

しあわせ信州

山々と育む すこやかな国

長野県 町村との連携を通じた健康状態 把握及び普及啓発

長野県健康福祉部地域福祉課生活保護係

医療扶助担当 間瀬 遥風
健康管理支援員/保健師 西澤 佳子

長野県の概況



- 面積13,561,156 km²
- 人口 約197万人
- 77市町村 (19市58町村)

日本のほぼ中央に位置し、県土面積は全国4位。
 春は花が咲き誇り、冷涼の夏、実りの秋、
 そしてウィンタースポーツを満喫できる冬と
 四季それぞれに違った表情を見せる、
 自然の変化が豊かな県

更に、このような特徴も・・・

- 健康寿命(日常生活動作が自立している期間の平均)
 R5年全国1位 (男性81.2歳 女性84.9歳)
- 信州ACE(エース)プロジェクトを推進
 A(アクション): 運動 C(チェック): 健診受診 E: 健康に食べる
- 専門職(医師、歯科医師、薬剤師、保健師、管理栄養士等)による地域の保健医療活動が活発

保健師数【人口10万人当たり】 (R6年)	長野県	全国
	98.1人 (全国2位)	51.3人

生活保護の状況

- ▶ 被保護人員（県所管）：約1,130人（約950世帯）
- ▶ 保護率：3.0‰（県全体：5.3 ‰）
- ▶ 郡部を担当する福祉事務所は、9福祉事務所
- ▶ 主管課である県庁地域福祉課生活保護係の人員
：係長1名、係員4名、保健師1名（会計年度任用職員）
*事業開始当初より、保健師（会計年度任用職員）1名を配置して健康管理支援事業を実施している
- ▶ 嘱託医数：本庁 一般1名、精神科1名、歯科1名
郡部 一般1名（保健福祉事務所長）、精神科1名

長野県の強み

◎保健部門

- ・地域福祉課：事業当初から、県民の健康づくりを担当している健康増進課に相談することにより円滑な連携を築けた。
- ・郡福祉事務所：管内町村の保健師や福祉担当者とは、日頃から民生委員協議会等の会議に出席し顔つなぎができていますので、必要時に被保護者の相談、同行訪問、同行受診、地域資源の活用等幅広く連携対応できています。

◎介護部門

- ・郡福祉事務所：町村包括支援センターとの連携により、スムーズな認定調査やタイムリーで適切な介護保険サービス導入に繋がっている

健康管理支援事業を取り組むにあたっての課題

1 健康状態の把握不足

- ・ 被保護者の健康診査受診率が非常に低く、健診データが少ない。
(R6:国保特定健診長野県平均受診率 48.8%)
- ・ 被保護者の生活習慣、栄養や健康に関する意識、未受診の理由等が不明。
- ・ 入院等で重症化状態となってから、生保受給開始となる事例がある。
- ・ 58町村ごとに被保護者の健診や保健指導の環境が異なる。

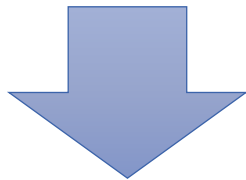
2 マンパワー不足

- ・ 被保護者の健康に関するリテラシーを高めること、58町村の実情に応じたきめ細かな対応が、1名の健康管理支援員ではできない。

課題への対応策

1 健康状態の把握不足

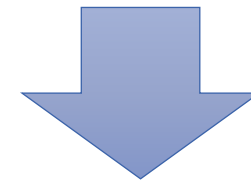
・被保護者の健康課題を踏まえた事業の企画が必要



- ①健診受診勧奨事業
- ②健康状況アンケート事業
- ③58町村アンケート事業

2 マンパワー不足

・9郡福祉事務所に1人の健康管理支援員なので、効率的・効果的な支援方策が必要



- ①健康情報「健康に関するお知らせ」リーフレットの発行
- ②郡福祉事務所が、管内町村保健師や福祉関係職員等と連携

| | 健康状態の把握不足への対応

①健診受診勧奨事業（40～74歳）

（1）重点受診勧奨者へのハイリスクアプローチ

<R7年度重点受診勧奨者>

- ・ 当該年度40歳到達者
- ・ R6年度生保新規受給者
- ・ 健康状態不明者
- ・ 継続受診者
- ・ 生保受給開始期間が1年以上5年未満の40～74歳の者
- ・ 30歳代後半の者
- ・ R7年度生保受給開始者（随時）

