

第三次長野市健康増進・食育推進計画

ながの健やか プラン21



シンボルマーク“なっぴい”

すべての市民が支え合い、健やかで心豊かな
暮らしを実感できるまちを目指して
～健やか未来都市“ながの”～

平成29年度～令和5年度

暫定評価報告書

長野市

目 次

第1章	はじめに	
	Ⅰ 「ながの健やかプラン21」の評価について	1
第2章	評価の方法	2
	Ⅰ 評価の方法	
	1 実績値の把握	
	2 評価の基準及び方法	
第3章	評価の結果	3
	Ⅰ 計画全体の目標(成果)	
	Ⅱ 計画の基本的な方向(柱)	
	1 結果の概要	
	2 基本的方向別の評価	
	ア 基本的方向1：健康に関する生活習慣の改善	10
	(1) 身体活動・運動・スポーツ	
	(2) 栄養・食生活、食育	
	(3) こころの健康・休養	
	(4) 喫 煙	
	(5) 飲 酒	
	(6) 歯・口腔の健康	
	イ 基本的方向2：生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底	22
	(1) が ん	
	(2) 循環器疾患	
	(3) 糖尿病	
	ウ 基本的方向3：健康を支え、守るための社会環境の整備	28
	(1) 地域のつながり・きずな、支え合いの強化	
第4章	市の取組(施策)及び各課の事業等の一覧	31
参考資料		
	ながの健やかプラン21に関わる主な情勢と保健事業の経過	44

第1章 はじめに

I 「ながの健やかプラン21」の評価について

第三次長野市健康増進・食育推進計画「ながの健やかプラン21」は、健康増進法に基づく、国の21世紀における国民の健康づくり運動「健康日本21(第二次)」と食育基本法に基づく食育推進基本計画の市町村計画として平成29年(2017年)に策定し、令和5年(2023年)度までの7年間を計画期間として、健康寿命の更なる延伸を目指し、市民の健康増進及び食育推進に取り組んできました。(図-1参照)

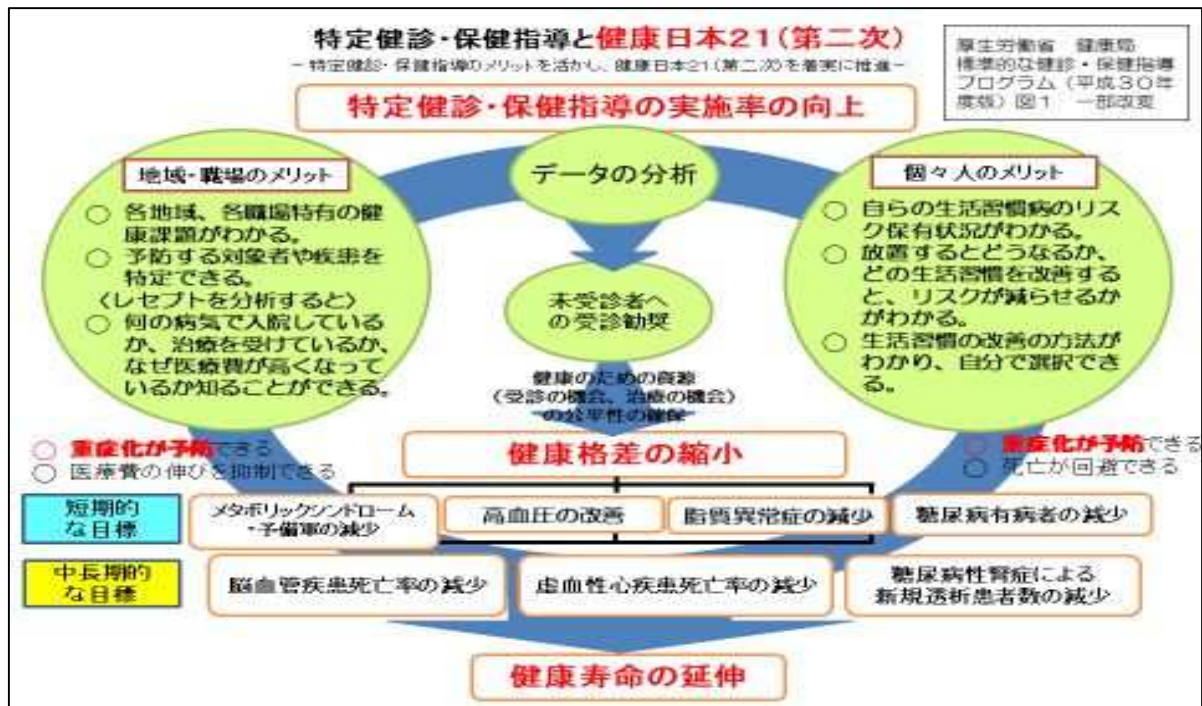
計画策定時の本市の背景としては、男女ともに平均寿命と健康寿命(日常生活動作が自立している期間の平均)は伸びているものの、がん、心疾患、脳血管疾患による死亡が多く、また、糖尿病のリスクが高い、いわゆる「糖尿病予備群」の割合が全国より高いことから、少子・高齢化が急速に進む将来を見据え、生活習慣病による死亡を回避し、重症化を防ぐことが課題でした。

そのため、具体的には、基本的な生活習慣の改善及び疾病の発症予防、重症化予防の徹底を図るとともに、地域のつながりの強化や関係機関・団体との連携を深めることにより、健康を支え、守るための社会環境を整備し、健康寿命の更なる延伸を目指すため、各種施策を展開し実行してきました。

そして、この計画の最終年度となる令和5年度に、全体目標1指標、個別目標46項目(指標数81項目)の達成状況を把握し、課題の整理と次期計画策定を見据えた今後の方向性等を明らかにするため、現時点の暫定的な評価を実施しました。

なお、今後、令和5年度の実績値が把握でき、最終評価が完了した際、改めて報告書として内容を確定することとします。

図-1



第2章 評価の方法

I 評価の方法

1 実績値の把握

(1) 健康づくりに関するアンケート

- ① 調査対象：市内在住の3歳から89歳までの市民約352,000人のうち、令和4年8月16日現在の住民基本台帳から地区別、生年月日順に並び替え、年齢で2区分にした上で、等間隔で市民5,000人を無作為抽出
- ・ 3～19歳 800人
 - ・ 20～89歳 4,200人
- } 2区分に分けて抽出
- ② 調査期間：令和4年（2022年）9月7日（水）～10月7日（金）
- ③ 調査方法：返信用封筒同封による郵送
- ④ 調査項目（3歳～19歳のアンケートは、イとキの項目のみ）

年齢別調査項目	3～19歳	20～89歳
	質問数	質問数
ア 健康全般について	—	1
イ 栄養・食生活について	5	7
ウ 運動について	—	1
エ がん検診について	—	1
オ こころの健康について	—	4
カ アルコール・喫煙について	—	5
キ 歯と口の健康について	2	2
合 計	7	21

⑤ 回収結果

- ・ 郵送数 5,000通（不達3通）
- ・ 回収標本数 2,259通
- ・ 回収率 45.2%（2,259/5,000）（前回H27実績：50.6%）

対象区分	性別	郵送者数(人)	回答数(人)	回収率
3～19歳	男性	410	186	45.4%
	女性	390	192	49.2%
	不詳	—	3	—
	小計	800	381	47.6%
20～89歳	男性	2,100	814	38.8%
	女性	2,100	1,034	49.2%
	不詳	—	30	—
	小計	4,200	1,878	44.7%
合 計		5,000	2,259	45.2%

【健康づくりに関するアンケート調査の内訳】

【(3歳～19歳)】

		合計	年代別内訳					対象外年齢
			3～9	10～15	16～19	無回答		
合計	回答人数	381	140	149	67	24	1	
	割合(%)	100.0%	36.7%	39.1%	17.6%	6.3%	0.3%	
男性	回答人数	186	74	64	39	9	0	
	割合(%)	48.8%	19.4%	16.8%	10.2%	2.4%	0.0%	
女性	回答人数	192	65	85	28	13	1	
	割合(%)	50.4%	17.1%	22.3%	7.3%	3.4%	0.3%	
性別回答 しない	回答人数	0	0	0	0	0	0	
	割合(%)	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
無回答	回答人数	3	1	0	0	2	0	
	割合(%)	0.8%	0.3%	0.0%	0.0%	0.5%	0.0%	

【(20歳～89歳)】

		合計	年代別内訳							無回答	対象外年齢
			20代	30代	40代	50代	60代	70以上			
合計	回答人数	1,878	100	142	213	267	305	595	254	2	
	割合(%)	100.0%	5.3%	7.6%	11.3%	14.2%	16.2%	31.7%	13.5%	0.1%	
男性	回答人数	814	36	65	84	115	128	267	119	0	
	割合(%)	43.3%	1.9%	3.5%	4.5%	6.1%	6.8%	14.2%	6.3%	0.0%	
女性	回答人数	1034	62	77	127	151	174	324	117	2	
	割合(%)	55.1%	3.3%	4.1%	6.8%	8.0%	9.3%	17.3%	6.2%	0.1%	
性別回答 しない	回答人数	11	1	0	2	1	0	1	6	0	
	割合(%)	0.6%	0.1%	0.0%	0.1%	0.1%	0.0%	0.1%	0.3%	0.0%	
無回答	回答人数	19	1	0	0	0	3	3	12	0	
	割合(%)	1.0%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.2%	0.2%	0.6%	0.0%	

(2) 歩数調査

- ① 調査対象：市内在住の20歳から89歳までの市民約298,000人のうち、令和4年8月16日現在の住民基本台帳から、各年齢層の比率別の男性243人、女性257人を地区別、生年月日順に並び替え、等間隔で500人を抽出（※同時抽出の「健康づくりに関するアンケート」の対象者と重複しない）
- ② 調査期間：令和4年（2022年）9月7日（水）～9月28日（水）
- ③ 調査方法：歩数計の郵送法による歩数調査（3日間）
- ④ 回収結果
- ・郵送数 500通（不達1通）
 - ・回収標本数 251通
 - ・回収率 50.2%（251/500）（前回H27実績：84.0%）

		合計	年代別内訳							70歳以上	無回答
			20代	30代	40代	50代	60代				
							60～64	65～69			
全数	回答人数	251	10	22	38	42	26	30	78	5	
	割合(%)	100.0%	4.0%	8.8%	15.1%	16.7%	10.4%	12.0%	31.1%	2.0%	
男性	回答人数	94	5	7	18	17	7	12	28	0	
	割合(%)	37.5%	2.0%	2.8%	7.2%	6.8%	2.8%	4.8%	11.2%	0.0%	
女性	回答人数	152	5	15	20	25	19	17	49	2	
	割合(%)	60.6%	2.0%	6.0%	8.0%	10.0%	7.6%	6.8%	19.5%	0.8%	
無回答	回答人数	5	0	0	0	0	0	1	1	3	
	割合(%)	2.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.4%	0.4%	1.2%	

(3) その他評価に用いた統計指標等

- ・【厚生労働省】市町村別生命表
- ・【厚生労働省】国民健康・栄養調査結果
- ・【厚生労働省】人口動態統計
- ・【厚生労働省】地域における自殺の基礎資料
- ・【(公社)国民健康保険中央会】国民健康保険データベースシステム(KDB)掲載値
- ・【文部科学省】学校保健統計
- ・【スポーツ庁】全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果
- ・【長野県】未成年者の喫煙・飲酒状況等調査結果
- ・長野市まちづくりアンケート(含幸せ実感モニター)調査結果
- ・第五次長野市総合計画推進のための市民アンケート調査結果
- ・長野市国民健康保健特定健診、30歳代国保健診、後期高齢者健診結果
- ・長野市歯周疾患検診結果、1歳6か月児健康診査、3歳児歯科健診結果
- ・健康課とりまとめ（4か月児健康診査問診票の集計、ゲートキーパー養成講座受講者数、がん検診受診者数、要精密検査者数及び精密検査受診者数）

2 評価の基準及び方法

【各指標の目標値に対する実績値の評価】

○ 実績値に係るデータ分析を用いた判定

計画策定時の現状値である基準値と目標年度に係る実績値の比較に当たっては、原則として、以下に示す統計学的な推定及び検定を実施した上で、国の健康日本 21（第二次）と同様の判定基準により、判定を行いました（判定表参照）。

（推定及び検定）

- ・ アンケート結果等、基準値及び実績値算出の根拠データがある場合は、オッズ比を用いた推定を実施
- ・ 歩数など基準値及び実績値が得られた数値の平均値の場合は、平均値の差を検定（2標本 t 検定）

（判定表）

判定	判定区分	判定基準
A	達成	目標値に達した（検定結果は問わない）
B	改善傾向	目標値に達してないが基準値に比べて有意に改善した
C	変化なし	基準値に比べて有意な変化がない（A、B、D以外）
D	悪化	基準値に比べて有意に悪化した
E	評価困難	評価に使うデータが入手できない等

第3章 評価の結果

I 計画全体の目標(成果)

少子高齢社会の到来の中で、社会全体で支え合い、健やかで心豊かに生活できる活力ある長野市をつくるためには、全国トップ水準にある健康寿命(日常生活動作が自立している期間の平均)を更に延伸させることが必要であることから、「市民の健康寿命の更なる延伸」を本計画全体の目標として定めています。

その結果(成果)は、以下のとおりです。

1 指 標：健康寿命の延伸

基準値(H27年)		目 標
平均寿命	健康寿命(平均自立期間)	
【男性】82.3年 【女性】87.8年	【男性】80.1年 【女性】84.9年	平均寿命の増加分を上回る 健康寿命の増加

2 結 果

性別	項目	(単位：年)										増加	判定
		基準	参考	計画期間(7年間)									
		H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5			
男性	平均寿命	82.3	-	-	- (H27公表)	-	83.1				(R2公表)	0.8	A
	健康寿命	80.1	80.4	80.9	80.8	80.9	81.1					1.0	
女性	平均寿命	87.8			- (H27公表)		88.3				(R2公表)	0.5	D
	健康寿命	84.9	84.4	85.0	84.6	85.1	84.8					-0.1	

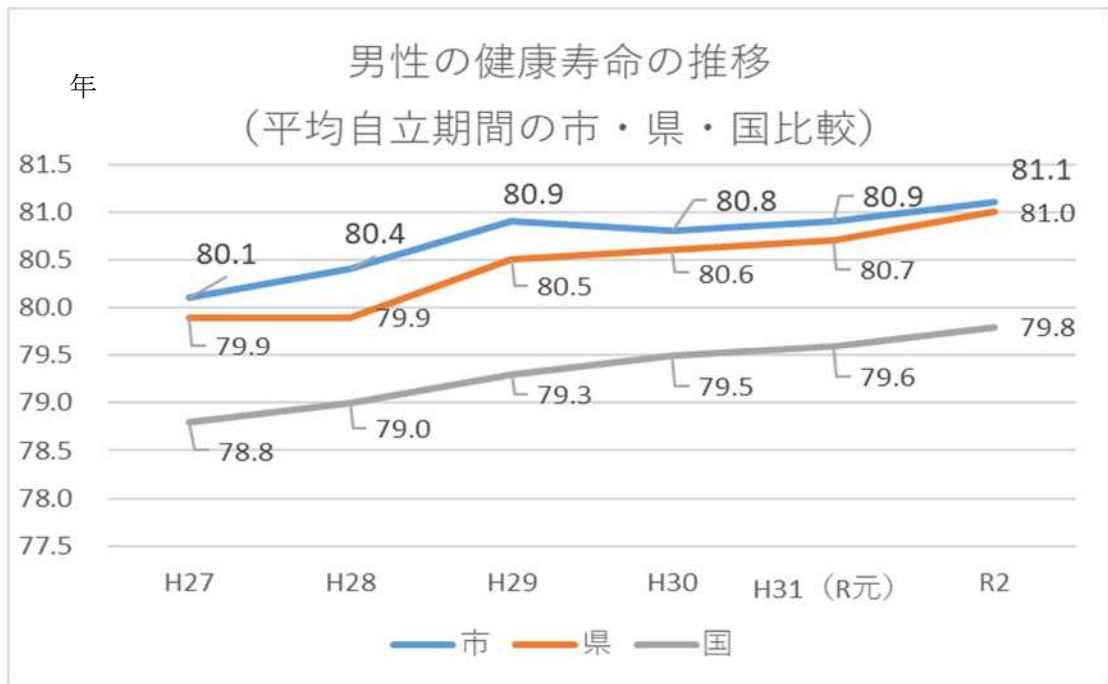
男性：健康寿命の増加が平均寿命の増加を上回り目標を達成しました。

女性：平均寿命は延伸しましたが健康寿命は短縮し、目標達成には至りませんでした。

【評価根拠について】

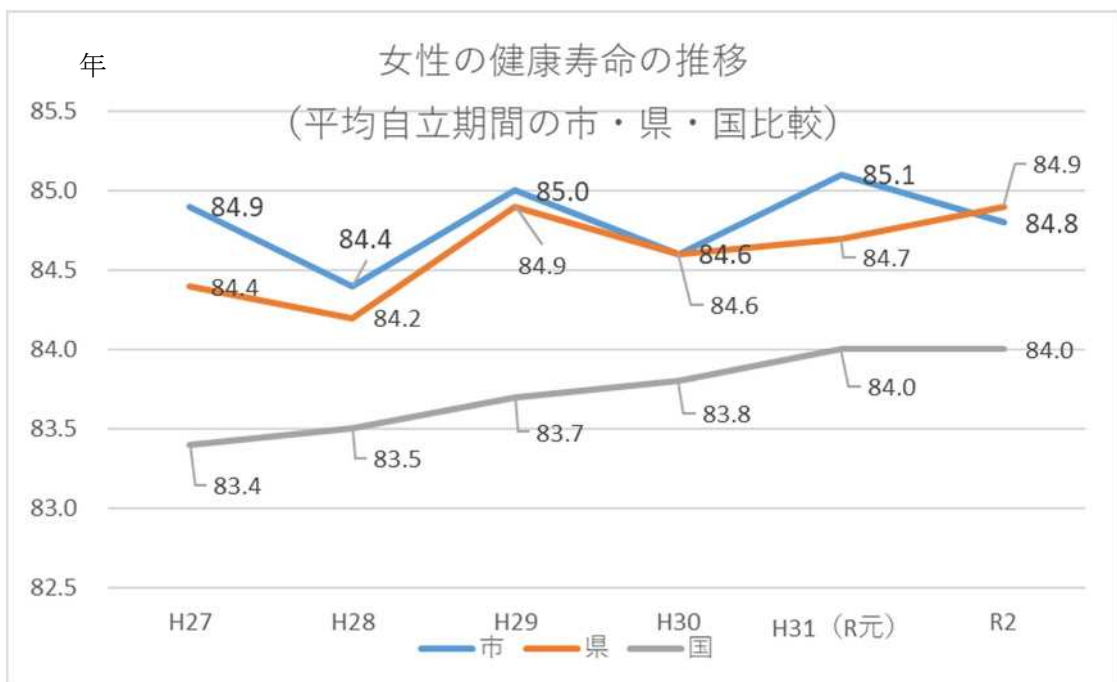
- 平均寿命は、国勢調査実施年に基づき5年ごとに算出・公表される厚生労働省「市区町村別生命表」を用いて算出されたもの。
- 健康寿命は、国民健康保険中央会が公開している国保データベースシステム(KDB)により算出。介護受給者台帳における「要介護2以上」を「不健康」と定義し、平均余命から不健康期間を除いた期間を平均自立期間とする。

