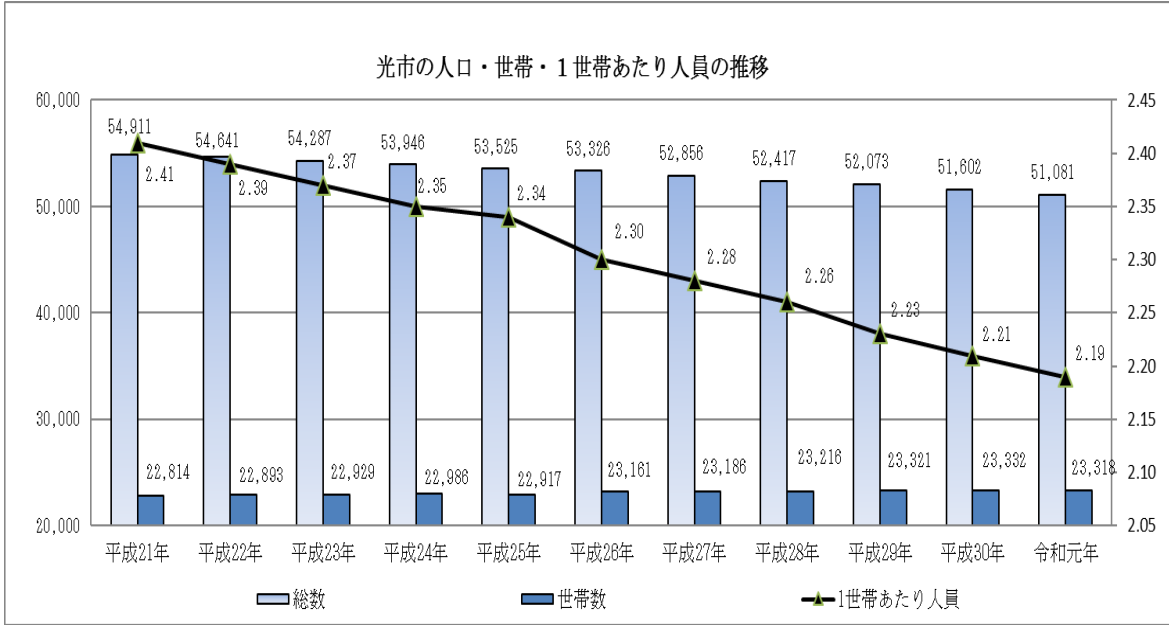


光市健康づくり推進計画 中間評価に係る「光市の現状」（計画策定後の推移等）

参考：計画書 第2章 健康と食育を取り巻く現状と課題（5～14ページ）

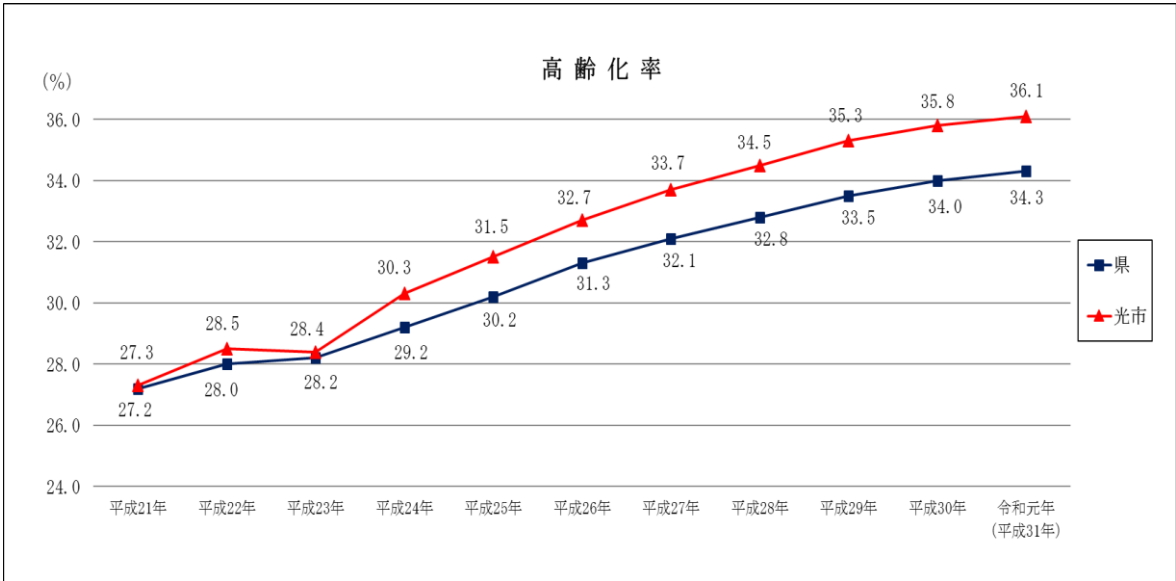
1 人口等の状況

(1) 人口・世帯の推移



人口は減少傾向にあり、令和元年に 51,081 人（平成 25 年に 53,525 人）となっています。世帯数は若干増加傾向にありますが、1 世帯あたりの人員は減少傾向が続いており、核家族化がさらに進んでいます。

