

第2章

古河市の健康を取りまく現状

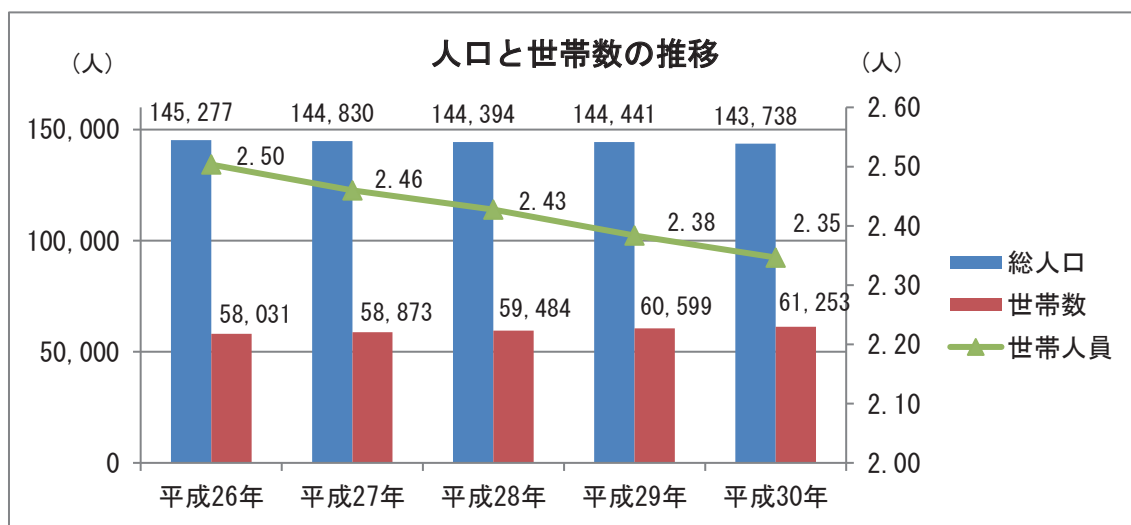
第2章 古河市の健康を取りまく現状

1 古河市の概況

(1) 人口の概況

① 総人口・世帯当たりの人口

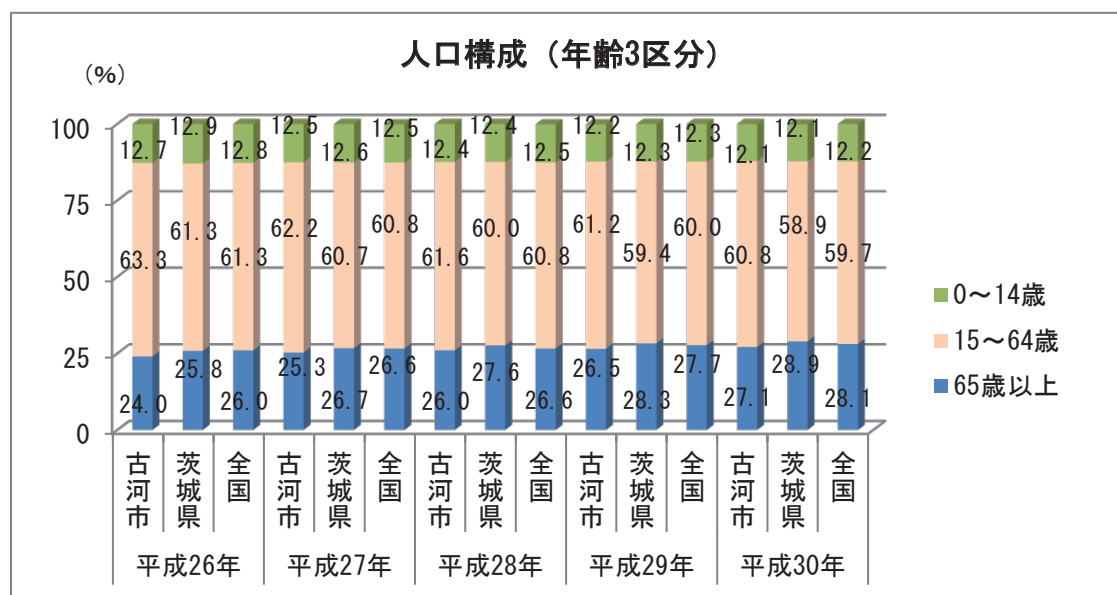
総人口は、年々減少傾向にあり、平成30年10月1日現在の人口は 143,738人で、前年よりも 703人の減少となっています。世帯数は年々増加（平成30年：61,253世帯 前年比 654世帯増）する傾向にありますが、一世帯当たりの人員は年々減少しています。



【出典：住民基本台帳 各年 10 月 1 日現在】

② 人口構成

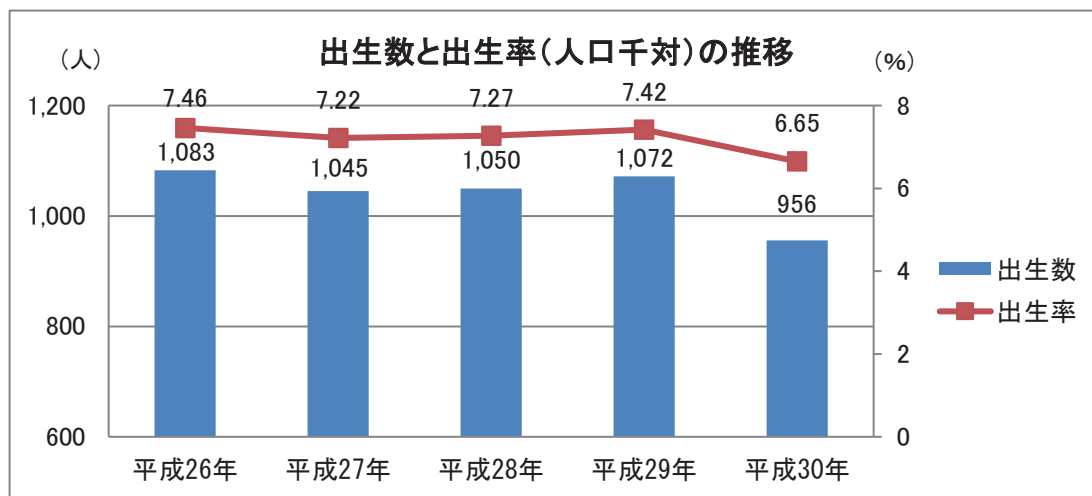
人口構成は、国や県と比較しても差はほとんどなく年少人口（0 歳～14 歳）・生産年齢人口（15 歳～64 歳）ともに減少傾向にあります。



【出典 全国・茨城県：総務省統計局、古河市：住民基本台帳 各年 10 月 1 日現在】

③ 出生数・率の推移

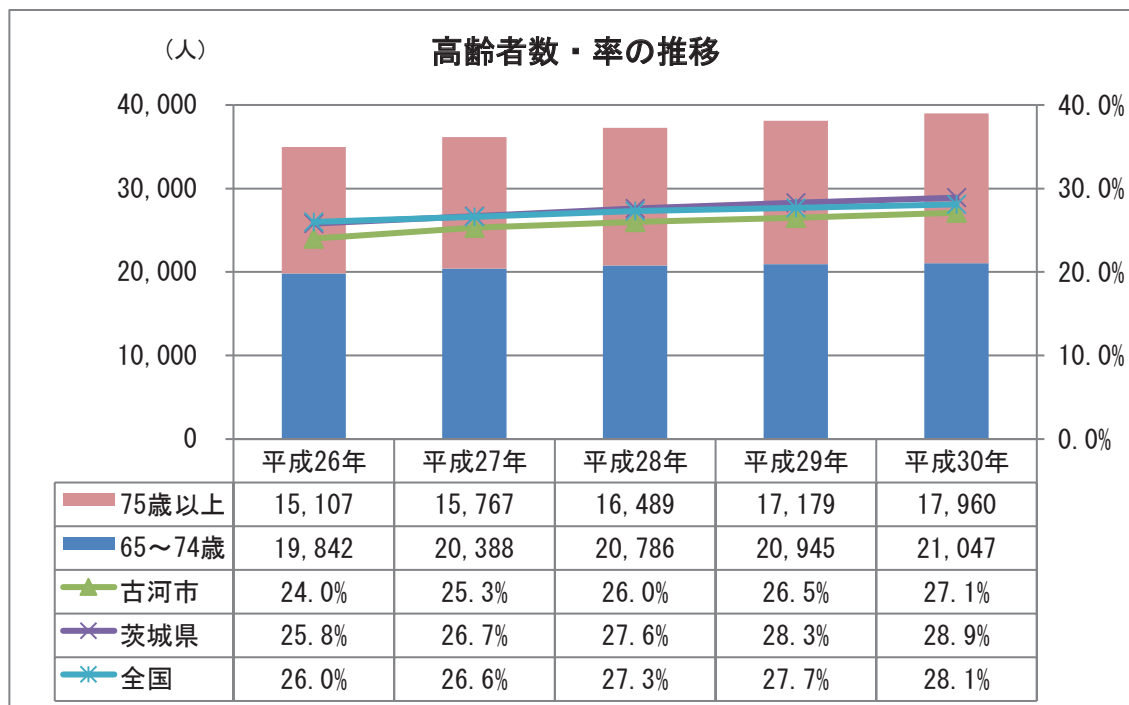
出生数は年間 1,000 人以上を維持していましたが、平成 30 年は初めて 1,000 人を下回り 956 人となっています。



【出典：総務省 市区町村別年齢別人口】

④ 高齢者数・高齢化率

高齢者数は年々増加を続け、平成 30 年には 39,000 人を超え、市の人口の約 4 人に 1 人が高齢者となっています。平成 30 年の高齢化率は、国の 28.1% と比べ古河市は 27.1% と低い状況ではあるものの、その差は年々縮まっています。

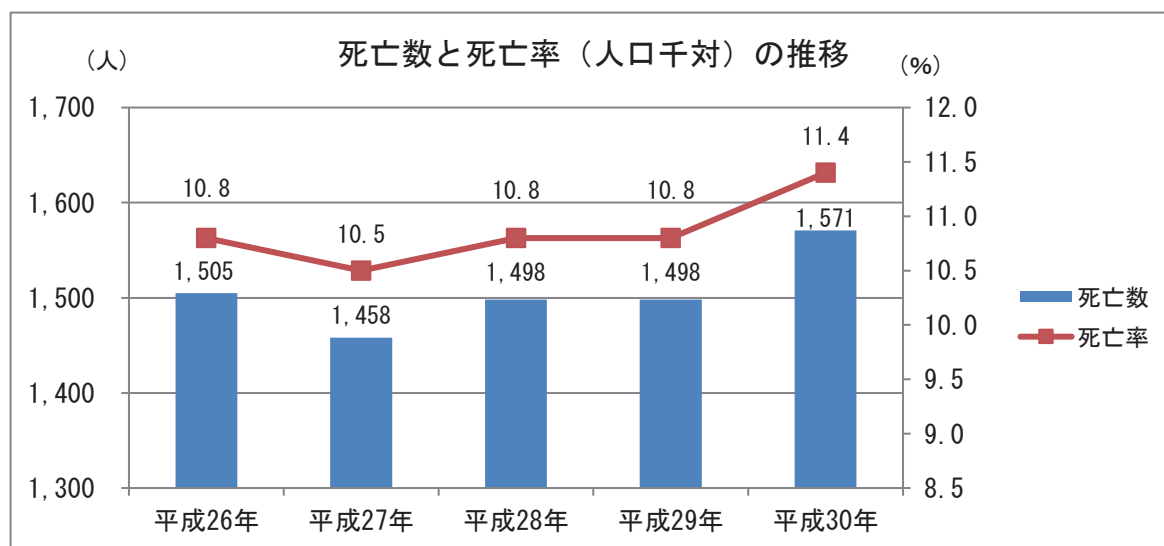


【出典 全国・県：総務省統計局、市：住民基本台帳 各年 10 月 1 日現在】

(2) 死亡の状況

① 死亡数・死亡率

死亡数については、毎年 1,500 人前後で推移しています。平成 30 年には 1,571 人と前年に比べ 73 人増加しています。また死亡率については、平成 30 年は 11.4%と増加の傾向が見られます。



【出典：茨城県人口動態統計】

② 死因別死亡数

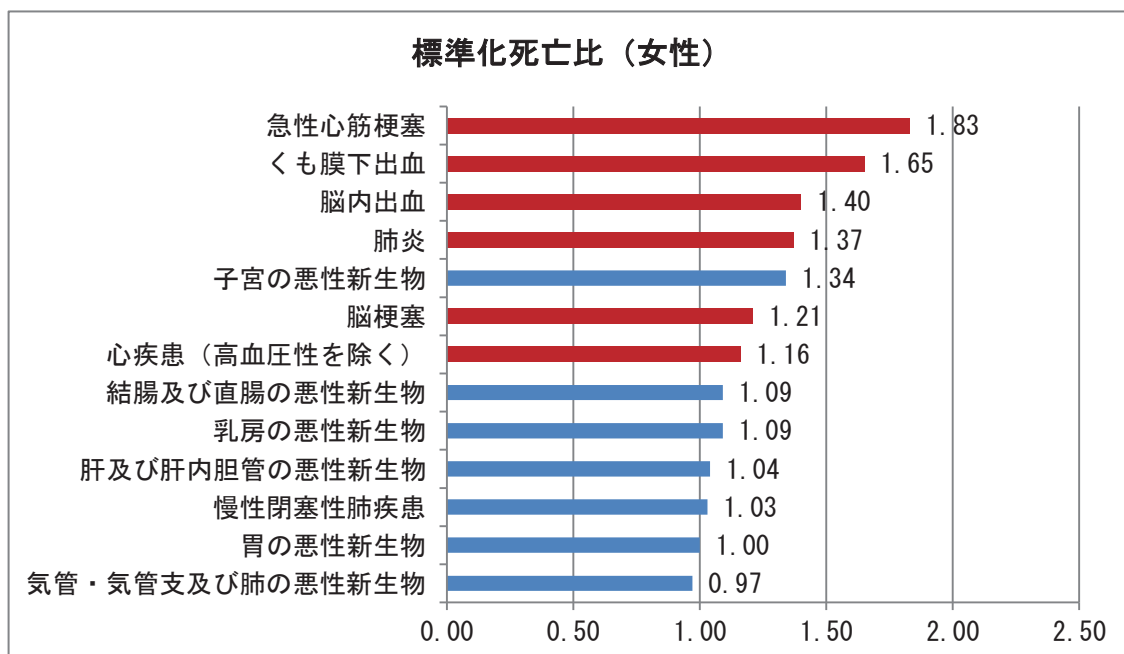
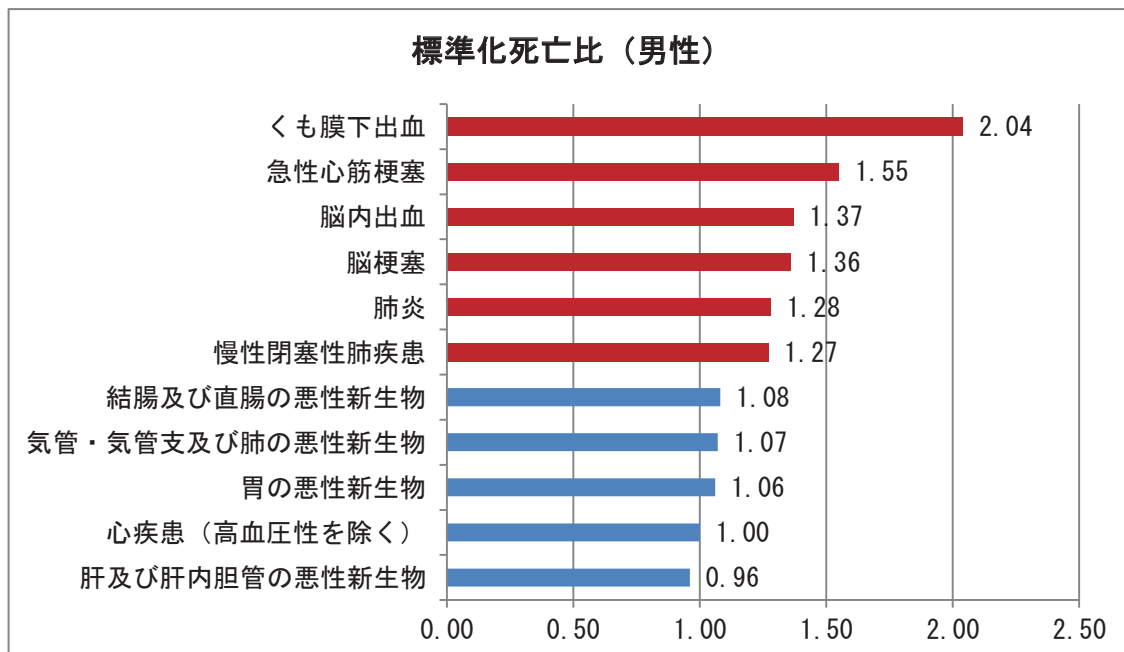
悪性新生物（がん）が最も多く、全体の約 3 割（29.4%：平成 29 年）を占めています。次いで心疾患、脳血管疾患となっています。（単位：人・%）

年次		1 位	2 位	3 位	4 位	5 位
平成 25 年	死因	悪性新生物	心 疾 患	肺 炎	脳血管疾患	その他の呼吸器系の疾患
	数(率)	360(25.2)	213(14.9)	181(12.7)	166(11.6)	70(4.9)
平成 26 年	死因	悪性新生物	心 疾 患	脳血管疾患	肺 炎	その他の呼吸器系の疾患
	数(率)	433(28.8)	224(14.9)	172(11.4)	161(10.7)	79(5.2)
平成 27 年	死因	悪性新生物	心 疾 患	肺 炎	脳血管疾患	その他の呼吸器系の疾患
	数(率)	426(29.2)	208(14.3)	142(9.7)	134(9.2)	91(6.2)
平成 28 年	死因	悪性新生物	心 疾 患	脳血管疾患	肺 炎	老 衰
	数(率)	430(28.7)	205(13.7)	161(10.7)	158(10.5)	83(5.5)
平成 29 年	死因	悪性新生物	心 疾 患	脳血管疾患	肺 炎	老 衰
	数(率)	440(29.4)	244(16.3)	126(8.4)	113(7.5)	80(5.3)

【出典：茨城県保健福祉統計年報】

③ 標準化死亡比（SMR）（※）

全国を 1.0 とした標準化死亡比は、男女とも「くも膜下出血」、「急性心筋梗塞」、「脳内出血」の死亡率が全国と比べて有意に高くなっています。より一層の高血圧対策、禁煙対策が大切です。また、男女とも悪性新生物による死亡率も高く、引き続きがん検診の積極的な推進が求められます。



