

第2章 町民の健康と生活習慣の現状と評価

1 人口・高齢化率の推移

65歳以上の高齢者の人口は、増加傾向にあり、平成20年度には4,309人となり、当別町人口の22.5%(策定時19.6%)を占めています。

年間の出生数は平成20年には99人(策定時128人)と減少傾向にあります。

全道・全国と同様、今後も少子・高齢化が進んでいくことが予想されます。

2 死亡の状況

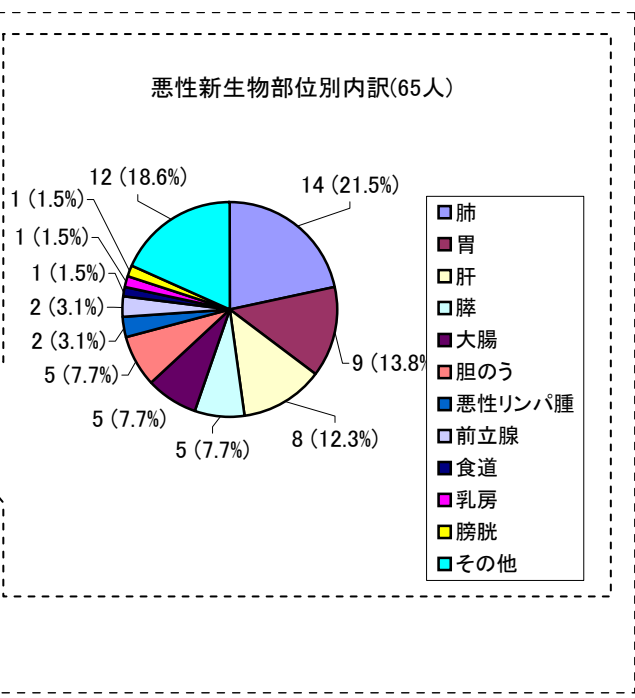
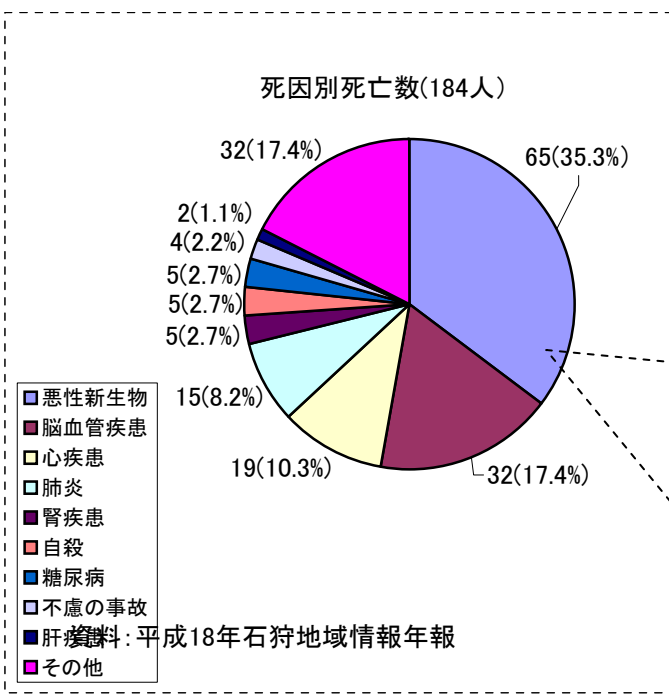
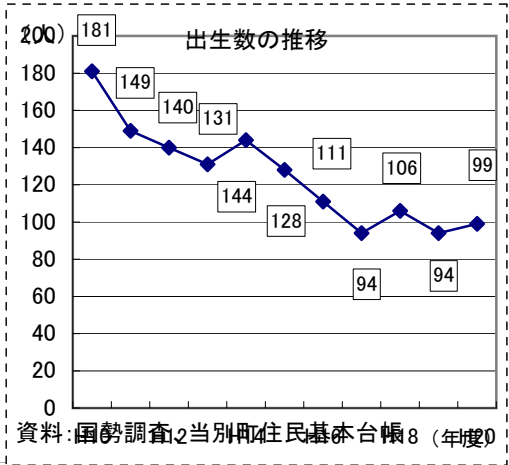
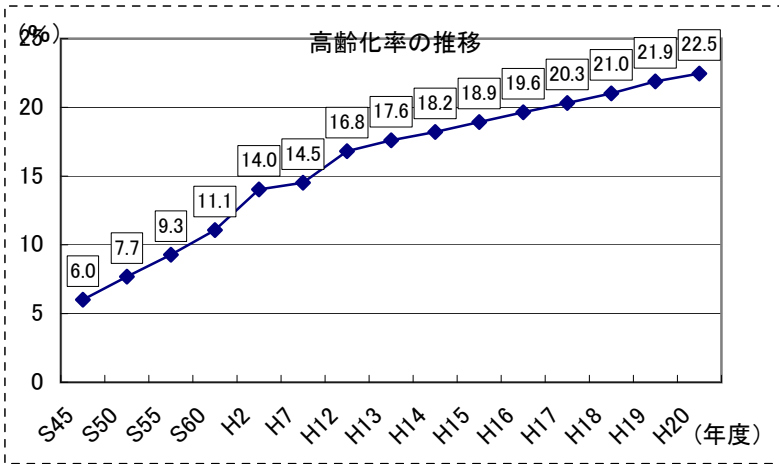
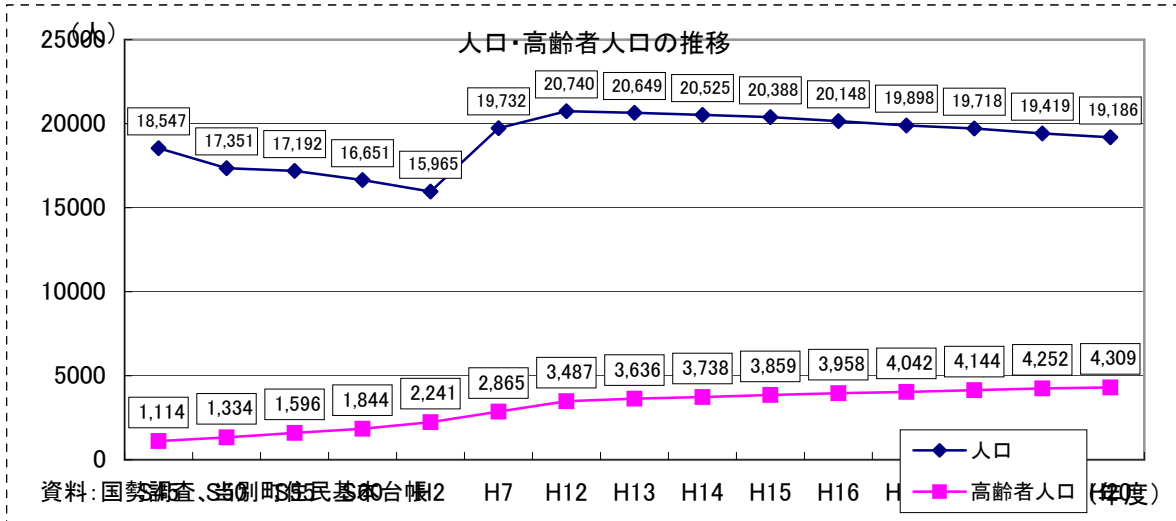
当別町における平成18年の死因別死亡数の順位は、第1位が「悪性新生物(がん)」35.3%、第2位が「脳血管疾患(脳卒中)」17.4%、第3位が「心疾患」10.3%となっています。

策定時と同様、3大生活習慣病が占めていますが、その割合は63.0%(策定時55.7%)と7.3ポイント増加しています。

また、第6位の「自殺」5人(2.7%)は、人口10万に対する自殺の死亡率が25.3人と策定時の29.2人と比べ減少傾向にありますが、自殺者の多くが働き盛りの男性です。

