

# (1) 令和5年度事業報告および令和6年度事業計画

## 1) 各種健（検）診について

### ①特定健診・住民健診について

#### ◇令和5年度実施報告

- ・集団健診（ヘルスクリーニング）は9月13日～15日の午前みの日程で実施。コロナ流行前とまではいかないものの受診者数は昨年引き続き増加。
- ・個別医療機関健診は6月下旬より開始し2月末まで実施。
- ・令和5年度より「みなし健診」を開始。  
対象：村内の医療機関へ定期通院している方で特定健診の項目を満たしている人  
検査結果を提出することで特定健診受診とみなす。現在の提出者4名。
- ・小集団健診（そよかぜ健診）R5年度は3回実施。
- ・保健指導は個別予約制とし実施中。R4年度より高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施が開始したため、対象を後期高齢者まで拡大し保健指導を実施。

表1 原村特定健診・住民健診受診者数の推移

（令和6年1月現在。医療機関、人間ドックは実施中につき未確定。）

年度	特定健診分（人） [40～74歳国保]						住民健診分（人） [40歳未満・75歳以上]					
	30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度	30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
ヘルスクリーニング	408	352	104	189	200	227	132	132	38	58	64	84
医療機関健診	182	168	292	270	239	149	51	52	64	69	88	88
小集団健診	37	39	106	36	36	37						
人間ドック補助制度利用	156	178	143	162	141	113						
法定報告繰り入れ数	783	737	645	657	580	526						
対象者	1750	1772	1765	1725	1654	1648						

(人) R5 住民健診内訳  
75歳以上 137人  
40歳未満 35人

表2 令和5年度 個別健診実施医療機関別人数（令和6年1月現在）

	原村 診療所	中新田 診療所	大槻 医院	富士見 高原 病院	諏訪 中央 病院	諏訪赤 十字 病院	その 他	合計
医療機関 健診	153	42	19	14	9	—	—	237
ドック 補助	—	—	—	48	58	36	14	156

(人)

令和5年度 特定健診受診率（概算） （R5.12月現在）
31.9%

<参考>  
前年同期 35.1%

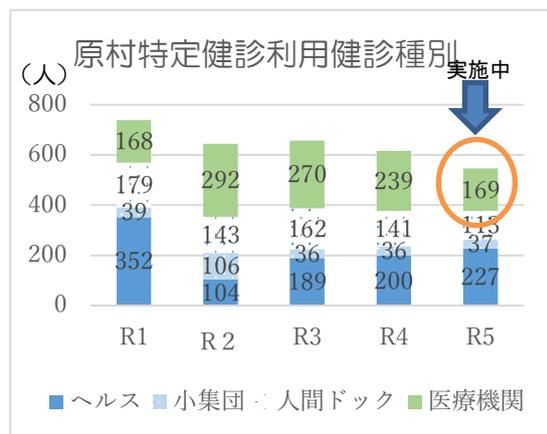
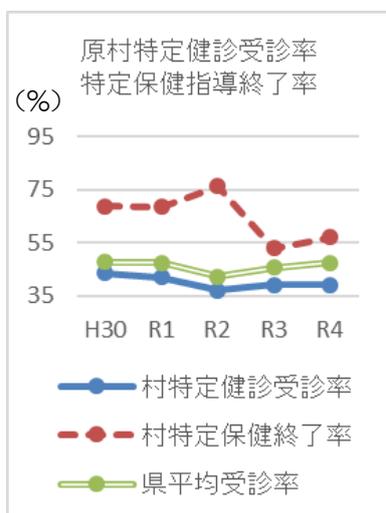


表3 原村特定健診・特定保健指導 法定報告 確定版

年度	特定健診受診率 (%)					特定健診保健指導終了率 (%)				
	30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度
岡谷市	36.6	37.2	33.3	36.4	40.0	51.4	51.5	51.0	48.5	45.7
諏訪市	54.5	54.9	50.3	50.2	48.8	56.8	50.6	52.0	52.3	61.6
茅野市	50.7	51.0	44.1	42.4	45.7	63.6	67.4	70.7	72.8	74.1
下諏訪町	42.1	44.2	30.7	39.6	44.6	35.0	38.3	47.7	36.9	45.3
富士見町	49.3	49.1	38.1	44.2	44.8	50.4	66.1	43.8	45.6	44.8
原村	43.5	42.1	37.0	39.2	39.3	68.8	68.5	76.2	52.9	57.1
長野県	47.7	47.6	42.3	45.6	47.4	52.2	53.7	54.2	53.8	54.3
原村目標受診率	45.0	45.0	45.0	45.0	45.0	(%) (R4年度 55位/77)				

