

第1節 健康づくりの推進

第1項 スポーツの推進と健康寿命の延伸



1. 目指すこと

年齢や体力、ライフスタイルに応じたスポーツに親しみ、生涯スポーツ社会の実現と健康寿命の延伸を目指します。また、健康格差の縮小のために、生涯を通じて健康的な食習慣、運動習慣などの生活習慣を身に付けられるよう、ライフコースアプローチ*1の視点や、暮らしているだけで健康になれるゼロ次予防に立脚した住民主体の健康づくり事業を展開します。

2. 現状と課題

- ・赤砂崎公園から諏訪市境の諏訪湖畔一帯の健康スポーツゾーンに整備した器具やジョギングロード・サイクリングロードを活用して、多くの方が心身のリフレッシュとともに健康づくりに取り組んでいます。地域の特性や資源を生かし、身近な場所でいつでも気軽にスポーツに取り組める環境づくりを推進しています。
- ・社会環境やライフスタイル等の変化により、積極的にスポーツをする人とそうでない人の二極化が見られます。様々なスポーツに触れ、自身のライフスタイルにあった運動習慣を身に付けることが求められます。
- ・町では、循環器疾患、特に心筋梗塞や心不全、脳血管疾患で亡くなる方が多くなっています。生活習慣病の重症化も一因と考えられ、若い世代のうちから健(検)診受診を習慣付け、よい生活習慣を実践することが大切です。



諏訪湖畔サイクリングロード

3. 施策の展開

○スポーツの振興

- ・「生涯一町民一スポーツ」の実践、誰でも気軽にスポーツに親しむことができる環境の拡充を図り、心身ともに健やかで元気あふれる「健康スポーツ都市」を実現します。

主な取組

- ・豊かな自然とコンパクトシティの特性を生かした、産官学の連携による健康づくりとスポーツ振興の支援
- ・体力づくり教室、ニュースポーツ教室、各種運動教室などの参加促進
- ・各種スポーツ大会、スポーツイベント等の誘致や参加の促進
- ・スポーツ施設、健康運動施設、用具・設備等の充実

○よい生活習慣の普及啓発と食環境の整備

- ・妊娠期、乳幼児期から、健康的な生活習慣を身に付けることや、心の健康づくりに取り組むことは一生の財産です。ライフコースアプローチの視点で各事業を展開します。

主な取組

- ・各種がん検診や健康診査の実施、フォローアップ体制の充実
- ・健康的な食習慣を含めた保健指導の充実
- ・ストレスへの対処法を含めた心の健康づくりへの取組、自殺対策の推進
- ・ボランティア等の育成・協働による健康づくりや食育活動の推進

○健康危機管理への対策と感染症の予防

- ・近年の気候変動に伴い、熱中症予防の啓発を進めていきます。
- ・災害が起こった時には、災害関連死や健康二次被害の防止に努めます。
- ・新型インフルエンザ等特別措置法に基づく条例と行動計画により、感染症対策の体制整備に取り組みます。

主な取組

- ・熱中症についての普及啓発活動への取組
- ・災害時の保健活動の見直しと支援体制の充実
- ・予防接種法に基づく予防接種の実施
- ・町内外の医療機関との連携による利便性の確保
- ・感染症に関する知識の普及と情報提供、感染症の予防啓発

関連個別計画

- 第3期下諏訪町スポーツ推進計画 2023年度-2027年度
- 下諏訪町健康づくり計画(第3次) 2026年度-2035年度
- 第2次下諏訪町食育推進計画 2023年度-2032年度
- 第2次下諏訪町いのち支える自殺対策推進計画 2023年度-2028年度
- 下諏訪町国民健康保険第3期保健事業実施計画(データヘルス計画)(第4期特定健康診査等実施計画) 2024年度-2029年度
- 新型インフルエンザ等対策行動計画 2026年度 随時更新

用語の解説

- *1 ライフコースアプローチ :健康課題を人の一生の連続的なものと捉え、包括的に支援しようとする考え方。胎児期から高齢期までの各段階における健康状態や生活習慣が、その後の健康や次世代に影響を与えることから、健康課題を早期に発見し、予防・改善を図ることを目的とする。



