

## 第2章 健康を取り巻く市の現状





## 第2章 健康を取り巻く市の現状

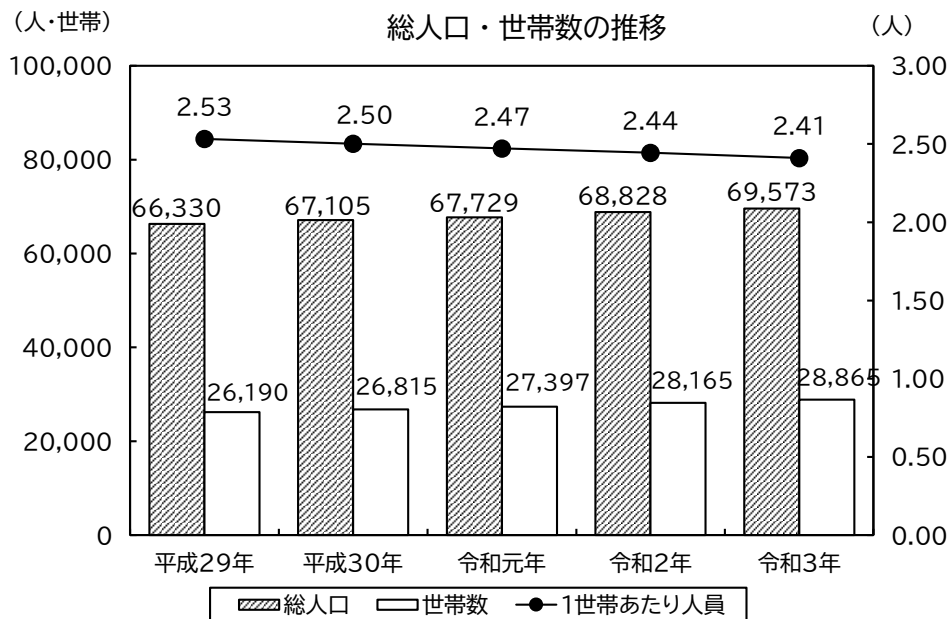
### 第1節 市の概況

#### (1) 人口の推移

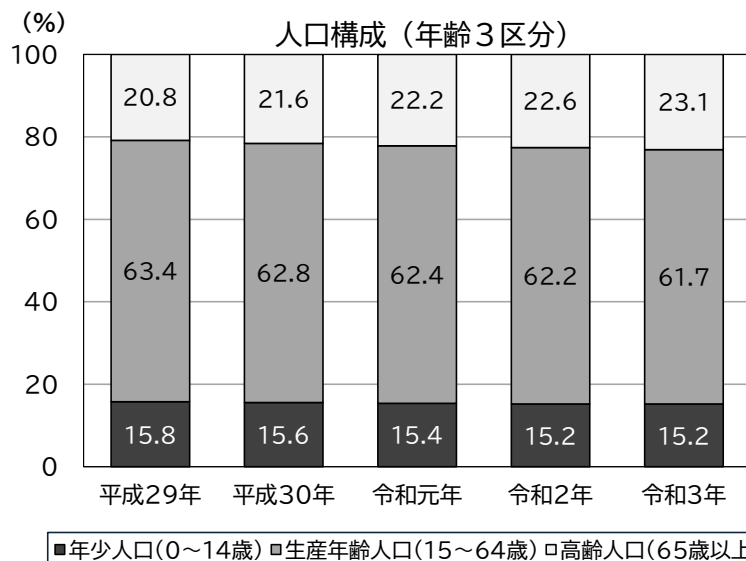
##### ①総人口及び世帯当たりの人口の推移

本市の総人口は近年増加傾向にあり、令和3年には69,573人と、平成29年から3,243人増加しています。世帯数も人口と同様に増加傾向にあり、令和3年には28,865世帯と、平成29年から2,675世帯増加しています。しかし、1世帯あたり人員については、減少傾向となっており、令和3年には1世帯当たり2.41人となっています。

また、人口構成を見ると、年少人口に大きな変化はなく、生産年齢人口が減少傾向、高齢者人口は増加傾向となっています。



【出典：住民基本台帳 各年4月1日現在】

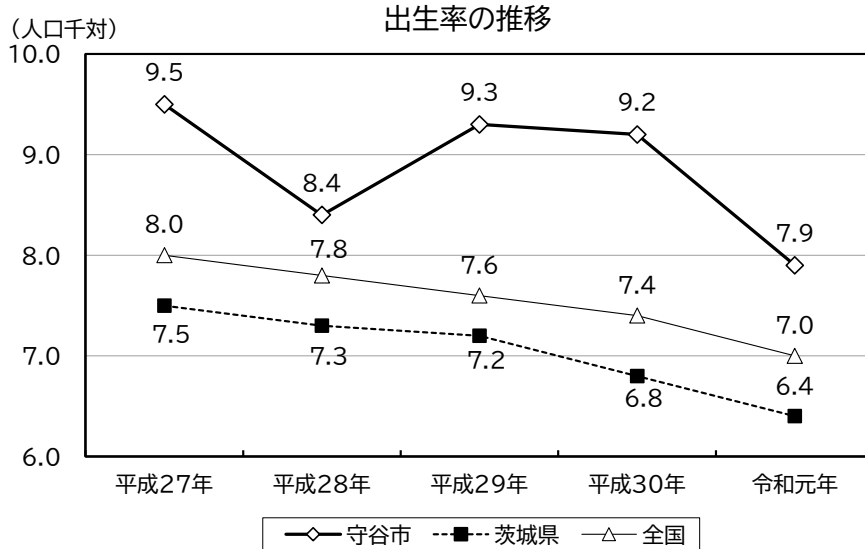


【出典：住民基本台帳 各年4月1日現在】



### ②出生数の推移

出生数は、平成29年から減少傾向となっており、令和元年では532人となっており、出生率（人口千対）も同様の傾向となっており、令和元年は、前年より1.3ポイント減少の7.9となっています。なお、国、茨城県と比較すると高くなっています。



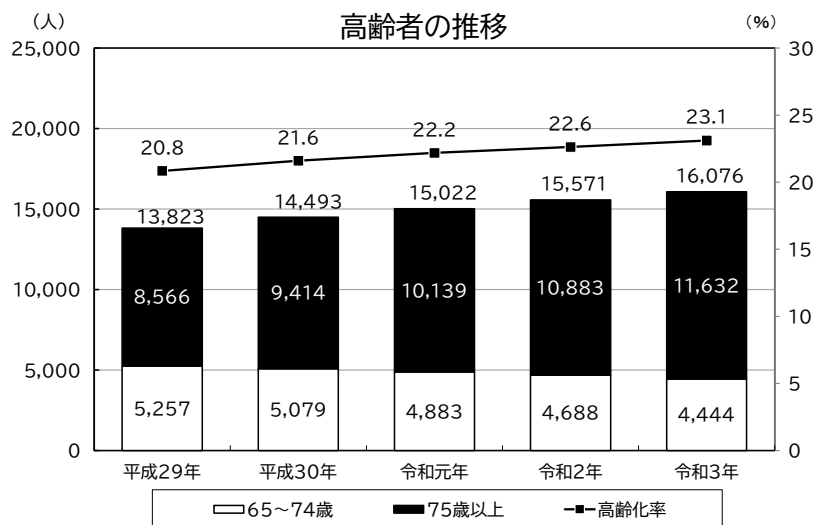
	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年
出生数	610	543	608	607	532

\*人口千対：人口1,000人当りにおける出生数

【出典：茨城県 人口動態総覧（保健所・市町村別）】

### ③高齢者数の推移

令和3年の高齢者数は16,076人と増加傾向にあり、高齢化率は23.1%となっています。平成29年に比べ、高齢者数は2,253人、高齢化率は2.3ポイントの増加となっており、今後も高齢者数の増加が見込まれます。

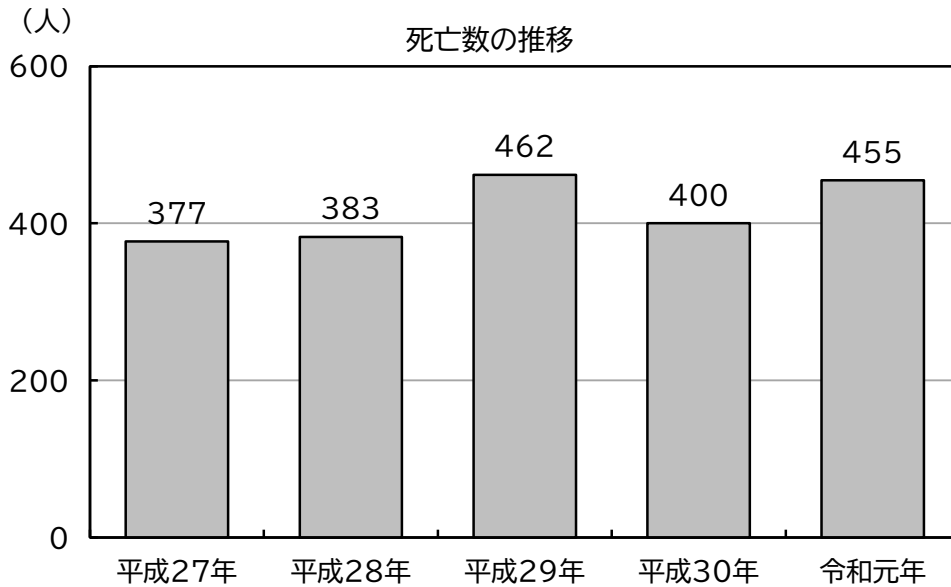


【出典：住民基本台帳 各年4月1日現在】

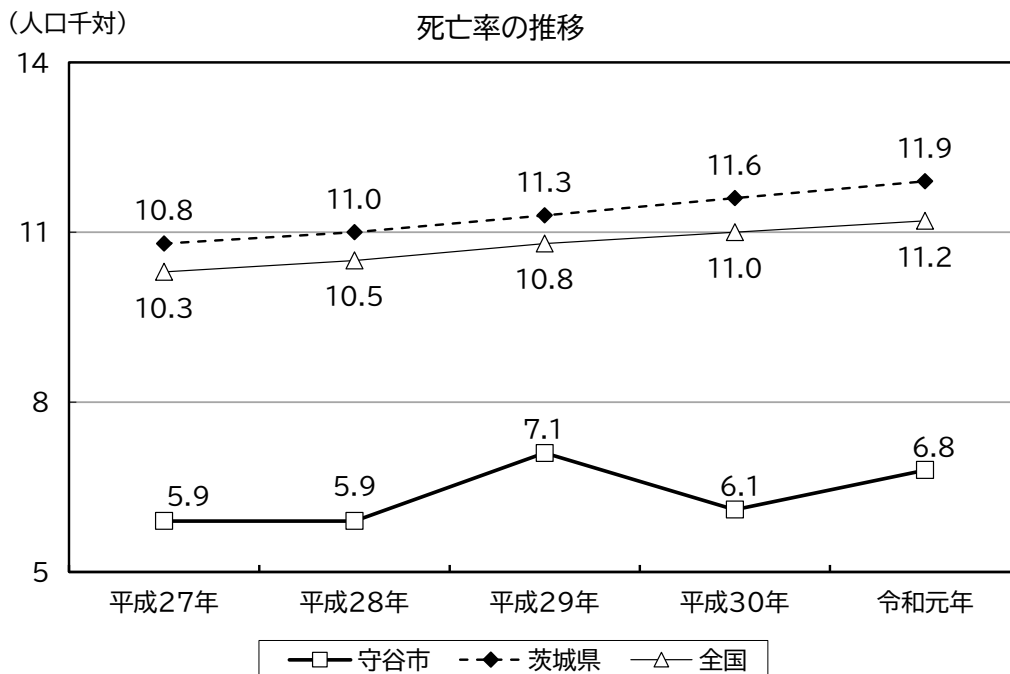
(2) 死亡の状況

① 死亡数の推移

死亡数については、増減を繰り返しており、死亡率では、国、茨城県に比べ低くなっています。



【出典：茨城県人口動態統計】



【出典：茨城県人口動態統計】

## ②死因別死亡数

死因別死亡者数は、「悪性新生物」が最も多く、全体の 32.2%（平成 30 年）を占めています。次いで、「心疾患」、「脳血管疾患」、「老衰」となっています。

死因別死亡数の推移

(人)

	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年
結核	0	0	0	0
悪性新生物	110	125	158	129
糖尿病	5	3	4	5
高血圧性疾患	0	1	1	2
心疾患(高血圧性を除く)	62	53	67	70
脳血管疾患	28	24	40	27
大動脈瘤及び解離	1	5	2	4
肺炎	35	39	28	25
慢性閉塞性肺疾患	3	6	1	2
喘息	1	2	0	0
肝疾患	8	5	7	5
腎不全	3	8	7	10
老衰	34	23	27	26
不慮の事故	12	7	13	7
自殺	9	11	7	5
不詳	66	71	100	83
合計	377	383	462	400

【出典：茨城県保健福祉統計年報】

また、平成 30 年における悪性新生物での死亡者数は、「膵」が最も多く、次いで「気管、気管支及び肺」、「胃」となっています。

部位別悪性新生物の死亡数

(人)

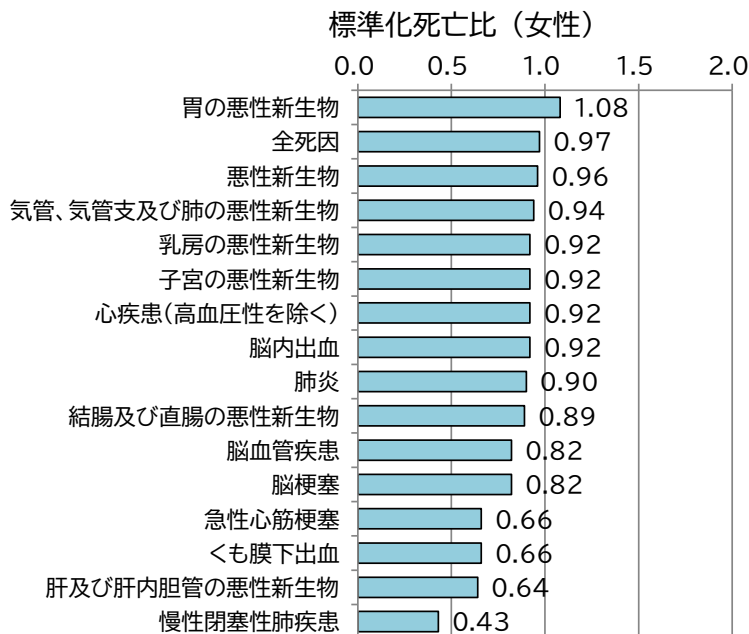
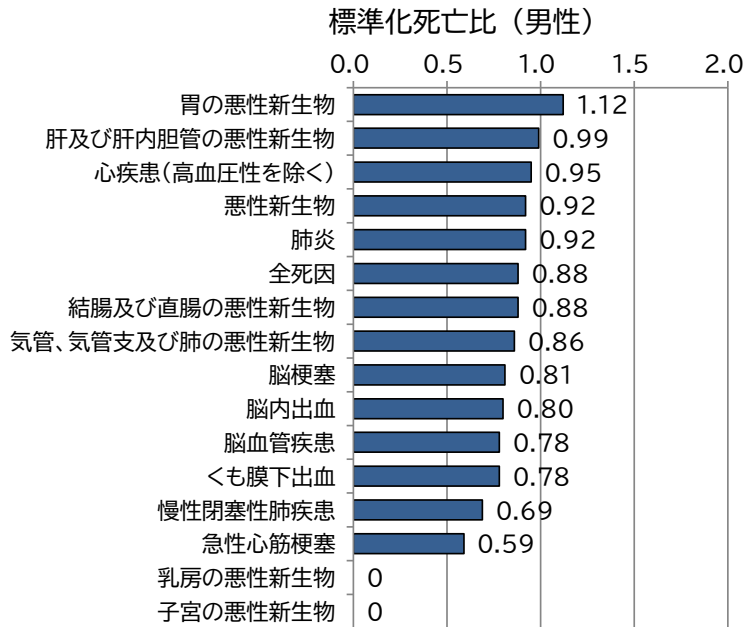
	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年
食道	6	4	4	7
胃	15	13	31	15
結腸	13	10	11	10
直腸S状結腸移行部及び直腸	8	2	4	5
肝及び肝内胆管	5	8	13	6
胆のう及びその他の胆道	4	10	7	8
膵	12	18	9	18
気管、気管支及び肺	20	25	33	17
乳房	5	2	7	11
子宮	1	2	4	3
白血病	1	4	3	3
他	20	27	32	26
合計	110	125	158	129

【出典：茨城県保健福祉統計年報】

③標準化死亡比（SMR）※1

全国を1.0とした標準化死亡比において、男性は、胃の悪性新生物が最も高く、1.12となっています。女性も、胃の悪性新生物が最も高く、1.08となっています。

しかし、その他の疾病では1.0を下回っています。



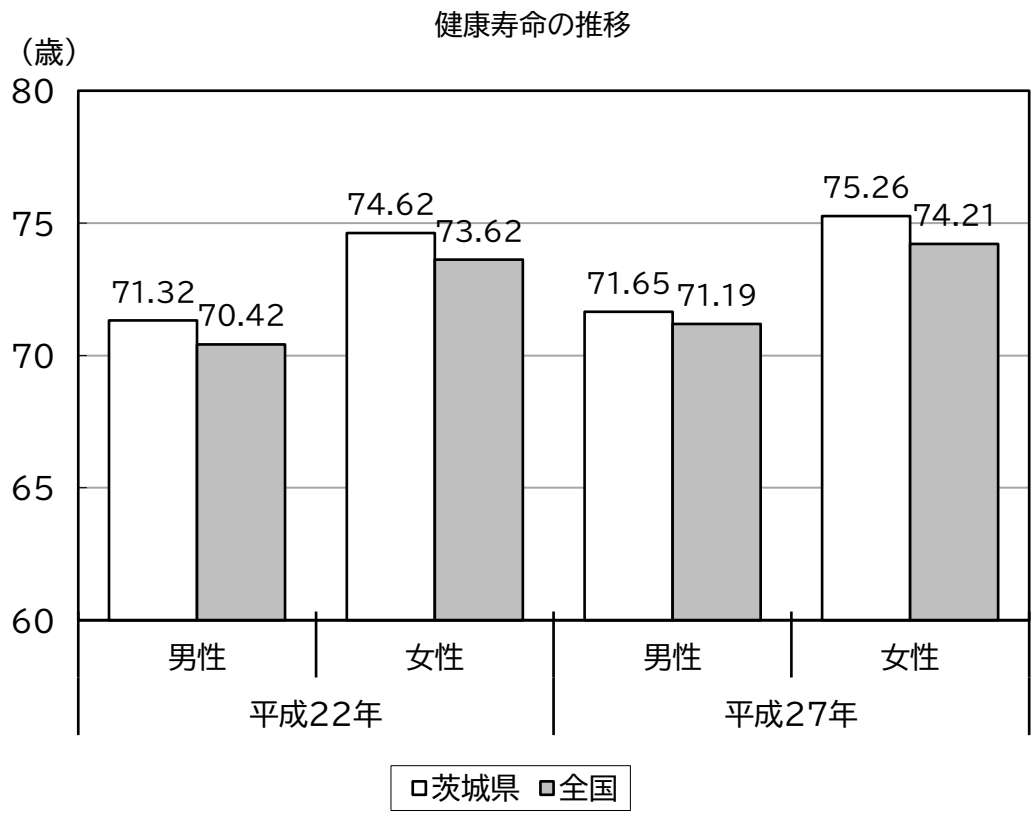
【出典：茨城県市町村別健康指標 令和2年】

※1 標準化死亡比（SMR）・・・ある集団の死亡率を年齢構成比の異なる集団と比較するための指標で、集団について、実際の死亡数と予測される死亡数の比をいいます。（集団の年齢階層別の死亡率とその階層の人口をかけたものの総和です。）

(3) 健康寿命と平均余命<sup>※1</sup>

①健康寿命

全国と茨城県健康寿命は、全国に比べ茨城県の健康寿命は長く、平成27年では、男性で0.46年、女性で1.05年長くなっています。



【出典：第3次健康いばらき21プラン】

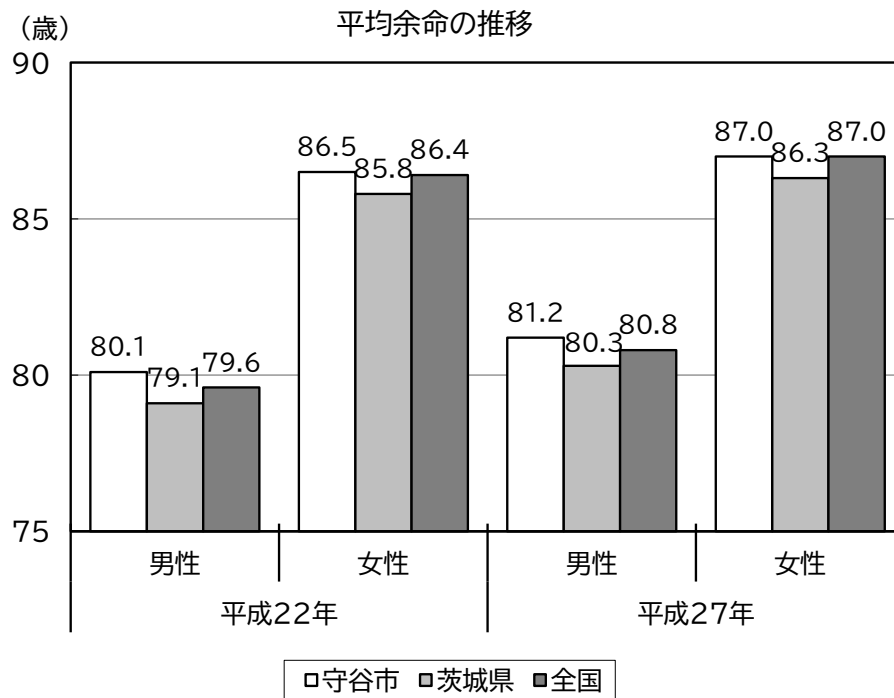
※1 平均余命・・・ある年齢の人々がその後生きられる平均の年数を指します。国勢調査に基づく年齢別死亡率から統計的に算出されます。



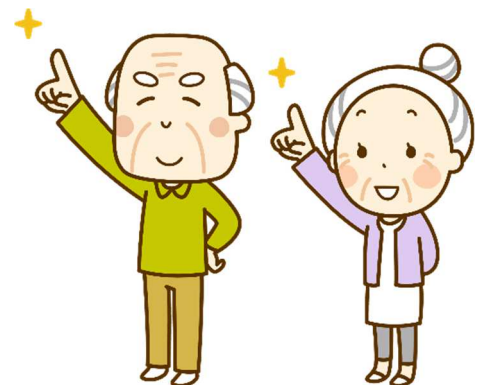
## ②平均余命

市区町村別生命表による守谷市の平均余命は、男性、女性ともに、茨城県及び全国値より高くなっています。

また、平成22年と平成27年を比べると、男性が1.1歳、女性が0.5歳高くなっています。



【出典：厚生労働省 「市区町村別生命表」】



#### (4) 受療の状況

令和3年5月の1か月間に国民健康保険の方で、医療機関を受診した件数(入院, 外来)を疾病別に見ると、「循環器系の疾患」(19,578件)が最も多く、続いて「筋骨格系及び結合組織の疾患」(9,377件)となっています。なお、循環器系の疾患は全体の21.9%を占めています。

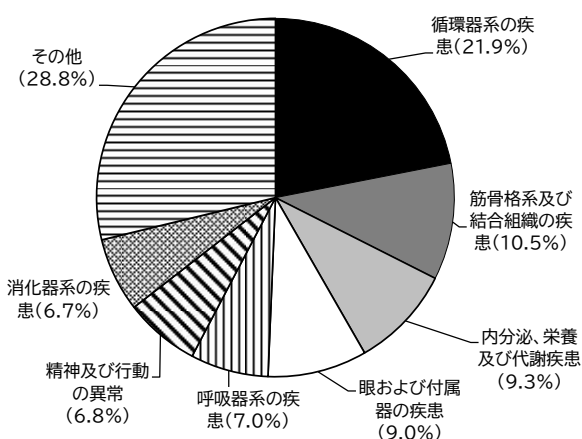
また、ライフステージ別では、高齢期で約6割を占めています。

診療分疾病分類 (令和3年5月) (件)

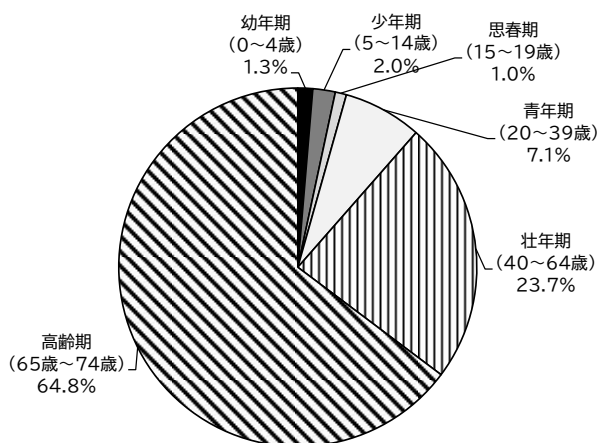
	幼年期 (0~4歳)	少年期 (5~14歳)	思春期 (15~19歳)	青年期 (20~39歳)	壮年期 (40~64歳)	高齢期 (65~74歳)	全体
感染症及び寄生虫症	15	22	35	137	304	920	1,433
新生物	1	1	20	85	781	2,612	3,500
血液及び造血系の疾患並びに免疫機構の障害	5	1	4	28	82	124	244
内分泌、栄養及び代謝疾患	1	35	14	235	1,854	6,130	8,269
精神及び行動の異常	1	88	66	1,407	2,962	1,532	6,056
神経系の疾患	0	17	20	424	1,317	2,514	4,292
眼および付属器の疾患	69	244	116	449	1,531	5,612	8,021
耳及び乳様突起の疾患	34	35	17	77	204	557	924
循環器系の疾患	7	17	9	170	3,524	15,851	19,578
呼吸器系の疾患	370	497	126	841	1,449	3,002	6,285
消化器系の疾患	22	29	42	300	1,392	4,229	6,014
皮膚及び皮下組織の疾患	326	445	230	826	1,344	2,673	5,844
筋骨格系及び結合組織の疾患	10	42	32	219	2,058	7,016	9,377
泌尿器系の疾患	11	5	22	390	890	1,783	3,101
妊娠、分娩及び産褥	0	0	2	92	7	0	101
周産期に発生した病態	14	1	0	0	0	0	15
先天奇形、変形及び染色体異常	18	7	2	5	4	16	52
他に分類されないもの	261	192	77	462	1,077	2,379	4,448
損傷、中毒及びその他の外因の影響	33	136	63	198	408	870	1,708
総合計	1,198	1,814	897	6,345	21,188	57,820	89,262

【出典：守谷市国民健康保険疾病分類 (令和3年5月診療分)】

疾病分類別件数割合



ライフステージ分類別件数割合



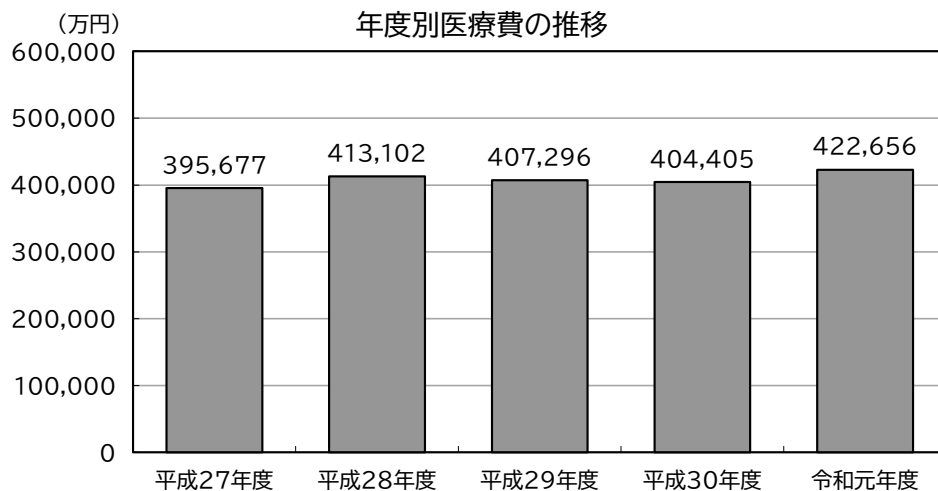
【出典：守谷市国民健康保険疾病分類 (令和3年5月診療分)】

## (5) 医療費の状況

## ①年度別医療費の推移

本市の医療費は、平成28年度から減少傾向にありましたが、令和元年度に増加し、約42億2千万円となっています。平成27年度と比較すると、約2億7千万円の増加となっています。