グラフー 1



KDB 長野県市町村比較平均自立期間

グラフー 2



KDB 長野県市町村比較平均自立期間

II 計画の基本的な方向(柱)

本計画全体の目標である「市民の健康寿命の更なる延伸」に向けて、市民一人ひとりが、生活習慣の改善に取り組み、生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底を図るとともに、地域全体で相互に支え合いながら、個人の健康を支え、守るための環境を整えていくことを、以下のとおり、本計画の3つの基本的な方向(柱)としています。

ここでは、その基本的な方向全体を通じた評価結果を示します。

- 基本的方向1** 健康に関する生活習慣の改善
- 基本的方向2** 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
- 基本的方向3** 健康を支え、守るための社会環境の整備

図-2



1 結果の概要

【全体】※小数点以下第2位を四捨五入しているため合計と内訳は一致しません。

【指標の達成状況】

	指標数	A	B	C	D	E
		達成	改善傾向	変化なし	悪化	評価困難
全体	81	23	14	22	15	7
	100%	28.4%	17.3%	27.2%	18.5%	8.6%
基本的方向1	51	11	12	15	8	5
	100%	21.6%	23.5%	29.4%	15.7%	9.8%
基本的方向2	24	11	2	6	5	0
	100%	45.8%	8.3%	25.0%	20.8%	0.0%
基本的方向3	6	1	0	1	2	2
	100%	16.7%	0.0%	16.7%	33.3%	33.3%

【全体の傾向】

- ・指標数 81 項目のうち、達成は 23 項目 (28.4%)、改善傾向は 14 項目 (17.3%)、変化なしは 22 項目 (27.2%)、悪化は 15 項目 (18.5%)、評価不能は 7 項目 (8.6%) であり、改善傾向以上の判定項目数は、全 81 項目のうち 37 項目 (45.7%) となり、特に、基本的方向 2 は、54.1% が改善傾向以上となり、効果的な推進ができたと評価します。
- ・その一方で、基本的方向 3 は変化なしと悪化が 50% となり、新型コロナウイルス感染症の感染拡大による外出自粛や集団活動の制限などが達成状況に影響を及ぼしたのではないかと考えますが、健康に関する社会的環境の整備については、今後、指標の設定等を含め見直し、地域の実状にあった施策を展開していく必要があると考えます。
- ・また、国民健康・栄養調査等、評価に必要な基礎データとなる調査が、新型コロナウイルス感染症等の影響で中止となり最新の実績値が把握できなかったことや調査結果の公開時期が計画策定以降となることにより、7 項目が評価困難となったため、次期計画の指標設定に際しては、評価困難となる項目がないように、国の指標も考慮した上で、客観的かつ確実に把握可能な統計指標項目等を設定することが必要です。

【参考】目標に達した項目(A判定)

・相談先がある人の割合の増加(40代以上の男性)
・ゲートキーパー研修参加延べ人数の増加
・成人の喫煙率の減少
・未成年者の喫煙をなくす 【中学1年生男子・高校1年生女子】
・受動喫煙の機会を有する人の割合の減少 【職場・飲食店】
・未成年者の飲酒をなくす 【中学1年生男子・中学1年生女子】
・むし歯がない子どもの割合の増加 【3歳児・12歳児】
・がん精密検査受診率の増加(長野市実施) 【胃がん・肺がん・乳がん・子宮頸がん】
・虚血性心疾患の年齢調整死亡率の減少(人口10万対) 【男性・女性】
・脳血管疾患の年齢調整死亡率の減少(人口10万対) 【男性・女性】
・HbA1c5.6%以上の人の割合の減少(40～64歳) 【男性・女性】
・血糖コントロール指標におけるコントロール不良者(HbA1c8.4%以上)の割合の減少(40～74歳)
・自分が健康だと思う(主観的健康観の高い)人の割合の増加

【参考】悪化した項目(D判定)

・1週間に運動やスポーツを全く行っていない児童の割合の減少 【小学5年生男子・小学5年生女子】
・肥満児童(肥満度30%以上)の割合の減少 【小学5年生男子・女子】
・適正体重を維持している成人の割合の増加 【20歳代女性BMI 18.5未満やせ】
・食育に関心を持っている人の割合の増加
・進行した歯周病に罹患している人の割合 【40歳・60歳】
・75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少 (人口10万対)
・がん精密検査受診率の増加(長野市実施) 【大腸がん】
・メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合の減少(40～74歳) 【男性・女性】
・国保特定健診受診率・特定保健指導実施率の向上 【受診率】
・健康づくりに取り組みやすい環境が整っていると思う人の割合の増加
・ご近所において、支え合い、助け合える人間関係が築かれていると思う人の割合の増加

2 基本的方向別の評価

ア 基本的方向1 健康に関する生活習慣の改善

基本的方向1では、健康を増進させる基本的要素となる「身体活動・運動・スポーツ」「栄養・食生活、食育」「こころの健康・休養」「喫煙」「飲酒」「歯・口腔の健康」に関する生活習慣の改善に取り組むこととしており、その結果は、以下のとおりです。

	全 体	指標数	A	B	C	D	E
			達 成	改善傾向	変化なし	悪 化	評価困難
	取組項目	51	11	12	15	8	5
(1)	身体活動・運動・スポーツ	8	0	1	5	2	0
(2)	栄養・食生活、食育	12	0	0	3	4	5
(3)	こころの健康・休養	6	2	4	0	0	0
(4)	喫 煙	12	5	4	3	0	0
(5)	飲 酒	7	2	3	2	0	0
(6)	歯・口腔の健康	6	2	0	2	2	0

図－3



(1) 身体活動・運動・スポーツ

目指す姿： 日常生活の中で日々身体を動かすことが習慣となり、生涯にわたり自立した生活を送ることができる。

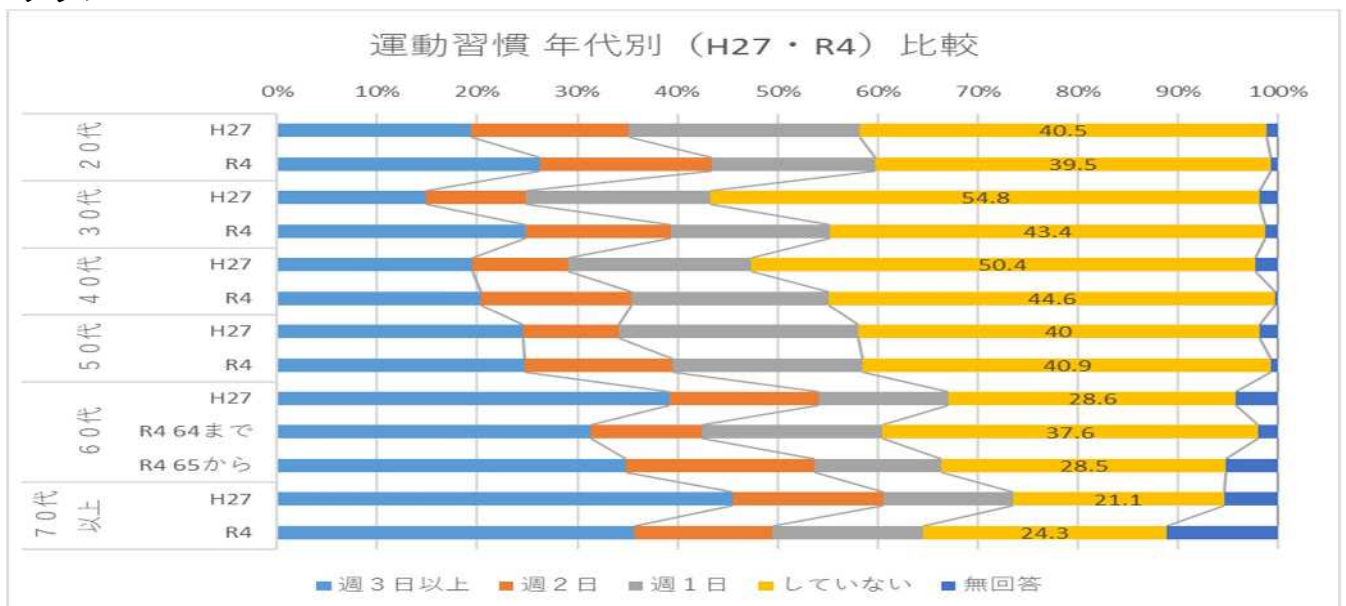
【指標の達成状況】

No.	目標項目	基準値	目標値	計画期間(7年間)							判定	
		H27	R5	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5		
①	1週間に運動やスポーツを全く行っていない児童の割合の減少	小学5年生男子	3.2%	3.0%以下	2.5%	2.4%	2.8%	—	4.1%	4.6%		D
		小学5年生女子	5.5%	4.6%以下	5.6%	5.8%	5.2%	—	4.9%	6.4%		D
②	日常生活における歩数の維持・増加	20～64歳男性	7,891歩/日	9,000歩/日	—	—	—	—	—	7,564歩/日	—	C
		20～64歳女性	7,335歩/日	8,500歩/日	—	—	—	—	—	7,632歩/日	—	C
		65歳以上男性	7,235歩/日	7,235歩/日	—	—	—	—	—	5,524歩/日	—	C
		65歳以上女性	6,384歩/日	6,384歩/日	—	—	—	—	—	5,795歩/日	—	C
③	週1回以上運動を行う成人の割合の増加	59.1%	65.0%	55.9%	56.1%	59.9%	59.9%	62.3%	60.7%		C	
④	ロコモティブシンドロームを認知している人の割合の増加	46.7%	80.0%	—	—	—	—	—	51.3%	—	B	

【考察】

- ・身体を動かすことについては、不要不急の外出は控えるなどの令和元年度からの新型コロナウイルス感染症拡大防止対策の影響があり、大きな変化はありませんでした。特に小学生や高齢者などは、体を動かすことが制限され自粛傾向が伺えます。その一方で、30・40歳代が平成27年度と令和4年度を比較すると、全く運動習慣がないと回答した人が減少しており、自ら意識して身体を動かす機会を増やせたことも伺えました。
- ・また、転倒・骨折につながる運動器の障害を防ぐため、ロコモティブシンドローム（以下、ロコモ）の普及啓発に取り組んできましたが、令和元年度からロコモを含む「フレイル予防」の取組を総合的に推進してきたため、ロコモの認知度もわずかに増加しました。

グラフー3



H27 長野市まちづくりアンケート

R4 第五次長野市総合計画推進のための市民アンケート調査結果

(2) 栄養・食生活、食育

目指す姿：子どもの頃から心身ともに健康であるための食習慣を身につけ生涯にわたり健康な食生活をおくることができる。

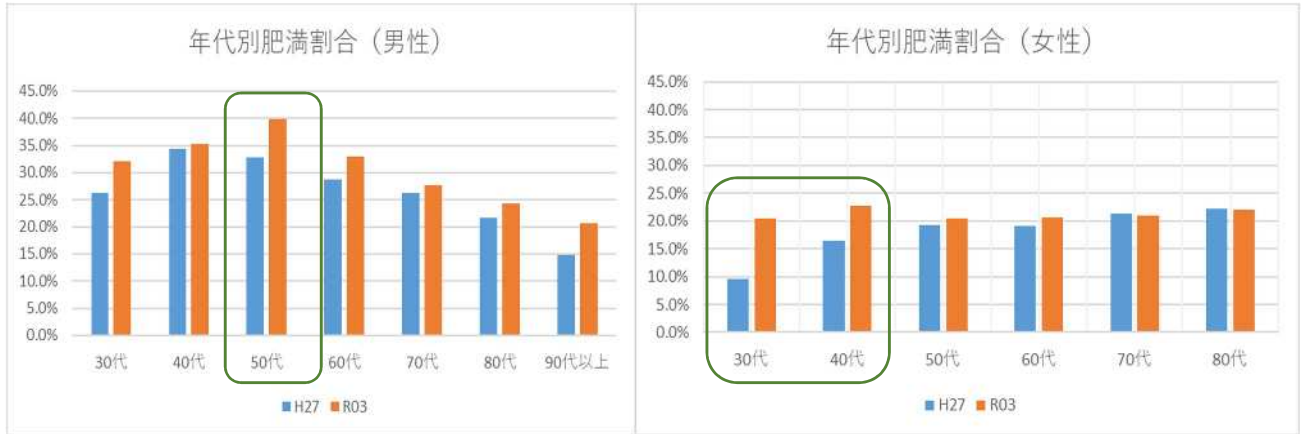
【指標の達成状況】

No.	目標項目	基準値	目標値	計画期間(7年間)							判定
		H27	R5	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5	
①	肥満児童(肥満度 30%以上)の割合の減少 小学5年生男子	3.8%	減少	4.2%	5.2%	4.3%	6.5%	5.1%	7.1%		D
	小学5年生女子	1.9%	減少	2.6%	2.3%	2.7%	2.5%	3.5%	3.3%		D
②	適正体重を維持している成人の割合の増加										
	20～60歳男性 BMI25以上 肥満	23.8%	22.0%	—	—	—	—	—	—	—	E
	40～60歳女性 BMI25以上 肥満	19.2%	19.0%	—	—	—	—	—	—	—	E
	20代女性 BMI18.5未満 やせ	11.7%	減少	—	—	—	—	—	17.3%*	—	D
65歳以上 BMI20以下 やせ傾向	21.4%	22.0%	20.4%	20.1%	20.4%	20.1%	20.7%	R5.12月		E	
③	食塩摂取量の減少	9.9g/日	8g/日	10.4g/日	—	—	—	—	—		E
④	野菜摂取量の増加	294g/日	350g/日	257g/日	—	—	—	—	—		E
⑤	食育に関心を持っている人の割合の増加	86.0%	90.0%	—	—	—	—	—	78.4%		D
⑥	朝食を欠食する人の割合の減少 小学生	7.0%	0%	—	—	—	—	—	1.3%		C
	20～30代	16.8%	15.0%	—	—	—	—	—	24.5%		C
⑦	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加	10.4回/週	11回/週以上	—	—	—	—	—	10.2回/週		C

【考察】

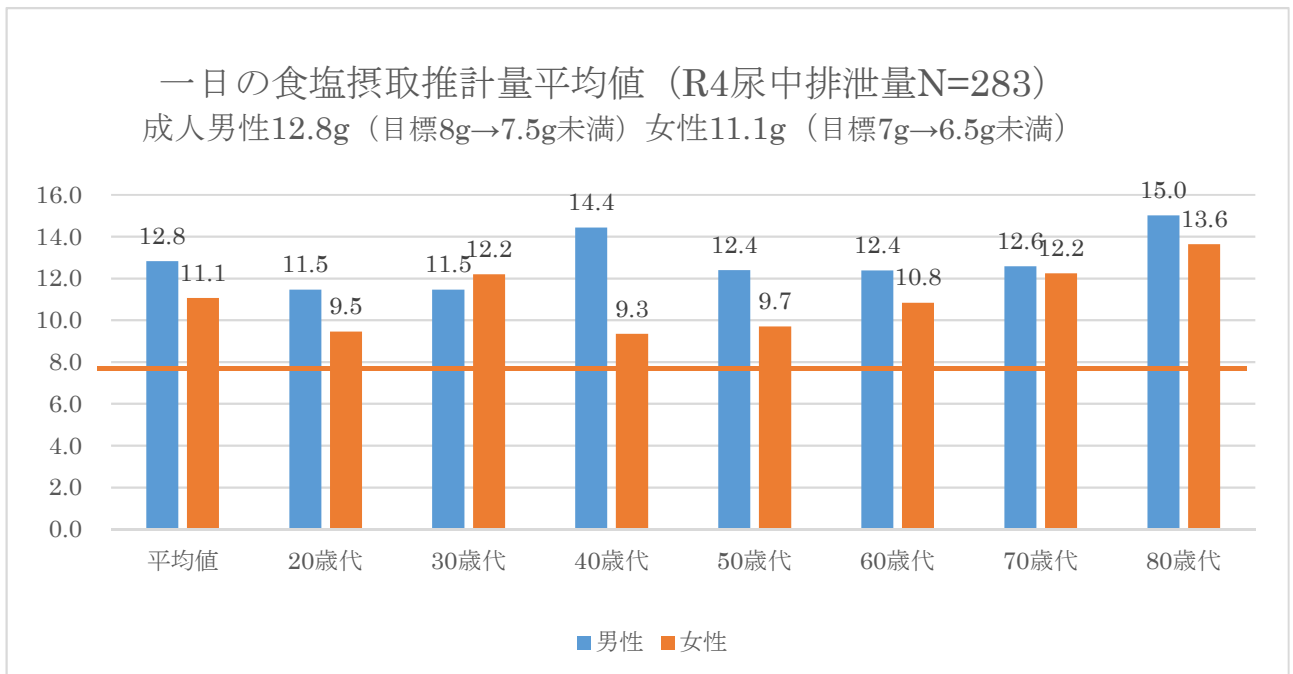
- 国民健康・栄養調査等の中止や結果の公開時期等により比較分析できるデータの取得が困難であったため、肥満の割合や食塩摂取量、野菜摂取量については、基準値と現状値、目標値に関して統計学的検定による評価分析を行うことはできませんでした。そのため、30歳代健康診査や国保特定健診、後期高齢者健診の結果などから、30歳代以上の現状を把握しました。年代別のBMI25以上の肥満該当者は、男性では50歳代がピークで4割を超えており、女性は30歳代・40歳代で基準値と比べ増加しており、どの年代も約2割を占めています。
- 女性のやせは、骨そしょう症等の健康問題や低体重児出生と児の将来の生活習慣病との関連要因であるため、妊娠届時の身体状況の把握から20歳代女性のやせの割合（BMI18.5未満）を把握したところ、基準値より増加しています。生涯を通じた適正な体重維持が重要です。
- 平成29年度に市民の健康づくりの行動宣言として「ながのベジライフ宣言、ハッピーかみんぐ1.2.30」を掲げ、「野菜を先に食べる」ことや「握りこぶし二つ分の野菜を食べる」などの啓発などを行い、食育の観点からも市民の健康を支える食環境づくりを進めてきました。しかし、上記目標⑤の「食育に関心を持つ市民の割合」が減少したことは、コロナ禍による感染防止の観点から、食を通じた啓発活動の自粛や共食などの体験型学習の減少などが背景にあるのではないかと考えられます。
- 令和4年度に尿中ナトリウム測定から食塩摂取推計量を調べた結果、男性12.8g/日、女性11.1g/日で、調味料や加工品、お惣菜からの食塩摂取が伺えましたが、基準値の設定時と調査方法が異なるため評価判定は困難としました。しかしながら、国が示す食塩摂取目標量より多いことから、市民がよく購入する品目別ランキングと併せ、個々の食行動や食習慣を把握し、健康に配慮した食事が継続できるよう、減塩食品の活用の普及など食環境整備の充実に取り組む必要があります。