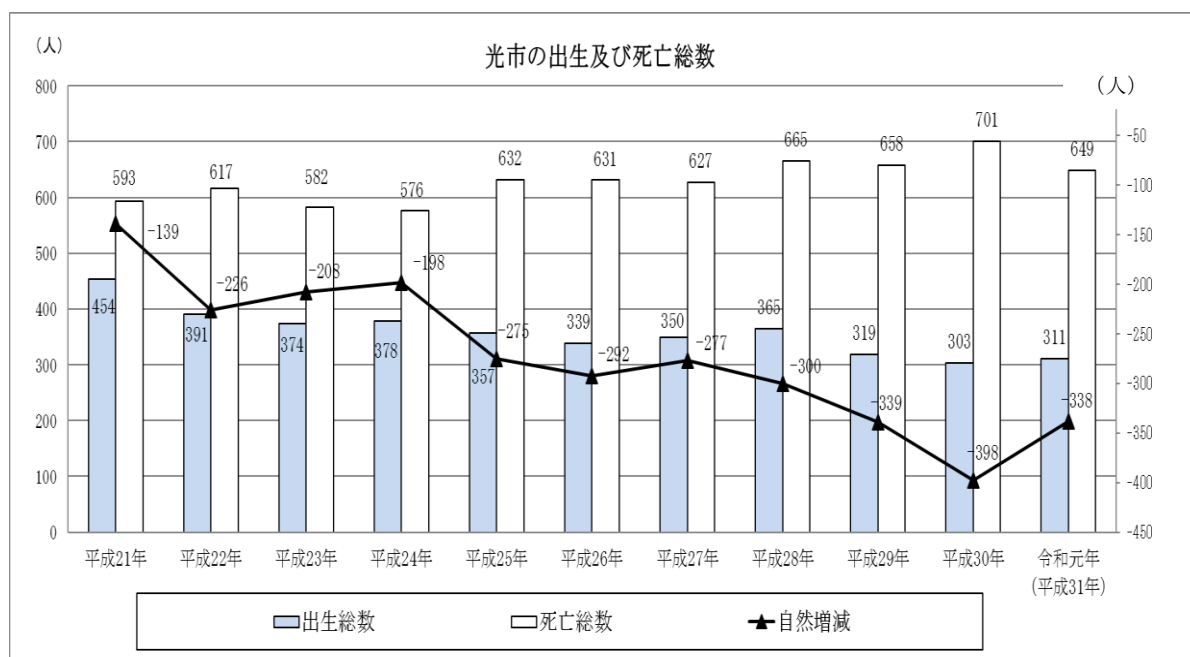
(2) 高齢化率



(1) (2) 出典：山口県人口移動統計調査・光市統計書

高齢化率は、平成 24 年に 30%を突破し、令和元年に 36.1%と急速に高齢化が進んでいます。

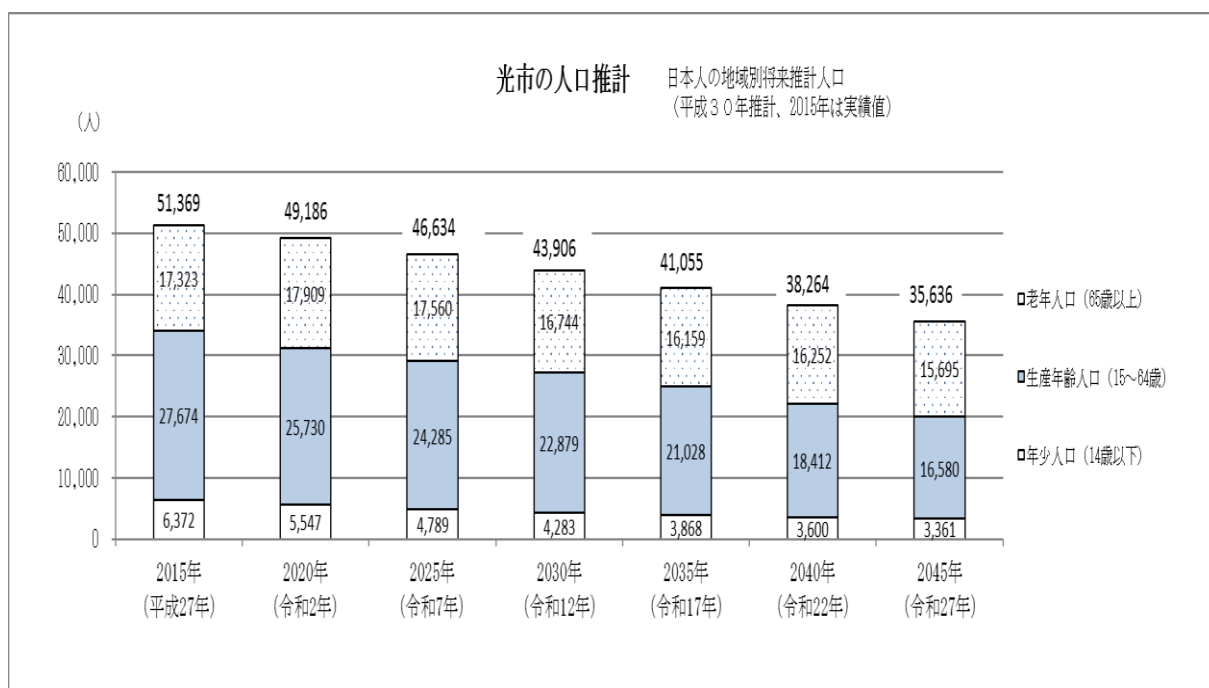
(3) 出生・死亡の推移



出典：山口県人口移動統計調査

出生は、平成22年に400人を下回り、その後も減少傾向にあります。

(4) 推計人口

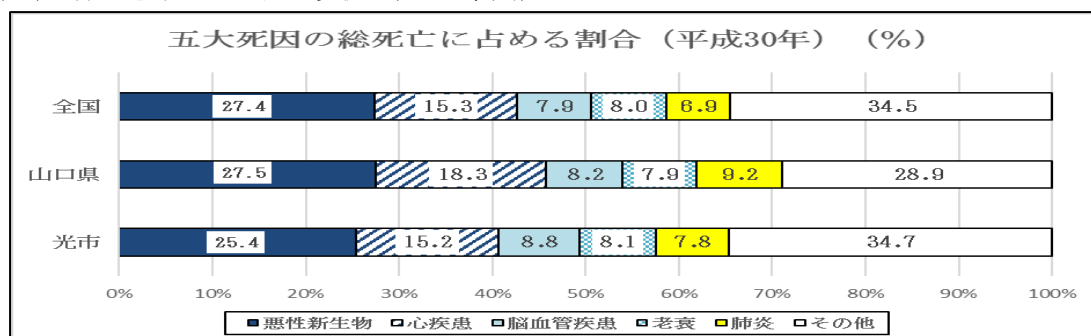


出典：国立社会保障・人口問題研究所

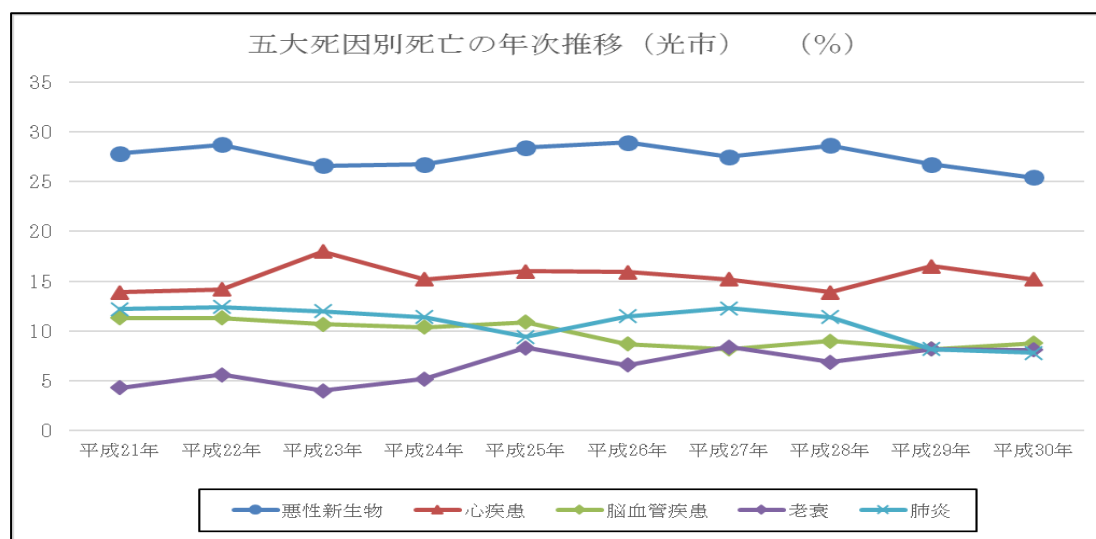
人口は減少し、2035(令和17)年には41,055人程度(平成25年時点では41,640人程度)になると予測され、少子高齢化は進んでいきます。