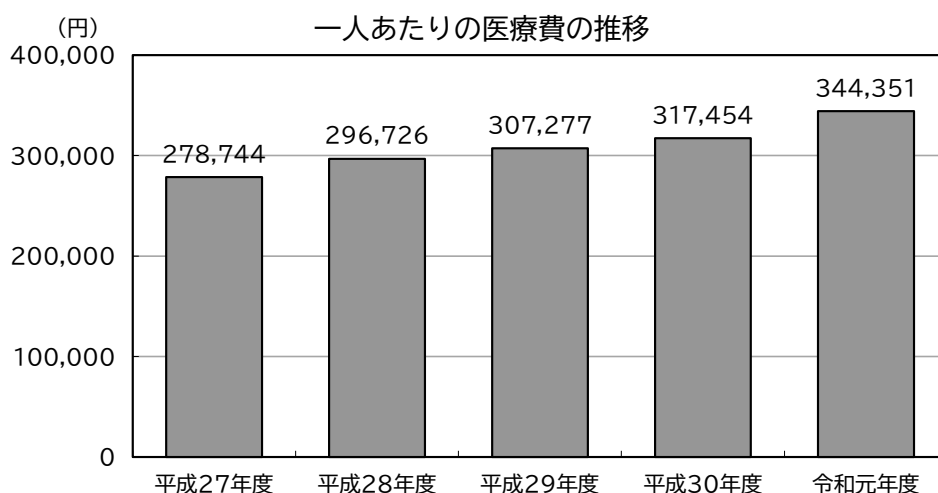
本市においても少子高齢化の傾向が表れ、高齢者の増加が見込まれる中で、今後も医療費が増加していくものと思われます。



【出典：統計もりや 令和2年度】

## ②一人あたりの医療費の推移

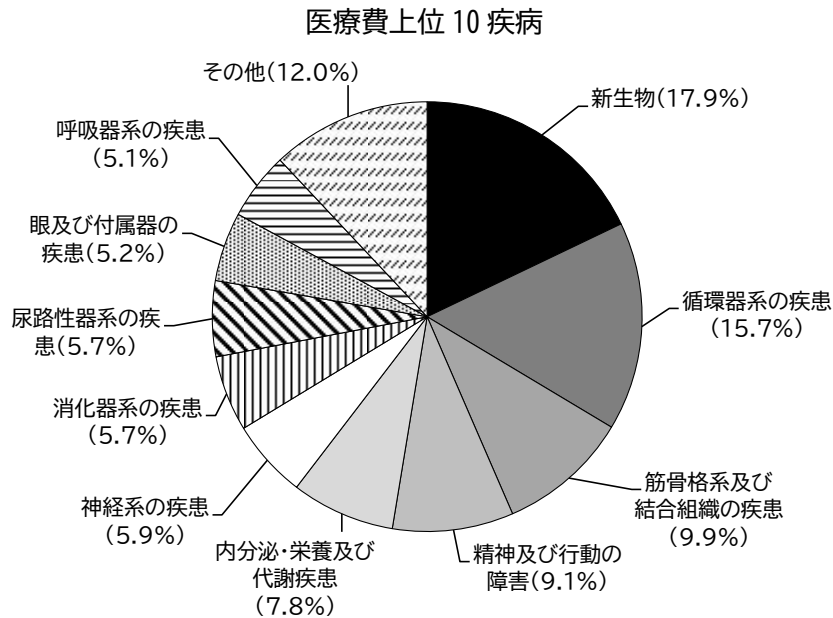
一人あたりの医療費は年々増加傾向にあり、令和元年度では、344,351円となっており、平成27年度に比べ65,607円の増加となっています。



【出典：統計もりや 令和2年度】

### ③医療費上位疾患の割合

本市における医療費上位 10 疾患では、「新生物」が 17.9%と最も多くなっており、続いて「循環器系の疾患」が 15.7%、「筋骨格系及び結合組織の疾患」が 9.9%、「精神及び行動の障害」が 9.1%となっています。

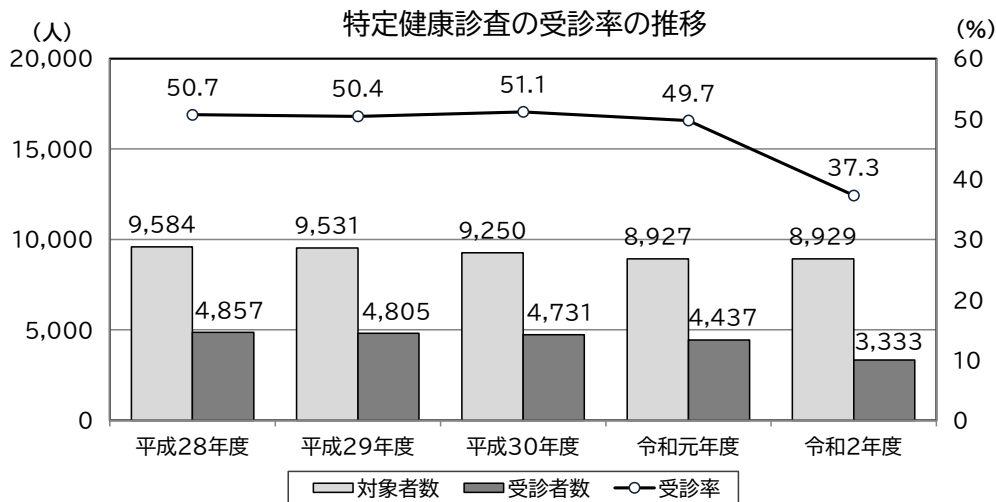


### (6) 疾病予防の状況

#### ①特定健康診査<sup>※1</sup>・特定保健指導<sup>※2</sup>

##### 【特定健康診査の受診率】

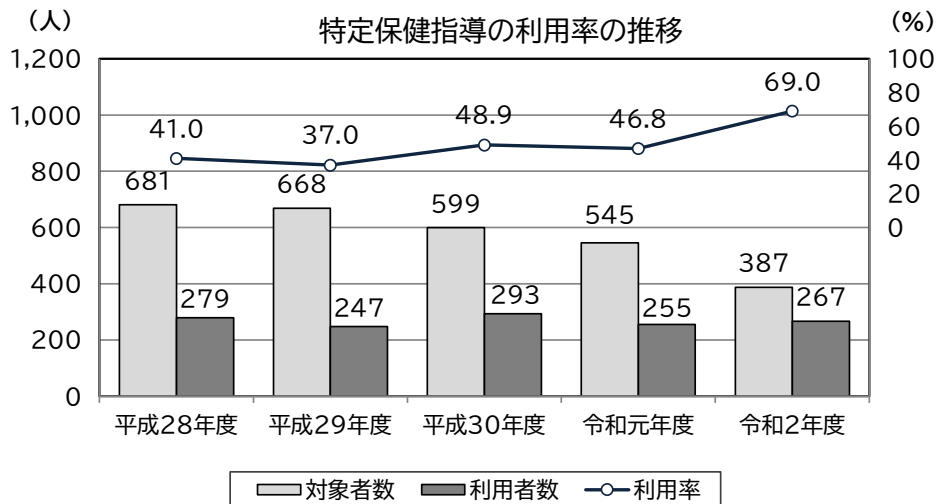
特定健康診査受診率は減少傾向にあり、令和 2 年度では平成 28 年度に比べ、13.3 ポイント減少し、37.4%となっています。新型コロナウイルス感染症まん延防止対策として「完全予約制」としたことが影響していると考えられます。



【出典：茨城県保健福祉部厚生課国民健康保険室「特定健診受診率」】

## 【特定保健指導の利用率（利用者／対象者）】

特定保健指導の対象者（40歳～74歳対象）及び利用者の推移をみると、対象者は年々減少傾向にあります。利用者の数には大きな変化はなく、令和2年度の利用者は267人で利用率は69.0%となっています。



【出典：茨城県保健福祉部厚生課国民健康保険室「特定保健指導率」】

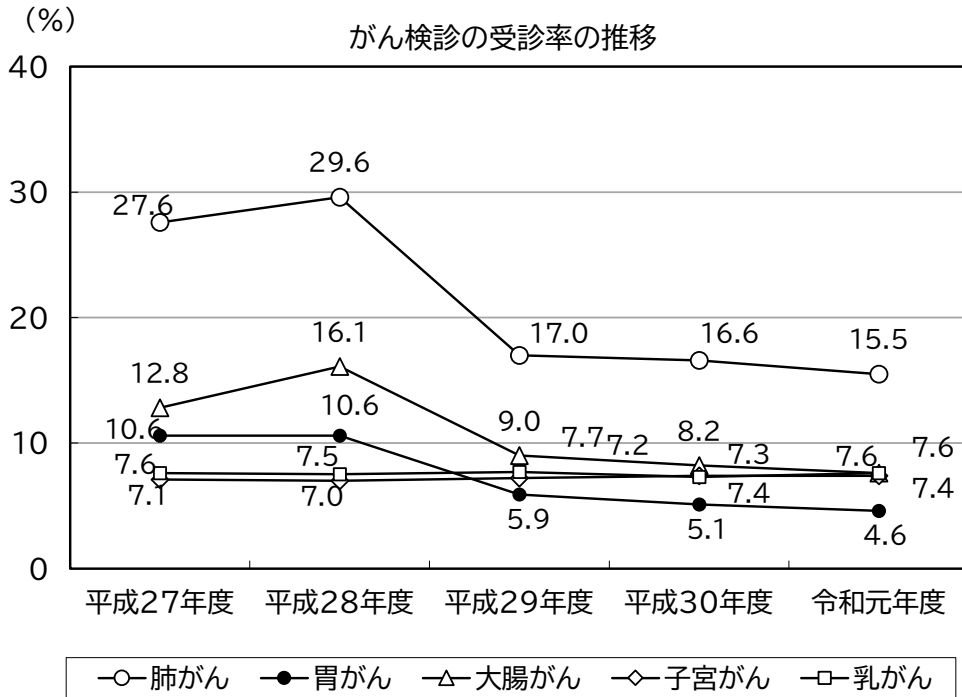
※1 特定健康診査・・・40歳から74歳を対象にメタボリックシンドローム対策として、糖尿病・高血圧症・高脂血症などの生活習慣病の発症や重症化予防を目的に健康保険者が実施する健診のことです。

※2 特定保健指導・・・特定健診の結果、腹囲、血圧、脂質・糖検査、喫煙などのリスクによって、高血圧症・脂質異常症などの生活習慣病予防を目的に、40歳から74歳を対象として継続して個別指導や集団指導を行います。

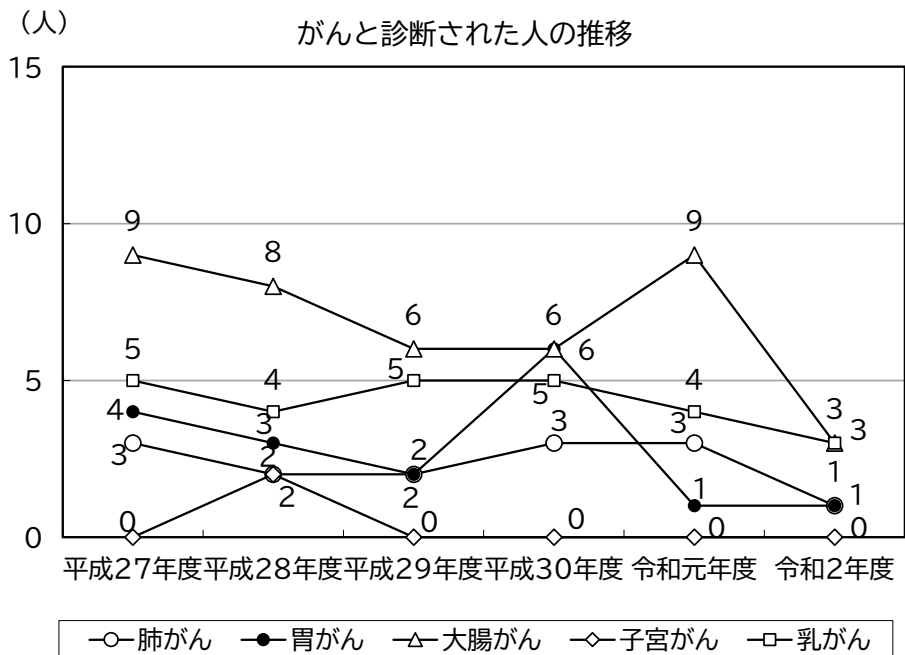
②がん検診

がん検診の受診率は、「子宮がん・乳がん」はほぼ横ばいですが、「肺がん・胃がん・大腸がん」は、平成 28 年をピークに年々減少傾向となっています。

また、各年のがんと診断された人は、年により差があります。



【出典：統計もりや 令和2年度】



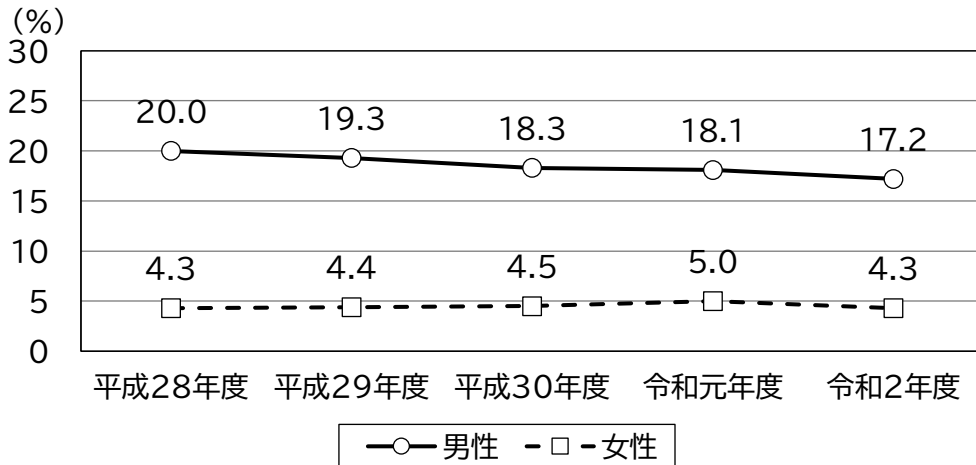
【出典：保健センター資料】

## (7) 喫煙・飲酒の状況

## ①喫煙率

令和2年における特定健康診査質問票による喫煙率は男性17.2%、女性4.3%となっています。男性は年々減少傾向にありますが、女性は大きな変化は見られませんでした。

男女別喫煙率

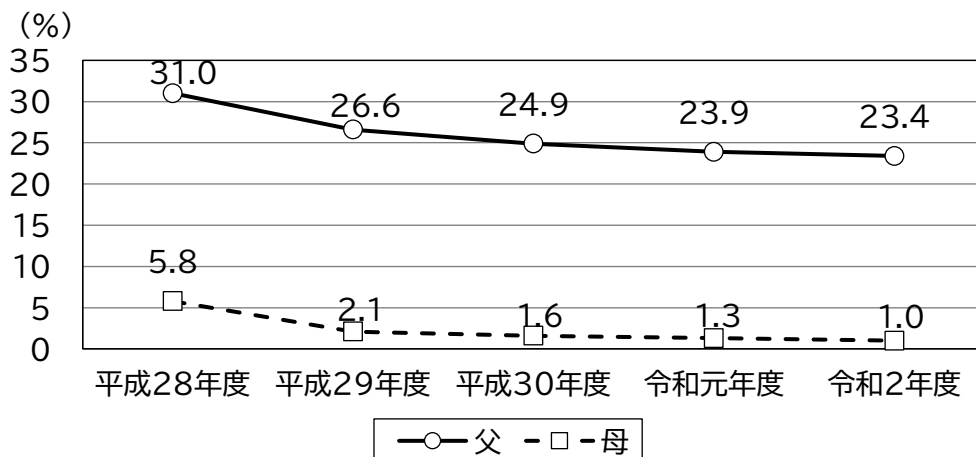


【出典：特定健康診査質問票】

## ②父母の喫煙率

父母の喫煙率は令和2年度で父親が23.4%、母親が1.0%となっています。父親・母親ともに喫煙率は減少傾向となっています。

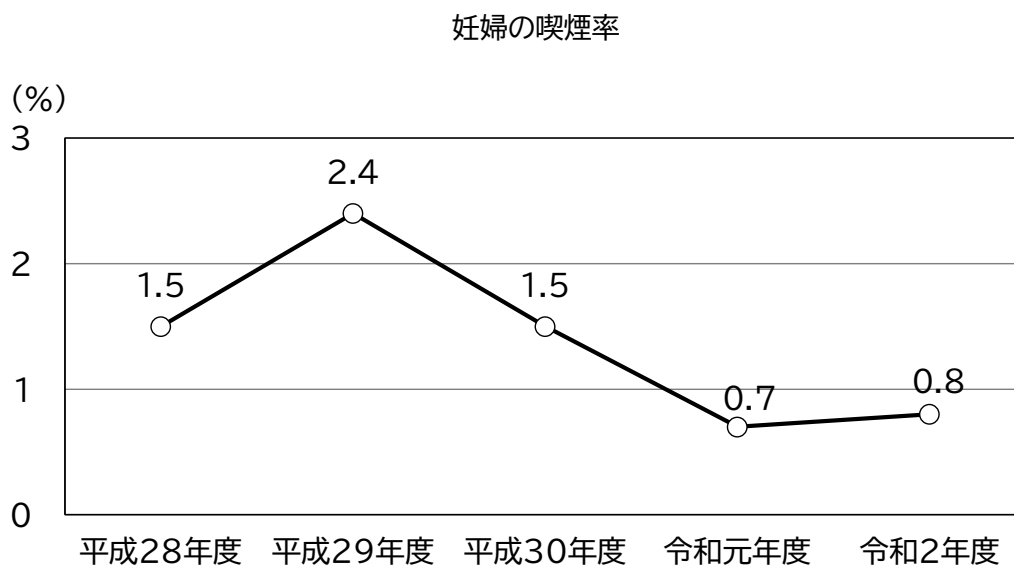
父母の喫煙率



【出典：守谷市健やか親子21 報告実績】

### ③妊婦の喫煙率

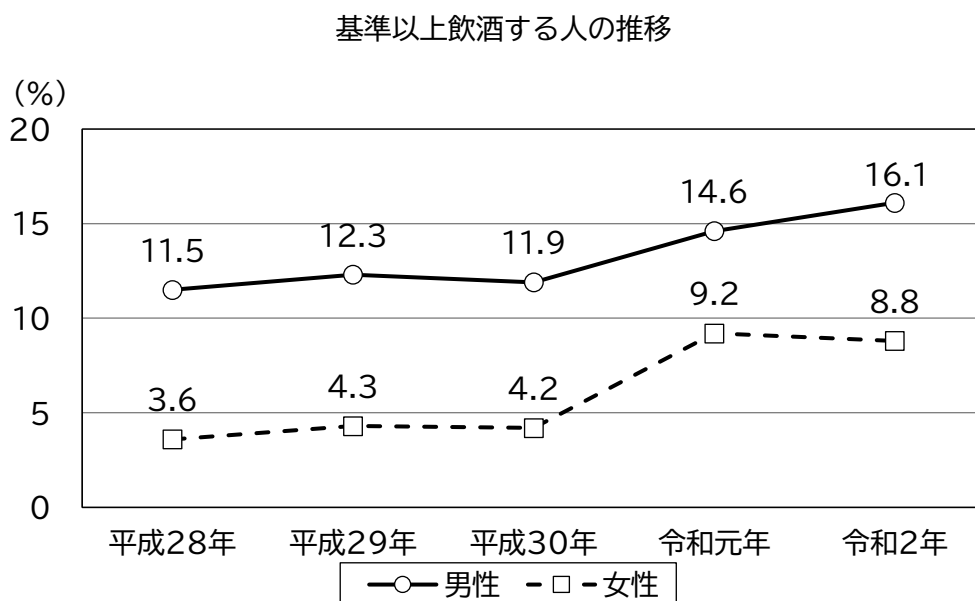
令和2年における妊婦の喫煙率は0.8%となっており、平成29年以降減少傾向となっています。



【出典：守谷市健やか親子 21 報告実績】

### ④基準以上の飲酒をする人の割合

令和2年における基準以上（男性2合，女性1合）の飲酒をする人の割合は，男性16.1%，女性8.8%となっており，増減はありますが，平成28年以降増加傾向となっています。

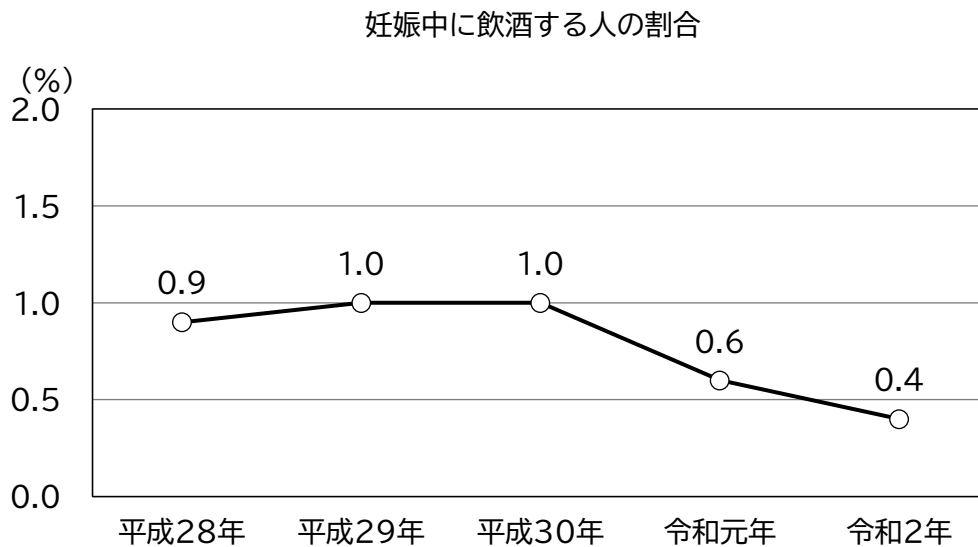


【出典：特定健康診査質問票】



## ⑤妊娠中に飲酒する人の割合

令和2年における妊娠中に飲酒する人の割合は0.4%となっており、近年減少傾向にあります。

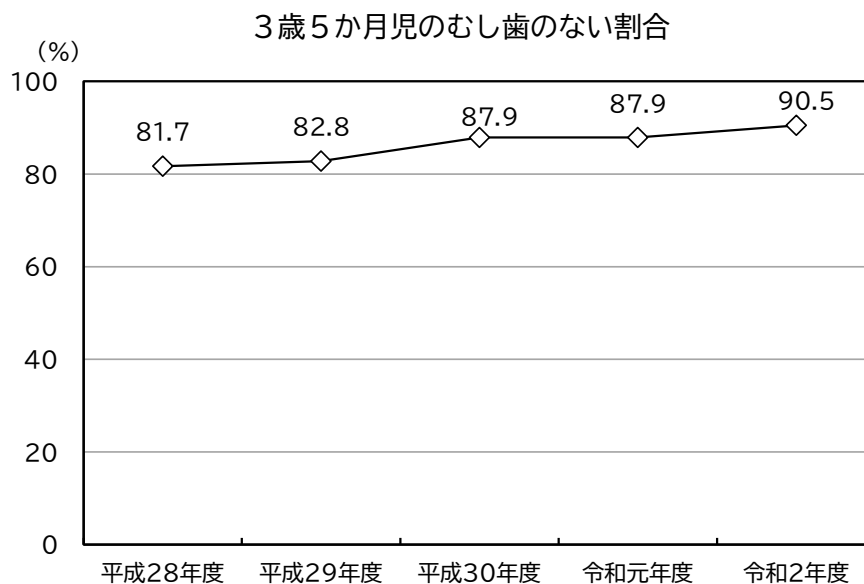


【出典：守谷市健やか親子 21 報告実績】

## (8) 歯科口腔保健の状況

## ①3歳5か月児のむし歯のない割合

令和2年における3歳5か月児のむし歯のない割合は、90.5%となっており、増加傾向にあります。

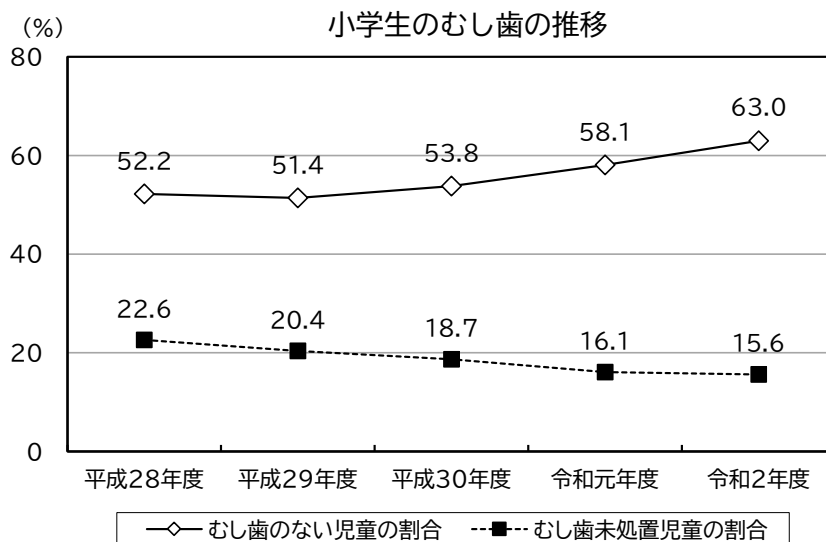


【出典：茨城県母子保健事業実施状況報告】

### ②小学生のむし歯

むし歯のない小学生の割合は、平成29年度以降上昇傾向となっており、令和2年度では63.0%となっています。

また、むし歯と診断され、未処置の児童の割合は年々減少傾向にあり、令和2年度では15.6%となっています。

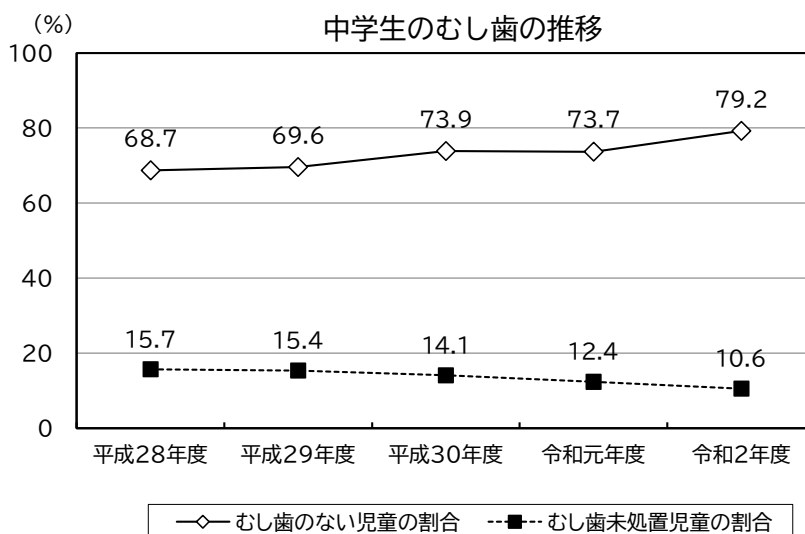


【出典：守谷市児童・生徒の健康診断統計（守谷市養護教諭部会）】

### ③中学生のむし歯

むし歯のない中学生の割合は、年々上昇傾向となっており、令和2年度では79.2%となっています。

また、むし歯と診断され、未処置の生徒の割合は年々減少傾向にあり、令和2年度では10.6%となっています。

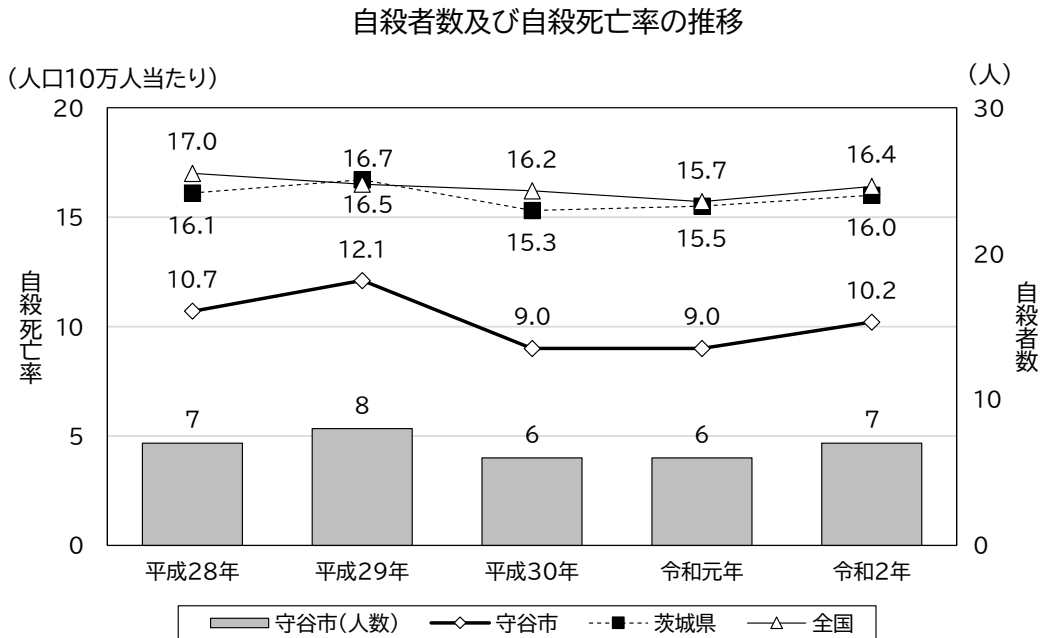


【出典：守谷市児童・生徒の健康診断統計（守谷市養護教諭部会）】

(9) 自殺の状況

①自殺者数及び自殺死亡率の推移

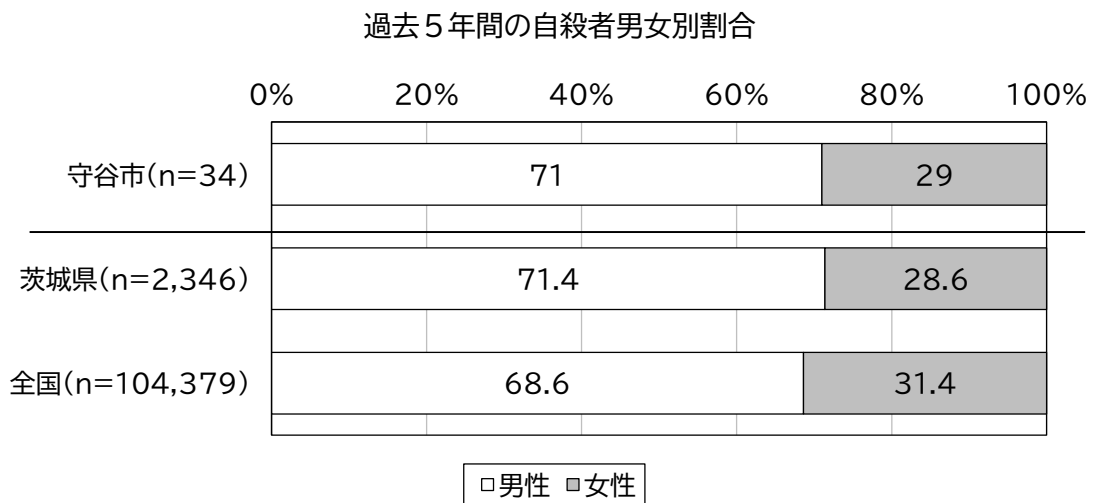
過去5年間における本市の自殺者の状況は、7人前後で推移しており、自殺死亡率は、全国、県に比べ低い状況となっています。