悪性新生物の部位別内訳では、第1位が「肺」21.5%、第2位が「胃」13.8%、第3位が「肝臓」12.3%、第4位が「膵臓」・「大腸」7.7%となっています。

ここ数年の傾向として、これら5つの部位が上位を占めています。



3 病気の状況

1) 入院外(通院)件数

入院外件数では、「循環器系の疾患(高血圧・高脂血症・心疾患・脳卒中など)」が1,617件で最も多く、「内分泌、栄養～代謝障害(糖尿病など)」649件、「筋骨格～結合組織の疾患(関節症・腰痛・神経痛など)」633件の順になっています。

策定時の2位と3位が入れ替わり「内分泌、栄養～代謝障害(糖尿病など)」が増加傾向にあります。

「循環器系の疾患」「内分泌、栄養～代謝障害」は、食生活の乱れや運動不足を誘因として急増している疾患です。メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)や心疾患・脳血管疾患による死亡および要介護状態になることを減少させるためにも、これらの疾病を予防していくことが大切です。

2) 入院件数

入院件数では、「循環器系の疾患」が92件で最も多く、「新生物(がんなど)」34件、「精神及び行動の障害」30件の順になっています。

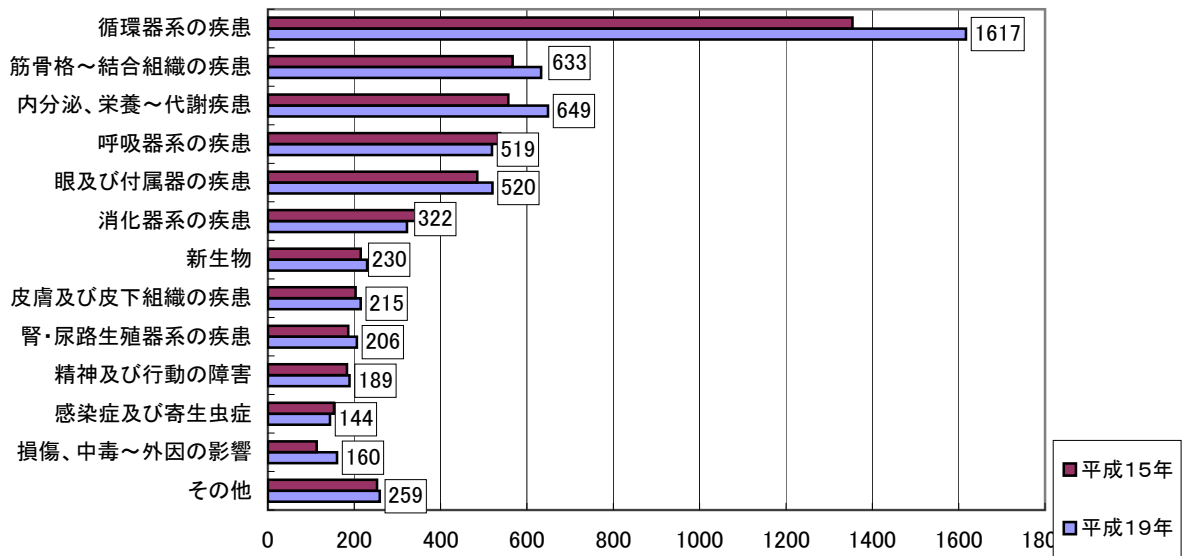
これらの疾患は、策定時に比べ増加しています。(策定時「循環器系の疾患」54件、「新生物(がんなど)」31件、「精神及び行動の障害」28件)

3) 精神疾患患者数

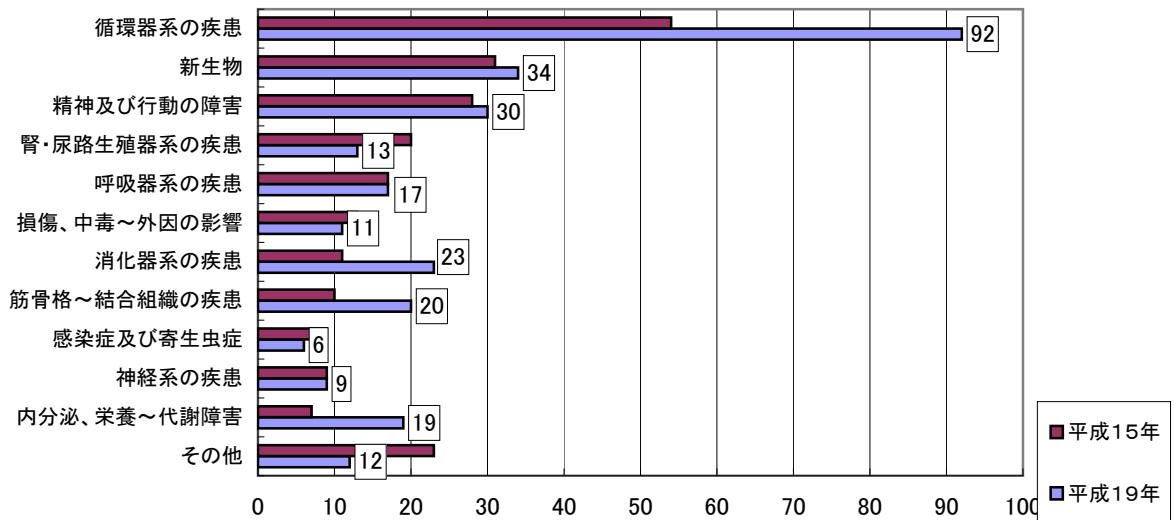
当別町の自立支援医療利用者数は、気分(感情)障害が最も多く、次いで統合失調症、神経症性障害の順になっています。

また、気分(感情)障害及び統合失調症が増加傾向となっています。

入院外(通院)件数(平成15年6月分・平成19年6月分)

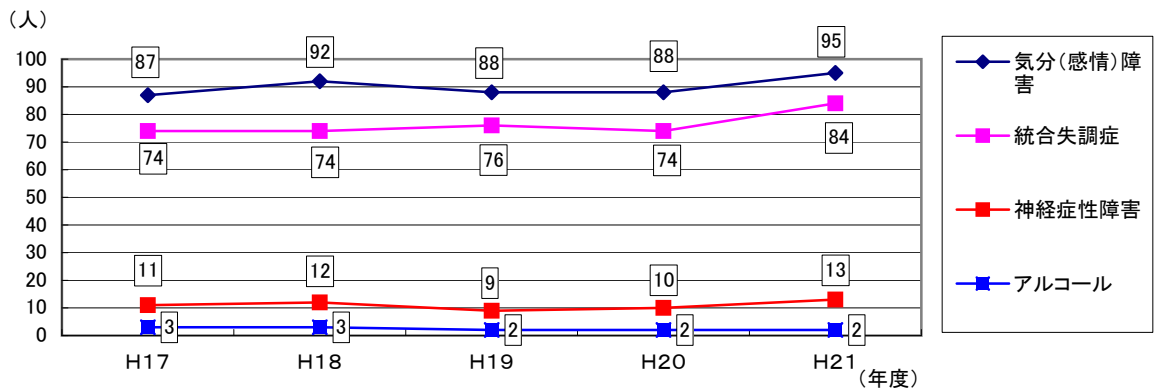


入院件数(平成15年6月分・平成19年6月分)



資料: 当別町国民健康保険疾病分類

精神疾患患者数



資料: 自立支援医療利用者数

4 生活習慣の状況

1) 身体活動・運動

(1) 運動を実践している人

「日頃から日常生活の中で、意識的に運動をいつもしている・ときどきしている人」は、男性で62.0%(全道50.1%※3)、女性で55.2%(全道52.3%)と全道より男性・女性ともに高くなっています。特に男性は策定時に比べ、意識的に運動をしている人が増え、「まったくしていない人」が減少しています。

(2) 運動習慣のある人

「1年以上継続して30分以上の運動を、週2回以上している人」は、男性は37.7%(全道35.8%)と策定時(17.0%)より増え、全道より高くなっています。女性は28.0%(全道39.5%)と策定時(23.9%)より増えていますが、まだ全道より低くなっています。

