

2 当麻町民の健康に関する現状と課題

(1) 当麻町の地域特性（保健統計より）

項 目	現状と課題
人口動態	<ul style="list-style-type: none"> ◆総人口は減少傾向にあり、平成29年9月末現在の人口は6,582人。年齢別人口は60歳～69歳がピークとなっています。 ◆高齢化率は全国・北海道より高く、平成29年度においては40.6%となっています。 ◆平成22年の健康寿命は、男性77.75歳、女性86.48歳で男女とも全国・北海道より長くなっています。
出生の状況	<ul style="list-style-type: none"> ◆出生数は減少傾向にあり、平成24年度以降、30人前後の出生数となっています。全出生数に対する低体重児（2,500g未満）の割合は15%弱で推移しています。
死亡の状況	<ul style="list-style-type: none"> ◆平成25年度までは、死亡人数は年間100人前後でしたが、平成26年度は112人となり増えています。 ◆死因別死亡率の推移では、悪性新生物（がん）、心疾患、肺炎が上位3位を占めています。 ◆三大死因（悪性新生物、心疾患、脳血管疾患）の粗死亡率は、いずれも全国、北海道より高くなっています。 ◆主要死因標準化死亡比（SMR）では、虚血性心疾患・自殺が有意に高くなっています。 ◆主要死因標準化死亡比（SMR）のがんの部位別では、肺がんが北海道より高くなっています。
医療費の状況	<p><国民健康保険></p> <ul style="list-style-type: none"> ◆医療費が高額となるレセプト9件（すべて入院）のうち、脳出血、悪性新生物によるものが約4割を占めています。 ◆6か月以上の長期入院については精神疾患によるものが約7割を占めています。 ◆1か月の受療件数（40歳～74歳）のうち、生活習慣病によるものが約48%を占めており、高血圧症、脂質異常症、糖尿病が上位を占めています。 <p><後期高齢者医療保険></p> <ul style="list-style-type: none"> ◆1人あたりの医療費は、平成23年度より90万円代で推移し、平成27年度は929,946円となっています。

介護保険の状況	<ul style="list-style-type: none"> ◆要介護・要支援の認定者数（第2号被保険者における認定者数含む）は年々増加し、第1号被保険者に占める認定率も年々高くなり、全国より高くなっています。 ◆要介護・要支援の認定を受けた者の状況は、全国・北海道に比べて要支援1、要介護5の認定者の割合が高くなっています。 ◆第2号被保険者の新規認定者は、脳血管疾患による認定が多いです。
健康診査の状況	<p><国保特定健診></p> <ul style="list-style-type: none"> ◆受診率は30%台で推移し、国の目標値60%を下回っています。 ◆保健指導実施率は増減があり、20%を下回っています。 ◆メタボリックシンドローム該当者は年々微増しており、7.7人に1人が該当者となっています。 ◆健診有所見率について、男性は、腹囲、尿酸、収縮期血圧、拡張期血圧、女性は、肥満、収縮期血圧、拡張期血圧が北海道より高くなっています。 ◆高血圧は、北海道より受診勧奨の割合が高くなっています。 ◆脂質異常症（LDL）の有所見状況は北海道と同じ傾向にあります。 ◆糖尿病は、保健指導対象者（HbA1c 5.6～6.4%）が4割を占めています。 <p><健康診査（30歳代）></p> <ul style="list-style-type: none"> ◆受診率は年々微増し、平成27年度は26.9%となっています。 <p><後期高齢者健康診査></p> <ul style="list-style-type: none"> ◆受診率は年々微増傾向にありますが、平成27年度は10.2%と北海道の目標値15%に達していません。
がん検診の状況 *健康増進法に基づくがん検診	<p>受診率について</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆胃がん検診：全国、北海道より高くなっています。 ◆肺がん検診：全国、北海道より高くなっています。 ◆大腸がん検診：全国、北海道とほぼ同じです。 ◆乳がん検診：北海道より低くなっています。 ◆子宮がん検診：全国、北海道より低くなっています。 ◆検診別では、胃がん検診が最も低く、乳がん検診が最も高くなっています。
母子の健康に関する状況	<ul style="list-style-type: none"> ◆むし歯のない3歳児の割合は80%台で推移していましたが、平成26年度は77.8%となっています。 ◆21時前に就寝する3歳児は5割に満たない状況です。 ◆1日にメディアと接する時間が2時間までの3歳児は約67%です。 ◆妊婦の喫煙率は、平成25年度以降、0%～3%、産婦の喫煙率は3%～6%弱で推移しています。 ◆妊産婦の夫の喫煙率は、妊娠中と産後3～4か月頃と比べて変化は見られず、平成28年度においては4年前と比べて喫煙率が低くなっています。

