歳に至るまで	150	169	112.7%
	追 加		167	163	97.6%
日 本 脳 炎 ※H7年4月2日生～H19年4月1日生の特例措置対象者を含む	1 回目	生後 6 か月～7 歳半に至るまで 標準は 3 歳～4 歳	216	214	99.1%
	2 回目		216	224	103.7%
	追 加		224	247	110.3%
	2 期	標準は 9 歳～13 歳未満 1 期終了者で希望者	238	272	114.3%
二 種 混 合		11 歳以上 13 歳未満	264	228	86.4%
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)	646	102	15.8%
	2 回目		646	113	17.5%
	3 回目		646	37	5.7%
	1 回目	キャッチアップ接種 平成 9 年度～平成 19 年度 (高 2 相当) 生まれの接種未完了者 (期間中 3 回接種)	660	179	27.1%
	2 回目		660	175	26.5%
	3 回目		660	172	26.1%
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	9,743	5,378	55.2%
高齢者用肺炎球菌		65 歳の者及び 60 歳～64 歳の特定対象者	396	95	24.0%
新型コロナウイルス (10月～2月)		65 歳以上及び 60 歳～64 歳の特定対象者	9,743	2,698	27.7%

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日まで実施しました。

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6年度申請者数：0名（申請期限：令和7年3月31日）

令和6年度より、コロナウイルス感染症の予防接種がB類に位置付けられました。

令和6年4月から5種混合ワクチンが定期接種に位置付けられました。5種混合ワクチンは4種混合ワクチンにヒブワクチンを加えたものです。令和6年3月末までに4種混合ワクチン、ヒブワクチンの接種を1回でも行った者は引き続きこれらのワクチンを接種することになっています。

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6年度補助金交付数：13人（延べ日数：ロタウイルス4件、B型肝炎3件、小児用肺炎球菌4件、五種混合4件、子宮頸がん22件、日本脳炎2件、高齢者インフルエンザ2件、新型コロナ1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 (人)	実施者数 (人)	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。	1,949	135	6.9%
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	26	24	92.3%

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歳以上の者（事業者等が行う健康診断を受ける者を除く。）5,908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26日から8月30日の平日5日間

〔北御牧〕10月31日、11月1日

（1）受診者と精密検査対象者年次推移

単位：人

		令和5年度			令和6年度		
		男性	女性	合計	男性	女性	合計
受診者数		665	939	1,604	691	1,003	1,694
異常なし		535	779	1,314	582	888	1,470
要観察		111	133	244	91	100	191
要精密検査対象者		19	27	46	18	15	33
要精密検査対象者の内訳 (再掲)	読影不能	0	0	0	0	0	0
	肺結核疑い	0	0	0	0	0	0
	他呼吸器疾患疑い	10	8	18	11	6	17
	循環器疾患疑い	0	1	1	0	0	0
	他疾患疑い	0	0	0	0	0	0
	腫瘍疑い	9	18	27	7	9	16
精密検査未受診者		5	10	15	6	3	9

（2）令和6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	肺転移がん性	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	82	2	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	150	3	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2
70～74	男	174	4	3	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1
	女	254	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
75～79	男	188	5	3	0	0	0	0	0	1	0	0	0	2
	女	298	4	4	0	0	0	0	1	0	0	0	0	3
80以上	男	247	7	4	1	0	0	0	0	0	0	0	0	3
	女	301	7	4	1	0	0	0	0	0	0	0	1	2
合計	男	691	18	12	3	1	0	0	0	1	0	0	0	7
	女	1,003	15	12	2	0	0	0	1	0	0	0	1	8
総計		1,694	33	24	5	1	0	0	1	1	0	0	1	15

※年齢は年度年齢（令和7年4月1日時点）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6年12月31日現在） 新発生：3人（令和6年1月～12月）

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：（１）医師による相談件数（依頼先：小諸高原病院） 19 件（月 1 回予約制）
（２）精神保健福祉士による相談件数 21 件（随時相談）
（３）人権よろず相談における「心の相談」 0 件（月 1 回）

相談内容：家族関係について、受診相談、自身の発達障害について、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、育児不安について

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 16 名 延べ 36 名

会場 子育て支援センター 2 階 多目的ホール

子ども家庭支援課と共催とし、子どもの一時預り事業を活用

期 日	内 容
6 月 7 日（金）	自分へのいたわり,希望の感覚
6 月 14 日（金）	元気回復プラン（自分の取り扱い説明書づくり）
6 月 21 日（金）	関係性 WRAP いい感じの関係性

（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ています。

依存症や薬物乱用防止等の啓発を実施します。市報、ホームページ等で周知啓発しています。

実績：6 月にギャンブル依存症・薬物乱用ポスター掲示依頼。

10 月にアルコール関連問題啓発ポスター、麻薬・覚醒剤・大麻乱用防止運動ポスター掲示依頼

9 月、3 月の自殺予防週間と自殺対策強化月間に市報、ホームページに掲載。

(3) 精神保健講演会

目的：自殺対策の実践的な地域の取り組みの一つとして、住民の一人ひとりが自殺の保護要因である自己肯定感やライフスキルを振り返り、自身や身の回りの自殺リスクが低下する事を理解学習する機会のための講演会を実施しています。

演題：「心の変化に気づくには」

講師：公認心理士 加藤 千恵 氏

実績：開催日時 10月25日（金）午前10時～午前11時

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 教授 朴 相俊 氏

実績：参加者 延べ13人（実人数5人）（令和6年度までの修了生 242人）

会場 総合福祉センター2階 保健センター

期 日	内 容
8月1日（木）	大切な命～命の価値をもう一度考える～
8月15日（木）	支える命～自殺のころと向き合う～
8月29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4日（火）、8月27日（火）、11月19日（火）、2月18日（火）
午後7時～午後8時

参加者 延べ56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、1・2年生を対象にSOSの出し方を身につける授業を実施しています。

実績：東部中学校 2年生 7月19日 223名

北御牧中学校 1年生 7月1日・2日 35名

5 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19日（月）、2月4日（火）

午後2時～午後3時

参集者 医療機関（精神科医師、精神保健福祉士）、上田保健福祉事務所、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、福祉課

開催場所 東御市保健センター（総合福祉センター2階）

6 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。

7 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) 健康推進課の事業

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の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6年9月19日） 委員10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6年7月12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11個人 市報により会員を募集（脱退1名）

イ 会議

6月17日 第一回会議 活動計画等

ウ 会員学習

6月17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

エ 食育活動

(ア) 『かんたん朝ごはんの組み合わせ』資料の作成と配布。

ベジレンジャー実施後各園でデータ配信および希望者へ印刷資料配布
2月食育教室での印刷資料配布

(イ) 子どもの食育

実施日	対象者	内容	参加人数
10月30日（金）	滋野保育園	寸劇：食育戦隊ベジレンジャー	29人
10月31日（水）	祢津保育園	〃	26人
11月6日（木）	北御牧保育園	〃	16人
11月19日（金）	田中保育園	〃	47人
11月21日（水）	和保育園	〃	31人

- ・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実施。保護者へは郵便で内容を周知。

(ウ) 子育て世代への食育

実施日	園名	対象者	内容	参加人数
2月13日（水）	滋野保育園	年中児 保護者	「楽しく食べる子どもを 育てよう」 野菜の摂取と朝食について	26人
2月14日（金）	祢津保育園			17人
2月18日（火）	北御牧保育園			12人
2月19日（水）	和保育園			32人
2月21日（金）	田中保育園			40人

- ・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12日	総会	12
6月13日	学習 「東御市の健康課題について」「出汁について意見交流」 講師 身体教育医学研究所 所長 岡田 真平氏、管理栄養士	13
8月30日	学習「熱中症対策と予防について」 調理実習「夏野菜を使った料理」 講師 市管理栄養士	14
10月17日	学習 「クアオルト健康ウォーキング」 講師 身体教育医学研究所 所長 岡田 真平氏、sany TOMI	12
12月4日	調理実習 「フレイル予防のレシピを作ってみよう」 講師 会員 塩川 正代さん他	13
2月13日	調理実習「バイキング」 講師 会員 塩川 正代さん他	14

イ 上小支部・県参加

日程	内容	人数
4月24日	上小支部定期総会（上田市）	7
5月29日	長野県食生活改善推進協議会定期総会	1
10月24日	長野県食生活改善推進大会（塩尻）	4
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 8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

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ました。

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地区の健康状況学習会、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
1	R6. 8. 31	「地域共生社会の実現に資する身体活動・運動・スポーツ」 『健康格差』の是正に向けて私たちができること」	身体教育医学研究所 所長 岡田 真平氏 京都大学大学院医学系研究科社会疫学分野教授 近藤 尚己氏

※講演当日台風による悪天候のため、会場開催を中止し、オンライン配信での講演としました。

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 (人)
田中	R6. 9. 26	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	36
滋野	R6. 10. 8	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	43
祢津	R7. 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員会	12
和	R6. 12. 20	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	13
北御牧	R6. 7. 10	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	14
合計	5回		参加人数	118

(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、心疾患のなかでも急性心筋梗塞が男女とも高い傾向にあること、脳血管疾患が男女とも平均値より高いこと、肥満・高血圧の人が多いこと、健診受診率が低いことなどが挙げられました。東御市は肥満・高血圧の割合が高いことから、管理栄養士より嗜好品の摂取方法についての解説、長野県立大学今村教授ゼミ生による高血圧の解説動画を用いて血圧についても学習しました。健診を毎年受け、日々の生活習慣を見直すことを、できれば仲間と一緒に取り組み、健康寿命を伸ばしていくことが大切であるとのお話がありました。

