

令和8年3月

軽井沢町健康増進計画「第3次健康かるいざわ21」(素案)に関するパブリックコメントの結果について

軽井沢町健康福祉課

軽井沢町健康増進計画「第3次健康かるいざわ21」(素案)を公表し、意見募集を実施しました。
その結果および提出されたご意見とこれに対する町の考え方を整理し、公表します。

(1)意見募集期間 令和7年12月1日(月)から令和7年12月26日(金)まで

(2)意見提出件数 4人(17件)

(3)区分

区分	提出者数(人)	意見数(件)
軽井沢町に住んでいる	4人	17件
軽井沢町に別荘を所有している	0人	0件
その他	0人	0件
計	4人	17件

(4)意見に対する対応

区分	意見数(件)
1 計画(案)を修正する。	2件
2 計画(案)に盛り込まれており、修正しない。	2件
3 計画(案)を修正しないが、今後の取組において検討又は参考とする。	13件
4 検討の結果、計画(案)を修正しない。	0件
5 その他(質問への回答、状況説明など)	0件

(4)ご意見と町の考え方

提出いただいたご意見は意見の趣旨を損なわない程度に要約・補足している場合があります。

◎軽井沢町健康増進計画「第3次健康かるいざわ21」(素案)に対するご意見

No	頁	該当項目	意見	町の考え方	対応
1	P27	栄養・食生活	<p>【食の質・加工食品に関する視点の不足について】</p> <p>本計画における食育の記載は、主食・主菜・副菜のバランスを重視する、いわゆる従来型の栄養指導を中心としており、現代における最大の健康リスクの一つである加工食品・超加工食品の過剰摂取に関する視点や指標が見当たらない点に課題を感じる。</p> <p>現在、全国的に問題となっているのは、菓子パン、スナック菓子、甘味飲料など、工場で大量生産された食品への日常的な依存である。しかし本計画では、こうした食品を多く摂取していたとしても、形式上「主食・主菜・副菜」が揃えば達成と評価され得る構造となっている。</p> <p>一方、泉大津市の健康増進計画では、食の質や加工食品への依存が健康に与える影響について明確に言及し、住民の行動変容につなげる設計がなされている。また、小諸市や立科町においても、食習慣を生活習慣病予防と結び付けて評価する視点が入り込められている。</p> <p>軽井沢町は、食の質を重視する先進的なモデルを示し得る立場にある自治体であると考え、従来型の栄養バランスに加え、加工食品の過剰摂取という現代的課題を正面から位置付ける記載を、計画に盛り込むことを要望する。</p>	<p>本計画では、食育推進計画と一体的に、多様な食スタイルに対応した栄養バランスの重要性を掲げています。加工食品に関わらず、生活習慣病予防のための望ましい食生活の普及に取り組んでまいります。</p>	3

No	頁	該当項目	意見	町の考え方	対応
2	P27 ～36	予防医療	<p>【免疫の土台・予防医療の本質的視点について】</p> <p>本計画は予防医療を掲げているものの、「免疫の土台」となる栄養、腸内環境、睡眠といった要素への言及が極めて限定的であり、病気になりにくい身体をつくるという本質的視点が十分に反映されていない点に疑問を感じる。</p> <p>免疫機能の多くが腸内環境に依存していることや、睡眠不足や加工食品の過剰摂取が免疫力を低下させることは、既に多くの研究で明らかになっている。しかし本計画では、「腸」「睡眠」「発酵食品」といった基本的かつ重要な概念がほとんど登場せず、健診受診率の向上が中心的な施策として位置付けられている。</p> <p>泉大津市では、生活習慣全体を通じた免疫力の底上げを健康政策の中核に据え、予防医療を「生活設計」として捉えている点が特徴的である。健診の受診促進だけでは健康はつくられないという視点は、今後の健康増進計画において不可欠である。</p> <p>軽井沢町においても、免疫の基盤となる生活要素を明確に位置付け、予防医療の本質をより踏み込んで記載することを求める。</p>	本計画では、生活習慣病予防と健康寿命延伸のため、栄養・運動・休養について、各種保健事業を通じて情報発信してまいります。	3
3	P63・ 65	身体活動・運動	<p>【運動施策における歩数偏重について】</p> <p>本計画では運動施策として歩数の増加が主な指標として掲げられているが、健康寿命を左右する重要な要素である筋肉量の維持・向上という視点が十分に反映されていない点に課題を感じる。</p>	計画内ではロコモティブシンドロームやフレイル予防を掲げ、運動習慣者の増加を目標としています。木もれ陽の里や風越公園等の周知、利用促進を図ってまいります。	3