グラフー 4



長野市 30 歳代健康診査・国保特定健診・後期高齢者健診受診結果

グラフー 5



令和 4 年度尿中ナトリウム測定結果

図ー 4

【食塩の量】



【一日の野菜摂取目安量 350g の例】



図-5 長野市民がよく購入する食品ランキング

品目別		H25～H27			R元～R3			
		全国平均	長野市	位	全国平均	長野市	位	
穀類 調理食 品、 果物、 菓子類 酒類等	小麦粉	g	2,850	4,142	1	2,504	3,876	1
	小麦粉	円				673	958	1
	調理パン	円	4,558	7,583	1	5,681	8,218	2
	りんご	g	13,144	30,256	3	10,325	23,607	2
	もも	g	1,609	6,600	2	1,101	3,832	3
	ぶどう	g	2,399	3,566	3	2,274	2,660	8
	果物加工品	円	2,540	3,100	5	3,550	3,928	8
	生鮮果物	g	80,370	99,510	2	71,661	83,592	2
	チョコレート	円	5,160	5,749	8	6,751	6,648	29
	ワイン	ml	3,376	6,508	3	3,732	3,454	25
	ビール	ℓ	21.46	25.53	7	20.27	20.73	14
	清酒	ml	7,293	10,238	4	6,531	7,122	23
	乾うどん・そば	g	4,053	4,589	13	3,235	4,422	6
生鮮野 菜 乾物 海藻等	えのきたけ	g	—	—	—	2,732	4,561	1
	しめじ	g	—	—	—	2,845	3,506	3
	キャベツ	g	18,041	23,027	1	18,015	19,809	8
	きゅうり	g	7,944	10,249	5	7,862	10,286	1
	れんこん	g	1,384	1,705	8	1,190	1,449	10
	レタス	g	6,050	6,633	9	6,237	6,082	23
	他の葉茎菜	円	5,063	6,802	5	6,685	7,469	15
	たけのこ	g	881	1,354	4	748	1,028	5
	わかめ	g	879	1,269	6	824	1,249	6
肉類 魚貝類 乳卵類 大豆加 工食品 等	鮭	g	2,787	3,827	4	2,698	3,155	10
	さんま	g	1,439	1,882	8	513	615	11
	豆類	円	525	626	8	468	582	5
	納豆	円	3,512	4,450	11	4,429	5,815	5
	チーズ	g	2,871	3,410	5	3,891	4,172	14
	魚介の缶詰	円	2,457	3,437	3	2,994	3,972	3
	魚介の漬物	円	3,266	4,898	7	3,004	4,414	7
	その他の魚介加工品	円	10,722	13,837	4	10,905	13,416	7
	塩サケ	g	1,549	2,081	9	1,370	1,957	10
	さしみの盛り合わせ	g	1,762	1,904	14	1,499	1,938	7
	たらこ	g	762	1,061	8	680	826	12
油脂 調味料 等	砂糖	g	5,849	7,725	1	4,431	5,152	8
	食用油	円	3,649	4,487	2	4,294	4,697	8
	油脂・調味料	円	41,176	44,489	2	46,033	47,988	10
	ドレッシング	ml	2,340	2,724	4	2,426	2,528	15
	食塩	g	2,130	2,792	6	1,630	2,395	3
	みそ	g	5,634	8,435	1	5,070	6,884	4
	酢	ml	2,231	3,059	2	1,905	2,760	2

総務省統計局家計調査（二人世帯）

品目別都道府県庁所在市及び政令指定都市 52 か所中のランキング

（H25～27 平均・R元～R3 平均）の比較

(3) こころの健康・休養

目指す姿： 睡眠、休養を十分とり、自分に合ったストレスへの対処法を身につけることで、こころの健康を保つ。また、本人や周囲の人がこころの病気について正しく理解し早期発見、早期治療など適切な対応をとることができる。

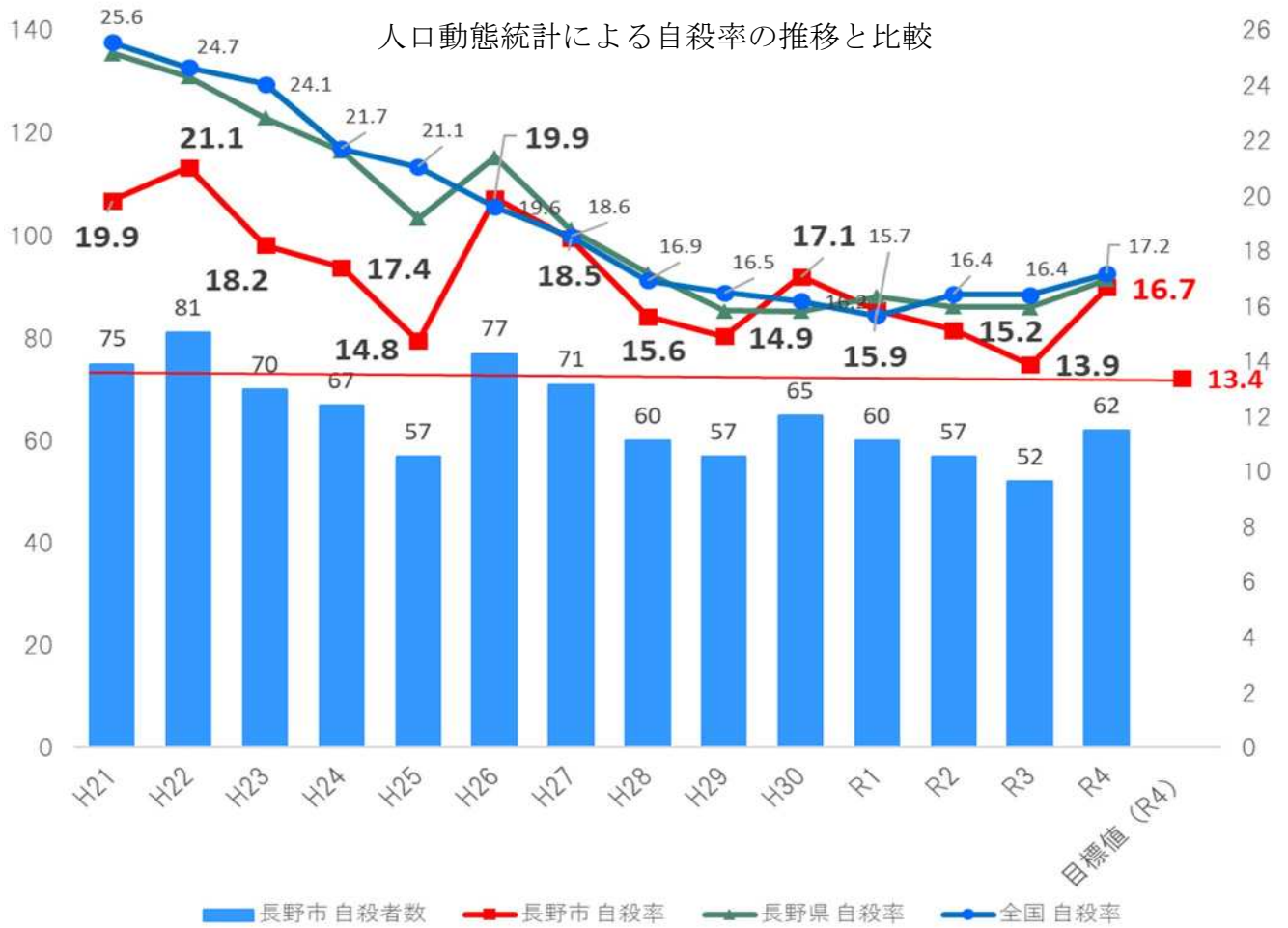
【指標の達成状況】

No.	目標項目	基準値	目標値	計画期間(7年間)						判定	
		H27	R5	H29	H30	R1	R2	R3	R4		R5
①	自殺死亡率の減少(人口10万対)	18.5	14.8	14.9	17.1	15.9	15.2	13.9	16.7		B
②	ストレスが過度であると感じている人の割合の減少(20~50代)	26.8%	10.0%	—	—	—	—	—	21.2%		B
③	ストレスを解消できている人の割合の増加(20~50代)	59.5%	80.0%	—	—	—	—	—	63.7%		B
④	相談先がある人の割合の増加(40代以上の男性)	36.3%	36.3%以上	—	—	—	—	—	44.6%		A
⑤	睡眠で休養が取れている人の割合の増加(20~50代)	65.8%	80.0%	—	—	—	—	—	72.9%		B
⑥	ゲートキーパー研修参加延べ人数の増加	8,812人 (累計)	年1,000人 ずつ増加	10,973人	11,948人	13,085人	14,442人	15,301人	16,909人		A

【考察】

- 自殺死亡率は、平成30年に増加した後、減少して推移し、令和3年は目標値以下となりましたが、令和4年に再び増加し目標達成には至りませんでした。なお、国では、平成29年7月に自殺総合対策大綱が見直され、「平成38年(2026年)までに自殺死亡率を平成27年(2015年)と比べて、30%以上減少させる」としており、本市の自殺対策行動計画(H31(2019)年4月)においては、自殺死亡率の目標値を13.4に設定し推進しています。
- 「ストレスを解消できている人の割合の増加」や「相談先がある人の割合の増加」の背景として、こころの病気への正しい理解やストレスへの向き合い方の講座や相談窓口の周知を図ってきたことやゲートキーパー養成研修の開催を通じ、心の健康課題は「個人の問題」から「社会全体の問題」という意識に向けた支援の広がりにより、こころの健康づくりに関する指標の改善につながったのではないかと考えます。ただし、平成27年度と比較すると60歳代・70歳代以上が過度なストレスを感じていると回答した人が増加しております
- ゲートキーパーの養成研修については、「悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて必要な支援につなげ見守る人」として、16,000人以上が受講し目標を達成しました。具体的には一般市民向けの養成講座をはじめ、民生児童委員や住民自治協議会などの地域の関係団体や住民組織、事業所向けの講座の開催のほか、大学等との連携による若者向けの講座を実施しています。また、平成元年度から、長野市自殺対策行動計画に基づき、庁内外の45組織で構成する「自殺対策推進ネットワーク会議」を定期的に開催し、様々な組織が個々の問題に対して個別に対応することに加え、相互に連携して対応することで自殺への連鎖を断ち切り、生きることの促進要因を増やしていく支援をしてまいりました。今後も多様な社会変化を見据え、心の健康づくりに関して多角的・包括的な取組をしていくことが求められます。

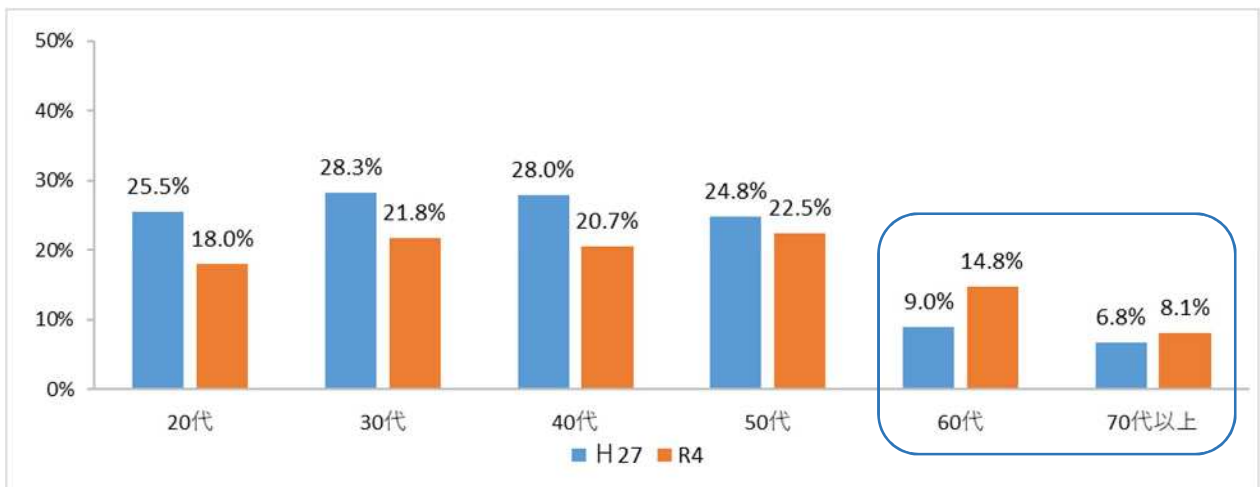
グラフー6



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」（自殺日・住居地）

グラフー7

「ストレスが過度になっている」と回答した人の年代別割合



長野市健康づくりアンケート

(4) 喫煙

目指す姿： 妊娠や未成年者の喫煙をなくすとともに、たばこの害や COPD について正しく理解し、たばこの害から身をまもることができる。

【指標の達成状況】

No.	目標項目	基準値	目標値	計画期間(7年間)						判定	
		H27	R5	H29	H30	R1	R2	R3	R4		R5
①	成人の喫煙率の減少	14.2%	12.0%	—	—	—	—	—	11.7%		A
②	妊娠中の喫煙をなくす	2.4%	0%	1.8%	1.9%	1.3%	1.0%	1.1%	0.9%		B
③	未成年者の喫煙をなくす	中学1年生男子	0%	0%	—	—	—	—	0%	—	A
		中学1年生女子	0.5%	0%	—	—	—	—	0.3%	—	C
		高校1年生男子	0.3%	0%	—	—	—	—	0.3%	—	C
		高校1年生女子	0.3%	0%	—	—	—	—	0%	—	A
④	受動喫煙の機会を有する人の割合の減少	行政機関	2.2%	0%	—	—	—	—	—	0.5%	B
		医療機関	0.4%	0%	—	—	—	—	—	0.1%	C
		職場	16.8%	減少	—	—	—	—	—	10.9%	A
		家庭	12.0%	3.0%	—	—	—	—	—	9.3%	B
		飲食店	25.1%	15.0%	—	—	—	—	—	5.7%	A
⑤	COPDを認知している人の割合の増加	38.4%	80.0%	—	—	—	—	—	53.4%		B

【考察】

- ・成人の喫煙率の内訳では、男性が23.4%から19.8%に、女性が7.2%から5.4%に減少し、目標値を上回る減少を示しました。これは、平成30年に施行された「長野市ポイ捨て、道路等における喫煙等を防止し、きれいなまちをつくる条例」に加え、令和2年4月に全面施行された改正健康増進法による原則屋内禁煙が加速したこと、さらにたばこ代の値上げや新型コロナウイルス感染症の流行により、感染への恐れやマスク着用・三密を回避するなどの感染防止行動などを通じて、喫煙しにくい環境変化や医療機関や薬局等での禁煙支援体制の充実が喫煙率の減少に影響したと考えられます。
- ・その一方で、国の調査研究では、コロナ禍における外出制限や隔離に伴うストレスが高いと喫煙量が増加したり、テレワークの実施や一人暮らしでは、喫煙本数に増加が見られたり、紙巻たばこから加熱式たばこに切り替えた場合は、禁煙行動がとりにくかったとの報告もあります。望まない受動喫煙を防止するため、喫煙マナーを徹底してもらう等、受動喫煙防止対策の周知徹底が引き続き必要です。
- ・未成年者では、毎日や時々喫煙している中学生や高校生は、喫煙防止教育等により減少はしましたが、目標には達していません。喫煙経験の年齢は、小学4年生以下と回答しており、友人や家族等の喫煙者の存在やたばこに対する意識が影響していると考えられます。
- ・慢性閉塞性肺疾患（COPD）の要因の約9割が喫煙であるため、喫煙による健康被害について、喫煙者も非喫煙者も理解し、たばこの害から身を守る事ができるよう、禁煙支援や受動喫煙対策の徹底が必要と考えます。