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	総合福祉センター、東御中央公園、クアの道（明神池周辺コース）		
講師	（公財）身体教育医学研究所及び Sany TOMI 指導員		
内容・実績		開催回数 (回)	延人数 (人)
	1 ノルディックウォーキング (4/20、10/22)	2	22
	2 1分エクササイズ (6/21、11/21)	2	40
	3 ラクなからだの使い方 (7/26、8/2、8/9)	3	45
	(2/18、2/25、3/4)	3	51
	4 6秒筋力トレーニング (9/30、1/10)	2	40
	5 クアオルト健康ウォーキング (5/25)	1	20
	6 ラジオ体操 (1/21)	1	29
	合計	14	247

(2) 運動教室

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を目的とする。
対象者	40～74 歳の東御市国民健康保険加入者
場所	保健センター、ラヴェル、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
内容	室内でできる筋力トレーニング、ストレッチの紹介
講師	(公財) 身体教育医学研究所 指導員
実績	15 回開催 (6/14～3/25) 延べ 191 人

(3) とうみ ACE 教室

目的	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群者数の増加による生活習慣病の発症予防・重症化予防を目的とする。Action、Check、Eat に基づいて教室を展開する。		
対象者	40～74 歳の東御市国民健康保険加入者		
場所	東御市総合福祉センター、保健センター、芸術むら公園コース		
講師	(公財) 身体教育医学研究所 及び SanyTOMI 指導員、管理栄養士		
内容・実績		開催回数	延人数
	1 姿勢測定会 (10/2、1/16)	2 回	11 人
	2 体組成測定会 (10/11、1/20)	2 回	13 人
	3 クアオルトウォーキング (10/21)	1 回	4 人
	合計	5 回	28 人

4 出前講座

健康推進課担当講座		回数	延人数 (人)
No.34 : Action	健康づくりウォーキング講座	0	0
No.35 : Action	クアの道を歩こう	3	39
No.36 : Action	からだ動かして、すっきり改善教室	5	113
No.37 : Check	自分の体、たしかめてガッテン	2	22
No.38 : Check	市のがん検診の受け方	0	0
No.39 : Check	こころの健康	0	0
No.40 : Eat	健康に食べるってなあに？	6	101
No.41 : Eat	いつも食べている食品に実はすごい効果が！	1	12
No.42 :	おらほの地区の健康状況について	6	175
合計		23 回	462

5 健康教育としてのPR事業

実施日	イベント等	内容・実績	
R6.9.21(土)	巨峰の王国まつり	① ずくだすカード配布	計 33 名
9.22(日)		② パンフレット等配布	計 314 名
		③ ベジチェック	計 314 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委員会を始めとして、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。

平成28年度から継続して実施していますが、健康づくり推進委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6年度は昨年度に引き続き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。

また、今村教授ゼミ生が作成した高血圧の解説動画を5地区別学習会で活用させていただいたほか、健康づくり推進委員会発行の回覧板の記事作成にもご協力いただきました。

7 「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6年5月1日(水)～令和7年3月31日(月)
- (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

- ・日 時 令和6年8月31日(土) 午後1時30分～3時00分
- ・場 所 東御市中央公民館 3階講堂／オンライン配信
- ・講 演 「地域共生社会の実現に資する身体活動・運動・スポーツ」
- ・講 師 岡田真平先生(身体教育医学研究所 所長)
- ・特別講演 「『健康格差』の是正に向けて私たちができること」
- ・講 師 近藤尚己先生(京都大学大学院医学系研究科社会疫学分野教授)

※講演当日台風による悪天候のため、会場開催を中止し、オンライン配信での講演としました。

(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5か所へ7セット

(健康推進課、中央公民館、祢津公民館、和コミュニティセンター、北御牧公民館)

また、(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

ルデックウォーク用歩ミグボール【AP】：しっかり歩きタイプ

ル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。

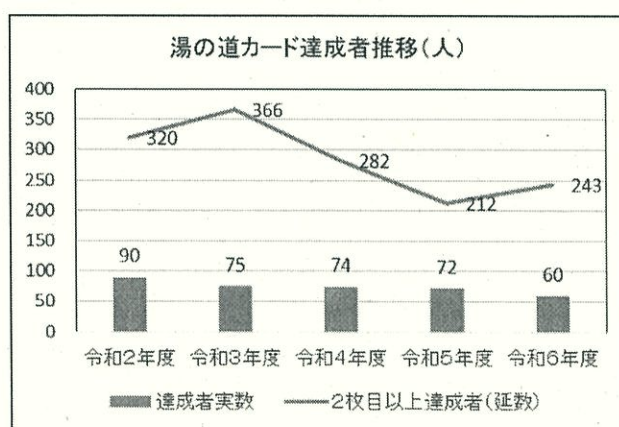
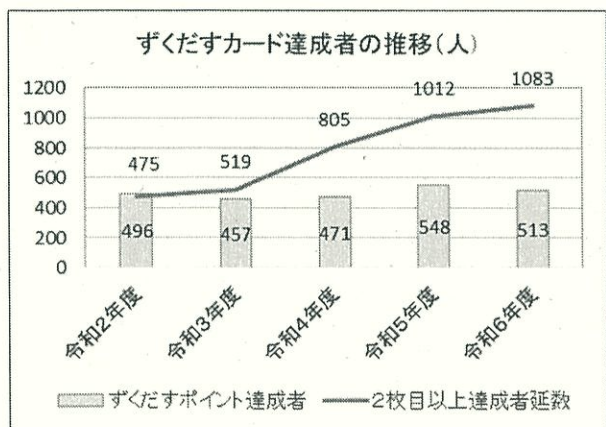
イ 健康マイレージ事業

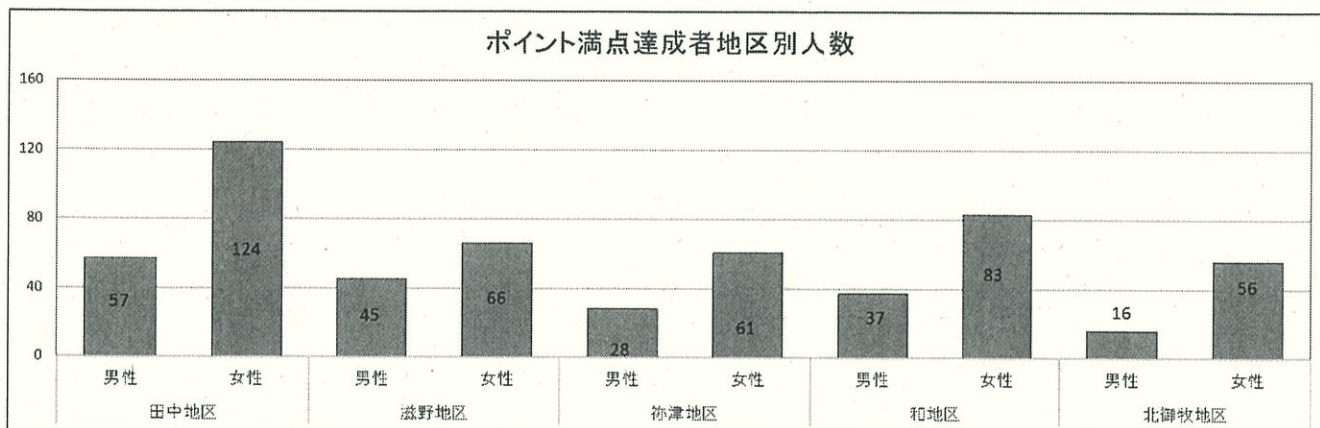
市が主催する健康づくり事業等へ参加し、ポイントを集めることにより、市民が気軽に健康づくりに取り組み、健康意識の向上を図ることを目的とし、事業参加者や希望者へポイントカード（ずくだすカード、百体観音湯の道カード）を配布、ポイントが満点(15 点)となった方に景品を差し上げています。

令和 6 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 枚目で粗品（タオル）を差し上げました。

〈配布枚数・達成者状況〉

	令和 2 年度	令和 3 年度	令和 4 年度	令和 5 年度	令和 6 年度
ずくだすカード 配布数 (枚)	5, 770	5, 875	5, 954	6, 142	6, 246
湯の道カード 配布数 (枚)	1, 823	1, 513	1, 138	789	831
ポイント満点達成者数 (人)	586	532	545	620	573
内訳	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	ずくだす 513 湯の道 60
2 枚目以上の達成者延数 (人)	795	885	1, 087	1, 224	1, 326
内訳	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)	ずくだす 1, 083 湯の道 243 (実数ずくだす 154 湯の道 36)
ポイント満点達成者延数 (人)	1, 381	1, 417	1, 632	1, 660	1, 895
内訳	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	ずくだす 1, 596 湯の道 299
湯の道カード 横綱達成者	12	17	15	9	6