【出典：平成 31 年茨城県市町村別健康指標】

※ 標準化死亡比（SMR）とは、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の比をいう。

（集団の年齢階層別の死亡率とその階層の人口をかけあわせたものの総数の和）

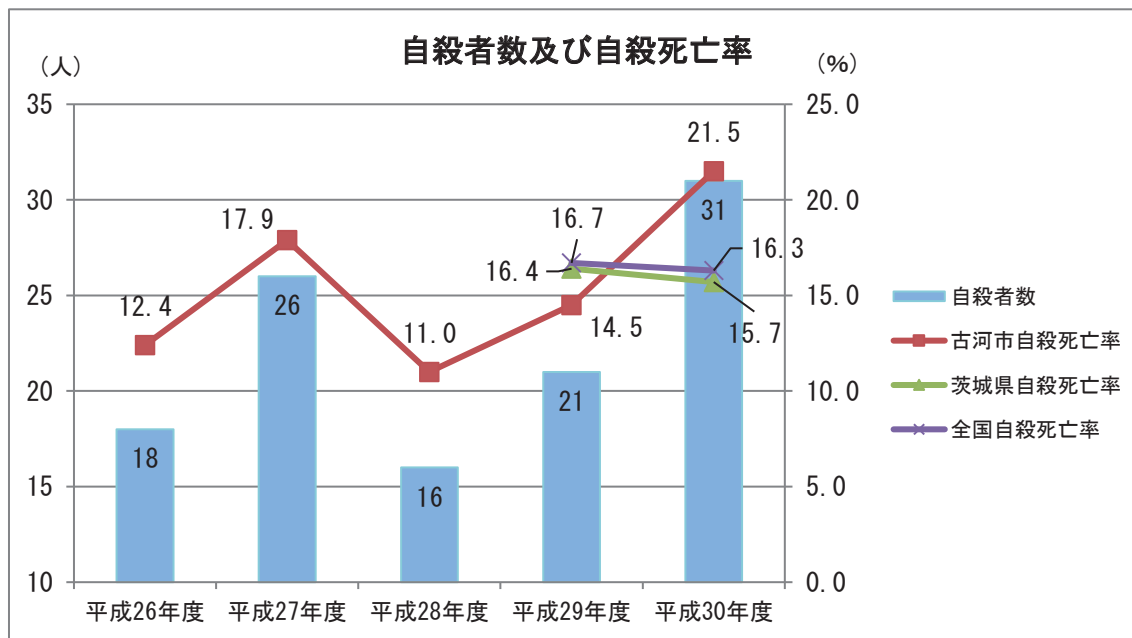
■ 全国に比べて有意に高いもの

■ 全国に比べて有意に高いとも低いともいえないもの

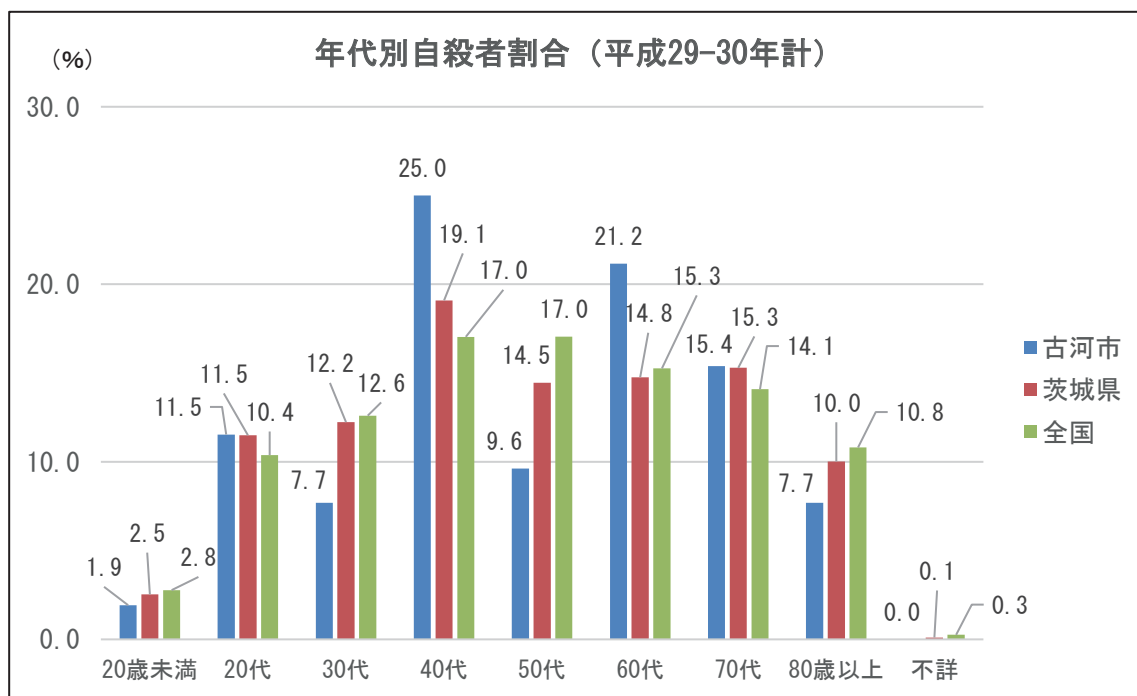
④ 自殺者数・自殺死亡率（※）

市の自殺者数・自殺死亡率ともに平成 28 年度から増加しています。平成 30 年度の自殺死亡率は県・国より高い状況にあります。また、年代別自殺者割合のグラフから市において 40 代・60 代の自殺者の割合が顕著であることがわかります。

※ 自殺死亡率：自殺者数を人口で除し、これを 10 万人当たりの数値に換算したもの。



【出典：厚生労働省（自殺の統計：地域における自殺の基礎資料）】



【出典：厚生労働省（自殺の統計：地域における自殺の基礎資料）】

⑤ 乳児死亡数・率（出生千対）と新生児死亡数・率の推移

乳児死亡（生後 1 年未満の児の死亡）・新生児死亡（生後 4 週未満の児の死亡）が年間数人います。乳児死亡のうち新生児死亡が多くなっています。

（単位：人・％）

年次	乳児死亡				新生児死亡	
	総数	男	女	率	総数	率
平成 26 年	5	1	4	4.7	3	2.8
平成 27 年	1	1	0	1.0	1	1.0
平成 28 年	1	0	1	1.0	1	1.0
平成 29 年	3	2	1	2.9	1	1.0

【出典：茨城県人口動態統計】

⑥ 死産数・率（出産千対）と周産期死亡数の推移

死産数では、自然死産より人工による死産数が多くなっています。

（単位：人・％）

年次	死 産 (※1)						周産期死亡			
	総数		自然		人工		総数	率	妊娠 22 週 以降	早期 新生児 (※2)
	総数	率	総数	率	総数	率				
平成 26 年	28	25.2	10	9.0	18	16.2	5	4.6	2	3
平成 27 年	20	18.8	6	5.6	14	13.1	2	1.9	2	0
平成 28 年	15	14.1	9	8.5	6	5.6	4	3.8	3	1
平成 29 年	28	25.5	13	11.1	15	13.6	5	4.6	4	1

【出典：茨城県人口動態統計】

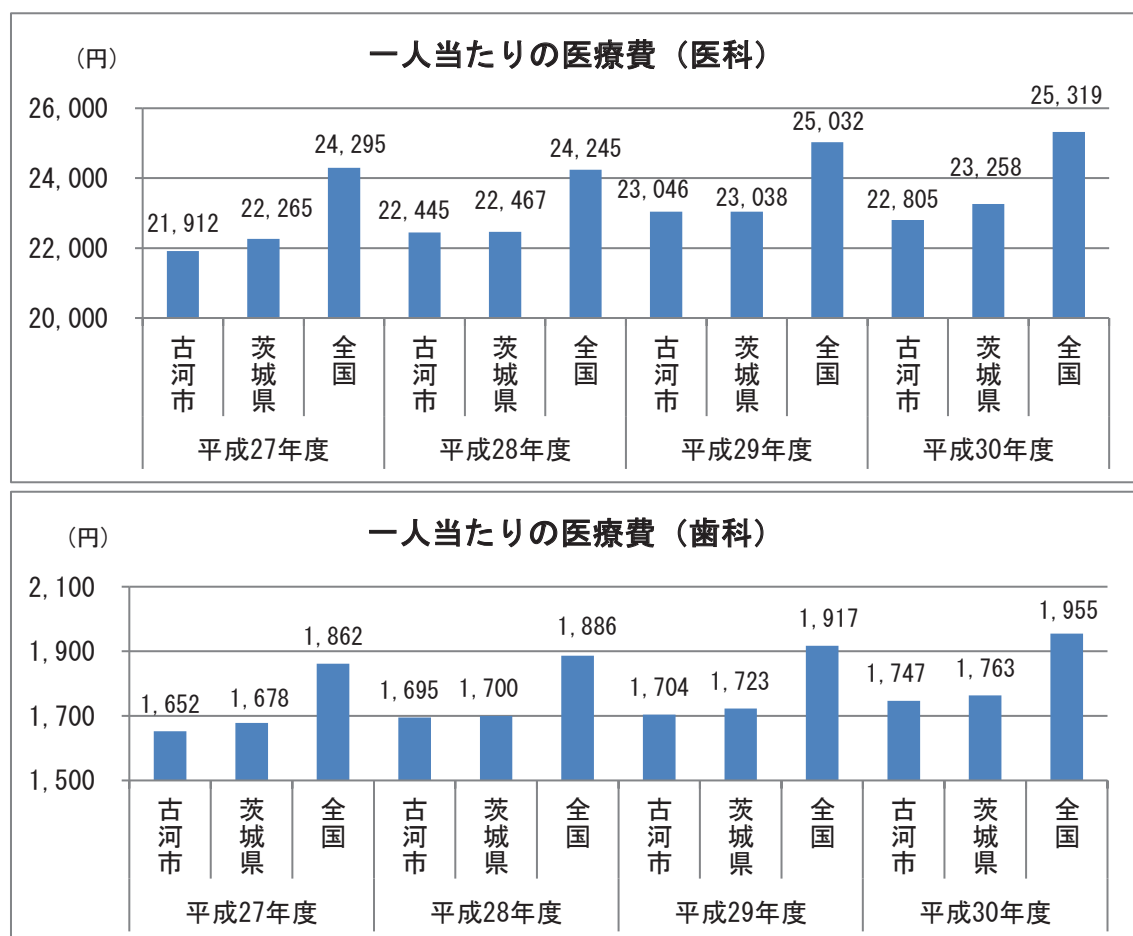
※1 死産とは、妊娠 12 週以降の死児の出産をいう。

※2 早期新生児死亡とは、生後 1 週未満の児の死亡をいう。

(3) 医療費の状況

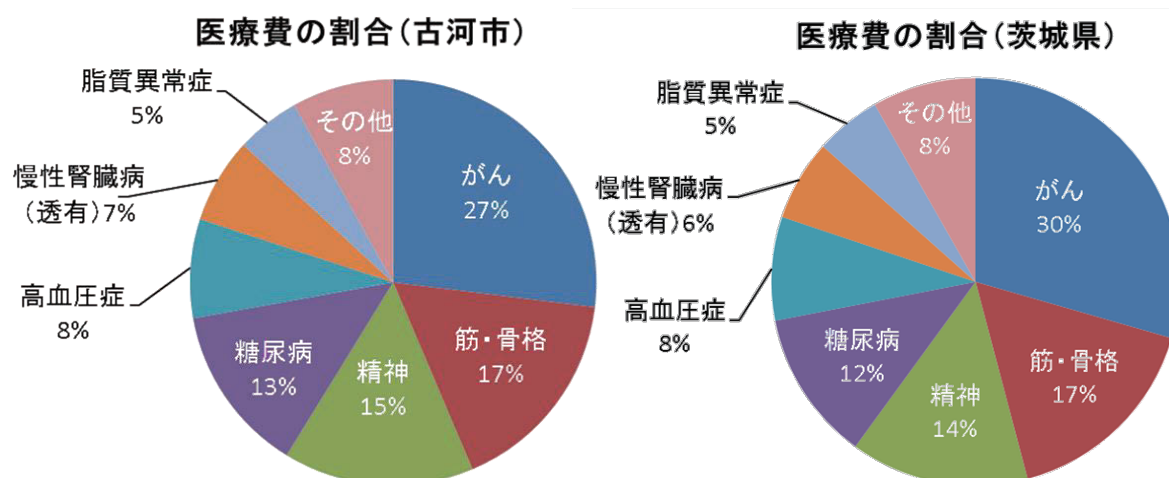
① 国民健康保険の状況

国に比べ一人当たりの医療費及び医療費の割合は、医科・歯科共に低くなっています。



【出典：国保データベースシステム「健診・医療・介護からみる地域の健康課題」】

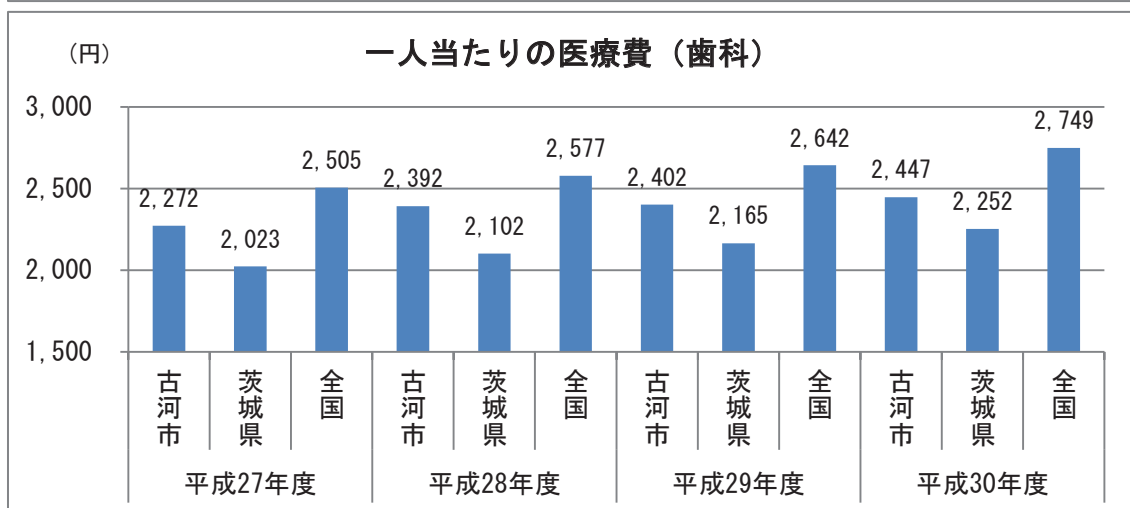
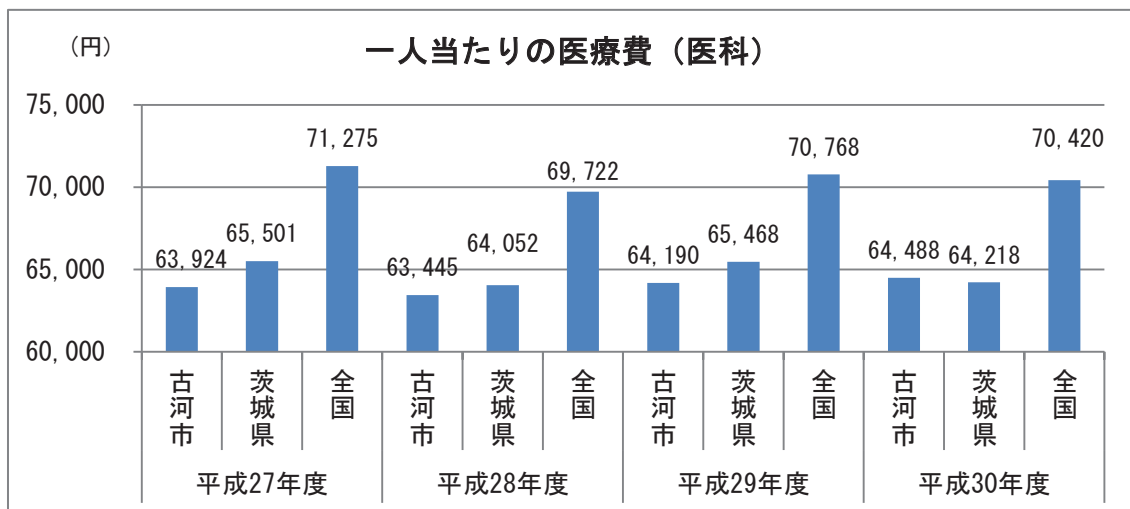
医療費の割合は、がん、筋・骨格、精神、糖尿病、高血圧症の順に高く、県と同じ傾向です。



【出典：国保データベースシステム「健診・医療・介護からみる地域の健康課題」
（医療費の割合 平成30年度：最大医療資源傷病名による、調剤報酬含む）】

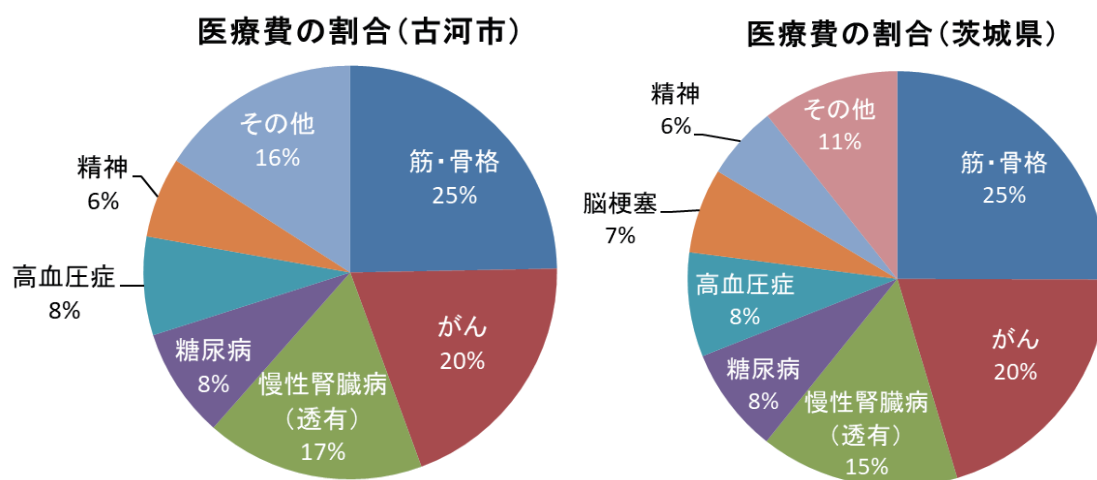
② 後期高齢者医療保険の状況

一人当たりの医療費が医科では年間約 64,000 円、歯科では年間約 2,300 円で、医科ほどの差はないものの、国に比べ低く、県より高い状況です。



【出典：国保データベースシステム「健診・医療・介護からみる地域の健康課題」】

医療費の割合は、筋・骨格、がん、慢性腎臓病、糖尿病の順に高く、県と同じ傾向です。



【出典：国保データベースシステム「健診・医療・介護からみる地域の健康課題」
（医療費の割合 平成 30 年度：最大医療資源傷病名による、調剤報酬含む）】

(4) 健康寿命、平均寿命

① 障害調整健康余命 (DALE) (※)

県平均と比べ、75～79歳の男性を除き、障害調整健康余命は短くなっています。

※ 障害調整健康余命 (DALE) とは、障がいの程度を算出して健康で生きられると期待される期間を算出したもの。特徴として「健康の質を含んだ指標」「地域全体の健康状態を示す指標」「平均寿命が長いと値が長くなる」「要介護認定者・要介護度の高い人が多いと短くなる」があります。

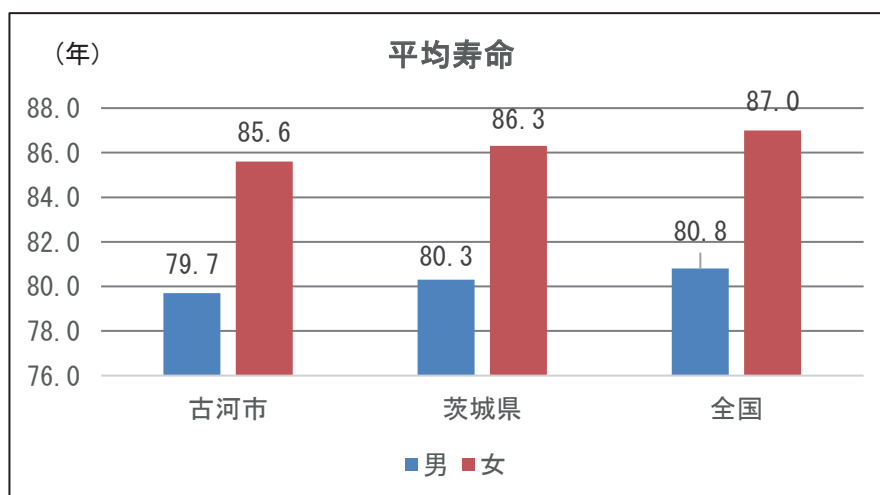
(単位：年)