(5) 飲 酒

目指す姿： アルコール健康障害に関する正しい知識を持ち自分に合った節度ある適度な飲酒を知り、アルコールと上手につきあうことができる。

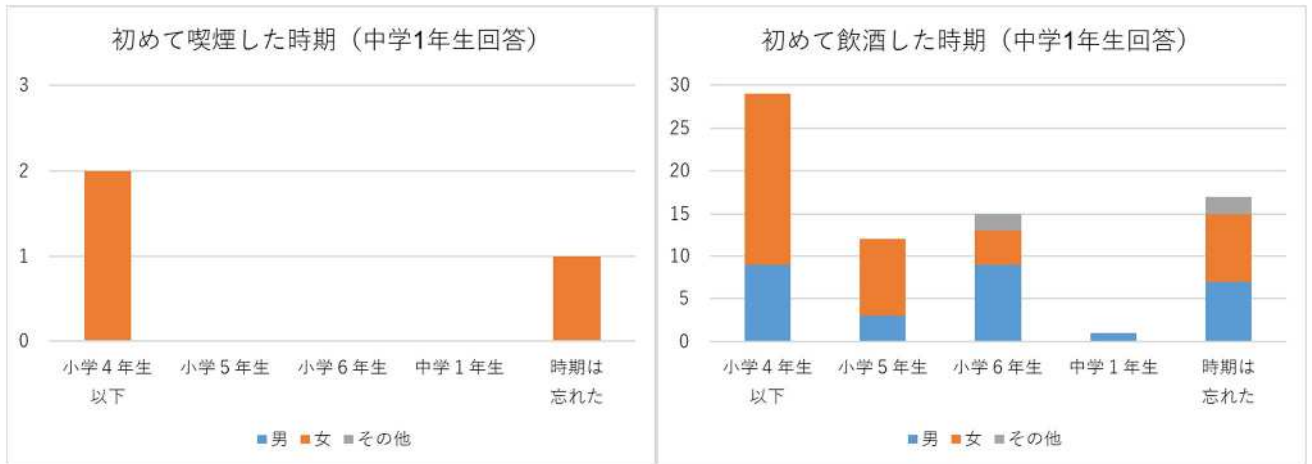
【指標の達成状況】

No.	目標項目	基準値	目標値	計画期間(7年間)						判定	
		H27	R5	H29	H30	R1	R2	R3	R4		R5
①	生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている成人の割合の減少(純アルコール量)										B C
	男性40g/日以上	25.5%	21.7%	—	—	—	—	—	13.9%		
	女性20g/日以上	11.9%	10.1%	—	—	—	—	—	12.2%		
②	妊娠中の飲酒をなくす	1.0%	0%	0.6%	0.8%	0.7%	0.8%	0.5%	0.4%		C
③	未成年者の飲酒をなくす										A A B B
	中学1年生男子	0%	0%	—	—	—	—	0%	—		
	中学1年生女子	0.5%	0%	—	—	—	—	0%	—		
	高校1年生男子	5.8%	0%	—	—	—	—	0.6%	—		
	高校1年生女子	3.4%	0%	—	—	—	—	0.4%	—		

【考 察】

- 生活習慣病のリスクを高める多量に飲酒をしている成人の割合は、男性に比べ、女性は変化がありませんでした。新型コロナ感染症の感染拡大に伴う飲食店等の営業時間短縮や酒類提供の制限など感染対策の措置により、一時的に職場での宴会や飲み会の機会が減少し、男性の多量飲酒率は減少したものの、WEB飲み会などの浸透により家庭内や個人での飲酒行動に移行したことも女性の飲酒率減少には大きく影響を及ぼさなかったのではないかと考えられます。
- 妊娠中の飲酒は、目標を達成できなかったものの減少傾向にあり、「マタニティセミナー」や「妊婦さんのための食講座」などを通じて、妊娠期における食事や過ごし方について情報提供をしていることは妊婦の飲酒行動に一定の抑止力があると考えられます。
- 未成年者の飲酒に関しては、初めて飲酒経験をする年齢が小学4年生以下と回答した割合がたばこに比べ多く、飲酒経験の動機としては、「親、他家族の勧め」という回答が多い結果となっており、大人の飲酒行動やアルコール健康障害に対する認識の差が飲酒経験のしやすい環境に影響していると考えられます。
- アルコール健康障害は本人の健康問題のみならず、胎児や乳児、児童生徒の健康に及ぼす悪影響や事故など重大な社会問題を生じさせる危険性が高いことについて周知徹底を図っていくとともに、生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の減少とアルコールによるダメージを受けやすい未成年者や妊婦の飲酒防止についてより一層取組を進める必要があります。

グラフー 8



図ー 6



(6) 歯・口腔の健康

目指す姿： 歯・口腔の健康を自己管理し生涯にわたり健康な歯・口腔で食事や会話を楽しむことができる。

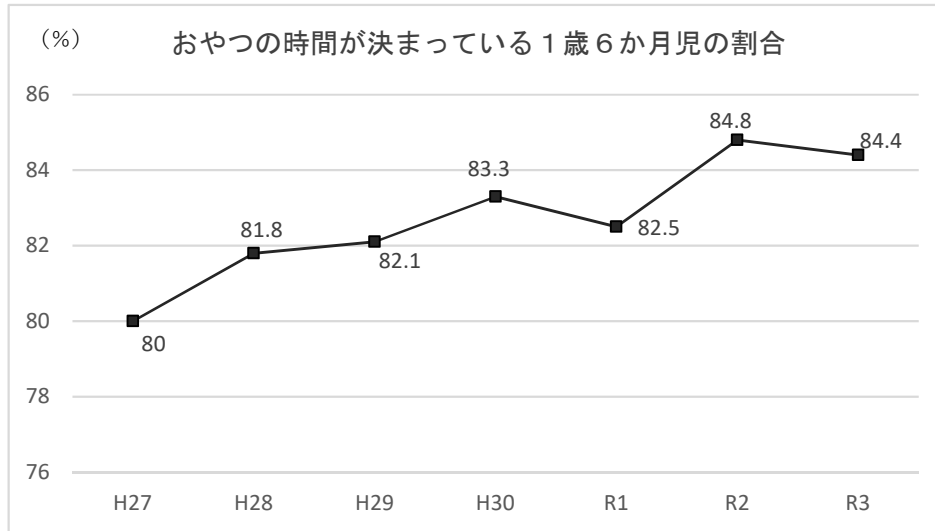
【指標の達成状況】

No.	目標項目	基準値	目標値	計画期間(7年間)						判定	
		H27	R5	H29	H30	R1	R2	R3	R4		R5
①	むし歯がない子どもの割合の増加	3歳児	85.0%	90.0%	87.0%	88.7%	88.9%	89.6%	91.1%	93.4%	A
		12歳児	74.9%	76.0%	77.5%	78.2%	77.2%	84.9%	84.6%	86.6%	A
②	進行した歯周病に罹患している人の割合の減少	40歳	37.9%	25.0%	42.9%	39.0%	43.5%	42.9%	45.2%	48.9%	D
		60歳	52.3%	45.0%	57.2%	53.8%	55.5%	57.0%	57.7%	68.2%	D
③	咀嚼良好者の割合の増加	60代	74.4% (H28)	80.0%	—	—	—	—	—	76.4%	C
④	過去1年間に歯科健診を受診した成人の割合の増加		54.8%	65.0%	—	—	—	—	—	57.1%	C

【考察】

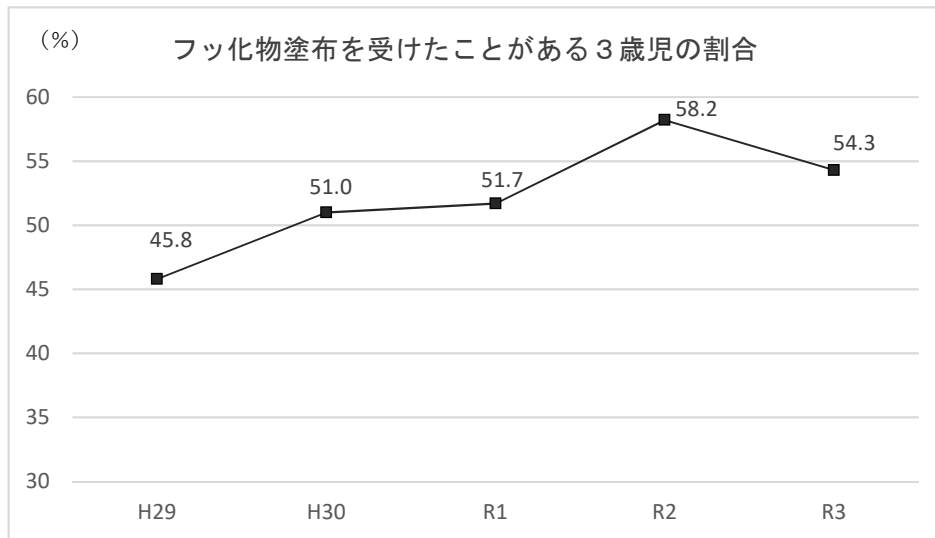
- ・むし歯がない子どもの割合は、全国（3歳児：88.2%（R2）、12歳児：70.6%（R2））と比較してもそれぞれ高い値となっており、目標を達成しその後も継続しています。
- ・むし歯に対する取組では、むし歯保有率が高い地域を中心に、2歳児フッ化物塗布に加え、保育園・幼稚園、認定こども園（34施設）、小学校・中学校（14施設）において、フッ化物洗口事業を実施し、あわせて歯科衛生士による出前講座や妊娠期からの母子保健事業で歯科健診や歯科保健指導を行い、保護者の歯・口腔に対する意識向上がむし歯のない子どもの割合の増加につながっていると考えます。引き続き、歯を守る市民の会による研修を通じて、歯科衛生士のみならず、保育士、養護教諭等の歯科保健従事者の資質向上を図り、切れ目ない継続の支援が必要です。
- ・糖尿病と関連が強い歯周病を改善するため、平成30年度から「ながのベジライフ宣言、ハッピーかみんぐ1.2.30～」を掲げ、一口30回よく噛んで食べることを提唱し、口腔機能の向上を図るとともに歯周疾患検診の対象年齢に30歳を新たに加え、生活習慣病予防対策の一つとして歯科保健を位置づけて歯科受診の勧奨を行ってまいりましたが、新型コロナウイルス感染症の感染を危惧し、歯科受診を控えるなどの行動が、進行した歯周病の改善には至らなかった背景と考えられます。
- ・進行した歯周病の罹患者が悪化していることから、生活習慣病との関連が強く歯周病の早期発見・早期治療を図るため、かかりつけ歯科医を若い世代から持つことの認識を広め、妊婦歯科健康診査及び歯周疾患検診の受診率を向上させる積極的な取り組みが必要です。
- ・また、歯を失う機会が多くなる高齢期においては、咀嚼等の口腔機能の低下が低栄養や運動機能の低下につながりやすく、フレイルによる要介護状態に移行しやすくなるため、フレイル予防の観点から口腔機能の維持・向上の重要性について、若い世代から啓発していく必要があります。

グラフー9



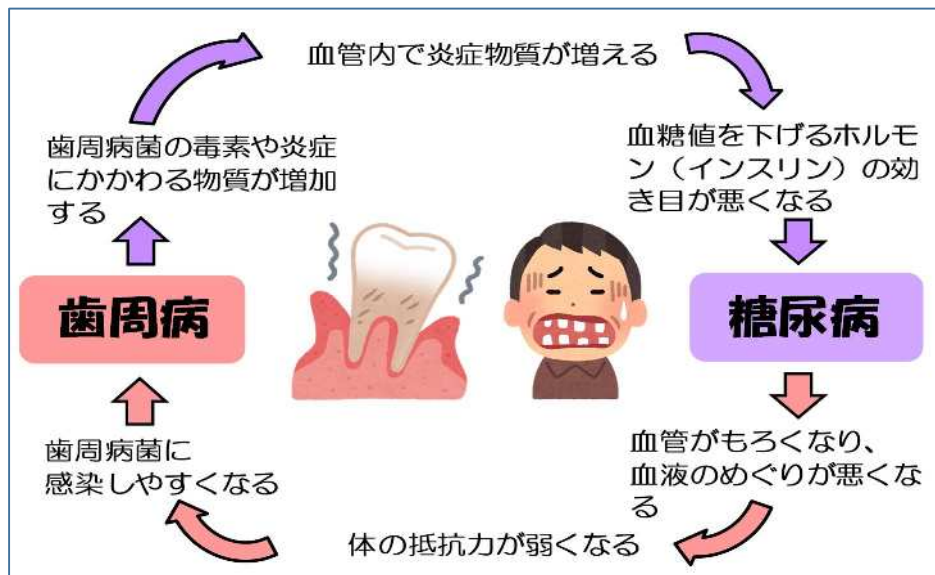
長野市1歳6か月児歯科問診票集計

グラフー10



長野市3歳児健康診査歯科問診票集計

図ー7 糖尿病と歯周病の関係



イ **基本的方向2** 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

目指す姿(共通)

栄養バランスのとれた食事を取り、適度な運動・スポーツを行い、定期的に健診(検診)を受けることで、がん、循環器疾患、糖尿病といった生活習慣病の発症と重症化を予防することができる。

基本的方向2では、がん、循環器疾患、糖尿病など非感染症疾患の発症リスクとなる危険因子に対処するための生活習慣の改善に加えて、生活習慣病の発症予防と重症化予防に取り組むこととしており、その結果は、以下のとおりです。

	全 体	指標数	A	B	C	D	E
			達 成	改善傾向	変化なし	悪 化	評価困難
	取組項目	24	11	2	6	5	0
(1)	が ん	9	4	0	3	2	0
(2)	循環器疾患	12	4	2	3	3	0
(3)	糖尿病	3	3	0	0	0	0

図-8



(1) が ん

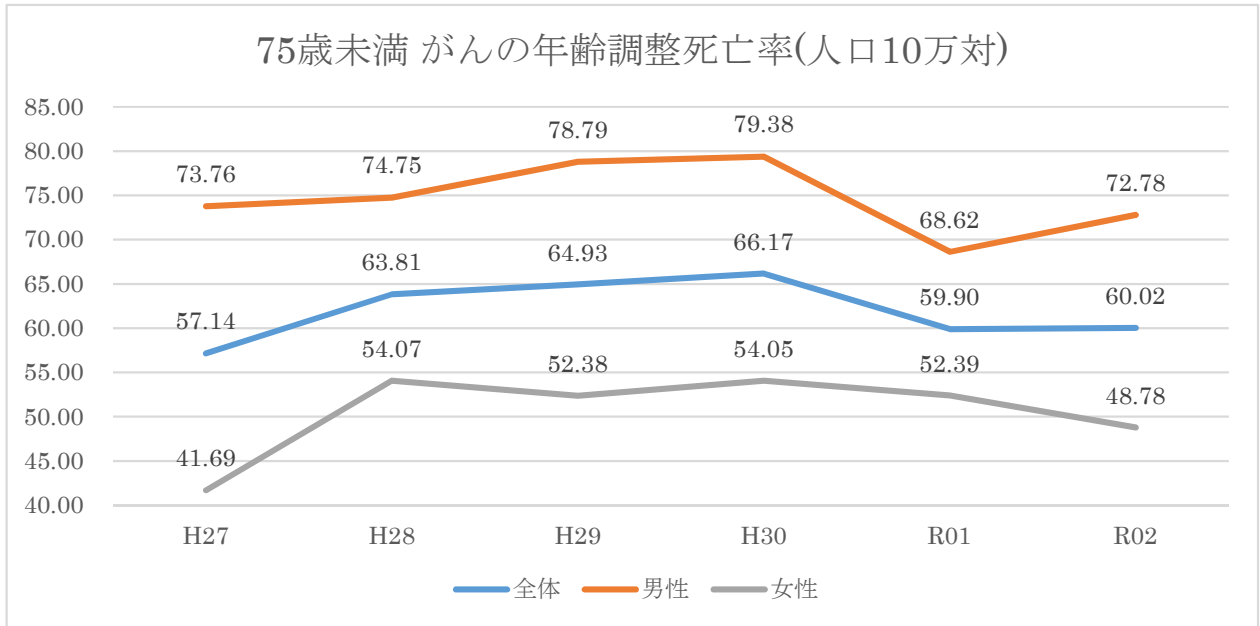
【指標の達成状況】

No.	目標項目	基準値	目標値	計画期間(7年間)						判定	
		H27	R5	H29	H30	R1	R2	R3	R4		R5
①	75歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少(人口10万対)	57.1	45.7	64.9	66.2	59.9	60.0	R5.7月 算出予定	R6.7月 算出予定		D
②	がん検診を受診している人の割合(長野市実施のがん検診及び職場健診、人間ドック等含む)の増加										
	胃がん	43.6%	50.0%	—	44.2%	—	—	—	41.6%		C
	乳がん	32.2%	50.0%	—	37.4%	—	—	—	32.0%		C
	子宮頸がん	32.0%	50.0%	—	37.5%	—	—	—	29.0%		C
③	がん精密検査受診率の増加(長野市実施)										
	胃がん	91.6%	91.6%以上	94.6%	93.0%	92.0%	95.1%	93.5%			A
	肺がん	87.8%	90.0%以上	89.2%	94.9%	90.0%	88.6%	92.3%			A
	大腸がん	68.0%	90.0%以上	74.6%	78.4%	76.0%	70.3%	64.7%	R5.7月 算出予定		D
	乳がん	88.5%	90.0%以上	95.3%	96.7%	95.5%	92.9%	95.5%			A
	子宮頸がん	79.0%	90.0%以上	90.6%	91.1%	91.0%	91.7%	96.1%			A

【考察】

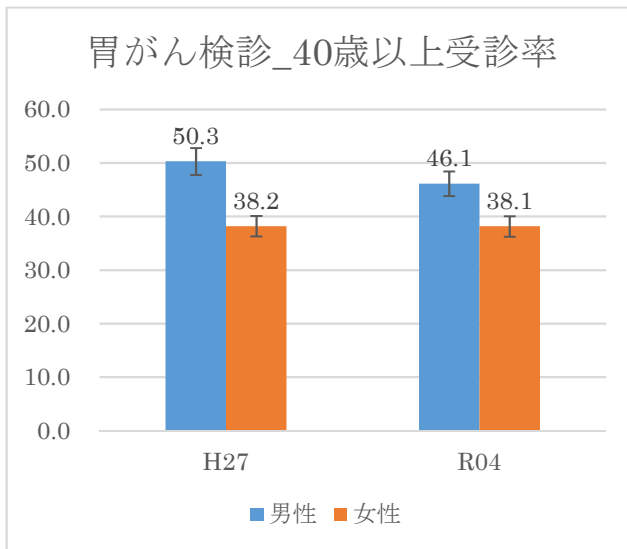
- ・ 75歳未満のがん年齢調整死亡率の基準値は全国の中でも低い状況でスタートしましたが、増加傾向にあり、目標を達成できませんでした。なお、策定時、国では「75歳未満のがん年齢調整死亡率」の目標を現状値の20%減少としていましたが、平成30年の「第三期がん対策推進基本計画」で目標値は改善したとして、目標値を「減少傾向へ」と変更しています。
- ・ がんの死亡率減少のため、科学的根拠に基づいたがん検診の受診率向上の取組が重要です。個別の受診勧奨・再勧奨に取り組んでいますが、健康づくりアンケート調査による受診率は横ばいであるため、受診手続の簡素化や、職域で受診機会のない者に対する受診体制の整備、受診対象者の名簿を活用した個別受診勧奨・再勧奨等、受診勧奨の対象者の拡大等が重要と考えます。なお、令和2～4年度は新型コロナウイルス感染症による、がん検診の受診率減少への影響があったと考えられるため、引き続きの調査・分析が必要です。
- ・ がんの早期発見・早期治療のためには、精密検査が必要と判定された受診者が、その後、実際に精密検査を受診することが不可欠です。国の目標値である精密検査受診率90%を、胃、肺、乳、子宮頸がんでは上回っていますが、大腸がんは下回っているため、検診受診時の精密検査の必要性の啓発や、年齢・就業状況などの個別の状況を踏まえた精密検査受診勧奨が望ましいと考えます。
- ・ がんのリスク因子として、喫煙、過剰飲酒、低身体活動、肥満・やせ、野菜・果物不足、塩蔵食品の過剰摂取等の生活習慣、ウイルスや細菌の感染などがあるため、一次予防により避けられるがんを防ぐことが、がんによる死亡者の減少につながります。これら一次予防と、二次予防としてのがん検診によるがんの早期発見・早期治療の推進が必要です。

