



担当

保健師 藤村 直美 (ふじむら なおみ)

健康情報

住民課健康推進グループ ☎26-7871
(総合ケアセンターゆくり内)

今月のテーマ

データからみる厚真町の健康課題

厚真町国民健康保険加入者の特定健康診査受診率は、令和4年度で59%（暫定値）で、道内183市町村のうち15位と高い健診受診率になっています。健診結果は、生活習慣病や個別疾病の早期発見のみならず、健康課題を分析するための重要な情報となります。

そこで、健診・医療・介護・死亡データからみえる町の健康課題について考えてみましょう。

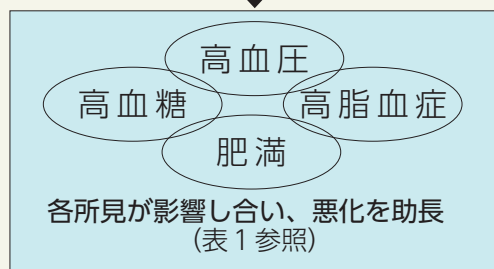
左下の図は、不適切な生活習慣や生活習慣の改善を怠った場合にみられる疾病の悪化の経過を表したものです。

不適切な生活習慣を続けたり、生活習慣の改善がおろそかになると、疾病の重症化や死亡リスクは高まっています。

令和4年度特定健診質問への回答から、20歳時の体重から10kg以上増加したり、全国より喫煙率が高く、1日30分以上の運動習慣や生活習慣の改善意欲がないなど不安要因が伺えます。

特定健診質問項目	該当
20歳時体重から10kg以上増加	37.8%
喫煙率（全国：12.7%）	18.8%
1日30分以上の運動習慣無し	71.3%
生活習慣改善意欲無し	43.8%

・不適切な生活習慣
・生活習慣改善への無関心



高血圧症・脂質異常症・糖尿病の増加 (表2参照)

介護認定者の有病や死亡リスクが高まる (表3-1、表3-2参照)

【表1】特定健診所見者割合

	男性	女性
メタボリックシンドローム該当者	39.4%	12.1%
BMI 25以上	49.0%	31.4%
腹囲（男性85cm以上、女性90cm以上）	61.5%	18.0%
収縮期血圧130以上	52.6%	41.0%
HbA1c5.6以上	53.1%	41.8%
LDL120以上	52.1%	64.9%

【表2】生活習慣病の有病状況

	男性	女性
高血圧症	22.3%	19.5%
脂質異常症	13.2%	14.4%
糖尿病	13.4%	7.6%

【表3-1】介護認定者の有病状況

心臓病	63.4%	脂質異常症	22.7%
高血圧症	57.6%	脳血管疾患	21.2%
筋・骨格関連疾患	54.7%	糖尿病	20.3%

【表3-2】平均寿命と健康寿命

	平均寿命	健康寿命	差
男性	74.6歳	73.7歳	0.9歳
女性	84.2歳	81.8歳	2.4歳

町の健康課題

男性のメタボリックシンドローム該当者の割合が高く、また、健診有所見者の半数以上に疾患のリスク（高血圧、高血糖、脂質異常症）の重なりが見られます。

生活習慣病の重症化で、脳梗塞、狭心症の入院医療費が上位を占めており、国と比較しても医療費の負担比率は高くなっています。

重症化疾患と呼ばれる脳血管疾患、虚血性心疾患、慢性腎臓病の増加、また、平均寿命と健康寿命の差である不健康な期間が長くなると、医療費や介護給付費が増大します。QOL（生活の質）の低下などに伴う医療、介護に要する町民負担を軽減するためには、一人一人が生活習慣病を予防し、発症・重症化させない生活習慣を身につけることが大切です。