第1節 健康づくりの推進

第2項 安心して受けられる医療と保険制度の充実

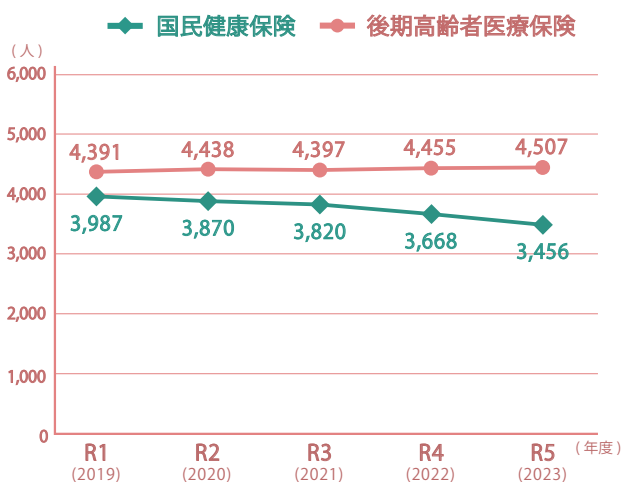
1. 目指すこと

誰もが安心して暮らし続けられる地域づくりを進めるため、年齢や障がいの有無、生活環境に関係なく、住民一人ひとりが必要ときに必要な医療を継続的に受けられる体制の整備を目指します。医療機関のみならず、福祉・介護などの関係機関との連携を一層強化し、地域全体で支え合う包括的で持続可能な医療提供体制の構築を図ります。予防医療の推進や健康づくりへの支援を重視し、住民が自らの健康に関心を持ち、安心して暮らせる地域社会の実現を目指します。

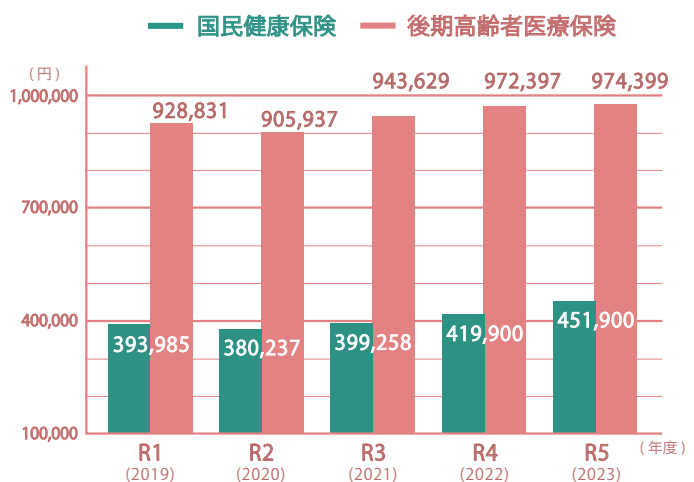
2. 現状と課題

- ・ 団塊の世代の後期高齢者への移行に伴い、高齢者医療費が年々増加しており、一人当たりの医療費も上昇しています。そのため、国民健康保険及び後期高齢者医療制度に係る財政負担が増大しており、特に若年層や低所得世帯における保険税・料負担の増加が課題となっています。
- ・ 生活習慣病の予防や健康寿命の延伸に資する特定健診の受診率が依然として低調であり、受診率向上が重要な課題です。
- ・ 引き続き、健康づくりの推進と医療費適正化に向けた施策の充実、国民健康保険税の適正な賦課と、国民健康保険税及び後期高齢者医療保険料の徴収の徹底により、安定的な財政基盤の確保が求められています。
- ・ 福祉医療制度においては、子どもや生活困窮者に配慮し、すべての住民が適切な医療を受けられる体制の維持が必要です。

■ 被保険者数の推移



■ 一人当たり医療費



3. 施策の展開

○国民健康保険税の適正な賦課及び徴収と後期高齢者医療保険料の徴収

- ・ 持続可能な制度の実現に向け、保険税(料)の適正な賦課と確実な徴収を進めます。

主な取組

- ・ 広報誌やホームページの積極的な活用による制度の普及啓発
- ・ 県全体で進めている国民健康保険にかかる税率の水準統一に向けた適正な算定
- ・ 口座振替の奨励