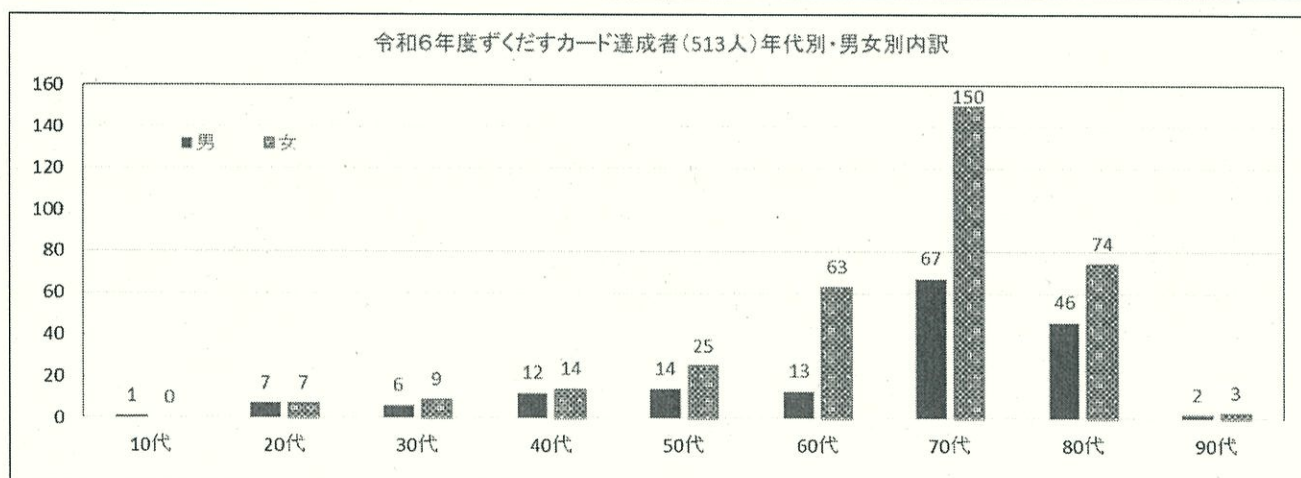
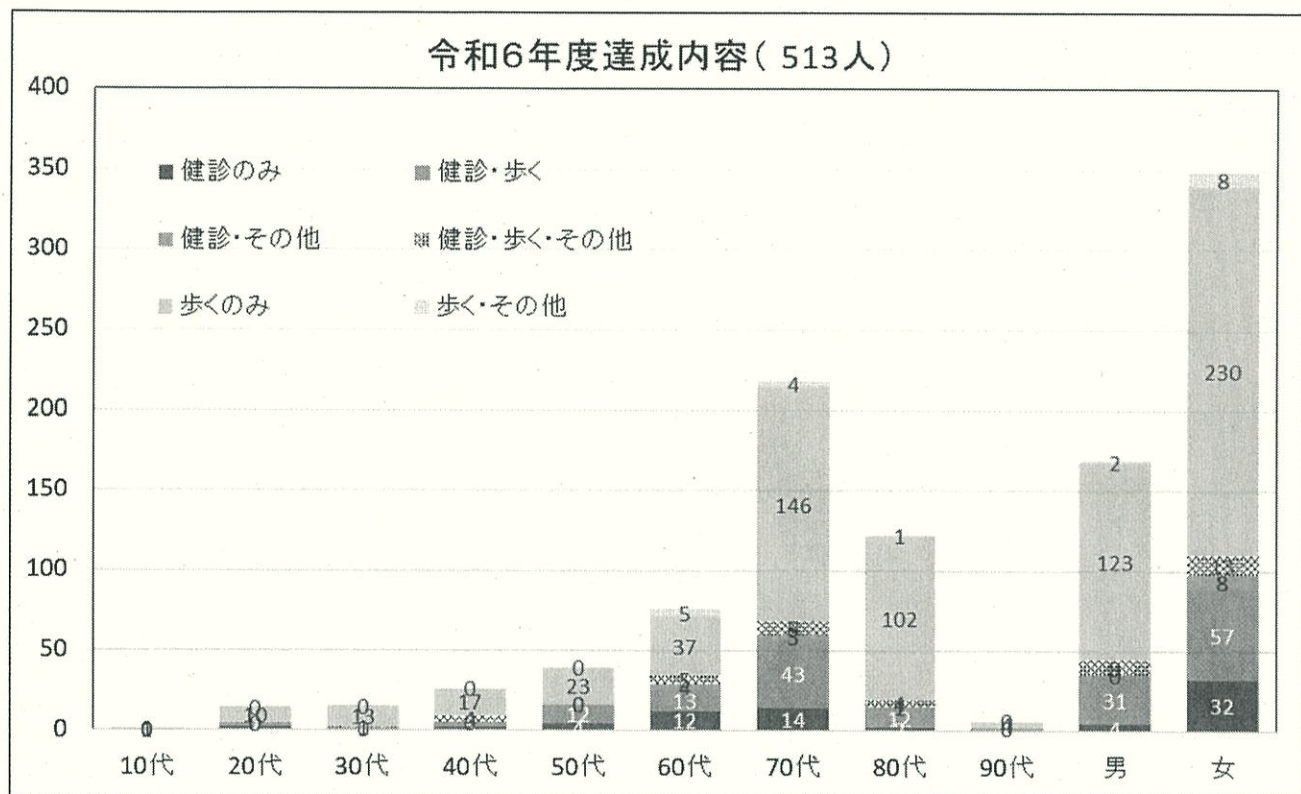
参考)

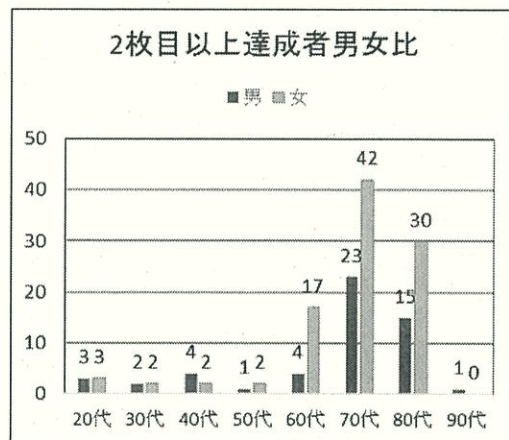
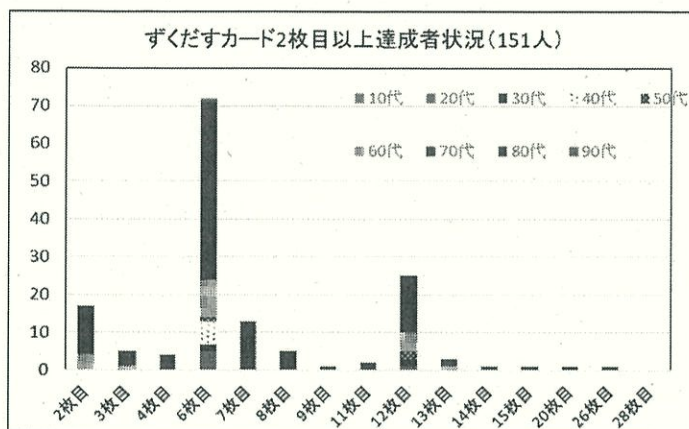
「ずくだすカード」は、市が主催する健康づくり事業（特定健診、各種がん検診、乳幼児健診、離乳食教室、研修会・講演会・健康教室、各種イベント等）への参加によるポイント付与のほか、1日30分以上の運動で1日1ポイントまで自己申告でポイントをつけていただくことも可能としています。

「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。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マスまで記入できます。カードを達成するごとに健康番付があがっていき、横綱を目指していただくものです。

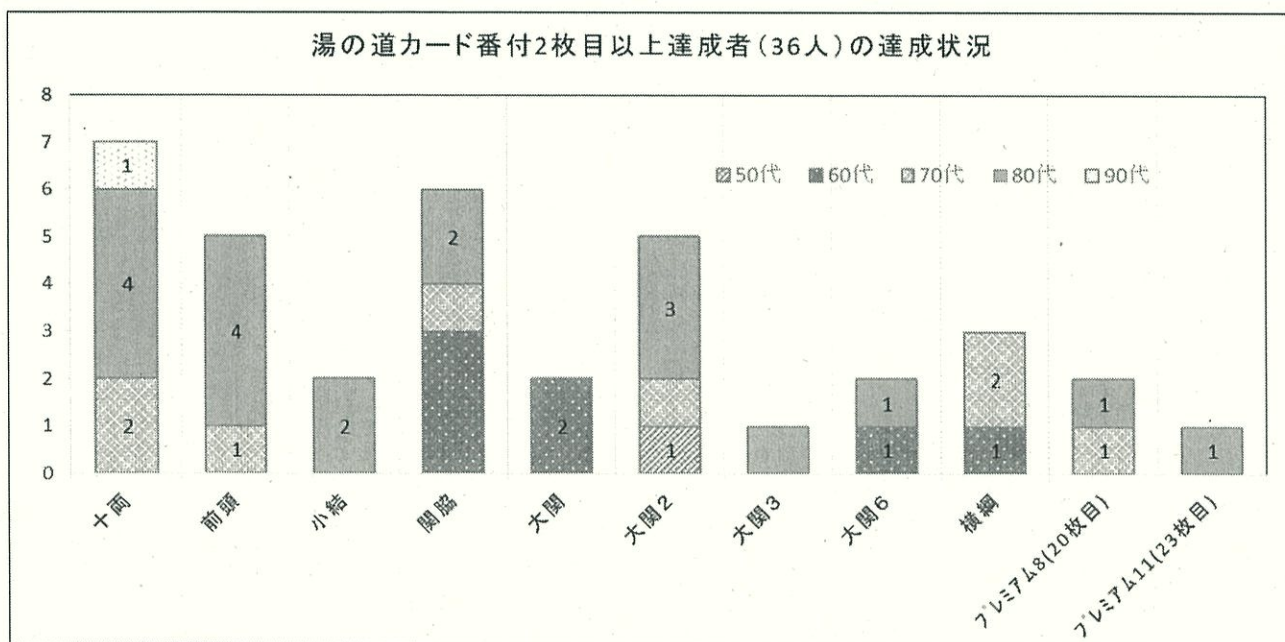
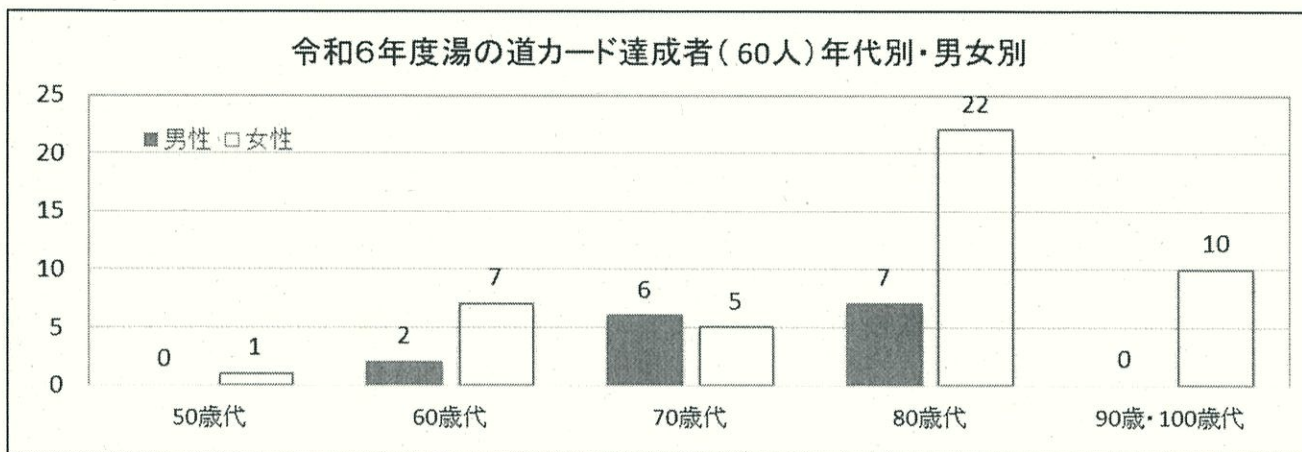
資料 1) 令和 6 年度健康マイレージ事業実績