(3) 自分にあった運動メニューを知っている人

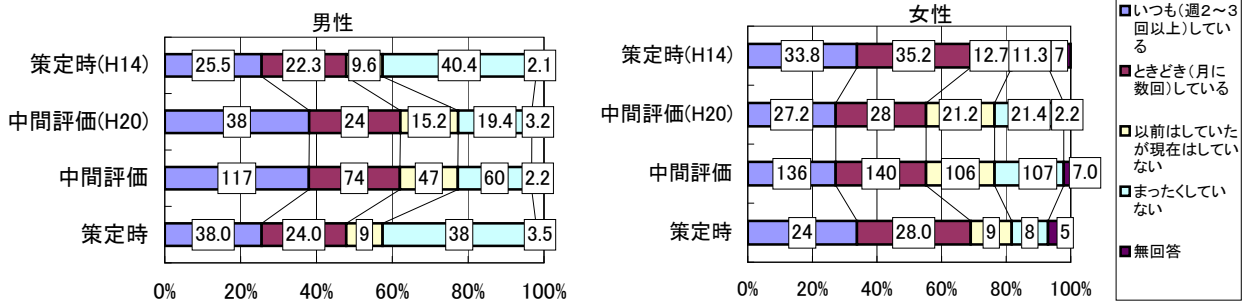
「自分にあった運動メニューを知っている人」は、35.1%になっています。

(4) 体力測定の実施回数・参加人数

保健事業(ヘルスアップ事業・集団健康教育・介護予防事業)において柔軟性・持久力・バランス等の体力測定を実施した回数は46回、延べ581人となり、結果から運動メニューの作成や個人の体力評価を行っています。

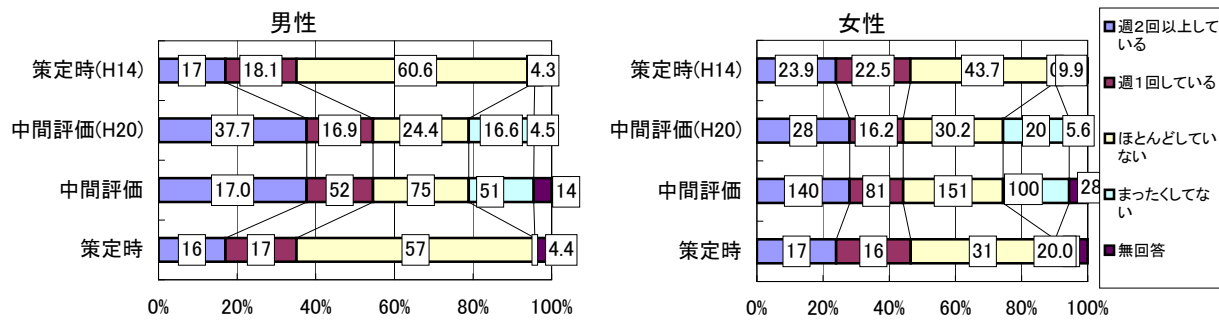
※3: 全道値については、第4章(P37～P41)「とうべつ健康プラン21目標数値の進捗状況」に道の「すこやか北海道21」中間評価を掲載しています。

日頃から日常生活の中で、意識的に体を動かすなど運動をしていますか



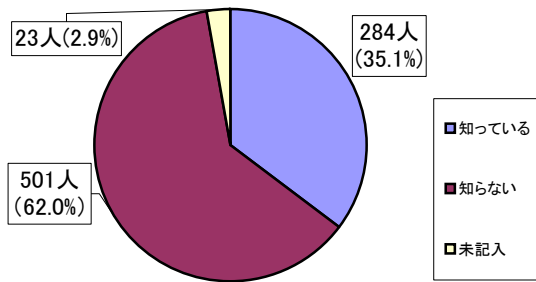
資料: 策定時:平成14年度健康セミナー・冬期講習アンケート 中間評価:平成20年度中間評価に関するアンケート調査

1年以上継続して、1日30分以上の運動をしていますか



資料: 策定時:平成14年度健康セミナー・冬期講習アンケート 中間評価:平成20年度中間評価に関するアンケート調査

自分にあった運動メニューを知っていますか



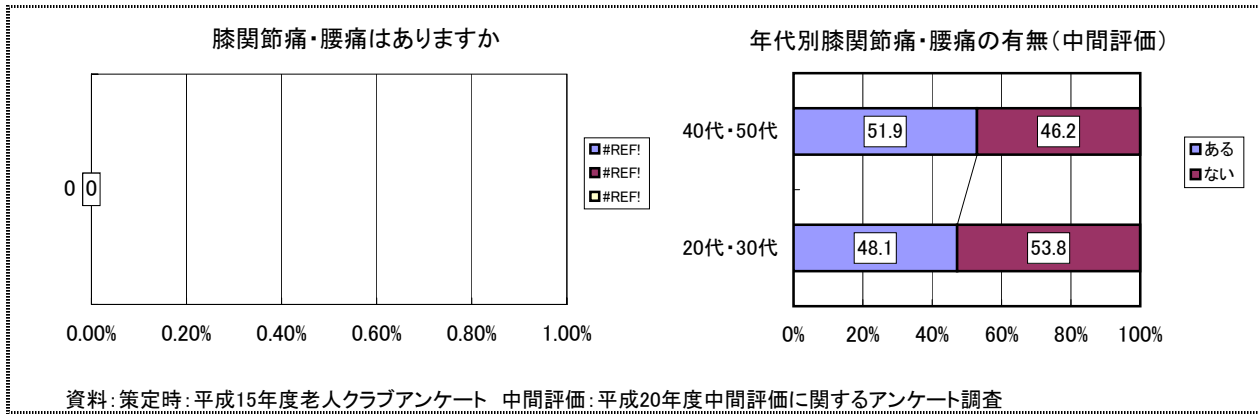
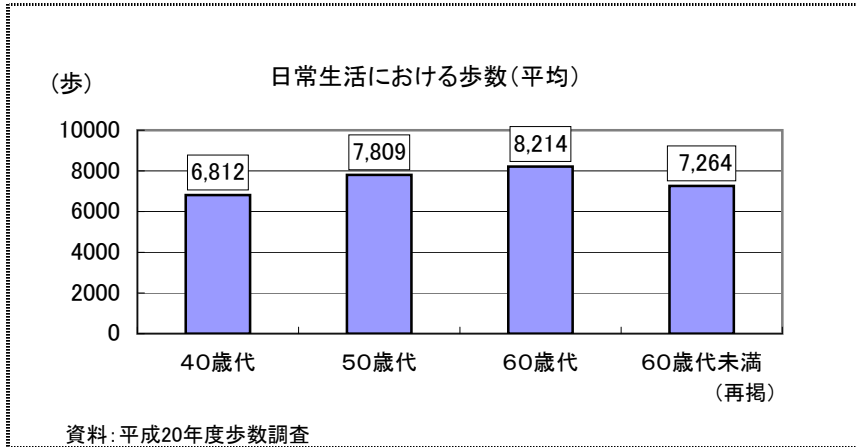
資料: 平成20年度中間評価に関するアンケート調査

(5) 日常生活における歩数

歩数調査の結果、60歳未満の歩数平均は7,264歩(全道男性8,749歩 女性8,098歩)となっており、全道よりやや少ない状況になっています。

(6) 腰痛・膝関節痛の有無

60歳以上の人のうち「膝関節痛・腰痛がある人」は55.2%になっています。20代・30代の若い世代から、48.1%の人が腰痛・膝関節痛を抱えている状態です。



2) 栄養・食生活

(1) 欠食の状況

「小・中学生の朝食欠食の割合」を見ると、小学生は減少していましたが、中学生では増加傾向にあります。

「成人の朝食欠食の割合」は男性で13.6%(全道5.0%)、女性で8.4%(全道3.3%)と、男女ともに全道よりも高くなっています。特に女性は策定時よりも高くなっています。