No	頁	該当項目	意見	町の考え方	対応
			<p>海外の大規模研究では、歩数による健康効果は一定水準で頭打ちとなり、その後は筋力低下が転倒や要介護、認知症リスクに直結することが示されている。にもかかわらず、軽井沢町内には大人や高齢者が日常的に利用できる運動器具や筋力維持を目的とした環境整備がほとんど見られない。</p> <p>立科町では、高齢期を見据えた身体機能維持の視点が計画に盛り込まれており、単なる運動量ではなく生活機能の維持に重点が置かれている。歩数だけでなく筋力づくりを含めた運動施策の再設計が必要である。</p>		
4	P63	自然に健康になれる環境	<p>【公園整備と全年代の健康拠点としての視点について】</p> <p>本計画における公園の位置付けは、主として子どもの遊び場としての役割にとどまっており、全年代の健康拠点として活用するという視点が不足していると感じる。</p> <p>欧州諸国では、屋外に無料で利用できる筋力トレーニング器具を備えた健康公園が整備され、高齢者の転倒予防や健康維持に大きな効果を上げている。WHO も、屋外運動スペースを費用対効果の高い健康施策として推奨している。</p> <p>国際親善文化観光都市である軽井沢町においては、世界水準の健康環境を意識した公共空間整備が求められる。公園を全年代の健康づくり拠点として再定義し、計画に位置付けることを要望する。</p>	計画では、P63「目標2 自然に健康になれる環境づくり」の中で、「道路・公園等の整備への取組み」を位置付けています。多世代が利用できる健康遊具の設置や環境整備については、国際親善文化観光都市としての視点も踏まえ、関係部局と連携し、検討してまいります。	3

No	頁	該当項目	意見	町の考え方	対応
5	P27 P67	栄養・食生活 こどもの健康	<p>【子どもの甘味摂取・血糖スパイクへの未対応について】</p> <p>近年、子どもの睡眠障害、集中力低下、情緒不安定の背景として、甘い菓子や清涼飲料水による血糖値の急激な変動(血糖スパイク)が指摘されているが、本計画ではこの点への言及が見当たらない。</p> <p>血糖スパイクは、イライラや落ち着きのなさ、睡眠障害の要因となることが知られており、国内外の医療機関や学術機関からも警鐘が鳴らされている。現代の子どもを取り巻く健康課題として、避けて通れないテーマである。</p> <p>泉大津市では、子どもの生活リズムや食習慣、家庭環境を健康増進計画の中核に据えており、現代的な課題認識が反映されている。軽井沢町においても、子どもの食習慣と心身の健康との関係を計画に明確に位置付けることを強く要望する。</p>	<p>ご指摘のとおり、子どもの健やかな食習慣の形成は重要な課題です。計画ではスナック菓子やジュースの摂取のあり方を課題に掲げており、乳幼児健診や学校保健委員会、食育の授業等を通じて、過剰な糖の摂取が心身に与える影響についての正しい知識の普及に努めます。</p>	3
6	P67	こどもの健康	<p>【子どもの睡眠・スマホ等、現代的課題への言及不足】</p> <p>近年、子どもの健康課題として、睡眠不足やスマートフォン等の長時間利用による生活リズムの乱れが大きな問題となっているが、本計画ではこうした点への言及が十分とは言えない。</p> <p>泉大津市では、子どもの睡眠やメディア利用、家庭での関わり方を健康増進の重要な要素として位置付けており、現代の子ども像を的確に捉えた計画となっている。</p> <p>軽井沢町においても、乳幼児健診や学校保健と連動し、睡眠や生活リズム、メディア環境を含めた包括的な子ども</p>	<p>本計画では、テレビやゲーム等の使用による生活・学業への支障を現状として把握しています。引き続き乳幼児健診や学校での保健指導の中でスクリーンタイムがこどもに与える影響について正しい知識の普及に努めてまいります。</p>	3