(R4年度 74位/77)

出典：国保連特定健診等データ管理システム  
帳票ユーティリティ 特定健診対象者総括表



## ◇令和6年度計画

- 特定健診受診勧奨として、電話や通知など個別アプローチの充実。
- 後期高齢者への健診受診勧奨の充実。

## ②高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施

### ◇令和5年度実施報告

- ・フレイル予防に向けての関係機関との連携づくり（原村地域包括支援センターとの連携づくり）
- ・糖尿病重症化予防保健指導(R6年1月現在、対象6名・面談4名・聞き取り2名)
- ・健診結果や高齢者質問票により健康状態を評価、フレイルと思われる方には、保健師・管理栄養士より保健指導(R6年1月現在、面談・聞き取り2名)

### ◇令和6年度計画

- ・ハイリスクアプローチとして、糖尿病性腎症重症化予防に取り組む。  
対象者：75～79歳・HbA1c7.0%以上
- ・ポピュレーションアプローチとして通いの場でのフレイル予防に取り組む。
- ・後期高齢者への健診受診勧奨の強化。

## ③糖尿病性腎症重症化予防の取り組み

長野県糖尿病性腎症重症化予防プログラムに準じて対象者を抽出し取り組み中

### ◇令和5年度実施報告

対象者：糖尿病管理台帳やKDBより抽出、又 国保直営診療所医師が必要と認めた患者

**情報提供**（R6年1月現在49名）

- ・ $5.6 \leq \text{HbA1c} < 6.5$
- ・ $120 \leq \text{収縮期血圧} < 130$ 、 $85 \leq \text{拡張期血圧} < 90$

**受診勧奨**（R6年1月現在8名）

- ・ $6.5 \leq \text{HbA1c} < 7.0$
- ・ $130 \leq \text{収縮期血圧} < 140$ 、 $85 \leq \text{拡張期血圧} < 90$
- ・尿蛋白（±）
- ・糖尿病性腎症治療中断中となった方

**個別保健指導**（R6年1月現在9名、うち連絡票使用1名）

- ・ $e\text{GFR}30\text{ml}/\text{分}/1.73\text{m}^2$ 未満または $e\text{GFR}60\text{ml}/\text{分}/1.73\text{m}^2$ 未満で年間5ml以上低下
- ・ $7.0 \leq \text{HbA1c}$
- ・ $140 \leq \text{収縮期血圧}$ 、 $90 \leq \text{拡張期血圧}$
- ・尿蛋白陽性（+）以上
- ・国保直営診療所医師が必要と認めた患者（連絡票あり）

### ◇令和6年度計画

糖尿病性腎症重症化予防プログラム（県）に沿って実施。

## ④各種がん検診等事業

### ◇令和5年度実施報告

- ・感染対策を講じすべてのがん検診を実施。
- ・要精密検査になられた方には面談、電話連絡等で受診勧奨。
- ・有線放送や広報、個別通知にて受診勧奨を実施。
- ・高齢者聴覚検査について実態把握しながら導入について引き続き検討。

#### 胃がん検診

(R6.1月現在)

年度	受診者数	要精密検査者数	精密検査受診者数	精検受診率(%)	発見がん数(人)	発見ポリープ数(人)
R3	44	5	5	100.0	0	1
R4	39	2	2	100.0	0	0
R5	39	1	1	100.0	0	1

#### 大腸がん検診

(R6.1月現在)

年度	受診者数	要精密検査者数	精密検査受診者数	精検受診率(%)	発見がん数(人)	発見ポリープ数(人)	発見がん内訳
R3	449	28	27	96.4	0	10	
R4	432	23	22	95.7	1	8	60代女性
R5	417	19	13	68.4	1	9	70代男性

#### 乳がん検診

(R6.1月現在)