【出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」】

②男女別自殺者割合

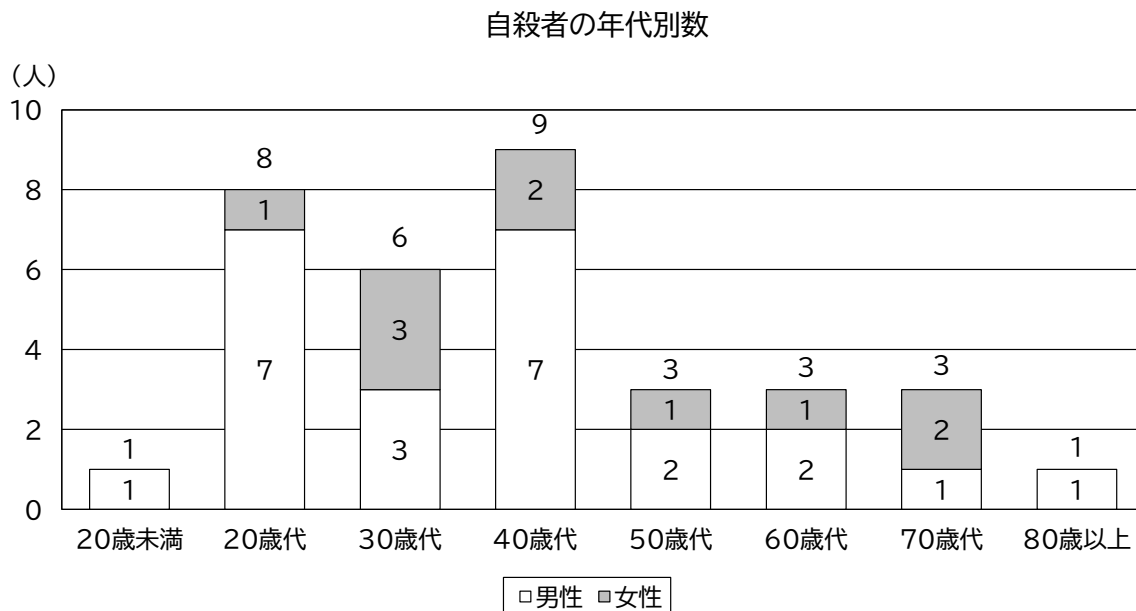
過去5年間における本市の自殺者の男女別割合は、男性が約7割、女性が約3割となっており、全国、県とほぼ同様の傾向となっています。



【出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」】

### ③年代別自殺者数

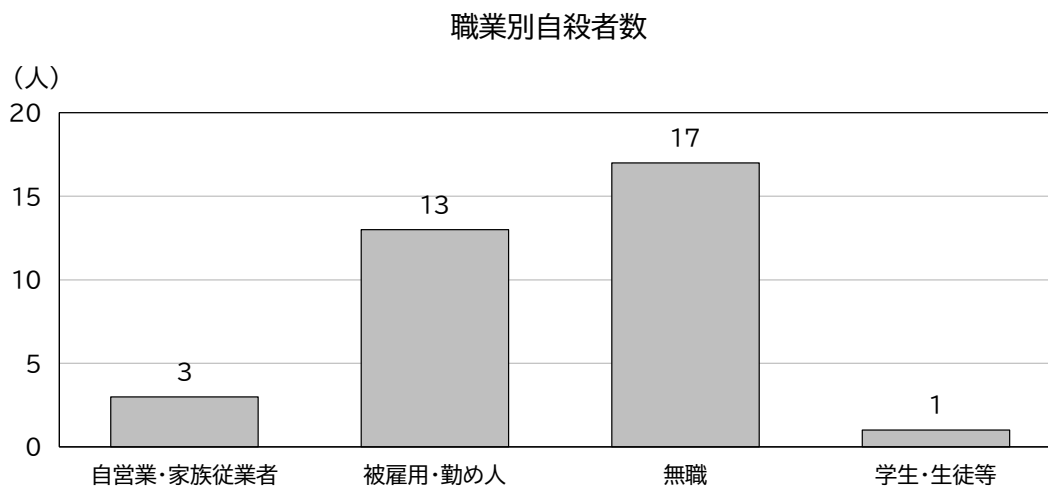
過去5年間に於ける自殺者を年代別で見ると、20歳代と40歳代の男性が最も多くなっています。なお、女性では、30歳代が最も多くなっています。



【出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」】

### ④職業別自殺者数

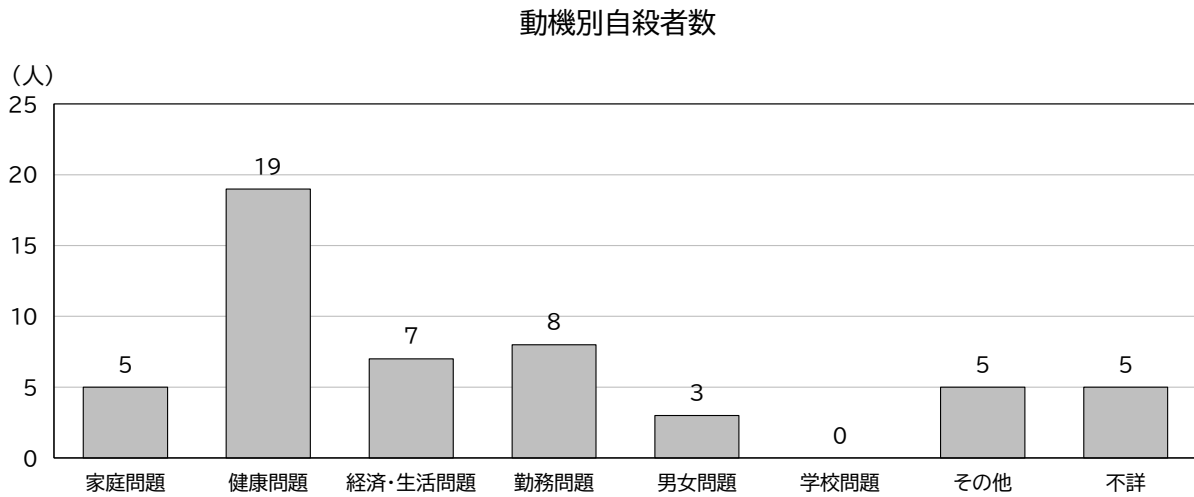
過去5年間に於ける自殺者の職業は無職が最も多くなっており、次いで被雇用・勤め人となっています。



【出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」】

⑤動機別自殺者数

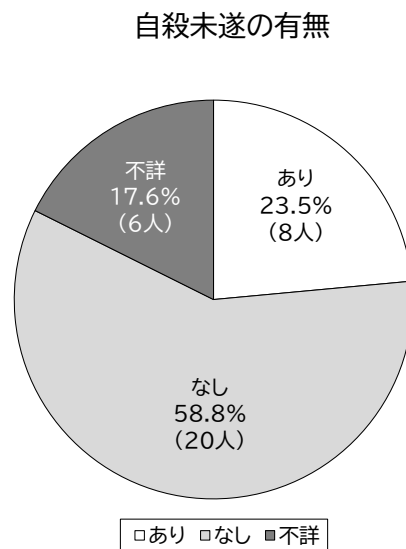
過去5年間における自殺の動機としては、健康問題が最も多くなっており、次いで勤務問題、経済・生活問題となっています。



【出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」】

⑥自殺未遂の有無

過去5年間における自殺者の23.5%が自殺未遂をしています。

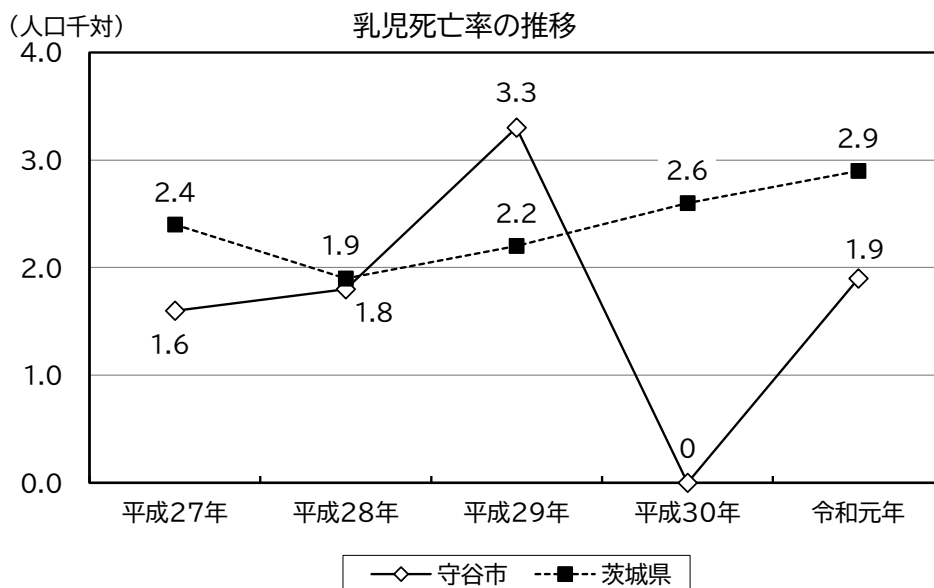


【出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」】

(10) 母子保健の状況

① 乳児死亡率の推移

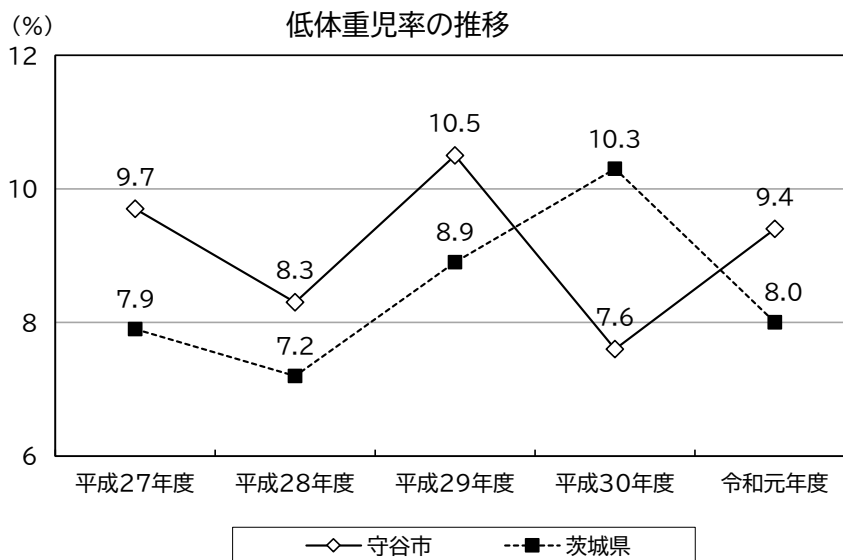
乳児死亡率は、平成 29 年の 3.3 をピークに減少傾向にあり、茨城県と比べ低くなっています。



【出典：茨城県人口動態統計】

② 低出生体重児の割合の推移

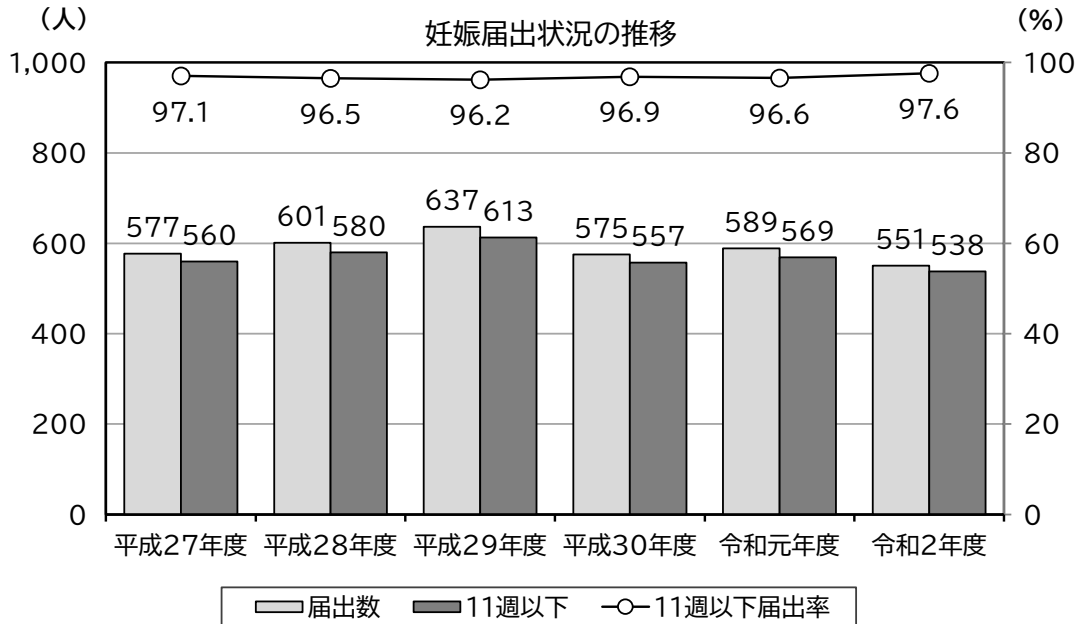
2,500g 以下の低出生体重児の出生状況は、年度によって差がありますが、平成 30 年度以外は茨城県と比べ高くなっています。



【出典：茨城県母子保健事業実施状況報告】

③妊娠届出状況の推移

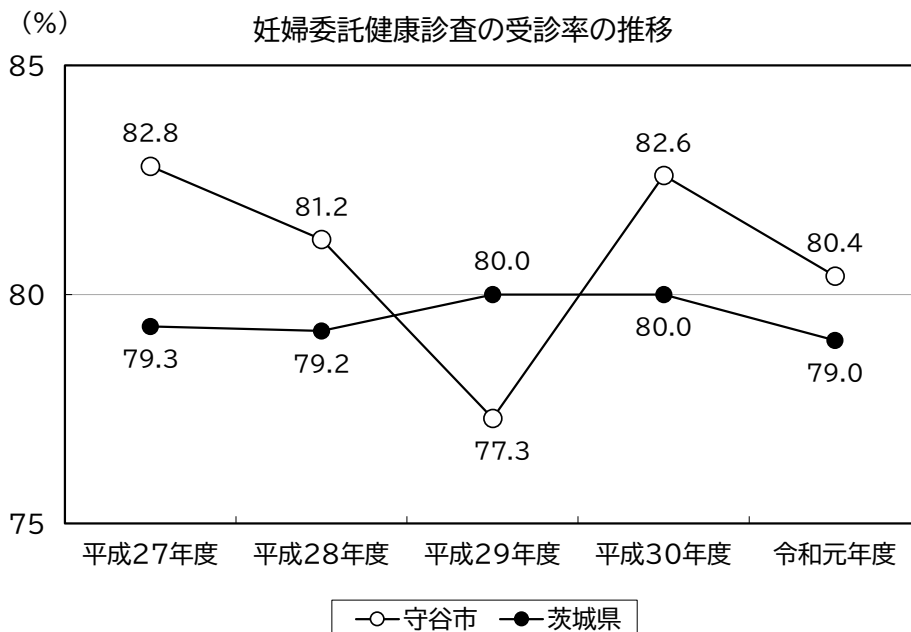
妊娠届出数は、増減を繰り返し、令和2年度は551件で、そのうち、厚生労働省が推奨している妊娠11週以下の届出は、97.6%となっています。



【出典：茨城県母子保健事業実施状況報告】

④妊婦委託健康診査の受診率の推移

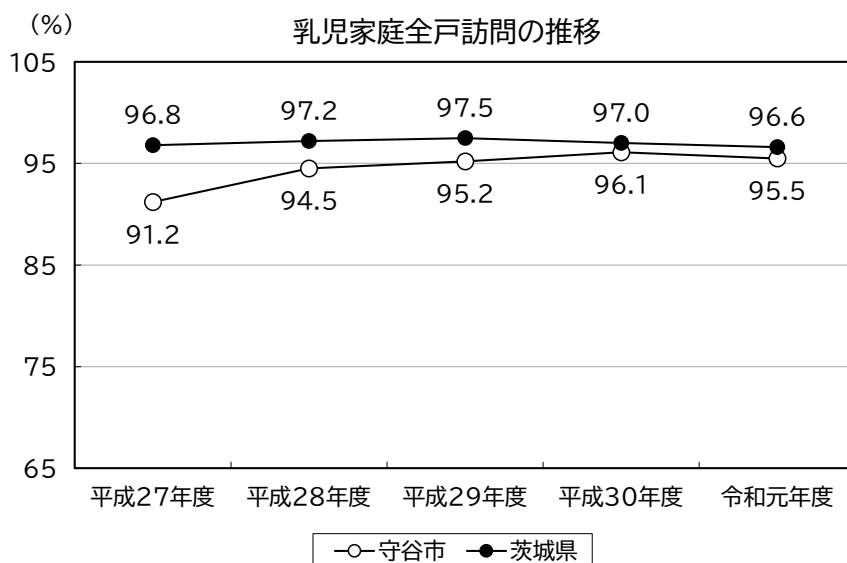
妊婦委託健康診査の受診率は、平成29年度までは年々減少傾向でしたが、平成30年度に増加した後、80%前半を推移しており、茨城県平均よりも高くなっています。



【出典：茨城県母子保健事業実施状況報告】

### ⑤乳児家庭全戸訪問<sup>※1</sup>の推移

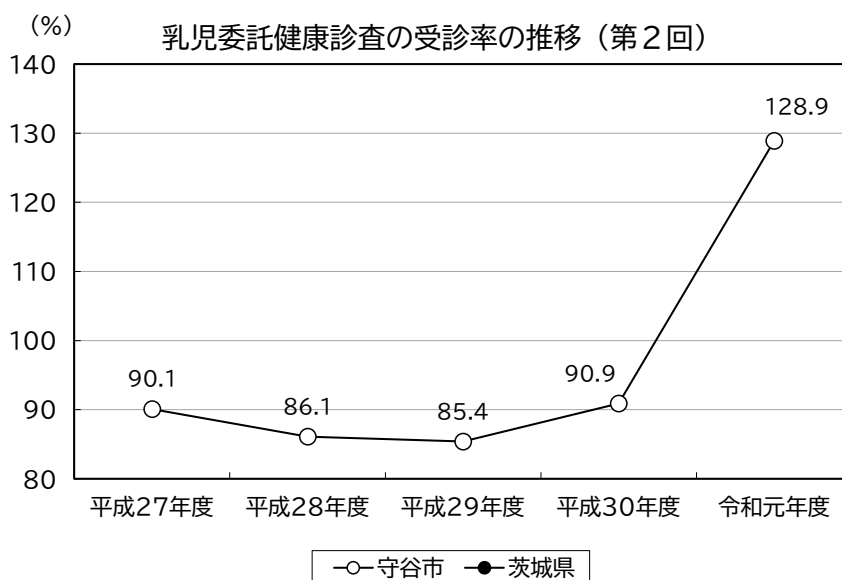
乳児家庭全戸訪問は、平成30年度までは年々増加傾向で令和元年度は95.5%となっています。



【出典：茨城県母子保健事業実施状況報告】

### ⑥乳児委託健康診査の受診率の推移

乳児委託健康診査(第2回)の受診率は近年増加傾向にあり、茨城県平均よりも高く、令和元年度の受診率は128.9%となっています。



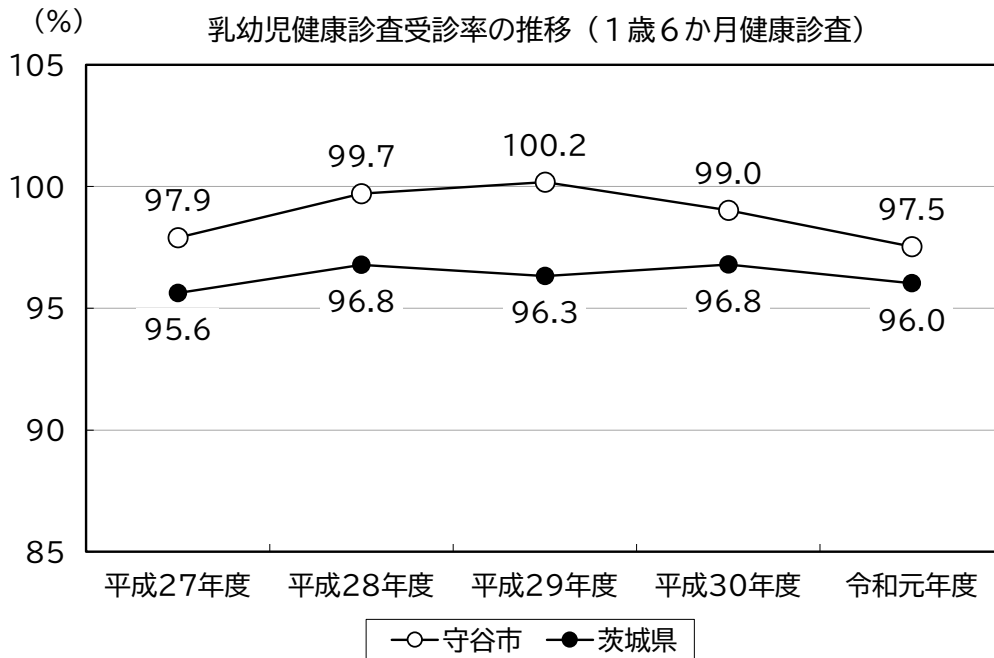
【出典：茨城県母子保健事業実施状況報告】

※1 乳児家庭全戸訪問事業(こんにちは赤ちゃん訪問事業)・・・生後4か月までの乳児のいるすべての家庭を訪問し、様々な不安や悩みを聞き、子育て支援に関する情報提供等を行うとともに、親子の心身の状況や養育環境等の把握や助言を行い、支援が必要な家庭に対しては適切なサービス提供につなげる事業です。

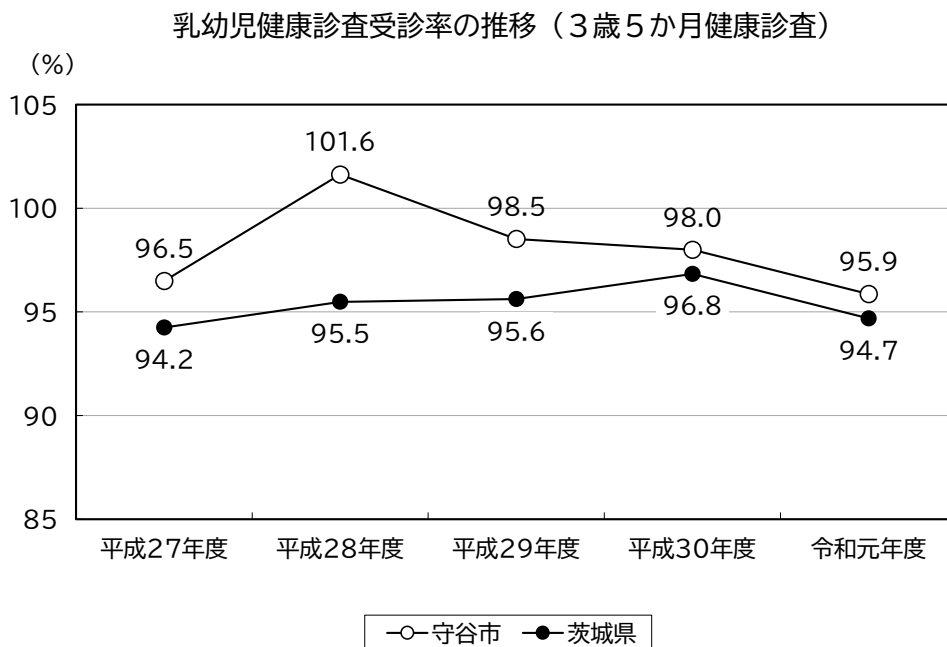


⑦乳幼児健康診査の受診率の推移

1歳6か月健康診査及び3歳5か月健康診査の受診率は90%を超えており、茨城県平均よりも高い受診率となっています。



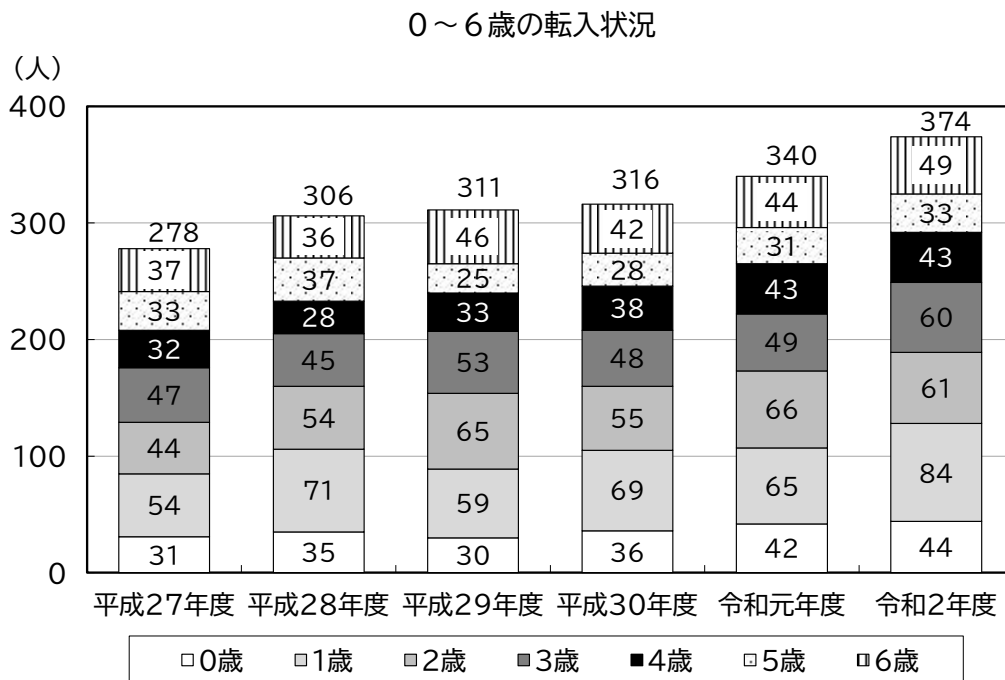
【出典：茨城県母子保健事業実施状況報告】



【出典：茨城県母子保健事業実施状況報告】

⑧子どもの転入状況

過去6年間における守谷市への子どもの転入状況は、増加傾向にあり、平成27年度に比べ、令和2年度では96人の増加となっています。



【出典：地域健康支援システム 健康かるて】



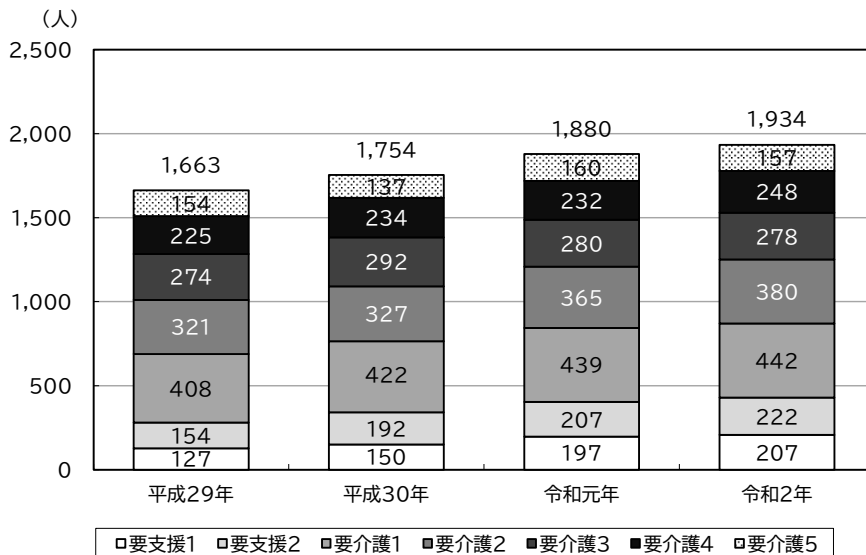
(11) 高齢者の状況

①要支援・要介護認定者の推移

要支援・要介護認定者の状況は、年々増加傾向にあり、令和2年では1,934人となっています。

平成29年と比較すると、271人の増加となっています。

要支援・要介護認定者数の推移

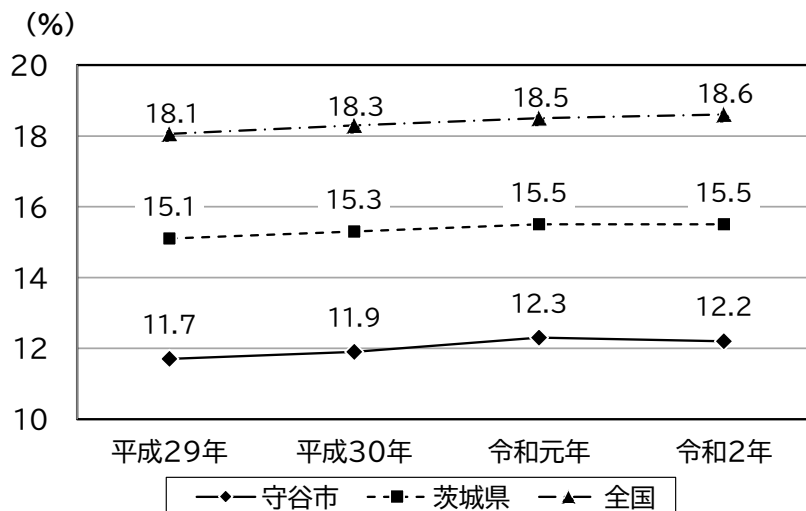


【出典：介護保険事業状況報告（10月月報）】

②要介護認定率の推移

本市の要介護認定率は、ゆるやかに上昇傾向となっており、令和2年は12.2%となっています。また、本市の認定率は、全国と茨城県に比べ低くなっており、令和2年では、茨城県平均より3.3ポイント、全国平均より6.4ポイント低くなっています。

