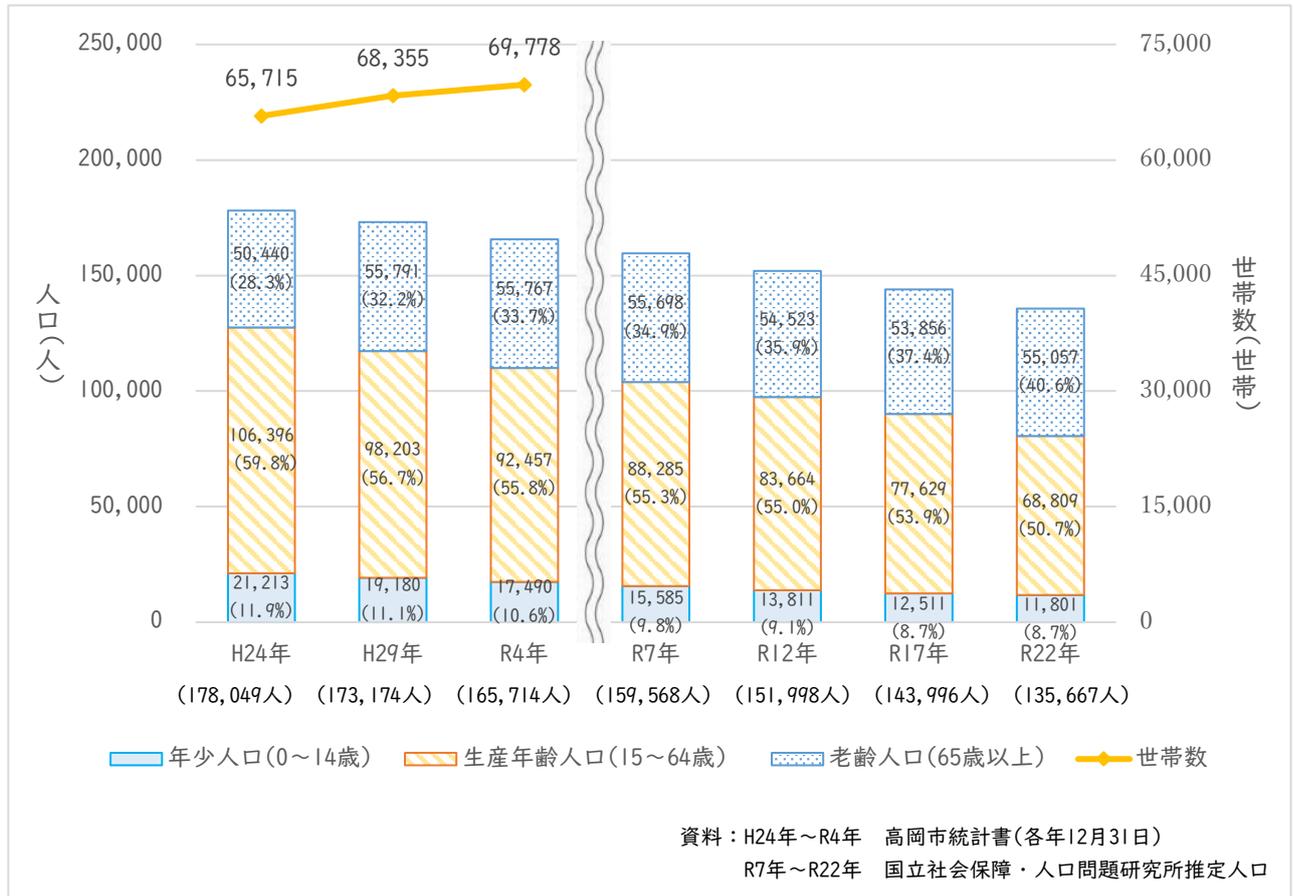


第2章 高岡市の健康に関する現状

1 人口動態

(1) 人口の推移

① 人口と年齢別人口構成割合および世帯数の推移と推計



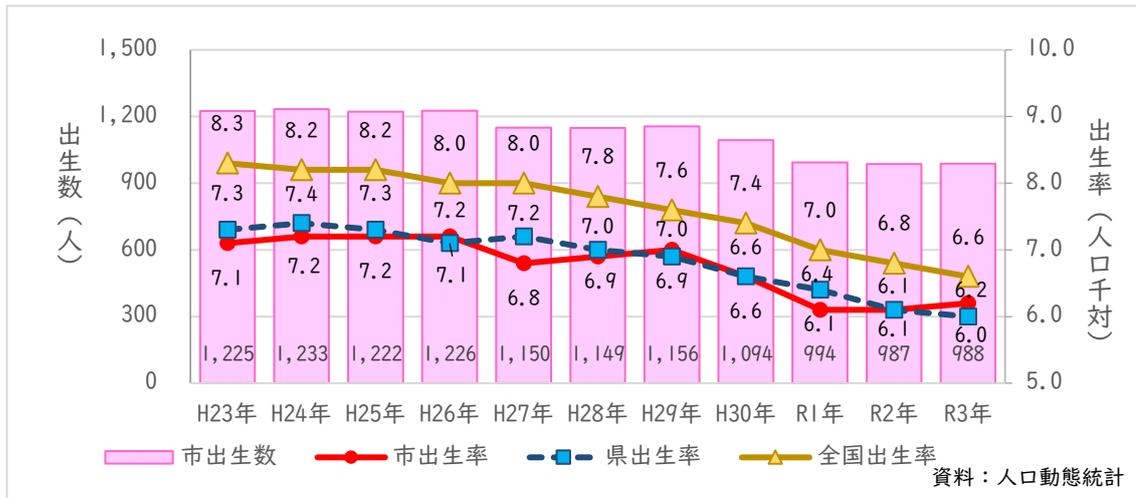
本市の総人口は徐々に減少しており、令和4年には165,714人となっています。一方、世帯数は増加しており、令和4年の1世帯あたりの家族員数は2.37人となり、核家族化が進んでいます。推計人口をみると、今後人口減少幅が拡大し、令和22年(2040年)には約136,000人になると推定されています。

年齢別人口構成割合は、年少人口・生産年齢人口の割合が徐々に減少する一方、高齢人口の割合が増加しており、団塊ジュニア世代が65歳以上になる令和22年(2040年)には、高齢化率は40.6%になると推定され、さらに少子高齢化が進んでいくことが見込まれます。

令和2年に本市が策定した第2期高岡市総合戦略「みらい・たかおか」では、短・中期的な視野のもと、人口減少に対応した地域づくりを進めつつ、社会動態の面から移住・定住対策などを強化し、人口減少を抑制するとともに、特に若い世代が、働きやすく、子育てしやすい環境づくりを進め、子どもを産む女性人口の確保に努めながら、長期的な視野のもと出生率の向上を通じた人口の確保と人口構造の若返りを目指しているところです。

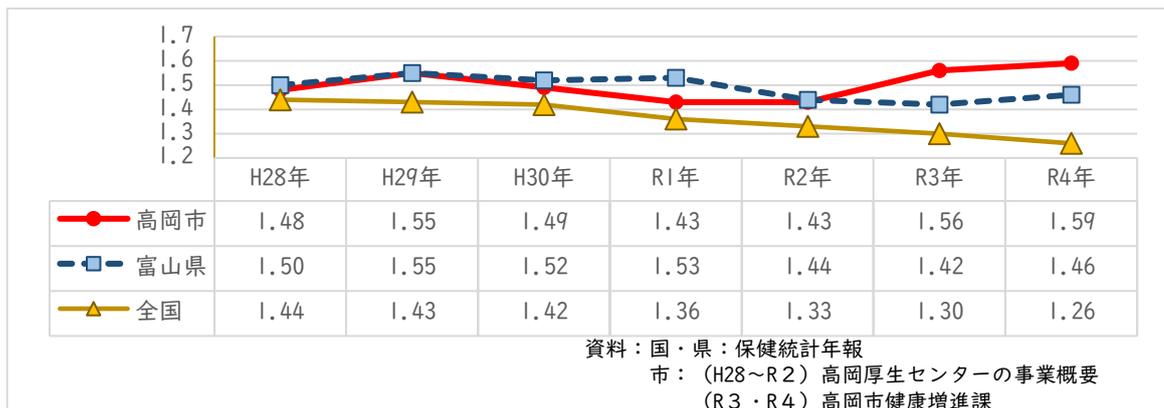
(2) 出生

① 出生数・出生率の推移



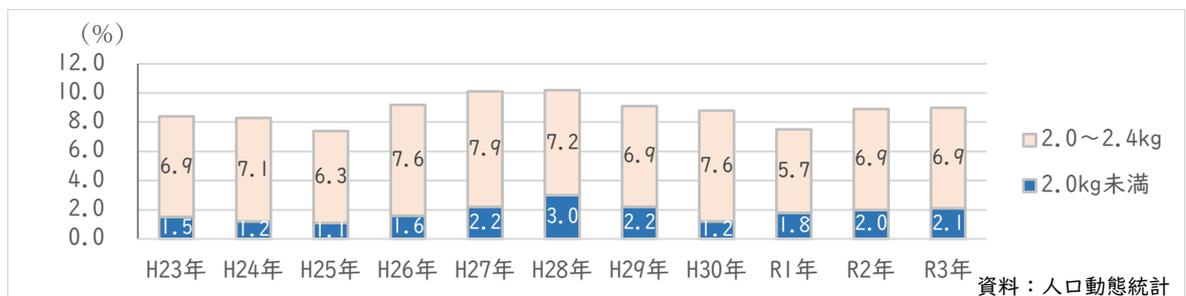
出生率は全国より低い傾向にあります。出生数・出生率は、増減を繰り返しながら減少傾向を示しています。