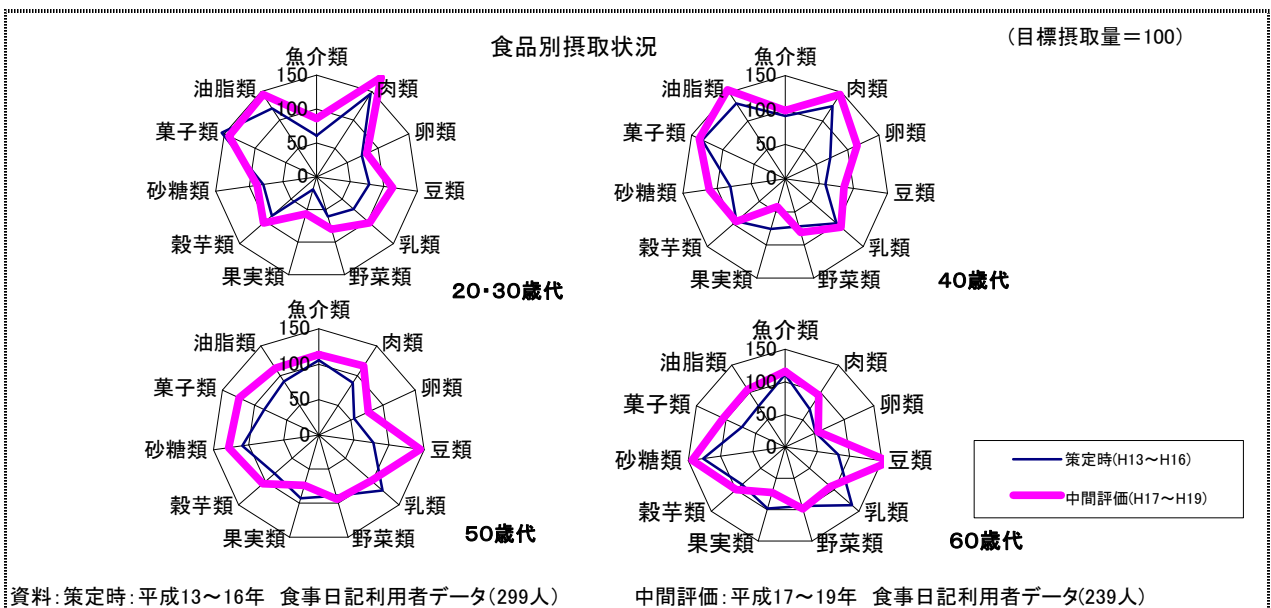
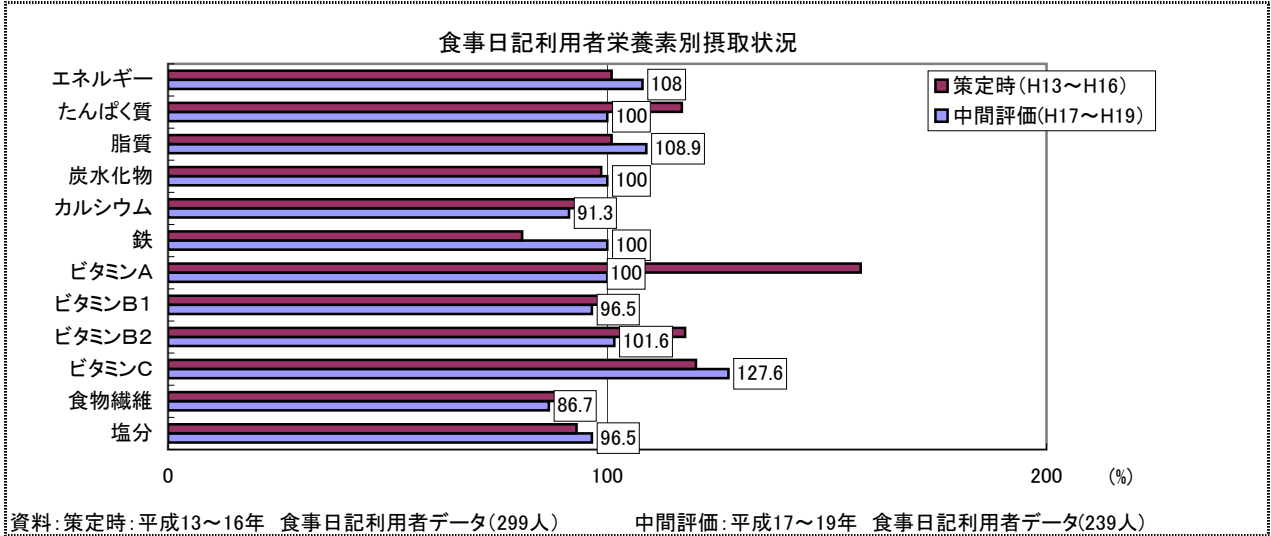
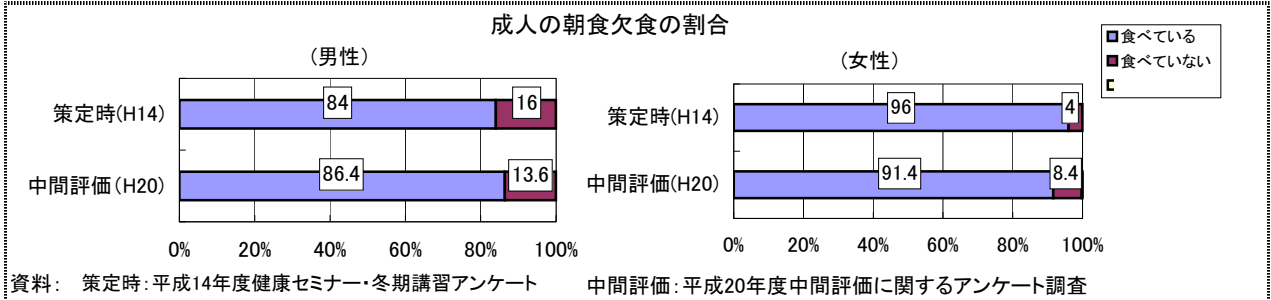
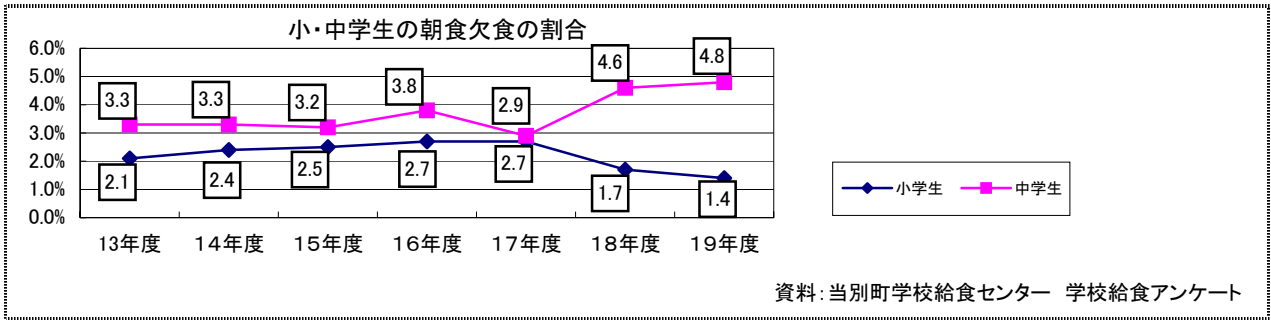
(2) 栄養摂取状況

「食事日記※4利用者栄養素別摂取状況」では、エネルギー摂取量と脂質摂取量が策定時よりも増加しており、適量以上の食事を食べている傾向が見られます。

(3) 食品別摂取状況

どの年代でも、「野菜類」と「豆類」の平均摂取量は、野菜類326g(策定時293g)、豆類137g(策定時67g)と策定時に比べ増加し、豆類は目標量の100g以上を達成しています。しかし、「砂糖類」、「菓子類」「油脂類」など高エネルギーの食品摂取が全ての年代で増加しており、このことが策定時よりもエネルギー量の摂取が増加し、適量以上の食事となった原因と考えられます。

※4:『食事日記』とは、3日分の食事内容を記入したもの。記入内容をもとに管理栄養士が食事の分析・診断を行い、食生活改善へのきっかけづくりとする。



(4) 肥満の人の割合

「肥満の人の割合」は、60歳代では男性36.8%（策定時41.7%）、女性31.7%（策定時33.6%）と男女ともに策定時と比較し減少していますが、その他の年代では増加しています。