年齢区分	古河市		茨城県		古河市－茨城県	
	男	女	男	女	男	女
65～69 歳	17.10	20.07	17.33	20.54	-0.23	-0.47
70～74 歳	13.42	15.74	13.52	16.15	-0.10	-0.41
75～79 歳	10.02	11.76	10.01	11.98	0.01	-0.22
80～84 歳	7.00	8.02	7.02	8.17	-0.02	-0.15
85～89 歳	4.45	4.78	4.47	4.94	-0.02	-0.16
90～94 歳	2.24	2.31	2.39	2.41	-0.15	-0.10

【出典：平成 27 年度 47 都道府県と茨城県 44 市町村の健康寿命（余命）に関する調査研究報告書】

② 平均寿命

国平均では女性の平均寿命は、男性と比べ 6.2 年長い状況です。市は男女ともに国及び県平均より若干下回っています。

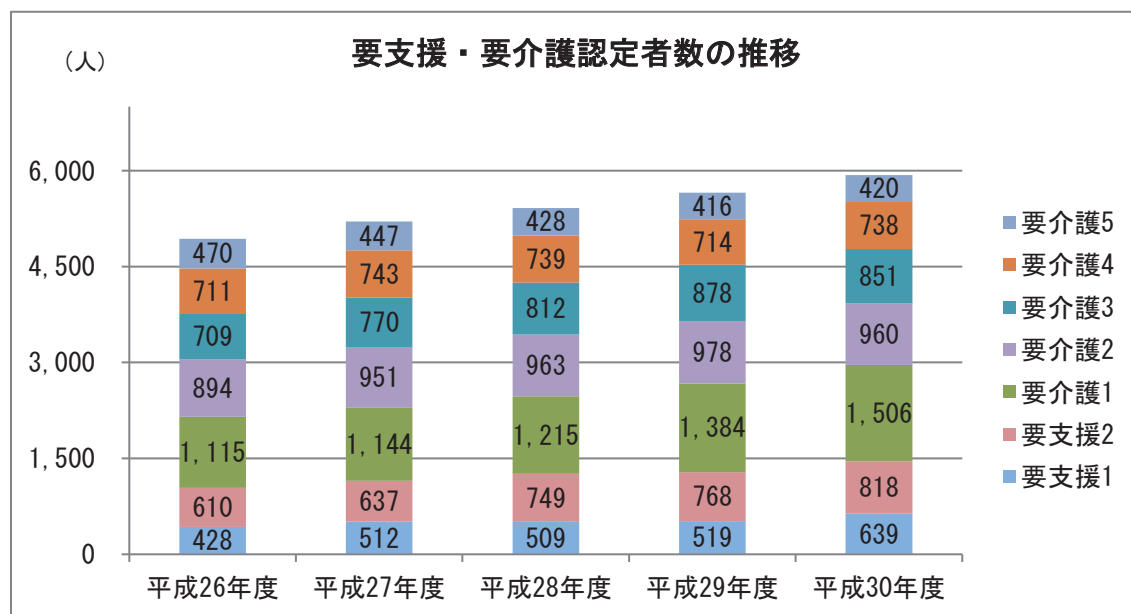


【出典：厚生労働省（平成 27 年市区町村別生命表の概況）】

（５）要介護認定の状況

① 要支援・要介護認定者数

要支援・要介護認定者数は、年々増加し平成30年度には5,900人を超え、市の高齢者の約7人に1人が要支援・要介護認定を受けています。

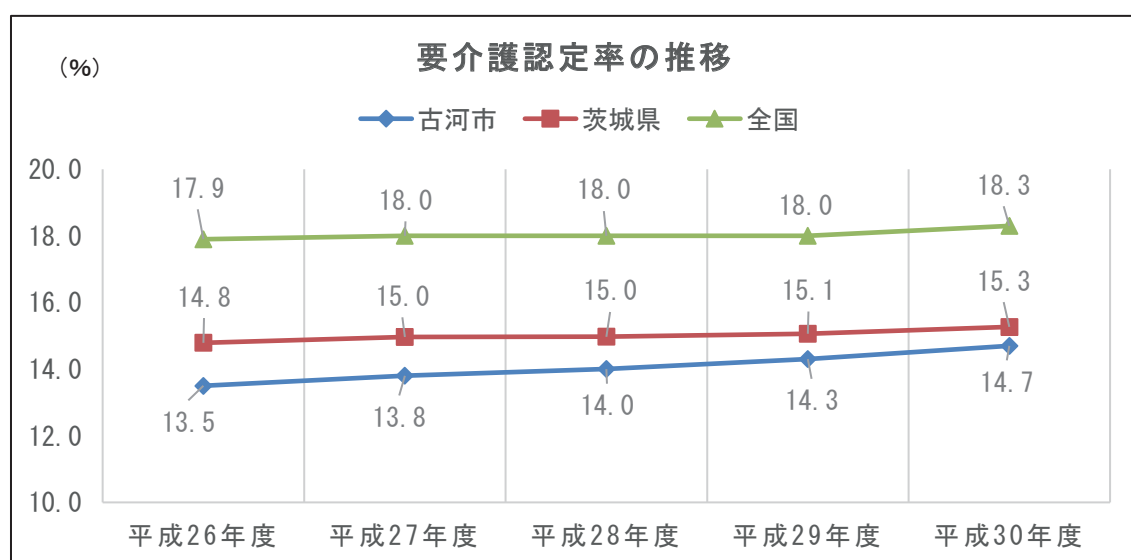


【出典：厚生労働省「介護保険事業状況報告」各年9月末現在】

② 要介護認定率の推移

要介護認定率（※）は、国や県と比べ低いものの、年々増加傾向にあります。

※ 介護保険第1号被保険者にしめる65歳以上の認定者の割合。



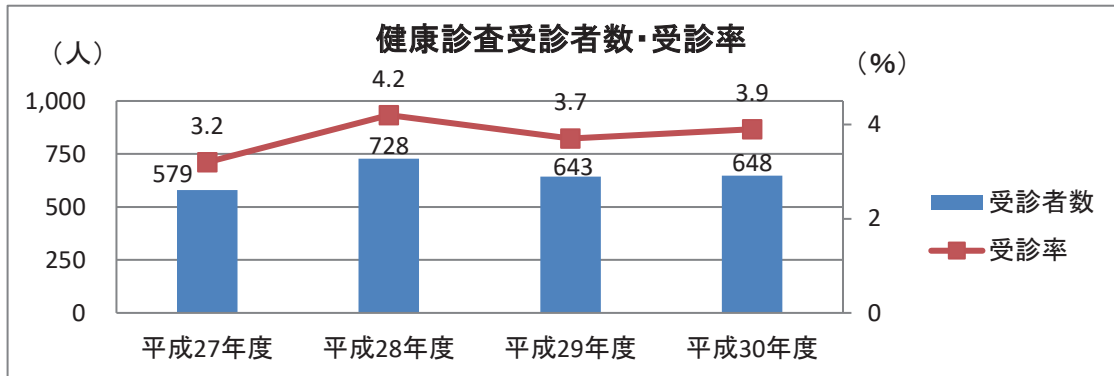
【出典：厚生労働省「介護保険事業状況報告」各年9月末現在】

2 健康習慣づくりの状況

(1) 健康診査等

① 健康診査（30～39 歳）受診者数・受診率

30～39 歳の健康診査受診率は、低い水準で推移しています。

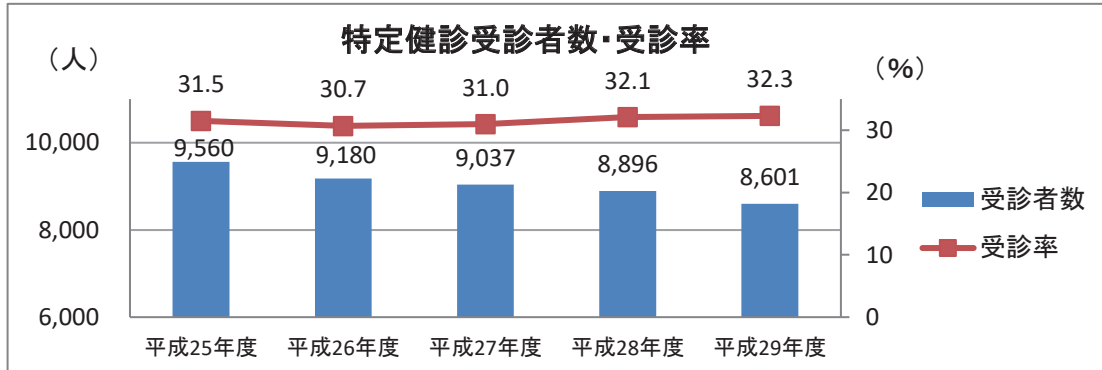


【出典：市保健事業概要】

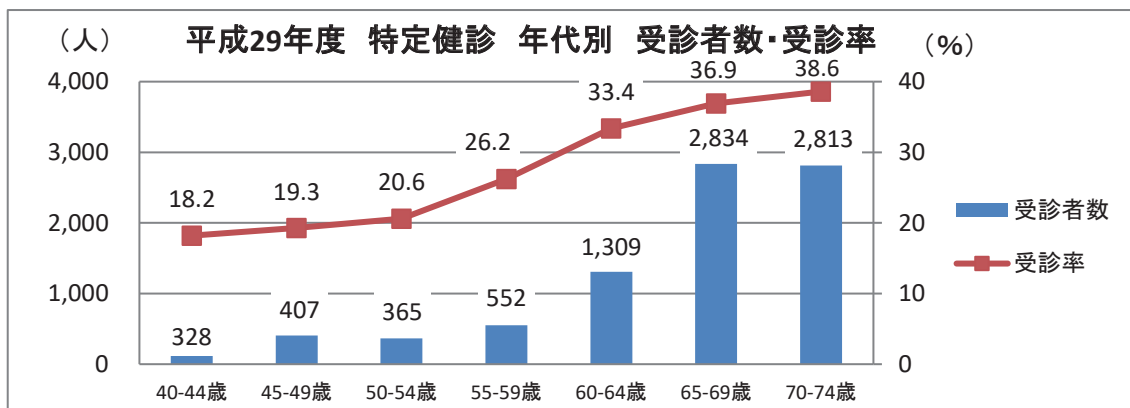
② 特定健康診査 受診者数・受診率（※）

特定健康診査（以下、特定健診）の受診率は、平成 26 年度に前年度を下回りましたが、その後は、緩やかに増加しています。また、年代別受診率は、40 歳代の受診率が 20%未満と低く、年代が上がるとともに受診率は増加傾向にあります。

※ 40～74 歳の国民健康保険加入者が対象。



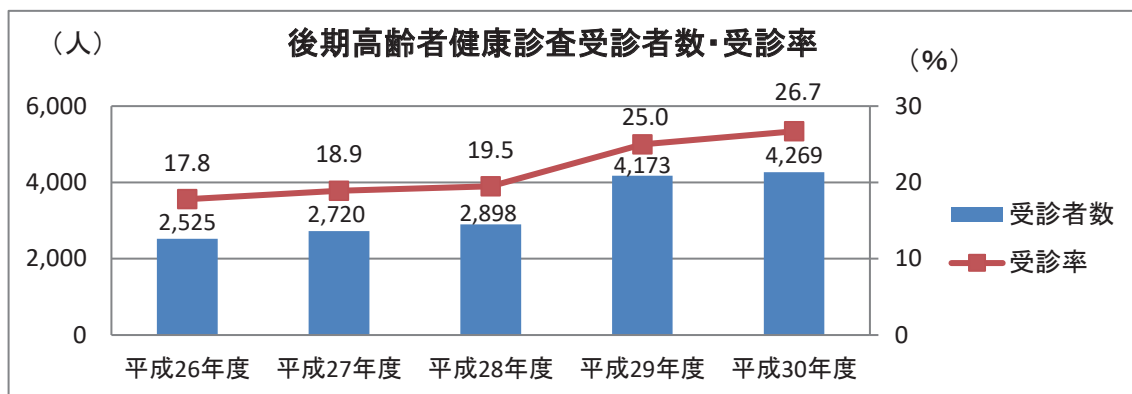
【出典：特定健診・特定保健指導実施結果総括表（国民健康保険団体連合会：以下、国保連合会）】



【出典：特定健診・特定保健指導実施結果総括表（国保連合会）】

③ 後期高齢者健康診査（75 歳以上）受診者数・受診率

平成 29 年度から、集団健診に加え医療機関でも受診できるようになり、受診率は増加傾向にあります。

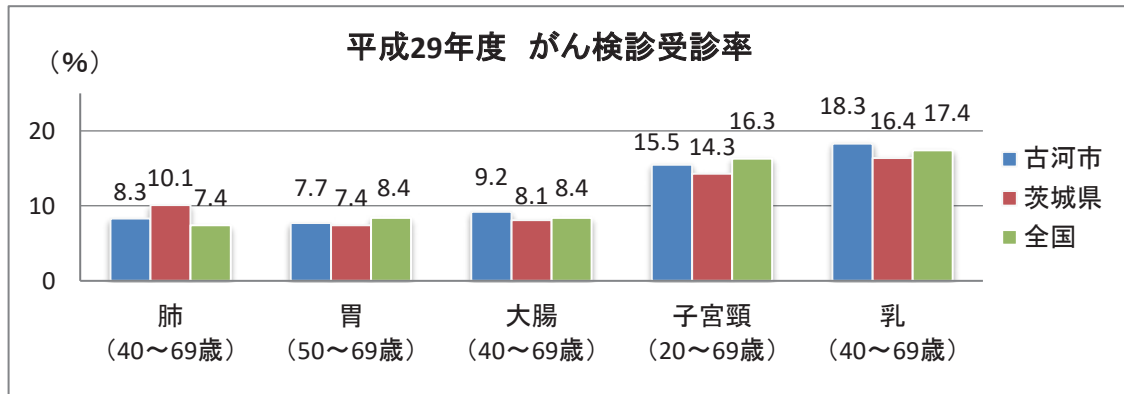


【出典：後期高齢者健康診査実績】

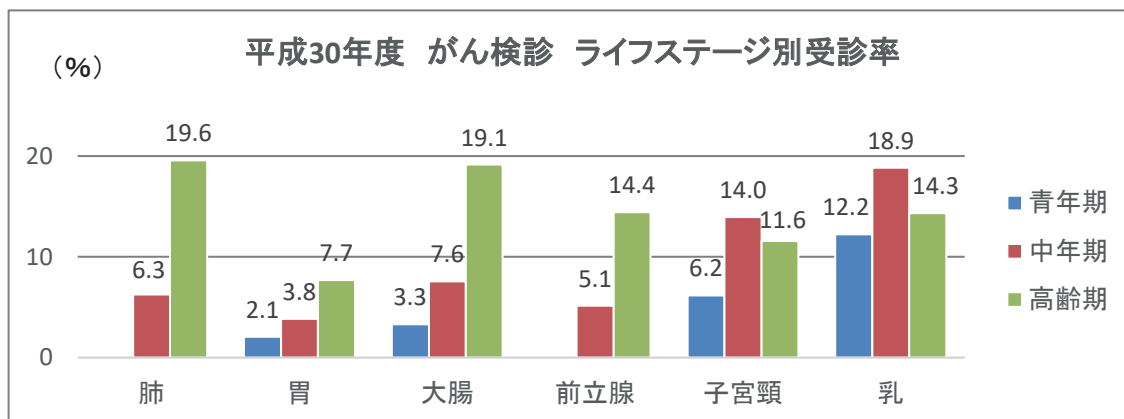
④ 市における がん検診受診者数・受診率の推移

地域保健・健康増進事業報告によるがん検診受診率では、肺がん以外は県平均を上回っています。肺・大腸・前立腺・子宮頸がん検診受診率は、ほぼ横ばいで経過していますが、胃がん検診は6%未満で年々減少傾向、乳がん検診は微増している状況です。

■ がん検診 受診率

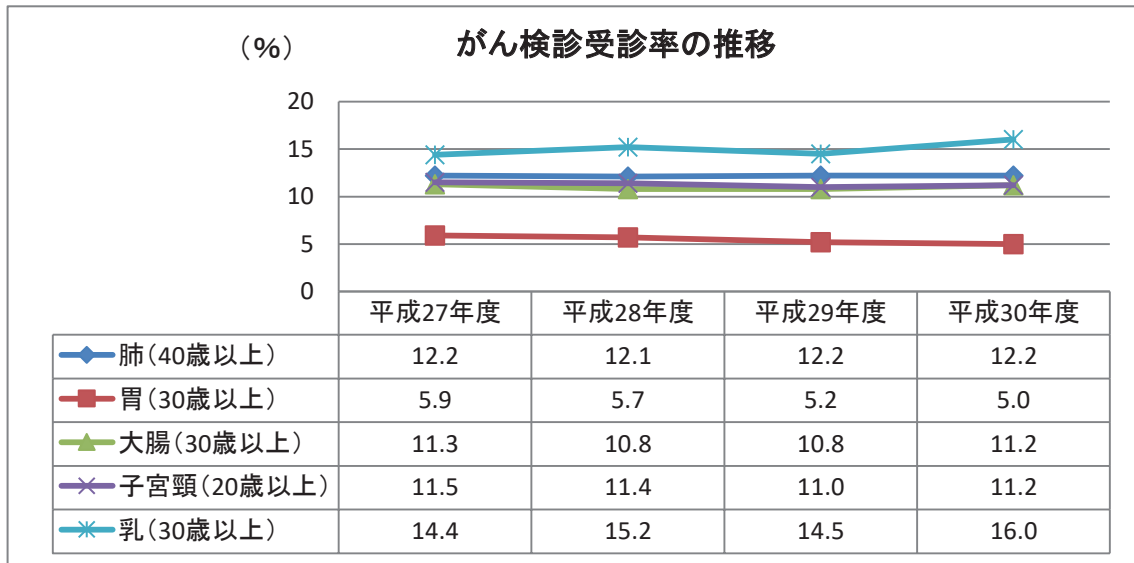


【出典：地域保健・健康増進事業報告】



【出典：市健康管理システム】

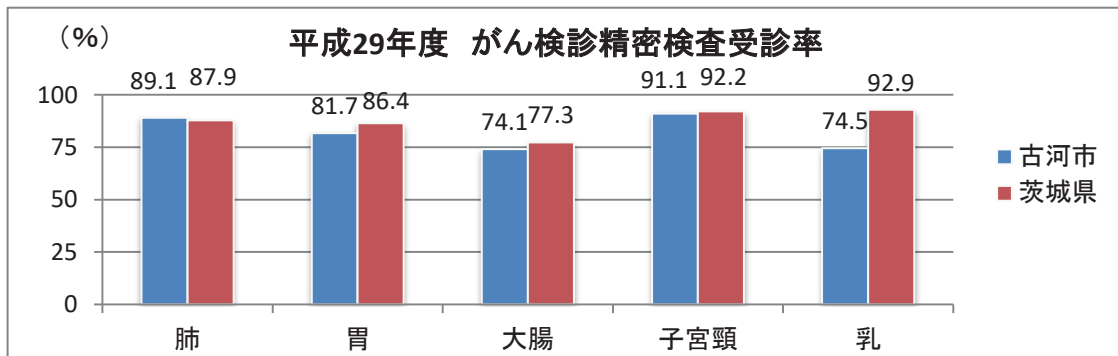
■ がん検診 受診率の推移



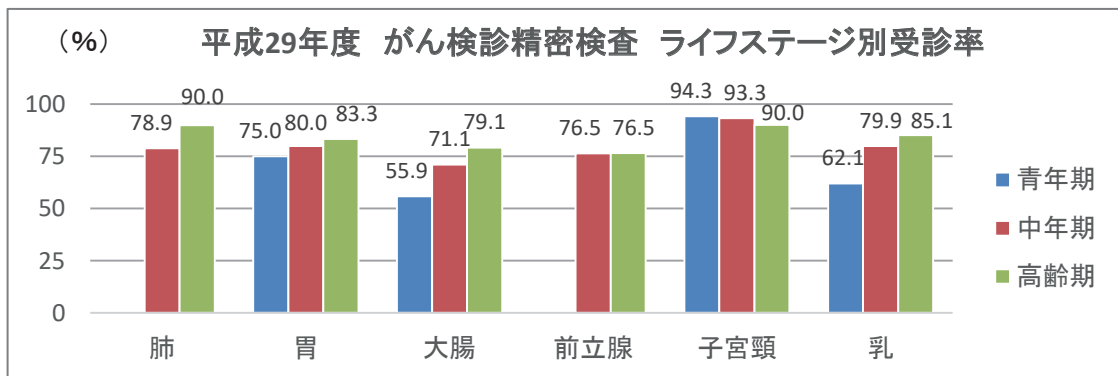
【出典：市保健事業概要】

■ がん検診 精密検査受診率

市の精密検査受診率は、肺・胃・子宮頸がん検診は80～90%で横ばいですが、大腸・乳がん検診は70%台と低い状況です。特に、年代別精密検査受診率では、肺がんでは40歳代33.3%、50歳代70.6%、胃がんでは40歳代70.8%、大腸がんでは30歳代55.9%、40歳代60.0%、乳がんでは30歳代62.1%と働き盛りの受診率が低い傾向にあります。がん検診受診者から、毎年、がんが発見されているため、今後も精密検査受診率の向上を図っていく必要があります。