1 ずくだすカードの達成状況





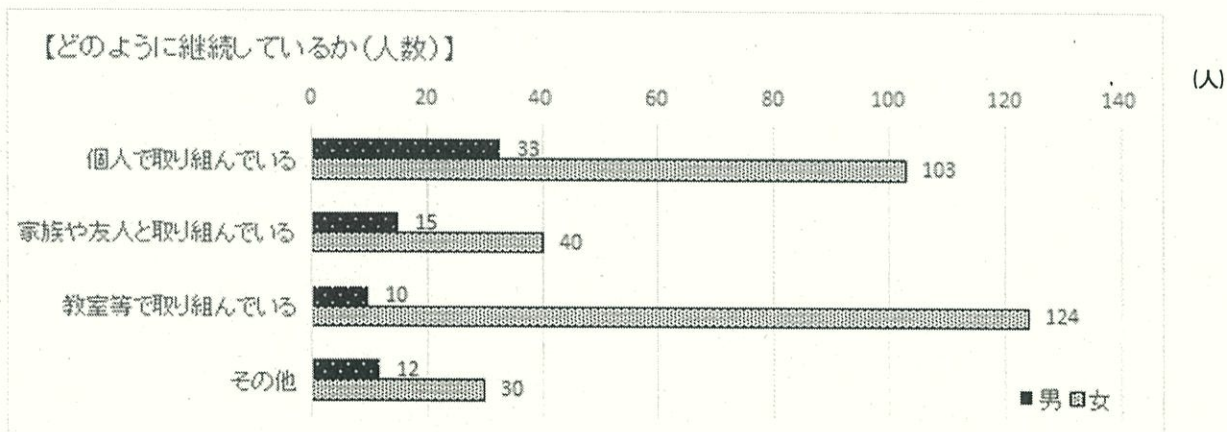
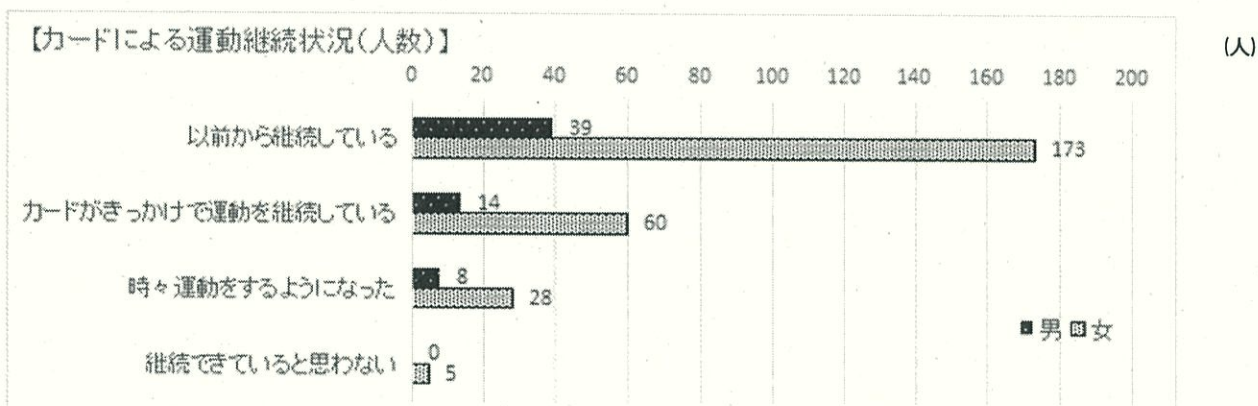
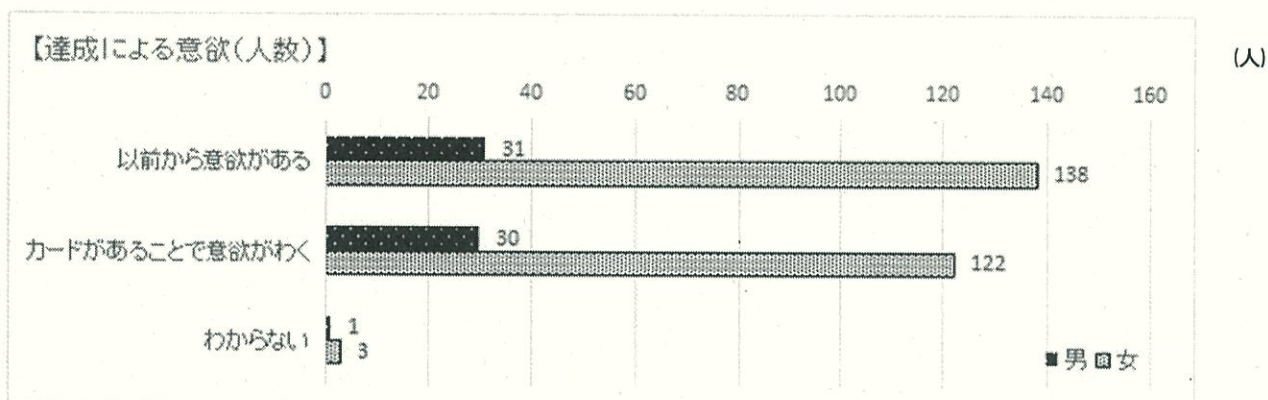
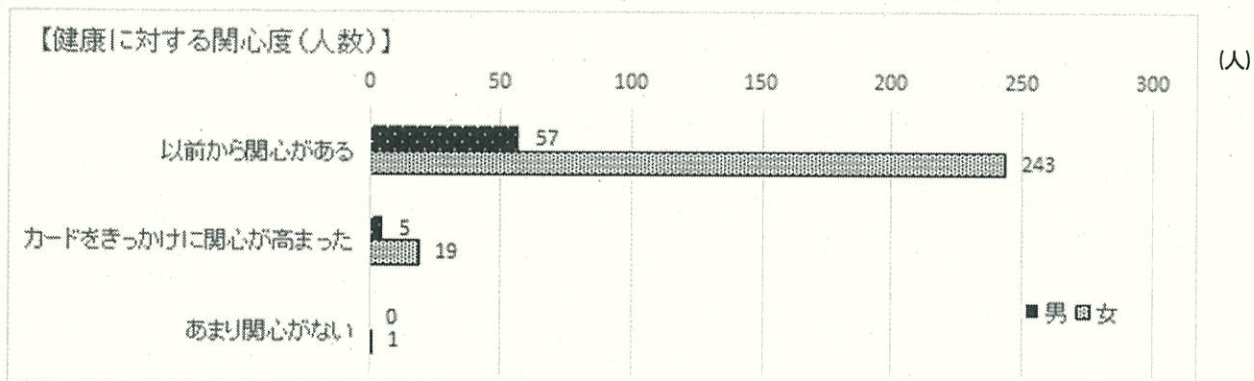
2 湯の道カード達成状況



資料 2) 令和 6 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：573 名 回答者：323 名 (回答率 59.0%) (複数回答あり)