② 合計特殊出生率※の推移と比較



合計特殊出生率は、増減を繰り返しながら横ばいで推移しています。

③ 高岡市の低出生体重児の出生割合の推移

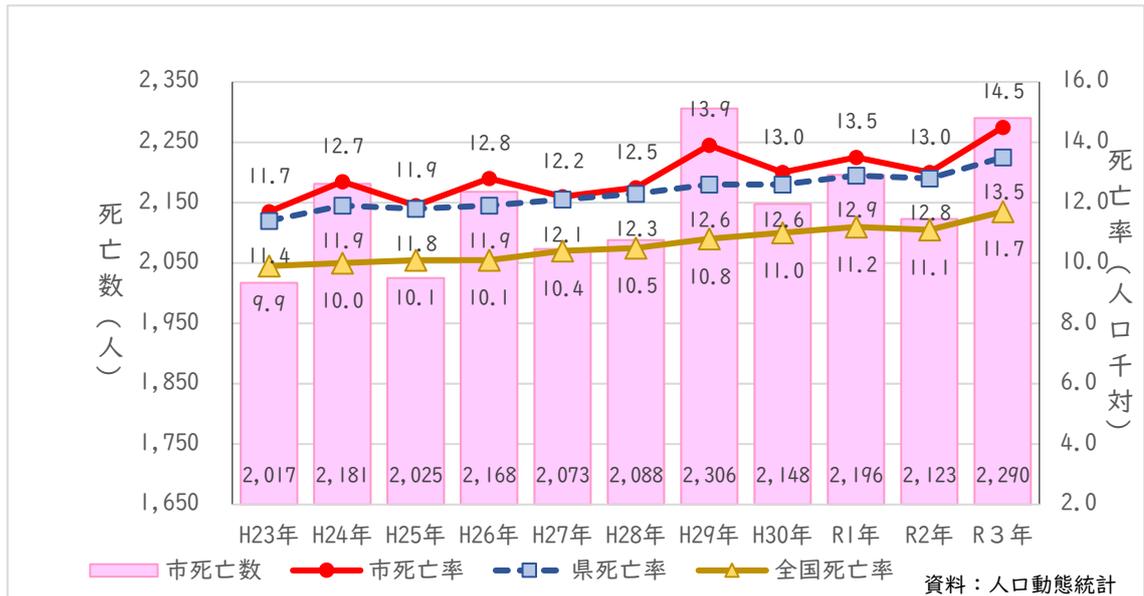


低出生体重児(2.5kg未満)の出生割合は、増減を繰り返しながら約10%程度で推移しています。全国と県も同様の推移になっています。

※ 合計特殊出生率：一人の女性が生涯に産む子どもの数のことをいいます。

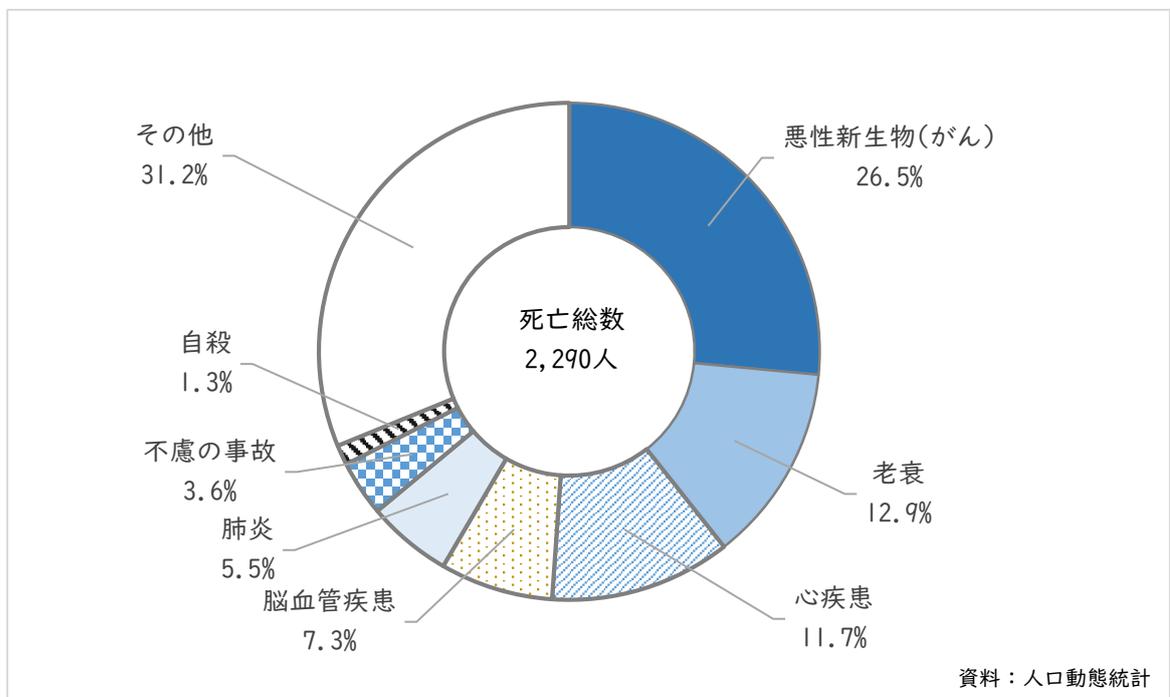
(3) 死亡

① 死亡数・死亡率の推移



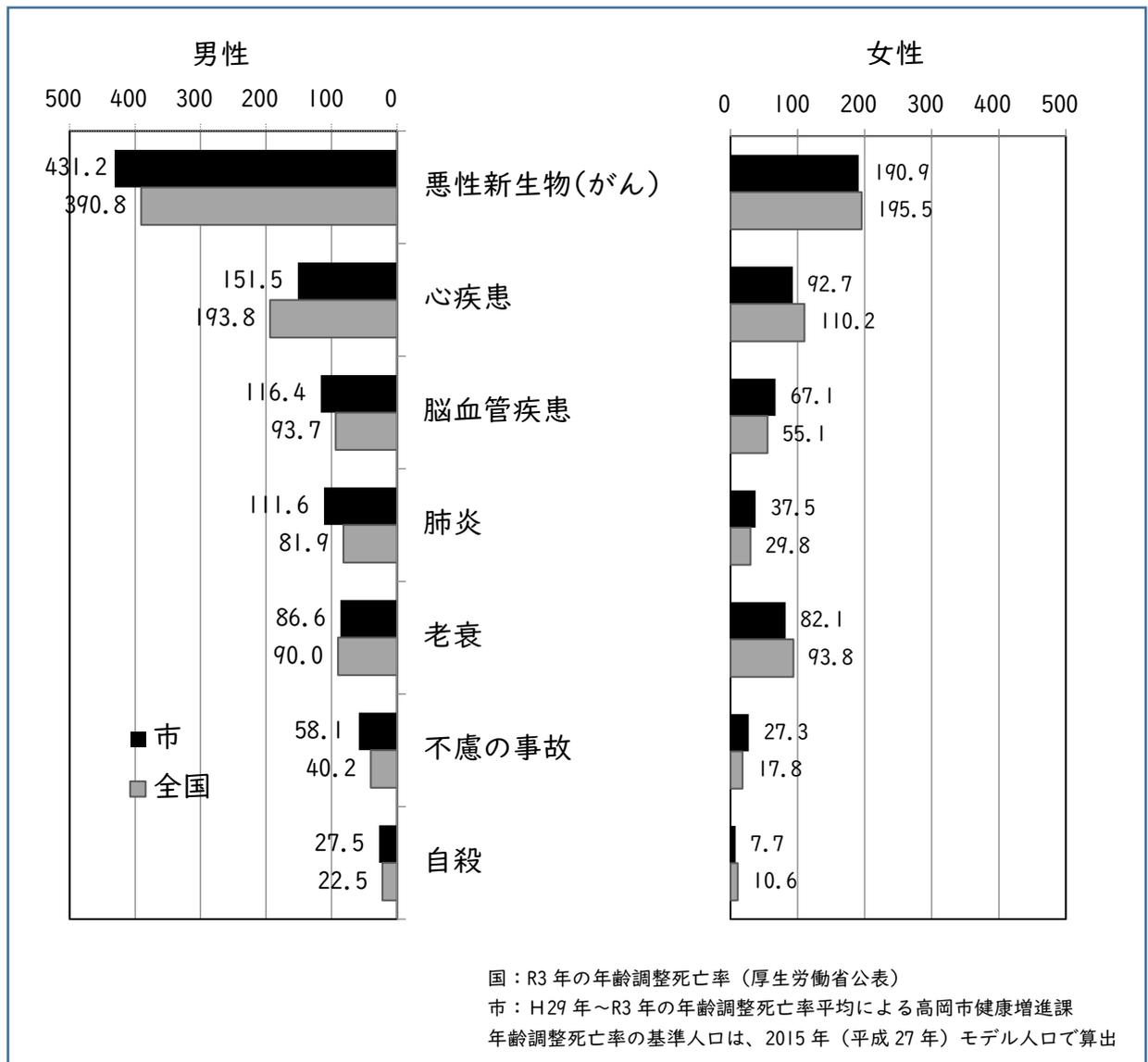
死亡数は、出生数を上回っており、死亡率は増減を繰り返しながら、増加傾向を示しています。

② 高岡市の死因別死亡割合 (令和3年)



死因別死亡割合は、悪性新生物(がん)が最も高く、次いで老衰、心疾患、脳血管疾患の順となっています。

③ 死因別死亡率（年齢調整死亡率※）の比較（人口10万対）

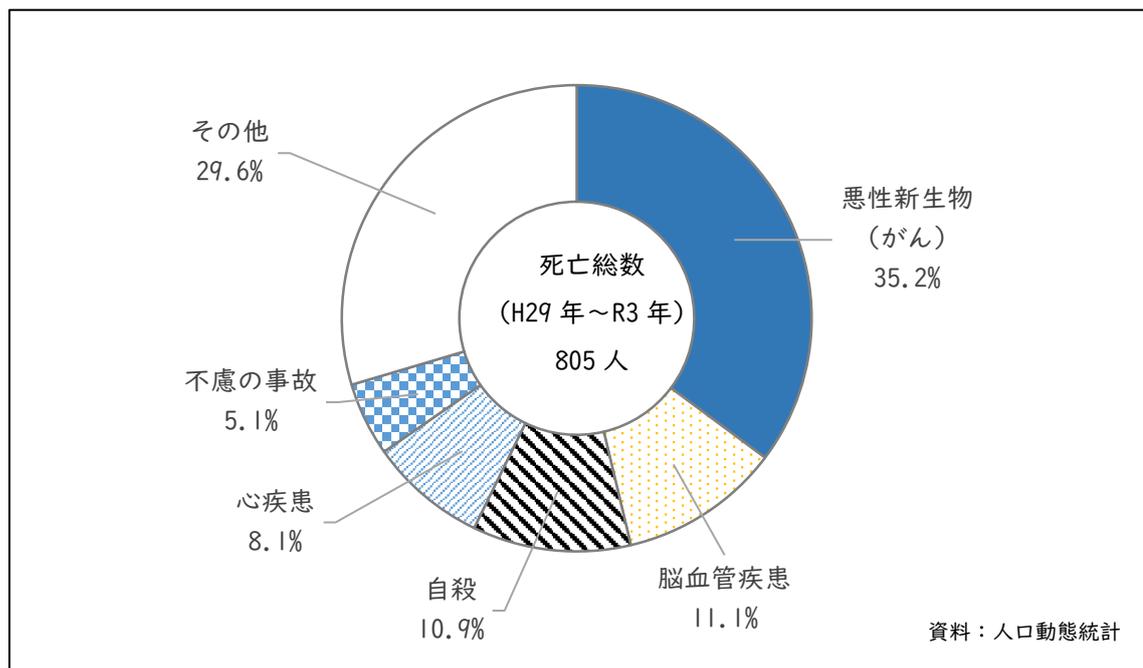


死因別の年齢調整死亡率は、悪性新生物（がん）が高く、男性が女性を上回っています。死因順位の高い悪性新生物（がん）、心疾患、脳血管疾患、肺炎のうち、脳血管疾患、肺炎は男女ともに全国より高くなっています。

※ 年齢調整死亡率：人口の異なる集団を比較するため、これらの集団における人口の年齢構成の違いを考慮し、調整した死亡率（人口10万人あたりの死亡数）のことをいいます。

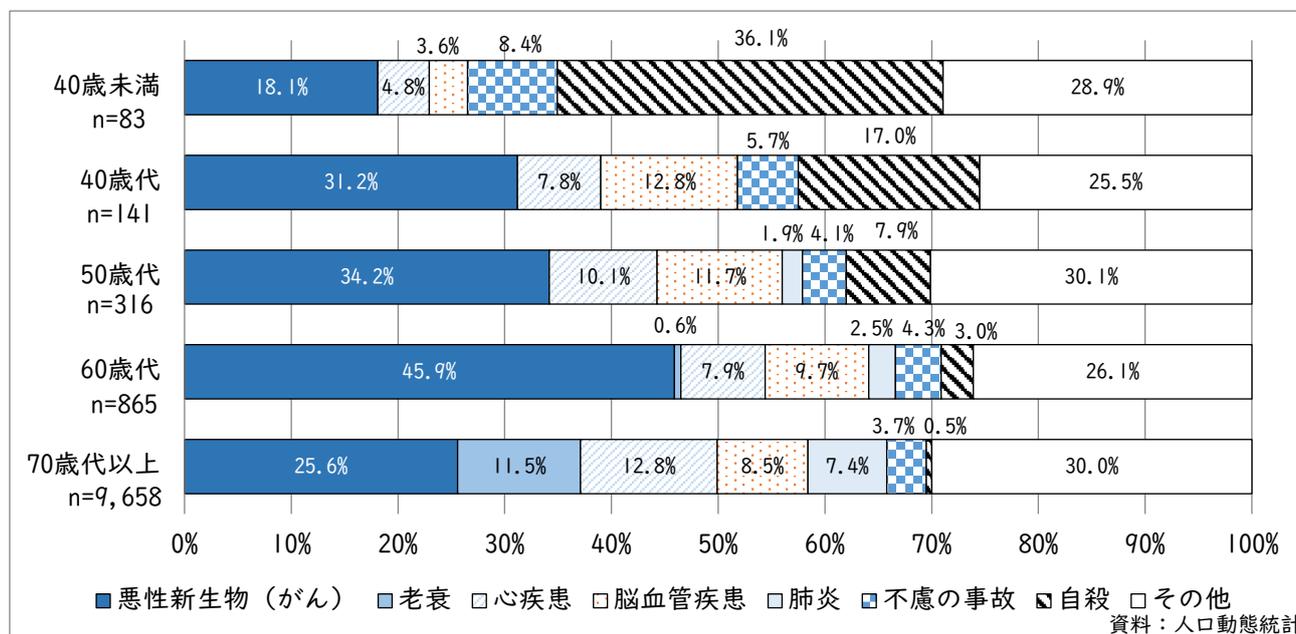
④ 高岡市の20歳～64歳における死因別死亡割合

(平成29年～令和3年累計)