平均値で比較すると、男性39.6%（全道39.9%）、女性33.5%（全道33.8%）と男女ともに全道より高くなっています。

(5) 適正体重・食事量の理解の状況

「適正体重※5を知っている人」は、男性で88.3%（全道69.1%）、女性で88.6%（全道71.4%）と男性・女性ともに全道より高くなっています。

また、策定時よりも男女ともに高くなっています。（策定時 男性65.9%、女性69.0%）

「適切な食事量を知っている人」は、男性で54.9%（策定時45.7%）、女性57.2%（策定時52.1%）と男性・女性ともに策定時よりも高くなっています。

「適正体重を知っている人」や「適切な食事量を知っている人」の割合は策定時よりも高くなっており、知識の普及はされていますが、肥満の割合が増加傾向にあり、知識が実践に結びついていないようです。

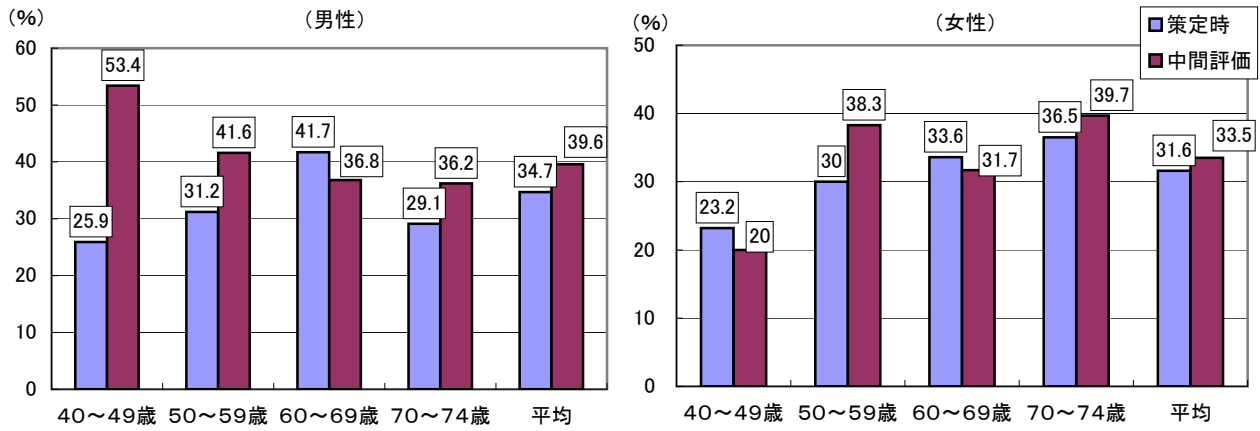


※5:『適正体重(BMI)』とは、肥満の判定に用いられる指標

$$\text{BMI} = \text{体重kg} \div \text{身長m} \div \text{身長m}$$

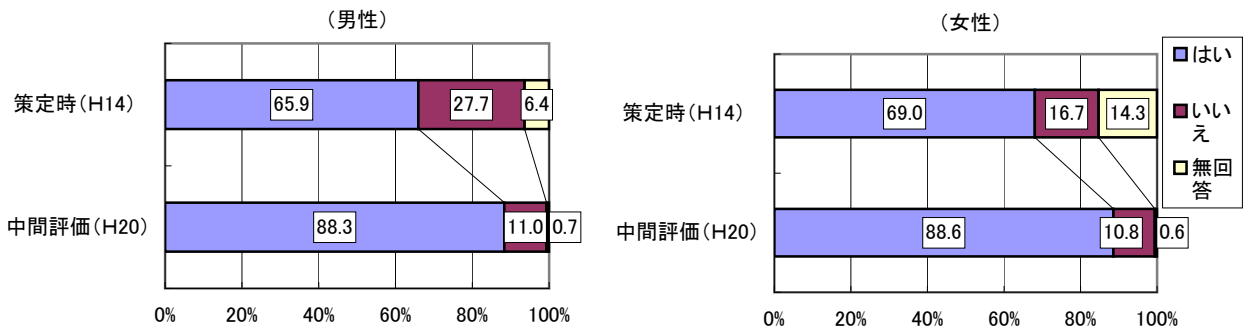
18.5未満	=	やせ
18.5～25未満	=	標準
25以上	=	肥満

肥満の人の割合(BM25以上の人)

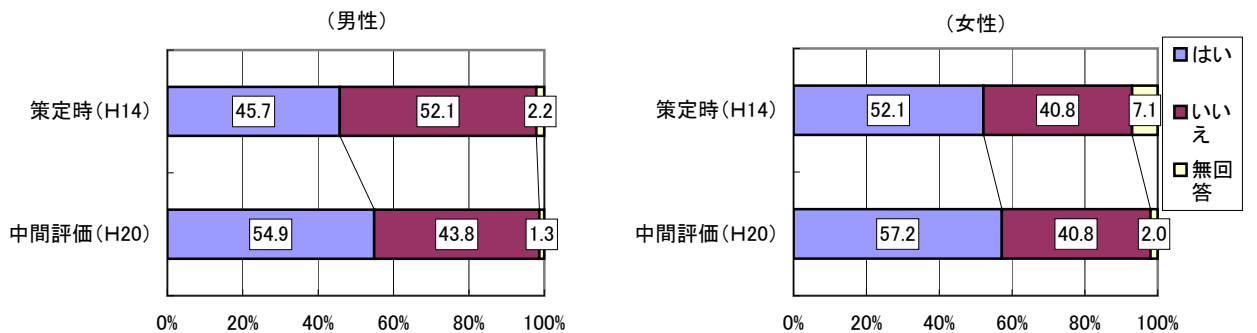


資料：策定時：平成14年度基本健康診査 中間評価：平成20年度特定健康診査

適正体重を知っていますか



適切な食量を知っていますか



資料：策定時：平成14年度健康セミナー・冬期講習アンケート 中間評価：平成20年度中間評価に関するアンケート調査

(6)メタボリックシンドロームに関する状況

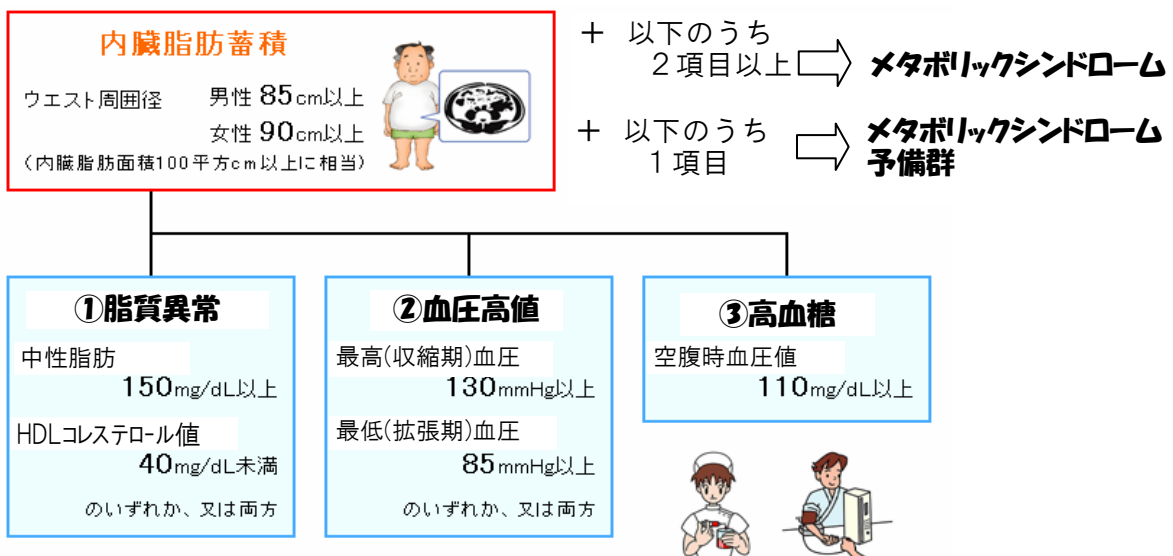
「メタボリックシンドローム※6の概念を知っている人の割合」は、男性73.1%(全道48.9%)、女性72.8%(全道59.9%)と男性・女性ともに全道よりも高い割合で認知されています。