8 健康づくり推進員会活動

「自らの健康は自らつくる」意識の醸成と、区内及び地区内において健康増進の推進役として以下3つの活動を担っています。

- 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：岸田 聡子（和） 副会長：廣田 美和子（北御牧）

理事：各地区2名（地区正副会長）

会員：合計309名（田中：82名、滋野：60名、祢津：57名、和：55名、北御牧：55名）

（1）理事会

回数	1	2	3	4	5
日付	4月9日	5月22日	9月20日	R7年1月17日	R7年3月23日
人数	10	7	6	8	6
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、研修会の感想、検討事項 ・各地区活動の共有 ・質問ゲーム ・回覧板原稿の検討 ・今後の理事会活動について	・回覧板原稿の検討 ・今後の予定について ・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 ・活動報告案の検討 ・来年度の推進員活動について	引継会 ・令和6年度理事会活動報告 ・令和7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（会長、代議員）	2	上小保健補導員等連絡協議会	岸田（和） 廣田（北御牧）
東御市健康づくり推進協議会委員	1	健康推進課	阿部（滋野）
食育推進市民会議委員	1	健康推進課	小林（祢津）
東御市介護保険運営協議会委員	1	福祉課	井出（北御牧）
東御市地域福祉計画推進委員	1	福祉課	岩下（滋野）
生活支援協議体委員	1	福祉課	塚田（和）
東御市国保運営協議会副会長	1	市民課	白石（田中）
東御市民病院運営委員会委員	1	東御市民病院	三石（祢津）

（4）全体研修会

日付	内 容	場 所	人数
4月16日	「健康づくりは地域づくりー「あるもの探し」で健康づくり推進員活動を楽しもう！ー」 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	中央公民館	91
8月31日	「地域共生社会の実現に資する身体活動・運動・スポーツ」 公益財団 身体教育医学研究所所長 岡田 真平 氏 「『健康格差』の是正に向けて私たちができること」 京都大学大学院医学系研究科社会疫学分野教授 近藤 尚巳氏	現地開催中止 オンライン配信	中止
10月25日	「心の変化に気づくには」（精神保健講演会） 公認心理士 加藤 千恵氏	福祉センター	47

(5) 市外等研修会参加

日付	内 容	場 所	人数
8月28日	上小保健補導員等研究大会	東御市総合福祉センター	58
10月9日	長野県保健補導員等研究大会	塩尻市文化会館	1
11月19日	上小地域健康のつどい	上田市医師会、講堂	37

(6) 地区活動

地区	日付	内 容	場 所	人数
田中	4月16日	地区推進委員会	中央公民館	11
	7月31日	減塩学習会	総合福祉センター	13
	9月26日	田中地区の健康状況を学ぶ学習会	中央公民館	36
	10月26日	ウォーキング教室	田中商店街	9
	3月21日	地区推進委員会	総合福祉センター	10
	3月21日	新旧正副会長引継ぎ会	総合福祉センター	3
滋野	4月16日	地区推進委員会	中央公民館	18
	7月9日	減塩学習会	滋野コミュニティーセンター	36
	10月8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	43
	11月26日	骨ストレッチ	滋野コミュニティーセンター	15
	3月21日	新旧引継ぎ会 会計監査	総合福祉センター	17
祢津	4月16日	地区推進委員会	中央公民館	17
	7月13日	湯の丸高原クアオルト健康ウォーキング	湯の丸高原	14
	9月6日	減塩学習会	総合福祉センター	15
	10月6日	ボールウォーキング	ワインテラス御堂	21
	1月20日	祢津地区の健康状況を学ぶ学習会	祢津公民館	12
	3月6日	新旧引継ぎ会	総合福祉センター	19
和	4月16日	地区推進委員会	中央公民館	21
	9月13日	減塩学習会	総合福祉センター	15
	10月19日	ボールウォーキング	和コミュニティーセンター	15
	12月20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	13
	3月6日	活動報告、新旧引継ぎ会	和コミュニティーセンター	23
北御牧	4月16日	地区推進委員会	中央公民館	24
	5月25日	クアオルト健康ウォーキング	芸術むら公園	8
	7月10日	北御牧地区の健康状況を学ぶ会	北御牧公民館	14
	2月10日	減塩学習会、ストレッチ教室	北御牧公民館	13
	3月6日	新旧引継ぎ会	北御牧公民館	10

(7) 協力事業

8、10、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。

9 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、岸田会長が上小協議会会長、廣田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8日(木)	第38回上小保健補導員等研究大会	東御市文化会館	179名
役員会	5月23日(木)	第1回役員会(総会)及び研修会	東御市総合福祉センター	市正副会長・担当保健師
	2月21日(金)	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23日(木)	第1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
	8月8日(木)	第2回代表者会議	東御市文化会館	市会長・担当保健師
	2月21日(金)	第3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11日(火)	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17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9日(木)	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13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
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8日(木)	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	1,608	子＋母（保護者）
	ママパパ学級	10	94	
	健康相談等	103	1,248	健康相談、子育て相談他
	離乳食教室	24	464	子＋母（保護者）
成人保健	がん検診	20	825	胃がん、子宮頸がん、乳がん、肺がん
	J Aヘルス	4	215	健診・結果報告会
	運動教室	22	260	
	団体等集団健診	4	330	建設国保、協会健保
精神保健	こころの相談	23	40	
	講座等	17	69	ゲートキーパー、フォロー
献血		2	60	受付者数
会議等		11	158	母子担当者、精神実務者他
栄養指導室		14	154	食改、社協、ママパパ
合 計		309	5,525	

2 人間ドック補助金等助成状況

（単位：人）

区 分 / 年 度	H30	H31	R2	R3	R4	R5	R6
①人間ドック（国保）	728	667	582	625	621	589	564
②脳ドック（国保）	4	5	9	4	6	8	5
③後期高齢者	224	250	192	234	262	311	365

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 94 人 受領委任払い 470 人）
- ② 東御市国民健康保険加入者の脳ドック：一律 13,000 円
- ③ 後期高齢者：一律 10,000 円（内訳：償還払い 28 人 受領委任払い 337 人）

3 がん患者アピアランスケア助成事業 ※令和5年7月より開始

がん治療による外見の変化を受けた方を対象に、就労や社会参加の促進、療養生活の質の維持・向上を図ることを目的として、医療用補整具の購入費用額の一部を助成しました。補助対象者数 10 名
補助率は、購入費用の 1/2（上限 2 万円×4 区分）

年度	区 分 (件)				補助額 (円)
	頭髮補正具	乳房補正具 (左)	乳房補正具 (右)	その他	
R 5	7	1	2	0	193,000
R 6	10	0	1	0	160,000

4 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。令和6年度は、第3次東御市健康づくり計画を策定しました。

開催日	協議事項等	出席 (委員 18 名中)
令和6年7月9日	(1)市第2次計画の評価について (2)市第3次計画（素々案）について (3)市東御市の健康課題について	17 名
令和6年11月7日	(1)市第3次計画（素案）の諮問 (2)市第3次計画（素案）について	13 名
令和7年2月6日	(1)市第3次計画（素案）に係るパブリック コメントの結果について (2)計画（案）の答申について	15 名

5 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＞	R5		R6	
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	0	0	1	26
保健センター	3	73	2	60
協力事業所（事業所数）	19(11)	569	18(11)	546
計	22	642	21	632

< 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3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
- 7 第3次東御市健康づくり計画前期計画「健康とうみ21」評価項目



1 母子保健の状況

(1) 妊娠中の状況

ア 喫煙・飲酒率

年度	喫煙率(%)	飲酒率(%)
R5	3.1	0
R6	0.6	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
R5	35
R6	26

(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
R5	92.8	84.9	92.1
R6	99.2	84.6	94.6

(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	%
R5	74.5
R6	76.8

(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)
R5	38.5	49	13
R6	44	47	12

(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
R5	4.3	1.9
R6	6.7	0.6

(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
R5	88.9	81.9	69.8
R6	89.7	80.8	73.8

(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
R5	72.2	43	65.7
R6	71.3	52.1	61.5

(乳幼児健診)

(3) 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	その他	
R5	161	44(27.3%)	16	9	9	25	18	7	-	10
R6	161	42(26.1%)	15	9	7	30	16	7	7	13

(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
R5	44.3	18.8	17.0	1.7
R6	58.6	12.0	18.7	3.3

(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
R5	58.0	36.9	5.1	43.2	50.6	6.3
R6	57.0	38.4	4.6	45.0	49.7	5.3

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
R5	57.6	39.6	2.8	14.3	71.0	14.7
R6	54.7	41.1	4.2	19.3	62.0	18.7

(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
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
R6	楽しい	83.0	77.1	80.1	74.7	56.2
	まあまあ	9.1	19.1	15.2	16.2	28.6
	大変	3.6	1.9	2.0	4.2	8.9
	不明	4.3	1.9	2.7	4.9	6.3

(7) 母子モの登録数

年度	人数
R5	309
R6	487

2 特定健康診査、特定保健指導実施状況

(1) 令和6年度実施状況(推計)

ア 特定健診の対象者

人 口	29,149 人(R6. 4. 1現在)
国保加入者	5,920 人(R6. 5. 1現在)
国保40～74歳(特定健診対象者数)	4,432 人(R6. 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6年6月1日～令和7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	H30	H31	R2	R3	R4	R5	R6
	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	55%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	60%以上
	該当者・予備群の減少率							

実績	年度	H30	H31	R2	R3	R4	R5	R6
	特定健診の受診率	46.1%	43.7%	40.8%	42.6%	43.9%	43.1%	41.6%
	特定保健指導の実施率 (終了率)	53.1%	60.3%	60.3%	59.1%	62.8%	60.1%	50.5%

(R6年度は推計値)

エ 特定健診受診状況

(R7.5.31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	1,140	526	17	160	1,843	4,432	41.6%

<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)	90	155	417	478	1,140

男女別	男性	女性	特定健診受診者
受診者数(人)	449	691	1,140

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(%)	37.8%	41.6%	46.1%	41.4%	42.9%	41.6%