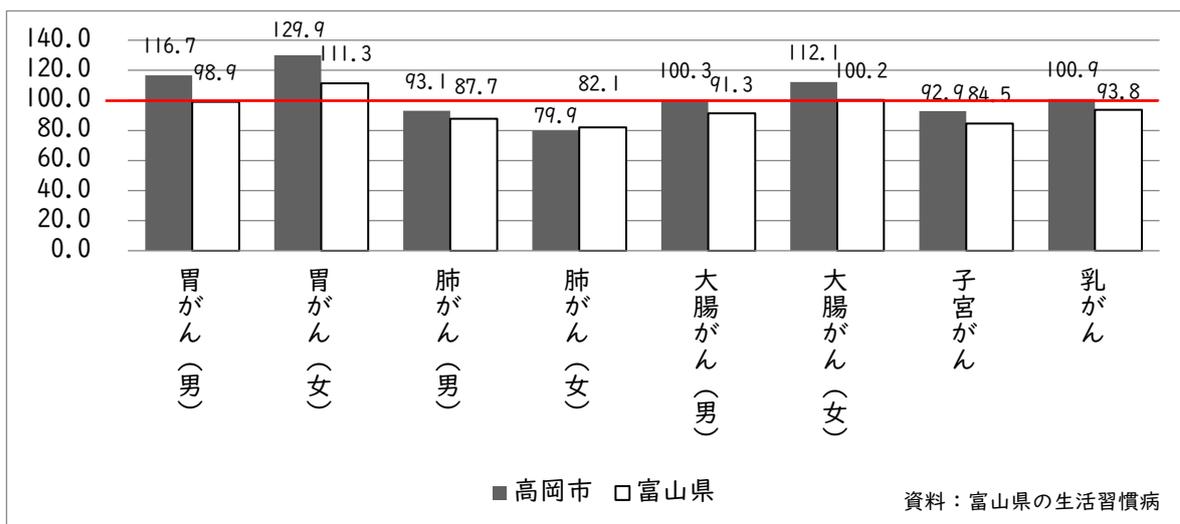
20歳～64歳の死因別死亡割合では、悪性新生物（がん）が最も高く35.2%を占め、次いで脳血管疾患、自殺、心疾患、不慮の事故の順となっています。

⑤ 高岡市の年代別の死因別死亡割合（平成29年～令和3年累計）



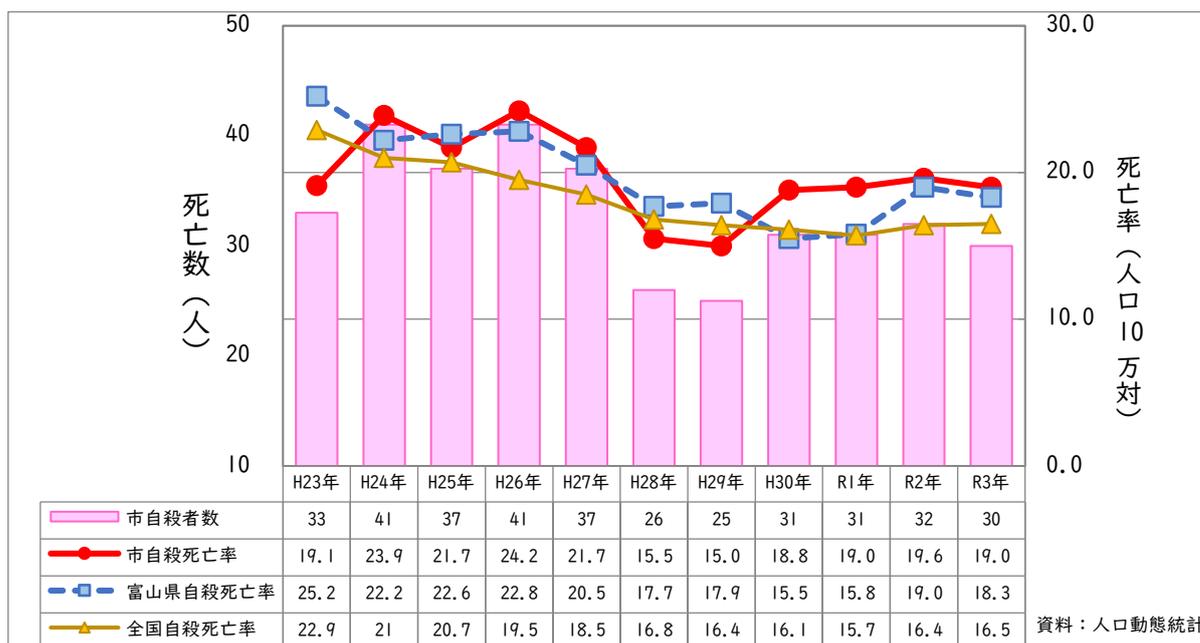
年代別死因割合では、40歳未満は自殺が最も高く、40歳代以降では悪性新生物（がん）が最も高くなっています。

⑥ 部位別がんの標準化死亡比※（平成 28 年～令和 2 年平均）



死因1位である悪性新生物（がん）の部位別がんの標準化死亡比をみると、本市では男女ともに胃がん、大腸がん、女性の乳がんが、全国より高くなっています。また、女性の肺がんを除き、全てのがんで富山県平均の死亡率を上回っています。

⑦ 自殺者数・自殺死亡率の推移



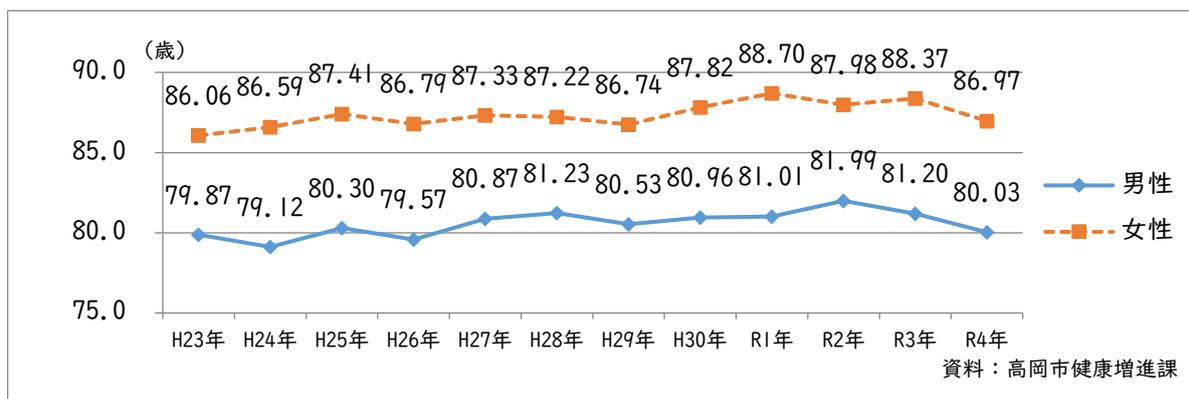
自殺者数は、増減を繰り返しながら減少傾向にあります。また、本市の自殺死亡率は、国や県より高い傾向にあります。

※ 標準化死亡比：年齢構成の異なる地域間で死亡状況の比較ができるように年齢構成を調整した死亡率のこと。国の平均を 100 としており、標準化死亡比が 100 以上の場合は国の平均より死亡率が高いと判断されます。

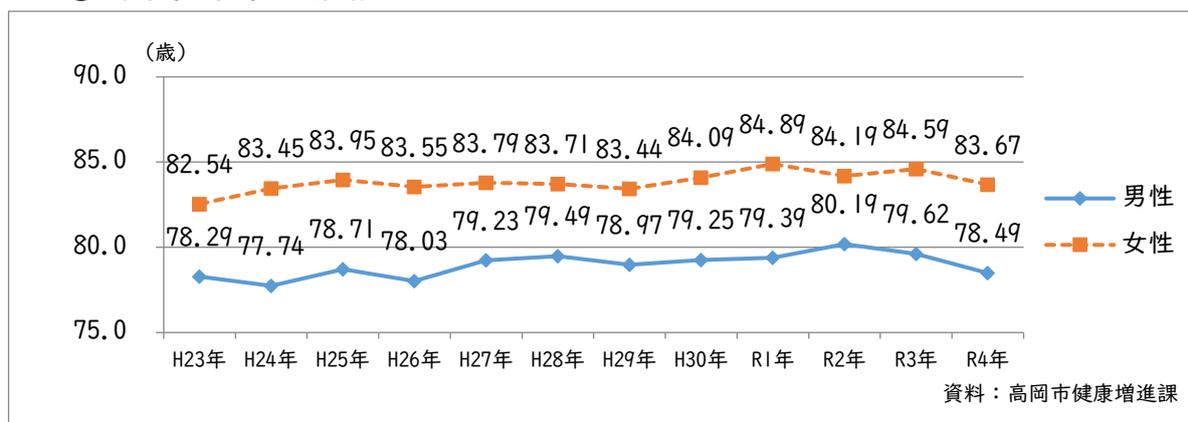
2 平均寿命と健康寿命

以下の指標は、平成24年度厚生労働科学研究費補助金による「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」「健康寿命の算定プログラム」により算出した本市の平均寿命、健康寿命、不健康な期間の推移です。なお、不健康な期間^{*}は、健康割合の分子を介護保険の要介護2～5の認定者数と規定して試算したものです。

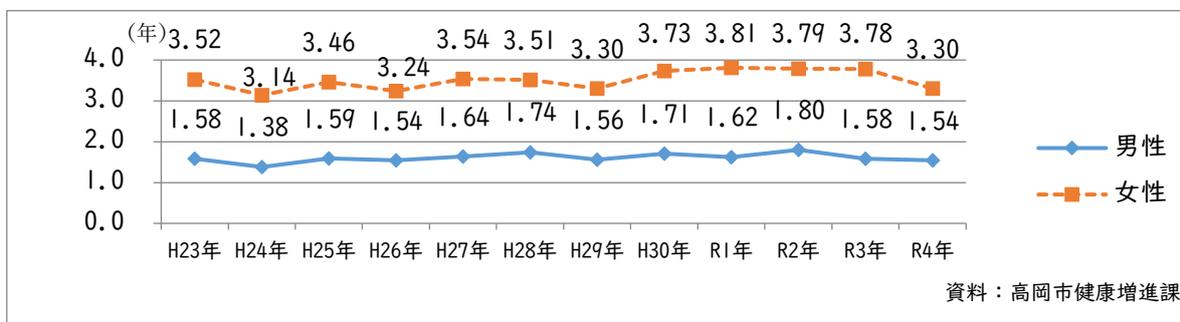
① 平均寿命の推移



② 健康寿命の推移



③ 不健康な期間の推移



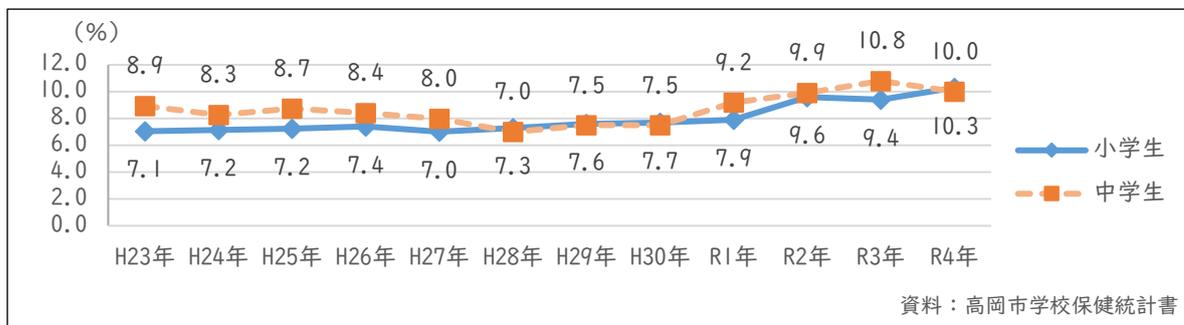
平成23年から令和4年までにおいては、平均寿命、健康寿命は増減を繰り返しながら、横ばいで推移しています。一方で、不健康な期間^{*}は短縮傾向にあります。