（2）ポピュレーションアプローチ

- ・ 対象者に対して、CWが各町村の健診日程や申し込み方法の情報収集を行い「健診受診勧奨チラシ」の配布しながら受診勧奨を実施。

郡福祉事務所 健診受診率・受診者数

被保護者（40～74歳）健診受診率の推移

（地域福祉課調べ）

年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度	R6年度	R7年度
受診率・ 受診者数	7.7% 41/535	8.1% 45/553	8.4% 41/491	9.1% 47/516	9.9% 53/533	9.4% 46/488	11.0% 52/472

②健康状況アンケート事業

対象者

- ・ 前年度新規生保開始者
- ・ 健康状態不明者
- ・ 当該年度40歳到達者
- ・ その他（名簿以外で福祉事務所判断で実施）

実施方法

- ・ 9郡福祉事務所ごとに名簿を作成し、CWに依頼。
- ・ 集計後、結果を福祉事務所へ共有。

健康状況アンケート実施数・実施率

被保護者（40～74歳）健診受診率の推移

（地域福祉課調べ）

年度	WO依頼数（人）	実施数（人）	実施率（%）
R4年度	169	113	66.9
R5年度	99	82	82.8
R6年度	134	88	65.7
R7年度	98	87	88.8

※R6年度より比較のため「県民健康・栄養調査」の質問項目を一部追加

令和7年度 健康状況アンケート事業結果

未受診の理由

- ・「必要性を感じなかった」 25人 (28.7%)

[自由記載欄]

- ・「交通便が悪い」
- ・「毎月通院しているから」
- ・「忘れていた」
- ・「面倒くさい」
- ・「長生きをしたいと思わない」
- ・「どうなってもいいから」
- ・「関係ないところまで調べられて嫌」

R4年度 県民健康・栄養調査結果との比較

- ・自分の血圧値知らない：29% (県民健康・栄養調査結果 約19%)
- ・食事をする時に気をつけていることで1番多かった項目 (重複回答)
特に気をつけていない：26% (県民健康・栄養調査「野菜を多く食べる」の割合が大きい)

生保開始前の医療保険加入について

- ・国保➡R7:54人 (62.1%)
- ・未加入➡R7:16人 (18.4%)

(参考) 被保護者健康状況アンケート

R7年度 被保護者健康状況に関するアンケート（聞き取り用）

福祉事務所

対象区分

<input type="checkbox"/> 40歳(≤60年 生まれ)	<input type="checkbox"/> R6年 新規生保開始者の内 40歳～75歳未満	<input type="checkbox"/> 1年以上内科受診なし
---	---	-------------------------------------

男・女 歳 氏名 町・村

1 令和6年度に健康診査（血圧測定、尿検査、血液検査等）を受けましたか

はい	<input type="checkbox"/> 町村が実施する健康診査を受けた
	<input type="checkbox"/> 通院している病院で健診を受けた
いいえ	<input type="checkbox"/> 就労等のために健診を受けた
	<input type="checkbox"/> 健康診断を受けられることを知らなかった
	<input type="checkbox"/> 忙しくて受けられなかった
	<input type="checkbox"/> 必要を感じなかった
<input type="checkbox"/> その他	

自由記載

2 令和7年度は健康診断を受ける予定ですか

<input type="checkbox"/> はい（町村実施健診・病院・決めていない）
<input type="checkbox"/> いいえ
<input type="checkbox"/> 未定

受診しない理由

3 自分の血圧値について

知っているにチェックした場合 →

<input type="checkbox"/> 知っている	<input type="checkbox"/> 正常範囲	<input type="checkbox"/> 高血圧	<input type="checkbox"/> 低血圧
<input type="checkbox"/> 知らない	<input type="checkbox"/> わからない		

4 体重測定をしていますか

<input type="checkbox"/> 週に1回以上は計る
<input type="checkbox"/> 月に1回程度は測定する（病院等で）
<input type="checkbox"/> ほとんど計らない

5 タバコは吸いますか
*電子タバコを含む

<input type="checkbox"/> 吸う（ ）/日
<input type="checkbox"/> 吸わない
<input type="checkbox"/> 以前は喫煙していたが禁煙した

6 お酒（日本酒、焼酎、ビールなど）を飲む頻度はどのくらいですか。

<input type="checkbox"/> 毎日
<input type="checkbox"/> 週（5～6日・3～4日・1～2日）→（ ）内のどれかに○
<input type="checkbox"/> 月（1～3日・1日未満）→（ ）内のどれかに○
<input type="checkbox"/> やめた（月1回以上の習慣的な飲酒歴があったが最近1年以上摂らない）
<input type="checkbox"/> 飲まない（飲めない）