グラフー11

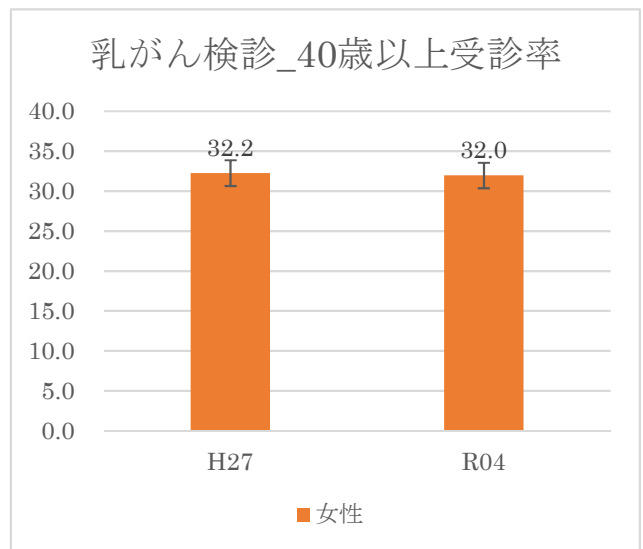


人口動態統計

グラフー12

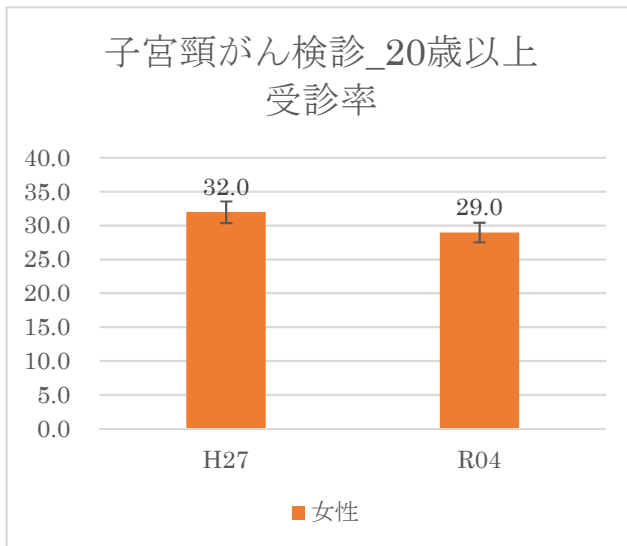


グラフー13



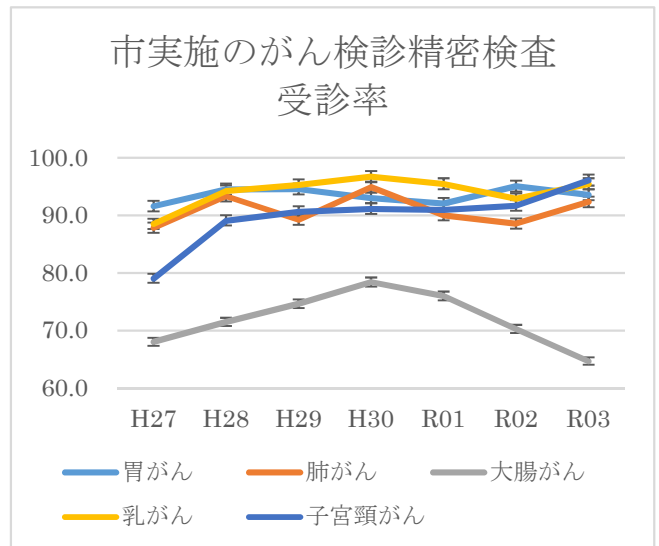
グラフー14

長野市健康づくりアンケート



グラフー15

長野市健康づくりアンケート



長野市健康づくりアンケート

長野市保健所概要 事業集計

(2) 循環器疾患

【指標の達成状況】

No.	目標項目	基準値	目標値	計画期間(7年間)							判定	
		H27	R5	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5		
①	虚血性心疾患の年齢調整死亡率の減少(人口10万対)	男性	17.3	14.9	18.5	17.3	22.6	13.6	R5.7月	R6.7月		A
		女性	14.3	13.0	4.8	4.3	6.3	4.8	算出予定	算出予定		A
②	脳血管疾患の年齢調整死亡率の減少(人口10万対)	男性	44.8	37.7	33.4	24.9	32.5	28.3	R5.7月	R6.7月		A
		女性	29.2	26.8	19.4	14.7	16.8	16.8	算出予定	算出予定		A
③	LDLコレステロール120mg/dl以上の割合の減少(40~74歳)	男性	45.2%	33.8%	45.5%	46.9%	46.5%	46.7%	46.7%	R5.12月		C
		女性	56.5%	42.6%	56.2%	56.9%	56.5%	55.5%	55.5%	算出予定		B
④	収縮期血圧130mmHg以上の割合の減少(40~64歳)	男性	40.5%	38.3%	39.6%	38.5%	38.7%	41.8%	40.6%	R5.12月		C
		女性	31.4%	29.8%	31.3%	28.4%	28.7%	32.2%	31.7%	算出予定		C
⑤	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合の減少(40~74歳)	男性	44.0%	33.0%	47.0%	47.5%	47.1%	50.1%	51.0%	R5.12月		D
		女性	15.6%	11.7%	15.9%	15.6%	15.8%	17.4%	17.3%	算出予定		D
⑥	国保特定健診受診率・特定保健指導実施率の向上	受診率	47.9%	60.0%	47.6%	47.2%	47.2%	43.8%	44.4%	R5.12月		D
		特定保健指導実施率	22.0%	60.0%	26.2%	34.8%	37.9%	43.5%	42.0%	算出予定		B

【考察】

- ・脳血管疾患と心疾患はがんに次ぐ日本人の主要な死因であり、介護認定者の有病状況でも認知症とともに、長期介護や高額な介護費用となり、健康寿命延伸の阻害要因として影響が非常に大きい疾患ですが、急性期治療の進歩により本市の循環器疾患の年齢調整死亡率は減少し、目標を達成しました。ただし、LDLコレステロール120mg/dl以上の割合や収縮期血圧130mmHg以上の割合、メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合は、この6年間で上昇がみられ、内臓脂肪蓄積による動脈硬化や循環器疾患のリスクが高まっていることが明らかです。
- ・特に令和元年度から令和3年度における割合上昇の背景には、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策に基づく、外出自粛等による運動習慣や食習慣の変化、行動制限によるストレスから生じる影響などこれらの背景が循環器疾患のリスクに大きく影響したのではないかと考えられます。生活習慣の改善など危険因子に対する取組を予防可能な段階から実践していくための支援が必要です。
- ・これらの循環器疾患等を予防可能な段階で把握するためには、特定健診での血管変化を経年的に把握していくことが重要であることから、特定健診の受診が必要不可欠ですが、国保特定健診受診率は、目標の達成には至っておらず、新型コロナウイルス感染症の感染不安から健診受診控えなどの影響が考えられます。
- ・本市では、国保特定健診等受診期間の拡大や心電図検査の全員実施、未受診者に対する受診勧奨や健診データに基づく保健指導、健診を期間内に受診できなかった方のための休日集団健診等に取り組み、受診率向上と生活習慣の改善を促す支援に取り組んでいます。また、平成27年度の指導数1,001人(延人員1,187人)から令和2年度には2,676人(延人員2,869人)と健診後の保健指導を重点的に取り組んでいます。引き続き、脳血管疾患や心疾患につながるメタボリックシンドロームや高血圧等の解決を図るため、保険者や企業等と連携し、効果的・効率的な取組を進めていくことが必要です。

(3) 糖尿病

【指標の達成状況】

No.	目標項目	基準値	目標値	計画期間(7年間)							判定	
		H27	R5	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5		
①	HbA1c5.6%以上の人の割合の減少(40~64歳)	男性	60.9%	51.7%	53.8%	57.1%	53.8%	50.6%	46.2%	R5.12月		A
		女性	64.1%	54.5%	57.4%	60.5%	56.0%	49.3%	44.1%	算出予定		A
②	血糖コントロール指標におけるコントロール不良者(HbA1c8.4%以上)の割合の減少(40~74歳)	0.7%	0.6%	0.6%	0.7%	0.5%	0.5%	0.4%	R5.12月 算出予定		A	

【考察】

- ・本計画で糖尿病予備群の割合が国より高いことを踏まえ、糖尿病の発症・重症化予防を重点施策として推進してきましたが、すべての項目において目標を達成しました。また、国保特定健診受診者の結果から過去12年間の推移をみると、正常値の該当者と治療中の割合が増え、境界型(HbA1c5.5%~6.4%)や重症化(HbA1c6.5%以上)の割合が減少し、糖尿病の重症化に寄与できていると考えます。
- ・平成26年度から糖尿病専門医と保険者・行政による糖尿病予防対策検討会を立ち上げ、市の優先課題である糖尿病予防対策について検討し、糖尿病予防シンポジウムの開催や、血糖コントロールを主目的とした健康的な食べ方・動き方を提案する健康づくりの行動宣言「ながのベジライフ宣言」の普及啓発を全市挙げて行うとともに、健診データに基づく糖尿病等重症化予防保健指導の充実に取り組んでまいりました。
- ・平成28年度に長野県等が策定した糖尿病性腎症等重症化予防プログラムに沿い、かかりつけ医等と連携し、糖尿病性腎症等、糖尿病の重症化による人工透析への移行を防ぐため、血糖コントロールのみならず、血圧・脂質などの治療継続を支援し、重症化を防ぐための生活習慣の改善など保健指導を強化してまいりました。その結果、医療機関の受診につながるなど、治療中断を防ぎ、血糖コントロール不良者の減少につながったと考えます。これは糖尿病の新規透析患者数の推移からみても40歳から65歳未満の患者数が減少し、1年でも先へ透析移行を遅らせることができていると想定されます。
- ・感染症の重症化リスクでもある糖尿病は、がんや脳血管疾患、認知症、歯周病など全身の病気と関連があるため、重症化予防のみならず、将来の糖尿病等の発症を予防するため、妊娠中に糖代謝異常等があった産婦を対象として、自身の健康状態やリスクを把握し生活習慣の改善に役立つ青年期糖尿病予防講座を開催しています。引き続き、経時的に自身の健康状態を把握していく意識の向上を図り、データヘルス計画等関連計画と連携し、ライフコースアプローチ(胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的にとらえた健康づくり)の視点で一体的に糖尿病予防対策を推進していく必要があります。

ながのベジライフ宣言

ハッピーかみんぐ1.2.30

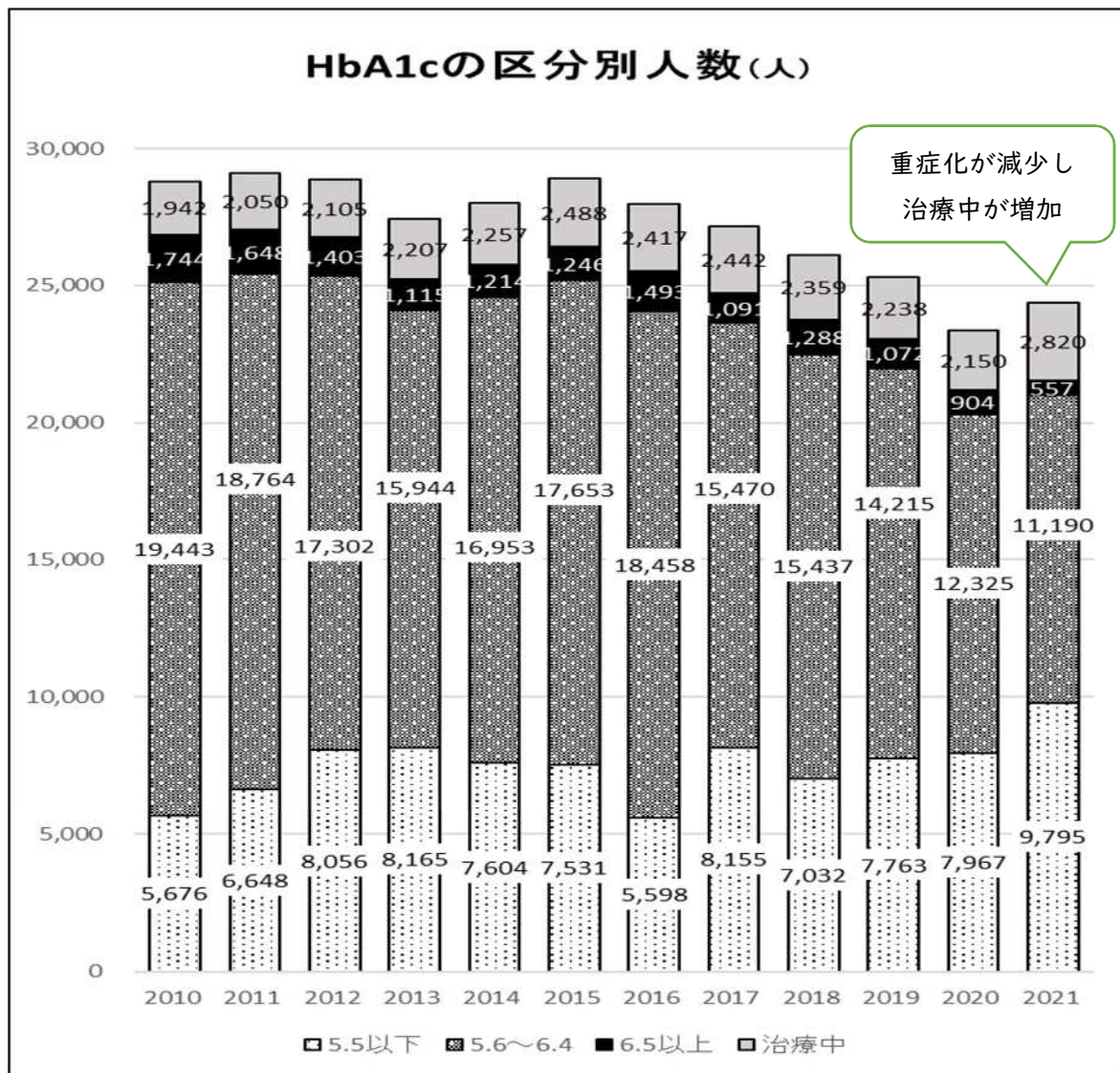
ハッピーかみんぐ 1 食事の**1**番はじめは野菜から食べよう

ハッピーかみんぐ 2 毎食握りこぶし**2**つ分の野菜料理と
バランスのよい食事

ハッピーかみんぐ 30 一口**30**回よく噛んでおいしく味わおう
食事**30**分後に意識してからだを動かそう

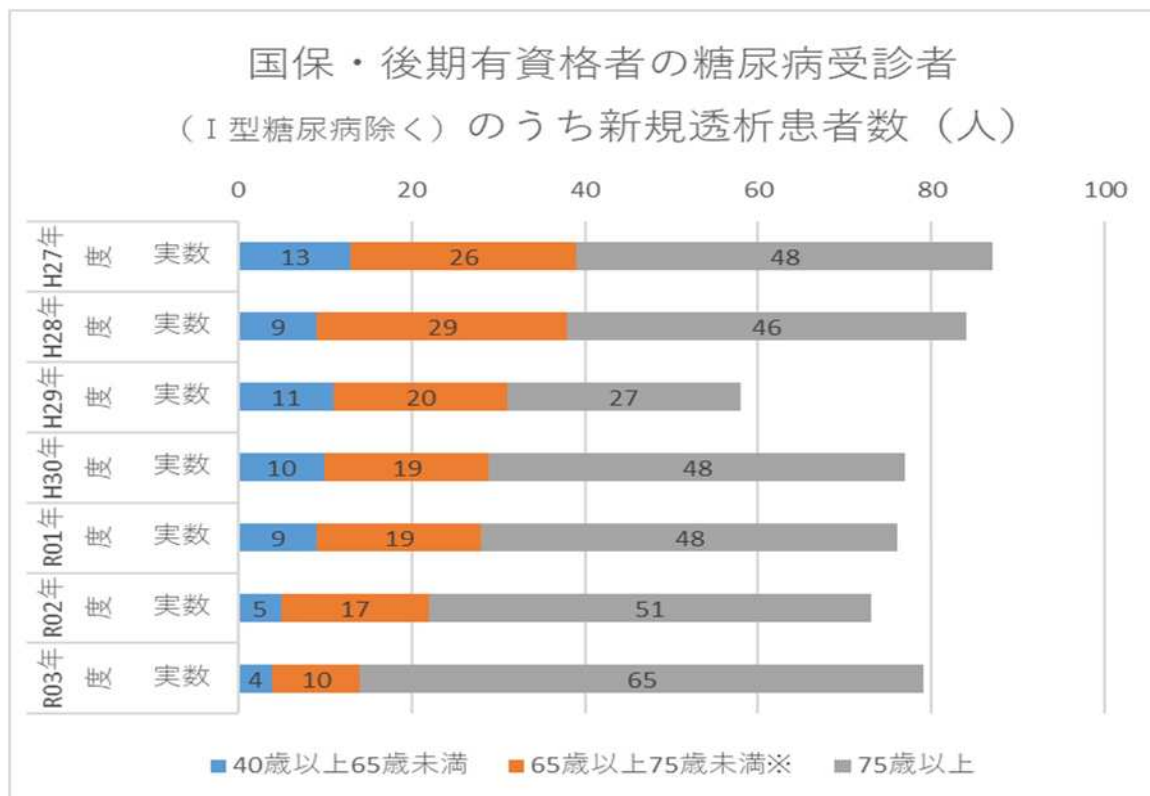
32

グラフ-16



長野市国保特定健診受診結果 (HbA1c値)