^{*} 不健康な期間：日常生活動作に介助が必要な期間の平均をいいます。

3 健康状況

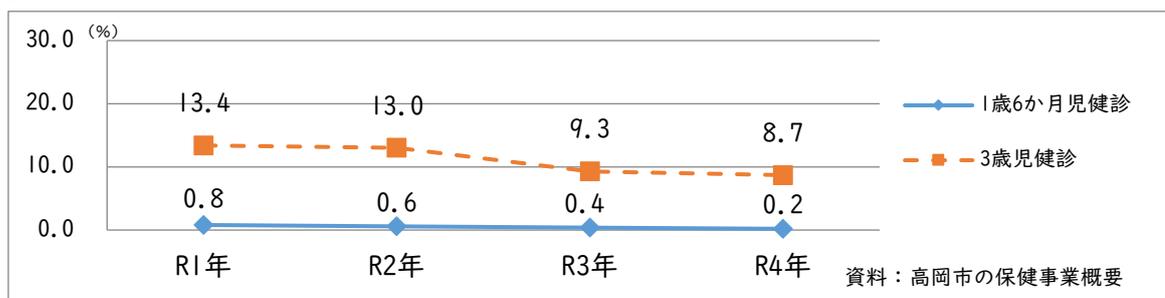
(1) 子どもの健康状況

① 小・中学生の肥満傾向※の推移



小学生・中学生の肥満傾向のある児童・生徒は経年で見ると増加傾向です。

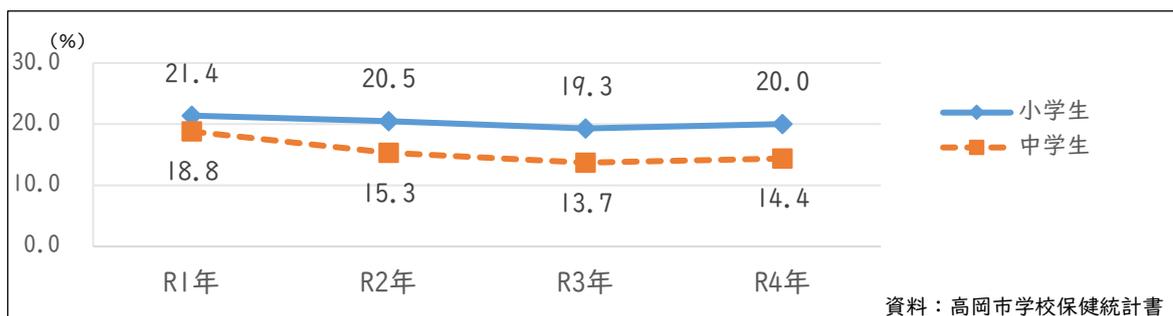
② 乳幼児健診における罹患率



1歳6か月児及び3歳児のおし歯罹患率は、経年で見るとどちらも減少傾向です。

※罹患率は、処置完了者を含みます。

③ 小・中学生の未処置歯保有率（永久歯・乳歯）

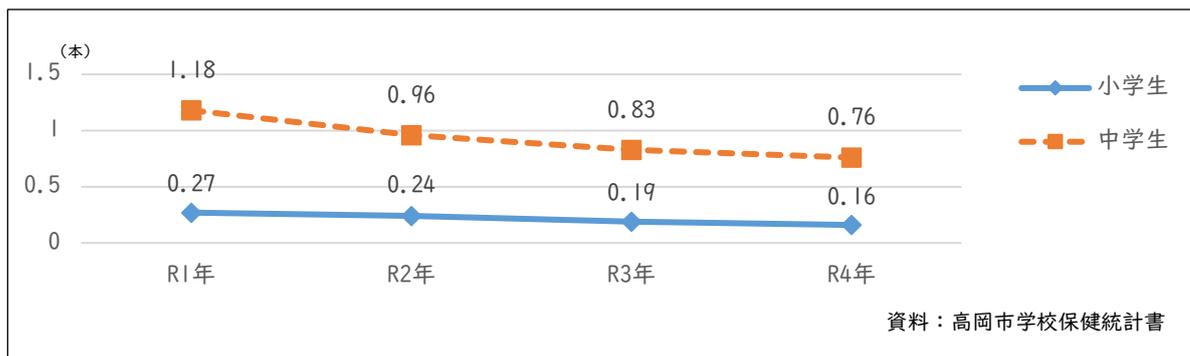


小学生及び中学生の未処置歯保有率は、小学生よりも中学生が低くなっています。

※未処置歯保有率は有未処置歯者の割合を指します。処置完了者は含みません。

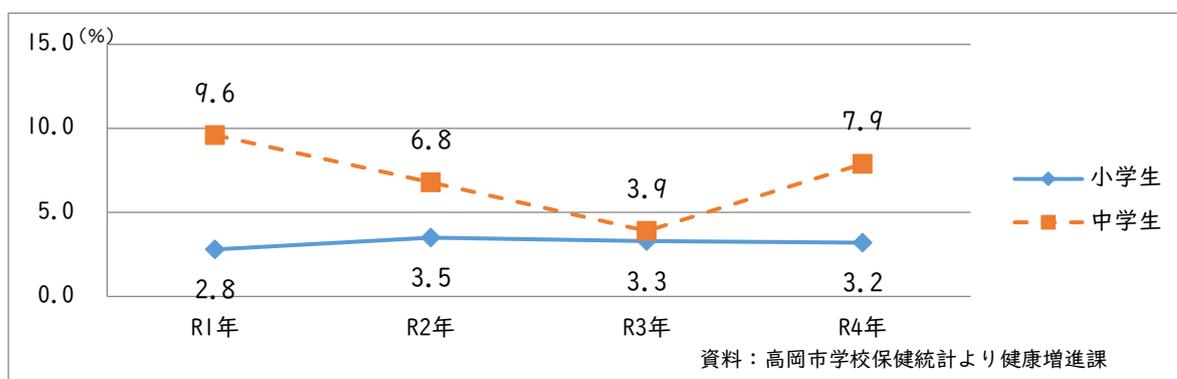
※ 肥満傾向：肥満度 $(\text{体重 (kg)} - \text{標準体重 (kg)}) \div \text{標準体重 (kg)} \times 100$ が20%以上の児童・生徒のことを指します。

④ DMF※（一人当たりの平均う歯数）



一人当たりの平均う歯数は、小学生、中学生ともに減少傾向です。

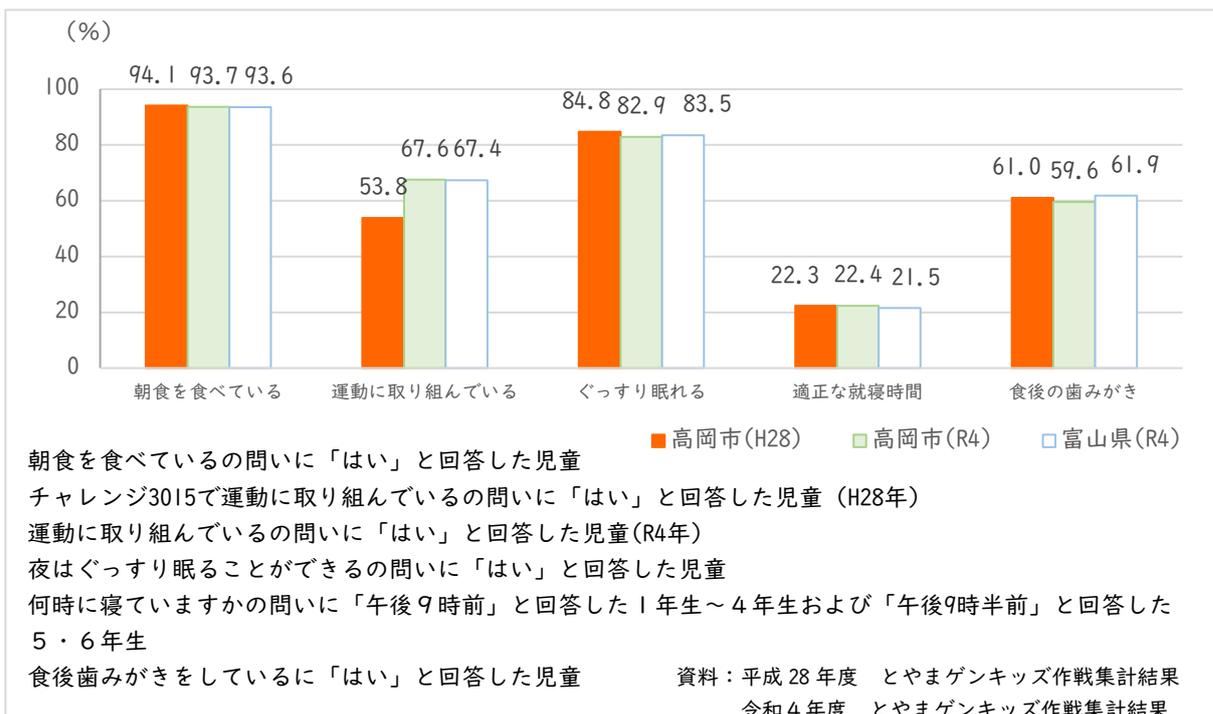
⑤ 歯垢・歯肉の異常



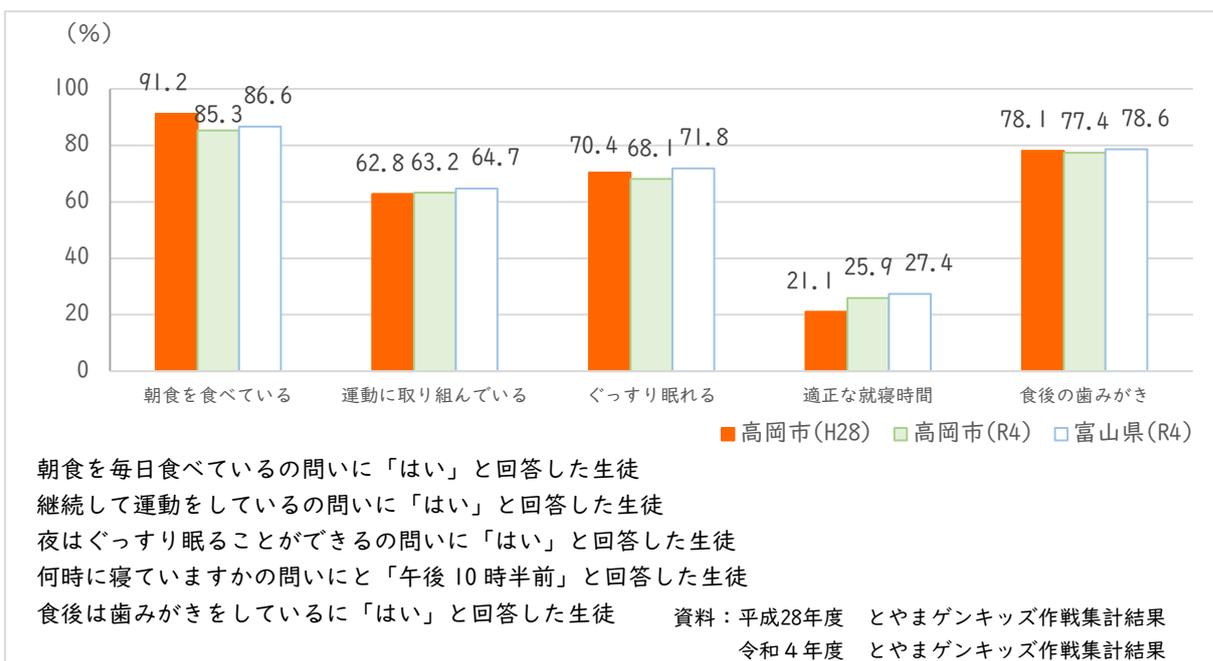
歯垢の沈着・歯肉の異常については、小学生よりも中学生が高くなっています。

※ DMF：永久歯のおし歯を経験した歯の数を意味する。「D」（decayed teeth の略）は未処置のおし歯、「M」（missing teeth の略）はおし歯が原因で抜去した歯、「F」（filled teeth の略）はおし歯が原因で処置した歯を指します。