○保健事業の推進による医療費適正化

- ・保健事業実施計画（データヘルス計画）に基づき、町の保健、医療、介護の課題を一体的に分析し、健康保持増進を図ることで、健康寿命の延伸と医療費適正化を目指します。

主な取組

- ・データ分析に基づく保健事業計画の立案と実施、評価
- ・特定健診、保健指導の充実と医療機関との連携
- ・医療費通知、ジェネリック医薬品利用差額通知の実施
- ・レセプト内容点検の充実強化

○保健事業の充実強化

- ・被保険者の健康の保持増進、保健事業を積極的に推進します。

主な取組

- ・特定健康診査の継続的な受診率の向上促進
- ・人間ドック、脳ドックの受診料補助
- ・胃・大腸精密検診の受診料補助
- ・生活習慣病などのハイリスク者の把握と重症化の予防・個別支援、認知症などフレイル予防*1の健康教育
- ・福祉事業との連携
- ・高齢者の保健事業と介護予防事業の一体的な実施

○子どもや障がい者、ひとり親世帯への医療支援

- ・誰もが安心して暮らせるよう、医療支援を必要な世帯に届けます。

主な取組

- ・対象者の経済的負担を軽減するための福祉医療費の給付

関連個別計画

- 下諏訪町国民健康保険第3期保健事業実施計画（データヘルス計画）（第4期特定健康診査等実施計画） 2024年度～2029年度

用語の解説

- *1 フレイル予防：加齢により低下しやすい体力・栄養・社会参加などを早期に整え、生活習慣病や認知症、要介護状態への進行を防ぐための取組のこと。

第2節 福祉の推進



第1項 子育て環境の充実

1. 目指すこと

妊娠、出産、子育てに係る経済的負担や育児の負担感、仕事との両立など、ライフステージに応じた不安や悩みに寄り添い、保護者の孤立を防ぎ、妊娠期から子育て期を切れ目なく支援することにより、安心安全な子育て環境を整え、こども・子育て世代が安心して住み続けられるまちを目指します。

2. 現状と課題

- ・町の出生数は減少傾向にあり、令和3年(2021)は108人、令和5年(2023)は85人となっています。国勢調査*1においても、総人口に占める年少人口(14歳以下)の割合が、10.7%まで低下し、少子化の進行が見られます。
- ・核家族化や地域コミュニティ意識の希薄化などにより、保護者にかかる不安感は大きく、社会全体で支援し、孤立を防ぐ対策や困難を抱える家庭への支援体制が求められています。
- ・出生数が減少する一方、妊娠期から乳幼児期の子育て家庭と顔の見える関係を作ることが可能な規模であることは、子育て支援環境としては強みと考えられます。
- ・妊娠期から乳幼児期の子育て世帯の切れ目ない相談支援体制強化のため、児童福祉法改正により市町村に「こども家庭センター」の設置が努力義務化されました。町では令和6(2024)年度にセンターを設置し、母子保健と児童福祉がそれぞれの機能を生かしながら、一体的に妊娠・出産・子育て支援に取り組む体制整備を行っています。
- ・女性の就業率の上昇に伴う共働き世帯の増加により保育ニーズが高まり、特に3歳未満児の受入れに関しては慢性的に保育士が不足しているため、保育士不足の解消が課題となっています。また、発達に課題のあるこどもに対する援助や指導のニーズが増加し、受入れ体制の拡充が求められています。
- ・小学校の放課後の時間に安心安全な居場所を提供する学童クラブでは、経済や雇用状況、ライフスタイルの変化などにより利用児童が増えていることから、支援員の確保や資質の向上が課題となっています。



とがわ保育園

3. 施策の展開

○安心して生み育てる体制の充実

- ・出産を迎える母親の不安解消や妊娠・出産のための健康確保・管理とともに、産後の母子の健康保持などの体制の充実を図ります。

主な取組

- ・不妊不育治療の経済的な支援
- ・妊産婦に対する保健師、助産師等の専門職による支援
- ・妊産婦及び乳幼児健診や育児相談などの健康管理の支援
- ・医療機関、福祉部門等との連携による多様な相談支援体制の強化
- ・関係部署との連携による療育指導の充実
- ・「ライフコースアプローチ」*2の推進