グラフ-17



長野県より情報提供「糖尿病性腎症重症化予防の評価に関するデータ
KDBシステム 厚生労働省様式 3-2 (7月処理)

ウ **基本的方向3** 健康を支え、守るための社会環境の整備

基本的方向3では、個人の健康は、家庭・地域・学校・職場などの社会環境の影響を大きく受けることから、社会全体として相互に支え合いながら健康を守る環境を整えることとしており、その結果は、以下のとおりです。

	全体	指標数	A	B	C	D	E
			達成	改善傾向	変化なし	悪化	評価困難
	取組項目	6	1	0	1	2	2
(1)	地域のつながり・きずな、 支え合いの強化	6	1	0	1	2	2

図-10



(1) 地域のつながり・きずな、支え合いの強化

目指す姿： 家族や地域のきずな、支え合いや人とのつながり、他人への思いやりなどの協調の重要性を再認識し行動できる。

【指標の達成状況】

No.	目標項目	基準値	目標値	計画期間(7年間)							判定
				H28	R5	H29	H30	R1	R2	R3	
①	自分が健康だと思う(主観的健康観の高い人)の割合の増加	74.1%	79.1%	—	—	—	—	—	85.4%	—	A
②	健康づくりに取り組みやすい環境が整っていると思う人の割合の増加	49.3%	54.3%	43.9%	43.3%	42.7%	45.3%	43.7%	41.2%		D
③	スポーツや運動を気軽にできる環境が整っていると思う人の割合の増加	55.0%	60.0%	52.5%	51.8%	53.3%	53.9%	53.5%	53.7%		C
④	ご近所において、支え合い、助け合える人間関係が築かれていると思う人の割合の増加	49.7%	54.7%	45.0%	46.0%	42.6%	47.0%	42.8%	41.3%		D
⑤	就業又は地域活動をしている高齢者の割合の増加(60歳以上)	63.6%	80.0%	—	—	—	—	—	—	—	E
⑥	健康づくり等のボランティアに参加している人の割合の増加	19.8%	25.0%	—	—	—	—	—	—	—	E

【考察】

- ・健康であることが重要という風潮の高まりもあり、主観的健康観の高い人は増加傾向でした。これは、新型コロナウイルス感染症拡大防止が後押しとなり、平時から心身の健康を保っておきたいという認識や個人や家族で健康増進に取り組む環境の整備が促進されたことも要因と考えられます。
 - ・一方、健康づくりへの取り組みやスポーツを行うための環境が整っていないと思われる方が増えており、環境整備に課題が残りました。また、ご近所で支え合い助け合える人間関係が築かれていないと思われる方も多くなり、これは、新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、イベントなどを始めとした取組が中止や延期または規模や回数を縮小して開催されたことも影響したと考えます。
- ・健康を支え守るためには、個人だけでは成し遂げることが難しいことも多く、地域のつながりの強さが健康にも影響を及ぼすことを改めて再認識できる場を整えていく必要があると考えます。
- ・なお、指標項目として設定した「就業又は地域活動をしている高齢者の割合の増加(60歳以上)」と「健康づくり等のボランティアに参加している人の割合の増加」は、調査が実施されず、評価に必要な最新の実績値が入手できないことから、評価困難と判断しました。参考として、第五次長野市総合計画【施策番号2-2-1 高齢者の社会参加と生きがいづくりの促進】の統計指標である「社会参加している60歳以上の市民の割合」では、以下のとおり、一定程度の増加が確認できました。これは、コロナ禍ではあるものの、高齢の方の心身の健康維持につながると考えられる社会参加について、機会を捉えての取組や活動が継続された結果であると考えます。

指標名	内容	H28	R2	R8
社会参加している60歳以上の市民の割合	就労、ボランティアや興味関心のある活動等、社会と関わる活動をしている60歳以上の市民の割合	79.5% 基準値	81.4% 前期最終	84.4% 目標値

第4章 市の取組（施策）及び事業等の一覧

取組（施策）	事業等（令和4年度）			整理No.
	担当課	事業等の名称	事業等の内容	
基本的方向1 健康に関する生活習慣の改善				
取組項目1 身体活動・運動・スポーツ				
運動・スポーツ習慣の定着				
保育所・幼稚園等における運動や集団遊びの体験など、楽しみながら身体を動かす取組を推進します。	保育・幼稚園課	学びの基礎力育成事業	運動と遊びのプログラムのDVDとテキストを作成し、日常の保育で実践する。	1
	学校教育課	しなのきわくわく運動遊び（運動と遊びのプログラム）	幼児期から小学校低学年の子どもたちの運動能力を高めていくための運動遊びの場を提供する。	2
子どもの頃から運動・スポーツを楽しんだり、体験したりする機会を持てるように、親子で気軽に参加できる運動・スポーツ教室を開催します。	健康課	集団健康教育	生活習慣病予防や身体活動・運動の重要性を親に伝えるとともに、子どもと一緒にできる運動を紹介・体験する講座を実施する。	3
	スポーツ課	NAGANOスポーツフェスティバル スポーツ教室	・スポーツフェスティバルにおいて親子サッカー教室、テニス教室、各種体験会等を実施する。 ・親子ふれあい体操教室を実施する。	4
保健体育の授業等において、心身の発達段階や個々の能力に合わせた運動能力の向上及び運動習慣の定着に取り組みます。	学校教育課	各小中学校における体育科の授業での取組	各小中学校の年間指導計画	5
アクティブガイド及びプラス・テン等を活用し、身体活動の重要性についての普及啓発に取り組みます。	健康課	集団健康教育 なっぴい健康出前講座	生活習慣病予防や健康づくりの実践に必要な身体活動の重要性と正しい知識の習得のため、運動講習会や出前講座の実施の中で、アクティブガイド、プラス・テンを啓発する。	6
要介護状態等の原因となり得るロコモティブシンドローム予防の普及啓発を行うとともに、転倒予防のための運動及びレクリエーション指導を実施します。	健康課	集団健康教育	筋肉量や骨量の測定や腰痛、膝痛などの対処をきっかけとして、ロコモティブシンドロームの普及と予防・実践する講座を実施する。	7
	地域包括ケア推進課	介護予防普及啓発事業「介護予防教室」	在宅介護支援センターが主催し、認知症予防や転倒予防など介護予防に関する。教室を開催する。	8
生活習慣病予防のための運動講座や体力測定等を実施するなど、運動・スポーツ習慣の定着を図る取組を推進します。	健康課	集団健康教育	筋肉量や骨量の測定や腰痛、膝痛などの対処をきっかけとして、ロコモティブシンドロームの普及と予防・実践する講座を実施する。	9
	スポーツ課	糖尿病発症・重症化予防シンポジウム	シンポジウムにおいて、気軽に実施できる体力チェックやウォーキングの体験会を実施する。	10
日頃の健康づくりのため、気軽に運動・スポーツを楽しめる運動講座やスポーツ大会を開催します。	人権・男女共同参画課	軽運動講座	女性の健康づくりを目的とするヨガ、エアロピクス等の講座を実施する。	11
	商工労働課	運動・スポーツ講座	日頃の健康づくりのため、気軽に運動・スポーツを楽しめる運動講座を開催する。	12
	スポーツ課	スポーツ教室 大会共催等負担金	・多種目を実施する若返り体操教室、基礎体力づくりを行うピラティス教室やストレッチ教室を実施する。 ・市民が参加する各種スポーツ大会の開催を支援するため、主催する者に負担金等を交付する。	13
	家庭・地域学びの課	公民館事業	健康づくりや世代間交流を目的とした運動系講座、スポーツ大会等を開催する。	14

取組（施策）		事業等（令和4年度）			整理 No.
		担当課	事業等の名称	事業等の内容	
	住民自治協議会や地域に根ざした市民公益活動団体等と連携し、地域住民を対象とした運動・スポーツの機会を設けます。	健康課	なっぴい健康出前講座	地域住民のニーズに合わせた運動の講座を実施する。	15
		スポーツ課	指導者紹介事業 スポーツ推進委員協議会	地域においてスポーツ活動を行う際に、「Do!sportsながの」に登録している団体及び個人の指導者を紹介することで、各地域の特色やニーズに応じた自主的なスポーツ活動を推進する。 ①事業委員会が主体となり、各団体と連携し、地域住民が気軽に運動・スポーツできる機会を提供する。 ②運営補助として大規模な大会等に参加する。 ③推進委員が各地区で自主的な事業を実施する。	16
		地域包括ケア推進課	介護予防クラブ活動支援事業『「はつらつ倶楽部」体験講座』	理学療法士・作業療法士等が地域公民館等へ出向き、身近な地域で高齢者同士が楽しみながら体操や脳トレ・レクリエーションを行う住民主体の自主グループ（はつらつ倶楽部）の立ち上げと、活動の継続を支援する。	17
健康づくりや運動に関心がない、または関心はあるものの未だ取り組めていない人に対して、運動・スポーツを始める動機付け支援を行います。	健康課	集団健康教育 運動相談	「運動習慣と筋肉が身につく講座」の実施や、個別の運動相談を実施することで、無理なく運動を始めたり続けられるよう支援する。	18	
	スポーツ課	NAGANOスポーツフェスティバル	生涯スポーツの動機づけを目的とし、多様なスポーツを体験する機会を提供するとともに、各地域の特色を活かした多様性のあるスポーツ環境づくりのきっかけの場としてスポーツフェスティバルを開催する。	19	
運動・スポーツに取り組みやすい環境づくり					
	地域の運動・スポーツ施設の活用を促進するとともに、市民が気軽に様々なスポーツを楽しむ機会を提供します。	スポーツ課	NAGANOスポーツフェスティバル	生涯スポーツの動機づけを目的とし、多様なスポーツを体験する機会を提供するとともに、各地域の特色を活かした多様性のあるスポーツ環境づくりのきっかけの場としてスポーツフェスティバルを開催する。	20
	自然や眺望、歴史・文化を活かしたトレッキングコースや遊歩道を整備します。	観光振興課	トレッキングコース・遊歩道整備事業	自然や眺望、歴史・文化を活かしたコースを整備し、市街地からの接近性を活かして、気軽に自然を楽しめる空間を提供する。また、コースの宣伝周知を積極的に行い、地域主体のイベント開催を支援する。	21
取組項目2 栄養・食生活、食育					
健全な食生活の促進と食育活動の推進					
母子保健事業等を通じて、家庭における「早寝早起き朝ごはん」運動や家族等との共食の重要性など、子どもの健やかな成長を支えるための食育の啓発に取り組みます。	健康課	離乳食講習会 乳幼児健康診査 健康育児相談	保護者に向けて、子どもの正常な発育発達を支えるため食事を展示し、共食やバランスの良い食事を実践できるよう支援する。	22	
	学校教育課	各小中学校における、授業、特別活動等による取組	食に関する指導に係る全体計画にそって、各校において実施する。	23	
	家庭・地域学びの課	「早ね早おき朝ごはん」運動	文部科学省作成の「早ね早おき朝ごはん」運動の冊子配布による、子どもの基本的な生活習慣づくりの啓発を行う。	24	

取組（施策）	事業等（令和4年度）			整理 No.
	担当課	事業等の名称	事業等の内容	
保育所・幼稚園・学校では、日々の保育・教育活動を通じ、「食」への興味・関心を高め、感謝の気持ちを育てます。	健康課	なっぴい健康出前講座	保護者や教員に向けて、子どもの正常な発育発達のための食事や生活リズム等について支援を行う。	25
	保育・幼稚園課	保育所における食育事業 おいしく食べる、学ぶ、楽しむ	・おなかを空かせて食事の時間をむかえる ・いっぱい食べて、元気に遊ぶ ・栽培活動 ・給食当番	26
	学校教育課	各小中学校における、授業、特別活動等による取組	食に関する指導に係る全体計画にそって、各校において実施する。	27
	保健給食課	①給食だよりの配布 ②センターだよりの配布	①日常生活における食事について正しい理解を深め、食の大切さをより身近に感じることができるよう、給食だよりを発行する。 ②日々の給食に関する情報、子どもたちへ伝えたいことをお便りにして発行する。	28
園児、児童・生徒の健康の保持・増進のため、安全でバランスのとれた給食を提供するとともに、給食献立への郷土食、行事食の取り入れや地産地消の取組を推進します。	保育・幼稚園課	保育所における食育事業 おいしく食べる、学ぶ、楽しむ	・保護者への情報提供 予定献立表、食育だよりの給食のサンプル展示 ・地元の旬の食材を食べよう	29
	農業政策課	長野市産農産物現地視察 研修会	小・中学校、給食施設の栄養師などを対象に、農産物現地視察及び農協等との意見交換会を開催する。	30
	保健給食課	①学校給食連絡帳の活用 ②学校訪問による食に関する指導 ③地元食材を意識した献立作り ④地域食材の日	①小・中学校から毎日の給食に関する感想や意見等をいただく。 ②授業方式により栄養士が学級又は学年ごとに食事、栄養などの指導を行う。 ③地元で採れた食材を活用し、行事食や郷土食を取り入れた献立作りを行う。 ④季節の新鮮な伝統野菜に親しみ、地域の食文化について理解を深めるため、地元農畜産物を優先して使用した「地域食材の日」を設けるなど地産地消を推進する。	31
食育月間（毎年6月）や食育の日（毎月19日）等に合わせ、保育所・幼稚園・学校ごとに工夫を凝らした食育の取組を実践します。	保育・幼稚園課	保育所における食育事業 おいしく食べる、学ぶ、楽しむ	・朝ごはん、食べたかな ・毎月、食材や食のマナー等をテーマにした各種取組み	32
	学校教育課	各小中学校における、授業、特別活動等による取組	食に関する指導に係る全体計画にそって、各校において実施する。	33
	保健給食課	①食育の日献立 ②お楽しみ献立・思い出献立	①地元農産物を使った献立を提供する。 ②担当の学校の児童生徒にメニューを作成してもらい、それをもとに献立の作成を行う。	34
教職員を対象に、小中学校教育向けの「食」に関する体験的な研修を実施し、学校の教育現場に活かします。	学校教育課	長野市教育センター研修講座	「食育と健康」をテーマに、給食センターの栄養教諭による講義を実施する。	35
若い世代に身近なSNS（ソーシャルネットワーキングサービス）の積極的な活用や学校、飲食店等での普及啓発など、若い世代に合った方法、内容での情報発信を行います。	健康課	出前講座	保護者や教員に向けて、子どもの正常な発育発達のための食事について支援を行う。	36
生活習慣病の予防や改善を図るため、学校・職場・地域と連携した切れ目のない食育の推進に取り組みます。	健康課	出前講座 健康食講習会	生活習慣病の発症・重症化予防のために必要な生活習慣や食事量について支援を行う。	37

取組（施策）		事業等（令和4年度）			整理 No.
		担当課	事業等の名称	事業等の内容	
地域住民に身近な場所で共に作り、食べ、楽しく学べる各種料理教室を開催します。	健康課	健康食講習会	1食分を調理し食べることで、自分に合った食量や食事のバランスについて学ぶための支援を行う。	38	
	人権・男女共同参画課	料理講座	働く女性向けの簡単で栄養バランスが取れた料理、家庭内の男女共同参画を促進するための男性向け料理等の講座を開催する。	39	
	商工労働課	料理教室の開催	地域住民に身近な場所で共に作り、食べ、楽しく学べる各種料理教室を開催する。	40	
	家庭・地域学びの課	公民館事業	食育に視点を置いた料理教室等を開催する。	41	
生活習慣病の重症化を予防するため、国保特定健診結果等から対象者を抽出し、個別栄養相談・指導を実施します。	健康課	訪問栄養指導	血液検査の結果から一人ひとりに応じた食事量の提示と実践に向けた支援を行う。	42	
介護予防や高齢者の低栄養状態を予防するため、栄養指導を実施します。	地域包括ケア推進課	訪問栄養相談 介護予防普及啓発「介護予防あれこれ講座」	・低栄養のおそれのある人や食生活についての助言が必要な人へ管理栄養士が自宅へ訪問し、栄養相談を実施する。 ・「介護予防あれこれ講座」のメニューの一つとして、管理栄養士が低栄養予防等の栄養改善について、高齢者グループ等へ出張形式で講話を行う。	43	
食育活動実践のための環境づくり					
県との協働による信州食育発信「3つの星レストラン」（健康に配慮したヘルシーメニューの提供、地産地消、食べ残し等の生ごみの削減に取り組んでいる飲食店）の拡大に取り組みます。	健康課	「3つの星レストラン」等の推進	特定給食施設の巡回指導や調理師会の研修会等で「3つの星レストラン」事業の情報提供を行う。	44	
	生活環境課	長野市版食べきり「30・10運動」啓発事業	一般市民、飲食店等を対象に、宴会・お食事食べきりキャンペーン企画の作成とPR、啓発イベントの開催を行う。	45	
健全な食生活を実践するにあたり、正しく食品の選択ができるように、食品に関する表示制度や食中毒情報等の基本的な情報を分かりやすく発信します。	健康課	生活習慣病予防のための健康教室 出前講座	正しい食品の選択ができるよう、加工食品の栄養成分表示について情報を発信する。	46	
	食品生活衛生課	①食品衛生講習会 ②食品衛生体験事業 ③きのご相談窓口の開設	①食品事業者等に対する食品衛生に関する講習 ②市民を対象に食品衛生に関する情報を、実習等の体験を交えて提供する。 ③相談窓口を開設し、きのご衛生指導員による、きのごの正しい鑑別方法など、きのご中毒予防に関する情報提供を行う。	47	
食品の選択や栄養成分の過不足の目安となる栄養成分表示について、適正な表示が行われるよう、食品企業等への指導・助言を行います。	健康課	加工食品の表示に係る一斉取締り 食品企業からの栄養成分表示に関する相談	加工食品の栄養成分表示について、消費者の立場から分かりやすい表示が行われるよう、食品企業へ指導や相談を実施する。	48	
市民、事業者、行政による食品の安全確保に関する情報交換（リスクコミュニケーション）を行い、相互理解を深めることにより、食品の安全確保を推進します。	食品生活衛生課	①食品安全懇話会 ②食品衛生ミニシンポジウム	①有識者、消費者、生産者、食品事業者を懇話会委員として、食品安全に関するリスクコミュニケーションを行う。 ②長野市食品衛生協会との共催により、市民に食品衛生に関する情報提供と意見交換を行う。	49	
取組項目3 こころの健康・休養					
普及啓発、相談体制					
学校教育現場においては、児童・生徒のこころの健康の保持に係る教育・啓発を行うとともに、教職員は、児童・生徒一人ひとりのこころの変化に気づき、気軽に相談できる関係づくりに取り組めます。	学校教育課	心の教育推進事業	さまざまな事情や環境により不登校や不登校傾向になる児童生徒を支援する。	50	