⑥ 小学生の生活習慣



⑦ 中学生の生活習慣



「適正な就寝時間」は、小・中学生ともに低い傾向にとどまっています。

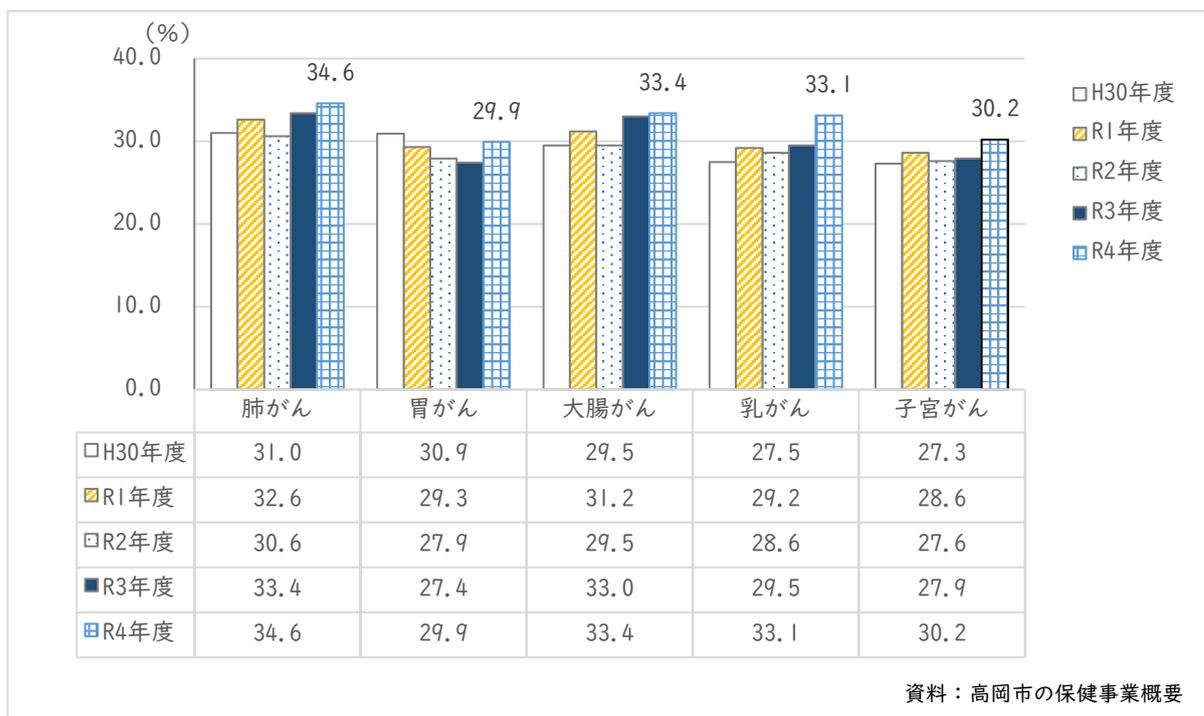
中学生は、「朝食を食べている」「ぐっすり眠れる」の割合が平成28年より減少しており、小学生と比べても低くなっています。

「食後の歯みがき」は小学生に比べて中学生が高くなっていますが、平成28年より、小・中学生ともに割合が低くなっています。

(2) 成人および高齢者の健康状況

① 各種健康診査等受診状況

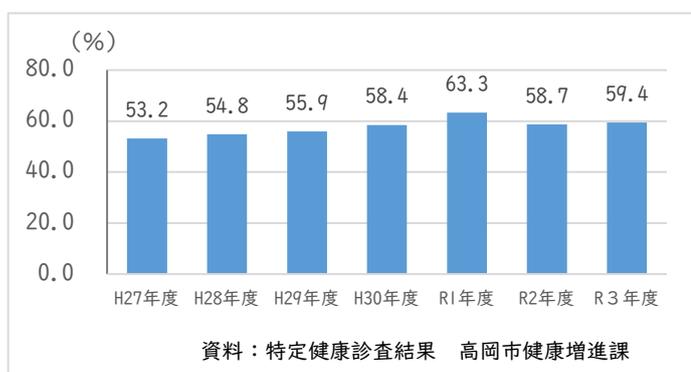
『高岡市のがん検診受診率の推移』



がん検診の受診率は、胃がん検診以外は増加していますが、いまだ 20～30%台で留まっています。

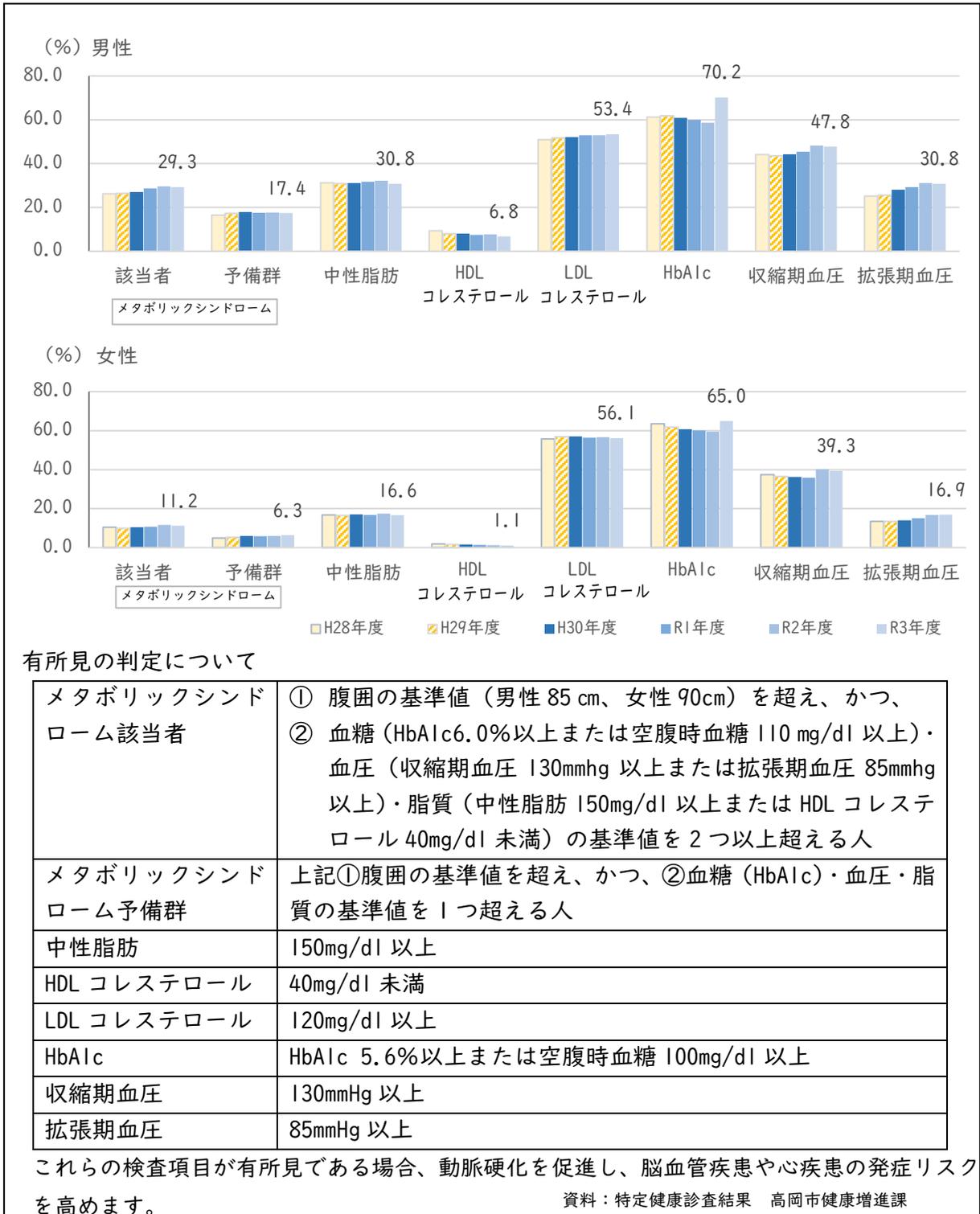
以下の「特定健康診査受診率の推移」「特定健康診査有所見者の状況」については、各医療保険者に義務付けられた 40～74 歳の加入者対象の健康診査であり、高岡市国民健康保険と全国健康保険協会が実施する特定健康診査受診者の結果を合算したもの（高岡市の 40～74 歳の人口の概ね 7 割のデータにあたる）です。

『特定健康診査受診率の推移』



特定健康診査受診率は、年々増加していましたが、新型コロナウイルス感染症が流行しはじめた令和 2 年度は減少しています。

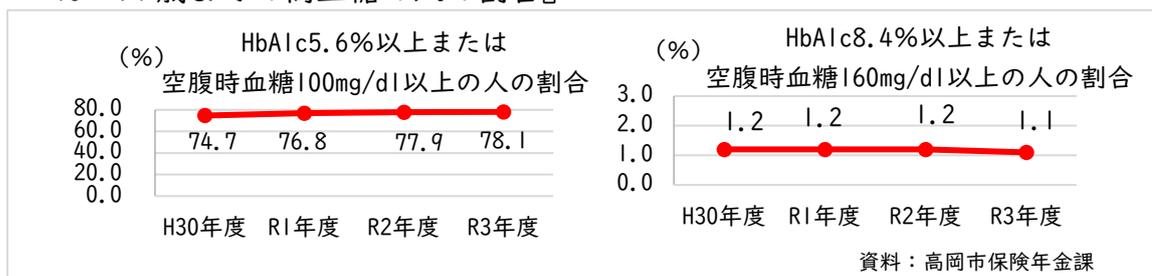
② 特定健康診査有所見者の状況



特定健診の有所見者の状況では、HbA1c が 5.6%以上または空腹時血糖 100mg/dl 以上の人の割合が最も高く、次いで、LDL コレステロール 120mg/dl 以上の人の割合が高い状況です。また、メタボリックシンドロームの有所見者では予備群よりも該当者の割合が高く、男性では予備群と該当者を合わせると 45%を超えています。

③ 国民健康保険における特定健康診査・医療費の状況

『40～74歳までの高血糖の人の割合』



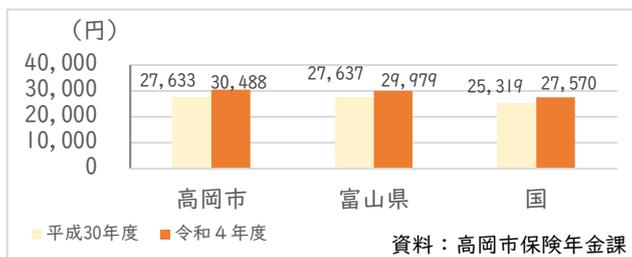
糖尿病の発症を予防するために生活改善が必要となる HbA1c5.6%以上の人の割合は、増加傾向にあります。また、糖尿病重症化予防の指標となる HbA1c8.4%以上の人の割合は、横ばいです。