【出典：茨城県各がん検診実施指針に基づく各がん検診実施年報】



【出典：市健康管理システム】

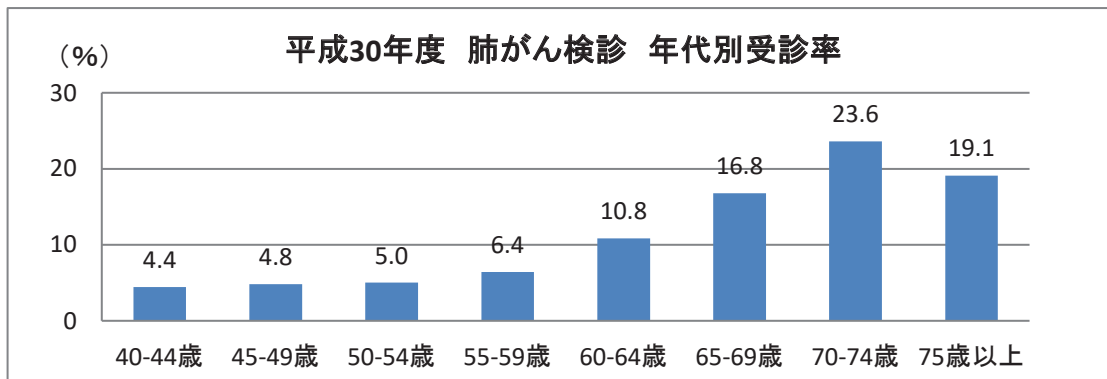
《平成 29 年度がん検診 精密検査結果 年代別がん確定診断者数》

年齢区分	肺がん	胃がん	大腸がん	前立腺がん	子宮頸がん	乳がん	計
20～29 歳					0		0
30～39 歳		0	1		0	0	1
40～49 歳	0	0	1		1	3	5
50～59 歳	0	0	2	1	0	2	5
60～69 歳	0	0	5	4	0	3	12
70 歳以上	7	3	11	11	0	3	28
計	7	3	20	16	1	11	51

【出典：市健康管理システム】

■ 各種がん検診の受診状況

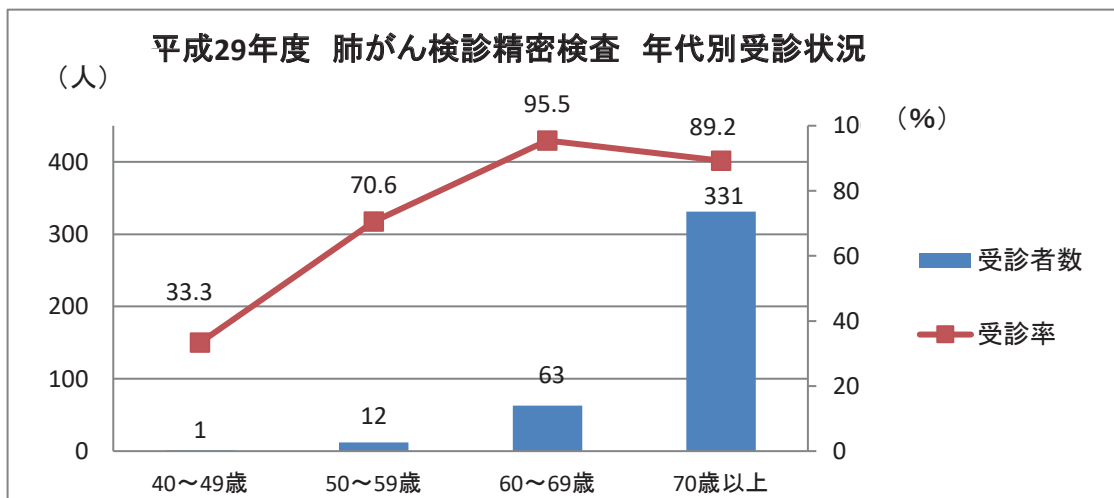
(ア) 肺がん検診



【出典：市健康管理システム】

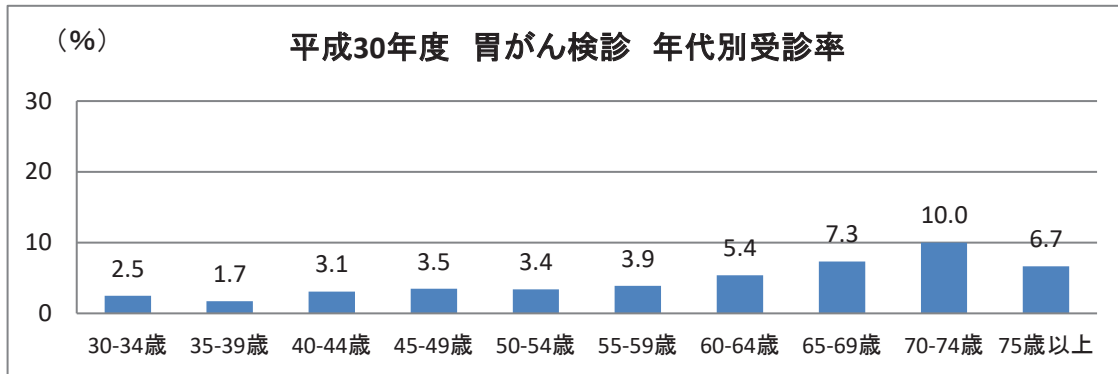
<肺がん検診精密検査 受診状況および確定診断数>

年度	受診者数 (人)	受診率 (%)	肺がん (人)
平成 27 年度	192	86.9	8
平成 28 年度	200	90.1	5
平成 29 年度	407	89.1	7



【出典：市健康管理システム】

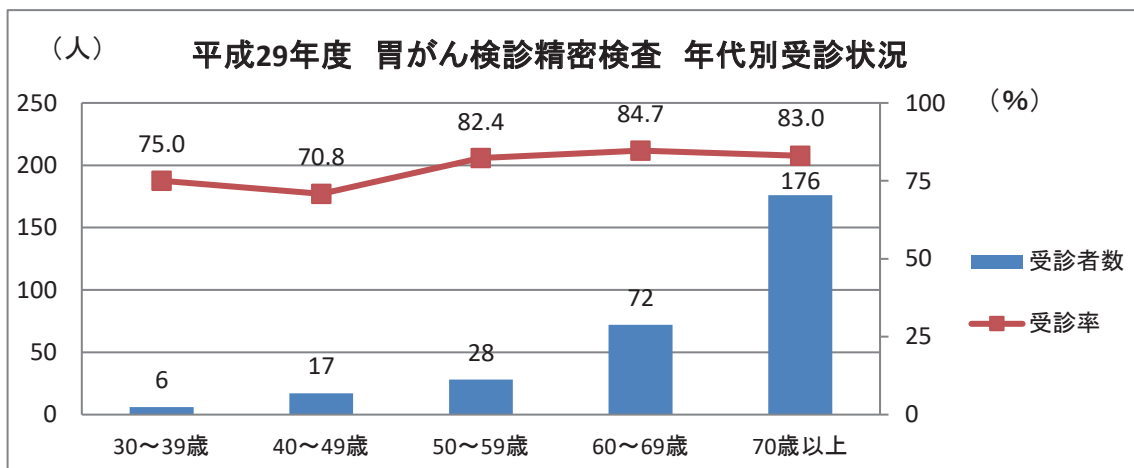
(イ) 胃がん検診



【出典：市健康管理システム】

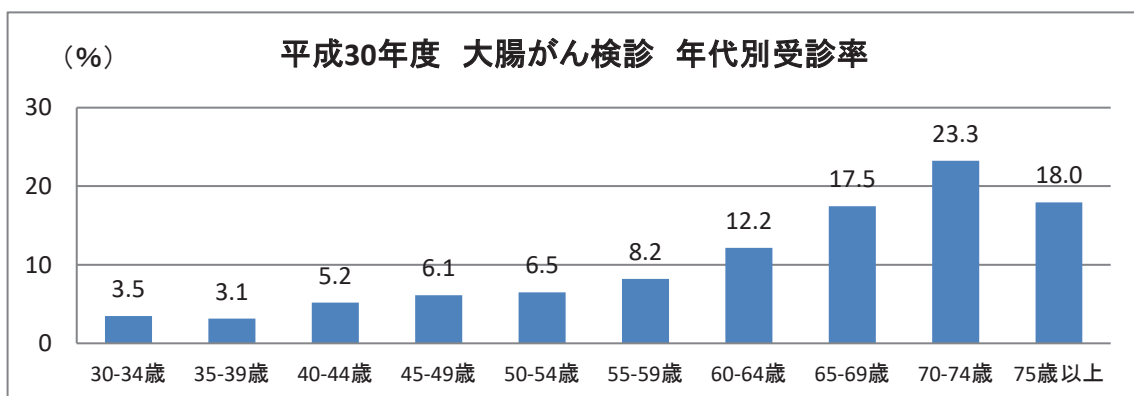
<胃がん検診精密検査 受診状況および確定診断数>

年度	受診者数 (人)	受診率 (%)	胃がん (人)
平成 27 年度	383	82.5	6
平成 28 年度	340	83.1	8
平成 29 年度	299	82.4	3



【出典：市健康管理システム】

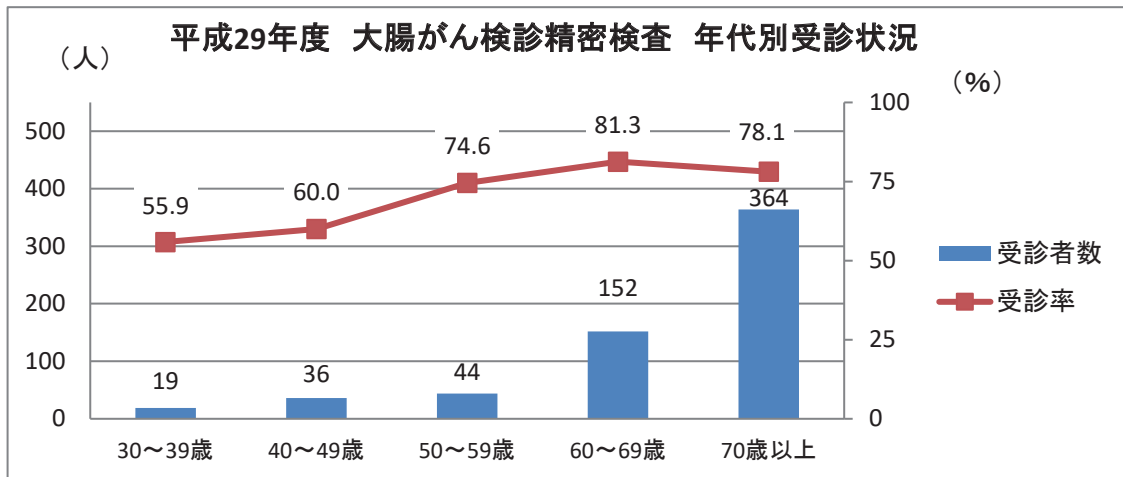
(ウ) 大腸がん検診



【出典：市健康管理システム】

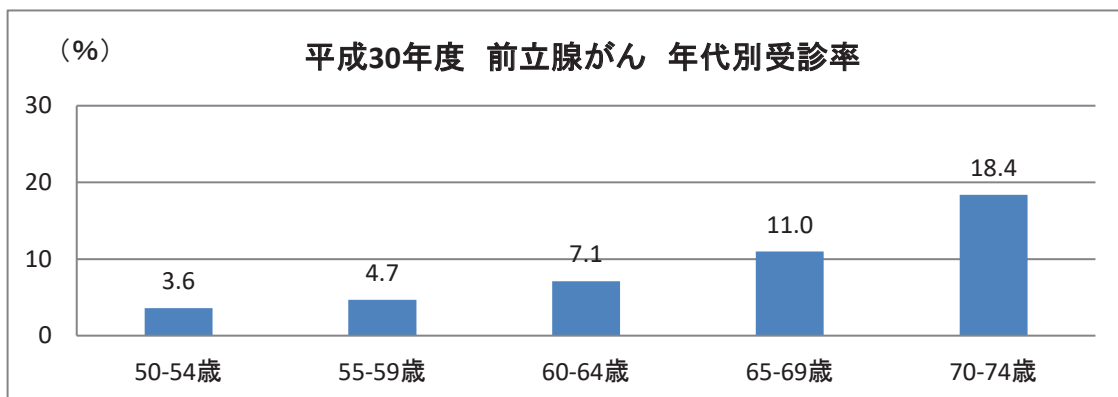
<大腸がん検診精密検査 受診状況および確定診断数>

年度	受診者数（人）	受診率（％）	大腸がん（人）
平成 27 年度	630	76.1	23
平成 28 年度	550	74.2	22
平成 29 年度	615	76.3	20



【出典：市健康管理システム】

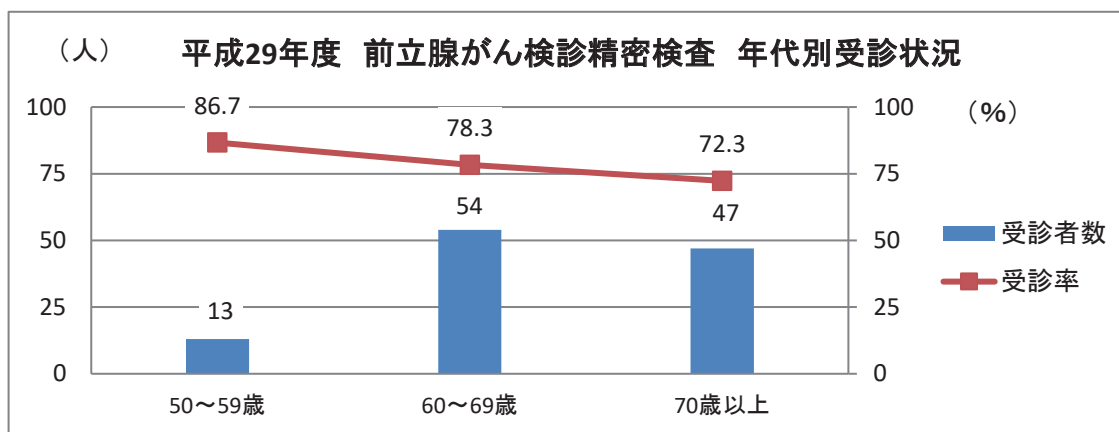
(エ) 前立腺がん検診



【出典：市健康管理システム】

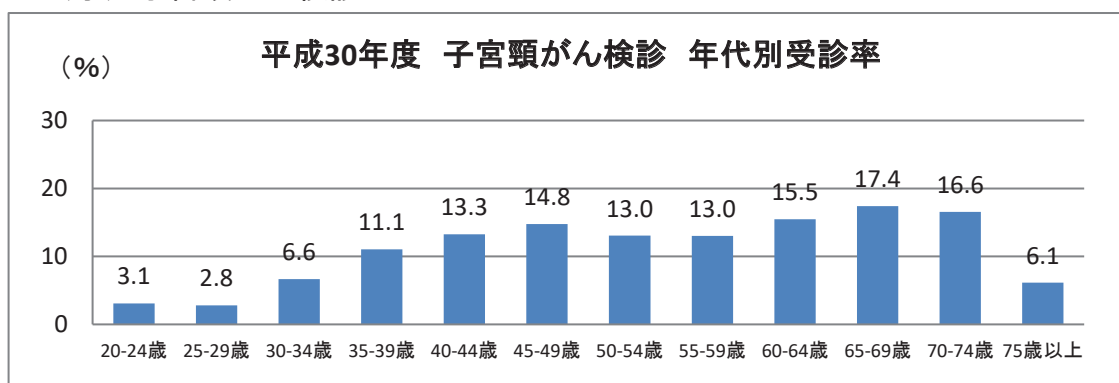
<前立腺がん検診精密検査 受診状況および確定診断数>

年度	受診者数（人）	受診率（％）	前立腺がん（人）
平成 27 年度	99	73.3	14
平成 28 年度	94	65.3	12
平成 29 年度	114	76.5	16



【出典：市健康管理システム】

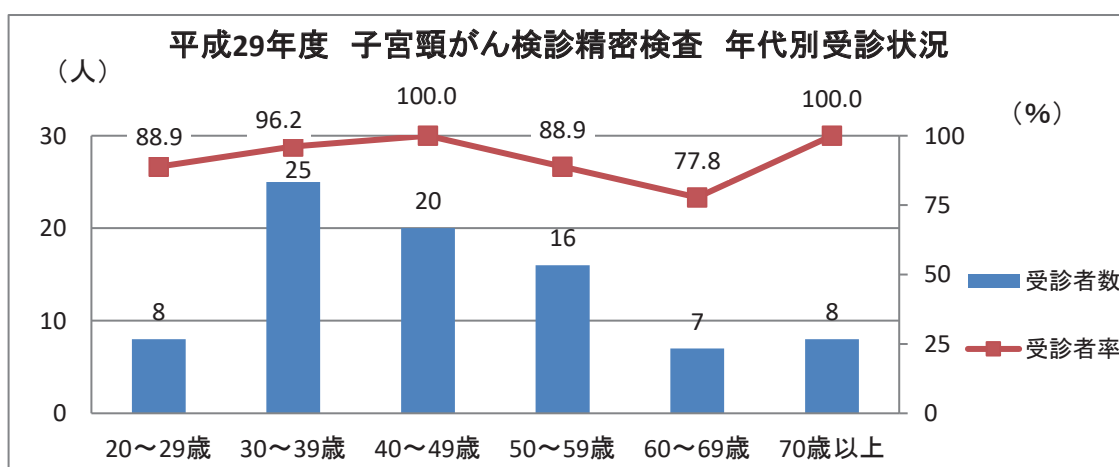
(オ) 子宮頸がん検診



【出典：市健康管理システム】

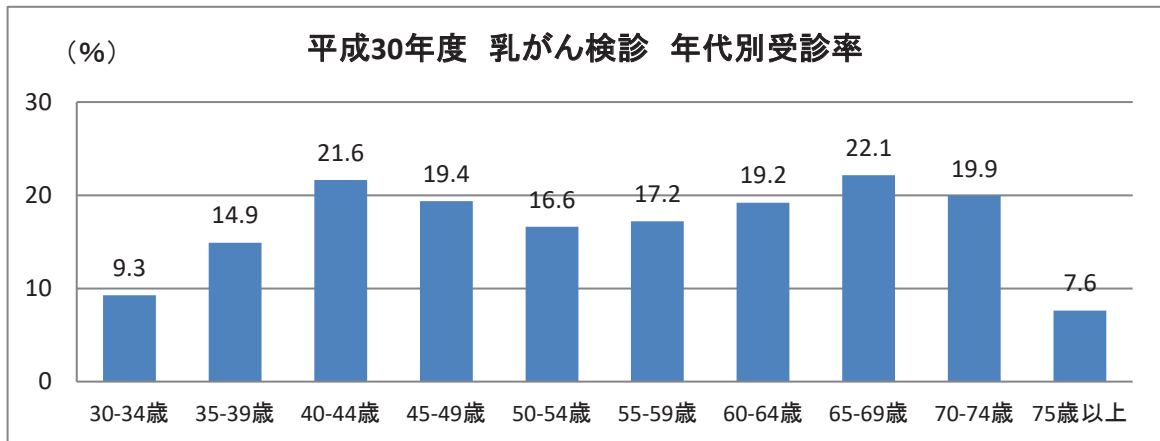
<子宮頸がん検診精密検査 受診状況および確定診断数>

年度	受診者数 (人)	受診率 (%)	子宮頸がん (人)
平成 27 年度	104	91.2	1
平成 28 年度	97	94.2	1
平成 29 年度	84	93.3	1