No	頁	該当項目	意見	町の考え方	対応
			<p>の健康支援を計画に明記すべきである。</p> <p>これは将来の心身の健康や学力、社会性にも大きく影響する重要な視点である。</p>		
7	P65	基盤の整備	<p>【DX 推進計画・データ活用との連動不足について】</p> <p>軽井沢町では DX 推進計画において「利用者目線」「データ活用」を掲げているが、本健康増進計画においては、健診データや受診率、生活習慣に関するデータをどのように活用し、政策評価につなげていくのかが十分に言語化されていない。</p> <p>例えば小諸市では、健診受診率や生活習慣病指標を用いた現状分析と施策評価が行われており、データに基づく改善の視点が計画に組み込まれている。</p> <p>今後は、健診・検診データやアンケート結果等を活用し、施策の効果検証や重点化に活かす仕組みを計画段階で明示すべきである。</p> <p>健康分野は DX の成果が最も住民に還元されやすい領域であり、健康増進計画と DX 推進計画を連動させる視点を追記することを強く要望する。</p>	<p>計画では、P65「目標3 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備」において、DX の推進により PHR (パーソナル・ヘルス・レコード) を活用できる環境整備を位置付けています。国保データベース(KDB)システム等のデータを活用し、PDCA サイクルに沿った客観的な施策評価を行うとともに、住民が自らの情報を健康管理に活かせる体制を構築してまいります。</p>	3
8		計画の実効性	<p>【計画全体の位置づけ・実効性について(総括)】</p> <p>本計画は幅広い分野を網羅している一方で、重点課題の絞り込みや、評価・改善につなげる構造がやや弱いと感じる。</p> <p>近隣自治体や先進自治体の事例を踏まえると、健康増進計画は単なる施策一覧ではなく、「何を優先し、何をもち</p>	<p>本計画では、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」実現のため PDCA サイクルの構築を明記しており、令和 12 年度(2030 年度)の中間年度には、意識調査だけでなく各種統計やデータヘルス計画(KDB システム等)の分析結果を</p>	2

No	頁	該当項目	意見	町の考え方	対応
			<p>成果とするのか」を明確に示すことが重要である。</p> <p>数値指標、データ活用、DX との連動、現代的な生活課題への対応を強化することで、本計画はより実効性の高いものになると考える。</p> <p>町民が自らの生活と結び付けて理解できる計画となるよう、記載内容の充実と構造整理を要望する。</p>	<p>活用した、客観的な点検・評価及び見直しの実施を予定しています。</p> <p>また、ご指摘の DX との連動については、「目標 3 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備」において、PHR(パーソナル・ヘルス・レコード)を活用し、住民自らが健康情報を管理できる環境整備を盛り込んでいます。</p> <p>今後は、国の「健康日本 21(第三次)」の方向性を踏まえ、より実効性を持つ取組の推進に努めてまいります。</p>	
9	P78	周知・広報	<p>【パブリックコメント段階における計画の示し方について】</p> <p>本計画の内容自体は丁寧に整理されている一方で、パブリックコメントの段階における「計画の伝え方」については、改善の余地があると感じる。</p> <p>現在公開されている資料は、全 82 ページに及ぶ詳細版のみであり、専門的な内容を含む分量となっている。忙しい子育て世代や働き世代、高齢の方が、限られたパブリックコメント期間中に全体を読み込み、意見を形成することは、現実的には容易ではないと考える。</p> <p>その結果、「内容がよく分からないため意見を出さない」「専門家や一部の関心層のみが目を通す計画になってしまう」といった状況が生じ、町民の幅広い政治参加の機会を十分に活かしきれていない可能性がある。</p>	<p>計画の実効性を高めるためには、町民一人ひとりの理解と主体的な参画が不可欠です。今後は、提供する情報が町民に届きやすいよう、SNS 等の活用に加え、分かりやすく魅力的な概要版の作成や情報アクセシビリティに配慮した周知方法の工夫に努めてまいります。</p>	3