(2) 令和6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	R2	R3	R4	R5	R6
	目標値(実施率)	60%	60%	60%	60%	60%
	実績	60.3%	59.1%	62.8%	60.1%	
	対象者数	224人	225人	207人	223人	
	実施者数	135人	133人	130人	134人	

健診受診者	対象者数(男)	894人	921人	892人	837人	
	対象者数(女)	1,107人	1,123人	1,093人	1,030人	
内臓脂肪症候群	男・該当者数(率)	280(31.3%)	313(34.0%)	297(33.3%)	275(32.9%)	
	女・該当者数(率)	135(12.2%)	124(11.0%)	121(11.1%)	139(13.5%)	
	該当者	415人	437人	418人	414人	
	率	20.7%	21.4%	21.1%	22.2%	
	男・予備群(率)	140(15.7%)	135(14.7%)	142(15.9%)	140(16.7%)	
	女・予備群(率)	59(5.3%)	66(5.9%)	62(5.7%)	61(5.9%)	
	予備群	199	201	204	201	
	率	9.9%	9.8%	10.3%	10.8%	
	内臓脂肪症候群の該当者の減少率	18.8%	20.7%	20.6%	17.2%	

(国保連合会法定報告データより)

イ 令和6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	佐久総合病院(人)	浅間南麓こもろ医療センター(人)
け動支機援付	初回面接	10	1
	評価	14	1
支積極的支援	初回面接	0	0
	評価	0	0

② 直営実施分(健康推進課 保健師・管理栄養士)

区分	内容	対象者(人)	実施人数(人)
け動支機援付	年度内終了者	143	25
	初回面接のみ		89
	評価のみ	35	5
支積極的支援	年度内終了者	38	2
	初回面接のみ		24
	評価のみ	28	8

(イ) 自己負担金 なし

(3) 令和6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（R6.4.11現在）

	田中	滋野	祢津	和	北御牧	計
地区担当保健師訪問、電話等（件）	35	79	29	52	8	203
地区担当栄養士訪問、電話等（件）	171	133	24	58	136	522
ハガキ等（枚）	1,232	1,072	1,095	1,571	1,448	6,418
委託保健師依頼（電話、訪問）（件）	266	62	135	175	141	779
合計（件）	1,704	1,346	1,283	1,856	1,733	7,922
（参考：R6推計受診率）	37.70%	41.62%	45.81%	41.19%	42.94%	41.5%

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、8、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
- ・乳幼児健診での健診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
- ・対象者別ハガキ等による受診勧奨
（4月人間ドック・6月集団健診・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）
- ・みなし健診の依頼通知

（ウ） 医療機関との連携

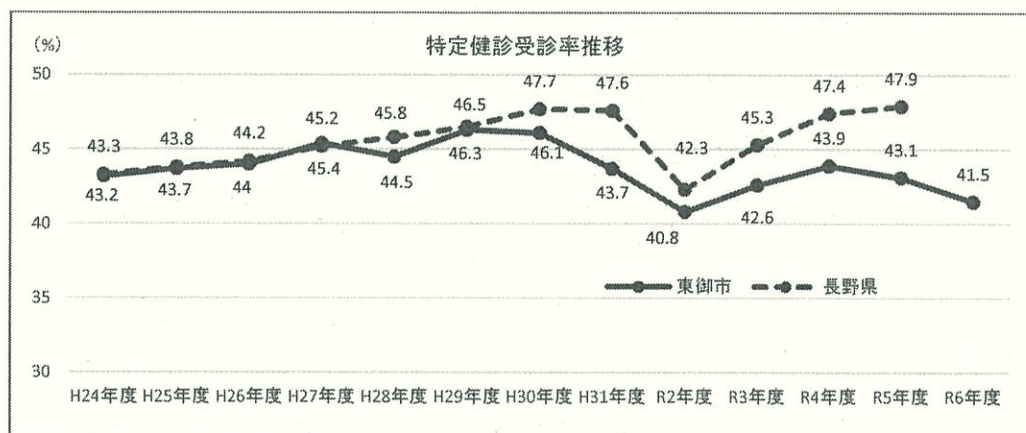
- ・医人会での特定健診、情報提供の依頼
- ・情報提供依頼の通知
- ・東御市民病院医事課との連携

(4) 令和5年度実施実績

ア 特定健診受診状況

	東御市	長野県	国
特定健診対象者数	4,328	294,000	15,950,596
特定健診受診者数	1,867	140,807	6,092,675
(特定健診受診率)	43.1%	47.9%	38.2%

* 資料：令和5年度国保保険者における特定健診等結果状況報告書

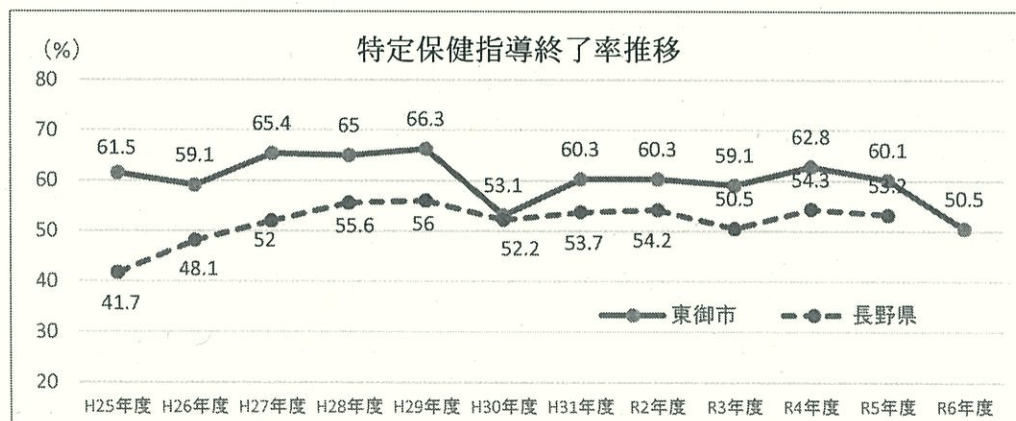


* 令和6年度は推計値

イ 特定保健指導終了率

	東御市	長野県	国 (速報値)
対象者数	223	14,942	669,322
終了者数	134	7,956	194,674
終了率	60.1%	53.2%	29.1%

* 資料：令和5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6年度は推計値

3 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	22	1,058	-
	【乳幼児健診】	4ヶ月・10ヶ月・1.歳6ヶ月・2歳・3歳児健診	55	804		-
	【離乳食教室】	ごっくん離乳食教室（満5ヶ月児対象）	12	119		-
		もぐもぐ離乳食教室（満7ヶ月児対象）	12	113		-
	【妊婦期個別相談】	個別相談		4	0	4
	【乳児対象個別相談】	母と子の健康相談		80	174	-
		上記以外の相談		14		1
	【幼児対象個別相談】	母と子の健康相談		70		-
		上記以外の相談		8		2
	【児童・生徒個別相談】	健康相談		2		2
成 人 期 の 食 育	【栄養指導・相談】	一般個別指導 20歳～64歳まで		22	707	2
		65歳以上		9		1
		保健指導（19～39歳 健康診査）		32		20
	【特定保健指導の実施】	特定保健指導 動機づけ・積極的支援		161		54
	【保健指導】	生活習慣病治療中（重症化予防含む）		140		63
		上記以外の保健指導		214		76
		後期高齢者（75歳以上）		129		8
	【食生活改善推進協議会】	会員学習会・料理講習会	5	66	401	
	【出前講座】	田中地区健康づくり推進員会	2	49		
		滋野地区健康づくり推進員会	2	79		
		祢津地区健康づくり推進員会	2	27		
		和地区健康づくり推進員会	1	16		
		北御牧地区健康づくり推進員会	2	13		
		茶話処おれんじ出前講座	1	9		
		JAヘルス結果報告会	4	85		
		ACE教室	5	28		
		0歳児ママ広場	2	29		
延べ合計			108	2,344	2,117	233

4 運動指導等委託事業実績

(身体教育医学研究所、SanyTOMI委託事業)

集団運動指導の状況 (No. 34・35 : ウォーキング、No. 36 : ストレッチ等) (人)

実施日	依頼団体等	No	内 容	延べ人数
7月13日	祢津地区健康づくり推進員	35	クアの道を歩こう	14
7月25日	出場区健康づくり推進員会	36	からだ動かして、すっきり改善教室	11
8月23日	赤岩区福祉運営委員会	36	からだ動かして、すっきり改善教室	11
10月17日	食生活改善推進協議会	35	クアの道を歩こう	15
11月20日	東御市女性学級	35	クアの道を歩こう	10
12月13日	ヘルシーダンス協会	36	からだ動かして、すっきり改善教室	12
12月11日	乙女平区健康づくり推進員会	36	からだ動かして、すっきり改善教室	19
1月16日	ぴよんぴよんくらぶ	36	からだ動かして、すっきり改善教室	60
延べ合計				152