※ 次ページへ続く

7 お酒を飲む日は1日あたり、どのくらいの量を飲みますか

*日本酒1合の目安

<input type="checkbox"/> 1合（180ml）未満
<input type="checkbox"/> 1～2合（360ml）未満
<input type="checkbox"/> 2～3合（540ml）未満
<input type="checkbox"/> 3～4合（720ml）未満
<input type="checkbox"/> 4～5合（900ml）未満
<input type="checkbox"/> 5合（900ml）以上

ビール中びり1本(度数5度) 500ml
焼酎(度数25度) 約110ml
ワイン2杯 (240ml)
缶チューハイ(度数5度) 約520ml
(度数7度 約350ml)
ウイスキーダブル1杯 (60ml)

8 主食・主菜・副菜が3つそろえて食べることが1日2回以上あるのは、週に何日ありますか？
*主食とは：ご飯・パン類・めん類、主菜とは：肉・魚・卵を含むおかず、副菜とは：野菜・きのこ・海藻を含むおかず

<input type="checkbox"/> ほとんど毎日	<input type="checkbox"/> 週に4～5日	<input type="checkbox"/> 週に2～3日	<input type="checkbox"/> ほとんどない
---------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	---------------------------------

9 本今朝食を食べましたか？

<input type="checkbox"/> 食べた	<input type="checkbox"/> 食べていない
------------------------------	---------------------------------

*「食べていない」とは：何も食べていない又菓子、果物、乳製品、嗜好飲料のみ又サプリメントや栄養ドリンクのみの場合

10 食事をする時に気をつけていることはありますか？(あてはまるものすべてにチェックしてください)

<input type="checkbox"/> バランス良く食べる	<input type="checkbox"/> 野菜を多く食べる	<input type="checkbox"/> 塩分を控える	<input type="checkbox"/> 油、油脂を控える
<input type="checkbox"/> 特に気をつけていない <input type="checkbox"/> その他（ ）			

11 あなたはふだん、健康のために意識的に体を動かすようにしていますか？

<input type="checkbox"/> 動かすようにしている	<input type="checkbox"/> 特に何もしていない
-------------------------------------	------------------------------------

12 ここ1ヶ月あなたは睡眠で休養が充分にとれていますか？

<input type="checkbox"/> 充分とれている	<input type="checkbox"/> まあまあとれている	<input type="checkbox"/> あまりとれていない	<input type="checkbox"/> まったくとれていない
----------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------

13 あなたはストレスがどのくらいあると感じていますか（1つ選ぶ）

<input type="checkbox"/> 非常にストレス	<input type="checkbox"/> 多少ストレスを感じる	<input type="checkbox"/> あまりストレスを感じていない	<input type="checkbox"/> ほとんど感じない
----------------------------------	-------------------------------------	---	-----------------------------------

14 ストレスを解消する対処法がありますか？

<input type="checkbox"/> ある	<input type="checkbox"/> ない	<input type="checkbox"/> どちらともいえない
-----------------------------	-----------------------------	------------------------------------

15 生活保護開始前の医療保険について、お答えください。

<input type="checkbox"/> 加入していた	加入していた人は当てはまるところに○をしてください→	国保	国保以外	その他
<input type="checkbox"/> 未加入				

※ アンケートは以上です。ありがとうございます。

③58町村アンケート事業

健康増進法に基づく健康診査実施町村数

	R3年度	R4年度	R5年度	R6年度	R7年度
実施数	51町村	55町村	56町村	56町村	58町村

健診別

- ・ 集団健診実施町村：R7 94.8% (55町村)
- ・ 個別健診実施町村：R7 50.0% (29町村)

料金

- ・ 集団健診無料：R7 81.0% (47町村) ← 72.4% (R4)
- ・ 個別健診無料：R7 32.8% (19町村) ← 25.9% (R4)

(参考) 58町村アンケート調査

R7年度町村健診実施状況アンケート

(別紙2)

町村名	
担当部局	
担当者名	
連絡先	

質問 1

貴町村で実施している健康増進法による健康診査についてお聞きます。
被保護世帯等を対象に含む、40歳以上74歳以下の健康診査及び保健指導を実施していますか

選択肢

A 実施	B 実施していない	C 対象としているが被保護者の受診が無かった
------	-----------	------------------------

選択	自由記載欄(Bの場合は理由を記載ください)