2 健康を取り巻く状況

(1) 保健統計からみた状況（死亡原因）

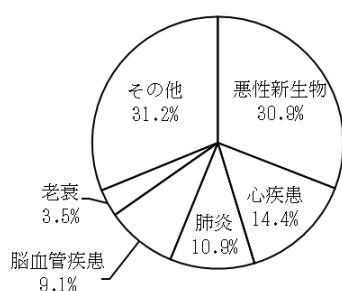


本市の悪性新生物（がん）、心疾患、脳血管疾患、老衰、肺炎の五大死因による死亡は、全国・山口県と同様に死亡全体の約7割を占めています。なかでも、約25%が悪性新生物と最も高く、続いて心疾患、脳血管疾患と、生活習慣病による死亡割合が高い状況です。

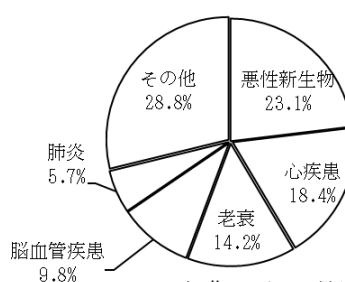


出典：厚生労働省「人口動態統計」、山口県厚生課「保健統計年報」
 五大死因による死亡の推移では、高い順に悪性新生物、心疾患（高血圧性を除く）、脳血管疾患、老衰、肺炎という状況です。第3位が、平成30年度は脳血管疾患ですが、それまでは、肺炎の割合が高い状況でした。