「メタボリックシンドローム該当者の割合」は、男性24.0%(全道20.1%)、女性12.7%(全道9.4%)と全道よりも高くなっています。また、年代別に見ると男性・女性ともに40歳代から50歳代の間で大きく増加しています。

「メタボリックシンドローム予備群※6の割合」は、男性19.2%(全道34.7%)、女性9.1%(全道8.4%)と、男性は全道よりも低く、女性は同じ位の割合となっています。

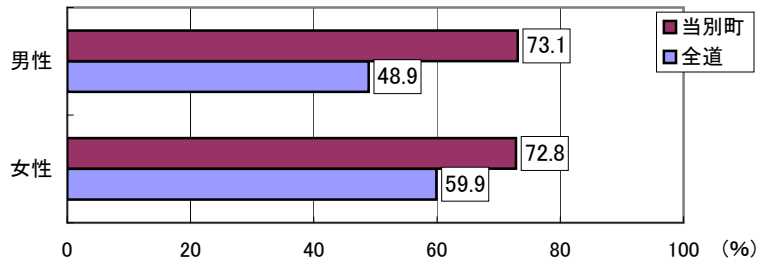
平成20年度より実施された「特定健康診査」の受診率は当別町国保では57.0%となっており、全道市町村国保(21.0%)よりも受診率は高くなっています。

※6:『メタボリックシンドローム』および『メタボリックシンドローム予備群』の診断基準



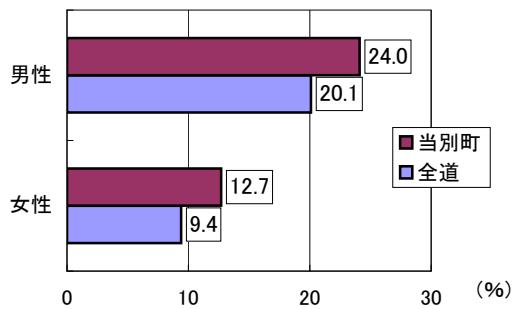
* 注意事項:①、②、③は服薬治療中の方も含まず

メタボリックシンドロームの概念を知っている人の割合

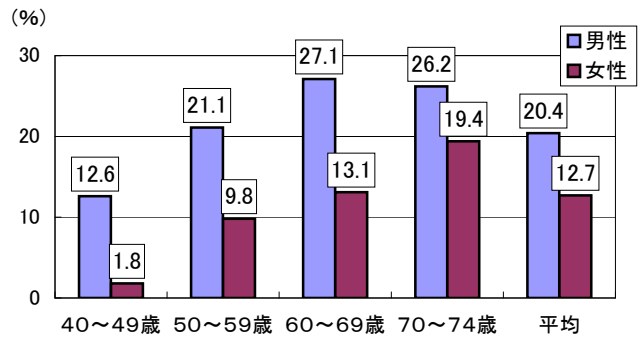


資料：当別町：平成20年度中間評価に関するアンケート調査
全道：「すこやか北海道21」改定版 中間評価（平成18年3月）

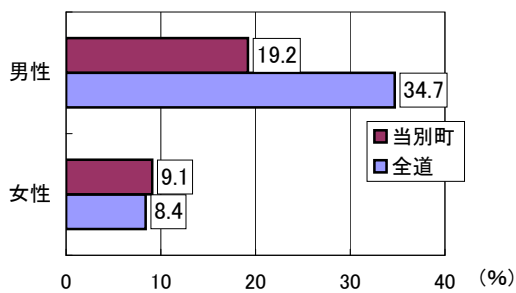
メタボリックシンドローム該当者の割合



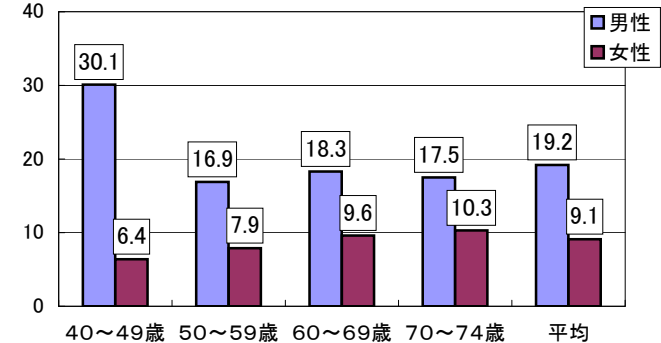
年代別メタボリックシンドローム該当者の割合



メタボリックシンドローム予備群の割合



年代別メタボリックシンドローム予備群の割合



資料：当別町：平成20年度特定健診受診結果
全道：「すこやか北海道21」改定版 中間評価（平成18年3月）

3) 休養・ストレス

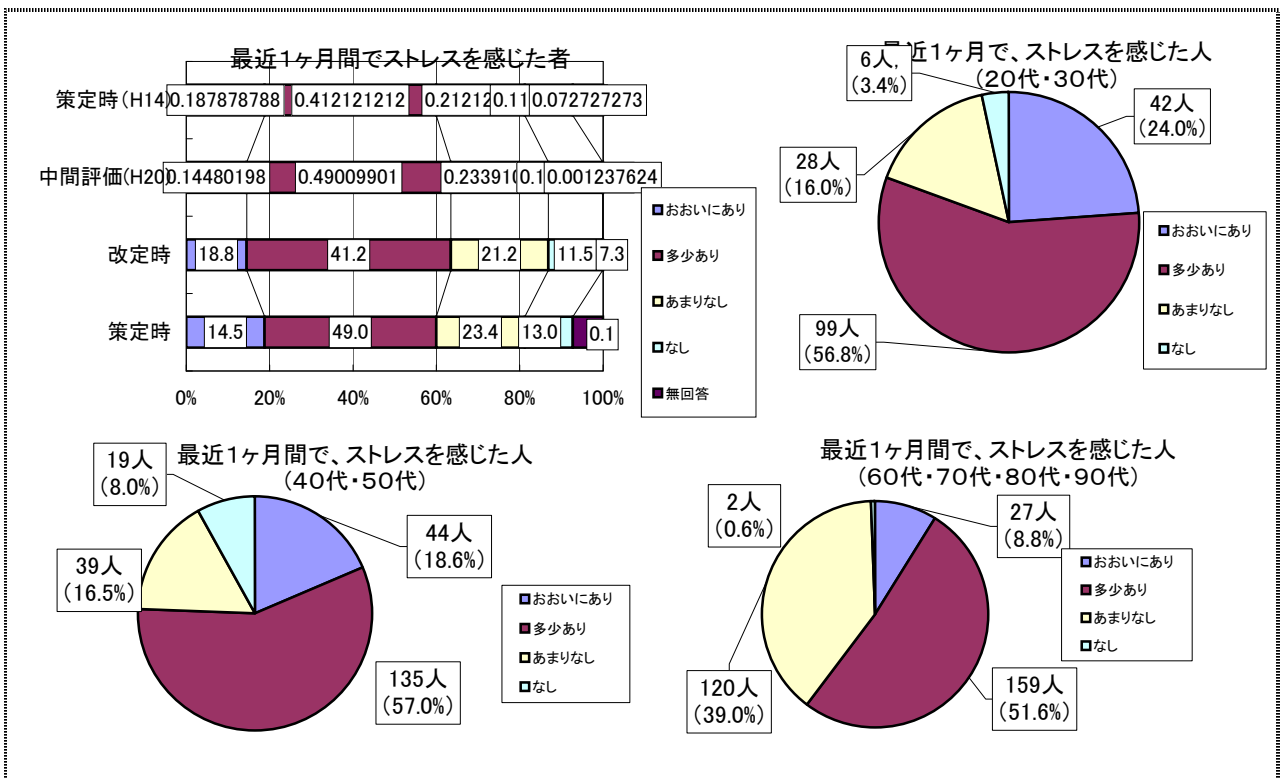
(1) ストレスを感じている人

「最近1ヵ月間で、ストレスがおおいにある・多少ある人」は63.5%（全道56.1%）と全道より高くなっており、策定時（60.0%）より増えています。特に、若い年代ほどストレスを感じている割合が高くなっています。