【出典：市健康管理システム】

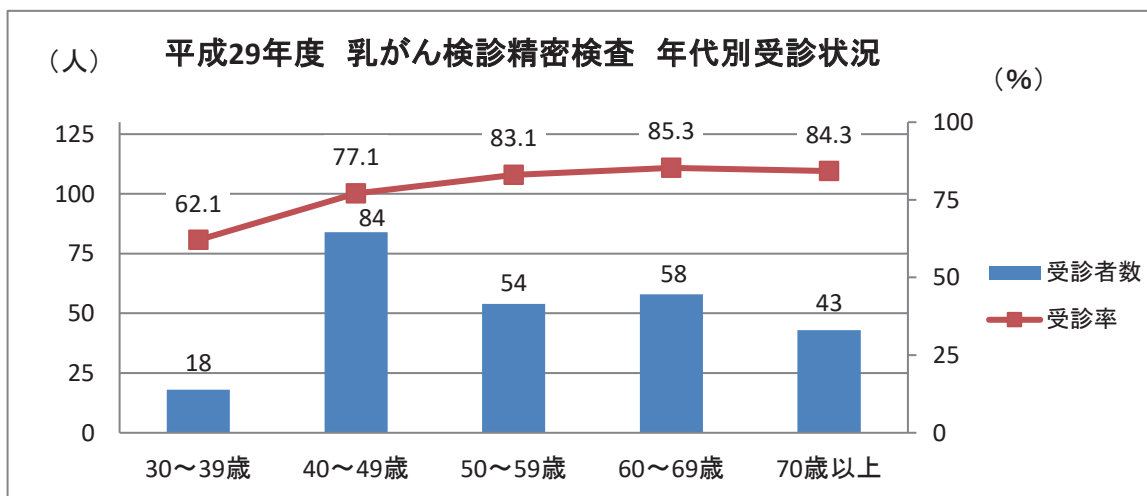
(カ) 乳がん検診



【出典：市健康管理システム】

<乳がん検診精密検査 受診状況および確定診断数>

年度	受診者数 (人)	受診率 (%)	乳がん (人)
平成 27 年度	217	83.5	13
平成 28 年度	287	83.9	17
平成 29 年度	257	79.8	11

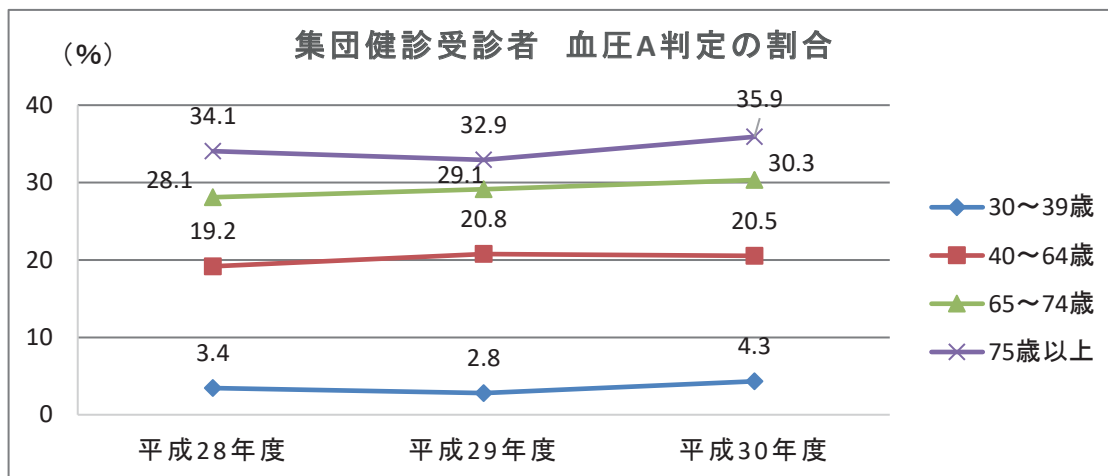


【出典：市健康管理システム】

(2) 高血圧

血圧が高く A 判定 (※1) だった人の割合は、経年的にみると横ばいで推移しています。40～64 歳で約 20%、65 歳以上は約 30%と、年代が上がるにつれて増加しています。

※1 血圧 A 判定：最大血圧 140 mm hg 以上、最小血圧 90 mm hg 以上。医療機関への受診が必要な状態。

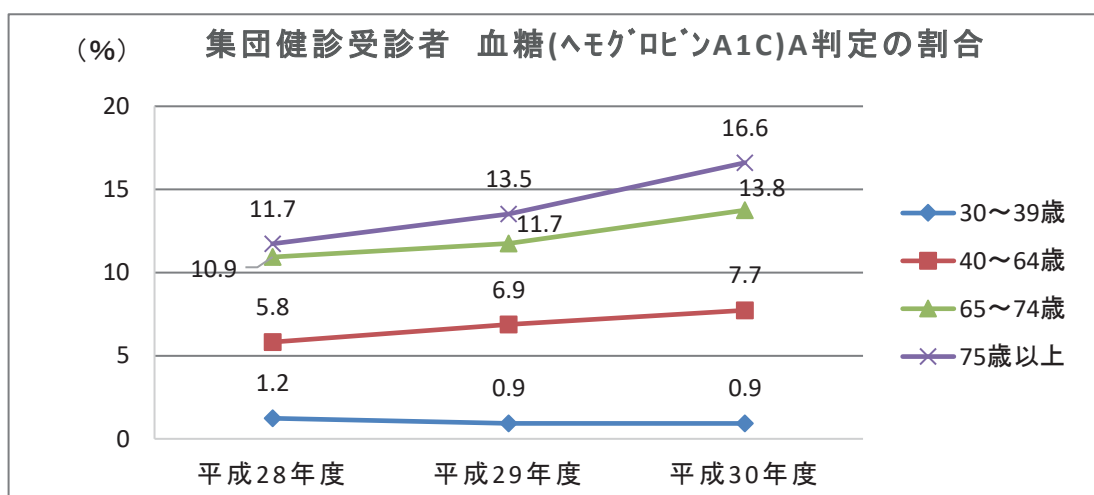


【出典：古河市集団健診結果】

(3) 高血糖

血糖(ヘモグロビン A1c)が高く A 判定 (※2) だった人の割合は、経年的にみると緩やかに増加しています。特に 65 歳以上では 10%を超えており、年代が上がるにつれて増加しています。

※2 血糖(ヘモグロビン A1c) A 判定：6.5%以上。医療機関への受診が必要な状態。



【出典：古河市集団健診結果】

(4) 肥満

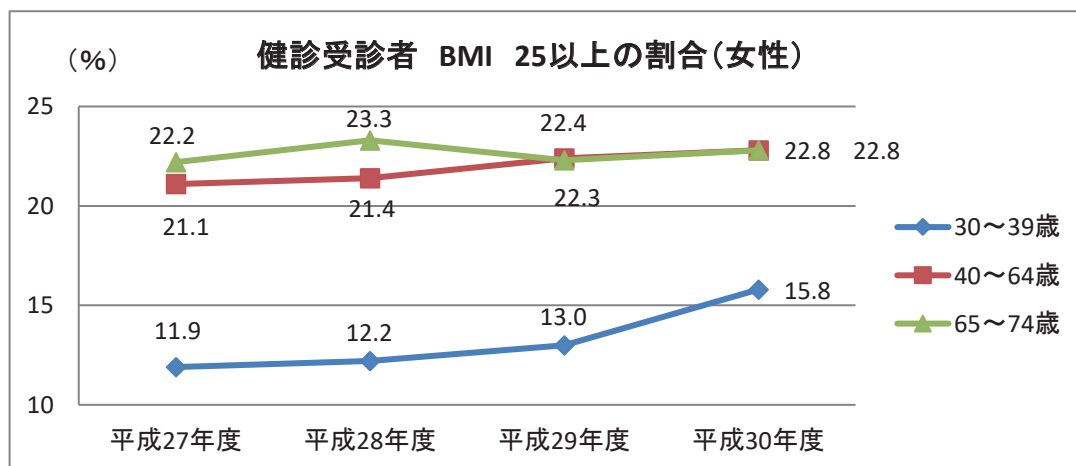
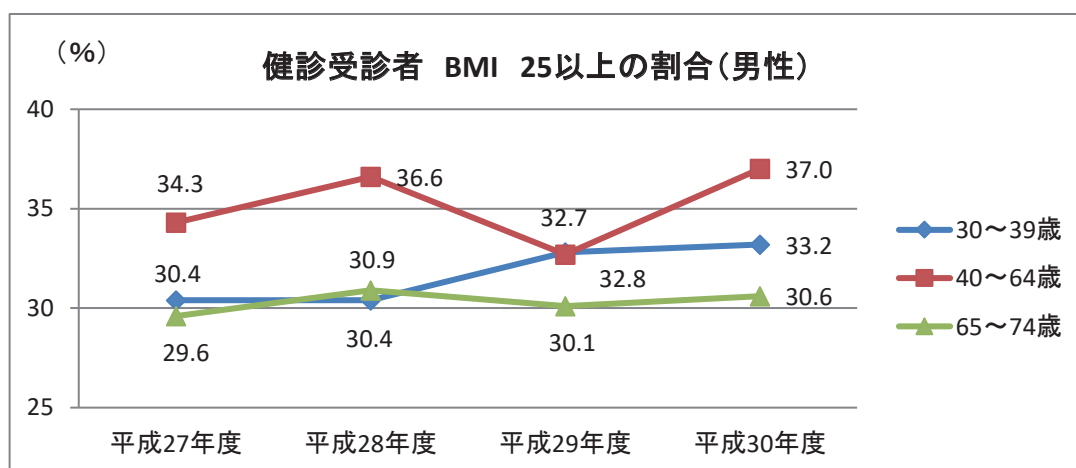
体重の管理は、ライフステージを通して生活習慣病や健康状態との関連が強くあり、特に肥満は、循環器疾患、糖尿病等の生活習慣病と関連があります。

BMI (※) 25 以上の者の割合は、男性に多く、男女ともに増加傾向にあります。平成 30 年度には、30～39 歳の男性で 33.2%、40～64 歳の男性で 37.0%となっており、働き盛りの世代の男性に肥満傾向があることがわかります。

※ BMI とは、体格指数のこと。計算式は、体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

《判定》 18.5 未満：やせ気味・やせすぎ、18.5 以上 25.0 未満：標準、

25.0 以上：太り気味・太りすぎ



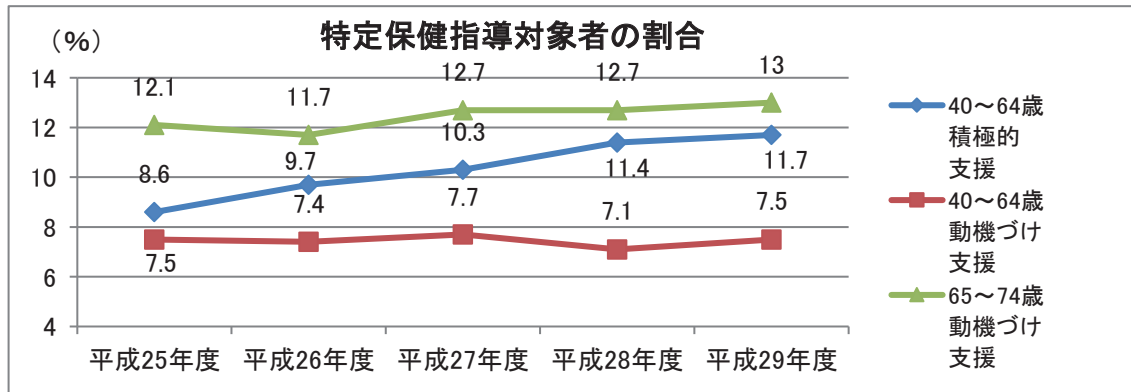
【出典：市健康管理システム】

(5) 特定保健指導

特定保健指導とは、主に内臓脂肪の蓄積に着目し、特定健診によって保健指導対象者を抽出して対象者の持つリスクの数に応じた個別の保健指導を行うことで、その要因になっている生活習慣を改善し、糖尿病などの生活習慣病を予防することを目的としています。対象者自らが生活習慣における課題を意識して行動変容と自己管理を行うとともに、健康的な生活を維持することができるよう、さまざまな働きかけやアドバイスを行います。

《特定保健指導 対象者》

腹囲	追加リスク①血糖②脂質③血圧	喫煙歴	40～64 歳	65～74 歳
男性≥85cm 女性≥90cm	2 つ以上該当		積極的 支援	動機づけ 支援
	1 つ該当	あり なし		
上記以外で BMI ≥25	3 つ該当		積極的 支援	動機づけ 支援
	2 つ該当	あり なし		
	1 つ該当			

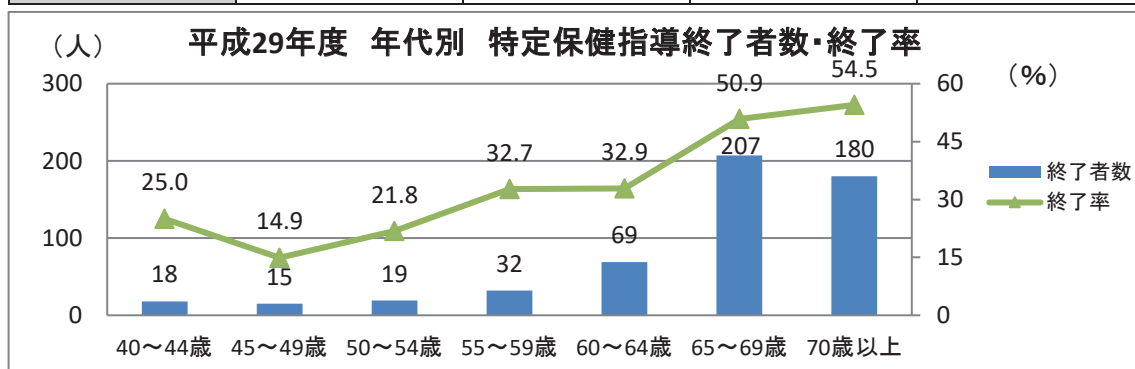


【出典：特定健診・特定保健指導実施結果総括表（国保連合会）】

《特定保健指導終了者数・実施率》

対象者数は横ばいですが、利用者数・終了率等は大幅に増加しており、平成 29 年度は利用者数が 553 人、終了率 41.4%まで上がっています。年代別では、65 歳以上の年代では、終了率が 50%を超えています。40～64 歳の年代では、終了者が少ない傾向にあります。

年度	対象者（人）	利用者（人）	終了者（人）	終了率（%）
平成 25 年度	1,313	179	173	13.2
平成 26 年度	1,260	376	373	29.6
平成 27 年度	1,326	389	376	28.4
平成 28 年度	1,334	501	462	34.6
平成 29 年度	1,305	553	540	41.4



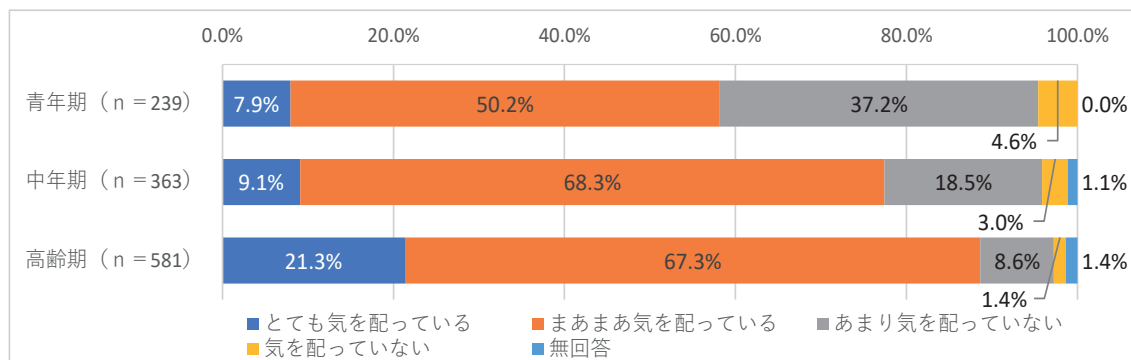
【出典：特定健診・特定保健指導実施結果総括表（国保連合会）】

(6) 健康意識

① 日頃から自分の健康に気を配っている人の割合

「とても気を配っている」「まあまあ気を配っている」と健康に気を配っている人の割合は、すべての年齢層において半数以上を占めています。年齢層が上がるにつれて、健康に気を配っている人の割合が高くなってきており、高齢期では約9割（88.6%）を占めています。

《あなたは日頃からご自分の健康に気を配っていますか》 ※ n：回答者数（以下同じ）

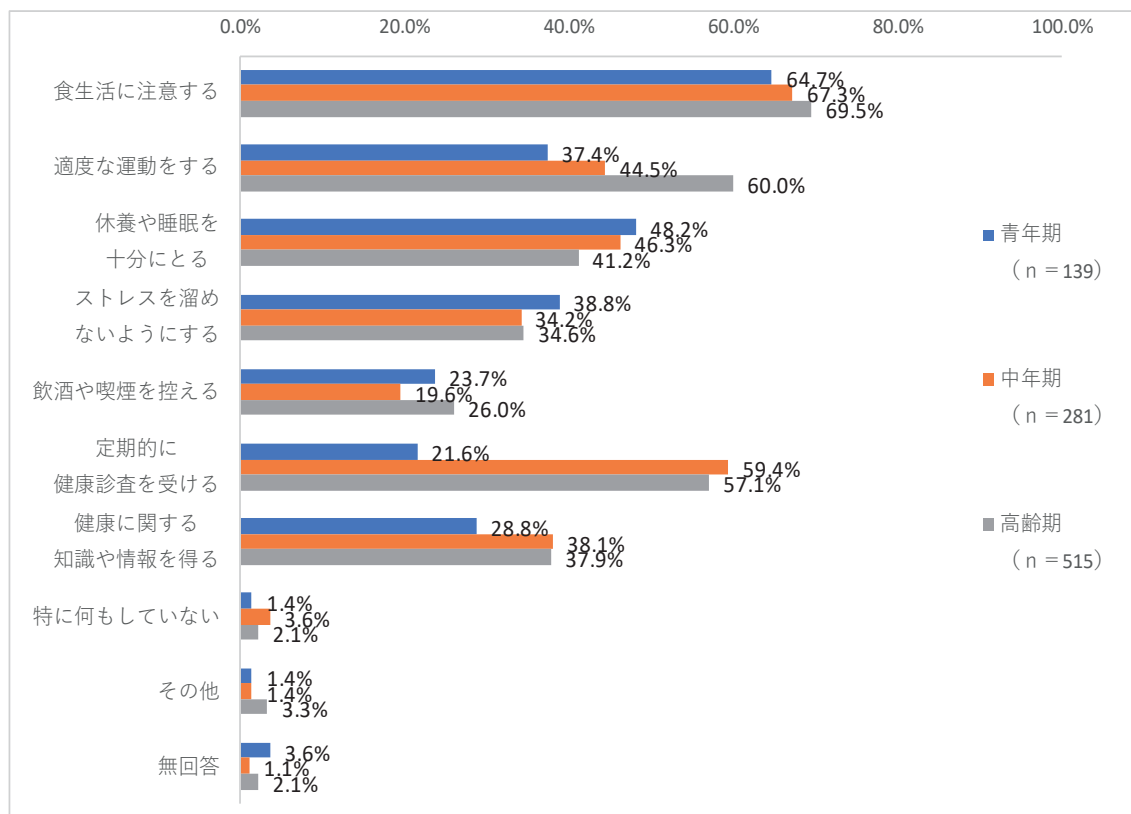


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

② 自分の健康に気を配っている人が、健康のために行っていること

すべての年齢層において「食生活に注意する」が最も高く、6割以上となっています。「定期的に健康診査を受ける」が中年期で59.4%、高齢期で57.1%と青年期に比べて高くなっています。