光市の5大死因が占める性別
死亡割合：男（平成30年）

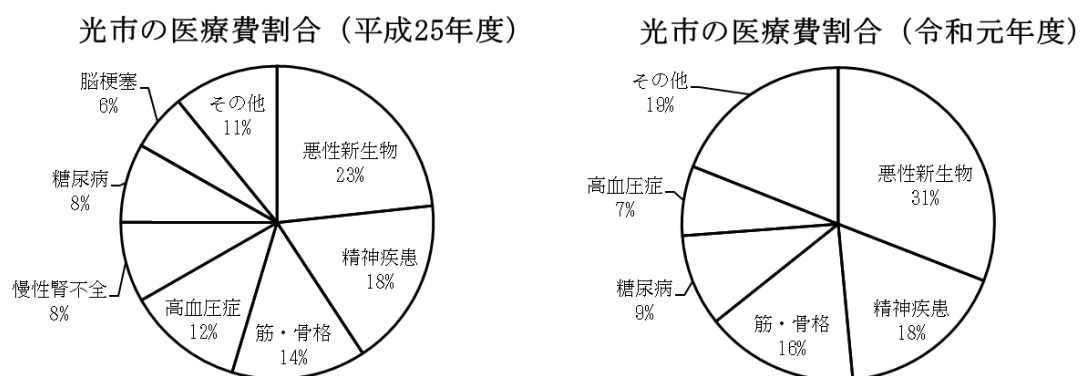


光市の5大死因が占める性別
死亡割合：女（平成30年）



出典：山口県厚生課「保健統計年報」
 男女別では、男性の悪性新生物（がん）、肺炎、女性の老衰の割合が高い状況です。

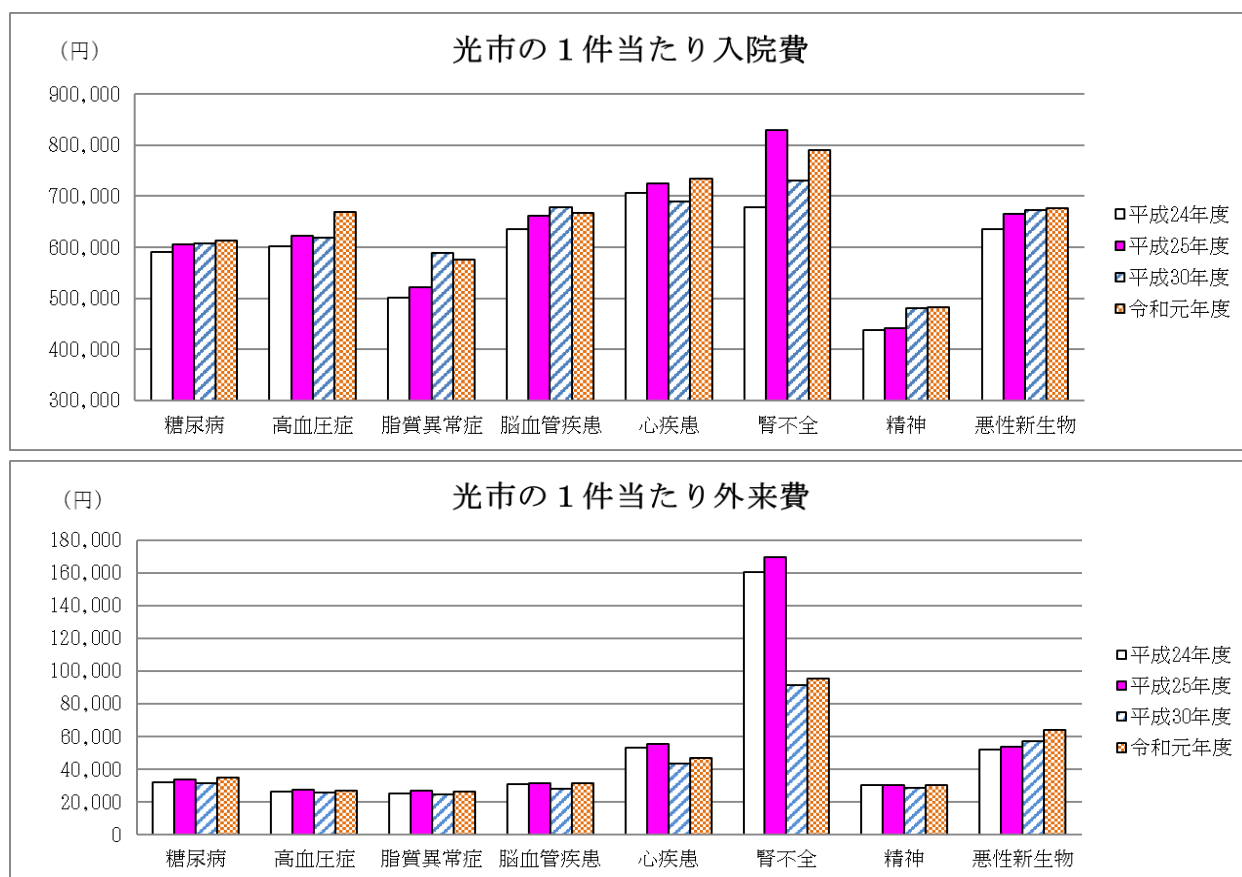
(2) 診療状況（光市国民健康保険）



令和元年度の最大医療資源傷病名による医療費割合では、悪性新生物 31%（平成 25 年度 23%）、精神疾患 18%（平成 25 年度 18%）、筋・骨格 16%（平成 25 年度 14%）となっており、平成 25 年度と比べ、悪性新生物や筋・骨格、糖尿病の割合の増加がみられます。一方で、高血圧症や慢性腎不全、脳梗塞の割合は減少しています。