年度	受診者数			要精密検査者数	精密検査受診者数	精検受診率(%)	発見がん数(人)	発見がん内訳
	マンモグラフィ検診		視触診実施者数					
	集団	医療機関						
R3	145	22	44	14	14	100.0	0	
R4	153	20	58	9	9	100.0	0	
R5	153	13	55	10	10	100	1	60代女性

#### 子宮頸がん検診

(R6.1月現在)

年度	受診者数			要精密検査者	精密検査受診者	精検受診率(%)	発見がん数	発見がん内訳
	集団	医療機関	合計					
R3	139	193	332	4	3	75.0	1	40代女性
R4	152	181	333	4	4	100.0	0	
R5	158	126	284	8	6	75	2	80代女性、60代女性

前立腺がん検診

(R6.1月現在)

年度	受診者	要精密検査者	精密検査受診者	精検受診率 (%)	発見がん数	発見がん内訳
R3	65	7	4	57.1	0	
R4	52	4	2	50.0	1	60代男性
R5	50	6	2	33.3	1	60代男性

胸部レントゲン撮影

(R6.1月現在)

年度		受診者	要精密検査者	精密検査受診者	精検受診率 (%)	結核	以外 (肺がん)	備考
R3	デジタル撮影	511	22	21	95.5	0	5 (2)	肺がん疑い：80代男性、80代女性
R4	デジタル撮影	479	19	18	94.7	0	6 (1)	肺がん：70代女性
R5	デジタル撮影	494	21	19	90.5	0	7 (3)	肺がん疑い：80代男性2名、70代男性

歯科健診

(R6.1月現在)

I 歯周疾患健診

年度	対象者数	受診者数	受診率
R3	519	91	17.5
R4	487	110	22.6
R5	507	42	8.3

II 20歳の歯科健診

年度	対象者数	受診者数	受診率
R3	71	10	14.1
R4	65	17	26.2
R5	58	1	1.7

《30・40・50・60・70歳》

C型肝炎抗体検査

(R6.1月現在)

年度	受診者	要精密検査者	精密検査受診者	精検受診率 (%)
R3	23	0	-	
R4	22	0	-	
R5	17	0	-	

骨密度測定

(R6.1月現在)

年度	受診者	要精密検査者	精検受診率 (%)	精検受診率 (%)
R3	107	8	4	50.0
R4	99	8	5	62.5
R5	128	15	10	66.7

◇令和6年度計画

- ・継続実施。

## 2) 予防接種事業について

### ①定期予防接種等について

#### ◇令和5年度報告

- ・9価HPVワクチン（子宮頸がん予防）定期接種化  
平成19年4月2日～平成22年4月1日生まれの女子102名及び平成9年4月2日～平成19年4月1日生まれの女子（キャッチアップ接種対象者）289名、合計391名に案内発送。
- ・四種混合ワクチン接種開始時期の引き下げ  
令和5年4月より、四種混合ワクチン接種開始時期が生後3カ月から2か月へ引き下げられ、新生児訪問（赤ちゃん訪問）の際に対象者へ周知。
- ・新型コロナワクチン接種  
国・県の動向と指示のもと実施。

定期予防接種市町村に体制を整える義務あり	予防接種の種類と接種形態			接種状況		備考
	予防接種名	標準的始期（当村）	接種形態	R5対象	接種人数	
A類 集団予防重点対象者に努力義務あり (9割交付税措置)	・B型肝炎	生後2ヶ月	個別接種	38人	27人	
	・Hib感染症	生後2ヶ月	個別接種	初38人、追43人	25人 /27人	
	・肺炎球菌感染症（小児）	生後2ヶ月	個別接種	初38人、追43人	25人 /28人	
	・ロタウイルス	生後2ヶ月	個別接種	38人	26人	
	・四種混合	生後2か月	個別接種	初38人、追43人	33人 /31人	
	・結核（BCG）	生後5か月	集団接種	38人	27人	
	・麻疹風しん1期・2期	1歳・年長	個別接種	1期38人、 2期67人	28人 /43人	
	・風しん第5期	成人節目男性	個別接種		1人	抗体検査 案内対象者 518人
	・水痘	生後12か月	集団接種	43人	31人	
	・日本脳炎【1期・2期】	1期初回年少 2期 小4 2期 高3	集団接種 集団接種 個別接種	1期104人 2期166人	45人 /97人	
	・二種混合	小6	集団接種	73人	64人	保護者同伴にて保健センター
	・HPV感染症	中1 キャッチアップ	個別接種	424人	31人	9価定期接種化
B類 個人予防重点対象者に努力義務なし (3割交付税措置)	・高齢者インフルエンザ	65歳以上	個別接種	2841人	1496人	
	・肺炎球菌感染症（高齢者）	65歳以上 節目	個別接種	399人	93人	