○こども・子育て家庭の相談支援の充実

- ・育児に関する負担を軽減し、孤立することなく地域で安心して子育てができるよう、支援体制を強化します。
- ・生活基盤の安定を図るための経済的支援や適切な支援につながるよう、関係機関と連携して取り組みます。

主な取組

- ・こども家庭センターによる母子保健と児童福祉の一体的相談支援体制の推進
- ・子ども人権ネットワーク会議を活用した多機関との連携による要保護児童や家庭支援の充実
- ・子育て世帯の経済的負担軽減を図る施策の推進

○安心して子育てができる環境づくり

- ・こどもや保護者、高齢者が気軽に集い、地域全体でこどもが安心安全に過ごせるよう、経済や雇用状況、ライフスタイルの変化などに対応した子育て施策を展開します。

主な取組

- ・子育て・多世代交流施設の整備と運営
- ・子育て情報の効果的な発信と内容の充実
- ・子育て支援サービスの充実
- ・学童クラブの運営の実施

○幼児教育・保育事業の充実

- ・それぞれの子育て家庭が持つニーズに合った幼児教育・保育の提供を実現するため、事業の充実に努めるとともに施設整備や保育士の確保・資質向上等による質の向上を図ります。

主な取組

- ・子育て家庭のニーズに合った保育の提供（一時保育、長時間保育、土曜保育、誰でも通園制度）
- ・外国人講師による「えいごあそび」の実施
- ・必要な保育士数の確保及び研修等による保育士の資質向上による保育の充実
- ・保育園の施設整備の計画的な実施による安全、快適な保育環境づくりの推進
- ・発達の遅れや障がいのあるこどもへの支援の充実
- ・保護者会やだっこの会との連携

関連個別計画

- 下諏訪町健康づくり計画（第3次） 2026年度－2035年度
- 第2次下諏訪町食育推進計画 2023年度－2032年度
- 下諏訪町こども計画 2025年度－2029年度

用語の解説

- *1 令和2年（2020）調査
- *2 ライフコースアプローチ：健康課題を人の一生の連続的なものと捉え、包括的に支援しようとする考え方。胎児期から高齢期までの各段階における健康状態や生活習慣が、その後の健康や次世代に影響を与えることから、健康課題を早期に発見し、予防・改善を図ることを目的とする。

第2節 福祉の推進



第2項 地域共生社会の実現

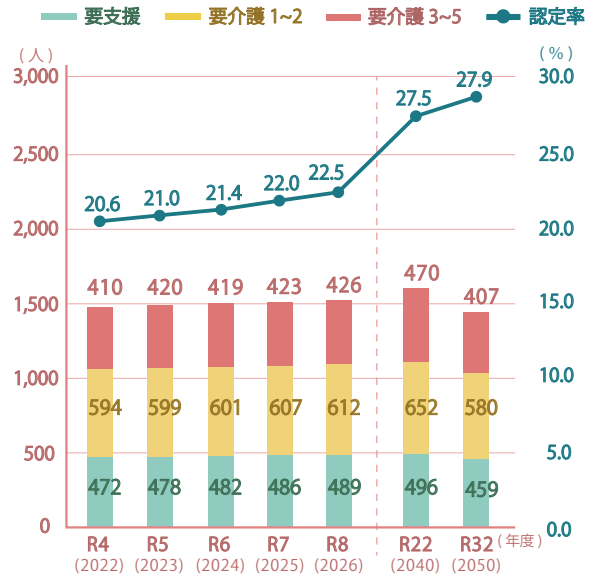
1. 目指すこと

高齢者、障がいのある方、経済的に困窮する家庭など、すべての人が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、保健・医療・福祉の連携を強化した「地域包括ケア」を推進し、誰もが自分らしく暮らせるまちの実現を目指します。