※プルダウンから選択してください

健康診査を実施している場合(A・Cを選択)



被保護世帯の方が受診した場合の自己負担額を記載ください

選択肢1

個別健診	
A 無料	B 有料
選択	Bを選択した場合金額

選択肢2

集団健診	
A 無料	B 有料
選択	Bを選択した場合金額

※プルダウンから選択してください

質問 2

貴町村で実施している健康増進法による健康診査についてお聞きます。
被保護世帯等を対象に含む、75歳以上の健康診査及び保健指導を実施していますか

A 実施	B 実施していない	C 実施しているが受診者がいなかった
------	-----------	--------------------

選択	自由記載欄(Bの場合は理由を記載ください)

※プルダウンから選択してください

健康診査を実施している場合

被保護世帯の方が受診した場合の自己負担額を記載ください

(後期高齢者)健康診査を実施している場合(上記のA・Cを選択した場合)

被保護世帯の方が受診した場合の自己負担額を記載ください

個別健診

A 無料	B 有料
------	------

選択	Bを選択した場合金額

※プルダウンから選択してください

集団健診

A 無料	B 有料
------	------

選択	Bを選択した場合金額

* 次ページへ続く

質問 3

町村で実施している健康増進法に基づく保健指導についてお尋ねします。生活保護受給者は対象となっていますか。

① 動機づけ支援

- 実施していない
- 実施しているが被保護者は対象となっていない
- 実施している(対象になっている)

② 積極的支援

- 実施していない
- 実施しているが被保護者は対象となっていない
- 実施している(対象になっている)

③ 生活習慣病に関する健康教室等

- 実施していない
- 実施しているが被保護者は対象となっていない
- 実施しており、被保護者は対象になっている

質問 4

質問3の③生活習慣病に関する健康教室等で「実施しており、被保護者は対象になっている」にチェックした町村は、下記へその内容をご記入ください。

記入例) ・保健部局が実施する糖尿病に関する集団健康教育(名称:糖尿病予防教室:40~74歳まで)

・介護部局が実施する栄養相談会(〇〇栄養相談会:65歳以上)

アンケートは以上になります。ありがとうございました。

健康増進法に基づく保健指導実施及び健康教室に参加可能な町村数

年度	健康増進法に基づく保健指導（積極的支援）実施町村数	健康増進法に基づく保健指導（動機付け支援）実施町村数	健康教室参加可能町村数
R4年度	32	32	31
R5年度	32	32	34
R6年度	28	28	29
R7年度	33	33	35

（ポイント）

- ・被保護者健診実施率は100%だが、保健指導実施率については、57%（33町村）

| 2 マンパワー不足への対応

①健康情報「健康に関するお知らせ」リーフレットの発行

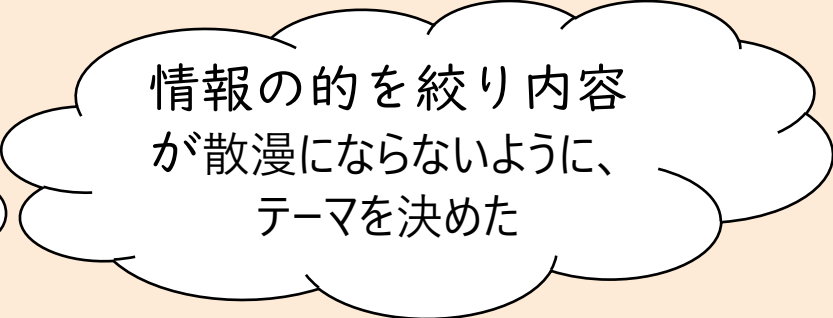
テーマ

- ・年度ごとに内容のテーマを決め作成し、郡福祉事務所CWから配布
(年2～3回)

R5年度：生活習慣病予防

R6年度：糖尿病

R7年度：脳卒中



情報の的を絞り内容
が散漫にならないように、
テーマを決めた

健康に関するお知らせ
保健師からの健康管理情報です

令和7年度
第2号
長野県庁

のうそっちゅう
テーマは「脳卒中」です

脳卒中は脳の血管に突然起こる病気です。脳卒中の発症には、不健康な生活習慣が深く関与しています。改善しないまましていると、生活習慣病を招きます。生活習慣病は、脳卒中の危険因子です。早い段階での対策が脳卒中予防につながります。