要介護認定率の推移



【出典：介護保険事業状況報告（10月月報）】

## 第2節 守谷市健康づくりに関するアンケート調査報告書（抜粋）

### （1）目的

「第二次健康もりや 21 計画」、「第二次食育推進計画」、「いのち支える守谷市自殺対策計画」を策定しましたが、令和3年度で計画が終了することに伴い、見直しを行い、「母子保健計画」を含めた一体的な次期計画を策定することになりました。この計画策定の基礎資料とするため、健康に関するアンケート調査を実施しました。

### （2）調査期間

令和3年2月12日～令和3年3月10日

### （3）調査対象者

調査名	対象者
市民調査	市内に居住する満20歳以上の方から3,000人を無作為抽出
小学生調査	市内に居住する小学6年生の方
中学生調査	市内に居住する中学3年生の方

### （4）配布数及び回収数

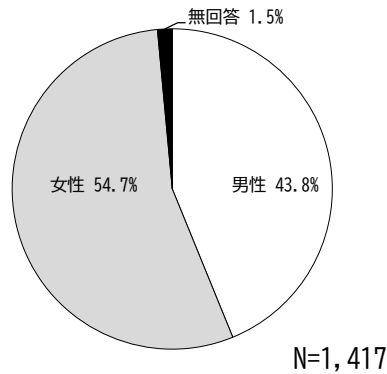
調査名	配布数	回収数	回収率
市民調査	3,000件	1,417件	47.2%
小学生調査	705件	680件	96.5%
中学生調査	591件	551件	93.2%

(5) 市民調査結果（抜粋）

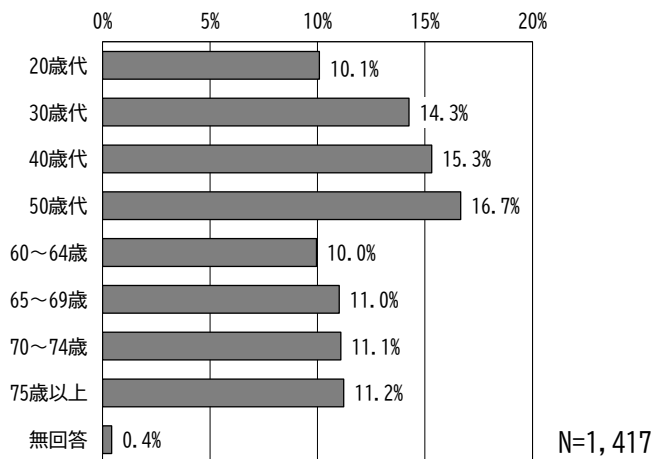
【市民調査回答者について】

問 あなたの性別と年齢をお答えください。（〇はそれぞれ1つずつ）

性別については、「男性」が43.8%、「女性」が54.7%となっています。

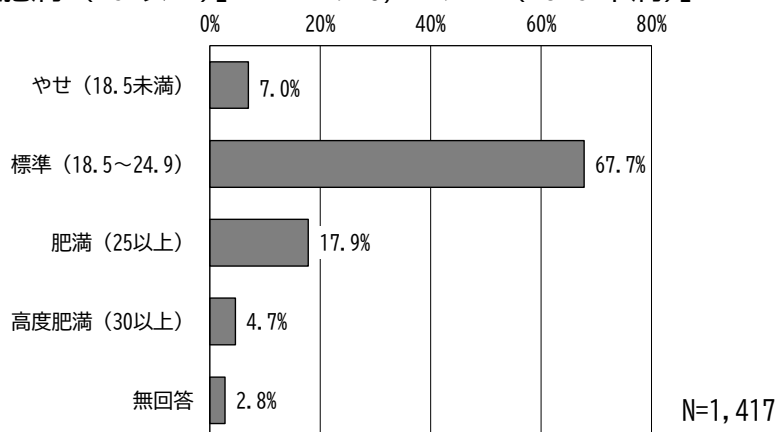


年齢については、「50歳代」が16.7%と最も多く、次いで「40歳代」が15.3%、「30歳代」が14.3%となっています。



問 あなたの身長・体重を教えてください。※身長・体重は、分かる範囲の記入で結構です。

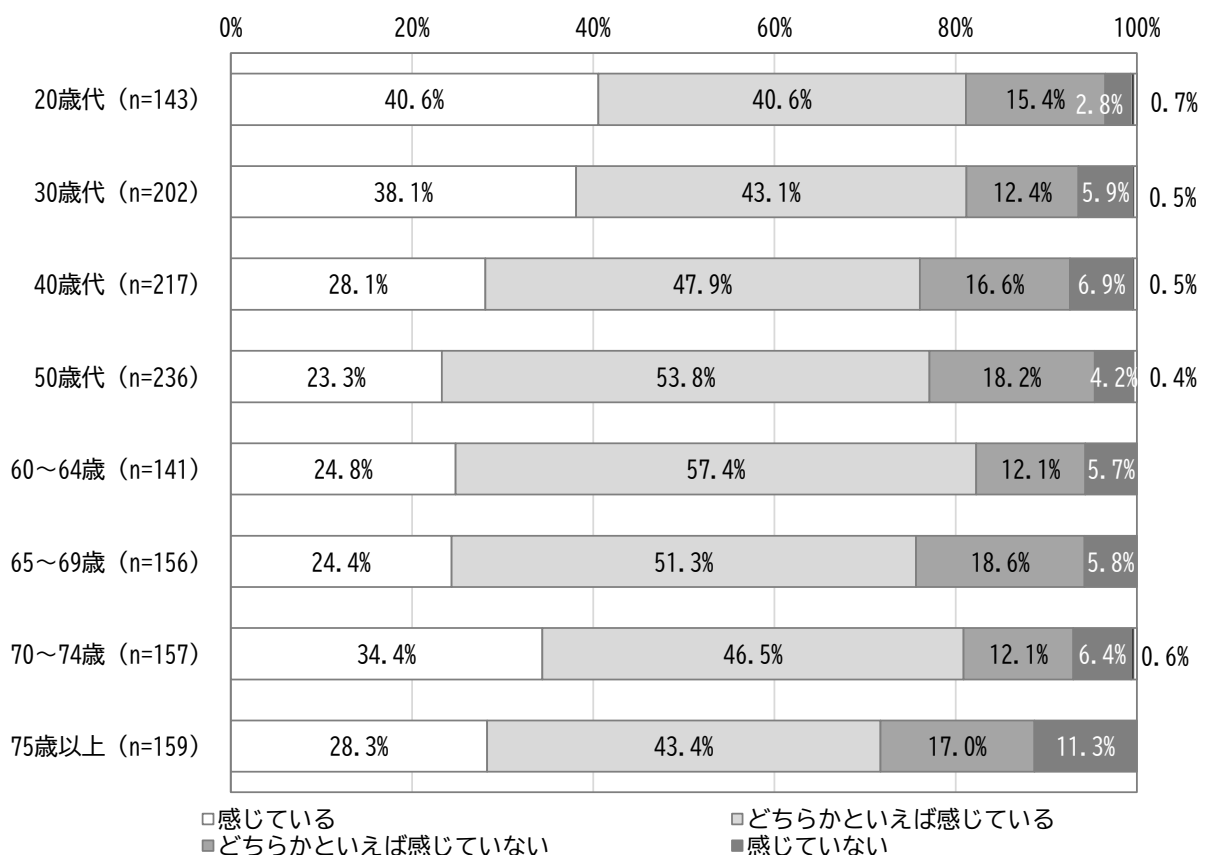
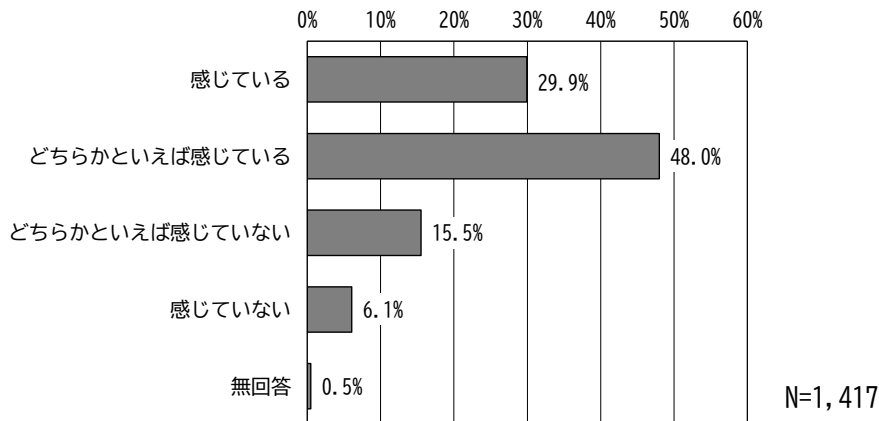
身長・体重からBMIを算出すると、「標準（18.5～24.9）」が67.7%と最も多く、次いで「肥満（25以上）」が17.9%、「やせ（18.5未満）」が7.0%となっています。



【健康状態・健康への意識について】

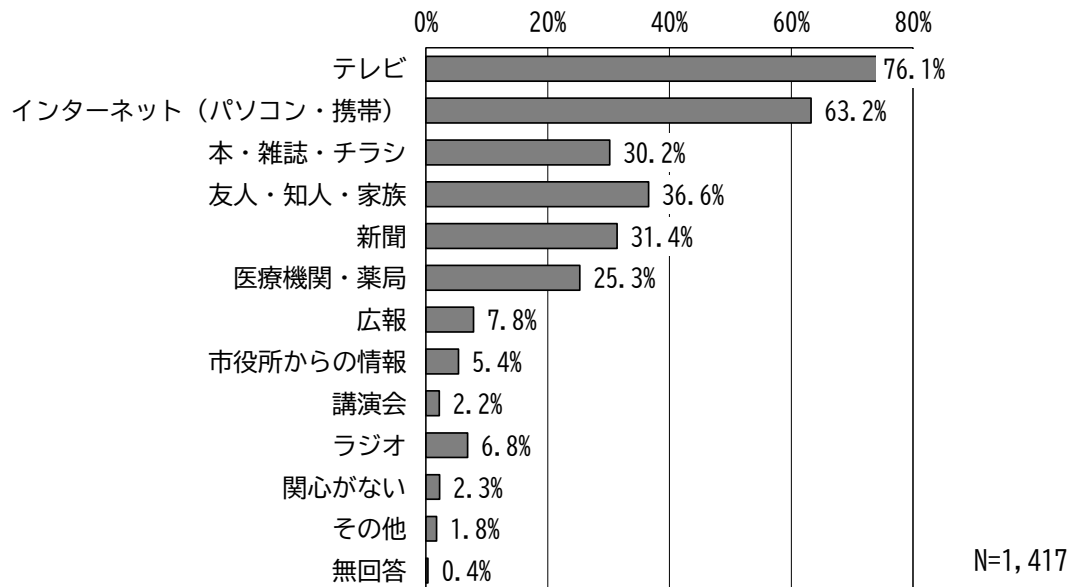
問 現在のあなたは心身ともに健康だと思いますか。(○は1つだけ)

現在、心身ともに健康だと思うかについては、「感じている(29.9%)」、「どちらかといえば感じている(48.0%)」を合わせた『感じている(計)』が 77.9%、「どちらかといえば感じていない(15.5%)」、「感じていない(6.1%)」を合わせた『感じていない(計)』が 21.6% となっています。



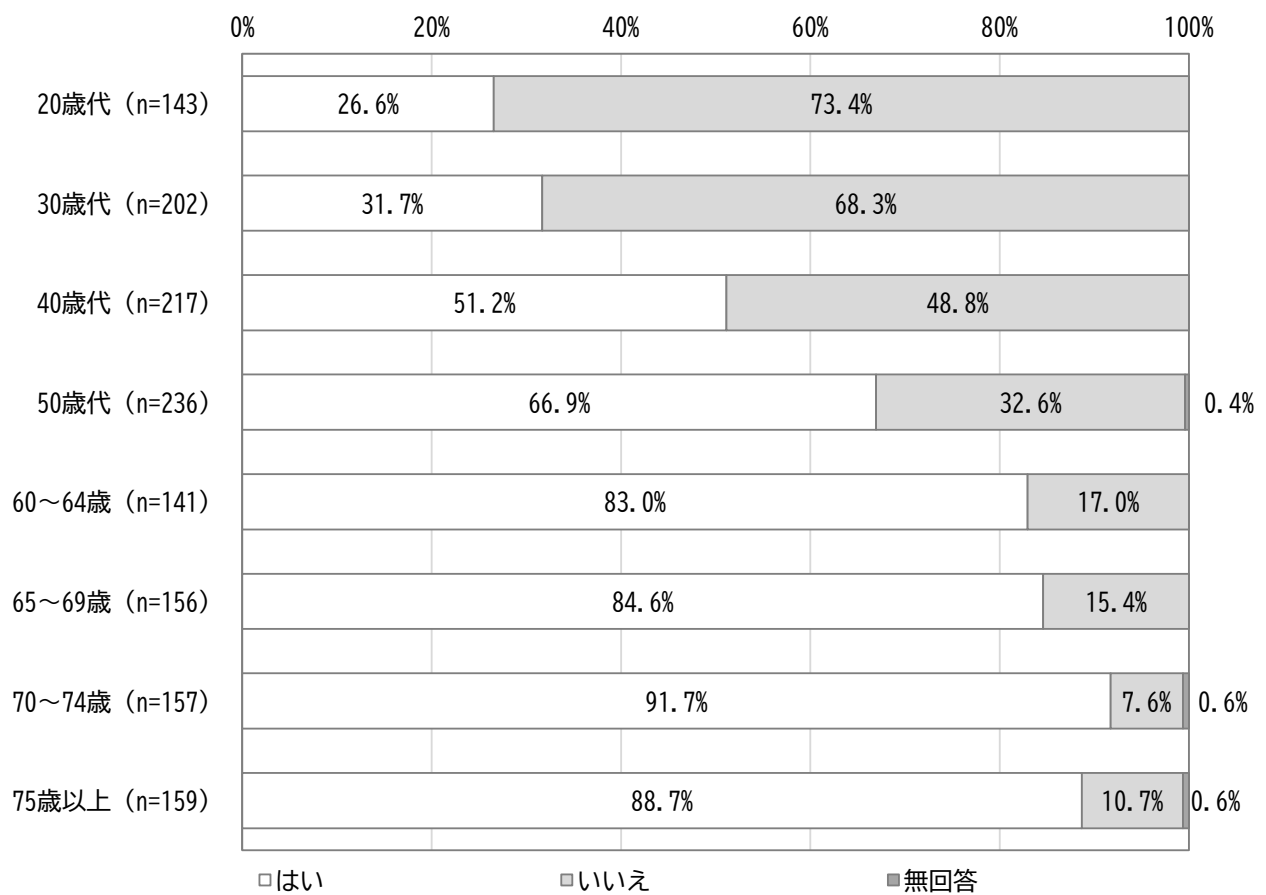
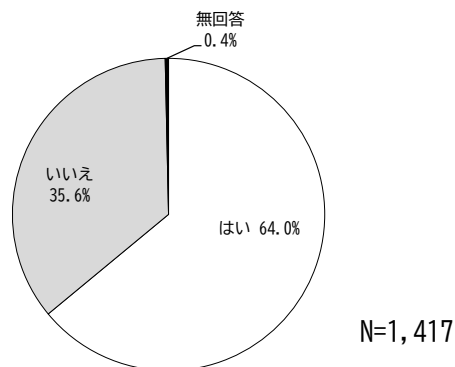
問 日頃、健康に関する情報を何から得ていますか。(〇はあてはまるものすべて)

日頃、健康に関する情報を何から得ているかについては、「テレビ」が76.1%と最も多く、次いで「インターネット(パソコン・携帯)」が63.2%、「友人・知人・家族」が36.6%となっています。



問 ふだんの自分の血圧値を知っていますか。(○は1つだけ)

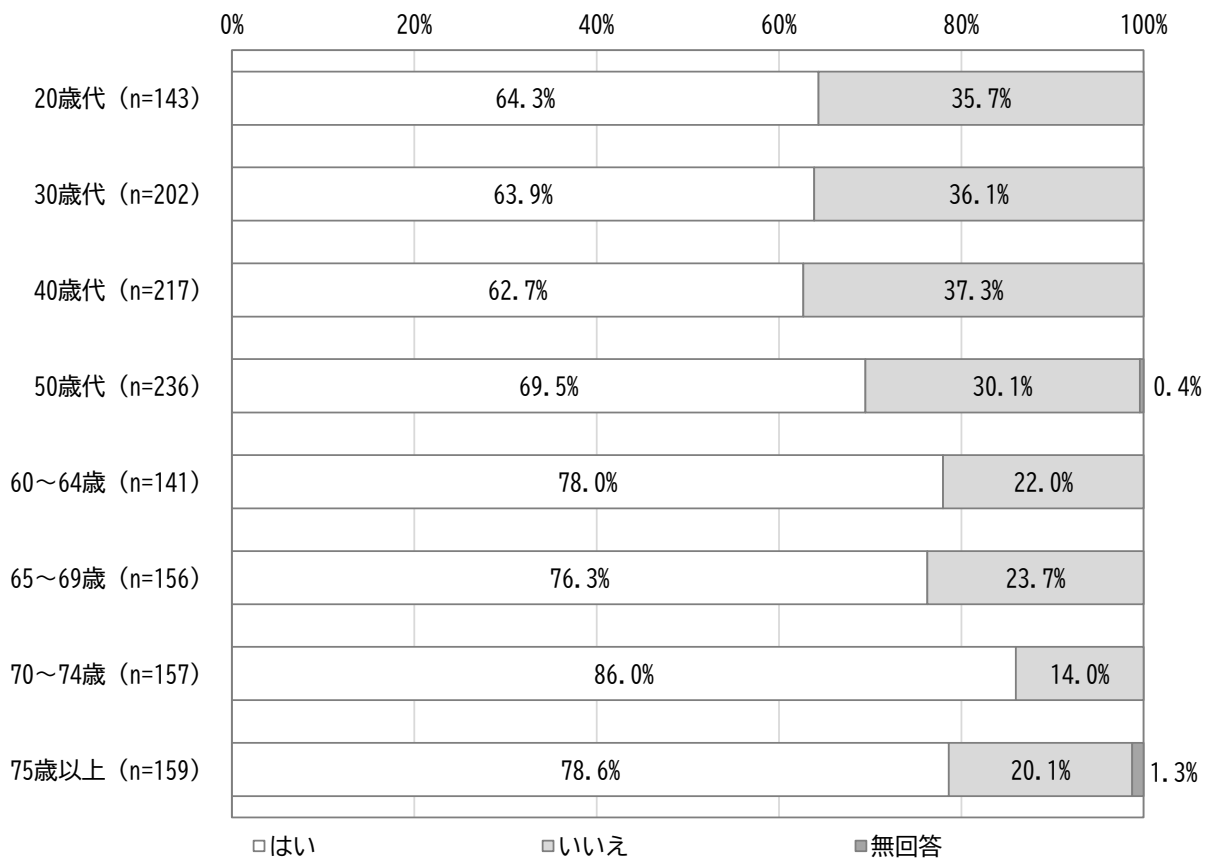
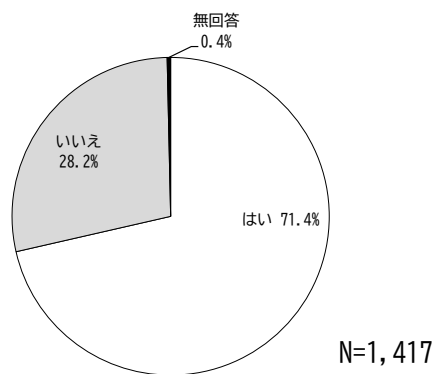
ふだんの自分の血圧値を知っているかについては、「はい」が64.0%、「いいえ」が35.6%となっています。





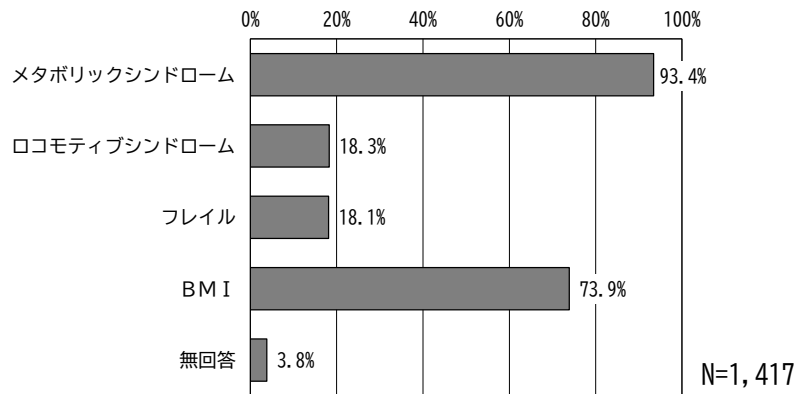
問 定期的に自分の体重を測っていますか。(○は1つだけ)

定期的に体重を測っているかについては、「はい」が71.4%、「いいえ」が28.2%となっています。



問 次の言葉とその内容を知っていますか。(○はあてはまるものすべて)

「メタボリックシンドローム<sup>※1</sup>」, 「ロコモティブシンドローム<sup>※2</sup>」, 「フレイル<sup>※3</sup>」, 「BMI<sup>※4</sup>」の言葉と内容の認知率については, 「メタボリックシンドローム」が 93.4%と最も多く, 次いで「BMI」が 73.9%, 「ロコモティブシンドローム」が 18.3%となっています。

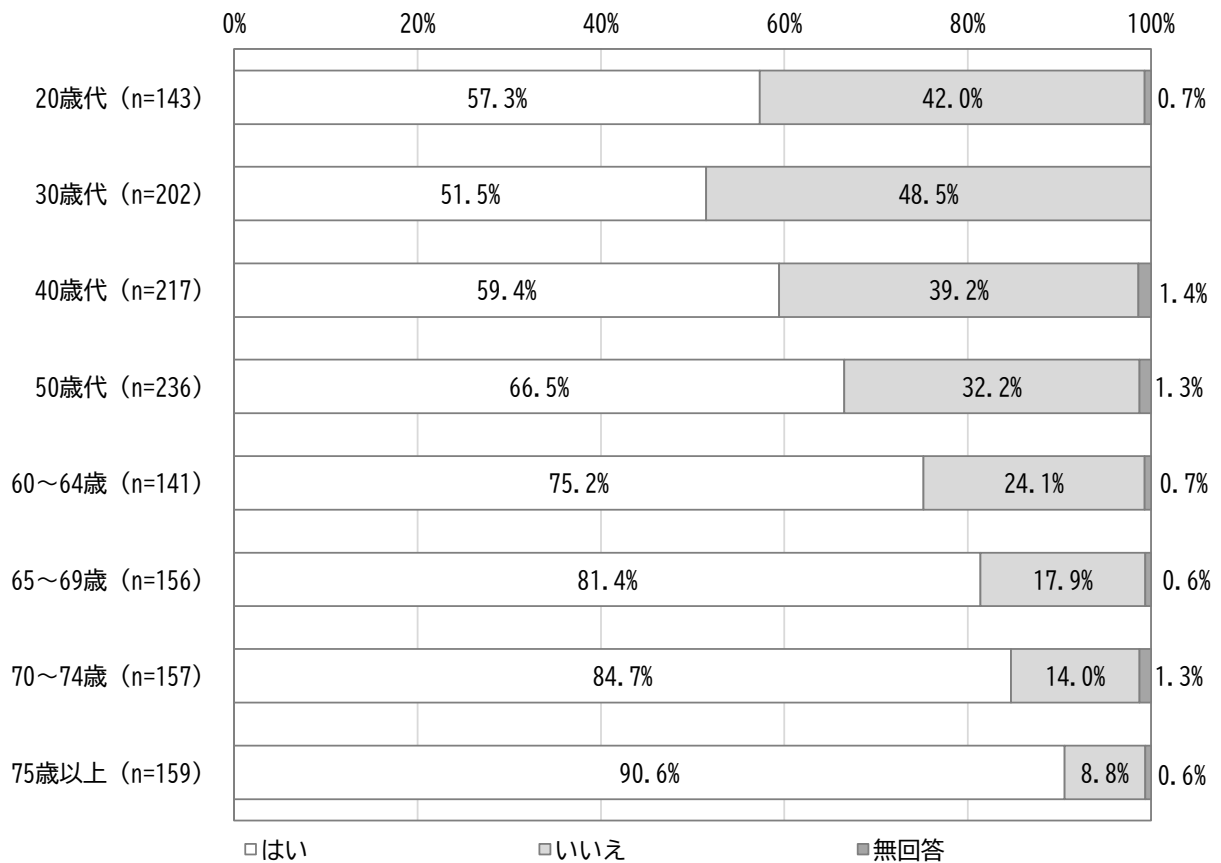
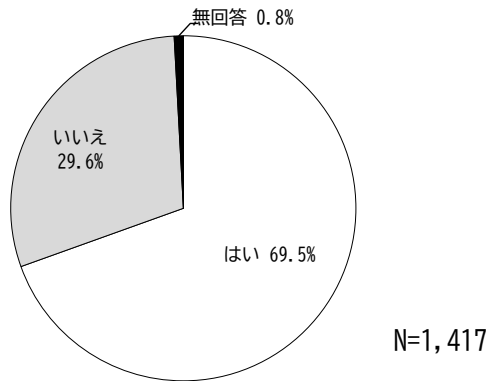


- ※1 メタボリックシンドローム・・・「内臓脂肪が蓄積することによって, 血圧, 血糖値が高くなったり, 血中の脂質異常をおこしたりして, 食事や運動などの生活習慣を改善しなければ, 心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態」のことです。
- ※2 ロコモティブシンドローム・・・運動器の障害による要介護の状態や要介護のリスクの高い状態を表す新しい言葉で, 「運動器症候群」ともいいます。
- ※3 フレイル・・・健康と要介護状態の中間で『加齢により心身が衰えた状態』のことです。しかし, 運動や食事等に注意しながら生活することで健康な状態に引き返すことができる状態でもあります。
- ※4 BMI・・・Body・Mass・Index (ボディ・マス・インデックス) の略で, 体重と身長の数値を下記の計算式にあてはめ, 算出した数値で肥満・標準・やせを知る指標です。  
 <計算式> BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