## ◇令和6年度計画

- 新型コロナワクチンについては、国・県の指示に従い、すすめる。
- 水痘予防接種を、令和6年4月より医療機関での個別接種へ移行。
- 風しん抗体検査第5期及び HPV ワクチン（子宮頸がん予防接種）キャッチアップ接種の最終年。
- 五種混合ワクチン定期接種化。
- 高齢者肺炎球菌ワクチンの経過措置が令和5年度で終了することに伴い、令和6年度より65歳の者など本来の対象者へ予診票を送付。
- BCG 個別化検討。

## ②原村予防接種助成事業について [任意接種]

### ◇令和5年度報告

- 季節性インフルエンザ予防接種補助（13歳未満）

	令和5年度	申請者	111名	（令和6年1月現在）
参考）	令和4年度	申請者	160名	

### ◇令和6年度計画

- 継続実施

### 3) 健康づくり事業について

#### ①春夏秋冬 健康チャレンジ!プロジェクト

##### ◇令和5年度報告

春のさわやか運動教室 令和5年5月27日(土) 9時45分~11時30分

開催場所:ハヶ岳自然文化園 松本大学 水野綾子健康運動指導士



夏のはつらつ運動教室 令和5年7月20日(木) 19時~21時

開催場所:原村社会体育館・(原小学校校庭) 松本大学 水野綾子健康運動指導士



秋のいきいき運動教室 令和5年10月18日(水) 19時~21時

開催場所:原村社会体育館・原小学校校庭 松本大学 水野綾子健康運動指導士



冬のぽかぽか運動教室 令和6年2月3日(土) 9時45分~11時30分

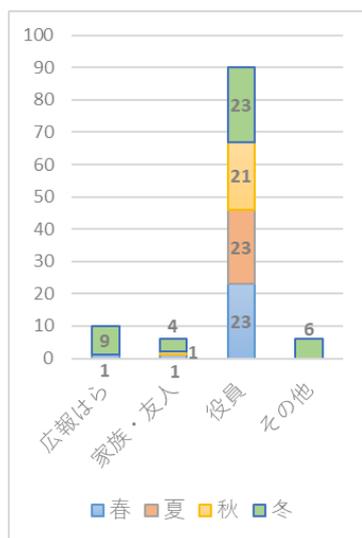
開催場所:原村社会体育館 松本大学 水野綾子健康運動指導士



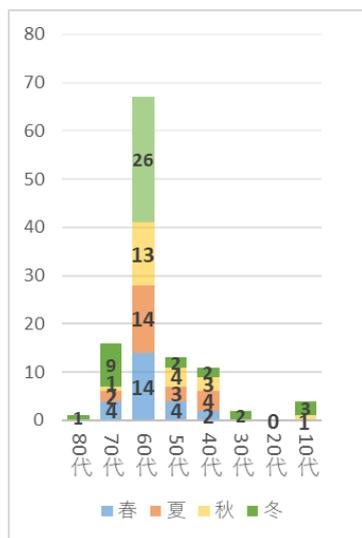
### ◎参加者数

	春	夏	秋	冬
男	9	2	2	6
女	39	30	32	41
合計	48	32	34	47
場所	八ヶ岳自然文化園	原村社会体育館・原小学校校庭		原村社会体育館
内容	効果的なウォーキング法	効果的な運動法	レク・プチ運動会 ウォーキング法・筋トレ	レクリエーション 冬に向けた筋トレ