(2) 当麻町健康づくりに関する意識調査より

《参照》
別冊 健康づくりに関する意識調査報告書

◆調査内容

食習慣、運動、たばこ、歯の健康、こころの健康、健康管理について調査を実施しました。

◆調査方法

20歳～74歳までの町民1,000人を年代に偏りがないよう抽出し、平成29年5月～6月にかけて調査票を郵送、回収しました。

◆回収数 510件、回収率 51.0%

項目	現状と課題
<p>栄養・食生活 (食習慣)</p> <p>報告書 P6～P15</p>	<p><成人></p> <ul style="list-style-type: none"> ◆朝食の欠食は、男性は20歳代、40歳代で6人に1人、女性は、20歳代、40歳代、50歳代で10人に1人となっています。 ◆朝食を食べない理由は、20歳代は時間がない、30歳代以降は食欲がないが一番の理由となっており、不規則な生活習慣に起因していると考えられます。 ◆20歳代、40歳代、50歳代は、食事について気をつけていない人が約4人に1人と他の年代より多い状況にあります。 ◆2人に1人は野菜を多くとるよう心がけていますが、野菜・きのこ・海藻類を毎日食べている人は3割で、野菜の摂取不足が見られます。 ◆塩分を控えることを心がけているのは、20歳代は1割に満たず、30歳代、40歳代で約2割となっています。 ◆果物は約4人に1人、乳製品は約2人に1人がほとんど食べていません。 ◆飲酒習慣のある人は、男性43.5%、女性16.2%で男女とも全国より高い状況にあり、飲酒習慣のある男性の約3割は毎日飲酒しています。 <p><高齢者></p> <ul style="list-style-type: none"> ◆9割以上はほぼ毎日朝食を摂取しています。 ◆6割は塩分を控えることを心がけています。
<p>運動</p> <p>報告書 P16～P25</p>	<p><成人></p> <ul style="list-style-type: none"> ◆運動不足と感じている人は、男性の40歳～50歳代で約7割、女性の30歳代～40歳代が約9割と高くなっています。 ◆意識的に体を動かすよう心がけている人は約5割で、男性は20歳代～40歳代、女性の30歳代は5割に達していません。

	<p>◆ 1日30分以上の運動を週に2回以上している人は、22.5%と全国と比べると低い状況にあります。男性は、20歳代から40歳代と年代があがるにつれて低くなりますが、50歳代以降年代があがるにつれて高くなっています。女性は50歳代まではどの年代においても約15%と低くなっています。</p> <p>◆ 1日の平均歩数が「5,000歩未満」の人は56.9%、「5,000歩以上」の人は35.7%となっています。全国の平均歩数（男性 6,984歩、女性 6,029歩）と比べると、少ない状況にあると考えられます。</p> <p>◆ 1日の平均歩数を性別で見ると、男性は30歳代から50歳代において、「3,000歩未満」が約3割、女性は20歳代から30歳代において、「3,000歩未満」が5～6割となっています。</p> <p><高齢者></p> <p>◆ 男性は60歳代で7割弱、女性は60歳代で7割、70歳前半で5割が運動不足を感じています。</p> <p>◆ 男女とも70歳前半において、意識的に体を動かすようにしている人が約7割と高くなっています。</p> <p>◆ 70歳前半は約4割が1日30分以上の運動を週に2回以上しています。（他の年代よりも高くなっています。）</p> <p>◆ 高齢者の1日の平均歩数「3,000歩未満」は約3割で全体の平均とほぼ同じとなっています。</p> <p>◆ 運動は約3人に1人がウォーキング、ジョギング、自転車などの有酸素運動を、約5人に1人が体操を行っています。</p> <p>◆ 運動をしない理由の上位3つは、「仕事などで時間がない」、「仕事で動いている」がどちらも約4割、「疲れている」が3割弱となっています。</p>
<p>たばこ</p> <p>報告書 P26～P29</p>	<p>◆ 喫煙率は男性34.3%、女性11.7%で、男性は20歳代から50歳代までが約39%～約42%、女性は40歳代が約25%と他の年代より高くなっています。</p> <p>◆ 分煙を心がけていない人が約39%います。</p> <p>◆ 禁煙については、予定している人が約17%、関心はあるが予定はない人が約58%となっています。</p> <p>◆ たばこの取り組みについて、「医療機関は全面禁煙」、「官公庁、学校などの公共施設では全面禁煙」をいずれも約4割が希望する一方で、「特に希望はない」が約2割となっています。</p>
<p>歯の健康</p> <p>報告書 P30～P33</p>	<p>◆ 歯を20本以上保有する人は、61.8%で全国よりも低くなっています。年代が上がるごとに歯を20本以上保有する人の割合が少なくなっており、60歳代は45.9%、70～74歳は38.1%と5割に達していません。</p> <p>◆ 1日2回以上歯みがきをする人が77.1%で、回数別では、2回が一番多く、特に30歳代、40歳代は約65%～約67%と、他の年代</p>