【身体活動・運動について】

問 日頃、健康のために意識的に体を動かしていますか。(〇は1つだけ)

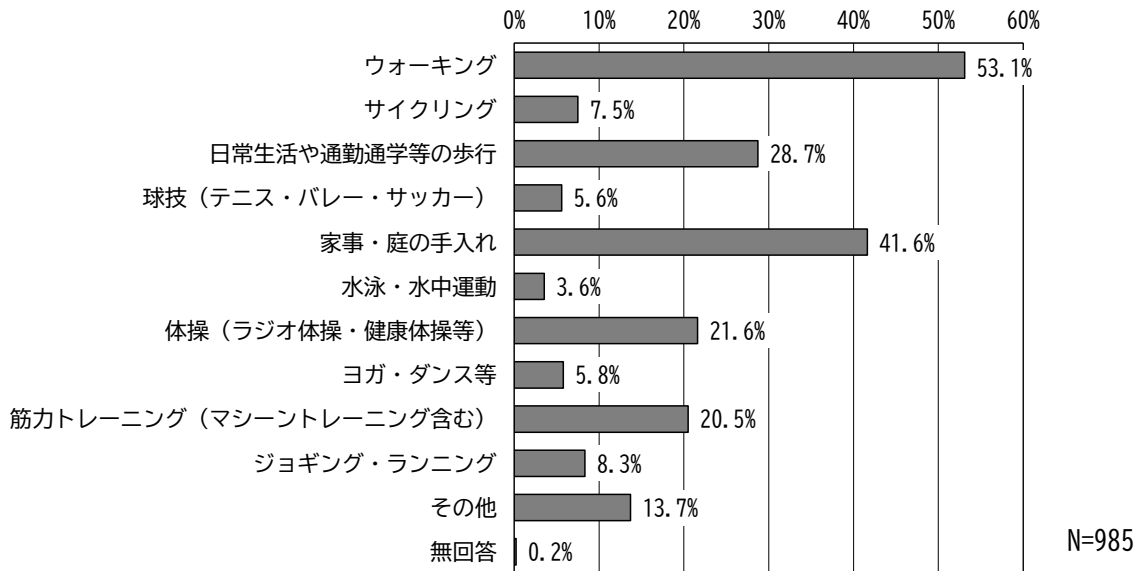
日頃、健康のために意識的に体を動かしているかについては、「はい」が69.5%、「いいえ」が29.6%となっています。



前問で「はい」(体を動かしている)を選択した人のみ回答。

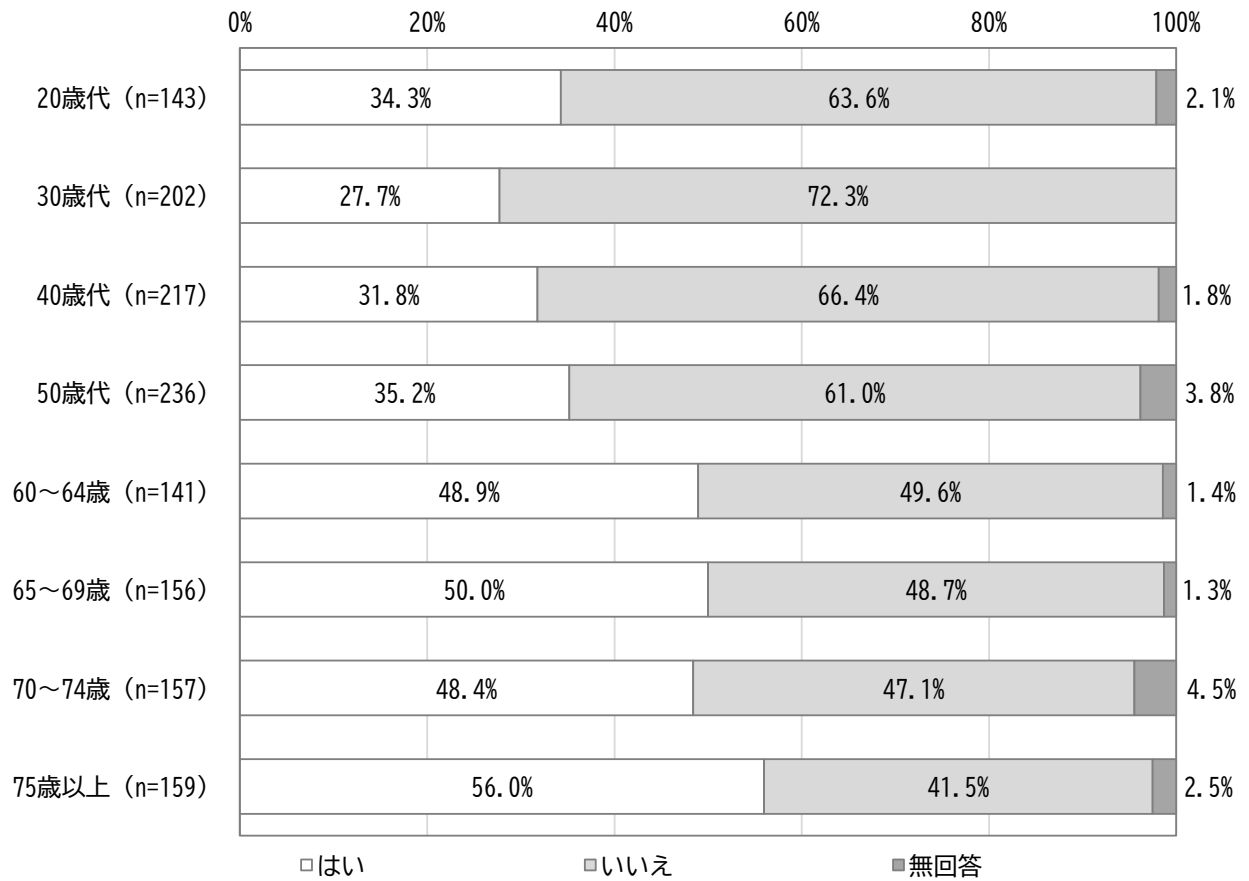
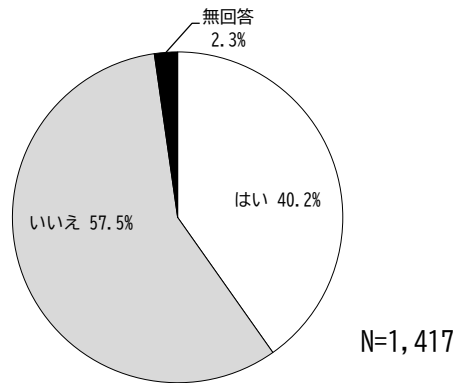
問 動かしている内容は何ですか。(〇はあてはまるものすべて)

体を動かしている内容については、「ウォーキング」が53.1%と最も多く、次いで「家事・庭の手入れ」が41.6%、「日常生活や通勤通学等の歩行」が28.7%となっています。



問 日頃の生活のなかで1日の歩数を把握していますか。

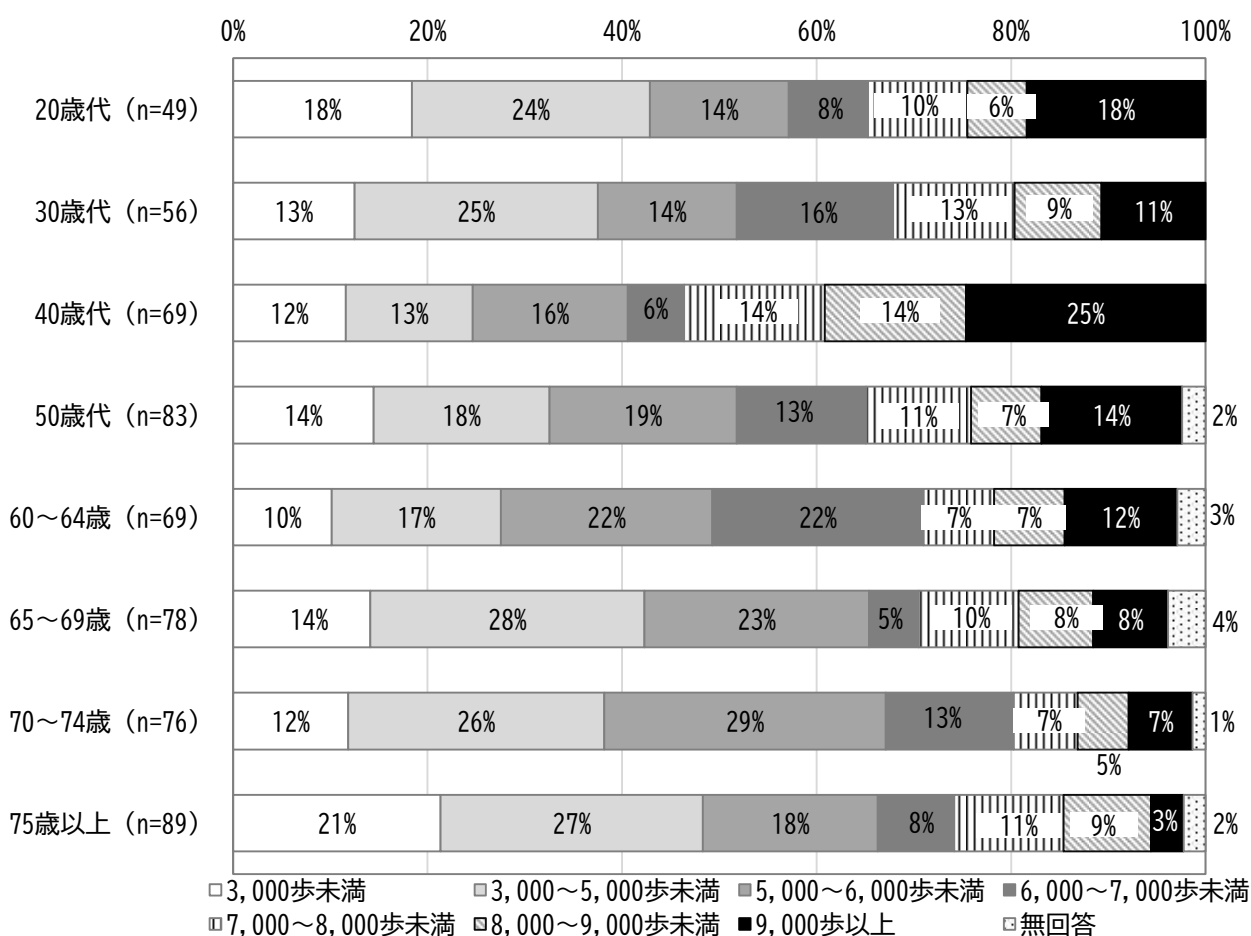
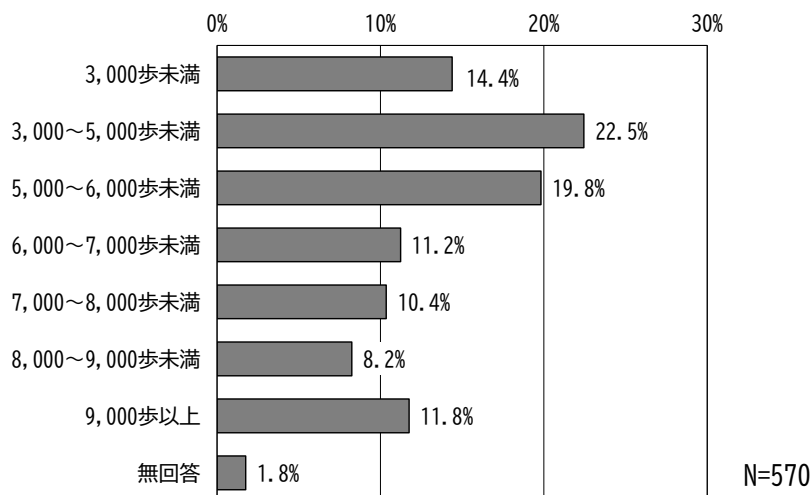
日頃の生活のなかで1日の歩数を把握しているかについては、「はい」が40.2%、「いいえ」が57.5%となっています。



前問で「はい」（1日の歩数を把握している）を選択した人のみ回答。

問 1日のおおよその歩数を教えてください。

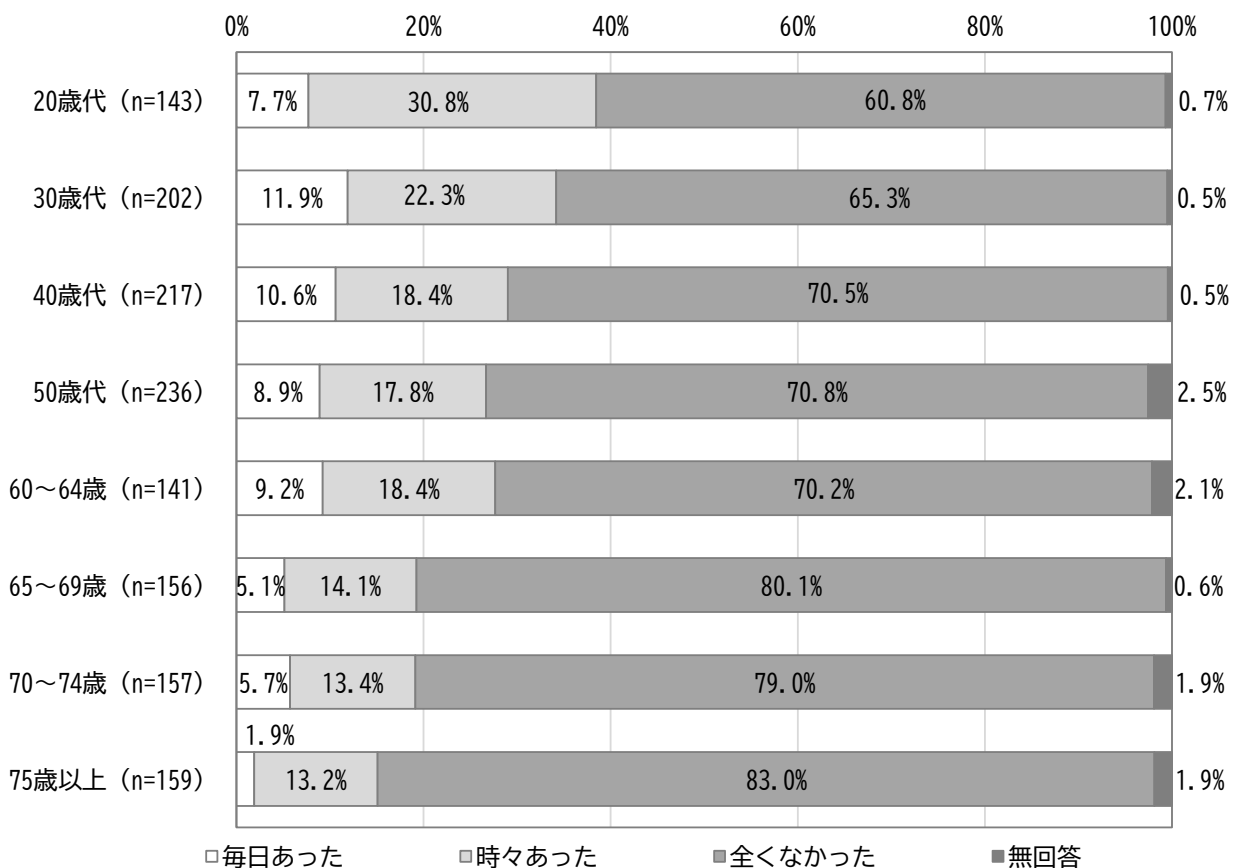
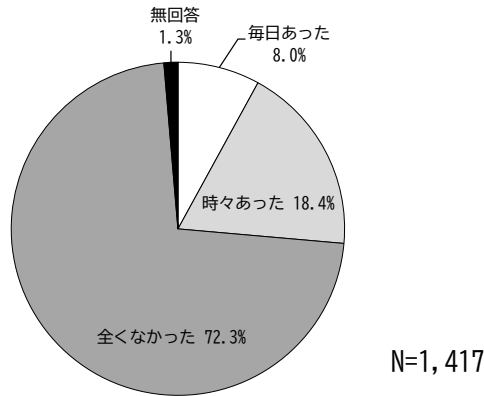
1日のおおよその歩数については、「3,000～5,000歩未満」が22.5%と最も多く、次いで「5,000～6,000歩未満」が19.8%、「3,000歩未満」が14.4%となっています。



【喫煙について】

問 この1週間で、あなたは、自分以外の方が吸っているたばこの煙を吸うような機会がありましたか。(○は1つだけ)

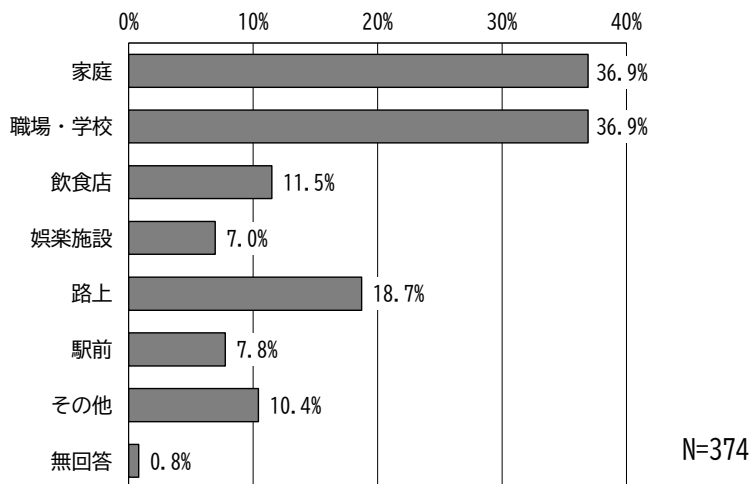
この1週間で、自分以外の方が吸っているたばこの煙を吸うような機会があったかについては、「全くなかった」が72.3%と最も多く、次いで「時々あった」が18.4%、「毎日あった」が8.0%となっています。



前問で「毎日あった」・「時々あった」を選択した人のみ回答。

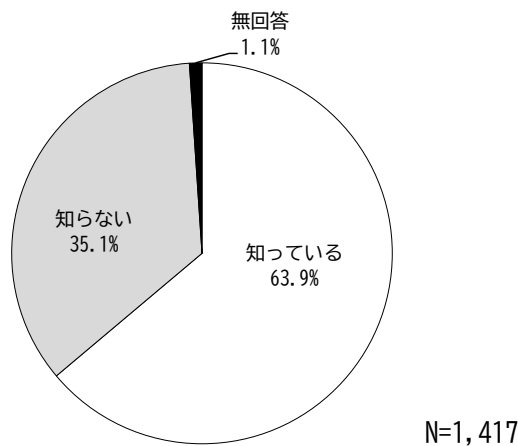
問 たばこの煙を吸う機会のあった場所はどこですか？（○はあてはまるものすべて）

たばこの煙を吸う機会のあった場所については、「家庭」、「職場・学校」が同率で 36.9%、次いで「路上」が 18.7%となっています。



問 健康増進法改正により、令和元年7月から学校、病院、市庁舎等が原則敷地内全面禁煙となり、それ以外の施設は、令和2年4月1日から原則建物内全面禁煙となりましたが、このことを知っていますか。（○は1つだけ）

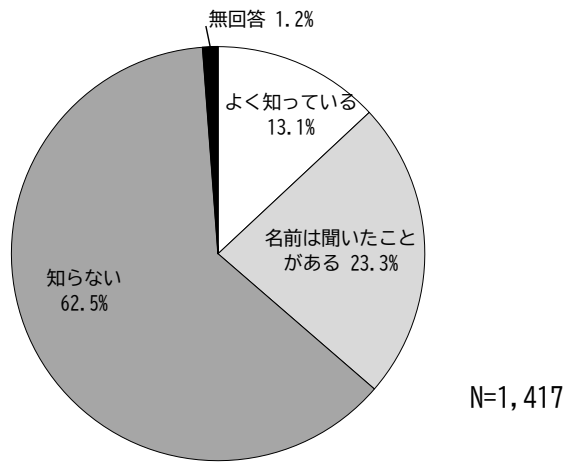
健康増進法改正により、令和元年7月から学校、病院、市庁舎等は原則敷地内全面禁煙、それ以外の施設は令和2年4月1日から原則建物内全面禁煙となっていることについては、「知っている」が 63.9%、「知らない」が 35.1%となっています。





問 COPD（シー・オー・ピー・ディー）※1 という病気を知っていますか。（〇は1つだけ）

COPD（シー・オー・ピー・ディー）という病気の認知率については、「知らない」が62.5%と最も多く、次いで「名前は聞いたことがある」が23.3%、「よく知っている」が13.1%となっています。

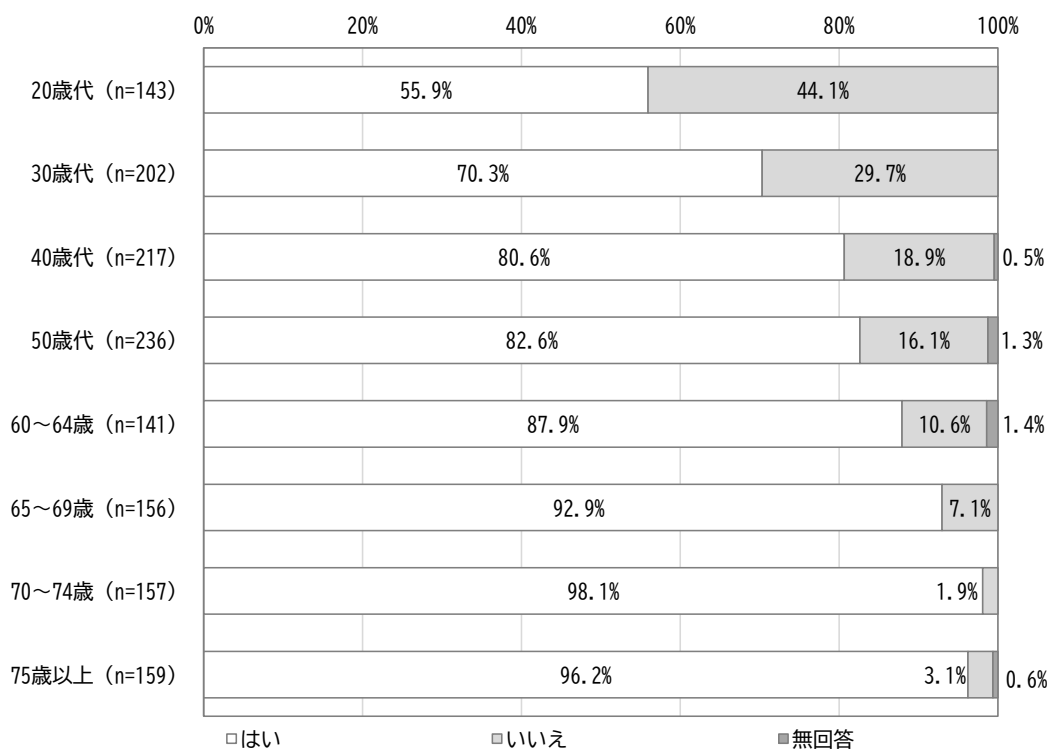
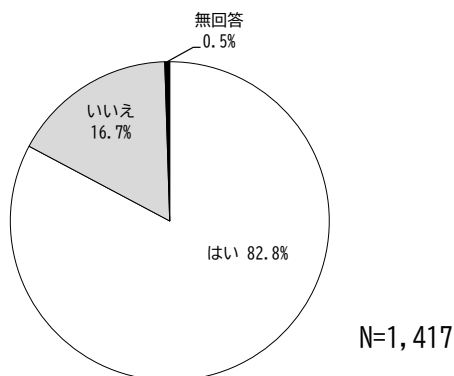


※1 COPD（慢性閉塞性肺疾患）・・・従来、慢性気管支炎や肺気腫と呼ばれてきた病気の総称です。たばこの煙を主とする有害物質を長期に吸入することで生じた肺の炎症性疾患であり、喫煙習慣を背景に中高年に発症する生活習慣病といえます。

【食生活・栄養について】

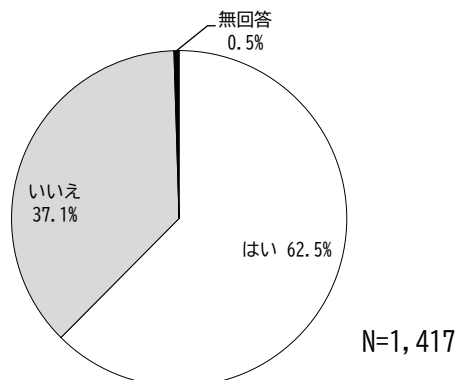
問 あなたは毎日朝食を食べていますか？（○は1つだけ）

朝食を毎日食べているかについては、「はい」が 82.8%、「いいえ」が 16.7%となっています。



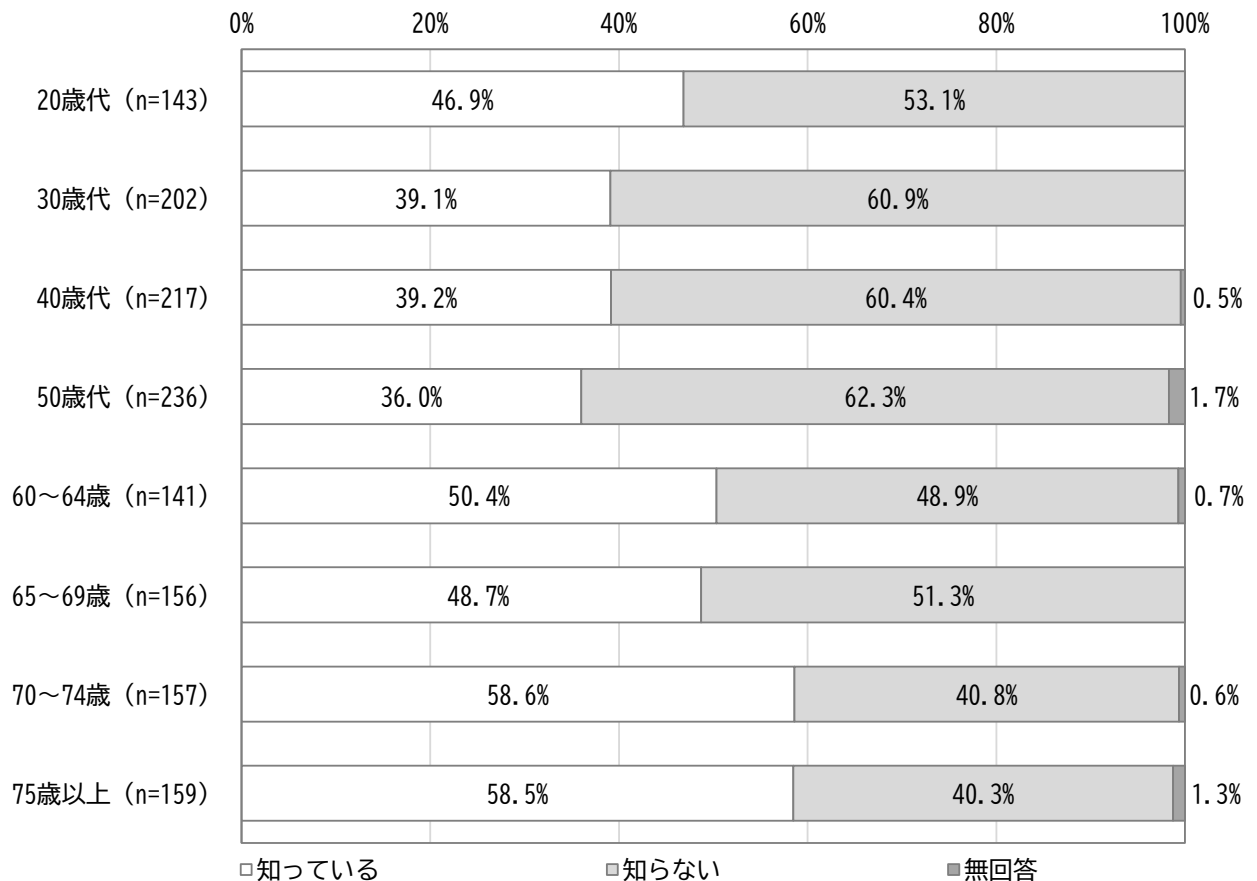
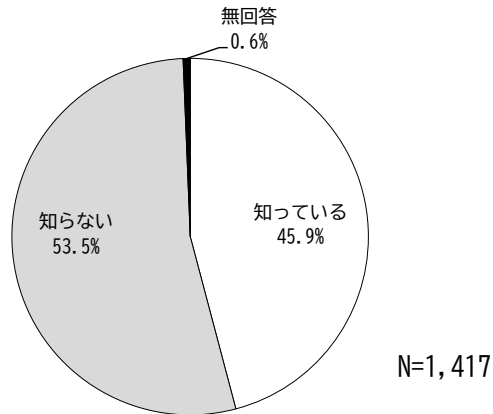
問 あなたはよく噛んで食べる様にしていますか？（○は1つだけ）