取組（施策）	事業等（令和4年度）			整理No.
	担当課	事業等の名称	事業等の内容	
睡眠や休養の重要性及びストレスの対処法に関する教育・普及啓発に取り組むとともに、相談・支援機関に関する情報を積極的に発信します。	健康課	①なっぴい出前講座 ②講演会	市民対象に睡眠や休養の重要性及びストレスの対処法について啓発する。	51
	地域包括ケア推進課	地域包括支援センター総合相談	高齢者やその家族、地域からの生活全般の悩み・相談に対して、必要な制度の紹介や関係機関につなぎ、支援する。	52
	子育て家庭福祉課	ながのわくわく子育てLINE	妊娠期から乳幼児期の保護者や家族が安心して出産、子育てができるように子育ての助言や情報をタイムリーに携帯電話等へメールマガジンで届ける。	53
	学校教育課	長野市教育センター講座の実施 各小中学校への情報発信	長野市教育センターにおいて講座を実施する。職員会での研修や保健体育、健康教育、学級経営の中での子どもたちへの支援の促進、教育センターの相談窓口や他機関の情報発信を行う。	54
こころの健康づくりに関する講演会・教室を開催するとともに、悩みや不安がある人を対象に、こころの専用相談電話及び訪問、面談による個別相談を行います。	地域包括ケア推進課	認知症サポーター養成講座、市民公開講座、講演会	認知症への正しい理解、環境づくりとしてサポーター講座や講演会を開催する。	55
	子育て家庭福祉課	相談事業(こども総合支援センター)	子どもに関する相談で悩みや不安を聞き、必要に応じて関係機関につなぐ。	56
	健康課	①精神保健福祉講演会 ②ひきこもり家族教室 ③うつ病家族教室 ④こころの専用電話	①②③年代や立場に応じたストレスの対処法や病気の理解、家族対応について情報提供する。 ④悩みや不安のある人の相談を個別に受ける。	57
精神科医療が必要な人を早期かつ適切な医療へつなげるため、精神科医、保健師、専門相談員等による個別相談を実施します。	地域包括ケア推進課	認知症相談会、かかりつけ医によるもの忘れ相談、認知症初期集中支援チームによる支援	専門医による認知症に関する相談。本人が受診を嫌がる時の家族だけの相談、早期に医療や介護サービス、生活面のサポートにつなげる支援等を行う。	58
	健康課	精神保健福祉相談	精神科医や保健師による相談を実施する。	59
保健師による自死遺族の相談や交流会の情報提供を行うなど、自死遺族への支援に取り組めます。	健康課	精神保健福祉相談	精神科医や保健師による相談を実施する。	60
人育成				
一般市民から民生児童委員、各種相談窓口担当者までの幅広い層・分野における自殺予防ゲートキーパーの更なる養成を図るため、基礎的な研修の他、傾聴等のスキルアップにつながる講座を開催します。	健康課	ゲートキーパー養成	ゲートキーパーの役割を学び、理解を深める講座を実施する。	61
相談対応者の資質と専門性の向上を図るため、保健・福祉、医療関係者や教職員を対象とした精神保健福祉等研修会を開催します。	健康課	管内保健医療福祉関係者研修会	精神保健に関する研修会を実施する。	62
	学校教育課	①長野市教育センター管理職研修 ②長野市教育相談関係者合同研修会	①着任校長を対象に「メンタルヘルスを推進する校長の使命」について、医師による研修を実施する。 ②相談担当職員を対象に「子ども・保護者への支援のあり方」について研修を実施する。	63
連携体制				
自殺の原因は、様々な要因が複雑に絡み合っていることから、保健、医療、福祉、労働、司法等の関係機関・団体及び庁内関係課で構成する「長野市自殺対策ネットワーク会議」を開催し、幅広く情報共有・意見交換をしながら、相互の協力、連携を深め、自殺対策の強化に取り組めます。	健康課	自殺対策推進ネットワーク会議	相互の協力、連携を深め、自殺対策の強化に取り組むため、情報共有や意見交換を行う。	64

取組（施策）		事業等（令和4年度）			整理 No.
		担当課	事業等の名称	事業等の内容	
	県や消防局救急隊、救急医療機関、精神科医等と連携し、自殺未遂者の再度の自殺を防ぐ取組を推進します。	健康課	関係機関等への情報提供	自殺未遂者の再度の自殺を防ぐため「いのちの支援相談窓口」リーフレットの配布を医療機関等へ依頼する。	65
		消防局警防課	救急医療機関との連携研修会への参加	・救急搬送時、搬送経過記録を用いた詳細な傷病者情報を伝達することによる、救急医療機関との連携 ・医療機関をはじめとする関係機関との精神科救急合同研修会の参加	66
取組項目4 喫煙					
禁煙の支援					
	禁煙希望者に対し、随時相談に応じるとともに、禁煙治療できる医療機関や禁煙サポート薬局の情報を発信します。	健康課	禁煙支援	随時禁煙希望者の相談に応じるとともに、禁煙外来、サポート薬局等の情報発信を行う。	67
	学校や職場において、たばこの害に関する知識の普及啓発に取り組みます。	健康課	未成年者の喫煙防止	学校教育現場への情報提供を行う。	68
	世界禁煙デー（毎年5月31日）や禁煙週間（毎年5月31日～6月6日）に合わせ、街頭啓発キャンペーン等を実施し、禁煙の普及を推進します。	健康課	禁煙支援	世界禁煙デーに合わせ、たばこによる健康への影響を広く周知するとともに、禁煙を推進する。	69
	毎月22日の“スワンスワンの日（禁煙の日）”の普及啓発を行います。	健康課	禁煙支援	“22日は禁煙の日”をフレーズに禁煙を推進する。	70
喫煙防止					
	たばこの害やCOPDについての正しい知識の普及啓発を行います。	健康課	COPDの予防	COPDの認知度を上げ、早期発見・早期治療に結びつけるため普及啓発を行う。	71
		高齢者活躍支援課	健康麻将初心者講座	「酒を飲まない」「タバコを吸わない」「金をかけない」の3つの条件の下、信州大学等と共同で講座を開催する。	72
	胎児や乳幼児に与えるたばこの害を周知し、妊産婦や育児中の母親の喫煙防止の推進を強化します。	健康課	喫煙防止、受動喫煙防止	妊産婦や子どもへのたばこの害について知識啓発するとともに、受動喫煙防止対策を推進する。	73
	「未成年者喫煙・飲酒等防止教育ガイド」等を活用し、未成年者の喫煙防止教育を推進します。	健康課	未成年者の喫煙防止	喫煙・飲酒等防止教育ガイドの学校保健ポータルサイトへの更新を行う。	74
		学校教育課	各小中学校の授業内容の充実 各小中学校への情報発信	職員会での教育ガイドを利用した研修の実施、学校の授業や薬物乱用防止講演会などの促進のために、他事業所から得た情報の発信や学校間での授業内容の共有のサポートをする。	75
	地域の巡回指導・活動や声かけなどを通じて、未成年者の不良行為（喫煙）の指導等を行います。	家庭・地域学習の課	巡回指導活動	長野市少年育成センター条例に基き、中心街及び市内全地区の巡回指導活動を実施し、不良行為少年の早期発見・早期指導に努める。	76
受動喫煙防止					
	行政機関及び医療機関における受動喫煙防止に向けての働きかけを強化します。また、その他多数の人が利用する施設についても、施設管理者の協力のもと受動喫煙防止対策を強化します。	健康課	受動喫煙防止	ホームページ、広報で広く協力依頼する。	77
	終日全面禁煙施設（おいしい空気の施設）の認定数を増やし、その周知を図ることにより、受動喫煙防止対策の普及啓発を行います。	健康課	受動喫煙防止	ホームページで周知を行う。	78

取組（施策）		事業等（令和4年度）			整理No.
		担当課	事業等の名称	事業等の内容	
	屋外であっても、子どもの利用が想定される公共的な空間においては、管理者に対して受動喫煙対策を講じることを働きかけます。	健康課	受動喫煙防止	国からの受動喫煙防止に関する通知の周知を行う。	79
	「長野市ポイ捨て等を防止し、ごみのないきれいなまちをつくる条例」の周知を徹底し、喫煙マナーの向上を目指します。	環境保全温暖化対策課	環境美化啓発	市民及び長野市を訪れる人の良好で快適な生活環境を確保するため、平成23年4月に施行した「長野市ポイ捨て等を防止しごみのないきれいなまちをつくる条例」の周知を徹底し、環境美化意識の普及・向上を図る。併せてポイ捨て等の現状を調査し条例施行の効果等を検討する。 ※H30.4.1から「長野市ポイ捨て、道路等における喫煙等を防止し、きれいなまちをつくる条例」を施行	80
取組項目5 飲酒					
普及啓発、相談体制					
	学校教育現場では、「未成年者喫煙・飲酒等防止教育ガイド」等を活用して、児童・生徒に飲酒が健康に与える影響や飲酒を勧められた時の断り方の教育に取り組みます。	学校教育課	各小中学校の授業内容の充実 各小中学校への情報発信	職員会での教育ガイドを利用した研修の実施、学校の授業や薬物乱用防止講演会などの促進のために、他事業所から得た情報の発信や学校間での授業内容の共有のサポートをする。	81
		健康課	なっぴい健康出前講座	学校教育現場への情報提供を行う。	82
	アルコール健康障害に関する情報提供や節度ある適度な飲酒に関する知識の普及啓発に取り組みます。	健康課	なっぴい健康出前講座 啓発活動	市民対象にアルコール健康被害や適量飲酒についての啓発をする。	83
	飲酒が胎児や乳児に与える悪影響について周知し、妊娠中や授乳中の飲酒防止の推進を強化します。	子育て家庭福祉課	相談事業（こども総合支援センター）	子どもに関する相談の中で必要に応じて飲酒を含めた生活習慣に関する相談に対応する。また相談内容によっては関係機関の紹介を行う。	84
		健康課	マタニティセミナー	マタニティセミナーにおいて、妊婦を対象に飲酒が胎児や乳児に与える影響について周知する。	85
	アルコール健康障害の人を早期かつ適切な医療につなげるため、精神科医、保健師による相談や断酒会等自助グループの紹介など支援に取り組みます。	健康課	精神保健福祉相談	精神科医や保健師による相談を実施する。	86
	地域の巡回指導・活動や声かけなどを通じて、未成年者の不良行為（飲酒）の指導等を行います。	家庭・地域学びの課	巡回指導活動	長野市少年育成センター条例に基き、中心街及び市内全地区の巡回指導活動を実施し、不良行為少年の早期発見・早期指導に努める。	87
人材育成					
	相談対応者の資質向上を図るため、アルコール健康障害の研修会を実施します。	健康課	管内保健医療福祉関係者研修会	依存症に関して、専門職による講演会を実施する。	88
取組項目6 歯・口腔の健康					
むし歯・歯周病の予防					
	むし歯や歯周病にかかりやすくなる妊婦の歯・口腔の健康の保持・増進を図るため、妊婦歯科健康診査を実施します。	健康課	妊婦歯科健康診査	妊婦を対象に、実施医療機関において妊娠中に1回無料で歯科健診及び歯科保健指導を実施する。	89
	子どもの頃からの正しい歯みがき等の生活習慣や食習慣に関する普及啓発に取り組みます。	健康課	4か月児、1歳6か月児、3歳児健診における歯科保健指導 乳幼児歯科相談	・4か月児、1歳6か月児、3歳児健診の受診者に対し、歯科相談を実施する。 ・乳幼児から成人及びその家族を対象に、歯科保健に関する個別相談を実施する。	90

取組（施策）		事業等（令和4年度）			整理 No.
		担当課	事業等の名称	事業等の内容	
園児、児童・生徒のむし歯予防や健全な歯・口腔の育成のため、学校等において、歯科健康教育を実施します。	健康課	出前講座	小・中学校を対象に歯科保健指導を実施する。	91	
	保育・幼稚園課	園児歯科相談事業	園児及び保護者又、子育て支援センター利用親子を対象に虫歯予防、健全な口腔育成のための健康教育を実施する。	92	
	保健給食課	歯科保健指導事業	歯の大切さを学びむし歯予防等につなげるため、各学年に適した指導内容により、市立小中学校の歯科保健指導を行う。 実施機関：一般社団法人長野県歯科医師会	93	
	健康課	フッ化物洗口事業 親子よい歯サポート教室	・永久歯がう歯になりやすい年長児、小・中学校の児童・生徒を対象に集団によるフッ化物洗口を実施する。 ・2歳～2歳11か月の幼児を対象に、歯科健診・フッ化物塗布を実施する。	94	
	健康課	歯科保健	地域、職場等と連携し、若い世代からの歯と口腔の健康づくりについて、出前講座等の機会を活用し、普及啓発を行う。	95	
	健康課	歯周疾患検診	30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる人を対象に、実施医療機関において歯科検診及び歯科保健指導を実施する。	96	
	健康課	歯周疾患検診 妊婦歯科健康診査	30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる人（歯周疾患検診）、妊婦（妊婦歯科健康診査）を対象に、実施医療機関において歯科検診及び歯科保健指導を実施する。	97	
健康課	歯科講話、出前講座	壮年期の人を対象に、出前講座を実施する。	98		
口腔機能の育成、維持・向上					
乳幼児の口腔機能の成長・発達に関する知識の普及啓発に取り組みます。	健康課	4か月児、1歳6か月児、3歳児健診における歯科保健指導 乳幼児歯科相談	・4か月児、1歳6か月児、3歳児健診の受診者に対し、歯科相談を実施する。 ・乳幼児から成人及びその家族を対象に、歯科保健に関する個別相談を実施する。	99	
園児の健全な口腔の育成を促すため、保育所・幼稚園でよく噛んで食べる習慣についての歯科健康教育を行います。	保育・幼稚園課	園児歯科相談事業	園児及び保護者又、子育て支援センター利用親子を対象に虫歯予防、健全な口腔育成のための健康教育を実施する。	100	
講座や教室等を通じて、誤嚥（ごえん）性肺炎の予防、口腔ケア及び口腔機能の維持・向上の必要性や重要性についての普及啓発に取り組みます。	地域包括ケア推進課	介護予防普及啓発	「介護予防あれこれ講座」のメニューの一つとして、歯科衛生士が口腔機能・衛生について、高齢者グループ等へ出張形式で講話を行う	101	
在宅高齢者を訪問し、口腔ケアや口腔機能の維持・向上について保健指導を行います。	地域包括ケア推進課	訪問歯科相談	口腔機能や口腔衛生についての助言が必要な人の自宅へ歯科衛生士が訪問し、歯科相談を実施する。	102	
人材育成					
歯科保健従事者の資質向上を図るため、歯・口腔の健康に関する研修会を実施します。	健康課	歯を守る市民の会	ライフステージに応じて研修会等を開催することにより歯科保健関係者の知識の向上を図る。	103	

取組（施策）	事業等（令和4年度）			整理No.
	担当課	事業等の名称	事業等の内容	
基本的方向2 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底				
取組項目1 がん				
発症予防				
様々な媒体を通じて、「日本人のためのがん予防法」を中心としたがんの発症予防に関する普及啓発に取り組みます。	健康課	なっぴい出前講座 がん講演会	がんを予防する生活習慣及びがん検診の重要性について情報発信する。	104
早期発見、早期治療				
医師会、医療機関及び検査実施機関と連携し、科学的根拠に基づく各種がん検診を推進するとともに、がん検診の精度管理の向上に取り組みます。	健康課	各種がん検診	各種がん検診を医師会、医療機関等と連携して精度管理を行いながら実施する。	105
対象者の網羅的な名簿管理に基づく個別受診勧奨・再勧奨に取り組みます。	健康課	各種がん検診	健康情報システムにより検診未受診者を把握し、個別受診勧奨・再勧奨を実施する。	106
市が実施するがん検診の結果、要精密検査の対象となっても受診に至らない人に対しては、積極的な受診再勧奨を行い、医療機関への受診につなげます。	健康課	各種がん検診	精密検査対象者に受診再勧奨を行いがんの早期発見と正しい健康意識の普及啓発を図る。	107
節目年齢の人に無料クーポン券を配付するとともに、休日女性がん検診の実施等により、受診率が低い女性特有のがん検診の受診率向上に取り組みます。	健康課	各種がん検診	一定年齢の女性に無料クーポン券を配布するとともに、休日に女性がん検診を開催し、受診率向上を図る。	108
職域（職場）や医療保険者との連携を強化し、がん検診の受診を促します。	健康課	各種がん検診	協会けんぽと連携して職域でのがん検診受診を促進する。	109
生活習慣病等の早期発見、早期治療を図るため、人間ドックの受診助成を行います。	国民健康保険課	人間ドック受診助成事業	35歳以上で国民健康保険の加入者が人間ドック等を受診した際にその費用の一部を補助する。	110
	高齢者活躍支援課	人間ドック受診助成事業	後期高齢者医療制度加入の市民を対象に、自らの健康状態を把握し、生活習慣病等の早期発見、早期治療を図るため、人間ドックの受診助成を行い、健康管理意識の向上及び医療費の適正化につなげます。	111
取組項目2 循環器疾患				
発症予防				
循環器疾患の発症を予防するため、危険因子とその予防に関する知識の普及啓発に取り組みます。	健康課	栄養指導、総合健康相談、集団健康教育、健康増進計画推進	循環器疾患等の発症予防について、健康通信、保健センターだより、健康教室や運動講習会、各種講演会、出前講座等を通じて、普及啓発を行う。	112
	国民健康保険課	特定健康診査事業	特定健診受診者に、受診結果とともに生活習慣病の啓発チラシを送付する。	113
早期発見				
小学4年生を対象に生活習慣病予防健診を実施し、健診結果に基づき保護者に対して、生活習慣病の予防や改善を促す情報提供を行います。	保健給食課	小児生活習慣病予防健診	生活習慣病につながる危険因子の早期発見と将来の発病の未然防止のため、市立小学校4年生を対象に健診を実施するとともに、保護者に対しても正しい生活習慣を身につける大切さを周知する。	114