	<p>より高くなっています</p> <p>◆歯間清掃補助用具は57.1%が使用しています。50歳代、60歳代では約30%が毎日使用しています。</p> <p>◆年に1回以上、定期的に歯石を取る、または歯科健診を受けている人は30.2%と、全国・北海道よりも高くなっています。</p>
<p>こころの健康</p> <p>報告書 P34～P44</p>	<p>◆ストレスがたまっていると感じている人は64.1%で、男女とも女性の20歳代、40歳代の約8割はストレスがたまっていると感じています。</p> <p>◆男性の58.3%、女性の65.8%がストレスを解消できています。</p> <p>◆男性の約30%は相談相手がいなく、年代別では50歳代の44%と一番多くなっています。</p> <p>◆相談できる人、相談先は家族・親戚が68.4%、友人が56.7%と身近な人への相談が多い状況となっています。</p> <p>◆睡眠で休養がとれている割合は75.1%で、全国より低くなっています。男性の30歳代から50歳代、女性の30歳代から40歳代は約3割が、睡眠で休養をとれていないと感じています。</p> <p>◆2週間眠れないときの対処法は、男性はアルコールを飲むが10.4%、女性は睡眠導入剤などの服用が12.6%と他の対処法より高くなっています。</p>
<p>健康管理</p> <p>報告書 P45～P58</p>	<p>◆男女とも肥満の割合は全国よりも高く、男性は50歳代の48.9%、女性は40歳代の33.3%が他の年代より高くなっています。</p> <p>◆男女とも肥満の人は、自分の体型と体型認識は一致しています。</p> <p>◆体重をはかる習慣がある人は約7割ですが、男性の30歳代は他の年代と比べると体重をはかる習慣は低くなっています。</p> <p>◆病気や健康に関する情報は、テレビやラジオ、新聞、雑誌などで知ることが多く、保健センター、職場や学校での健康教育から知ることは少ない状況となっています。</p> <p>◆2人に1人は今後、「食生活に気をつけたい」、「積極的に運動をしたい」と感じています。</p> <p>◆男性は女性よりもがん検診の受診率が高く、職域等で受診機会があるためと思われます。</p> <p>◆40歳～69歳において、定期的ながん検診を受けている人は男女とも胃がん、肺がん、大腸がんは4～5割となっています。乳がん検診は6割弱、子宮がん検診（20歳～69歳）は約5割となっています。</p> <p>◆がん検診を受けない理由として、約3人に1人は「調子が悪ければ病院でみてもらう」、約4人に1人は「仕事が忙しくて時間がない」と答えています。</p> <p>◆過去1年に健康診断を受けた人は約75%で、受けていない人の理由として、「調子が悪ければ病院でみてもらう」、「仕事が忙しくて時間がない」が多くなっています。</p>