よく噛んで食べるようにしているかについては、「はい」が 62.5%、「いいえ」が 37.1%となっています。



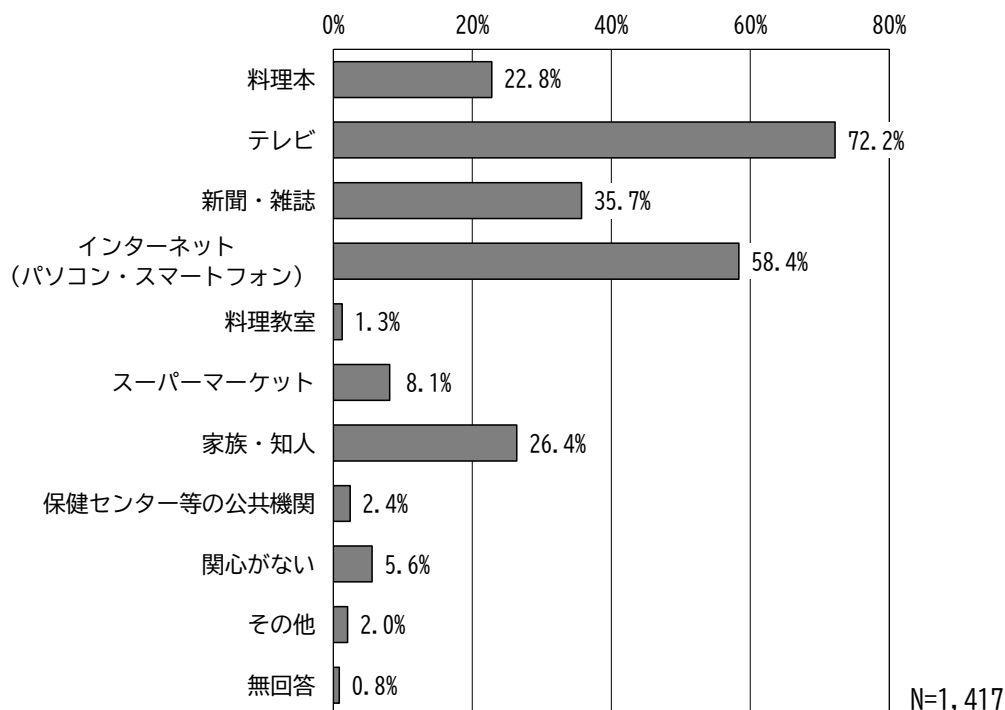
問 1日に必要な野菜の量が350gであることを知っていますか。(○は1つだけ)

1日に必要な野菜の量が350gであることを知っているかについては、「知っている」が45.9%、「知らない」が53.5%となっています。



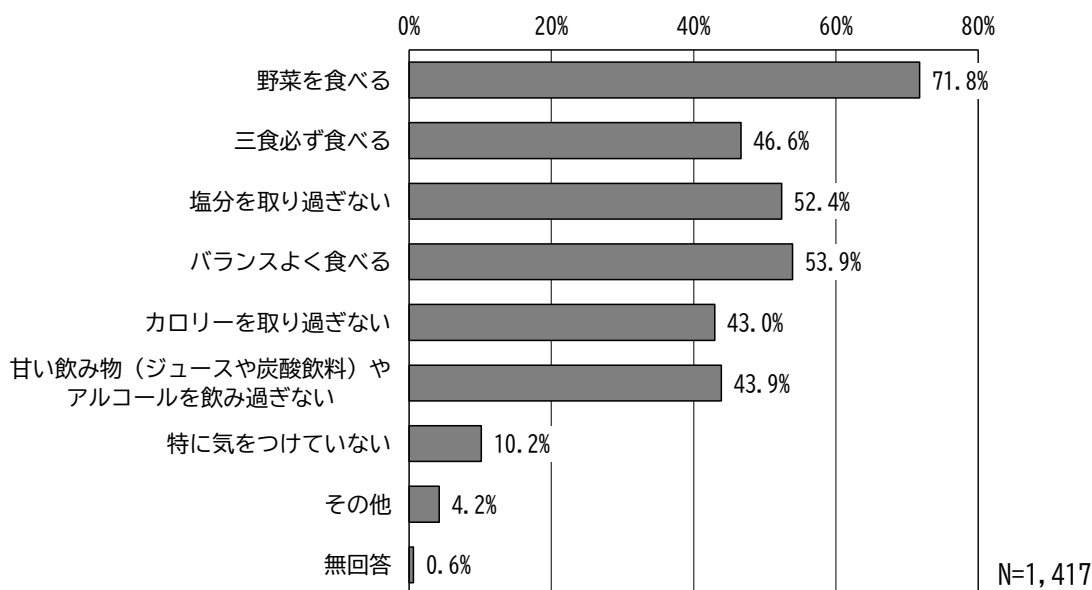
**問 料理や栄養全般に関する情報を、どこから得ていますか (○はあてはまるものすべて)**

料理や栄養全般に関する情報を、どこから得ているかについては、「テレビ」が 72.2%と最も多く、次いで「インターネット (パソコン・スマートフォン)」が 58.4%、「新聞・雑誌」が 35.7%となっています。



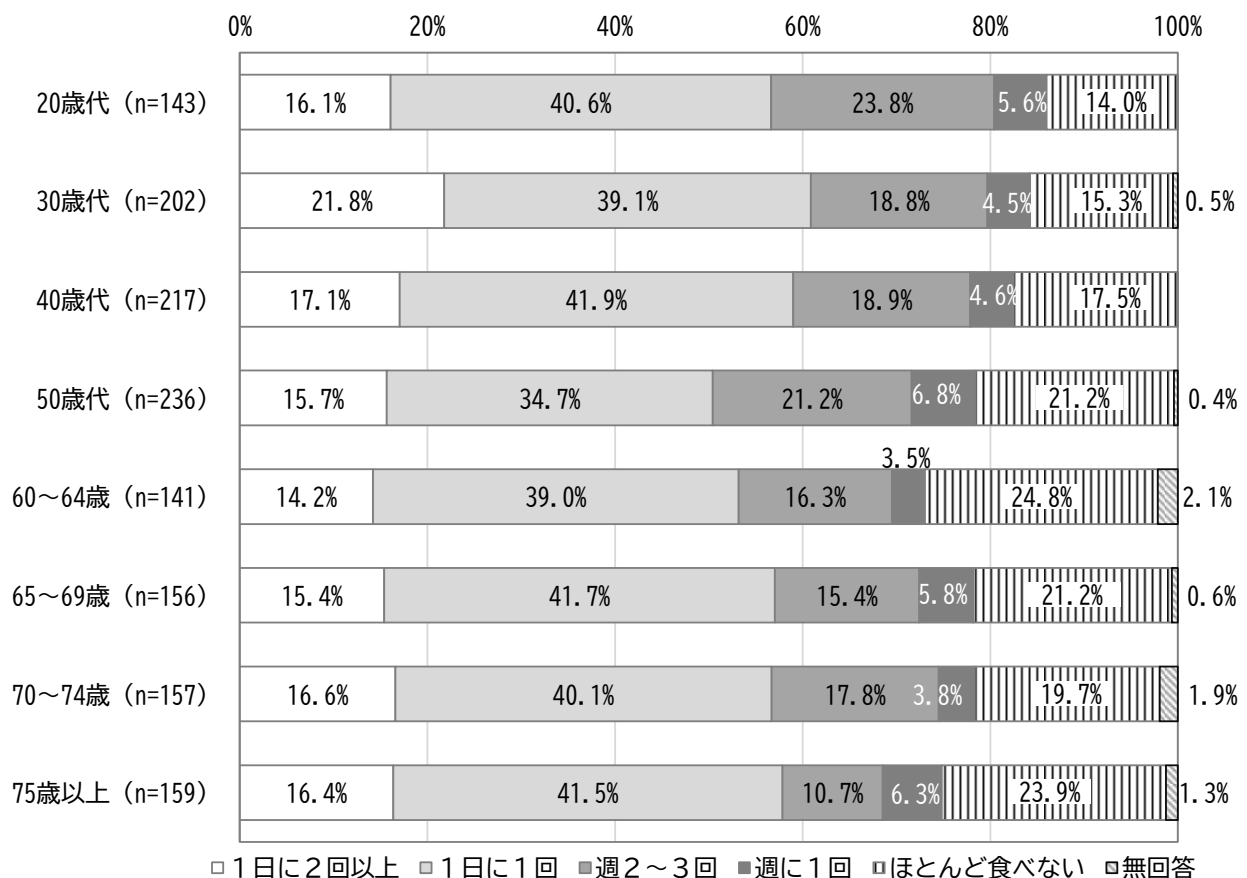
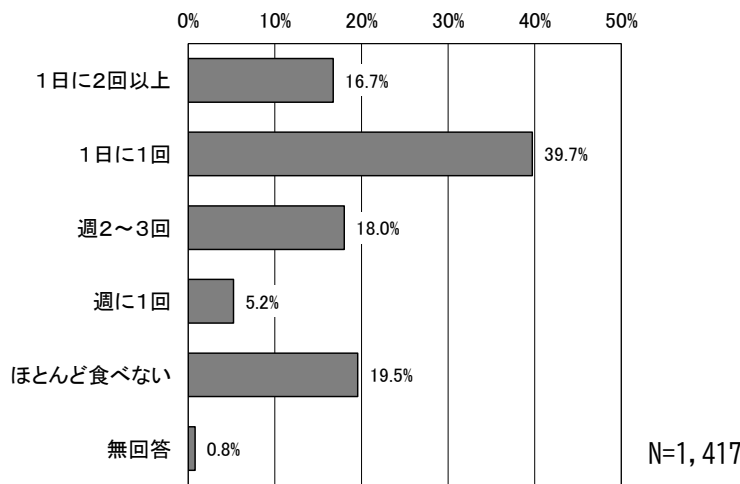
**問 あなたが食事で気をつけていることは何ですか (○はあてはまるものすべて)**

食事で気をつけていることについては、「野菜を食べる」が 71.8%と最も多く、次いで「バランスよく食べる」が 53.9%、「塩分を取り過ぎない」が 52.4%となっています。



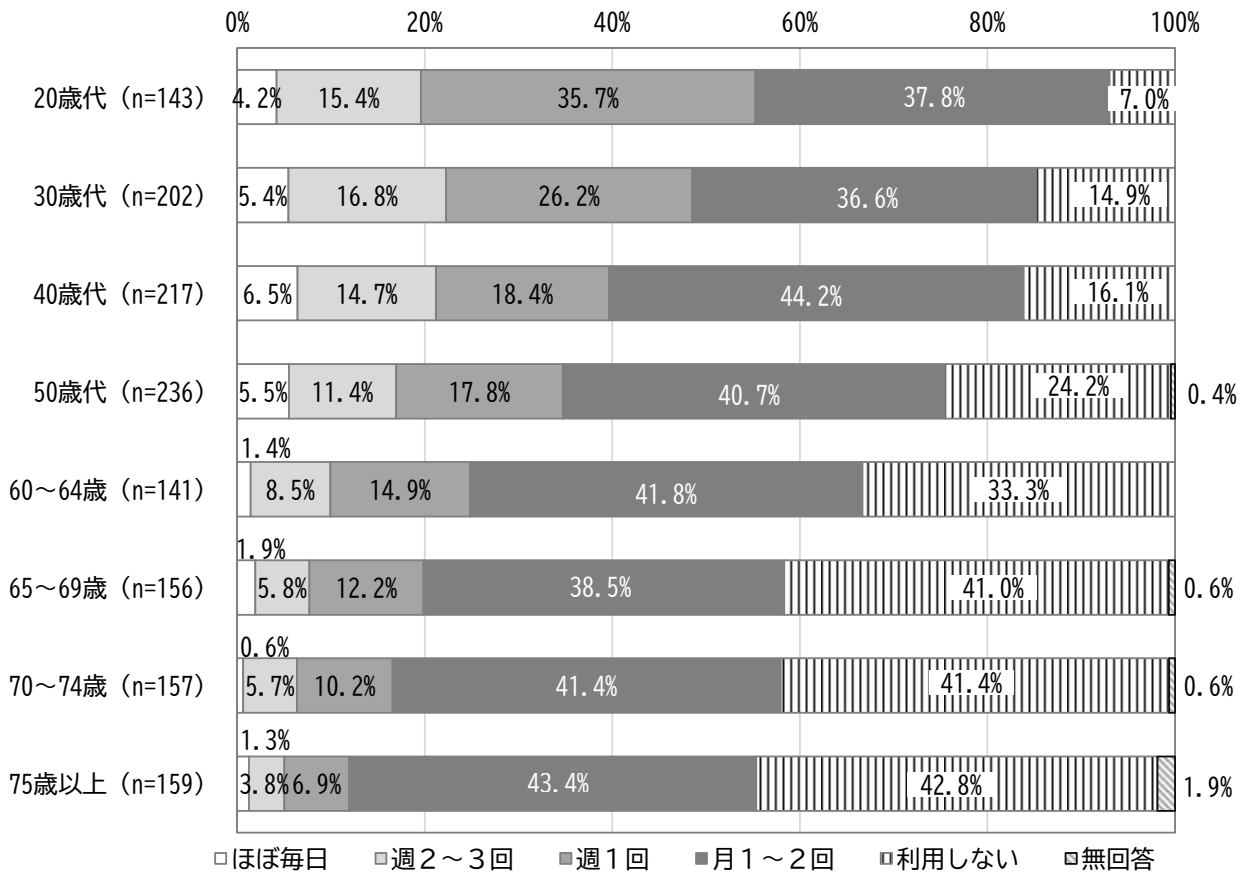
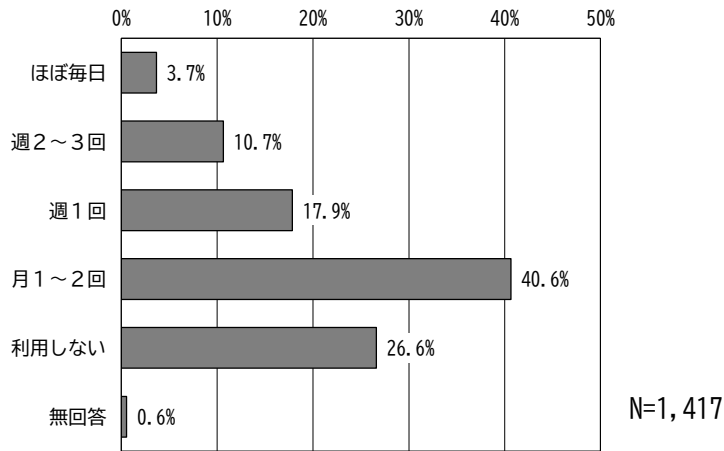
問 間食をしますか。(○は1つだけ)

間食については、「1日に1回」が39.7%と最も多く、次いで「ほとんど食べない」が19.5%、「週2～3回」が18.0%となっています。



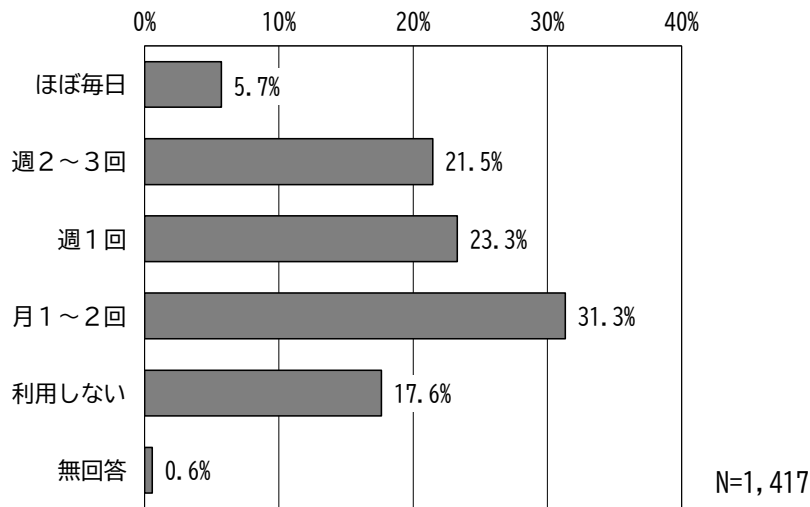
問 外食は、どのくらいの頻度で利用しますか。(○は1つだけ)

外食の利用頻度については、「月1～2回」40.6%と最も多く、次いで「利用しない」が26.6%、「週1回」が17.9%となっています。



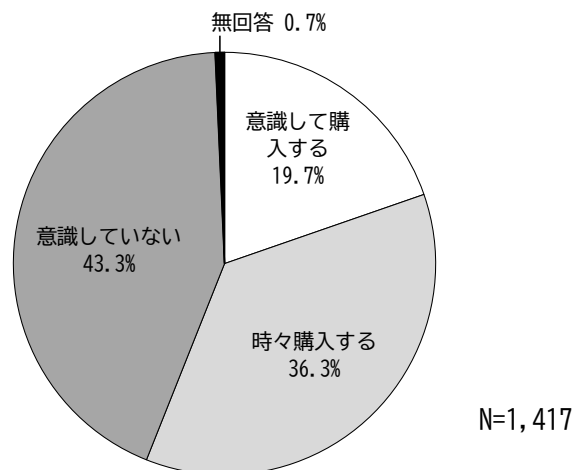
問 市販の総菜や弁当を、どのくらいの頻度で利用しますか。(○は1つだけ)

市販の総菜や弁当の利用頻度については、「月1～2回」が31.3%と最も多く、次いで「週1回」が23.3%、「週2～3回」が21.5%となっています。



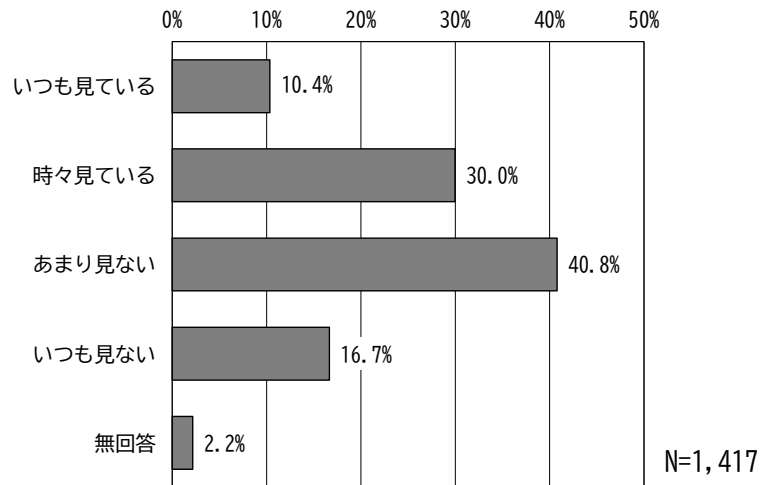
問 普段使う食材は、茨城県産または地元産のものを意識して購入されていますか。(○は1つだけ)

普段使う食材は、茨城県産または地元産のものを意識して購入しているかについては、「意識していない」が43.3%と最も多く、次いで「時々購入する」が36.3%、「意識して購入する」が19.7%となっています。



問 あなたは、ふだん食品を購入する時に、栄養成分表示を見ていますか。(○は1つだけ)

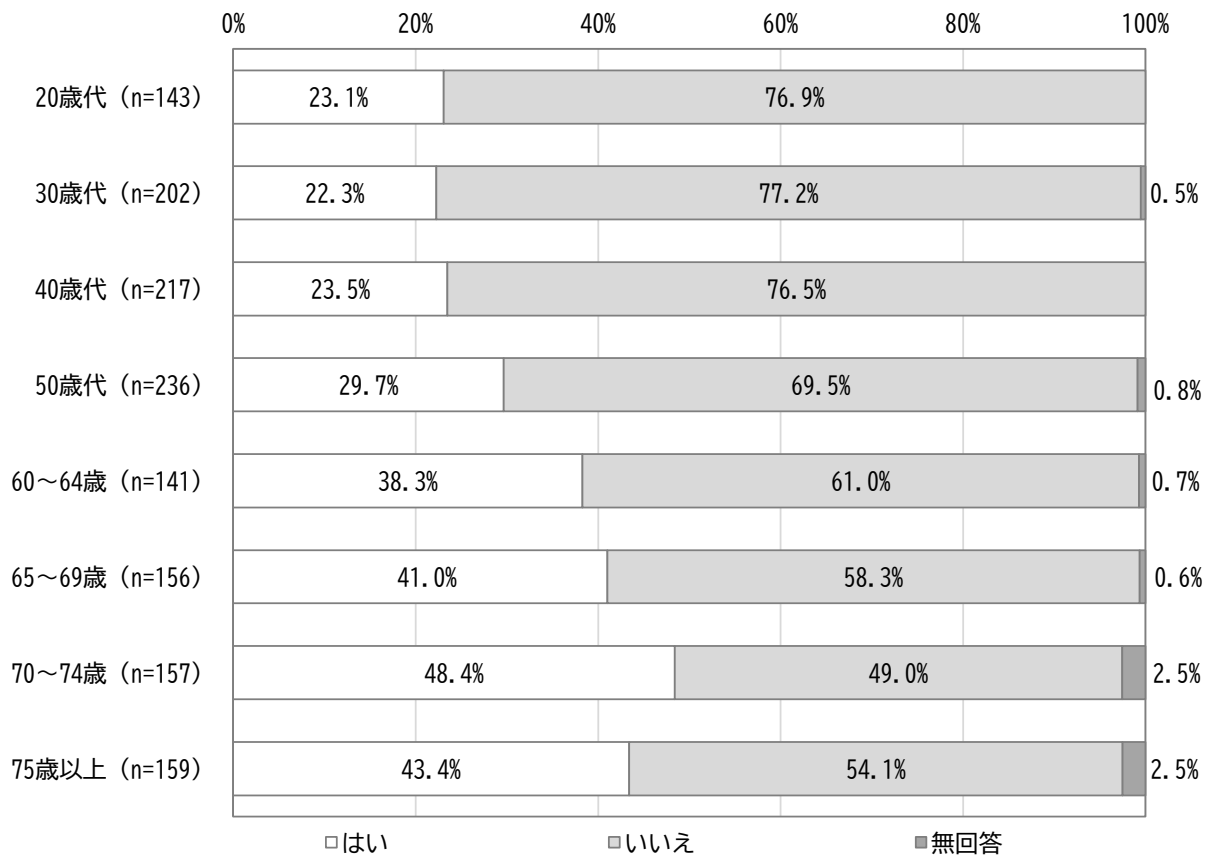
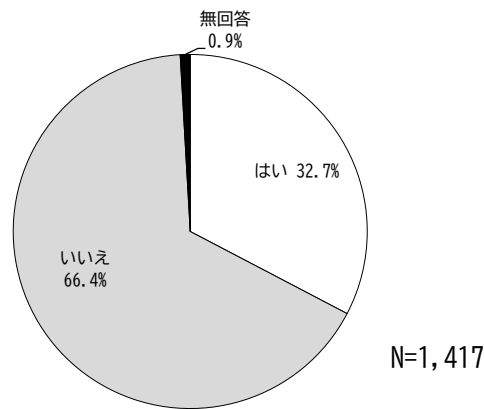
ふだん食品を購入する時に、栄養成分表示を見ているかについては、「いつも見ている (10.4%)」、「時々見ている (30.0%)」を合わせた『見ている (計)』が40.4%、「あまり見ない (40.8%)」、「いつも見ない (16.7%)」を合わせた『見ない (計)』が57.5%となっています。





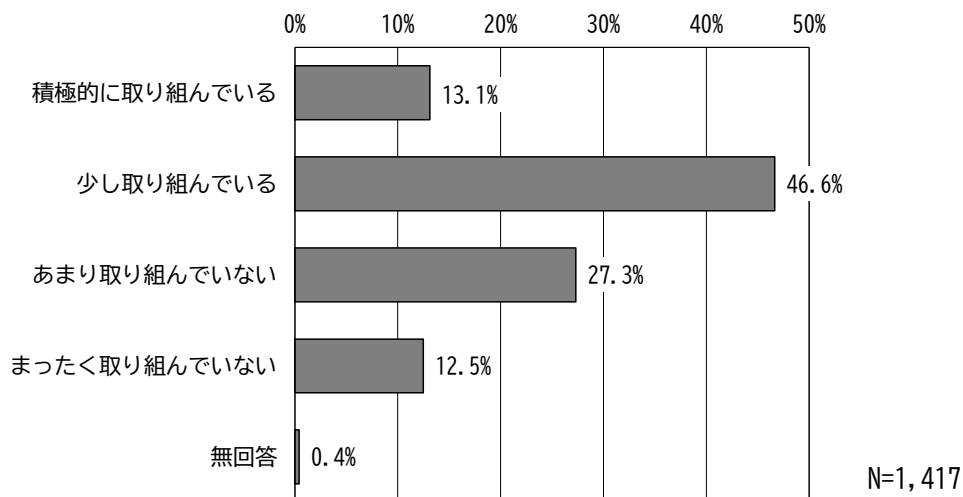
問 1日の食塩摂取目標量を知っていますか。(○は1つだけ)

1日の食塩摂取目標量(男性7.5g未満, 女性6.5g未満)の認知率については、「はい」が32.7%, 「いいえ」が66.4%となっています。



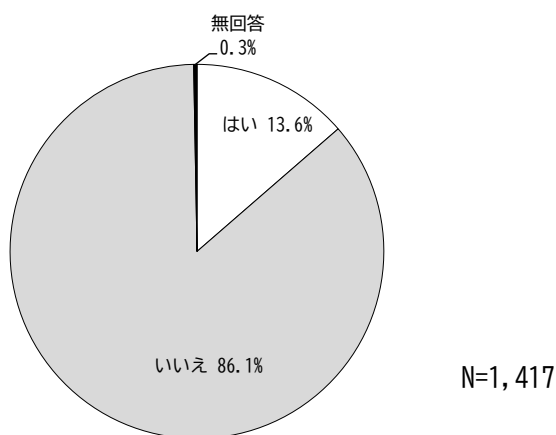
問 ふだんの食事において、減塩に取り組んでいますか。(○は1つだけ)

ふだんの食事において、減塩に取り組んでいるかについては、「積極的に取り組んでいる(13.1%)」、「少し取り組んでいる(46.6%)」を合わせた『取り組んでいる(計)』が59.7%、「あまり取り組んでいない(27.3%)」、「まったく取り組んでいない(12.5%)」を合わせた『取り組んでいない(計)』が39.8%となっています。



問 地域に「食生活改善推進員(ヘルスマイト)※1」がいることを知っていますか。(○は1つだけ)

地域に「食生活改善推進員(ヘルスマイト)」がいることを知っているかについては、「はい」が13.6%、「いいえ」が86.1%となっています。

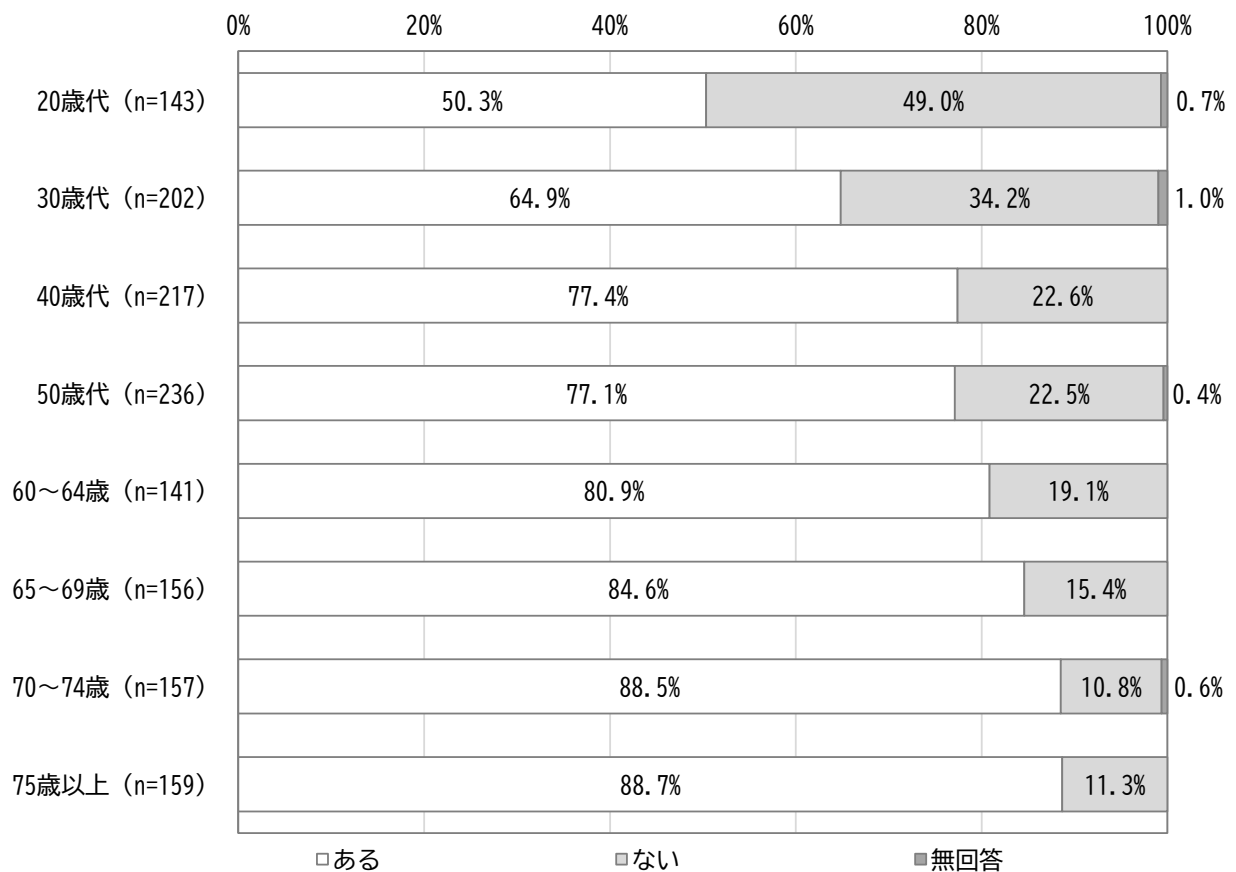
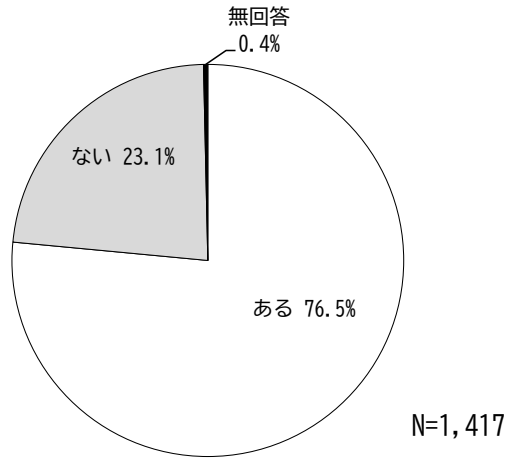