【参考】『高血糖の人の割合（令和2年度）』

	富山県	高岡医療圏
HbA1c5.6%以上の人の割合	57.4%	63.6%
HbA1c8.4%以上の人の割合	1.0%	1.1%

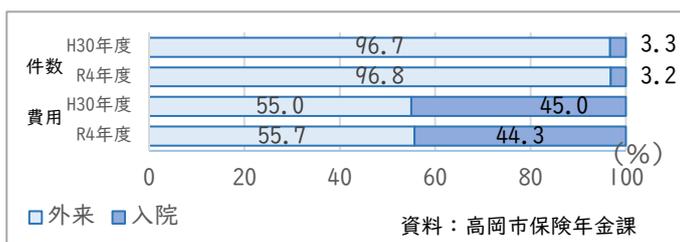
資料：第8回レセプト情報・特定健診等情報データベース（NDB）オープンデータ

『国民健康保険1人1か月当たりの医療費（平成30年度、令和4年度）』



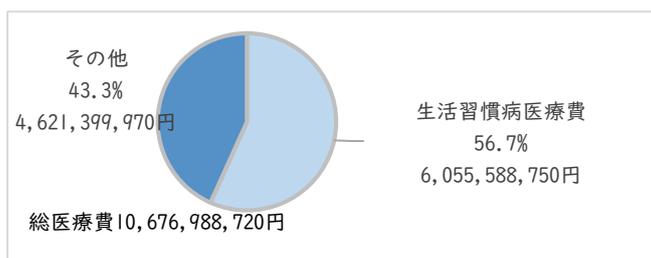
高岡市国民健康保険1人1か月当たりの医療費は、国や県よりも高くなっています。

『外来・入院医療費の件数・費用額の割合（平成30年度、令和4年度）』



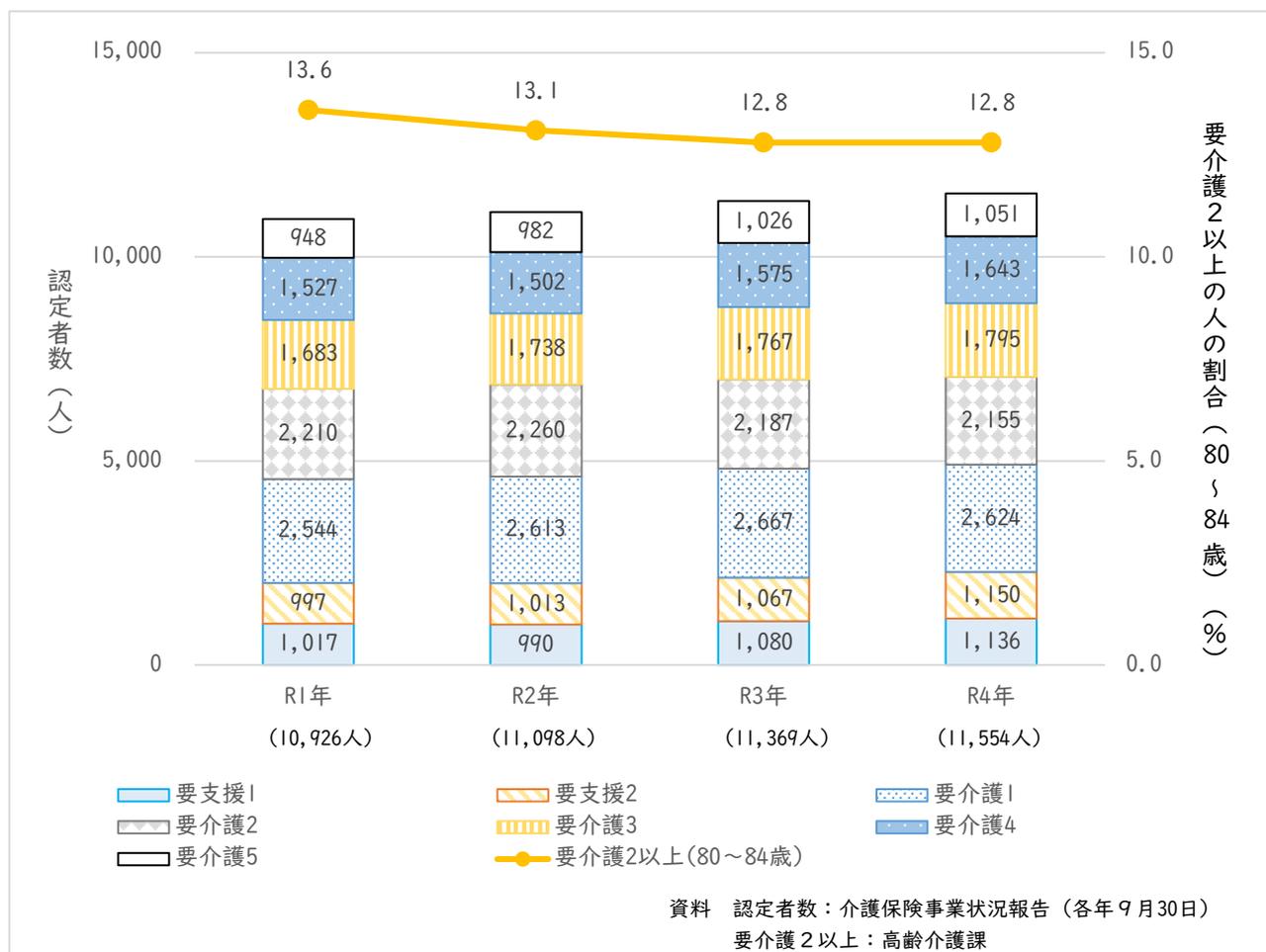
医療費の内訳を見ると、入院が占める件数の割合は全体の3.2%と少ないにもかかわらず、費用の割合では44.3%を占めています。

『総医療に占める生活習慣病の医療費の割合（令和4年度）』



総医療費（約107億円）に占める生活習慣病の医療費の割合は56.7%（約61億円）であり、半数以上を占めています。

④ 要介護認定(第1号及び第2号被保険者)の状況



第1号及び第2号被保険者の要支援・要介護認定の状況を見ると、年々増加しています。健康寿命算出において、不健康な期間は、健康割合の分子を要介護2～5の認定者数と規定して試算しており、本市では、80歳を超えると要介護2[※]以上の人の割合が増加します。80～84歳の要介護2以上の割合は、減少傾向です。

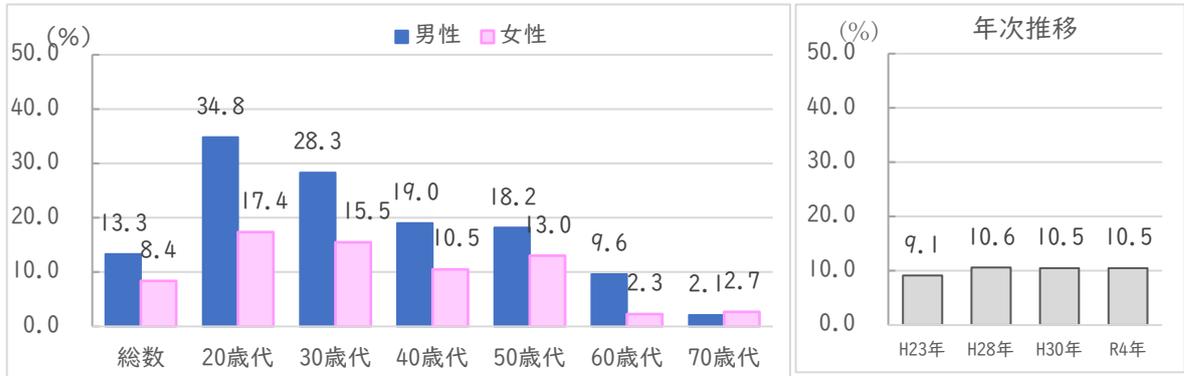
※ 要介護2：電話の使い方、買い物、家事、外出などの手段的日常生活動作を行う能力が低下しており、部分的に介護が必要な状態であることに加え、食事・更衣・排泄・入浴などの日常生活動作にも介護が必要な状態をいいます。

4 生活習慣（令和4年度高岡市健康・栄養調査※の結果）

（1）栄養と食生活

『朝食をとらない人の割合』

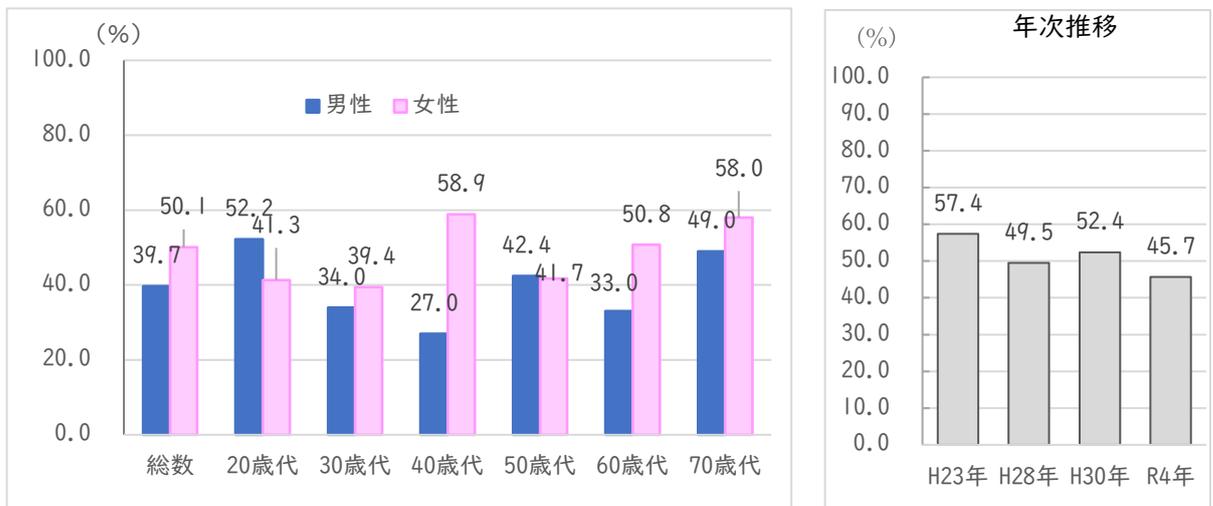
（あなたは、朝食を食べますかの問いに「週に1～3日食べる」「食べない」と回答した人）



朝食をとらない人の割合は、70歳代以外の年代では、女性よりも男性が高く、また、年齢が若い人ほど高くなり、20歳代が最も高くなっています。

『野菜を必要量（350g）食べている人の割合』

（あなたは、野菜を毎日必要な量（350g）食べていると思いますかの問いに「しっかり食べている」「まあまあ食べている」と回答した人）

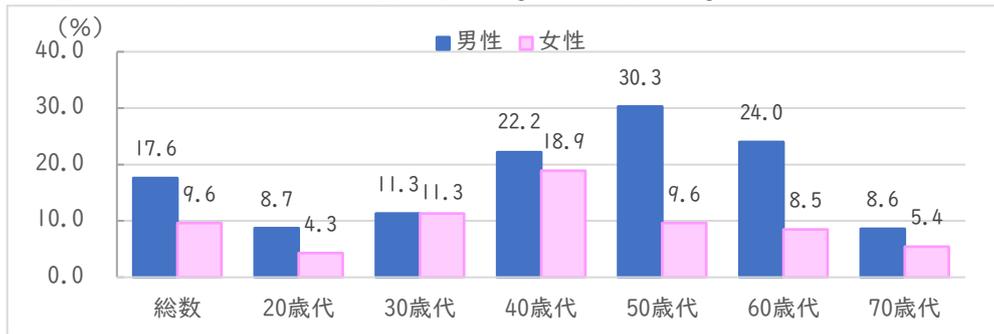


野菜を必要量（350g）食べている人の割合は、年代別、性別にみるとばらつきはありますが、女性より男性が低い状況となっています。年次推移をみると、増減を繰り返しながら減少しています。

※ 高岡市健康・栄養調査：市民の健康に関する意識・知識・行動等を明らかにし、市民の健康増進の総合的な推進を図るために20歳以上80歳未満の高岡市民を対象に実施しています。
（令和4年度 配付数3,000件、回収数1,066件、有効回答数1,061件（有効回答率99.5%））

『生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人※の割合』

(1日当たりの純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上の人)



生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合は、女性より男性が高く、男性は50歳代、女性は40歳代が最も高くなっています。

(2) 健康管理

『肥満の人の割合』

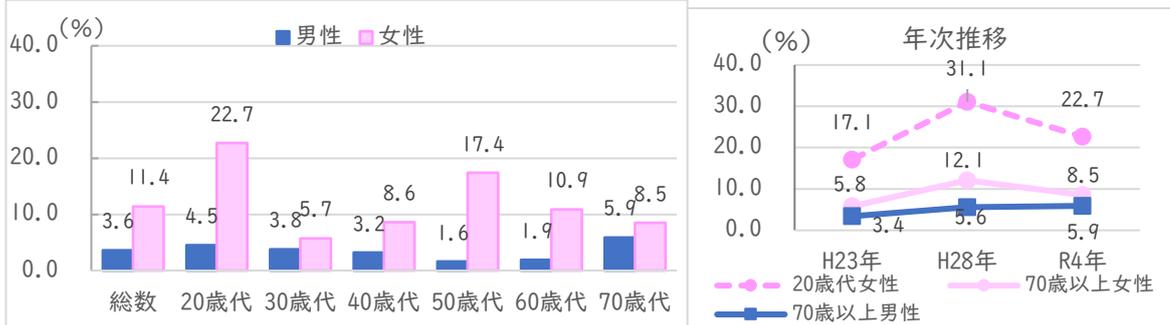
(身長と体重の回答から BMI を算出し、BMI 25.0 以上の人)



肥満の人 (BMI25.0 以上) の割合は、女性より男性が高く、男性の3~4人に1人は肥満となっています。

『やせの人の割合』

(身長と体重の回答から BMI を算出し、BMI 18.5 未満の人)