《健康づくりのために何か行っていますか》

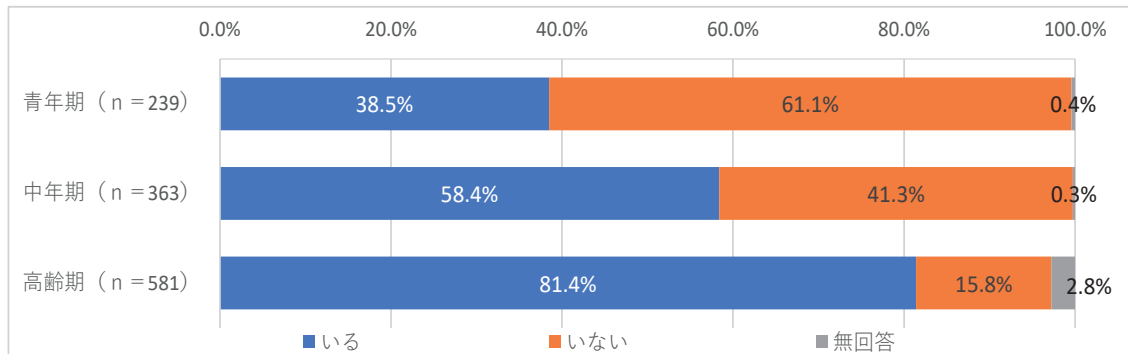


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

③ かかりつけ医（歯科以外）がいる人の割合

年齢層が上がるにつれ、かかりつけ医が「いる」と回答した人の割合が高くなっています。

《かかりつけ医（歯科以外）はいますか》

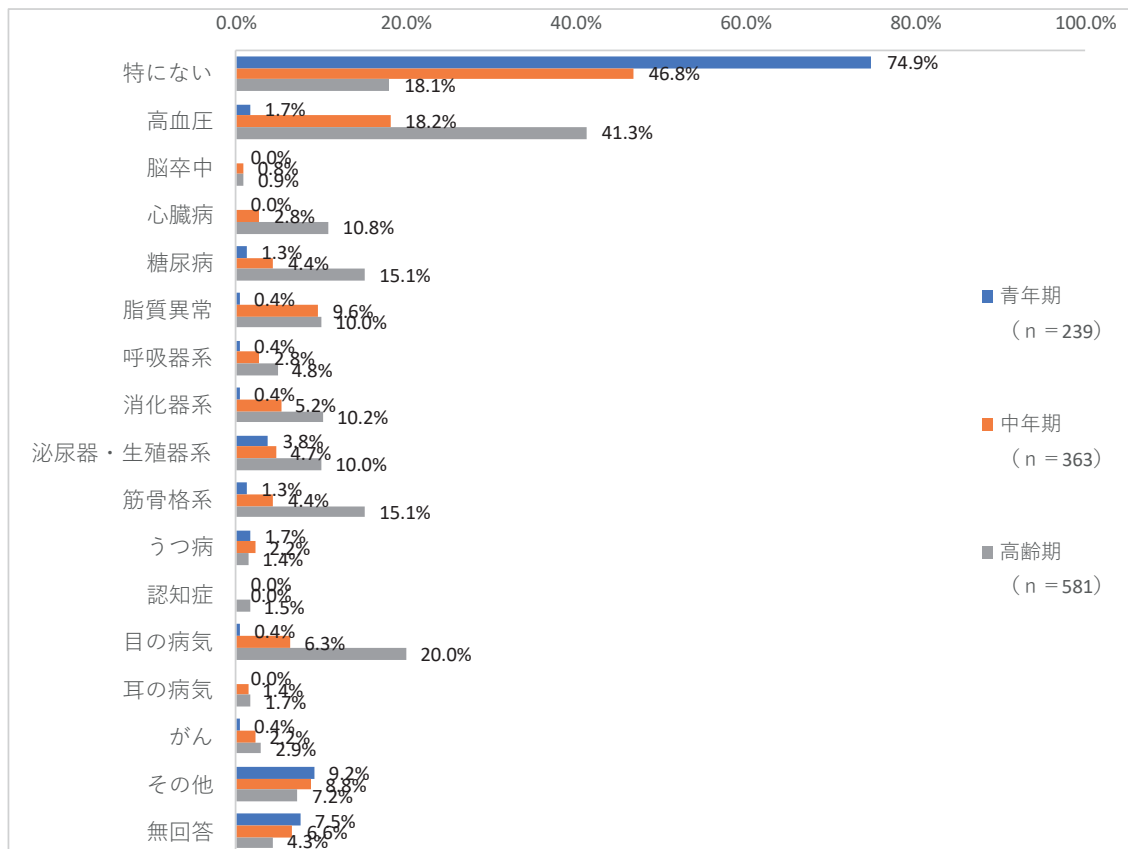


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

④ 現在、治療中の病気について

「高血圧」「脂質異常」「糖尿病」「目の病気」が中年期から増加傾向にありますが、その中でも高血圧は中年期から急増し、高齢期では最も多い状況となっています。

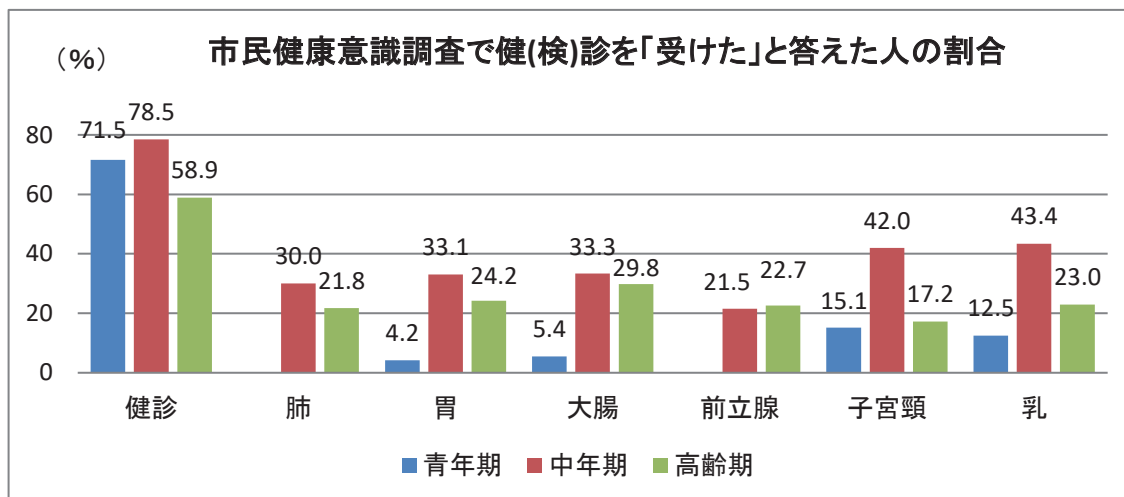
《あなたは現在、治療中のご病気がありますか》



【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

⑤ 最近 1 年間に健康診断・がん検診を「受けた」人の割合

過去 1 年間に健康診断を「受けた」と回答した人の割合は、青年期・中年期では 7 割以上ですが、高齢期では 6 割未満となっています。がん検診を「受けた」と回答した人の割合は、市におけるがん検診の受診率よりも、やや高くなっています。特に、子宮頸・乳がん検診は、中年期では 4 割以上が受診しています。

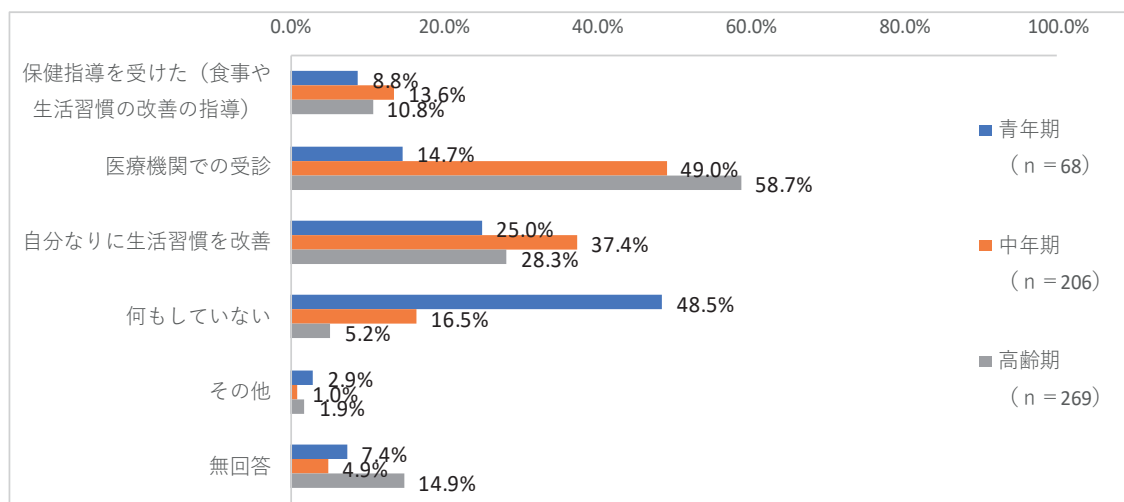


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

⑥ 健康診断の結果で指摘を受けたことがある人の行動

中年期・高齢期では「医療機関での受診」、青年期では「何もしていない」が最も高く 5 割前後となっています。「自分なりに生活習慣を改善」がすべての年齢層において 3 割程度となっています。

《健康診断で下記の指摘を受けたことがある方は、あてはまるものすべてを選んでください》

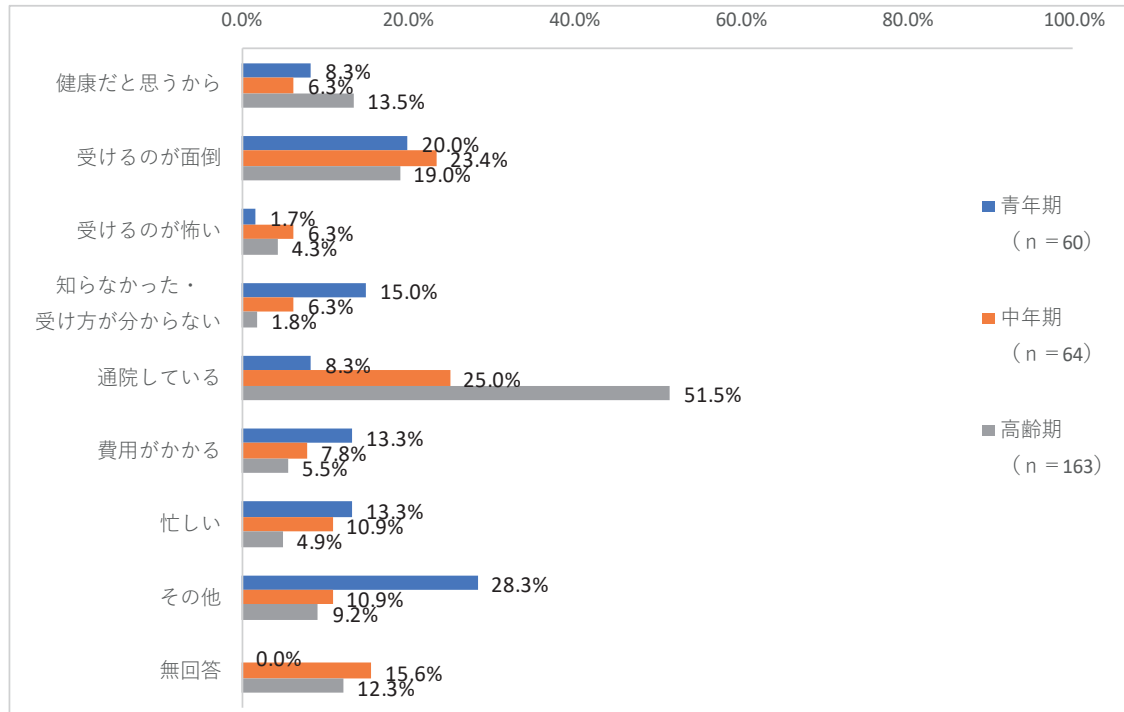


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

⑦ 健康診断を受けない理由

高齢期では「通院している」が他の年齢層よりも高く、51.5%となっています。
すべての年齢層において「受けるのが面倒」が2割程度を占めています。

《健診を受けない主な理由は何ですか》



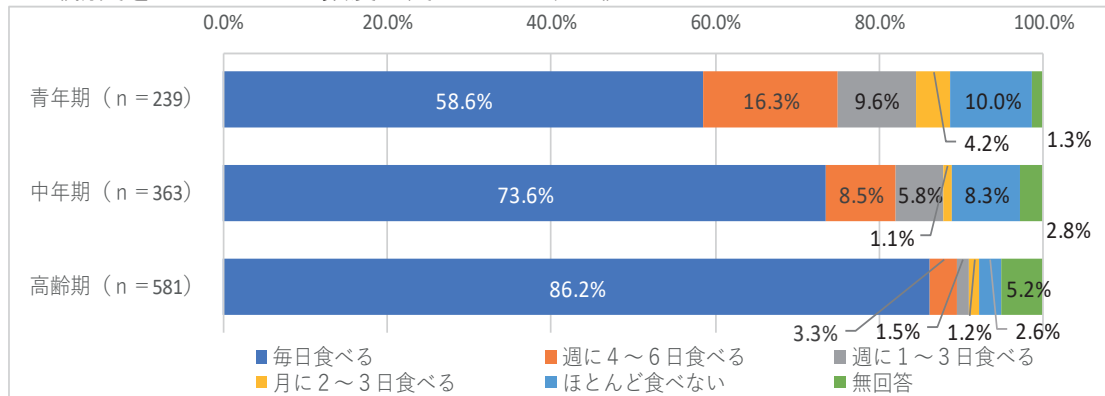
【出典：平成30年度市民健康意識調査】

3 栄養・食生活の状況

(1) 朝食の摂取頻度

青年期の「毎日食べる」と回答した人は 58.6%で、中年期・高齢期と比較すると低い状況となっています。食べない理由については、「食べる習慣がない」「食べる時間がない」と回答した人が多い状況となっています。

《朝食をどのくらいの頻度で食べていますか》



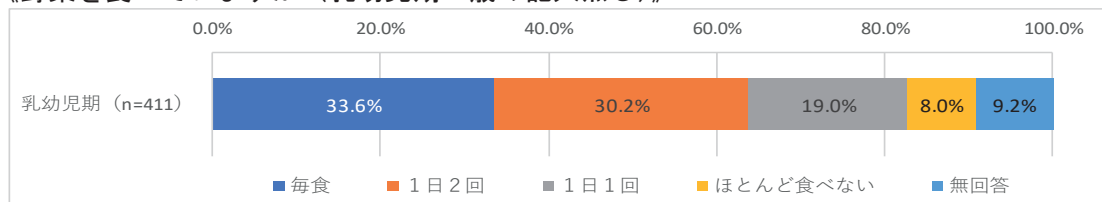
【出典：平成30年度市民健康意識調査】

(2) 野菜の摂取状況

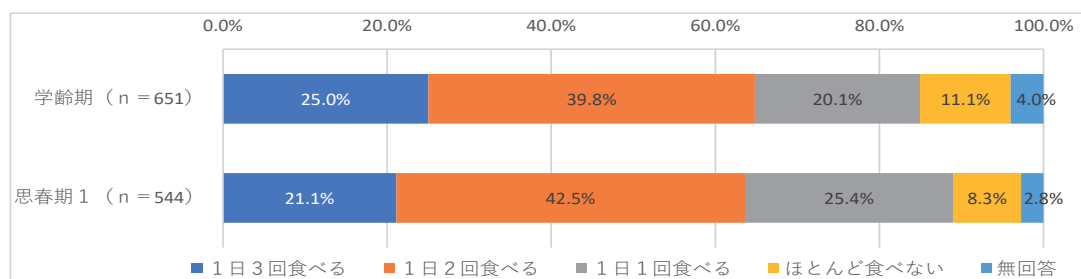
「1日1回」「ほとんど食べない」と回答した人は、乳幼児期 27.0%、学齢期 31.2%、思春期1は 33.7%、思春期2は 32.9%となっています。