※1 食生活改善推進員(ヘルスマイト)とは・・・市民の皆様の健康づくりを目的とした食育推進活動や健康料理教室などを行うボランティア団体です。

【歯の健康について】

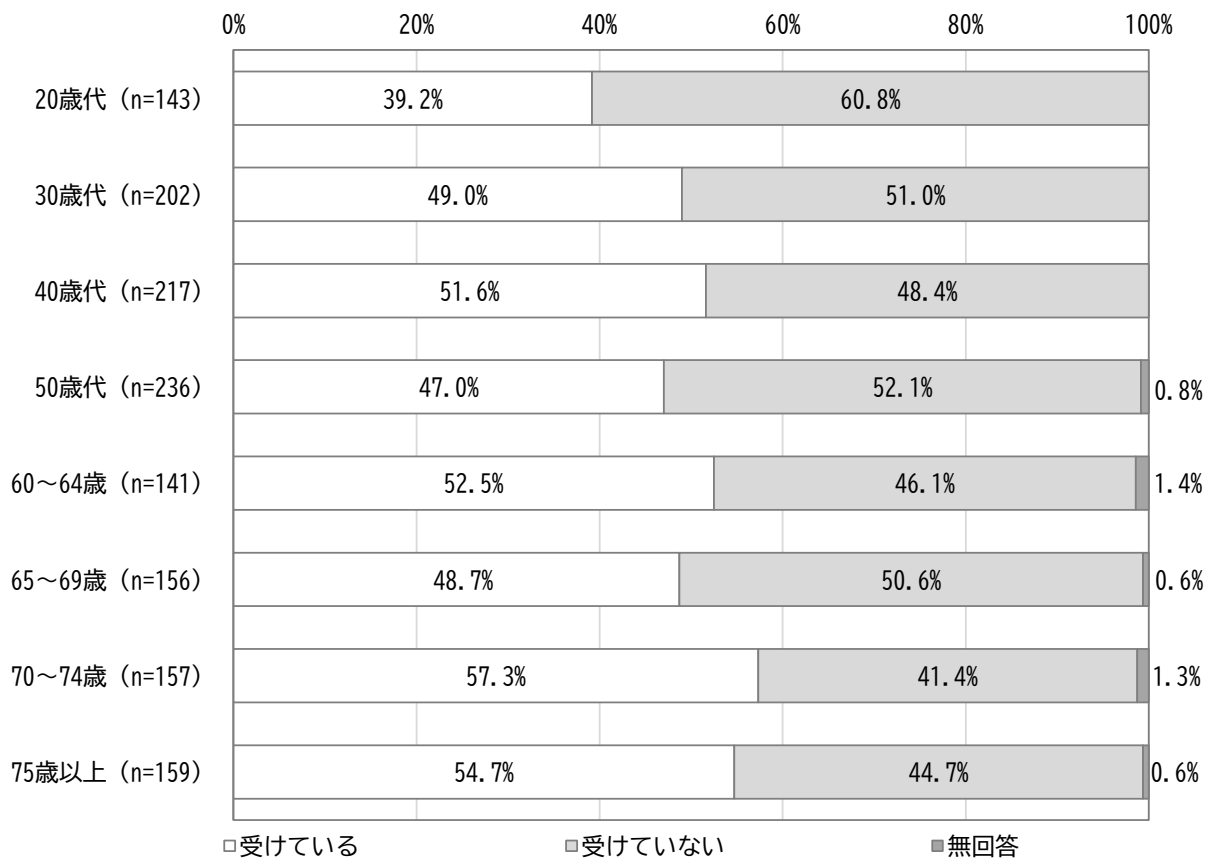
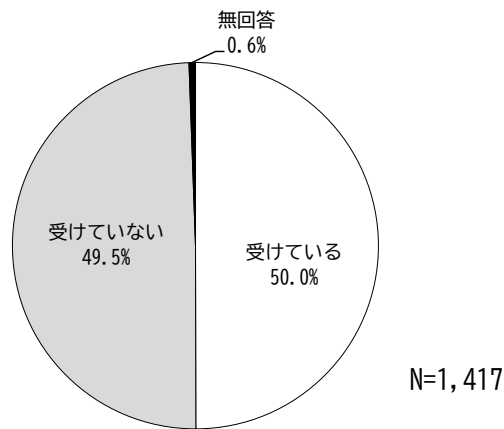
問 かかりつけの歯科医院はありますか。(〇は1つだけ)

かかりつけの歯科医院については、「ある」が76.5%、「ない」が23.1%となっています。



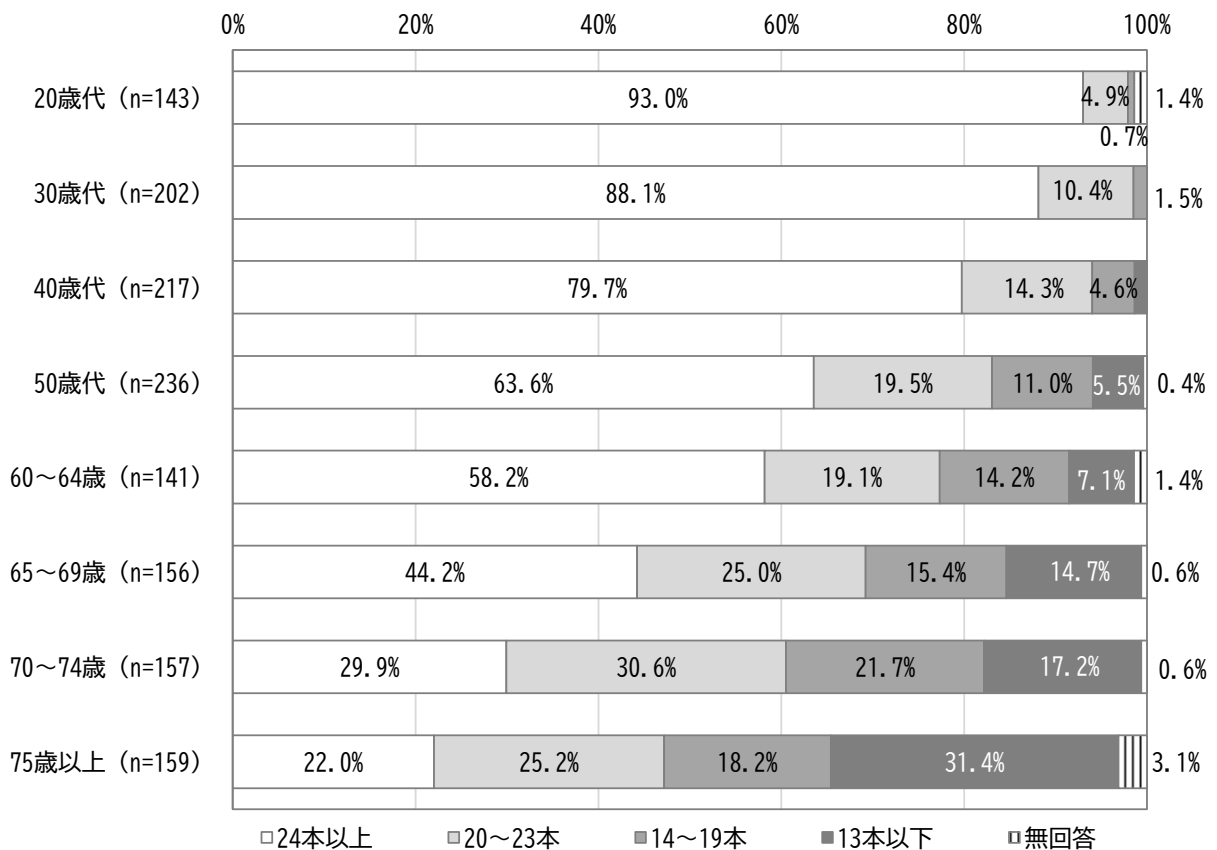
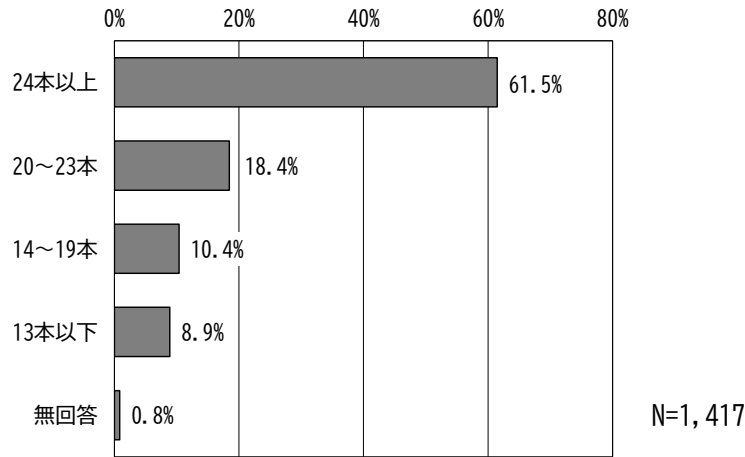
問 定期的に歯の検診を受けていますか。(○は1つだけ)

定期的に歯の検診を受けているかについては、「受けている」が 50.0%、「受けていない」が 49.5%となっています。



問 現在、自分の歯は何本ありますか。(〇は1つだけ) ※分かる範囲の記入で結構です。  
 ※成人の歯は全部で28本あります。(歯根のある差し歯は自分の歯として数に含め  
 ます。親不知、インプラント、ブリッジは含めません。)

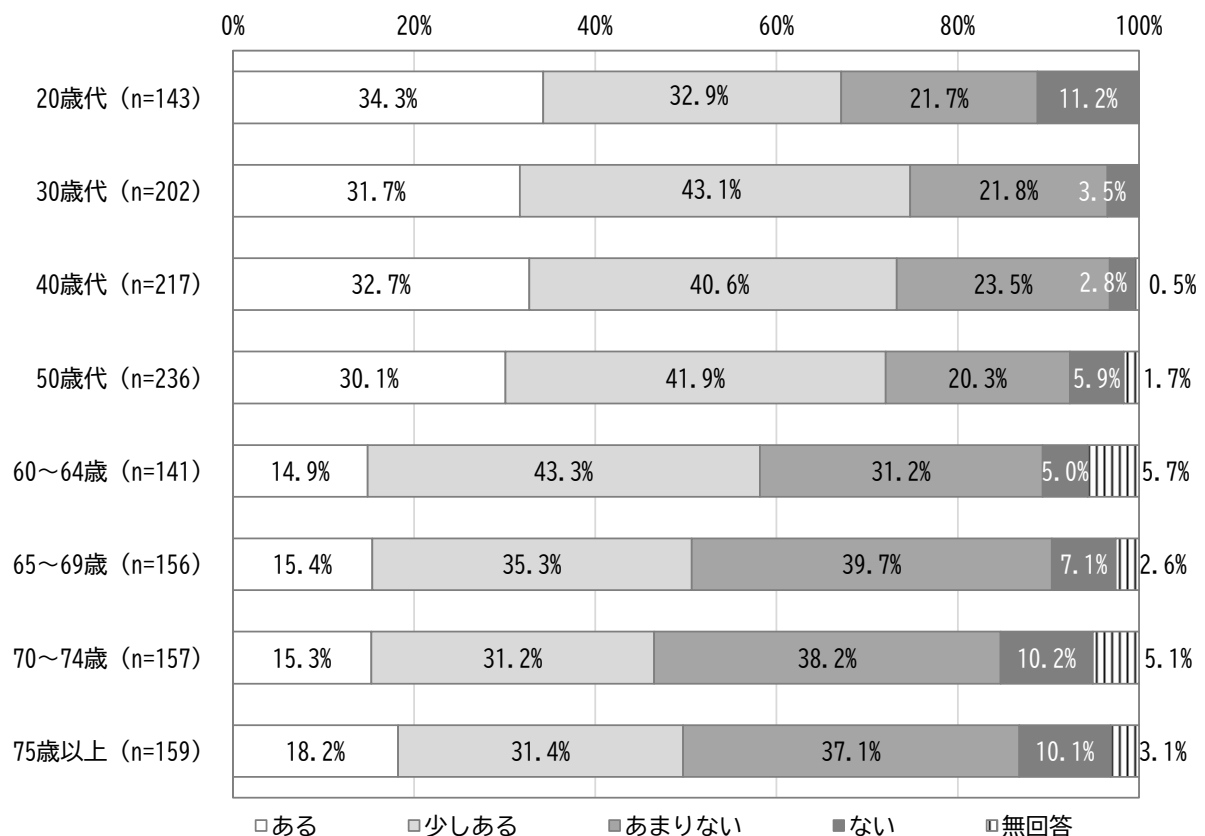
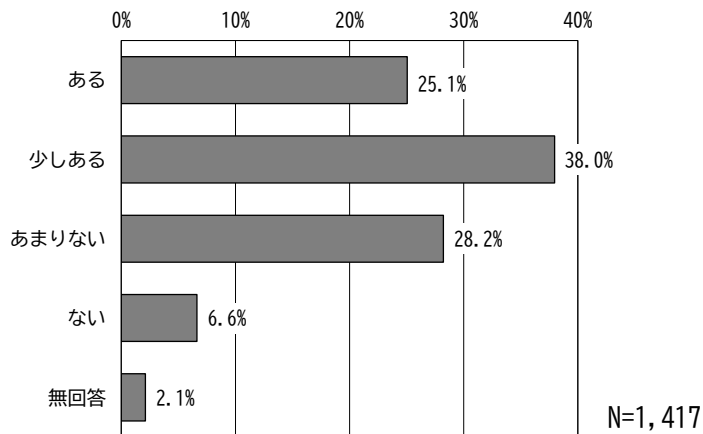
現在の歯の本数については、「24本以上」が61.5%と最も多く、次いで「20～23本」が18.4%、「14～19本」が10.4%となっています。



【心の健康について】

問 あなたは日頃、不安、悩み、ストレスなどを感じることはありませんか。(○は1つだけ)

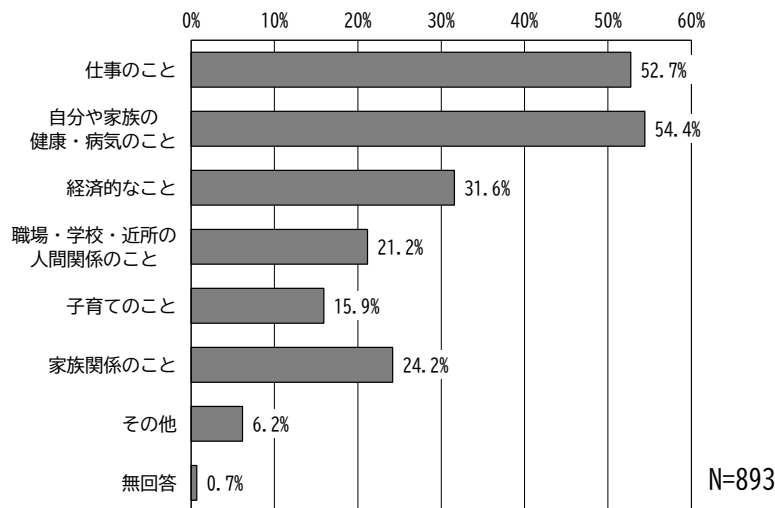
日頃、不安、悩み、ストレスなどを感じることは、「ある (25.1%)」、  
「少しある (38.0%)」を合わせた『ある (計)』が 63.1%、「あまりない (28.2%)」、  
「ない (6.6%)」を合わせた『ない (計)』が 34.8%となっています。



前問で（不安、悩み、ストレスなどが）「ある」・「少しある」を選択した人のみ回答。

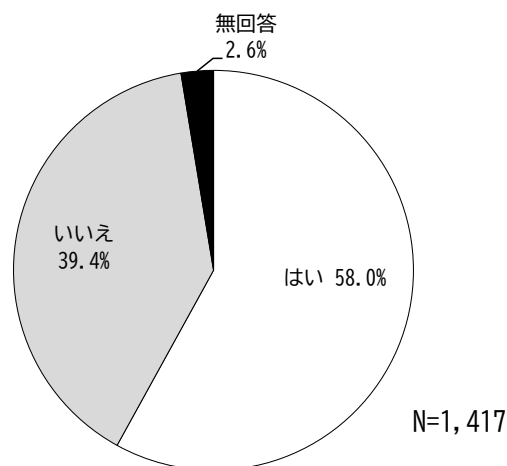
問 どんなことに不安やストレスを感じましたか。（〇はあてはまるものすべて）

どんなことに不安やストレスを感じたかについては、「自分や家族の健康・病気のこと」が54.4%と最も多く、次いで「仕事のこと」が52.7%、「経済的なこと」が31.6%となっています。



問 悩みやストレスを感じた時、誰か（またはどこか）に相談しますか。（〇は1つだけ）

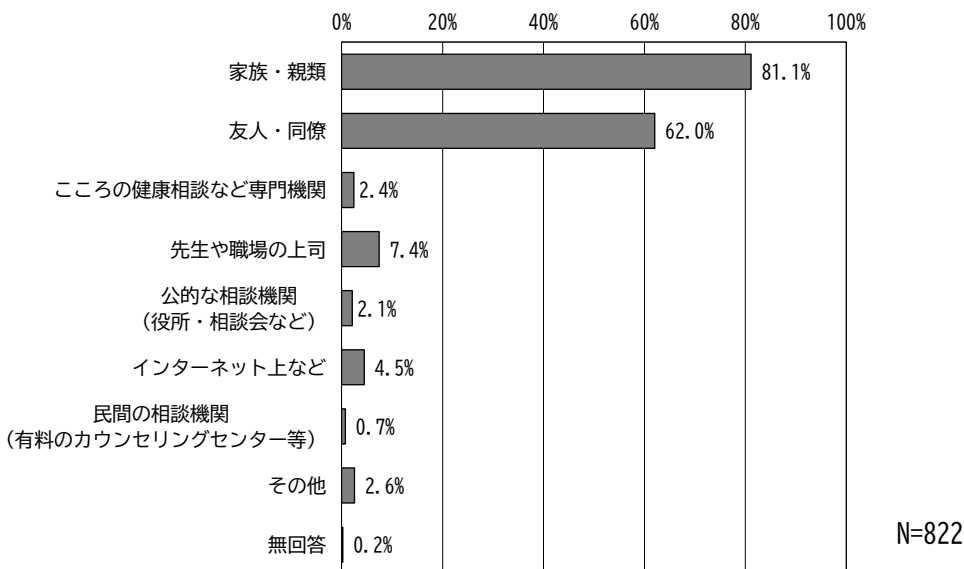
悩みやストレスを感じた時、誰か（またはどこか）に相談するかについては、「はい」が58.0%、「いいえ」が39.4%となっています。



前問で「はい」（相談する）を選択した人のみ回答。

問 悩みやストレスを感じたとき誰に（またはどこに）相談しますか。（○はあてはまるものすべて）

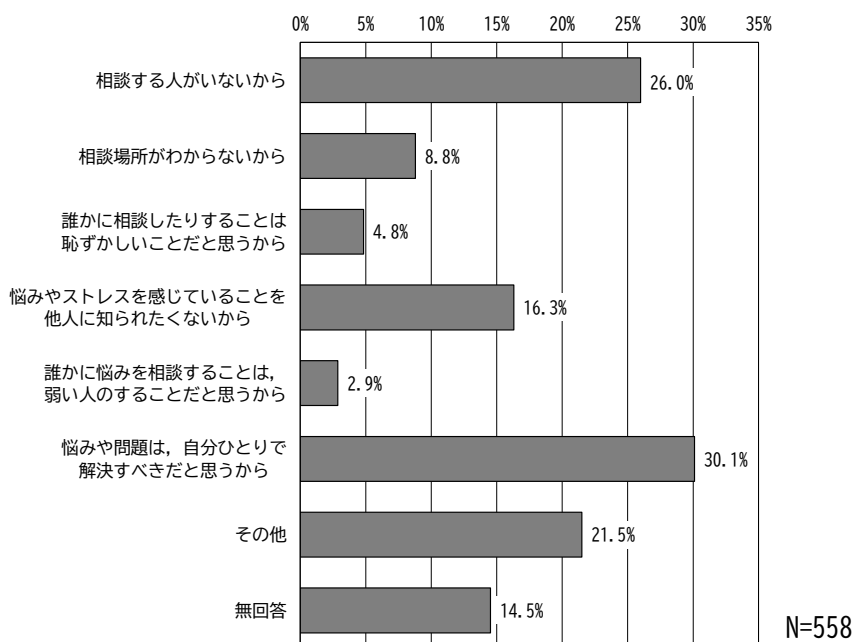
悩みやストレスの相談先については、「家族・親類」が 81.1%と最も多く、次いで「友人・同僚」が 62.0%、「先生や職場の上司」が 7.4%となっています。



前問で「いいえ」（相談しない）を選択した人のみ回答。

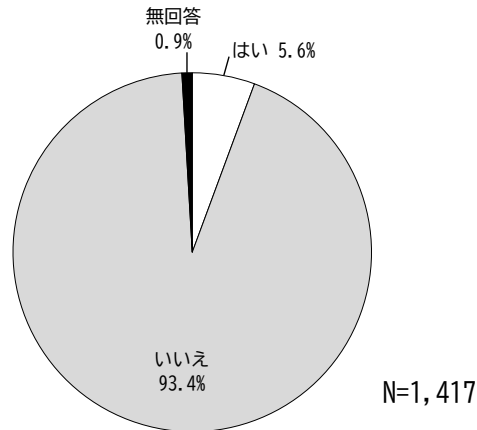
問 悩みやストレスを感じたとき、誰か（またはどこか）に相談しない理由は何ですか。（○はあてはまるものすべて）

悩みやストレスを感じたとき、誰か（またはどこか）に相談しない理由については、「悩みや問題は、自分ひとりで解決すべきだと思うから」が 30.1%と最も多く、次いで「相談する人がいないから」が 26.0%、「悩みやストレスを感じていることを他人に知られたくないから」が 16.3%となっています。

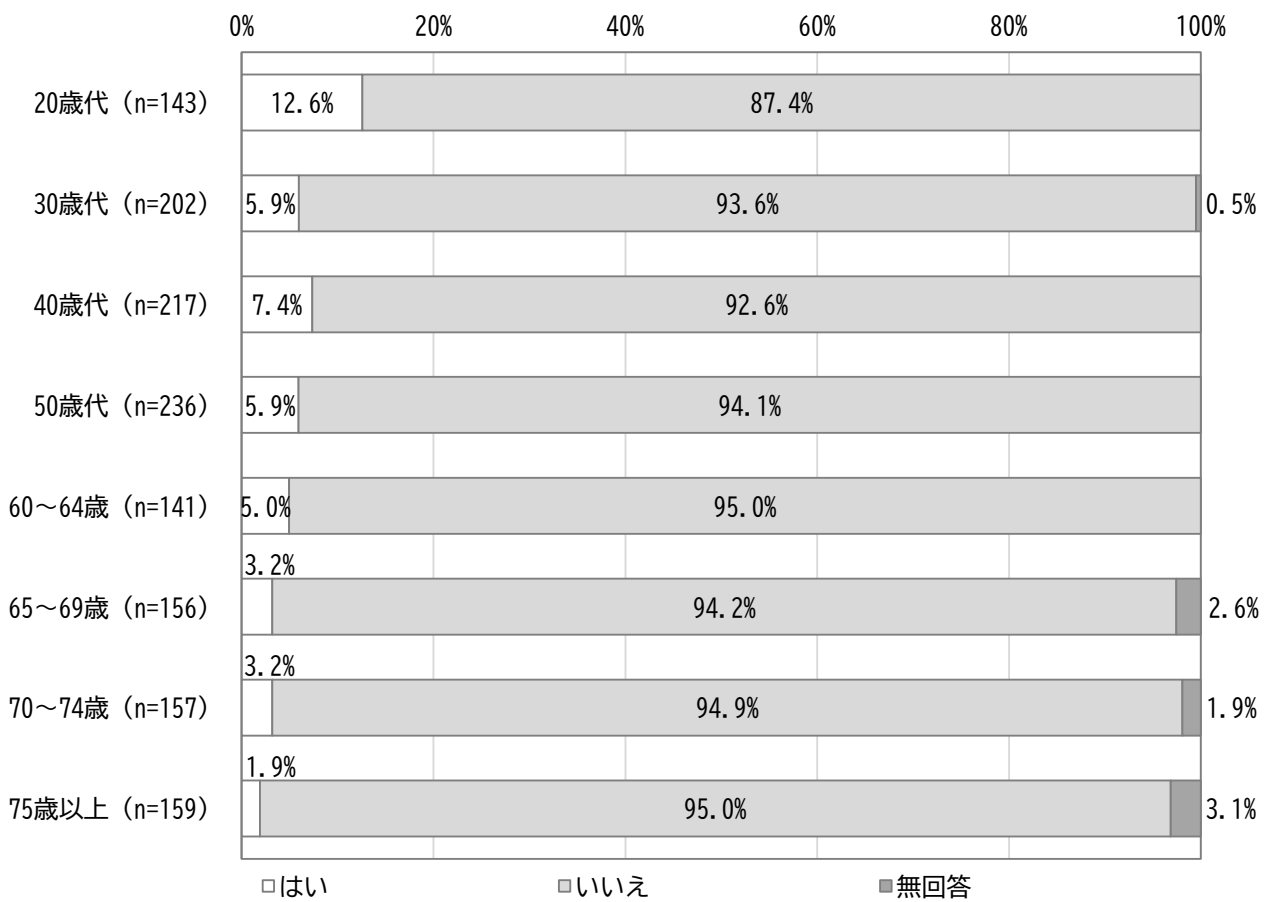




問 あなたは、ゲートキーパー※<sup>1</sup>という言葉とその内容を知っていますか。(○は1つだけ)  
 ゲートキーパーという言葉、内容の認知率については、「はい」が5.6%、「いいえ」が93.4%となっています。