やせの人の割合は、男性より女性が高く、特に20歳代女性で高い状況です。また、男性では70歳以上が他の年代に比較して高い状況です。

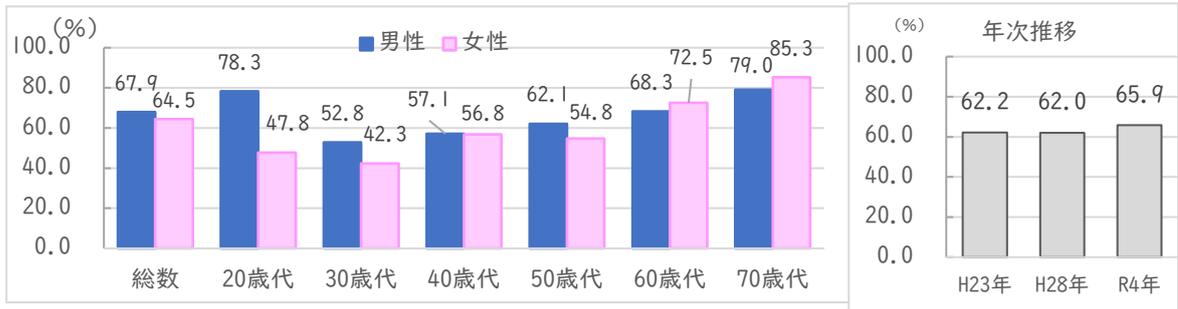
※ 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人：1日当たりの純アルコール摂取量が男性 40g 以上、女性 20g 以上の人とし、以下の方法で算出しています。

男性：「毎日×2合以上」+「週5~6日×2合以上」+「週3~4日×3合以上」+「週1~2日×5合以上」+「月1~3回×5合以上」
 女性：「毎日×1合以上」+「週5~6日×1合以上」+「週3~4日×1合以上」+「週1~2日×3合以上」+「月1~3日×5合以上」

(3) 身体活動・運動

『健康づくりのためにからだを動かしている人の割合』

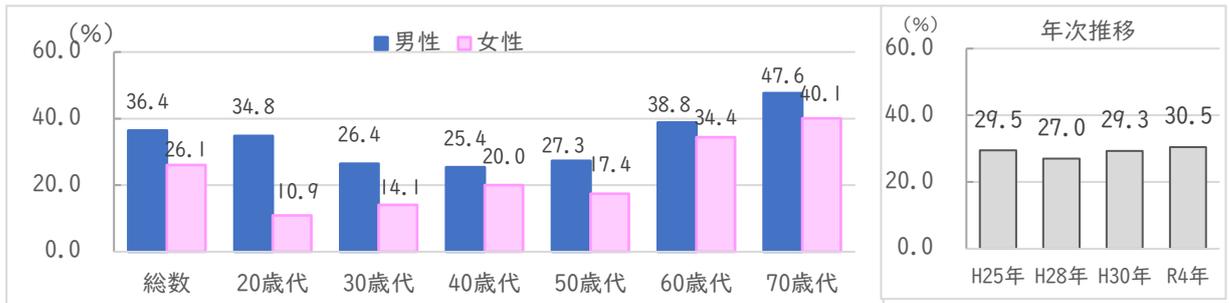
(「健康づくりのためにからだを動かしている」「時々動かしている」と回答した人)



健康づくりのためにからだを動かしている人の割合は、20～50 歳代では女性よりも男性の割合が高く、60 歳以降では逆転しています。また、男女とも 30 歳代が最も低い状況です。年次推移をみると増加しています。

『運動習慣のある人の割合』

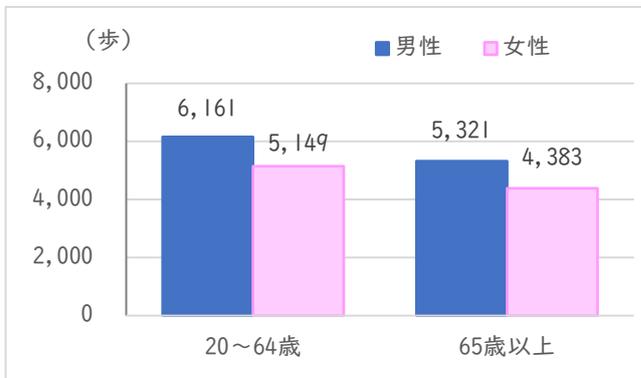
(1 回 30 分以上、週 2 回以上の運動を 1 年以上継続して行っていると回答した人)



運動習慣のある人の割合は、男性では 30～50 歳代、女性では 20～50 歳代が低くなっています。また、年次推移は横ばいにあります。

『日常生活における歩数』

(歩数計使用経験のある人の 1 日の平均歩数)



(参考) 全国の日常生活における 1 日の平均歩数

20～64 歳：男性 7,864 歩、女性 6,685 歩

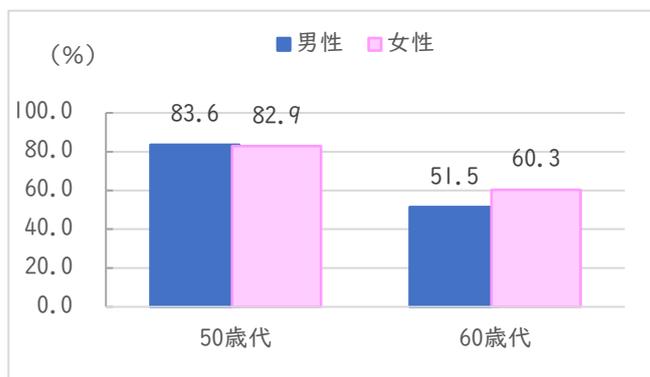
65 歳以上：男性 5,396 歩、女性 4,656 歩

(「国民健康・栄養調査」厚生労働省令和元年度)

1 日の平均歩数は、女性より男性が多い状況です。

(4) 歯の健康

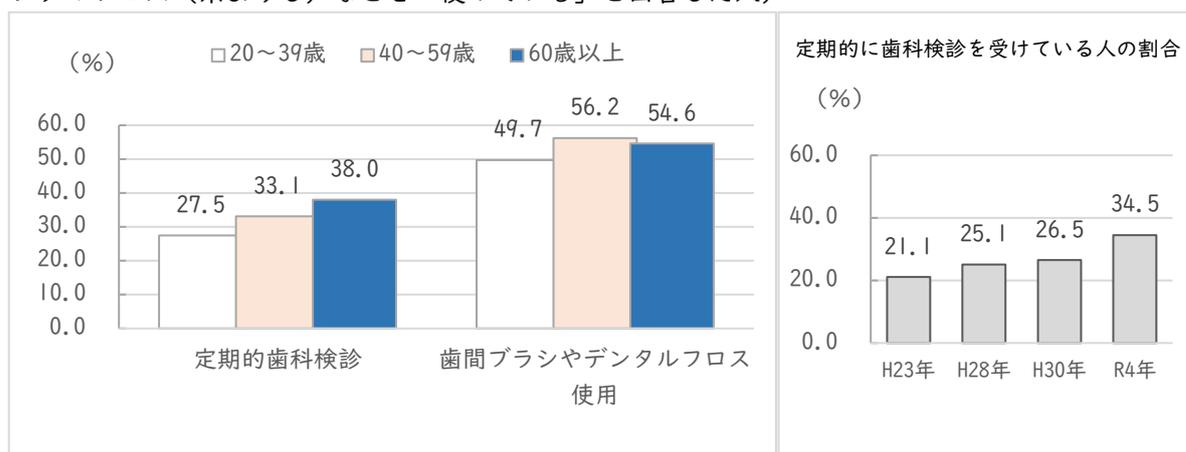
『「自分の歯は24本以上ある」と回答した人の割合』



自分の歯が24本以上ある人の割合は、50歳代から60歳代で急激に減少しています。特に男性で顕著です。

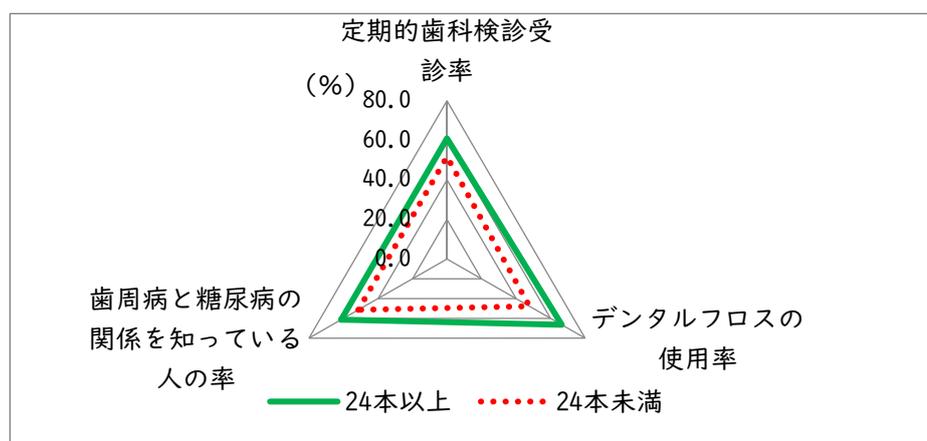
『定期的に歯科検診を受けている人等の割合』

(年1回以上歯科検診等を「受けている」/歯石除去や歯磨き指導を「受けている」/歯間ブラシやデンタルフロス(糸ようじ)などを「使っている」と回答した人)



定期的に歯科検診を受けている人の割合は、年齢が上がるにつれ高くなっています。また、歯間ブラシやデンタルフロスを使用している人は、約半数でした。定期的に歯科検診を受けている人の割合は、年次推移で見ると増加しており、平成23年では約5人に1人でしたが、令和4年では約3人に1人となっています。

『60歳以上で自分の歯が24本以上の人と24本未満の人における定期的歯科検診受診等の状況』



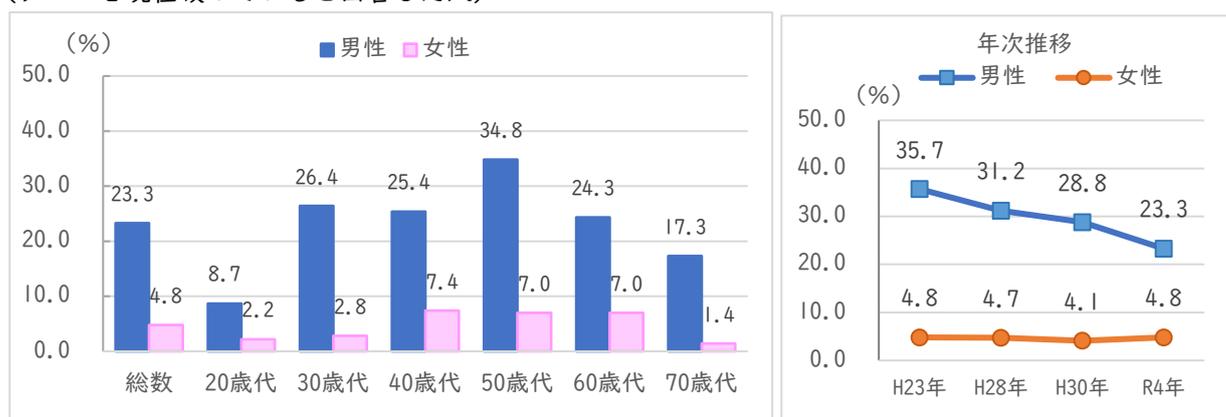
	24本以上	24本未満
定期的歯科検診受診率	61.0%	51.7%
デンタルフロスの使用率	66.5%	47.8%
歯周病と糖尿病との関係を知っている人の率	61.3%	51.4%

24本以上歯を有する人と24本未満の人の歯科検診受診状況等を比べると、24本以上歯を有する人の方が、「定期的な歯科検診受診率」「デンタルフロスの使用率」「歯周病と糖尿病との関係を知っている人の率」のすべての項目において割合が高い状況です。

(5) タバコ

『喫煙者の割合』

(タバコを現在吸っていると回答した人)