No	頁	該当項目	意見	町の考え方	対応
			<p>健康増進計画は、子どもから高齢者まで、すべての町民に関わる重要な計画である。だからこそ、詳細版に加えて、計画の目的や重点、主な課題が一目で分かる概要版を、パブリックコメントの段階から併せて提示することが、町民参加を促進するうえで重要であると考えている。</p> <p>今後は、より多くの町民が計画内容を理解し、自身の言葉で意見を届けられるよう、資料の示し方についても工夫されることを要望する。</p>		
10	—	計画全体	<p>【計画の先進的な姿勢に対する敬意】</p> <p>今回の第3次素案において、「誰ひとり取り残さないまちづくり」を基本理念に掲げ、従来の個人の努力のみに依存しない「社会環境の質の向上」を重視されている点に深く感銘を受けました。特に、ライフコースアプローチに基づき、女性やこどもの健康課題を独立して位置づけられた点は、多様な生き方を尊重する軽井沢町らしい非常に先進的な発展であると感じております。</p>	<p>貴重なご意見ありがとうございます。</p> <p>町の最上位計画である第6次長期振興計画に沿った「誰ひとり取り残さないまちづくり」の実現に向け、多様な生き方を尊重した健康づくりを推進してまいります。</p>	2
11	P65	基盤の整備	<p>【「屋根のない病院」軽井沢ならではの健康意識の醸成と共に創るための専門家連携の提案】</p> <p>軽井沢はまさに「屋根のない病院」この環境そのものが健康に寄与する素晴らしい資源。さらに住民の高い健康意識を育てることで健康自治体モデルになれると思っています。町内の医師や健康維持の具体的技術(足もみ・セルフケア・東洋医学・整体等)を持つ専門家が、住民とフラットに繋がれる場を町が主導して設定することを提案します。「病院</p>	<p>本計画では多様な主体による健康づくりの取組を促進することとしています。</p> <p>町内の医療機関や関係団体、民間事業者等の専門家と連携したプラットフォームの構築は、健康意識の向上に有効と考え、今後の取組の参考とさせていただきます。</p> <p>また、保健師や管理栄養士等の専門職</p>	3

No	頁	該当項目	意見	町の考え方	対応
			に行く」という選択肢の前に、住民が自ら不調を未然に防ぐという意識をもつこと、さらに悪化させない具体的スキルを習得することは、医療資源に限られる中での「自守(じしゅ)」に繋がります。町の専門家が講師として招かれ、知識を共有できるプラットフォームがあれば、住民の健康意識(ヘルスリテラシー)は劇的に向上し、理念である「誰ひとり取り残さない」健康づくりが、より強固なものになると確信しています。	がいる木もれ陽の里についても、町民が気軽に相談できる場として、引き続き周知してまいります。	
12	P65	基盤の整備	<p>【多忙な現役・子育て世代に寄り添うインフラ整備】</p> <p>計画案で課題とされている働き盛り世代の運動不足(時間がない等)に対し、検診や施設利用の推奨だけでなく、デジタルツール(アプリや動画)を活用した「隙間時間でできるセルフケア」のインフラ化を要望します。「通いの場」の概念を現役世代にも広げ、児童館や子育て支援センター等で、専門家から直接ケアを学べる機会を設けてほしいです。この町でなら安心して子育てができるとわかれば若い世代、子育て世代が増えます。また育児不安の解消のみならず、災害時に命を守るための「生存スキル」としても機能します。住民が自立して健康を創る姿こそが、「屋根のない病院」を標榜する軽井沢町の真の価値になりえると期待しています！</p>	働き盛り世代の運動不足解消は重点課題です。計画にある SNS 等による情報発信の強化や、DX を活用した効率的な健康づくりの提供、児童館や子育て支援センターでの取り組みを推進してまいります。現在も、専門家の講演会等を実施しており、周知を図ってまいります。	3
13		食育推進計画	<p>【食育推進計画としての位置づけを充実する】</p> <p>本計画素案では、「計画の策定にあたっては『食育推進計画』と一体的に策定する」とされています。これまで「健康</p>	本計画は「食育基本法」第 18 条に基づき、食育推進計画として位置付けています。ご指摘のとおり、食育は単なる栄	1