2. 現状と課題

- ・ 高齢者人口は減少傾向にありますが、介護認定者数及び認定率は増加すると推計されており、高齢者の皆さんがいきいきと暮らし、生きがいを持てる健康寿命の延伸に取り組むことが求められています。
- ・ 高齢者支援に加え、8050問題^{*}、経済的困窮、地域からの孤立などの複合的な困難事例への対応が喫緊の課題となっています。
- ・ 障がいのある方が地域で自立した日常生活、社会生活を送れるよう、個別のニーズに応じた福祉サービスや就労支援の充実が求められています。また、地域移行を促進するためのニーズ把握とサービス拡充も重要です。

■ 要介護認定者数・要介護認定率の推計



3. 施策の展開

○地域と人々が支えあう福祉のまちづくりの推進

- ・ 様々な状況にある高齢者や介護・障がい・困窮など制度の狭間で複合的な課題を抱える人々が、地域で孤立せずに安心して自分らしく暮らし続けるために、住民一人ひとりが福祉の担い手となり、共に支え合う「地域の福祉力」を高める取組を推進し、包括的な支援体制を強化していきます。

主な取組

- ・ 地域福祉計画に基づく各種福祉計画の施策の推進
- ・ 社会福祉協議会や民生児童委員協議会などの関係団体との連携の強化
- ・ 自助、共助、近助を基盤とした地域での助け合いの推進と、包括的な支援体制の構築
- ・ 成年後見制度の周知と利用促進
- ・ 関係機関、団体と連携した虐待の早期発見と適切な対応
- ・ 地域包括支援センターを中心とした介護予防支援及び包括的支援事業
- ・ 各相談窓口の周知と連携

○高齢者が健やかで、いきいきと活動できるまちづくり

- ・ 高齢者が元気で自立した暮らしが続けられるよう、健康づくり事業や予防事業、高齢者の生きがいづくり、社会参加への促進や就労環境の支援を行い、全ての高齢者が自分らしく健やかに生きがいを持って活力ある生活ができるまちづくりを進めます。

主な取組

- ・ 健康診査や検診結果の利活用をはじめとした各種保険事業の充実
- ・ 保健事業と介護予防の一体的実施による健康づくり推進体制の確立
- ・ 高齢者の外出支援、閉じこもり予防、安否確認などの在宅生活支援サービスの充実
- ・ 高齢者活動団体等への支援
- ・ 老人福祉センターやコミュニティスペース「にこっと」の利活用
- ・ 特別養護老人ホームハイム天白の運営

○障がい者が住みよいまちづくりの推進

- ・障がいの有無によって分け隔てられることなく、互いに人格と個性を尊重し合い、相互に理解と交流を深め、ともに地域で暮らす意識が持てるまちづくりを推進します。

主な取組

- ・関係機関が連携した相談体制の充実
- ・障がい福祉サービスの利用普及、サービス提供者と支援機関との連携
- ・障がい者の自立支援と社会参加活動への支援
- ・就労相談の充実と障がい者雇用に対する企業への理解促進
- ・地域活動支援センターの運営と利用促進

○低所得者への支援

- ・様々な課題や悩みを抱える生活困窮者に対して、生活困窮者自立支援制度に基づき、長野県諏訪生活就労支援センター「まいさぼ信州諏訪」をはじめ関係機関との連携を図り、深刻な事態に陥ることなく未然に防ぐための予防的な支援を推進します。

主な取組

- ・相談窓口「まいさぼ信州諏訪」と連携した支援
- ・諏訪保健福祉事務所と連携した適切な生活保護制度などの運用と理解の促進

関連個別計画

- 第1期下諏訪町地域福祉計画 2026年度-2030年度
- 下諏訪町成年後見利用促進計画 2026年度-2030年度
- 第10次下諏訪町高齢者福祉計画 2024年度-2026年度
- 第4期下諏訪町障がい者計画 2024年度-2029年度
- 第7期下諏訪町障がい福祉計画 2024年度-2026年度
- 第3期下諏訪町障がい児福祉計画 2024年度-2026年度
- 諏訪広域連合第9期介護保険事業計画 2024-2026年度

用語の解説

- *1 8050問題:主に80代の親が50代のひきこもりなど社会的課題を抱えたこどもの生活を支えることで、親子が経済的・社会的に困窮し孤立する問題のこと。