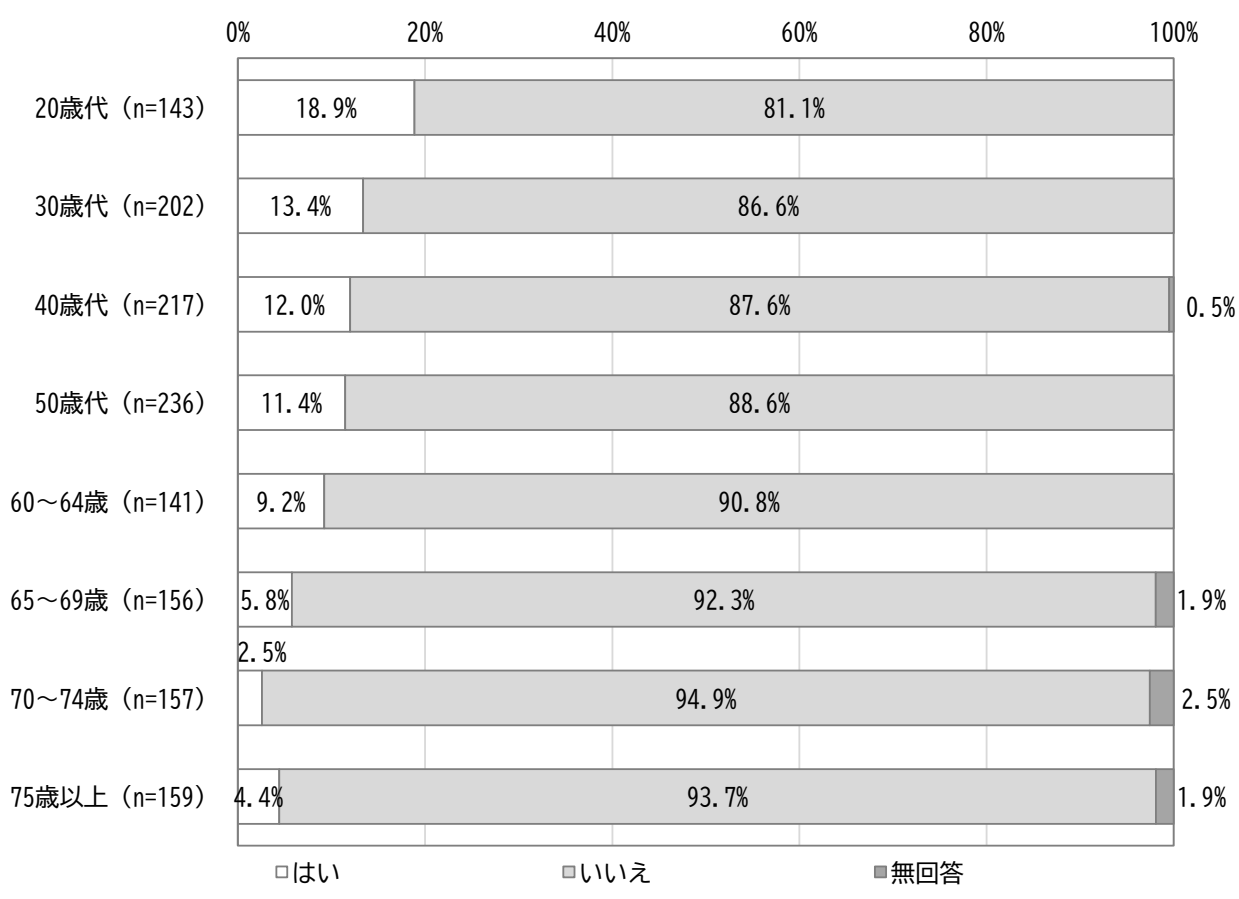
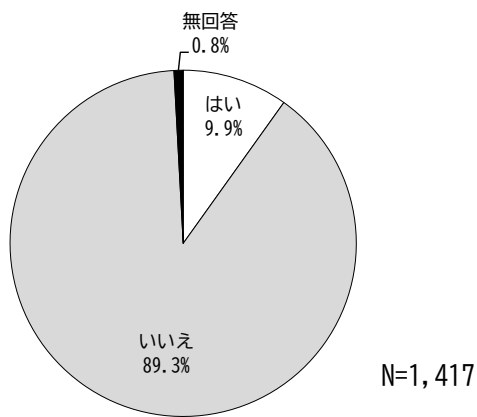


※1 ゲートキーパー・・・自殺の危険を示すサインに気づき、悩んでいる人に声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ見守ることができる人で、「命の門番」に位置付けられています。



問 これまで本気で自殺を考えたことはありますか。(○は1つだけ)

これまで本気で自殺を考えたことがあるかについては、「はい」が 9.9%、「いいえ」が 89.3%となっています。

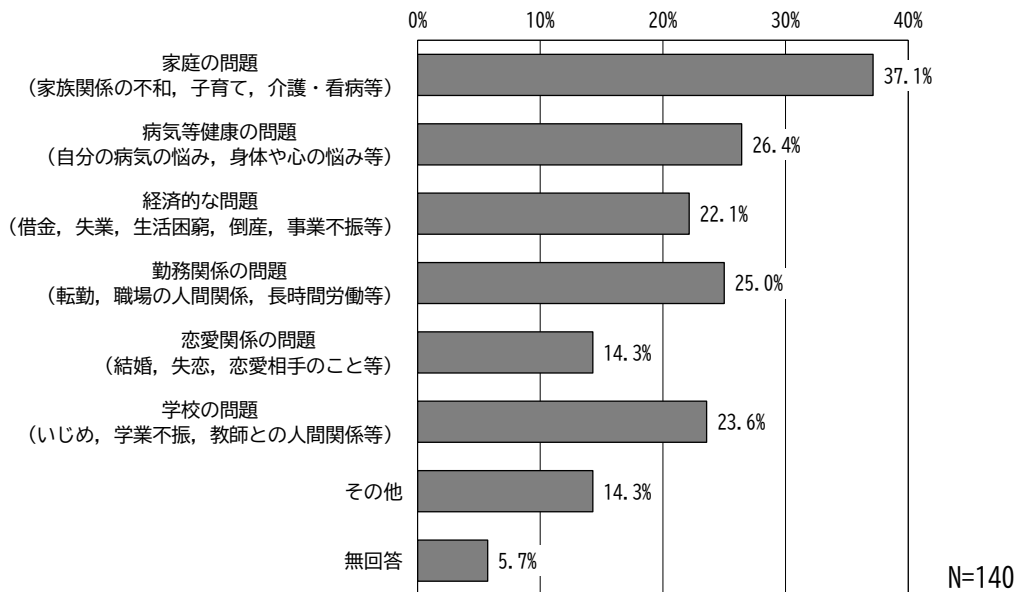


## ※注意※

次からの質問は前問で「はい」（自殺を考えたことがある）を選択した人のみ回答。回答は強制ではなく、負担を感じた人は無回答。

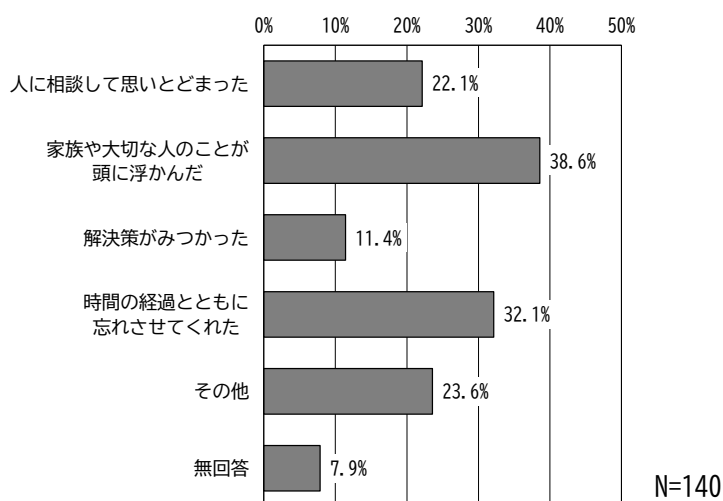
問 自殺を考えた理由や原因はどのようなことでしたか。（○はあてはまるものすべて）

自殺を考えた理由や原因については、「家庭の問題（家族関係の不和、子育て、介護・看病等）」が37.1%と最も多く、次いで「病気等健康の問題（自分の病気の悩み、身体や心の悩み等）」が26.4%、「勤務関係の問題（転勤、職場の人間関係、長時間労働等）」が25.0%となっています。



問 自殺をしたいという考えを思いとどまった理由は何ですか。（○はあてはまるものすべて）

自殺をしたいという考えを思いとどまった理由については、「家族や大切な人のことが頭に浮かんだ」が38.6%と最も多く、次いで「時間の経過とともに忘れさせてくれた」が32.1%、「人に相談して思いとどまった」が22.1%となっています。

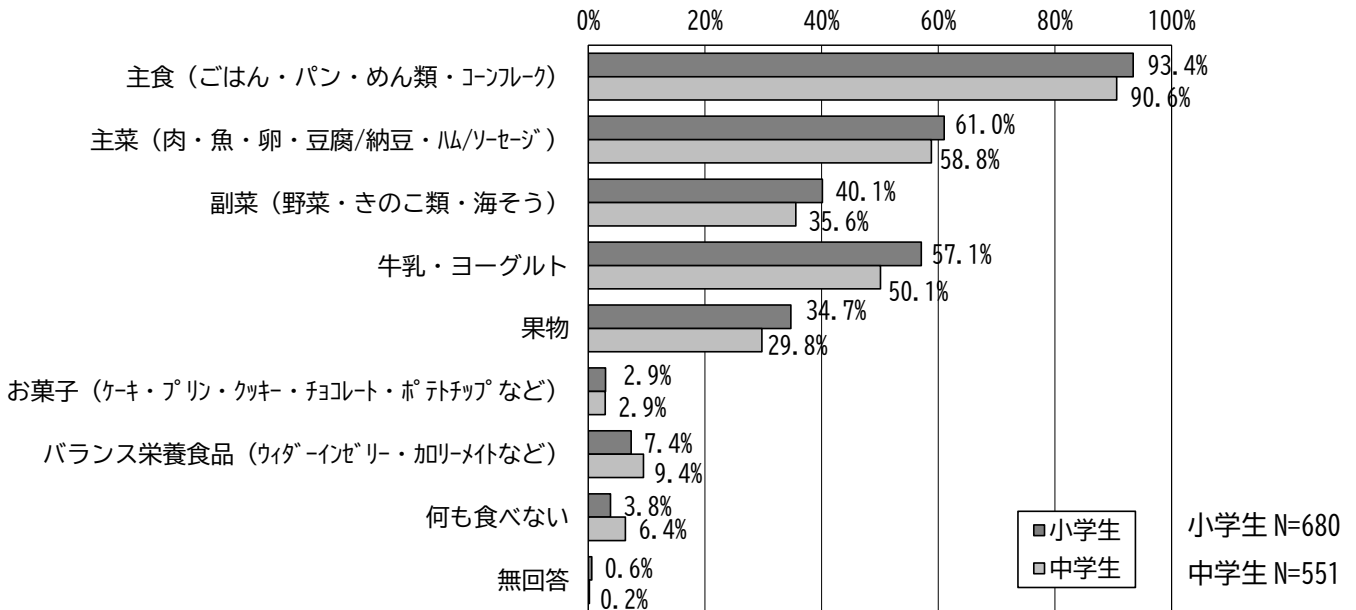


(6) 小・中学生調査結果 (抜粋)

問 いつもの食事でよく食べているものは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

【朝食】

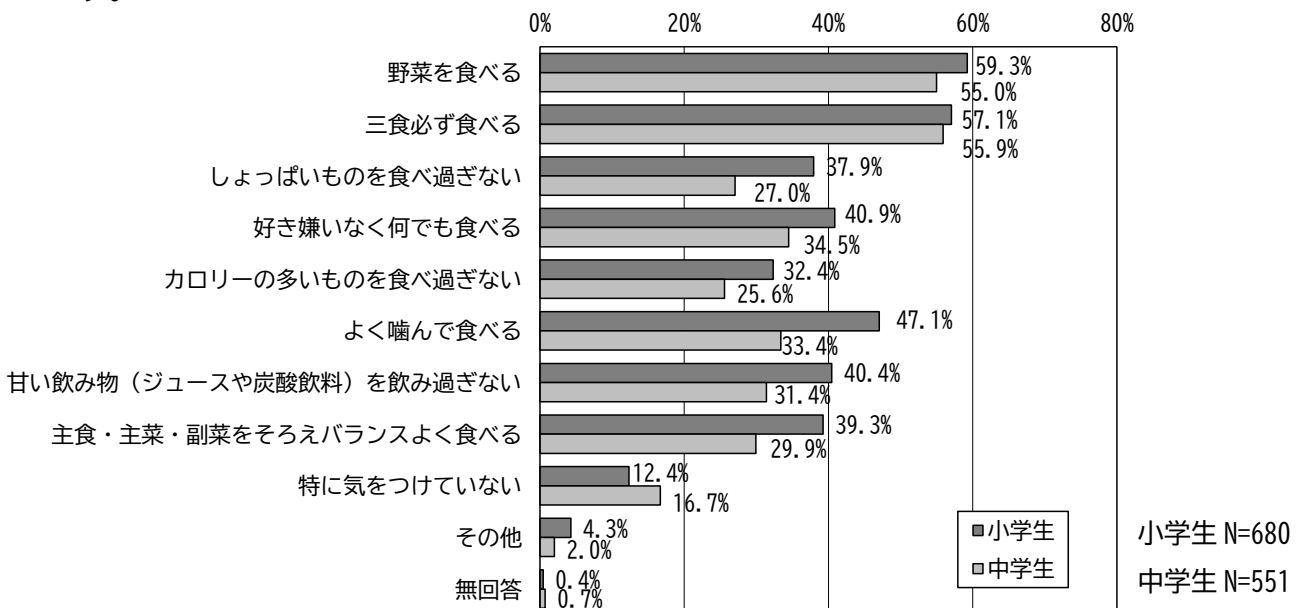
朝食でよく食べているものについては、小中学生ともに、「主食 (ごはん・パン・めん類・コーンフレーク)」が小学生 93.4%，中学生 90.6%と最も多く、次いで「主菜 (肉・魚・卵・豆腐/納豆・ハム/ソーセージ)」が小学生 61.0%，中学生 58.8%，「牛乳・ヨーグルト」が小学生 57.1%，中学生 50.1%となっています。



問 食事で気をつけていることは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

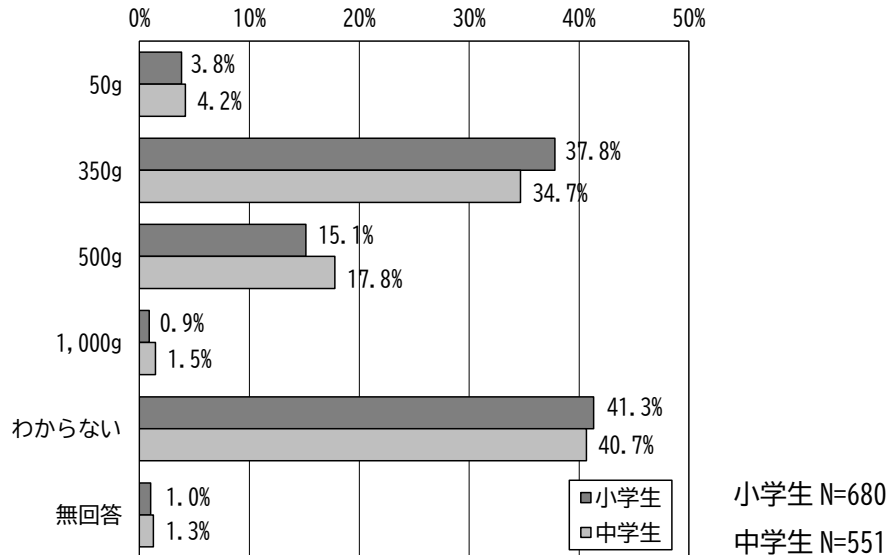
小学生が食事で気をつけていることについては、「野菜を食べる」が 59.3%と最も多く、次いで「三食必ず食べる」が 57.1%，「よく噛んで食べる」が 47.1%となっています。

中学生が食事で気をつけていることについては、「三食必ず食べる」が 55.9%と最も多く、次いで「野菜を食べる」が 55.0%，「好き嫌いなく何でも食べる」が 40.9%となっています。



問 1日にとりたい野菜の量は何gですか。(あてはまるもの1つに○)

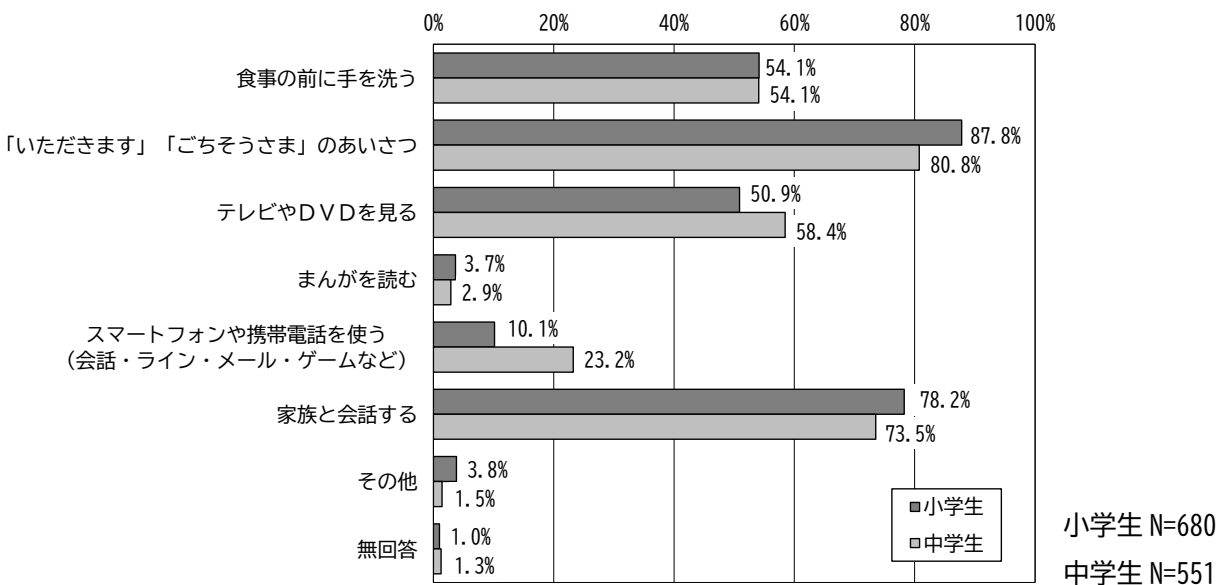
1日にとりたい野菜の量については、小中学生ともに「わからない」が小学生41.3%、中学生40.7%と最も多く、次いで「350g」が小学生37.8%、中学生34.7%、「500g」が小学生15.1%、中学生17.8%となっています。



問 日頃、給食以外の食事のときにしていることは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

小学生が日頃、給食以外の食事のときにしていることは何ですかについては、「『いただきます』『ごちそうさま』のあいさつ」が87.8%と最も多く、次いで「家族と会話する」が78.2%、「食事の前に手を洗う」が54.1%となっています。

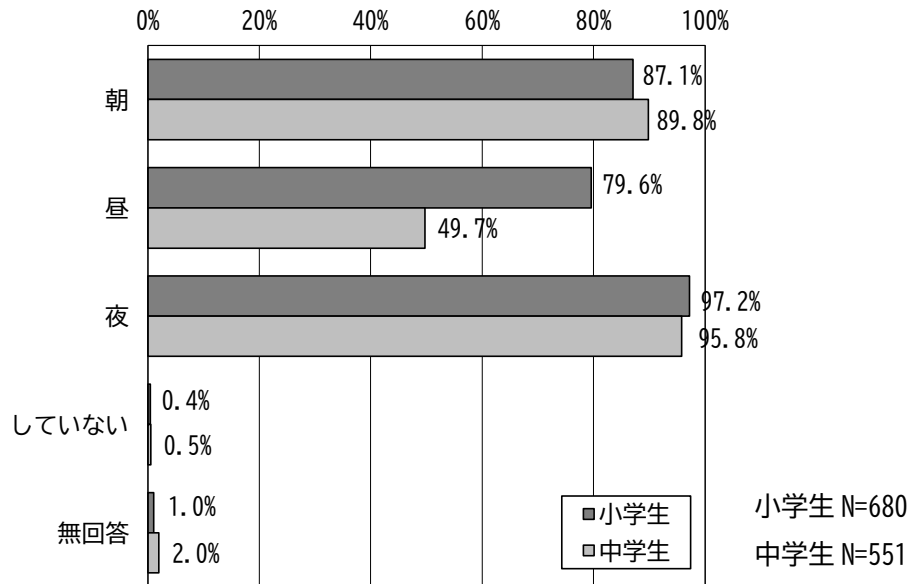
中学生が日頃、給食以外の食事のときにしていることは何ですかについては、「『いただきます』『ごちそうさま』のあいさつ」が80.8%と最も多く、次いで「家族と会話する」が73.5%、「テレビやDVDを見る」が58.4%となっています。



問 毎日の食後の歯磨きはいつ実施していますか。(あてはまるものすべてに○)

毎日の食後の歯磨きの実施については、小中学生ともに「夜」が小学生 97.2%、中学生 95.8%と最も多く、次いで「朝」が小学生 87.1%、中学生 89.8%、  
「昼」が小学生 79.6%、中学生 49.7%となっています。

「昼」の歯磨きについては、小学生が中学生を大きく上回っています。



## 第3節 現計画の評価

## (1) 第二次健康もりや21計画

平成26年度に策定された「第二次健康もりや21計画」で設定した目標値に対する結果は以下のとおりとなります。現計画では15の指標が設定されており、そのうち目標を達成した項目（「○」評価）は4つとなり、達成率は26.7%となっています。なお、目標値には到達していないが、平成25年度より数値が向上した項目（「△」評価）は4項目、目標に到達せず平成25年度より数値が悪化してしまった項目（「×」評価）は7項目となっています。

「×」評価では、「(壮年期)運動をする習慣のある人が増える」、「(高齢期)運動をする習慣のある人が増える」という項目及び、「成人の飲酒率の減少(男性)」、「成人の飲酒率の減少(女性)」、「定期的に歯科検診を受けている人の成人の増加」、「全出生中の低体重児の減少」、「特定健康診査受診率」となっており、「身体活動・運動」及び「飲酒(アルコール)」で未達成が多くなっています。特に運動習慣の低下については、健康の基本となるため、運動習慣の定着が課題となります。

	目標の具体的内容	平成25年度 現状値	令和2年度 現状値	評価	令和3年度 目標値
栄養・食生活	1日食塩摂取目標	男性 12.0g 女性 10.9g	男性 10.5g 女性 8.9g	△	男性 9.0g未満 女性 7.5g未満
身体活動・運動	(壮年期)運動をする習慣のある人が増える	37.7%	29.0%	×	40.0%
	(高齢期)運動をする習慣のある人が増える	51.1%	49.8%	×	現状維持
休養・こころの健康	悩みがあったとき、一人で解決する人が減る	32.3%	30.1%	○	減少へ
喫煙(たばこ)とCOPD	成人の喫煙率の減少	21.0%	17.2%	○	減少へ
	妊娠中の喫煙をなくす	2.0%	0.8%	△	0%
飲酒(アルコール)	成人の飲酒率の減少(男性)	16.0%	16.1%	×	減少へ
	成人の飲酒率の減少(女性)	6.8%	8.8%	×	減少へ
	妊娠中の飲酒をなくす	10.0%	0.4%	△	0%
歯・口腔の健康	虫歯のない3歳児の増加	75.6%	90.5%	○	85.0%
	定期的に歯科検診を受けている人の成人の増加	50.4%	50.0%	×	65.0%
次世代の健康	全出生中の低体重児の減少	8.5%	8.7%	×	減少へ
	朝食を食べている3歳児	98.6%	99.5%	○	現状維持
生活習慣病予防 (糖尿病・循環器疾患・がん)	特定健康診査受診率	47.7%	37.4%	×	60.0%
	がん検診受診率	42.6%	42.6%	△	50.0%

(2) 第二次守谷市食育推進計画

平成 29 年度に策定された「第二次守谷市食育推進計画」で設定した目標値に対する結果は以下のとおりとなります。現計画では 23 の指標が設定されており、そのうち目標を達成した項目（「○」評価）は 5 つとなり、達成率は 21.7%となっています。なお、目標値には到達していないが、平成 29 年度より数値が向上した項目（「△」評価）は 6 項目、目標に到達せず平成 25 年度より数値が悪化してしまった項目（「×」評価）は約半数の 12 項目となっています。

「×」評価では、概ね、朝食の内容や 3 食食べる等、市民の規則正しい食生活に関することと、「いばらき健康づくり支援店数」、「学校給食において茨城県産食材を使用する割合」、「産直販売箇所数」等市民の食生活以外に関することに分けられます。

このうち、朝食で副菜（野菜）を食べている人の割合では、全ての年代でほぼ達成していないことから、今後も、1 日の活力となる朝食の必要性とともに、朝食の内容の充実についても啓発を行っていくことが課題となります。

また、市民の食生活以外の項目としては、目標達成に向け、関係各課と連携し、着実に事業を推進していくことが課題となっています。

	目標の具体的内容	平成 25 年度 現状値	令和 2 年度 現状値	評価	令和 3 年度 目標値
全ての世代で 食事のバラン スを知ろう	食生活改善推進員の 会員数	45 人	42 人	×	55 人
	食生活改善推進員を 知っている成人の割 合	10.2%	13.6%	○	12.0%
	離乳食教室（初期）参 加率	50.8%	20.6%	×	52.0%
	夕食で主菜（肉・魚） を食べている 70 歳代 の割合	男性 73.2% 女性 67.3%	男性 75.0% 女性 83.1%	△	男性 76.0% 女性 70.5%



	目標の具体的内容	平成25年度 現状値	令和2年度 現状値	評価	令和3年度 目標値
理想の食事 で 生活習慣病 を減少させ よう	野菜をよく食べる3 歳児の割合	48.2%	61.0%	○	50.0%
	朝食で副菜（野菜）を 食べている児童・生徒 の割合	小学6年生 44.9% 中学3年生 36.3%	小学6年生 40.1% 中学3年生 35.6%	×	小学6年生 47.0% 中学3年生 40.0%
	朝食で副菜（野菜）を 食べている成人の割 合	20歳代 27.6% 30歳代 25.2% 40歳代 29.9% 50歳代 43.3% 60歳代 55.5%	20歳代 18.2% 30歳代 25.2% 40歳代 27.2% 50歳代 32.6% 60歳代 44.1%	×	20歳代 29.0% 30歳代 28.0% 40歳代 32.0% 50歳代 45.0% 60歳代 58.0%
	塩分を取り過ぎない ように気を付けてい る人の割合	小学6年生 42.2% 中学3年生 26.8%	小学6年生 37.9% 中学3年生 27.0%	△	小学6年生 46.0% 中学3年生 29.0%
	減塩を心がけている 人の割合	46.7%	54.4%	○	48.0%
	男性のBMI 25 以上 の割合	20歳代 20.3% 30歳代 23.3% 40歳代 25.6% 50歳代 26.1% 60歳代 33.3%	20歳代 24.6% 30歳代 32.9% 40歳代 35.6% 50歳代 37.0% 60歳代 27.3%	△	20歳代 18.5% 30歳代 21.3% 40歳代 24.6% 50歳代 25.1% 60歳代 32.3%
	甘い飲み物を毎日飲 んでいる男性の割合	20歳代 28.8% 30歳代 29.1% 40歳代 38.4% 50歳代 27.2% 60歳代 18.4%	20歳代 29.2% 30歳代 25.6% 40歳代 28.9% 50歳代 23.0% 60歳代 19.6%	△	20歳代 27.8% 30歳代 28.1% 40歳代 37.4% 50歳代 26.2% 60歳代 18.0%
	おやつを食べ過ぎて 食事をとらない3歳 児の割合	29.7%	28.0%	△	27.0%
	3歳児のむし歯の平 均本数	0.44本	0.32本	○	0.43本
	よくかんで食べてい る70歳代の割合	80.6%	74.4%	×	81.6%



	目標の具体的内容	平成 25 年度 現状値	令和 2 年度 現状値	評価	令和 3 年度 目標値
家庭・保育所 (園)・幼稚園・学校・生産者・飲食店・商工会などと連携して食育を推進していきましょう	献立表, 給食だよりを見せている子どもの割合	小学 6 年生 64.3% 中学 3 年生 43.8%	小学 6 年生 59.0% 中学 3 年生 43.4%	○	小学 6 年生 66.3% 中学 3 年生 46.0%
	毎日朝食を食べている 20 歳代の割合	90.3%	56.0%	×	92.0%
	毎日 3 食食べているひとり暮らしの 70 歳代の割合	男性 79.2% 女性 83.3%	男性 60.0% 女性 78.6%	×	男性 80.0% 女性 85.0%
	いばらき健康づくり支援店数(コンビニエンスストア, スーパーマーケット以外)	2 箇所	0 箇所	×	4 箇所以上
	弁当の配食サービスを知っている 70 歳代の割合	男性 82.9% 女性 90.1%	男性 62.5% 女性 65.1%	×	男性 90.0% 女性 96.0%
	栄養健康教育実施学校数	9 校	9 校	△	13 校
	「食事前の手洗い」や食事で「いただきます・ごちそうさまのあいさつ」をする子どもの割合	手洗い 小学 6 年生 63.3% 中学 3 年生 54.0%  あいさつ 小学 6 年生 88.3% 中学 3 年生 82.3%	手洗い 小学 6 年生 54.1% 中学 3 年生 54.1%  あいさつ 小学 6 年生 87.8% 中学 3 年生 80.8%	×	手洗い 小学 6 年生 69.3% 中学 3 年生 60.0%  あいさつ 小学 6 年生 93.0% 中学 3 年生 84.0%
	学校給食において茨城県産食材を使用する割合	53.8%	39.3%	×	現状維持
	産直販売箇所数	14 箇所	9 箇所	×	10 箇所以上

## (3) 守谷市自殺対策計画

「守谷市自殺対策計画」では、平成27年の自殺死亡率は10.8（7人）、令和8年の目標は7.5以下（4人以下）としています。この数値目標をもって計画目標を達成したとは言いがたいことから、引き続き、本計画における目標を「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現としてきました。

令和2年における自殺死亡率は10.2（7人）となっており、基準年である平成27年より自殺死亡率は減少していますが、本計画の目標においても、引き続き「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を継続し、各取り組みを充実させていく必要があります。

## &lt;参考&gt;

国の目標を踏まえた自殺死亡率（平成27年～令和8年）