No	頁	該当項目	意見	町の考え方	対応
			<p>かるいざわ 21」が主として健康施策を中心に展開してきた計画であることは理解できますが、一体的に策定すると明記する以上、食育の位置づけや考え方が、計画全体としてより明確に示される必要があると考えます。</p> <p>現行の素案における「栄養・食生活(食育)」の記述は、主として個人の栄養バランスや生活習慣改善に焦点が当てられており、食育基本法が想定する、食の選択、生産との関係、環境への配慮、資源循環、次世代への教育といった幅広い視点が十分に反映されているとは言い難い構成に見受けられます。</p> <p>特に、食品ロスの削減、環境に配慮した食品の選択、地域農業との関係性といった観点は、健康施策の付加的要素ではなく、食に対する理解と行動を育むうえで、食育の基本となる重要な要素であると考えます。</p> <p>また、令和6年度改訂の軽井沢町教育大綱では、「学校給食への地場産物の安定供給及び有機農産物を活用する取組」や、「生産者との交流や農業収穫体験を通じて、地域の特色や農産物への理解・関心を深める」方針が明確に示されています。これらは町の公式な方針として既に位置づけられており、食育の中核となる内容であると考えます。</p> <p>第3次健康かるいざわ 21 が食育推進計画と一体的に策定されるのであれば、こうした教育大綱の方針や、環境配慮・食品ロス削減といった観点についても、食育の目標や基本的な考え方として明示的に位置づけることが望まし</p>	<p>養摂取の管理に留まらず、地域の食文化や生産への理解を深める重要な施策です。</p> <p>ご指摘を踏まえ、P29【町の取組み】の「1 広報やホームページで…」の主な事業に「地産地消の推進や食品ロスの削減の周知」を追加します。</p>	

No	頁	該当項目	意見	町の考え方	対応
			いと考えます。健康増進のための栄養指導に加え、食を通じて地域や環境との関係を学ぶ視点を補強することで、本計画はより実効性と整合性のあるものになると考え、記述の充実を要望します。		
14	78	第5章 計画の推進に向けて	<p>【第5章に食育推進計画にかかる内容を追加する】</p> <p>本計画(健康かるいざわ 21)は県に対して「軽井沢町の食育推進計画」として登録されていることを知りました。そうであるなら本計画で述べられる「食」に関する内容は、単なる栄養指導の整理にとどまらず、国や県が食育において重視している視点を十分反映したものであることが望ましいと思います。この素案では、食育計画として見たときに、重要なキーワードや観点が不足している印象を受けます。</p> <p>国や県の食育推進計画では、食育は「何をどれだけ食べるか」という栄養の問題に限定されておらず、【食の生産・地域の農業】【伝統的な食文化】【体験的な学び】【持続可能性や次世代への継承】といった広い視点から位置づけられています。本計画では、これらの観点が十分に言語化されておらず、結果として食育の範囲が狭く見えてしまいます。食育は保健分野だけでなく、子育て、教育、農業など複数の分野にまたがる取組です。国や県は分野横断的な食育を推進しています。</p> <p>したがって、関係部署との連携や役割分担、軽井沢町教育大綱など関係する計画をより具体的に示す必要があると感じます。素案の記載は、想定される場面が具体的でな</p>		1