近年の光市の状況は、山口県や同規模保険者、全国と同様の傾向となっています。

※最大医療資源傷病名とは、医療資源をもっとも投入した傷病名のこと

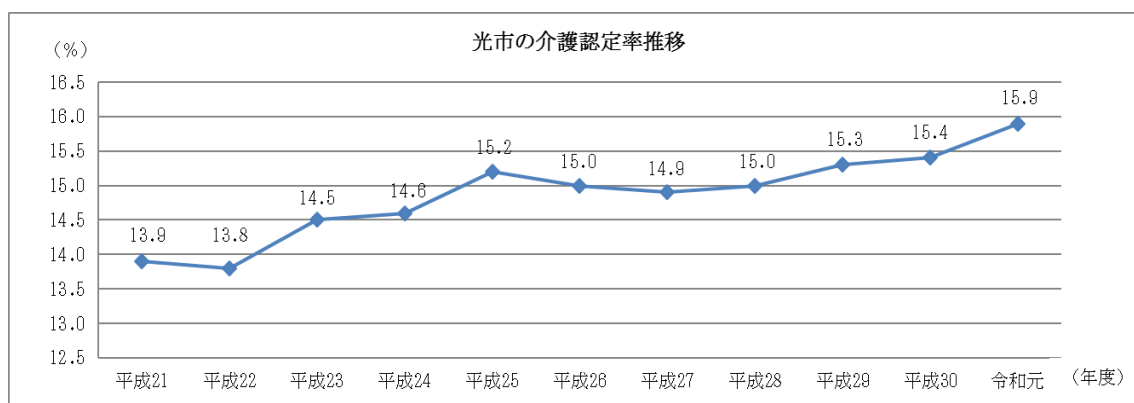


出典：国保データベース（KDB）

光市国民健康保険での 1 件当たりの医療費をみると、近年の入院・外来とも腎不全による費用は、約 5 年前に比べると減額しています。

(3) 介護保険認定状況

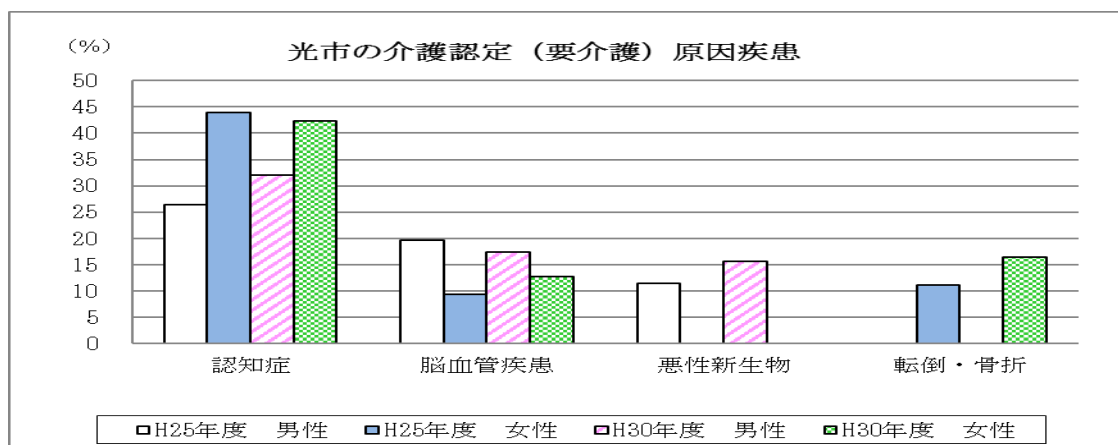
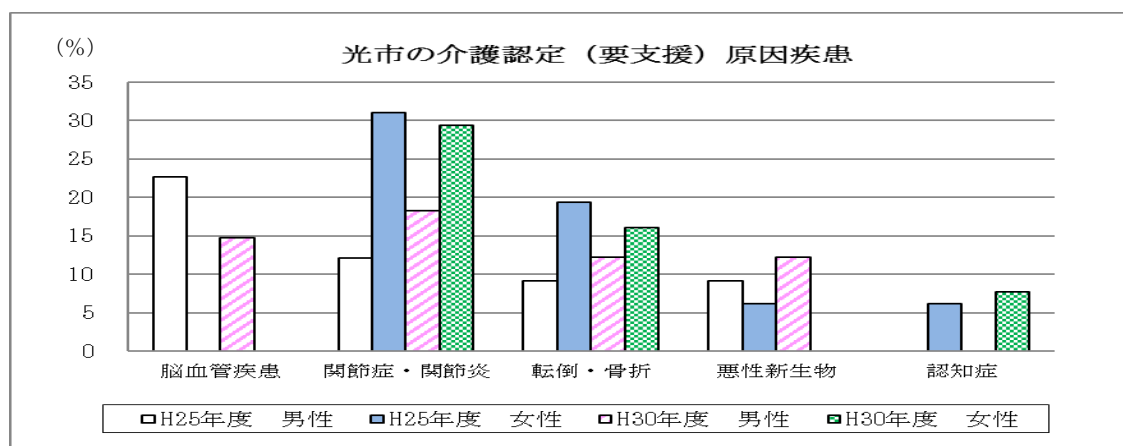
ア 介護保険、要介護（要支援）認定者の状況



出典：光市高齢者支援課

令和元年度の認定率は 15.9%と、平成 27 年度の 14.9%以降、増加傾向にあります。

イ 原因疾患



※ 男女上位 3 位までを計上

出典：光市介護保険審査会

平成 30 年度は、平成 25 年度と同様に、女性では要支援になる原因疾患の 3 割が関節炎・関節症であり、要介護になる原因疾患の 1 位が男女とも認知症となっており、女性は 4 割を占めています。また、女性では、要支援、要介護とも転倒・骨折によるものが、第 2 位を占めています。

3 運動について

(1) 子どもの体力状況

	小学 男子		中学 男子			小学 女子		中学 女子		
	5年	6年	1年	2年	3年	5年	6年	1年	2年	3年
握力	×	×	×	×	×	○	○	×	×	×
上体起こし	×	○	×	○	○	○	×	×	◎	◎
長座体前屈	○	○	○	×	×	○	×	×	○	×
反復横とび	○	×	×	○	×	×	×	×	◎	◎
持久走	△	△	×	○	○	△	△	○	◎	◎
20mシャトルラン	○	×	◎	◎	◎	◎	○	◎	◎	◎
50m走	○	○	×	○	×	×	◎	○	×	○
立ち幅跳び	○	×	×	×	×	○	○	○	○	○
ハンドボール投げ	○	×	×	○	×	○	○	○	◎	×

◎全国、県平均に比べ上回る又は同じ

○どちらか一方で上回る又は同じ

×全国、県平均に比べ下回る

平成25年度と比べて改善(例: ×⇒○か◎)

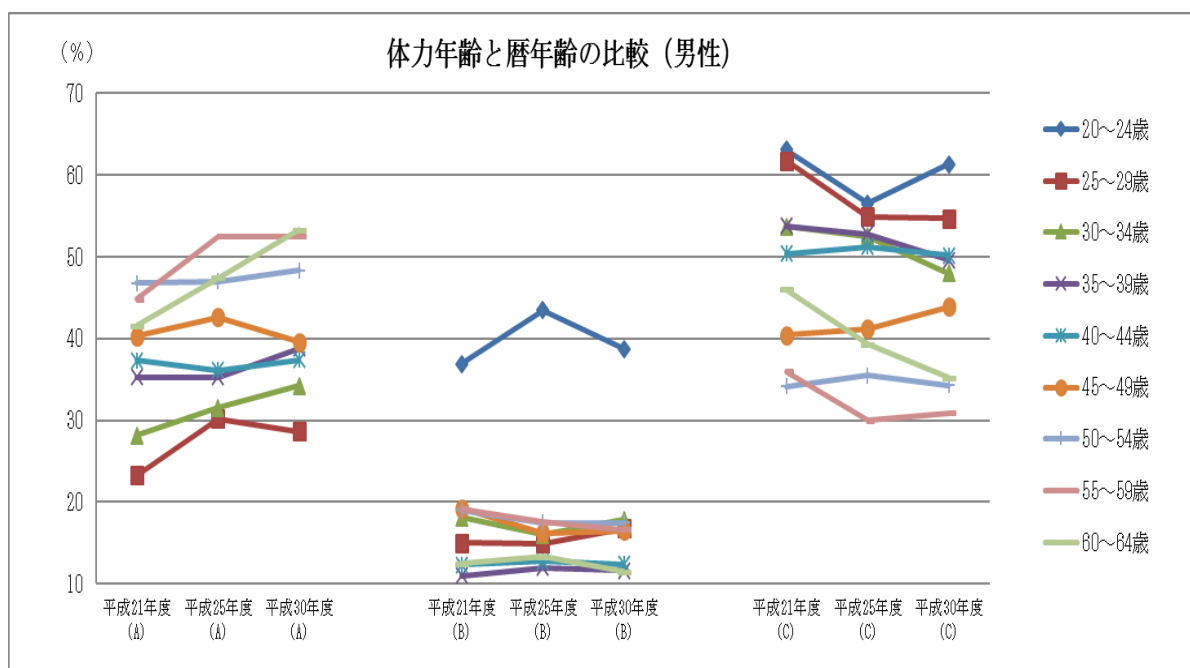
平成25年度と比べて悪化(例: ◎⇒○か×)