青年期・中年期・高齢期の各年齢層においては年齢が上がるにつれ、「3皿以上」食べる方の割合は増えますが、「1～2皿」が最も多い結果となっています。

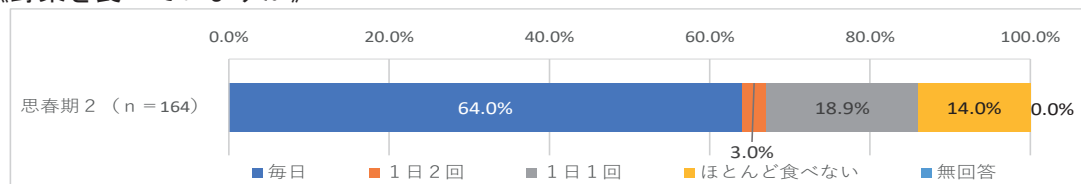
《野菜を食べていますか（乳幼児期0歳の記入無し）》



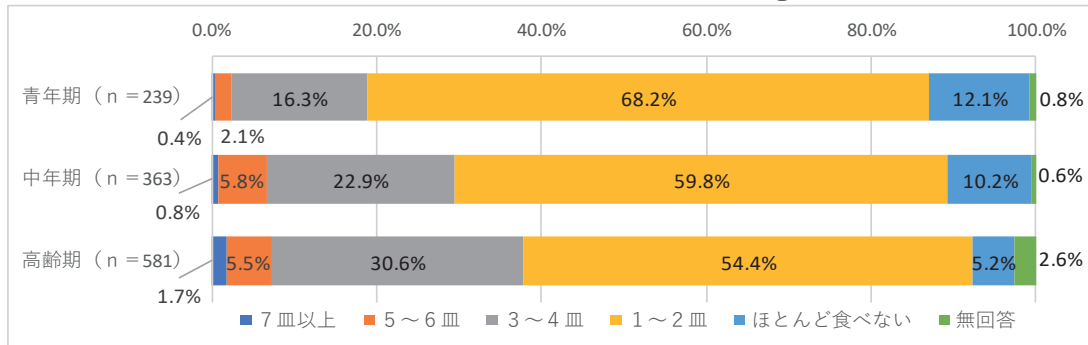
《野菜をよく食べていますか》



《野菜を食べていますか》



《野菜料理を皿数にすると1日、何皿食べていますか（1皿70～80g）》



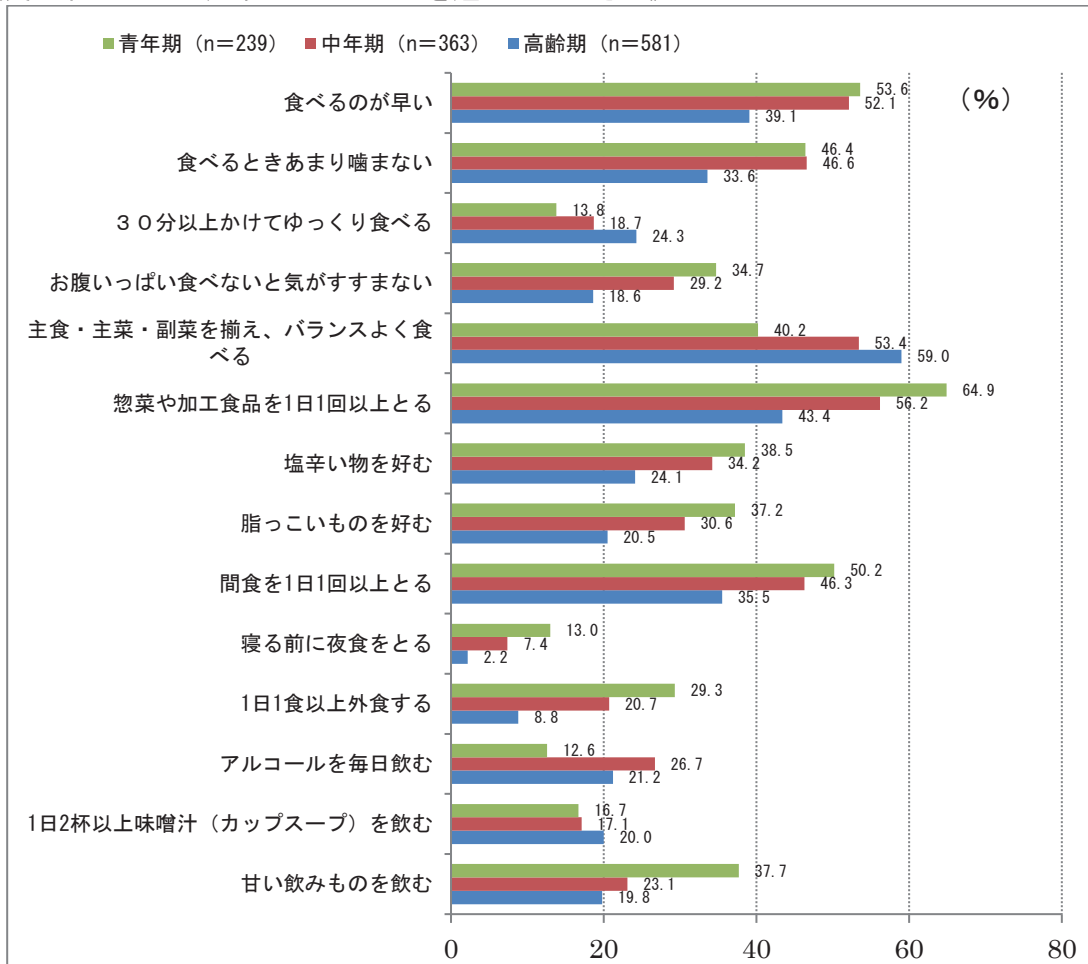
【出典：平成30年度市民健康意識調査】

(3) 食生活について

① 食生活の状況

中年期・高齢期では、「主食・主菜・副菜を揃えバランスよく食べる」人の割合は5割以上を占めています。「惣菜や加工食品を1日1回以上とる」「塩辛いものを好む」「脂っこいものを好む」「間食を1日1回以上とる」等の項目について年齢層が上がるにつれてその割合は減少傾向にあります。

《食生活について、あてはまるものを選んでください》

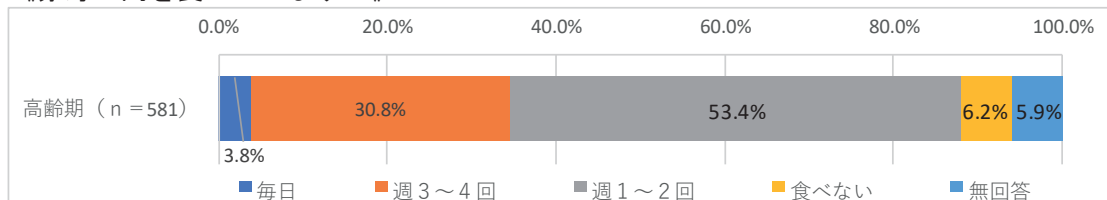


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

② 高齢者の赤身の肉の摂取について

赤身の肉（豚肉、牛肉）について「週 1～2 回」「食べない」と回答した人は 59.6% となっています。

《赤身の肉を食べていますか》



【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

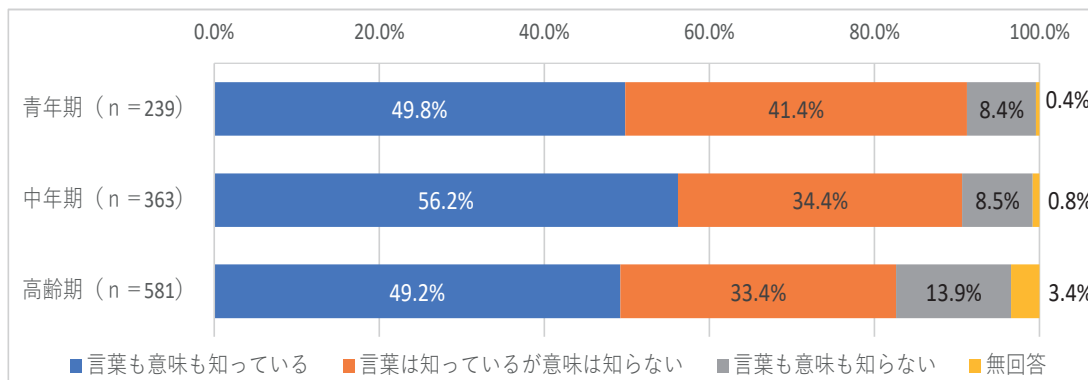
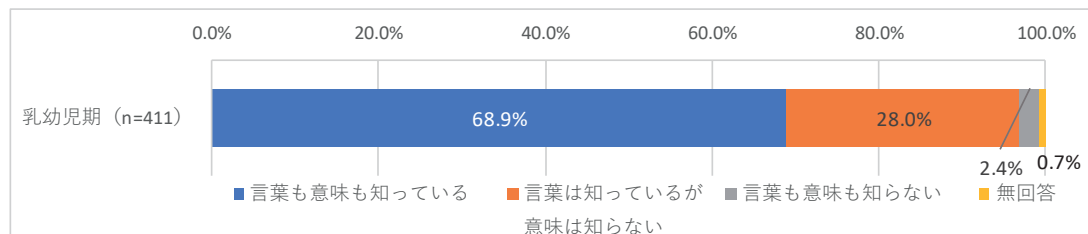
（４）食育について

「食育」は、生きる上での基本であって、知育、徳育および体育の基礎となるべきものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

① 食育の認知度

食育について「言葉も意味も知っている」と回答した人は、乳幼児期 68.9%、青年期 49.8%、中年期 56.2%、高齢期 49.2%と乳幼児期の保護者が最も多くなっています。

《「食育」という言葉やその意味を知っていますか》 ※乳幼児期は保護者が回答



【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

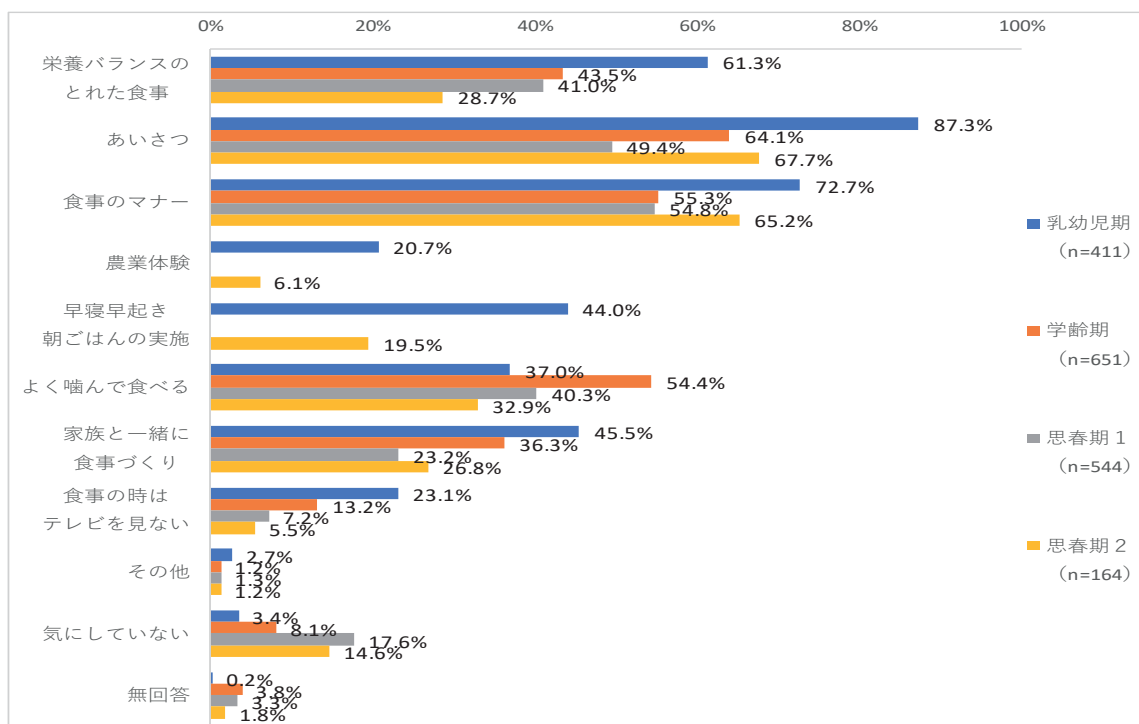
② 食育の実践

乳幼児期・学齢期・思春期においては「あいさつ」と「食事のマナー」が多く、次いで「栄養バランスのとれた食事」「よく噛んで食べる」が多くなっています。「食事の時はテレビを見ない」は乳幼児期で 23%となっており、年齢層が上がるにつれ減少しています。

青年期では「あいさつ」「食事のマナー」が多く、中年期・高齢期では「塩分を摂り過ぎない」「栄養バランスのとれた食事」が多くなっています。

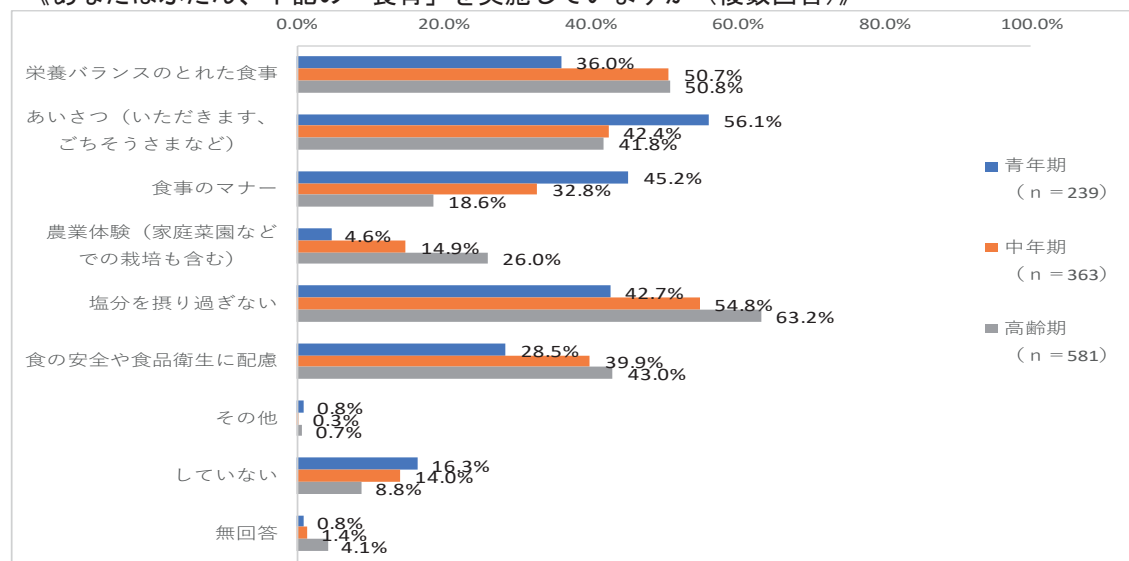
《「食育」を実施していますか（複数回答）》

※学齢期・思春期 1 は「農業体験」「早寝早起き朝ごはんの実施」についての質問項目無し



【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

《あなたはふだん、下記の「食育」を実施していますか（複数回答）》

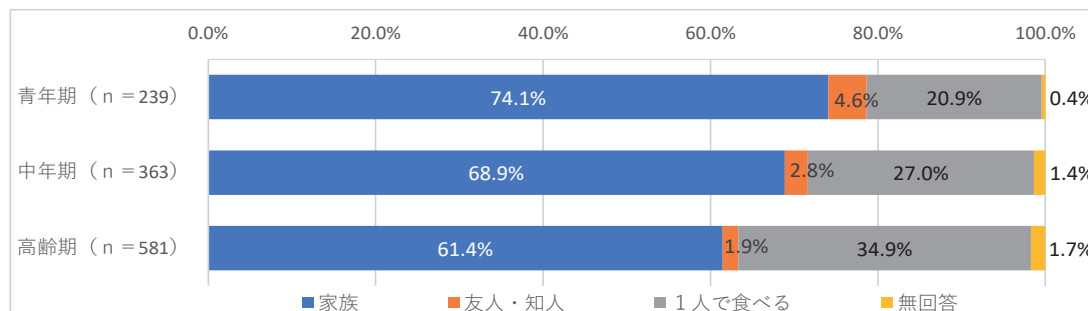


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

(5) 共食

夕食を主に誰と食べるかについては、すべての年齢層において、「家族」が最も多くなっています。特に青年期では7割以上(74.1%)を占めています。また年齢層が上がるにつれ、「1人で食べる」と回答した人の割合が高くなっています。

《夕食は主にどなたと食べますか》

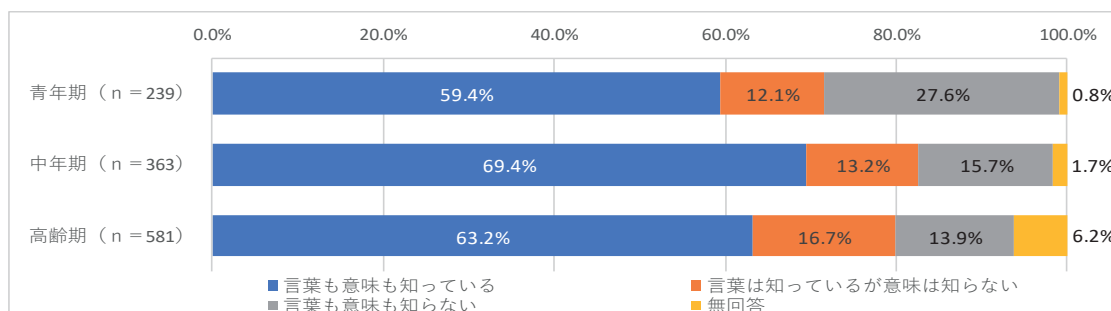
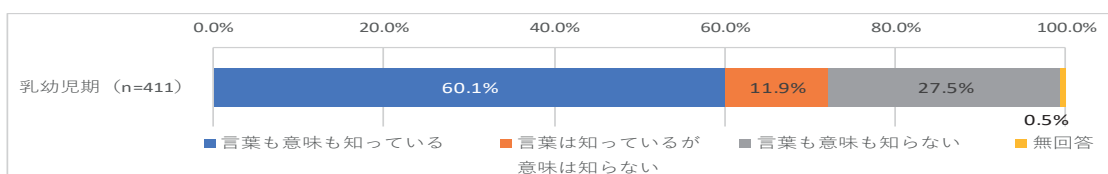


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

(6) 地産地消

地産地消の「言葉も意味も知っている」と回答した人の割合は各年齢層で約6～7割となっています。「言葉も意味も知らない」と回答した人の割合は乳幼児期・青年期で約3割を占めており、中年期・高齢期と比べ高くなっています。

《「地産地消」という言葉や意味を知っていますか》 ※乳幼児期は保護者が回答



【出典：平成30年度市民健康意識調査】

4 身体活動・運動の状況

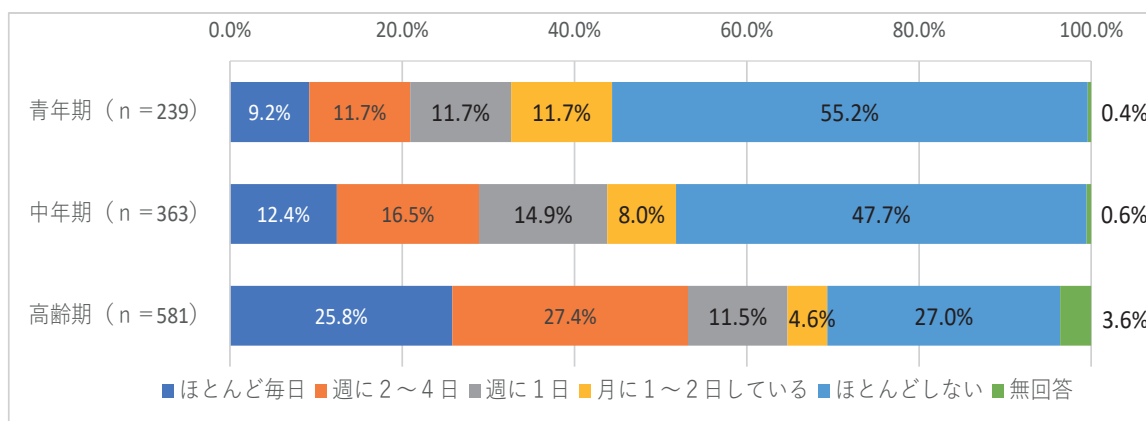
(1) 運動の実施状況

① 健康のために、平均1日30分以上の運動をしている人の割合

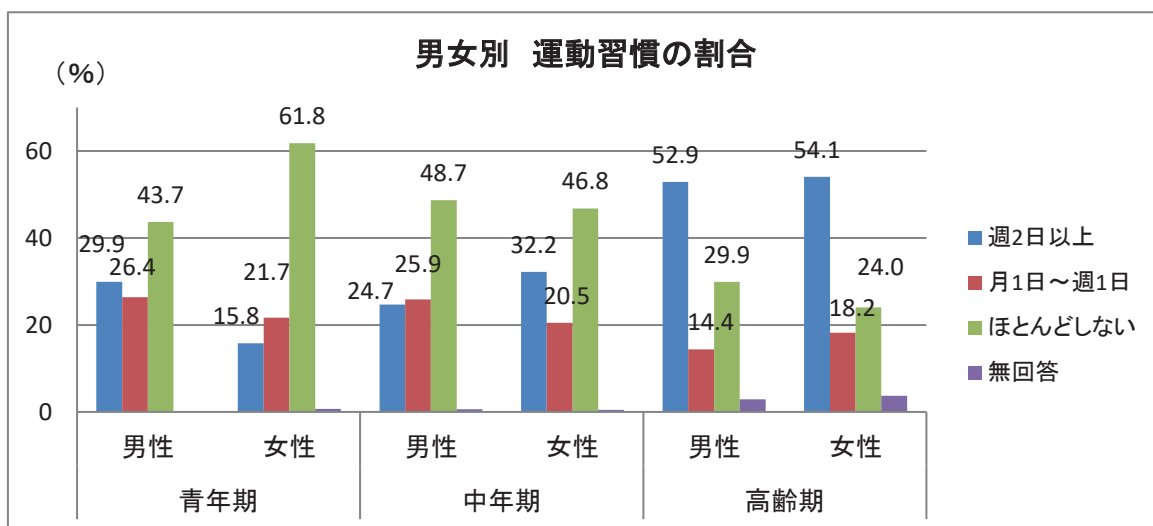
週に2日以上運動している人は、青年期で20.9%、中年期28.9%、高齢期53.2%と年齢層が上がるにつれて、割合が高くなっています。