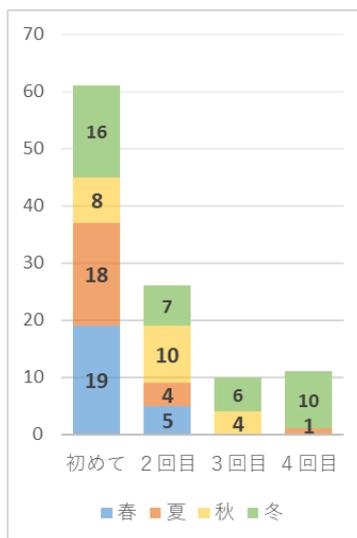
### ◎参加のきっかけ



### ◎参加者の年代



### ◎参加回数



参加者は原村衛生自治推進協議会（保健補導員部会・食生活改善部会）役員が主であるが、一般の参加者は各回 5 名程度、冬では 10 名程度と増加。広報および有線放送にて周知を継続。冬は新規および一般参加者を増やすために八ヶ岳定住自立圏形成協定を締結している富士見町・北杜市へ周知、今後も継続。

春に引き続き、原小学校校庭を使用して夏・秋も屋外でのウォーキングを計画。雨天により秋のみとなったが、参加者から継続希望のご意見を頂いた。

### 令和6年度計画

	日	場所	時間
春のさわやか運動教室	5月25日（土）	八ヶ岳自然文化園	午前9時45分～
夏のはつらつ運動教室	7月25日（木）	社会体育館	午後7時～
秋のいきいき運動教室	10月16日（水）	社会体育館	午後7時～
冬のぼかぼか運動教室	2月1日（土）	社会体育館	午前9時45分～

## ② ずくだせカフェ

### ずくだせカフェとは

健康・医療をめぐる様々なテーマについて、原村のみなさんと医療・行政の担当者がともに学び対話する場所です。どんな立場の人でも参加できて、カフェのように楽しく対話ができる場所としたいと考えています。

5～6人の少人数グループが、各テーブルで自由に意見を出し合います。何度かグループを交換し、そのたびに新しいメンバーと意見交換します。

参加されている皆さんから活発なアイデアを出していただき、ずくだせカフェの意見として、原村地域包括医療推進協議会の一つである健康づくり委員会の中で実現に向け具体化を目指していきます。

### ～ ずくだせカフェの様子 ～



第2回「たばこについて」



第3回「冬場の運動について」



第6回「ツレがロコモになりまして  
～ロコモってなんすら？あぁごしたい～」

### ～ 実現した意見 ～

- |   |
|---|
| ○ 小中学生を対象に禁煙ポスターを募集<br>優秀作品を公共施設等へ掲示<br>→原村禁煙促進事業 |
| ○ 公共施設の分煙化促進                                      |
| ○ 有線放送にてラジオ体操を放送                                  |
| ○ 農閑期における運動教室の実施<br>→春夏秋冬健康チャレンジ！プロジェクト           |
| ○ スタイルアップ教室の増回                                    |
| ○ 健診申込書の改正  |
| ○ 女性健診の女性スタッフ確保                                   |
| ○ 小規模健診の実施（待機時間の短縮化）                              |

理想の原村像とそれを実現するための意見 (令和5年12月14日ずくだせカフェ)

論点となっているキーワードを抜粋

○健康

- ・自立 (他人に迷惑をかけない)
- ・認知症予防 ・生活習慣病予防
- ・仕事や農業 ・運転できる
- ・家族/友人等の健康/つながり

○食事

- ・栄養バランスのとれた食事
- ・塩分/糖分/野菜
- ・お酒 ・料理を学ぶ
- ・歯 (何でも噛める/美味しく食べられる)