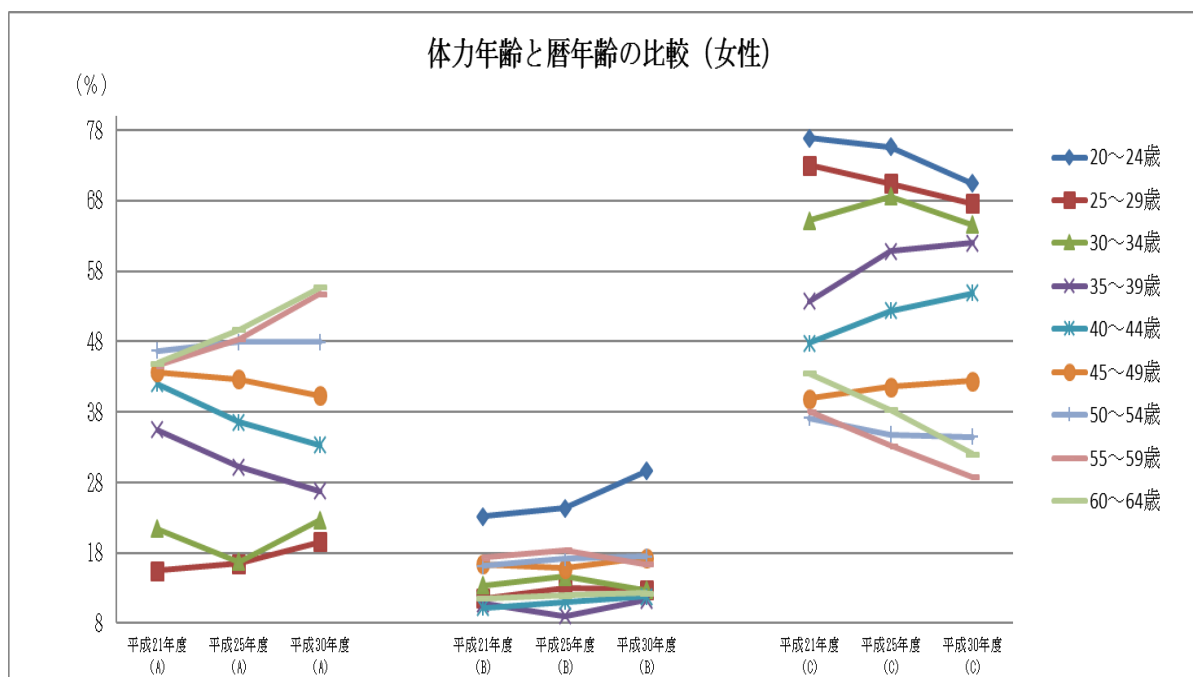
出典：令和元年度光市定期健康診断及び新体力テスト統計
(光市教育研究会、光市学校保健会)

全体的には、中学生の持久走や小中学生の20mシャトルランで高い記録を計測し、全国・山口県平均ともに上回っており、全身持久力が優れています。また、小学生は、男女ともに5年生が平成25年度と比べ改善している項目が多く、中学生は、2年3年の女子が全国・山口県平均ともに上回っている項目が多い状況です。

一方で、握力や長座体前屈などの筋力や柔軟性に課題がみられます。

(2) 成人の体力状況





(A) 体力年齢<暦年齢

(B) 体力年齢=暦年齢

(C) 体力年齢>暦年齢

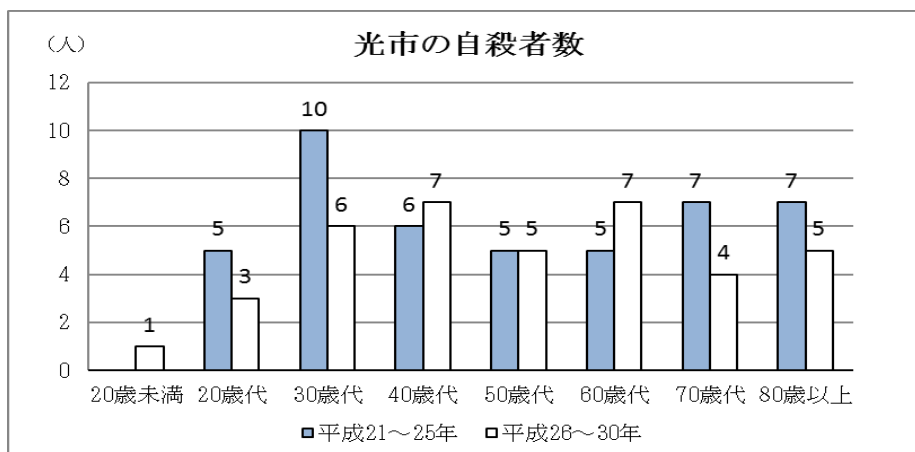
出典：体力・運動能力調査（平成21・25・30年度）
（文部科学省・スポーツ庁）