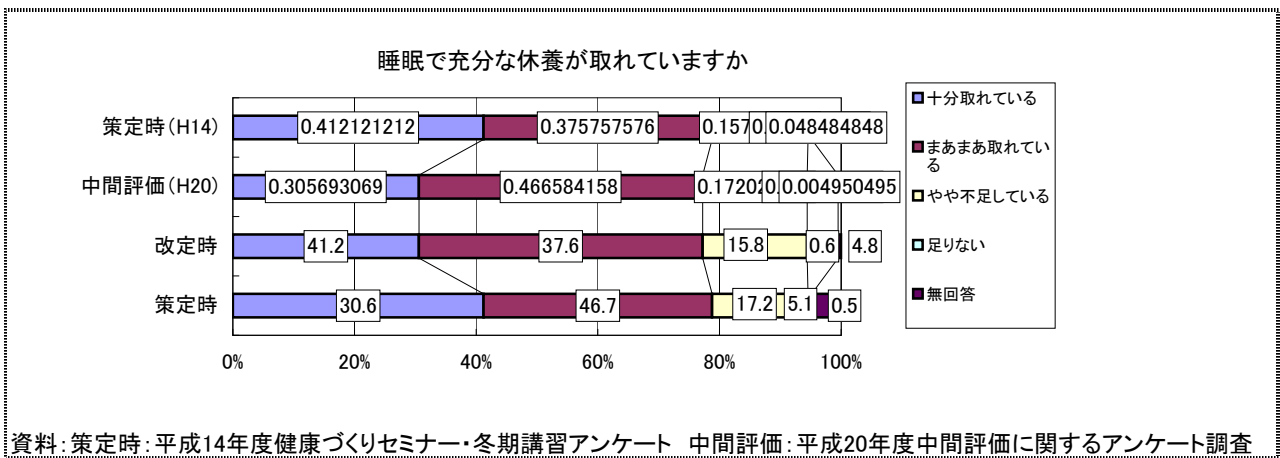
(2) 睡眠・休養について

「睡眠による休養が足りない・やや不足している人」は22.3%（全道18.9%）と全道よりも高くなっており、策定時（16.4%）より増えています。

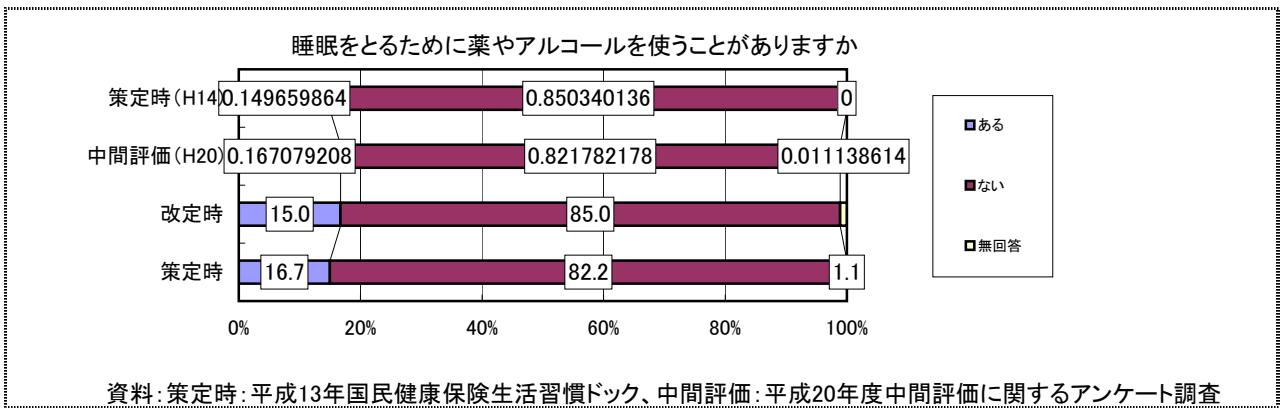
「睡眠をとるために薬やアルコールを使っている人」は16.7%となっており、策定時（15.0%）より増えています。



資料：策定時：平成14年度健康づくりセミナー・冬期講習アンケート 中間評価：平成20年度中間評価に関するアンケート調査



資料：策定時：平成14年度健康づくりセミナー・冬期講習アンケート 中間評価：平成20年度中間評価に関するアンケート調査



資料：策定時：平成13年国民健康保険生活習慣ドック、中間評価：平成20年度中間評価に関するアンケート調査

(3) 精神保健福祉普及啓発事業について

こころの健康に関する健康づくりセミナーに延べ256人が参加しています。

(4) 環境整備の状況

精神保健ボランティア活動人員(地域において精神障害者を支援する住民ボランティア)は23人と策定時(28人)と比べ少なくなっています。

精神障がい者を含む障がい者の活動の場となる当別町共生型地域オープンサロンや、年齢や障がいの種別を越えた地域住民の交流の場、ボランティアの活動拠点として当別町共生型地域福祉ターミナルができ、ボランティア登録数は277人となっています。

精神疾患を含めた障がいを持つ方の相談先となる「nanakamado(当別町障がい者総合相談支援センター)」や、障がいを持つ方などが集い活動することを支える「つくしの郷(地域活動支援センター)」、女性を対象とした、こころと体についての相談先となる「女性の健康サポートセンター(江別保健所)」などの相談先が増えており、こころの健康に関する相談利用延べ人数は237件となっています。

スクールカウンセラーを配置している学校は策定時から1中学校が廃校となっており、全中学校(3校)となっています。

こころの健康に関する健康づくりセミナー実施状況(内訳)

	実施時期	対象	参加人数
1	平成17年7月	当別建設協会労務委員及び事業主	18
2	平成17年11月	一般町民	86
4	平成20年8月	当別建設協会労務委員及び事業主	16
3	平成20年11月	食改養成講座参加者 一般町民	31
5	平成21年7月	一般町民	105
合計			256

平成20年度 こころの健康に関する相談延べ件数(内訳)

相談機関		主な相談内容	件数
江別保健所		病気・病状・医療・対応について、 病気を持つ方からの悩み、困りごとについて等	33
福祉課	保健サービス係	家族からの病気や症状への対応方法、 医療機関へのかかり方等	59
	障がいサービス係	手帳、サービス利用について等	11
nanakamado (当別町総合相談支援センター)		制度やサービスについての情報提供 生活全般に関する相談等	72
サポートネットワークセンター		センター通所について グループホーム、住む所について相談等	62
合計			237

4) 歯の健康

(1) 子どもの歯の状況

「甘味食品・飲料を1日に3回以上飲食する習慣のある1歳6カ月児」は7.3%(全道31.3%)と全道より低くなっており、策定時(33.6%)より低くなっています。

なお、策定時と中間評価ではアンケートの質問内容を変えております。

策定時： おやつを与える習慣がありますか

はい(1日 回/規則・不規則)・いいえ

中間評価： 甘味食品(甘いおやつ・ジュース類)を与える習慣がありますか

甘いおやつ はい(規則的・不規則/1日 回)・いいえ

ジュース類 はい(規則的・不規則/1日 回 ml)・いいえ

「3歳で虫歯のない幼児」は62.6%(全道62.9%)と全道とほぼ同じになっており、策定時(69.8%)より低くなっています。

「3歳までにフッ素塗布を受けたことのある幼児」は83.0%となっており、策定時(64.0%)より高くなっています。

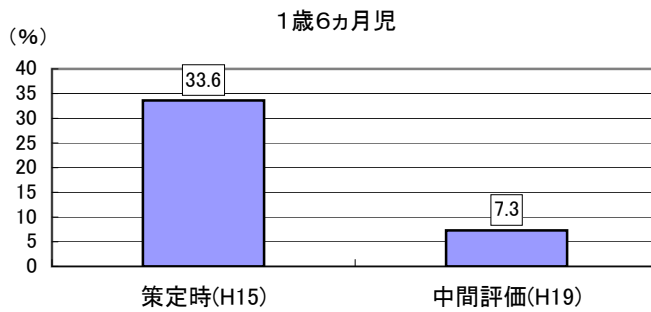
「3歳までにフッ素塗布を3回以上受ける幼児」は44.7%(全道35.0%)と全道より高くなっています。

「フッ化物洗口^{※7}を実施する施設数」は、0施設となっています。

平成21年6月に公布・施行された北海道歯・口腔の健康づくり8020推進条例の重点施策として、保育所・小学校におけるフッ化物洗口の推進が掲げられており、北海道では全市町村での実施を目標としています。