○運動

- ・歩く/ウォーキング
- ・ストレッチ/筋トレ
- ・お口の体操 ・体重管理
- ・車に頼らない
- ・パーソナルトレーナーつける

○社会参加

- ・人とのつながり/コミュニケーション
- ・村の行事への参加

○生きがい

- ・生きがい/居場所づくり

○心

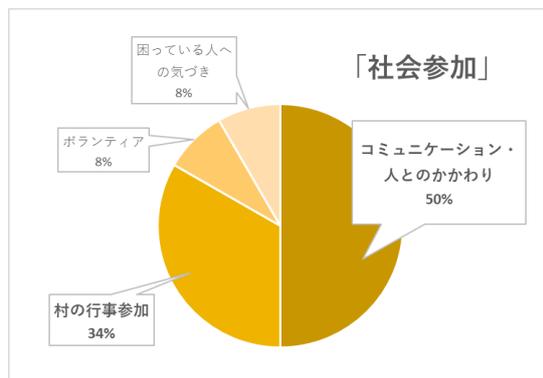
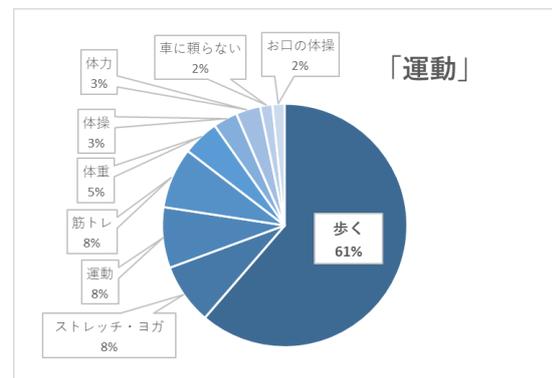
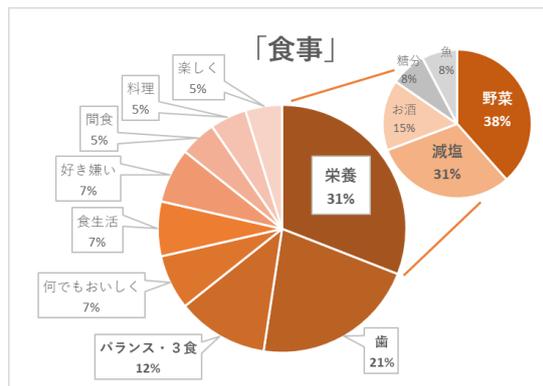
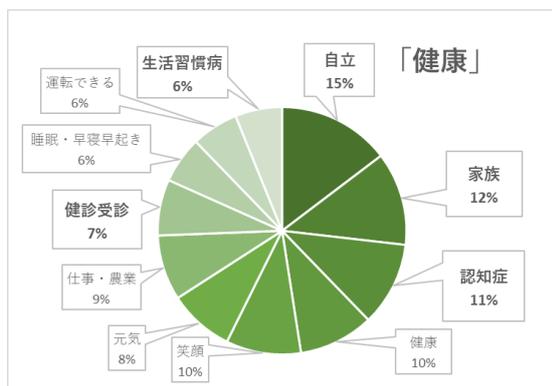
- ・あいさつ (ありがとう/ごめんなさい)
- ・整理整頓 ・休養 ・睡眠

○趣味

- ・友人/仲間とのつながり
- ・自分のための時間 ・貯金  
(旅行/音楽/製作/ペット/読書/ゲートボール等)

●行政に求めたいこと

- ・大人/子ども食堂 ・道路の整備
- ・健康づくり教室/グループ
- ・健診や教室のサービス充実/周知
- ・ずくだせカフェの意見周知



令和6年度 第13回ずくだせカフェ実施予定

\*第12回ご意見より健康づくり委員会にて検討

テーマ:「健康ポイント (インセンティブ)」と「社会参加 (どうしたらずくが出るか)」

### ③禁煙ポスター

◎目的 児童、生徒から禁煙に関するポスターを募集することで、禁煙への理解や関心を深めるとともに、禁煙が健康づくり事業において大きな柱となっていることを周知すること。

◎募集内容 ポスター ○喫煙の害に関するもの

○禁煙があらゆる健康増進につながっていることを伝えるもの

◎健康づくり委員会賞受賞作品は禁煙ポスターとして村内公共施設に1年間掲示する

◎応募対象者 小学生・中学生

\*小中学生に禁煙ポスターの作製を依頼。優秀作品を健康づくり委員会にて選考

\*地区公民館等、公共施設に掲示

#### ◇令和5年度報告

応募者 小学生(4年生):63名

中学生:10名

##### 【健康づくり委員会賞】

原小学校4年 関 菜々海さん ・ 原中学校2年 伊藤 愛琉さん

##### 【優秀賞】

原小学校4年 名取 哲汰さん ・ 原小学校4年 伊藤 大樹さん

原小学校4年 堀之内 聖さん ・ 原小学校4年 行田 結音さん

原中学校1年 清水 優奈さん ・ 原中学校1年 小松 詩愛さん

#### ◇令和6年度計画

- ・ 継続実施