全国的に、男女とも50歳以上の年代で暦年齢より体力年齢が低下（A）している者の割合が多く、40歳以上の年代では暦年齢より体力年齢が上回って（B）います。

なかでも、平成21及び25年度に比べ体力が上昇しているのは、男性45～49歳、女性35～49歳の年代以降です。

4 こころの健康について

(1) 自殺者の状況（数及び年代別）

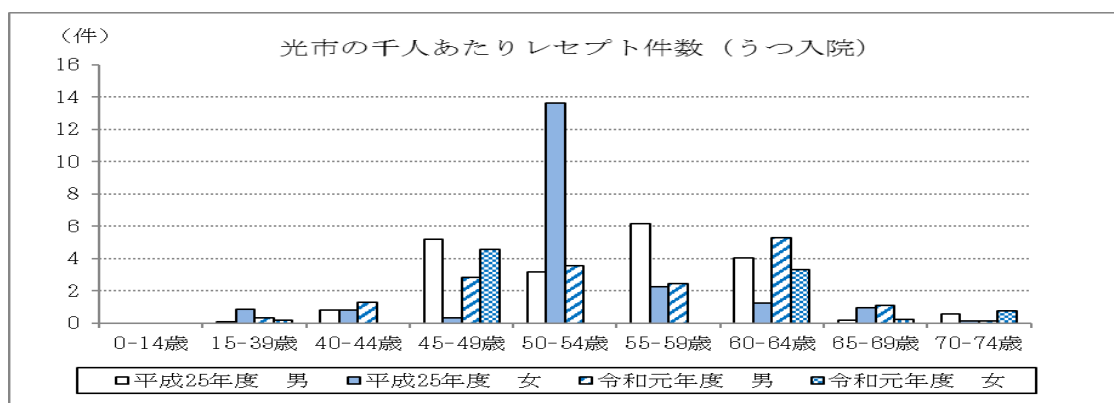
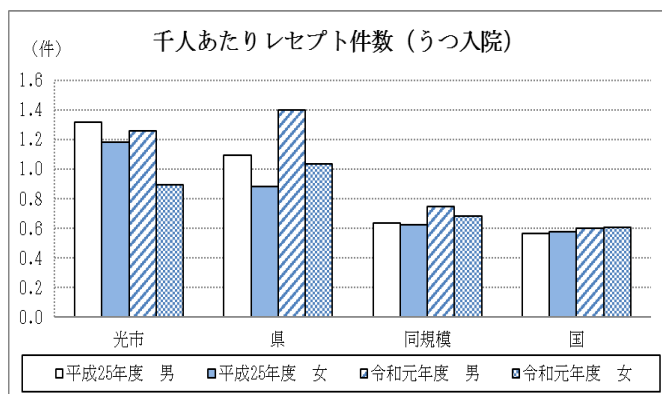


出典：厚生労働省 自殺統計

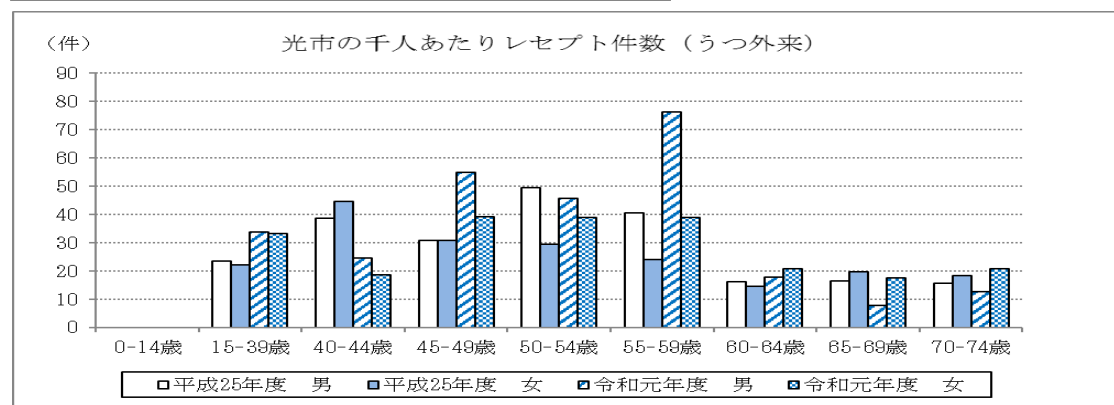
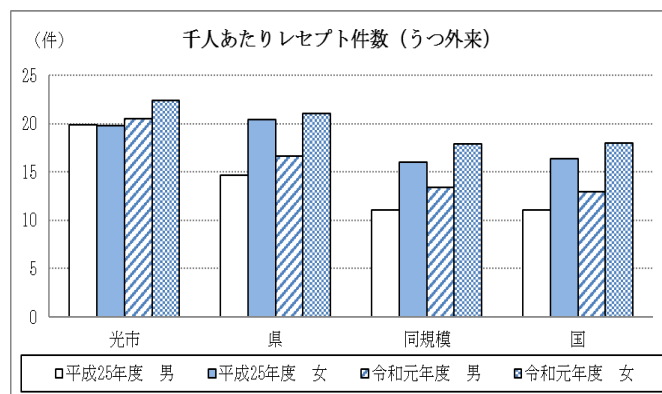
自殺者数を年代別で表すと、平成21～25年（5年間）は30歳代、平成26～30年（5年間）は30・40・60歳代に多い状況です。いずれも性別では男性に多い状況です。