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(R6)	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 80.54年 女性 83.91年 (R2～R4年の平均値)	延伸
	(補完の数値目標) 要介護認定者の出現率	18.45% (H26年度)	15.64% (H30年度)	18.12% (R6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) 5歳児 15.8% (保育係データ) (H26年度)	3歳児 24.2% (3歳児健診結果) 5歳児 19.5% (保育係データ) (H30年度)	3歳児 35.1% (3歳児健診結果) 5歳児 14.0% (保育係データ) (R6年度)	3歳児 23%以下 5歳児 16%以下
	肥満傾向の子どもの割合	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 12.5% 女子 6.2% 中学校 男子 14.0% 女子 9.1% (R6年度学校保健統計調査)	小学生 男子 10%以下 女子 7.5%以下 中学生 男子 7.5%以下 女子 7.0%以下
	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 1.5% 女子 1.9% 中学校 男子 1.3% 女子 4.6% (R6年度学校保健統計調査)	小学生 男子 1.0%以下 女子 1.0%以下 中学生 男子 3.0%以下 女子 4.0%以下
	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 33.8% 40歳～69歳女性 24.4% (R6年度特定健診・若年健診)	20歳～69歳男性 28%以下 40歳～69歳女性 19%以下
	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 19.7% (R6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)	22.1% (R6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 39.8% 中学2年生 74.3% (全国体力・運動能力、運動習慣等調査 R4～6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年度市保健衛生)	1,105人 (H30年度市保健衛生)	418人 (R6年度市保健衛生)	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)	18.12% (R6年度)	⇒基本的な目標の補完の数値目標へ

	市の評価項目	計画策定時	中間評価値	現状値(R6)	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)	92.2% (R6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)	94.2% (R6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 67.8% (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 65.4% 女子 60.7% (R6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 15.9% 中学生 33.7% (R6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)	22.7% (R6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年度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年度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 17.8% 女性 3.5% (R5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 8.8% 女性 7.6% (R5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)			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% (H30年度新生児訪問データ)	0.6% (R6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% (R5年保健事業アンケート)	男性 48.5%以下 女性 54.5%以下
	自分にあつ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)	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(R6)	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)	43.1% (R5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)	60.1% (R5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 51.9% 女性 43.4% (R5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 7.9% 女性 6.7% (R5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 9.8% 女性 11.3% (R5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 32.9% 女性 13.5% (R5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 16.7% 女性 5.9% (R5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)	0% (R6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 12.5% 女性 0% (R6年度)	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 13.4% 女性 6.3% (R5年度特定健診法定報告)	男性 12%以下 女性 5%以下
	HbA1c8.0%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 1.6% 女性 0.8% (R5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)	4.0人 (R6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)	72.1% (R6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(R6)	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 100.0% (R6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 97.9% (R6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 80.0% (R6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% (R6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んでいる者の割合	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% (R6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)	12.6% (R6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)	93.8% (R6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)	0.6% (R6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% (R6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)	90.6% (R6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)	95.6% (R6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% (R6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)	6.7% (R6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 98.8% 10か月 98.1% 1歳6か月児 100.0% 2歳児 90.3% 3歳児 100.0% (R6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 45.0% 早起き 57.0% 3歳 早寝 19.3% 早起き 54.7% (R6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
	育児が楽しいと思える(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 92.1% (R6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 98.0% (R6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)	0.6% (R6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 98.0% (R6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 98.0% (R6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(R6)	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)	95.8% (R6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)	94.6% (H30年度保健衛生)	111.3% (R6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)	96.3% (H30年度保健衛生)	92.9% (R6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)	28.6% (R6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)	72.7% (R6年度)	100%
(10) 地域保健の充実	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3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

令和6年度第3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。

なお、本市で策定する「第3次東御市健康づくり計画 前期計画 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3期計画現状値 (R4年度)	現状値 (R6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	11.6% 男性 13.1% 女性 10.0% (平成31～令和4年度の平均)	9.1% 男性 12.5% 女性 0%	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	2.5人 (平成31～令和4年度の平均)	4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3次東御市健康づくり計画前期計画「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3期計画現状値 (R4年度)	現状値 (R6年度)	目標値	備考
特定健診受診率	43.9% (R4年度法定報告確定値)	43.1% (R5年度法定報告確定値)	58%以上	市総合計画に基づく
特定保健指導実施率	62.8% (R4年度法定報告確定値)	60.1% (R5年度法定報告確定値)	60%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 21.1% (418人) 男性：33.3% 女性：11.1% (R4年度法定報告確定値)	該当者 22.2% (414人) 男性：32.9% 女性：13.5% (R5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 10.3% (204人) 男性：15.9% 女性：5.7% (R4年度法定報告確定値)	予備群 10.8% (201人) 男性：16.7% 女性：5.9% (R5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	7.4% (147人) 男性：6.8% 女性：7.9% (R4年度法定報告確定値)	7.2% (135人) 男性：7.9% 女性：6.7% (R5年度法定報告確定値)	男性 4.3%以下 女性 2.9%以下	
HbA1c 値 8.0%以上の者の割合	0.9% (17人) 男性：1.4% 女性：0.5% (R4年度法定報告確定値)	1.1% (21人) 男性：1.6% 女性：0.8% (R5年度法定報告確定値)	男性 1.5%以下 女性 1.2%以下	
HbA1c 値 6.5%以上の者の割合	9.8% (233人) 男性：11.1% 女性：5.3% (R3年度法定報告確定値)	9.5% (177人) 男性：13.4% 女性：6.3% (R5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	59.3% (1,179人) 男性：63.6% 女性：55.7% (R3年度法定報告確定値)	55.6% (1,038人) 男性：59.7% 女性：52.2% (R5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	11.6% (237人) 男性：9.8% 女性：13.1% (R3年度法定報告確定値)	10.6% (198人) 男性：9.8% 女性：11.3% (R5年度法定報告確定値)	男性 9%以下 女性 13%以下	

7 第3次東御市健康づくり計画前期計画「健康とうみ21」評価項目

基本的な目標	評価項目	計画策定時	現状値(R6)	目標(R12)
	健康寿命 (要介護1以下の平均自立期間)(長野県KDBシステム)	男性 81.3年 女性 85.1年 (R2～R4年の平均値)	男性 80.6年 女性 84.4年 (R6年)	現状値より延伸
基本方針 I 自らの健康は自らつくる				
施策1 体を動かす (Action)	1週間の運動実施時間が60分未満の子どもの割合 (全国体力・運動能力、運動習慣等調査)	小学生男子 11.2% 小学生女子 17.5% 中学生男子 9.4% 中学生女子 21.8% (R3～5年度の平均値)	小学生男子 7.6% 小学生女子 12.1% 中学生男子 10.6% 中学生女子 21.5% (R6年度)	小学生 男子 11.0%以下 女子 17.0%以下 中学生 男子 9.0%以下 女子 21.0%以下
	1日当たりの平均歩行数 (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)	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)	64歳以下 男性 7,000歩以上 女性 5,500歩以上 65歳以上 男性 5,000歩以上 女性 4,500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 (保健事業アンケート)	男性 53.3% 女性 50.5% (R5年度)	男性 53.3% 女性 50.5% (R5年度)	男性 55.0%以上 女性 53.0%以上
	運動能力測定の結果分析、共有 (保育係データ)	1回 (R5年度)	1回 (R6年度)	1回
	運動能力測定の結果のフィードバック (保育係データ)	1回 (R5年度)	1回 (R6年度)	1回
	放課後子ども教室の実施回数 (学校教育係データ)	20回 (R5年度)	22回 (R6年度)	25回
	放課後子ども教室の参加率 (学校教育係データ)	85.5% (R5年度)	86.2% (R6年度)	86.2%
	フレイル予防教室開催数 (高齢者福祉係データ)	55カ所 (R5年度)	53カ所 (R6年度)	65カ所
施策2 健診を受ける (Check)	特定健康診査受診率 (法定報告確定値)	42.6% (R3年度)	43.1% (R5年度)	58.0%以上
	特定保健指導実施率 (法定報告確定値)	59.1% (R3年度)	60.1% (R5年度)	60.0%以上
	正常高値血圧以上(40～74歳国保加入者)の割合 (特定健診法定報告)	男性 59.3% 女性 48.4% (R3年度)	男性 51.9% 女性 43.4% (R5年度)	男性 59.0%以下 女性 48.0%以下
	Ⅱ度高血圧以上(40～74歳国保加入者)の割合 (特定健診法定報告)	男性 6.1% 女性 6.9% (R3年度)	男性 7.9% 女性 6.7% (R5年度)	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(特定健診法定報告)	男性 9.8% 女性 13.1% (R3年度)	男性 9.8% 女性 11.3% (R5年度)	男性 9.0%以下 女性 13.0%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 (特定健診法定報告)	男性 34.0% 女性 11.0% (R3年度)	男性 32.9% 女性 13.5% (R5年度)	男性 30.0%以下 女性 10.0%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 (特定健診法定報告)	男性 14.7% 女性 5.9% (R3年度)	男性 16.7% 女性 5.9% (R5年度)	男性 15.0%以下 女性 6.0%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)	47.9% (H31～R4年度の平均値)	0% (R6年度)	47.0%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 13.1% 女性 10.0% (H31～R4年の平均値)	男性 12.5% 女性 0% (R6年度)	男性 22.0%以下 女性 19.0%以下
	HbA1c6.5%以上(40～74歳国保加入者)の割合 (特定健診法定報告)	男性 11.1% 女性 5.3% (R3年度)	男性 13.4% 女性 6.3% (R5年度)	男性 12.0%以下 女性 5.0%以下