No	頁	該当項目	意見	町の考え方	対応
			<p>く、各部署の連携が読み取りにくいです。子ども教育課や環境課、観光経済課など関係部署の連携を整理したり、住民参加の具体案を示すことで食育推進計画としての実効性と説得力が高まると思います。</p> <p>以上の意見を踏まえて、要望は2つです</p> <p>1. 第5章「計画の推進に向けて」の中で、以下のような文章を付け加えること</p> <p>本計画は、軽井沢町における食育推進計画を兼ねる計画として位置づける。食育については、栄養バランスや生活習慣改善に関する指導にとどまらず、国および県が重視する「食を通じた生涯にわたる健康づくり」「子ども期からの健全な心身の育成」「地域の食文化や食の生産への理解」といった観点を踏まえ推進するものとする。</p>	<p>「第5章 計画の推進に向けて」は、本計画全体の推進に係る内容であることから、第5章への記載はしません。</p> <p>なお、本計画が食育推進計画を一体的に策定するものであることは第1章に明記していますが、国や県との連携等を明記するため、</p> <p>1ページ、「国の動向」の本文に「食育推進計画については、第4次が令和7年度までの計画であり、令和8年度から第5次計画がスタートする予定です。」を、</p> <p>また、2ページ、「(3)計画の位置づけ」の本文に「食育の推進にあたっては、国の「食育推進計画」(令和8年度からの第5次)および「長野県食育推進計画(第4次)」等と連携・整合性を図ります。」を、</p> <p>さらに、22ページ、「(1)個人の行動と健康状態の改善」の本文に、「また、「栄</p>	

No	頁	該当項目	意見	町の考え方	対応
				<p>「養・食生活」に係る施策を中心に、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進します。」を、それぞれ追記します。</p> <p>また、食育において重要なキーワードの1つ「共食^{きょうしょく}」を追記することとしました。</p> <p>30ページ、こども期の2つめの●に、また青・中年期、高齢期の1つ目の●に、「(共食(きょうしょく))」を追記します。</p> <p>さらに、70ページ、町の取組みで下線部を追記します。「2 家族そろって食事をすること(共食)を呼びかけます。」</p>	
15		食育推進の会議体の設置	<p>【食育推進のための庁内連携会議を開催する】</p> <p>2. 関係部署が共通認識を形成する会議の場を、年に〇回というような数値目標で示すこと</p>	<p>健康・食育に関する施策の検討・審議を関係課が連携して行っています。実効性を高めるため、引き続き関係部局と連携した取組を推進し、PDCA サイクルに沿った進捗管理に努めます。</p> <p>数値目標については今後の運用の参考とさせていただきます。</p>	3
16	64	目標2 自然に健康になれる環境づくり	<p>【給食の食材選定基準を制定する】</p> <p>5.健康的な食環境づくりにおいて、公立学校や保育園の給食の役割が重要だと思えます。保健福祉課とこども教育課の共通認識のもと、ゼロ歳児</p>	<p>学校や保育園での給食は、健やかな食習慣を形成する上で重要な役割を担っています。現在も所管課が連携して食育を実践しています。食材の選定につ</p>	3

No	頁	該当項目	意見	町の考え方	対応
			～中学生までの給食には、食材選定基準制定など軽井沢町として一貫した方針を掲げて取り組んでいただきたいです。	いては、管理栄養士を中心に取り組んでいます。	
17	29	目標1 生活習慣の改善 ①栄養・食生活	<p>【社協の配食事業「安心ほっと配食便」も重要】</p> <p>社協さんの配食事業「安心ほっと配食便」も重要だと思います。</p> <p>質のよい食材を取り入れ、よりよい栄養バランスを目指していただきたいです。</p>	栄養バランスの取れた食事の確保は、特に高齢者の低栄養やフレイル予防に不可欠です。社会福祉協議会等の関係団体は、地域の健康づくりを支える重要なパートナーです。今後も連携を深め、配食事業を通じて利用者の栄養状態の維持・改善に向けた支援に努めます。	3