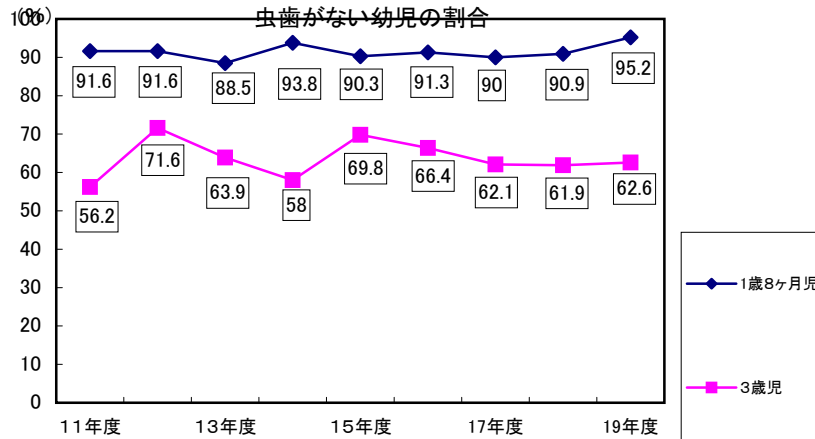
※7:『フッ化物洗口』とは、フッ化物水溶液を用いてブクブクうがいを行い、歯のエナメル質表面にフッ化物を作用させる方法。

甘味食品・飲料を1日に3回以上飲食する習慣のある幼児の割合



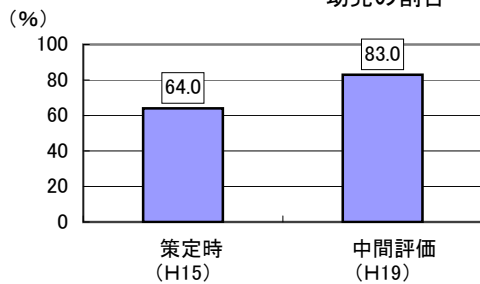
資料：策定時：平成15年度乳幼児健診、中間評価：平成19年度乳幼児健診

虫歯がない幼児の割合



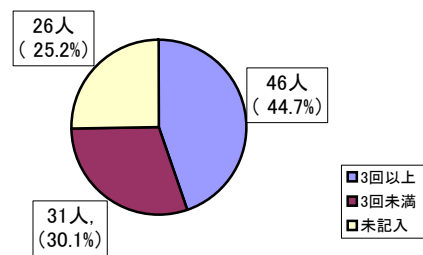
資料：策定時：平成15年度乳幼児健診、中間評価：平成19年度乳幼児健診

3歳までにフッ素を受けたことのある幼児の割合



資料：策定時：平成15年度乳幼児健診
中間評価：平成19年度乳幼児健診

3歳までにフッ素塗布を3回以上受ける幼児の割合



資料：平成20年度乳幼児健診

(2) 大人の歯の状況

「80歳で20本以上歯のある人」は8.7%(全道13.4%)と全道より低くなっており、策定時(10.6%)より、低くなっています。

「60歳で24本以上歯のある人」は46.8%(全道39.4%)と全道より高くなっていますが、策定時(50.0%)より低くなっています。

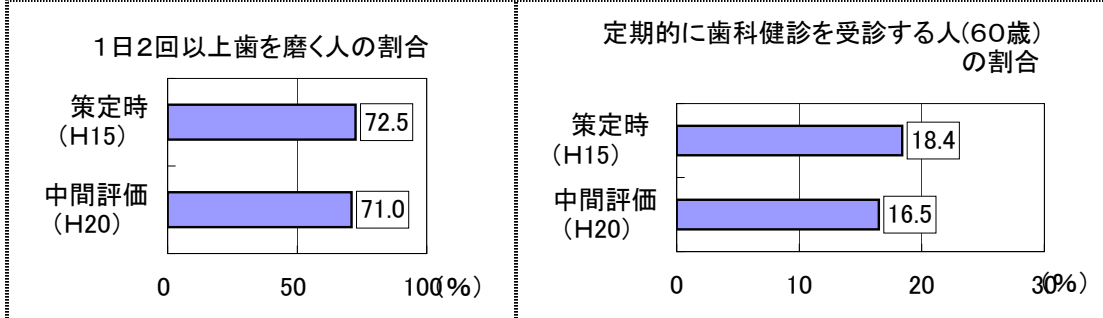
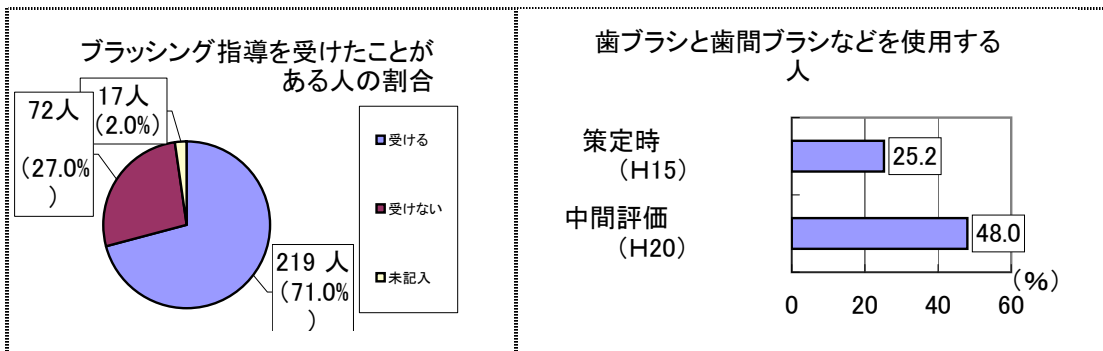
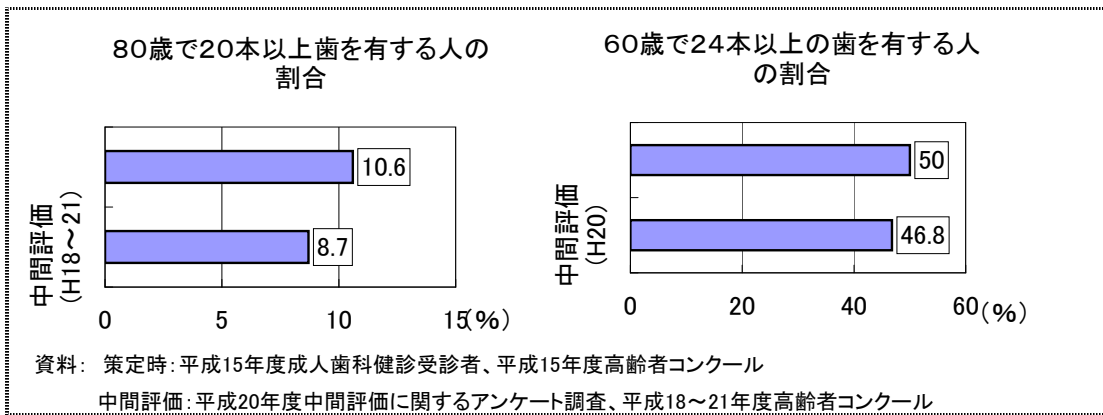
「ブラッシング指導を受けたことがある人」は71.0%となっています。

「歯ブラシと歯間ブラシなどを使用する人」は48.0%(全道44.1%)と全道より高くなっており、策定時(25.2%)より高くなっています。

「1日2回以上歯をみがく人」は71.0%(全道61.9%)と全道より高くなっており、策定時(72.5%)より低くなっています。

「定期的に歯科健診を受診する人(60歳)」は、16.5%(全道25.5%)と全道より低くなっており、策定時(18.4%)より低くなっています。

「歯周病を持つ人」は、40歳代で15.7%(全道21.4%)、50歳代で21.7%(全道37.7%)と各年代ともに全道より低くなっており、策定時40歳代(27.1%)、50歳代(34.2%)と策定時よりも低くなっています。



資料：策定時：平成15年度当別町成人歯科健診受診者
中間評価：平成20年度中間評価に関するアンケート調査