取組（施策）		事業等（令和4年度）			整理 No.
		担当課	事業等の名称	事業等の内容	
生活習慣病の早期発見及び早期治療のために、特定健診、後期高齢者健診及び特定保健指導を実施するとともに、人間ドックの受診助成を行います。	国民健康保険課	人間ドック受診助成事業 特定健康診査事業 特定保健指導事業	・メタボリックシンドローム等生活習慣病の減少を目的として、40歳以上の国民健康保険の加入者に特定健診を実施する。 ・35歳以上で国民健康保険の加入者が人間ドック等を受診した際にその費用の一部を補助する。 ・特定健診の結果から、生活習慣病の予防リスクのある人に、特定保健指導を実施する。	115	
	高齢者活躍支援課	人間ドック受診助成事業	後期高齢者医療制度加入の市民を対象に、自らの健康状態を把握し、生活習慣病等の早期発見、早期治療を図るため、人間ドックの受診助成を行い、健康管理意識の向上及び医療費の適正化につなげる。	116	
	国民健康保険課	30歳代健康診査事業	若年期からの生活習慣病の予防と健康づくりのため、30歳以上の国民健康保険の加入者に特定健診に準じた健康診査を実施する。	117	
	国民健康保険課	人間ドック受診助成事業 特定健康診査事業	健診等を受診した人に、フィットネス体験チケットを配布し、運動のきっかけづくりや運動を通じた健康づくりを支援する。	118	
重症化予防					
特定保健指導等を通じ、個々の健診結果に基づき生活習慣改善に向けた指導及び助言を行います。	国民健康保険課	特定保健指導事業	特定健診の結果から、生活習慣病の予防リスクのある人に、特定保健指導を実施する。	119	
	健康課	総合健康相談 栄養指導	特定健診等の結果、循環器疾患と関連がある血管障害のリスクがある有所見者に対して、サポート相談会として健診結果に基づく生活習慣改善について行動変容を促すため保健指導を行う。	120	
高血圧や糖尿病等の治療の必要があるものの、医療機関に未受診の人や治療を中断している人に対して、受診の勧奨を行います。	国民健康保険課	特定保健指導事業	特定健診の結果から、生活習慣病の予防リスクのある人に、特定保健指導を実施する。	121	
	健康課、国民健康保険課	県補・総合健康相談 訪問保健指導 後期高齢者保健指導	国保特定健診・後期高齢者健診の結果、高血圧や高血糖・脂質異常等の血管障害のリスクがある対象者や将来フレイルにつながりやすい低栄養等のリスクがある対象者に対して、重症化を防ぐため治療等の受診勧奨やかかりつけ医の同意を得て生活習慣等の改善につながる保健指導を行う。	122	
取組項目3 糖尿病					
発症予防					
子どもの頃からの食習慣や運動習慣等の生活習慣の重要性について普及啓発を行い、その実践や定着に向けた動機付けの取組を推進します。	健康課	栄養指導、総合健康相談、集団健康教育、健康増進計画推進	糖尿病のメカニズムや発症予防のための生活習慣について、母子保健事業への保護者への啓発と青年期糖尿病講座等の健康教室や運動講習会、各種講演会、出前講座等を通じて、普及啓発を行う。	123	
	スポーツ課	NAGANOスポーツフェスティバル 糖尿病発症・重症化予防シンポジウム	・スポーツフェスティバルにおいて、誰でも参加できる生活習慣等に関するセミナー等を開催する。 ・シンポジウムにおいて体力チェック、ウォーキング体験会等を実施する。	124	
血糖値が上がる原因など糖尿病の発症のメカニズムやその予防に関する知識の普及啓発に取り組みます。	健康課	健康増進計画推進事業 集団健康教育 運動相談	糖尿病予防に関する市民講座等の開催や「血糖値を下げる運動講座」の実施、個別の運動相談を実施することで、健康的な生活習慣実践の動機づけ支援を行う。	125	
世界糖尿病デー（毎年11月14日）に合わせ、糖尿病について知り、考えるウォーキングイベント等を開催します。	健康課	（健康増進計画推進事業）	世界糖尿病デーを含む全国糖尿病週間に行われるウォーキングで、糖尿病の予防を啓発する。	126	

取組（施策）	事業等（令和4年度）			整理No.
	担当課	事業等の名称	事業等の内容	
早期発見				
糖尿病の早期発見及び早期治療のために、特定健診及び特定保健指導を実施するとともに、人間ドックの受診助成を行います。	国民健康保険課	人間ドック受診助成事業 特定健康診査事業 特定保健指導事業	メタボリックシンドローム等生活習慣病の減少を目的として、40歳以上の国民健康保険の加入者に特定健診を実施する。 35歳以上で国民健康保険の加入者が人間ドック等を受診した際にその費用の一部を補助する。 特定健診の結果から、生活習慣病の予防リスクのある人に、特定保健指導を実施する。	127
	高齢者活躍支援課	人間ドック受診助成事業	後期高齢者医療制度加入の市民を対象に、自らの健康状態を把握し、生活習慣病等の早期発見、早期治療を図るため、人間ドックの受診助成を行い、健康管理意識の向上及び医療費の適正化につなげる。	128
特定健診受診率及び特定保健指導実施率の向上を図るため、動機付けの強化に取り組みます。	国民健康保険課	人間ドック受診助成事業 特定健康診査事業	健診等を受診した人に、運動のきっかけづくりや健康づくりを推進するため、フィットネス体験チケットを配布する。	129
特定健診と併せて30歳代の国保加入者に対しても、健康診査及び保健指導を実施します。	国民健康保険課	30歳代健康診査事業	30歳以上の国民健康保険の加入者に特定健診に準じた健康診査を実施する。	130
重症化予防				
特定保健指導等を通じ、個々の健診結果に基づき生活習慣の改善に向けた指導及び助言を行います。	国民健康保険課	特定保健指導事業	特定健診の結果からメタボリックシンドロームのリスクのある人に特定保健指導を実施する。	131
	国民健康保険課、健康課	総合健康相談 訪問指導	健診結果に基づく生活習慣改善について行動変容を促すため、特定保健指導や健康食生活相談、健康サポート相談により個別に保健指導を行う。	132
糖尿病が重症化するリスクの高い未受診者や治療中断者に対して、医療機関と連携して保健指導等を行い、適切な医療に結びつけます。	国民健康保険課	特定保健指導事業	特定健診の結果からメタボリックシンドロームのリスクのある人に特定保健指導を実施する。	133
	国民健康保険課、健康課	医療中断者等受診勧奨 総合健康相談 訪問指導	糖尿病性腎症重症化予防プログラムに基づき、糖尿病の重症化リスクの高い対象者に対して、医療機関と連携して保健指導等を行う。保健指導のスキルを向上するため、糖尿病専門医を交えた事例検討会を行う。	134

取組（施策）	事業等（令和4年度）			整理 No.
	担当課	事業等の名称	事業等の内容	
基本的方向3 健康を支え、守るための社会環境の整備				
取組項目1 地域のつながり・きずな、支えあいの強化				
市民の自主的な取組の育成と支援				
保育所・幼稚園における世代間・異年齢交流の取組や長野市コミュニティスクール制度など、地域と学校等のきずなや関わりを深める取組を推進します。	保育・幼稚園課	世代間交流事業 異年齢交流事業	地域のお年寄りや未就園児、小学生をはじめ生徒等と交流を持ち、関わりを深める。	135
	学校教育課	①学校マイプラン推進事業 ②長野市コミュニティスクール推進セミナー	①長野市コミュニティスクール設置の推進・支援のため、毎年度新規設置校のうち5～8校へ補助金を1回に限り支給する。また、学校運営委員会設置校には毎年運営補助金として支給する。 ②毎年6月に、長野市コミュニティスクールについての理解を深め、他校の実践に学ぶ機会として北信教育事務所と連携して、推進セミナーを開催する。	136
スポーツ推進委員の資質向上を図るとともに、その活動の場を提供します。	スポーツ課	スポーツ推進委員協議会	①総務委員会・・・機関紙の発行により、他地区の活動状況等を知るなど、情報共有をする。 ②事業委員会・・・事業を通して、企画・運営能力を養い、各地域での自主的な活動に役立てる。 ③研修委員会・・・推進委員の関心が高いスポーツ等に関する研修会を実施する。	137
家庭や地域で受け継がれてきた伝統的な料理の継承及び地元食材の利用促進並びに「食」の循環や環境との関わりを学ぶなど、地域における食育活動を推進します。	人権・男女共同参画課	料理講座	地元産の食材を使ったおやき、やしょうま等の伝統的料理づくりの講座を開催する。	138
	保育・幼稚園課	地域の中で育つ	・地域の方と作物を育てる。 ・生ごみの堆肥化やごみの分別等の環境学習を実施する。	139
	食品生活衛生課	しなの食大学	長野市調理師会長長野市支部との共催で調理師会講師による調理技術や調理理論の実習、保健所職員による食品衛生及び栄養管理に関する講義を行う。	140
	商工労働課	食育活動に関わる講座	伝統的な料理の継承や地元食材の利用促進、「食」の循環や環境との関わりを学ぶなど、地域における食育活動に関わる講座を開催する。	141
	生活環境課	保育園・幼稚園等対象「ごみ減量環境教育事業」	将来に亘り、より良い循環型社会を構築するため、子どもの段階から環境配慮意識を育む。保育園・幼稚園等を対象に、パネルシアター、段ボール生ごみ堆肥体験、パッカー車体験試乗などの体験型のごみ減量講座を開催する。	142
	農業政策課	長野市食農ときめき講座	長野市の風土に根ざして培われた農業・くらし・食文化の基礎を学ぶことにより、「食の大切さ」や「食といのちの関係」について市民の興味・関心を高める。	143
	保健給食課	①PTAによる調理場での試食・見学 ②地域食材の日 ③学校給食での郷土（伝統）料理、行事食の提供	①調理場での試食や見学を通して給食に対する理解を深めてもらう。 ②季節の新鮮な伝統野菜に親しみ、地域の食文化について理解を深めるため、地元農畜産物を優先して使用した「地域食材の日」を設けるなど地産地消を推進する。 ③地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めるため、学校給食に郷土食や伝統料理を取り入れる。	144
	家庭・地域学びの課	公民館事業	地産地消の郷土食や季節の食材を扱った料理教室や郷土の食習慣体験を開催する。	145
食生活改善推進協議会、すこやかリーダー会等健康づくりのボランティア団体の人材養成と活動企画に係る支援を行います。	健康課	健康増進計画推進、食育推進	ながの健やかプラン21推進市民の会や食生活改善推進協議会等との協働により健康増進を实践する。	146

取組（施策）		事業等（令和4年度）			整理 No.
		担当課	事業等の名称	事業等の内容	
住民自治協議会と協働し、健康講座の開催などを通じて市民の健康づくりを支援します。	健康課	集団健康教育	住民自治協議会の健康関係部会等と連携し、健康づくりに関わる各種講座等を開催し、住民に身近な場所での健康づくりに関わる各種講座を開催する。	147	
	高齢者活躍支援課	老人福祉センター（かがやきひろば）等運営	高齢者の健康増進、教養の向上及びレクリエーション等の便宜を供与するとともに、地域における福祉活動の場を提供し、高齢者の福祉の向上を図る。	148	
	高齢者活躍支援課	老人憩の家（いこいの家）運営	高齢者の相互交流・教養の向上、レクリエーション等の場として、心身の健康の増進を図る。	149	
	高齢者活躍支援課	おでかけパスポート事業	高齢者の生きがい及び健康づくりの推進と積極的な社会参加を促すとともに、公共交通機関であるバスの利用促進を図る。	150	
	高齢者等が積極的に社会活動に参加したり、生きがいや健康づくりに取り組んだりできる機会と場を提供します。	高齢者活躍支援課	老人クラブの育成事業	老人クラブ活動を通じて、高齢者の教養の向上、健康の増進や社会活動の実施・地域社会との交流を促進し、老後の生活を健やかで豊かなものにするため、各単位老人クラブ及び連合会に補助金を交付してその活動促進を図る。	151
	高齢者活躍支援課	ながのシニアライフアカデミー運営事業	自らの健康づくりを進めるとともに、地域における指導的役割を果たす人材（地域リーダー）を育成する。	152	
	家庭・地域学びの課	公民館事業	高齢者の生きがいづくり、学習意欲を支援する講座等を開催する。	153	
	介護予防の取組を継続して行う高齢者の自主グループや地域住民で構成された団体・グループに専門職を派遣し、介護予防活動を支援することで、地域における介護予防の取組を促進します。	地域包括ケア推進課	介護予防クラブ活動支援事業『「はつらつ倶楽部」体験講座』	理学療法士・作業療法士等が地域公民館等へ出向き、身近な地域で高齢者同士が楽しみながら体操や脳トレ・レクリエーションを行う住民主体の自主グループ（はつらつ倶楽部）の立ち上げと、活動の継続を支援する。	154
要支援者等に対し、地域において社会参加や活動ができる場並びにサービスを提供する団体に対して財政的な支援を行います。	地域包括ケア推進課	住民主体団体への補助金交付事業	要支援等の方が活動、社会参加できる場として週1回以上、市の定めるサービスを実施する、住民主体の団体へ補助金を交付する。	155	
民間との協働による健康づくりや食育の取組の推進					
運動・スポーツの実践や野菜の積極的摂取など栄養・食生活の改善などに取り組む市民公益活動団体及び保健医療関係団体等との協働による取組を推進します。	健康課	健康増進計画推進	・生活習慣病予防に必要な運動・スポーツの実践や適切な食事の習慣化などに取り組む団体との連携による知識の普及や実践への動機付け支援を行う。（ながの健やかプラン21、医師会・歯科医師会との協働） ・栄養士会、歯科医師会、ポールを使ったウォーキングの協会などと連携して、健康、食育、運動・スポーツを推進する。	156	
総合型地域スポーツクラブの活動と積極的に連携や協働を図ることで、地域スポーツを振興します。	スポーツ課	NAGANOスポーツフェスティバル スポーツ教室	スポーツフェスティバルや若返り体操教室等の企画及び運営を総合型地域スポーツクラブと連携して実施する。	157	
健康経営に関する普及啓発や理解を深めるためのセミナー等を開催します。	健康課	健康増進計画推進	・ながの健やかプラン21推進市民の会や協会けんぽと連携し、生活習慣病や歯周疾患予防の取り組みが必要な働き盛り世代に対する普及啓発を行う。 ・協会けんぽ主催の、健康経営セミナーへの協力、参加を行う。 ・糖尿病シンポジウムでの、協会けんぽの協力、参加により健康経営に取り組んでいる企業を紹介する。	158	
医師会や医療機関等との協働により、新興感染症出現に対する医療体制や大規模災害時における医療救護体制を整備します。	保健所総務課	健康危機管理に対する医療救護体制の整備	医療救護本部機能の整備及び関係機関との連携体制等の強化を図り、医薬品の備蓄等平時から健康危機管理に備え、効率的で円滑な医療救護の提供を行う。	159	

【参考】ながの健やかプラン2.1に関わる主な情勢と保健事業の経過

年度	H29 (2017)	H30 (2018)	R元 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)
4月	本計画推進開始	・健康課内に「ながのベジライフ推進室」附置 ・保険者努力支援制度本格実施（市町村国保財政運営県単化） ・標準的な健診・保健指導プログラム（30年度版）	健康寿命延伸部局横断プロジェクト「フレイル予防推進事業」開始 胃内視鏡検査導入	新型コロナウイルス感染症対応 被保護者の保健指導開始 受動喫煙防止（飲食店等原則屋内禁煙）	高齢者の保健事業と介護予防一体的実施開始 第4波 新型コロナウイルス	フレイル予防・健康寿命延伸事業（健幸ラジオ体操普及促進事業、減塩プロジェクト等） こども総合支援センター開設	子どもから現役世代のメタボ対策（2歳児教室に栄養士配置）
5月		長野市自殺対策行動計画推進開始	後期高齢者保健指導開始	緊急事態宣言	新型コロナウイルスワクチン接種開始	国保特定健診等心電図全数検査 第6波 新型コロナウイルス	5/8～ 新型コロナウイルス感染症を感染症法第2類から第5類へ移行
6月					個別・集団接種開始		
7月			フレイル予防キックオフイベント「健康・粋いきフェスタ」（体力・健康チェックキャラバン） 改正健康増進法（受動喫煙防止）		未成年者喫煙・飲酒実態調査 新型コロナウイルス第5波		新型コロナウイルス第7波
8月				新型コロナウイルス第2波			
9月	糖尿病予防シンポジウム	総合相談会				健康づくりアンケート実施 歩数調査	
10月	糖尿病性腎症重症化予防プログラムに基づく重症化予防保健指導開始		消費税引上げ10% 東日本台風災害避難所開設 避難者・被災者健康支援			健康日本21（第二次）最終評価 新型コロナウイルス第7波	
11月	加藤市長2期目「ながのベジライフ宣言」		国民健康・栄養調査中止、県民健康・栄養調査一部実施		荻原市長就任	国民健康・栄養調査、県民健康・栄養調査実施	
12月	部局横断的に「ながのベジライフ宣言」普及啓発開始			新型コロナウイルス第3波			
1月			新型コロナウイルス感染症日本で患者発生 台風災害避難所閉鎖・仮設住宅へ移行				新型コロナウイルス第8波
2月				第4波 新型コロナウイルス			
3月					組織改変ベジライフ推進室を健康づくり担当へ		

第三次長野市健康増進・食育推進計画

ながの健やかプラン21

暫定評価報告書

令和5年5月

発行 長野市

編集 長野市保健所健康課

長野市若里六丁目6番1号

電話 026-226-9961