【脳卒中の進展】

不健康な生活習慣（喫煙、過度の飲酒、塩分過剰、運動不足など）

改善不十分

生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症、肥満症、メタボ（内臓脂肪））

管理不十分

脳卒中発症・・・要介護生活・・・

●生活習慣病を予防するための目標値

① 血圧の目標値

脳卒中中は、血圧が高い人に起こりやすいことが知られています。2019年から、血圧の目標値が上の血圧は130未満、下の血圧は80未満に設定されました。血圧が高い人は、医師の指示に従って血圧の管理に心がけましょう。

② 1日の食塩の摂取量（長野県民は、なんと！1日あたり男性11.5g 女性 9.6gです）

県民の約9割が食塩をとり過ぎています！若い年代（20～49歳）では、ソースやドレッシング、パン、麺類等から食塩を摂取する割合が高くなっています。

生活習慣病予防のためには、1日あたりの食塩摂取量は、男性7.5g未満、女性6.5g未満です。食品を選ぶときは、栄養成分表示で、食塩相当量をチェックしましょう！

③ 野菜：1日あたり350g以上の摂取が目標です！

野菜 100gの目安

トマト 中1個	大根(根) 中1/8本	レタス 中1/2個	きゅうり 1本
ブロッコリー 1/2株	にんじん 中1/2本	小松菜 中2株	ごぼう 1/2本

※野菜の大きさにはばらつきがありますので、目安としてご覧ください。

④ 果物：1日あたり200g摂取が目標です！

1日分の果物の目安（約100g）

バナナ1本	いちご6粒	グレープフルーツ 1/2個	なし1/2個	みかん1個
キウイフルーツ 1個	りんご1/2個	ぶどう1/2房	かき1個	

※エネルギー量：約50kcal（バナナは約100kcal）

②町村保健師と郡福祉事務所CWの連携

【事例Ⅰ】

○世帯の概要：40歳代 女性 無職 健康状態不明者
80歳代母親と2人暮らし R6年から生保受給開始

○概要

- ・生保受給開始前、母親は糖尿病で通院していたが、対象者は引きこもり状態。国保加入者のため、町保健師が健診受診勧奨していた。
- ・R6年7月に町特定健診を受診。血糖値が高値（HbA1c 11.3%）のため、医療機関の受診を勧めるも拒否。
- ・訪問しても、家の中に入れてくれないため生活実態は不明だったが、生活に困窮している様子が伺えた。
- ・町保健師が福祉事務所に繋げ、生保受給開始。CWとともに生活環境を整えながら、医療機関の受診を勧め、約1年かかって、R7年6月町保健師と町内のクリニックへ受診し、地域の中核病院へ紹介され、町保健師と同行受診。右眼は手術により回復の可能性があるという判断により、大学付属病院へ紹介され、CWと同行受診。退院後0.6まで視力が回復し障害手帳2級を取得。今後、必要時障害サービスを利用する予定。R7年度の町健診受診。

○ポイント

- ・生活保護受給前に国保に加入していたこともあり、関わりのあった保健師との連携をスムーズに行うことができた。

②町村保健師と郡福祉事務所CWの連携

【事例2】

○世帯：40歳代 男性 健康状態不明者 独居 就労意欲なし

○概要

- ・生保受給開始前：父親の遺産で、別荘を購入し自由気ままに生活。多量飲酒や昼夜逆転の生活をしていましたが、生活に困窮したため生保申請。
- ・生保受給後：検診命令で1回受診したのみ。CWが訪問すると「録音する」と言ったり、攻撃的だった。町保健師と同行訪問し、血圧測定したところ高値で、足先が壊疽となっていたので町保健師が、医師の往診を依頼。貧血がひどく入院レベルだったが、飼っている犬の狂犬病予防注射を接種していなかったため、預け先がなく、町保健師が獣医の往診を依頼し、犬を預けてから、対象者の入院の段取りを行い、入院に至った。

○ポイント

- ・郡福祉事務所だけでは対応できなかったが、町村の保健師に相談したことで医療に繋げることができた。

今後の健康管理支援事業について

- ① 被保護者には、ケースワーカーがついているという強みを活かし、ケースワーカーの理解と協力を得ながら本庁と郡福祉事務所が共に健康管理支援事業を推進していく。
- ② 今後も長野県の強みを活かし郡福祉事務所が管内町村と連携し、被保護者の健康管理に取り組んでいく。

ご清聴ありがとうございました

- ACEプロジェクト専用サイト
<https://ace.nagano.jp>
- ACE公式フェイスブック
[@ace.project.nagano](#)
- ACE公式X (旧Twitter)
[@ace_nagano](#)