(2) うつ病の診療状況

ア 入院



イ 外来

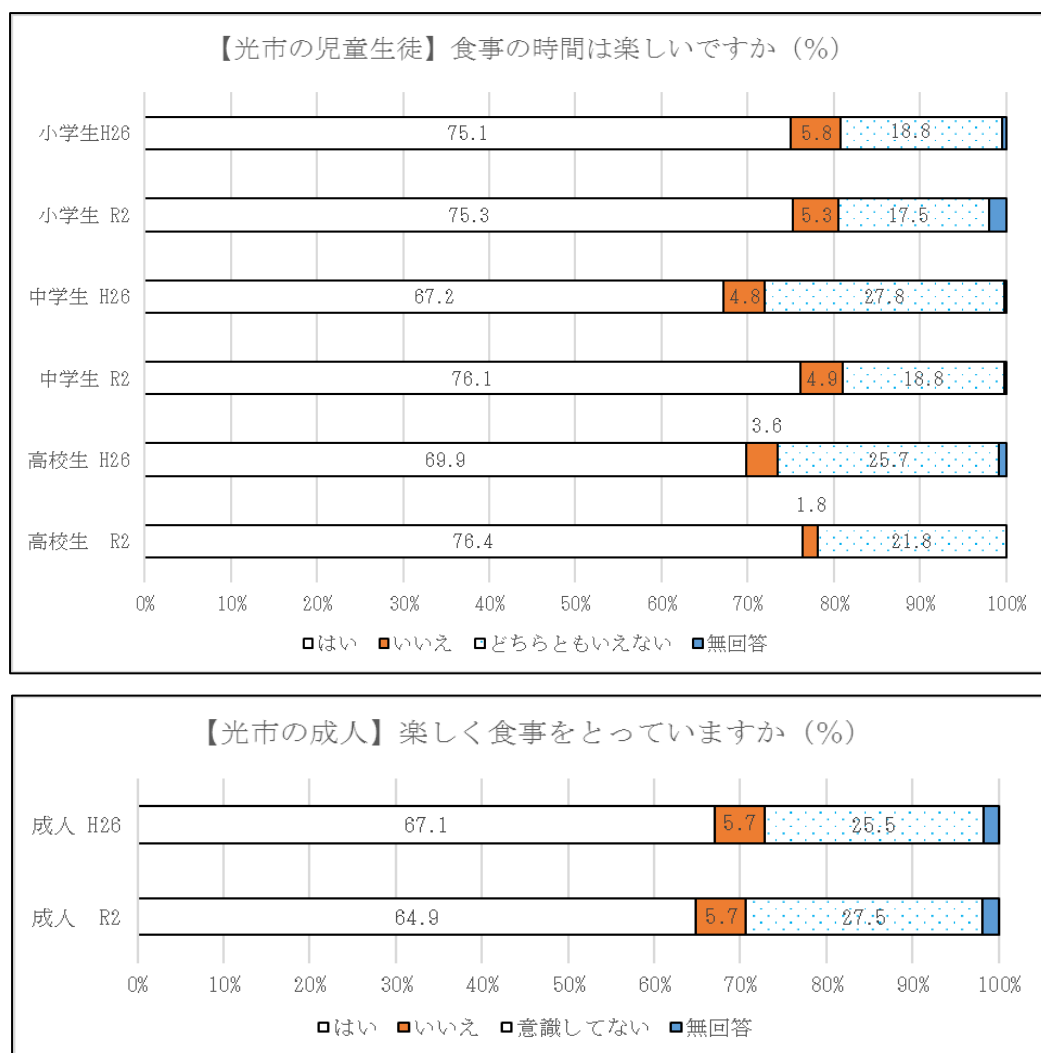


出典：国保データベース（KDB）

うつ病で診療する件数が入院では同規模の市町、県、全国に比べ多く、外来では同規模の市町、全国に比べ多い状況です。年代別の入院では、平成 25 年度に 50～54 歳の女性が圧倒的に多い状況でしたが、令和元年度は 60～64 歳の男性及び 45～49 歳の女性が多い状況です。また、外来では、令和元年度 55～59 歳の男性を始め、男女とも働く世代に多い状況です。

5 栄養・食生活について

(1) 食事時間の楽しさ



光市「健康・食育に関するアンケート調査」の結果、「食事の時間は楽しいですか」という設問に「はい」と回答の児童生徒の割合は、小学生・中学生・高校生ともに平成 26 年度（小学生 75.1%、中学生 67.2%、高校生 69.9%）から、令和 2 年度（小学生 75.3%、中学生 76.1%、高校生 76.4%）と増加しています。一方、成人の「あなたは、楽しく食事をとっていますか」という設問に「はい」と回答の割合は、平成 26 年度 67.1%から、令和 2 年度 64.9%と減少しており、「意識していない」と回答の割合は、平成 26 年度 25.5%から、令和 2 年度 27.5%と増加している状況です。

6 光市健康づくり推進計画について

(1) 光市健康づくり推進計画の周知度

令和2年度 光市「健康・食育に関するアンケート調査（20歳以上成人）」の結果、「光市健康づくり推進計画」という「言葉も内容も知っている」市民の割合は13.3%、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」市民の割合は46.9%、「言葉も内容も知らなかった」市民の割合は37.1%という状況です。

(2) 光市朝ごはん部の周知度

令和2年度 光市「健康・食育に関するアンケート調査（20歳以上成人）」の結果、「光市朝ごはん部」という「言葉も内容も知っている」市民の割合は7.6%、「言葉は知っていたが、内容は知らなかった」市民の割合は15.8%、「言葉も内容も知らなかった」市民の割合は73.4%という状況です。

「光市健康づくり推進計画」

“あなたが主役 みんなが笑顔で元気に過ごせるまち 光”を目指し、光市の豊かな自然環境のもと、市民一人ひとりが無理なく健康づくりに取り組み、市民の皆さんがいつまでも笑顔で元気に暮らせるまちづくりを進めています。市民の皆さんが自分の健康状態を知り自分に相応しい健康づくりの計画を立てる「まもる(健診・検診、計画)」に加え、自分自身で取り組む3つの行動「うごく(運動)」「たべる(食)」「なごむ(こころの健康、休息)」の4つの要素で健康づくりを推進している。

「光市朝ごはん部」

主にFacebookを利用した仮想の部で、光市からの情報発信のみならず、光市民の朝ごはんに関する情報や感想、取り組みなどを集約・発信し、朝ごはんを食べることやバランスのよい食生活の実践など、食を通した健康づくりを支援することを目的として活動している。