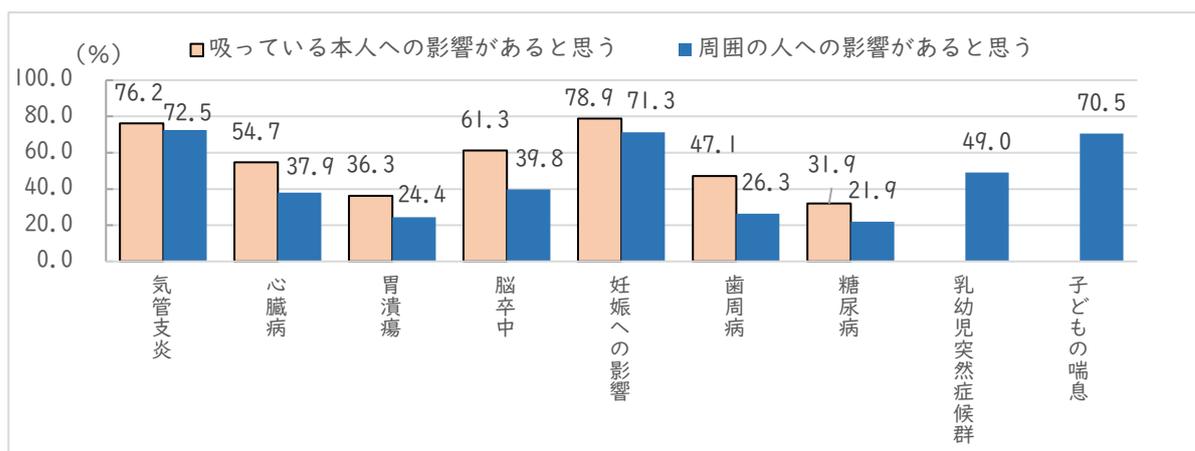


喫煙者の割合は男性では50歳代、女性では40～60歳代が高くなっています。喫煙率は、男性は減少しており、女性は近年横ばいです。

(参考) 全国の喫煙率：男性 27.1% 女性 7.6% (「国民健康・栄養調査」厚生労働省 令和元年度)

『タバコが健康に及ぼす影響について知識を持つ人の割合』

(タバコが健康に及ぼす影響があると回答した人)



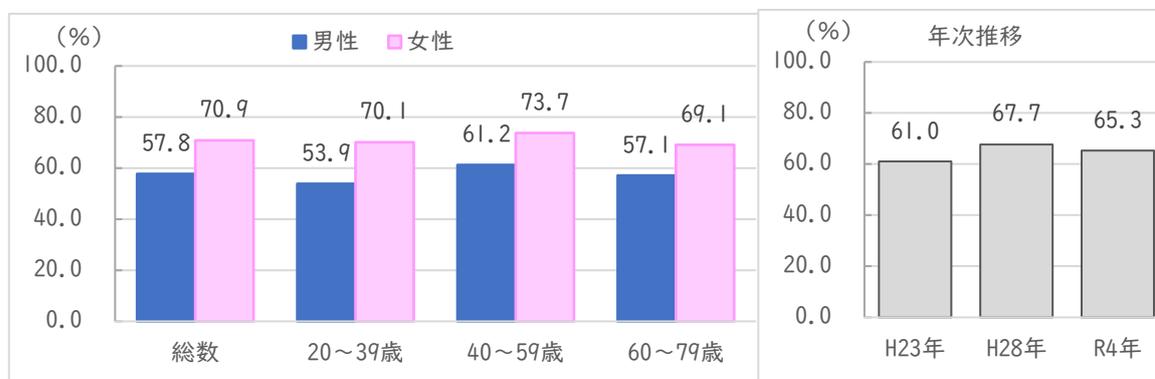
タバコが健康に及ぼす影響については、全ての項目において周囲の人への影響があると思う人の割合が、吸っている本人への影響があると思う人の割合に比べ、低い傾向にあります。

吸っている本人への影響があると思う人の割合が高い項目は「気管支炎」、「妊娠への影響」であり、7割を超えています。一方「胃潰瘍」、「歯周病」、「糖尿病」については、本人及び周囲の人ともに影響があると思う人の割合が低くなっています。

(6) 心の健康

『ストレス解消を行っている人の割合』

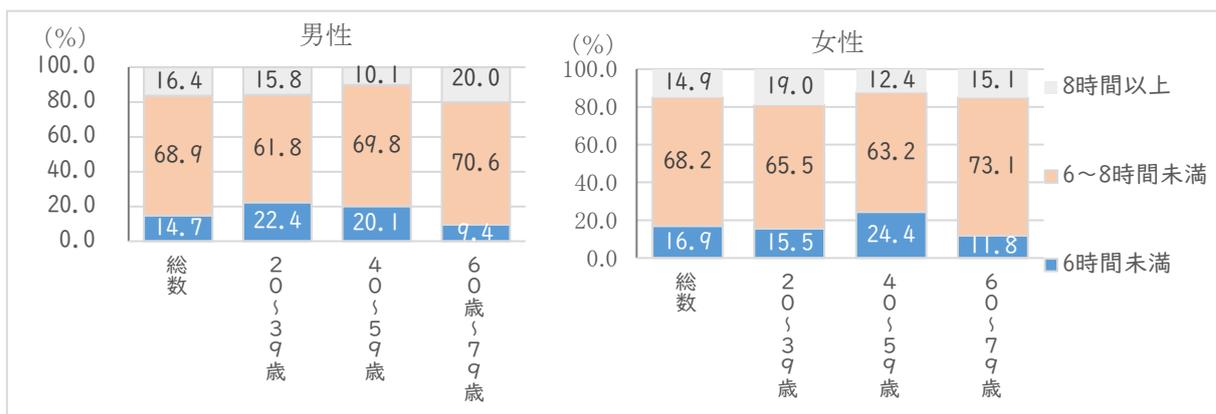
(ストレス解消を「行っている」「時々行っている」と回答した人)



ストレス解消を行っている人の割合は、男性より女性が高い状況にあり、男性の20~30歳代が最も低い状況です。また、年次推移では、増加傾向にあります。

『1日の平均睡眠時間の状況』

(ここ1ヶ月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか)



睡眠時間が6時間未満の人の割合は、男性に比べ女性が高く、男性では20~30歳代、女性は40~50歳代が最も高くなっています。

『睡眠が十分に取れていると感じている人の割合』

(ここ1ヶ月間、「睡眠で休養が十分とれている」「まあまあとれている」と回答した人)



睡眠が十分に取れていると感じている人の割合は、男女とも60~70歳代で高い傾向にあります。

(7) 人とのつながり

『人とのつながりに関する割合』

	助け合い	信頼	挨拶	解決	活動
20~39歳	37.7%	27.7%	69.1%	42.4%	17.3%
40~59歳	53.0%	46.4%	80.1%	51.0%	29.3%
60~79歳	55.4%	52.5%	86.9%	57.2%	31.9%
総数	51.4%	45.9%	81.4%	52.5%	28.3%

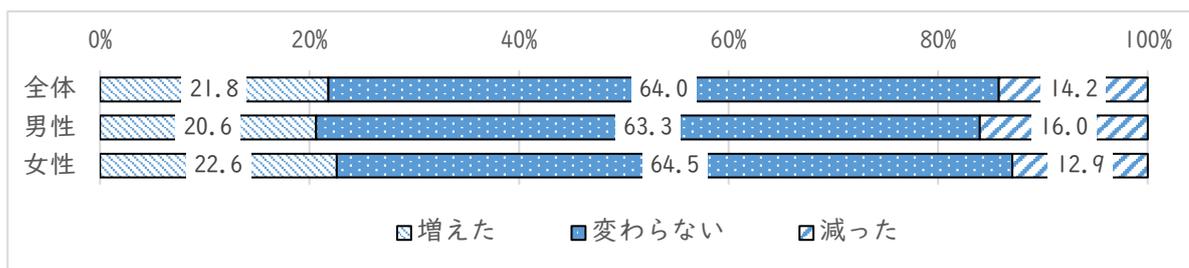
お住まいの地域について、以下の質問で「強く思う」「どちらかと言えばそう思う」と回答した人の割合

- 助け合い：あなたのお住まいの地域の人々は、お互いに助け合っている
- 信頼：あなたのお住まいの地域の人々は、お互いに信頼できる
- 挨拶：あなたのお住まいの地域の人々は、お互いにあいさつをしている
- 解決：あなたのお住まいの地域では、誰かが助けを必要とした時、お互いに力を合わせて解決しようとしている
- 活動：あなたのお住まいの地域では、健康づくりの活動が行われている

いずれの質問項目も、年代があがるにつれ高まっています。地域で健康づくりの活動が行われていると認識している人の割合は、28.3%です。

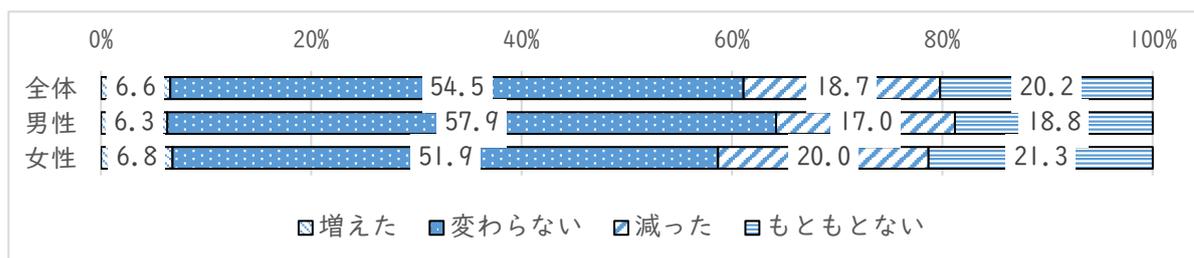
(8) 新型コロナウイルス感染症の影響

『体重』



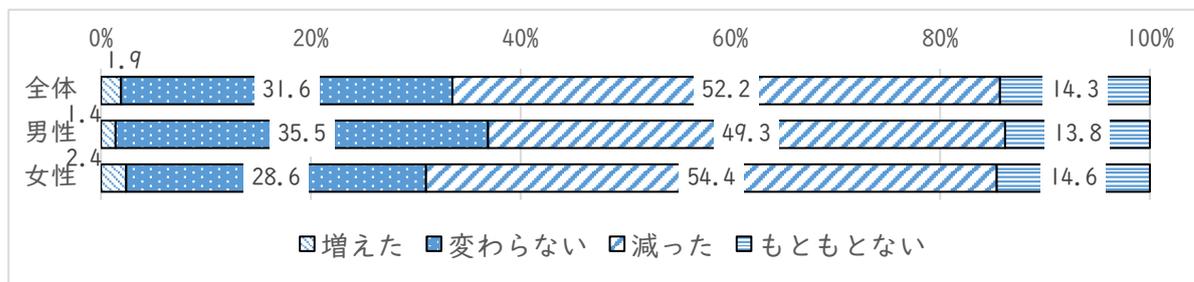
体重は、男女ともに約2割の人が「増えた」と感じています。

『1週間の運動日数』



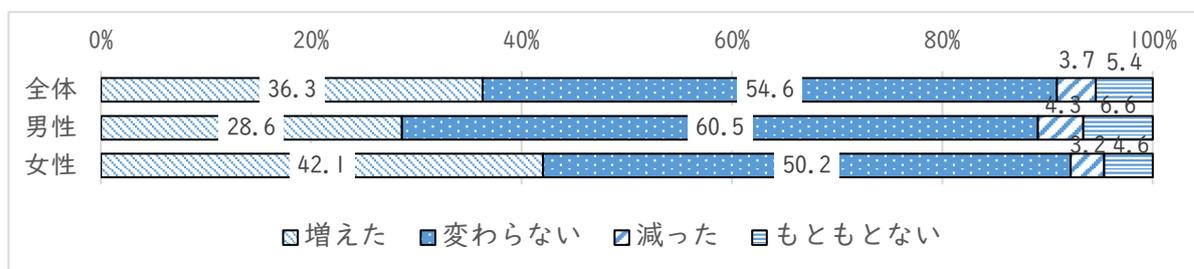
1週間の運動日数では、約6割の人は、運動日数が「増えた」「変わらない」と回答している一方で、約4割の人は、「減った」、「もともとない」状況です。

『地域の人と交流する頻度』



地域の人と交流する頻度は、約5割の人が「減った」と感じています。

『ストレスを感じる頻度』



ストレスを感じる頻度は、男性より女性の方が増えたと感じており、女性は約4割の人が「増えた」と感じています。