施策	評価項目	計画策定時	現状値(R6)	目標(R12)
施策2. 健診を受ける (Check)	HbA1c8.0%以上(40～74歳国保加入者)の割合 (特定健診法定報告)	男性 1.1% 女性 0.4% (R3年度)	男性 1.6% 女性 0.8% (R6年度)	男性 1.5%以下 女性 1.2%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)	2.5人 (H31～R4年度の平均)	4.0人 (R6年度)	2.5人以下
	がん検診受診率 (保健事業アンケート)	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年度)	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年度)	60.0%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) (市保健衛生)	78.9% (R4年度)	72.1% (R6年度)	90.0%以上
施策3 健康に食べる (Eat)	肥満傾向(カウプ指数16.5以上)の幼児の割合 (乳幼児健診)(保育係データ)	3歳児 31.8% (R4年度) 5歳児 17.3% (R4年度)	3歳児 35.1% (R6年度) 5歳児 14.0% (R6年度)	3歳児 29.0%以下 5歳児 15.5%以下
	肥満傾向の子どもの割合(肥満度20%以上) (学校保健統計調査)	小学校 男子 14.4% 女子 7.2% 中学校 男子 11.3% 女子 11.6% (R4年度)	小学校 男子 12.5% 女子 6.2% 中学校 男子 14.0% 女子 9.1% (R6年度)	小学生 男子 12.0%以下 女子 7.0%以下 中学生 男子 9.0%以下 女子 9.5%以下
	やせ傾向の子どもの割合(肥満度-20%以下) (学校保健統計調査)	小学校 男子 0.9% 女子 0.8% 中学校 男子 2.7% 女子 3.2% (R4年度)	小学校 男子 1.5% 女子 1.9% 中学校 男子 1.3% 女子 4.6% (R6年度)	小学生 男子 1.0%以下 女子 1.0%以下 中学生 男子 3.0%以下 女子 3.5%以下
	肥満者(BMI25以上)の割合 (特定健診・若年健診)	20歳～69歳男性 34.9% 40歳～69歳女性 21.2% (R4年度)	20歳～69歳男性 33.8% 40歳～69歳女性 24.8% (R6年度)	20～69歳男性 30.0% 40～69歳女性 20.0%
	やせ(BMI18.5未満)の割合 (特定健診・若年健診)	20歳～39歳女性 11.5% (R4年度)	20歳～39歳女性 19.7% (R6年度)	20歳～39歳女性 11.0%以下
	高齢期(65歳以上)の低栄養傾向(BMI20以下)の割合 (国保特定健診・後期高齢者健診)	20.5% (R4年度)	22.1% (R6年度)	20.0%以下
	朝食を食べている幼児の割合 (乳幼児健診)	3歳児 100% (R4年度)	3歳児 100% (R6年度)	3歳児 100%
	朝食を食べている園児の割合 (保育園調査)	5歳児 95.7% (R4年度)	5歳児 97.9% (R6年度)	5歳児 96.0%以上
	朝食を園児と一緒に食べる保護者の割合 (保育園調査)	5歳児 80.9% (R4年度)	5歳児 80.0% (R6年度)	5歳児 84.5%以上
	朝食を欠食する児童・生徒の割合 (全国学力・学習状況調査)	小学6年生 4.2% 中学3年生 4.3% (R4年度)	小学6年生 0.4% 中学3年生 0.4% (R6年度)	小学6年生4.0%以下 中学3年生4.0%以下
	家族や友人等2人以上以上の食事を楽しんでいる者の割合 (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 94.8% 中学2年生 91.4% (R4年度)	小学5年生 94.7% 中学2年生 91.4% (R6年度)	小学5年生90.0%以上 中学2年生90.0%以上

施策	評価項目	計画策定時	現状値(R6)	目標(R12)
施策4 健康に暮らす	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) (健康推進課アンケート)	中学1年 男子 0% 女子 0% (R5年度)	中学1年 男子 0% 女子 0% (R5年度)	中学1年 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)(健康推進課アンケート)	中学1年 男子 0.5% 女子 0% (R5年度)	中学1年 男子 0.5% 女子 0% (R5年度)	中学1年 0%
	成人(40〜74歳国保加入者)の喫煙率 (特定健診)	男性 18.7% 女性 3.9% (R3年度)	男性 17.8% 女性 3.5% (R5年度)	男性 18.0%以下 女性 4.0%以下
	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)(特定健診)	男性 11.4% 女性 6.9% (R3年度)	男性 8.8% 女性 7.6% (R5年度)	男性 10.0%以下 女性 6.0%以下
	3歳で4本以上のむし歯のある幼児の割合 (乳幼児健診)	0.9% (R5年度)	1.0% (R6年度)	0.7%
	12歳(中学1年生)でむし歯のない生徒の割合 (学校保健統計調査)	男子 55.4% 女子 53.2% (R4年度)	男子 65.4% 女子 60.7% (R6年度)	56.0%以上
	40歳以上における歯周炎を有する者の割合 (市歯周病検診)	71.4% (R5年度)	77.6% (R6年度)	70.0%以下
	睡眠の状況に満足している者の割合 (保健事業アンケート)	73.3% (R5年度)	73.3% (R5年度)	74.0%以上
	ストレスが過度であると感じている者の割合 (保健事業アンケート)	男性 12.4% 女性 17.1% (R5年度)	男性 12.4% 女性 17.1% (R5年度)	男性 12.0%以下 女性 17.0%以下
	自分にあつたストレスの対処法を知り、実践している者の割合 (保健事業アンケート)	男性 77.7% 女性 78.0% (R5年度)	男性 77.7% 女性 78.0% (R5年度)	男性 78.0%以上 女性 78.0%以上
	こころの健康について不安がとともある者の割合 (保健事業アンケート)	8.7% (R5年度)	8.7% (R5年度)	8.7%以下
基本方針Ⅱ 健やかに育つ、育てる				
施策1 健やか親子の推進	全出生数中の低出生体重児の割合 (出生届)	8.6% (R4年)	12.6% (R6年)	9.0%以下
	妊娠11週以下での妊娠届出率 (妊娠届)	94.6% (R4年度)	93.8% (R6年度)	95.0%以上
	妊娠中の喫煙率 (乳児家庭訪問)	1.7% (R4年度)	0.6% (R6年度)	0%
	妊娠中の飲酒率 (乳児家庭訪問)	0% (R4年度)	0% (R5年度)	0%
	妊婦訪問の実施率 (市保健衛生)	90.5% (R4年度)	95.6% (R6年度)	93.0%以上
	乳幼児家庭訪問(新生児訪問)実施率 (乳児家庭訪問)	98.3% (R4年度)	100% (R6年度)	98.0%以上
	産後うつ傾向にある母親(EPDS 9点以上)の割合 (乳児家庭訪問)	2.3% (R4年度)	6.7% (R6年度)	5.0%以下
	乳幼児健康診査の受診率 (乳幼児健診)	1歳6か月児 99.5% 3歳児 98.7% (R4年度)	1歳6か月児 100% 3歳児 100% (R6年度)	100%

施策	評価項目	計画策定時	現状値(R6)	目標(R12)
施策1 健やか親子の推進	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割合 (乳幼児健診)	1歳6か月 早寝 40.9% 早起き 49.0% 3歳 早寝 18.3% 早起き 53.3% (R4年度)	1歳6か月 早寝 45.0% 早起き 57.0% 3歳 早寝 19.3% 早起き 54.7% (R6年度乳幼児健診)	1歳6か月 早寝 40.0%以上 早起き 52.0%以上 3歳 早寝 20.0%以上 早起き 55.0%以上
	育児が楽しいと思える(まあまあ含)親の割合 (乳幼児健診)	1歳6か月 95.2% (R4年度)	1歳6か月 92.1% (R6年度乳幼児健診)	1歳6か月 96.0%以上
	子育てについて家族と話し合っている家庭の割合 (乳幼児健診)	1歳6か月 95.1% (R4年度)	1歳6か月 98.0% (R6年度乳幼児健診)	1歳6か月 96.5%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 (乳児家庭訪問)	0.6% (R4年度)	0.6% (R6年度新生児訪問データ)	4.0%以下
	安心して医療につながると感じる親の割合 (乳幼児健診)	1歳6か月 93.2% (R4年度)	1歳6か月 98.0% (R6年度乳幼児健診)	95.0%以上
	安心して子育てができる地域だと感じる親の割合 (乳幼児健診)	1歳6か月 94.2% (R4年度)	1歳6か月 98.0% (R6年度乳幼児健診)	97.0%以上
基本方針Ⅲ 健康を守る、支える				
疾病予防・感染症対策 施策1	麻疹風しん混合ワクチン第1期予防接種率 (市保健衛生)	89.3% (R4年度)	111.3% (R6年度)	95.0%以上
	麻疹風しん混合ワクチン第2期予防接種率 (市保健衛生)	95.0% (R4年度)	92.9% (R6年度)	95.0%以上
地域医療対策 施策2	保健行政連絡会議の開催 (健康推進課データ)	2回 (R5年度)	2回 (R6年度)	2回以上
	多職種連携会議の開催 (高齢者福祉係データ)	4回 (R5年度)	4回 (R6年度)	4回以上
	日曜当番医による休日診療 (健康推進課データ)	52日 (R5年度)	52日 (R6年度)	52日
	病院等運営協議会の開催 (東御市民病院データ)	2回 (R5年度)	2回 (R6年度)	2回以上
地域保健の充実 施策3	健康づくり推進員により地域づくりと連携した健康づくり事業を実施している地区 (市保健衛生)	5地区 (R5年度)	5地区 (R6年度)	5地区
	出前講座の利用回数 (市保健衛生)	24回 (R5年度)	23回 (R6年度)	25回以上
	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 (保健事業アンケート)	75.8% (R5年度)	75.8% (R5年度)	76.0%以上



長野県 PR キャラクター『アルクマ』

©長野県アルクマ

令和 6 年度東御市保健衛生

令和 7 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