性別でみると、週に2日以上運動している人は、青年期では男性の方が多いですが、中年期・高齢期では女性の方が多くなっています。

《日常生活のなかで健康のために、平均1日30分以上の運動をしていますか》



【出典：平成30年度市民健康意識調査】

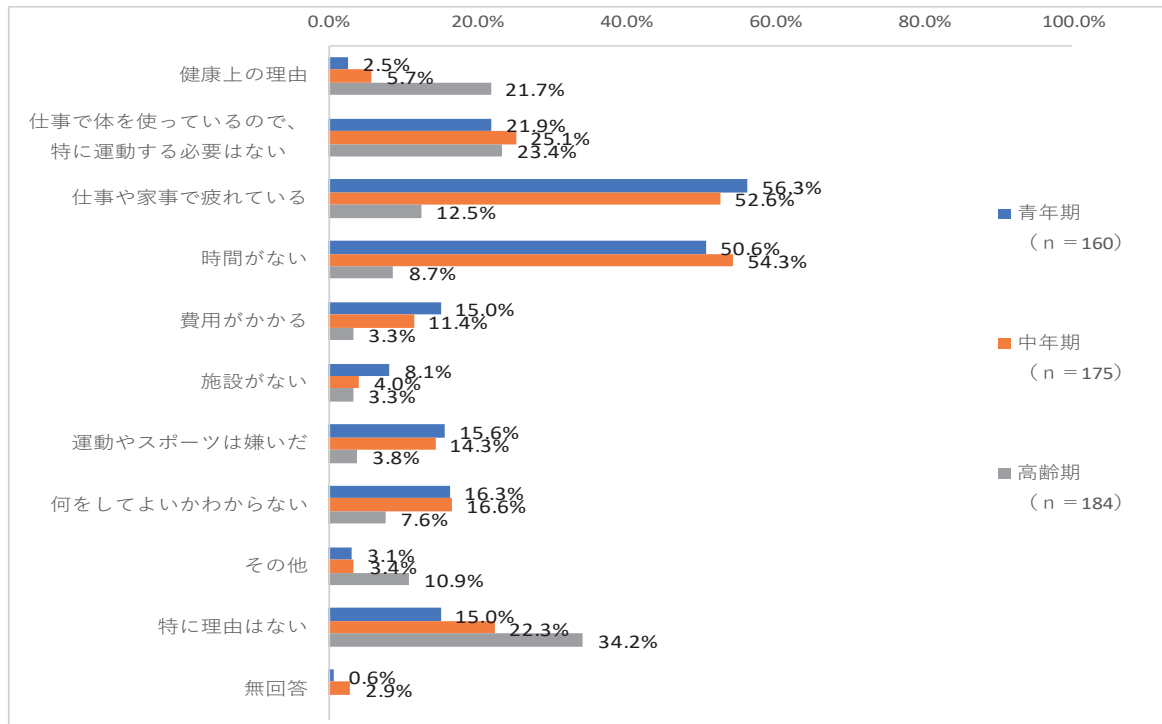


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

② 運動をしない理由

青年期・中年期では「仕事や家事で疲れている」「時間がない」が5割以上を占めています。高齢期では、「特に理由はない」が34.2%で最も高くなっています。すべての年齢層において「仕事で体を使っているので、特に運動する必要はない」と回答している人の割合が2割となっています。

《あなたが運動をしない理由は何ですか》

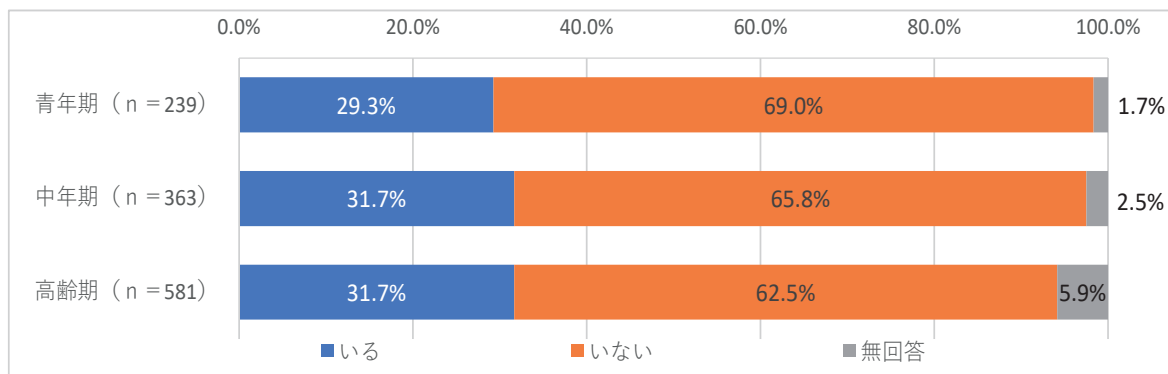


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

③ 運動をする仲間の有無

すべての年齢層において、運動する仲間が「いる」と回答した人は約3割、「いない」と回答した人は6割以上となっています。

《一緒に運動をする仲間はいますか》

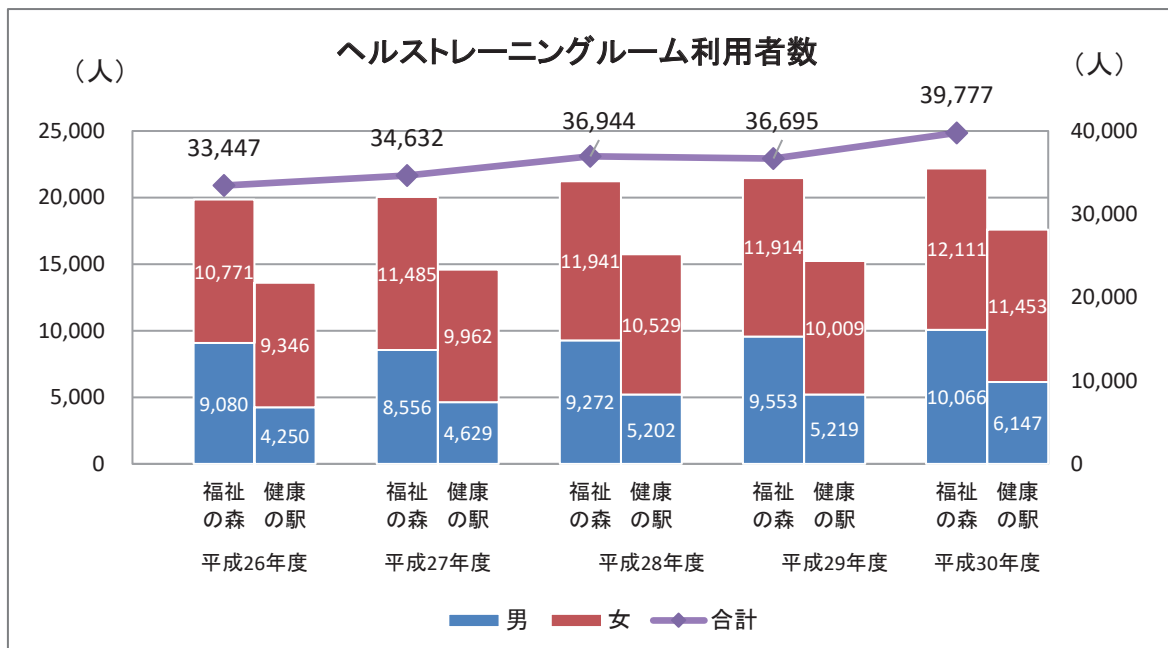


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

(2) トレーニングルーム（室）利用状況

① 古河福祉の森会館・総和福祉センター「健康の駅」内 ヘルストレーニングルーム

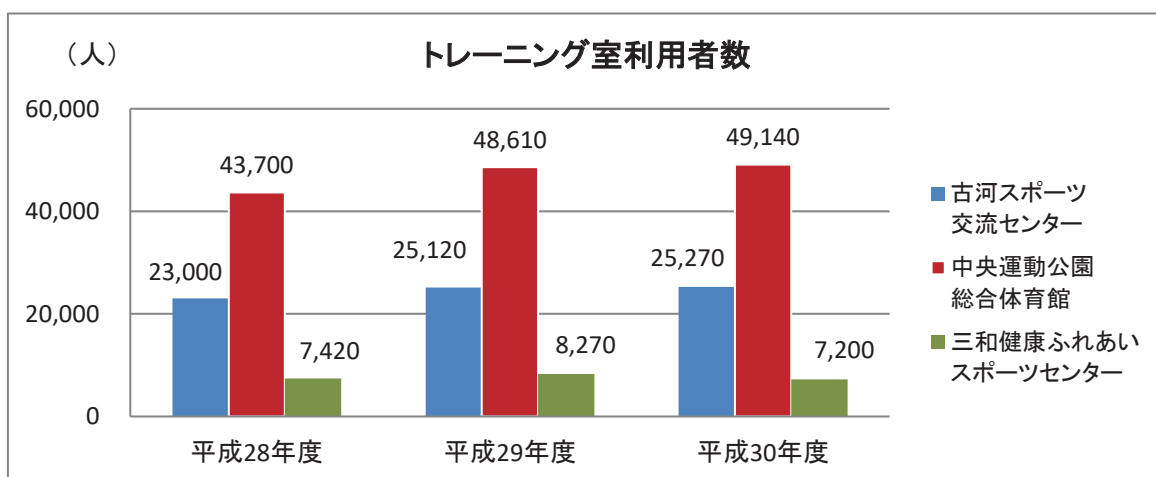
健康の保持増進や生活習慣病の予防・改善等を目的としたヘルストレーニングルームは、古河福祉の森会館・総和福祉センター「健康の駅」内の2か所にあります。利用者数は、男性よりも女性の利用が多く、緩やかに増加傾向で推移しています。



【出典：市保健事業概要】

② スポーツ施設内 トレーニング室

体力や筋力向上を目的としたトレーニング室は、古河スポーツ交流センター・中央運動公園園総合体育館・三和健康ふれあいスポーツセンター内の3か所にあります。利用者数は、三和健康ふれあいスポーツセンターは横ばいですが、古河スポーツ交流センター・中央運動公園園総合体育館の利用者数は増加傾向にあります。



【出典：スポーツ振興課実績】

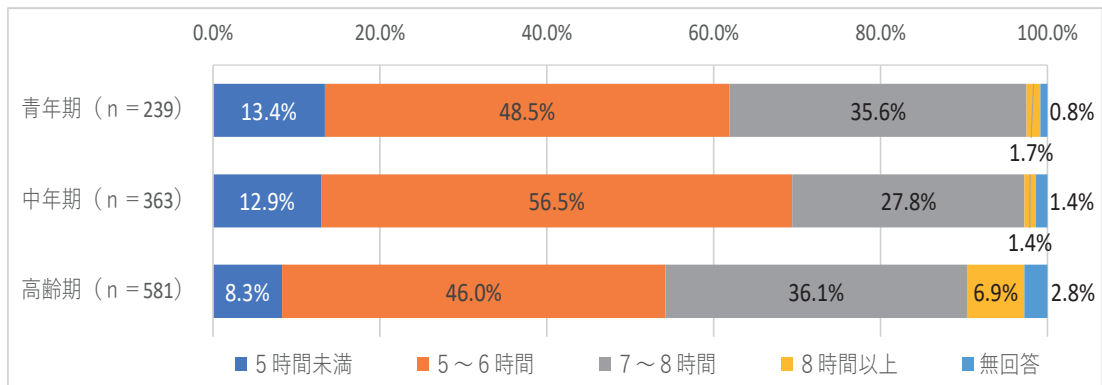
5 休養・こころの健康の状況

(1) 睡眠

① 睡眠時間

睡眠時間について「5～6 時間」と回答した人は約 5 割で最も多く、次いで「7～8 時間」「5 時間未満」の順となっています。青年期および中年期では「5 時間未満」が 1 割以上を占めています。

《ふだんの睡眠時間は、平均して 1 日およそ何時間ですか》

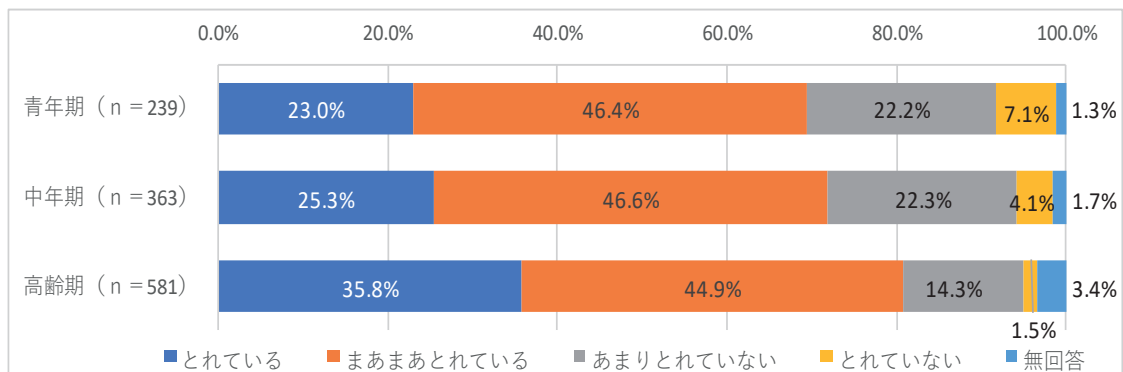


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

② 睡眠の充足度

睡眠時間について「あまりとれていない」「とれていない」と回答した人は、青年期 29.3%、中年期 26.4%、高齢期 15.8%となっており、青年期・中年期の働き盛りの世代で睡眠時間がとれていないと感じている人が多くなっています。

《睡眠時間は十分にとれていると思いますか》



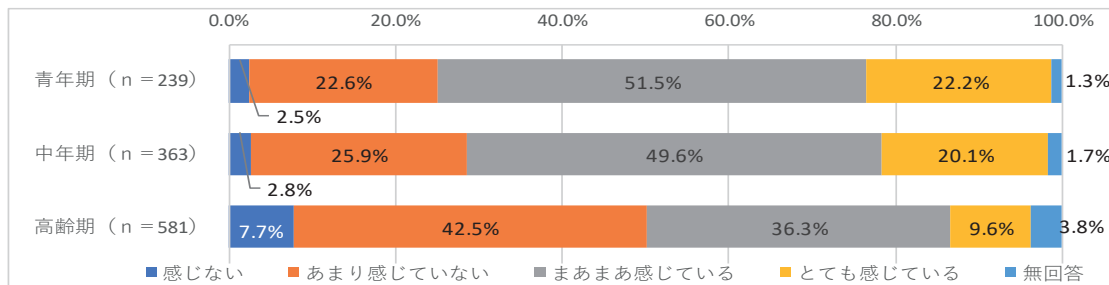
【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

(2) ストレス

① ストレスの有無

ストレスを「まあまあ感じている」「とても感じている」と回答した人は、青年期で 73.7%、中年期で 69.7%、高齢期で 45.9%と、青年期が最も高い状況となっています。

《あなたはふだん、ストレスを感じていますか》

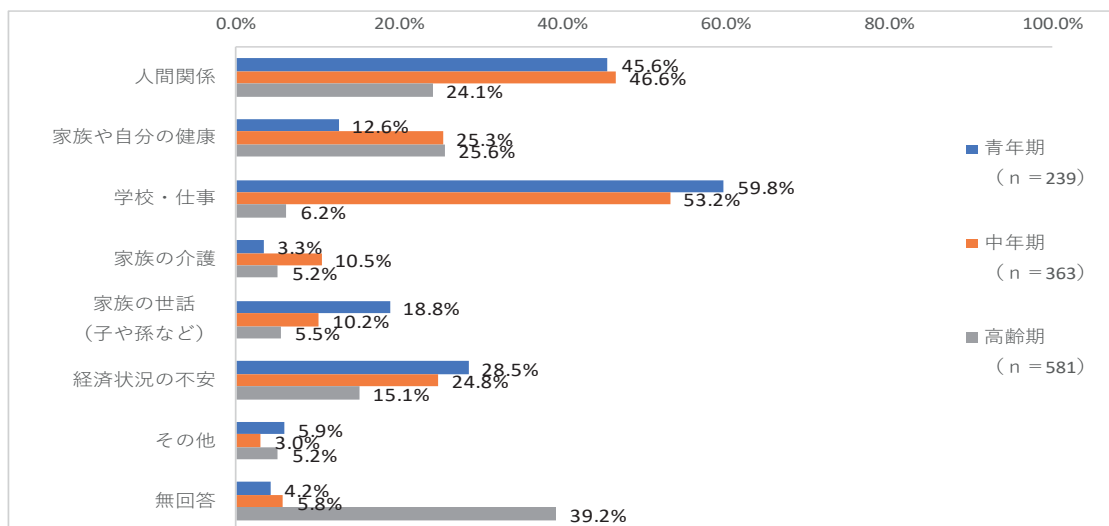


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

② ストレスの原因

青年期・中年期では「学校・仕事」と回答した人は 5 割以上を占めており、次いで「人間関係」「経済状況の不安」となっています。

《あなたはふだん、どんなことでストレスを感じていますか》

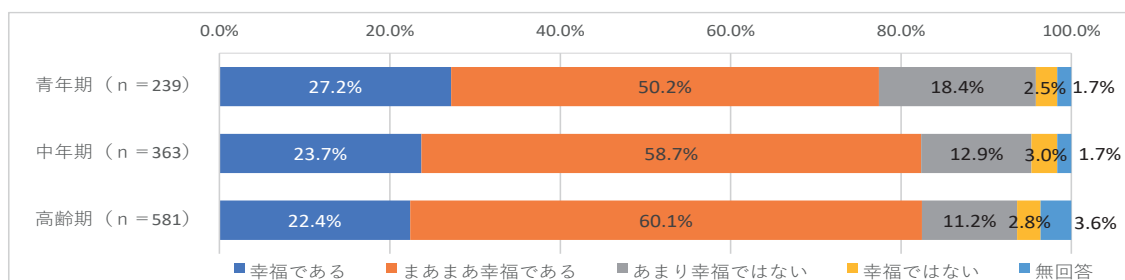


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

(3) 幸福感

すべての年齢層において「幸福である」「まあまあ幸福である」と回答した人は約 8 割を占めています。

《ご自分は幸福と感じていますか》

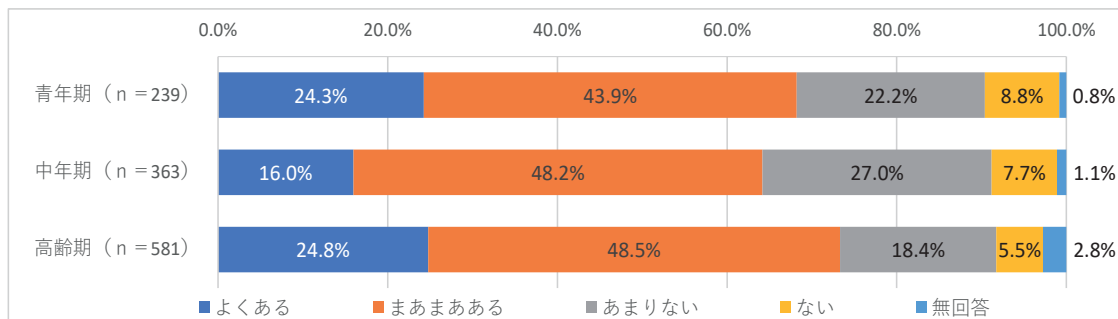


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

(4) ネットワーク

友人・近所の方とおつきあいについて「よくある」「まあまあある」と回答した人は高年齢期が73.3%と最も高く、次いで青年期68.2%、中年期64.2%となっています。

《友人・近所の方とおつきあいがありますか》

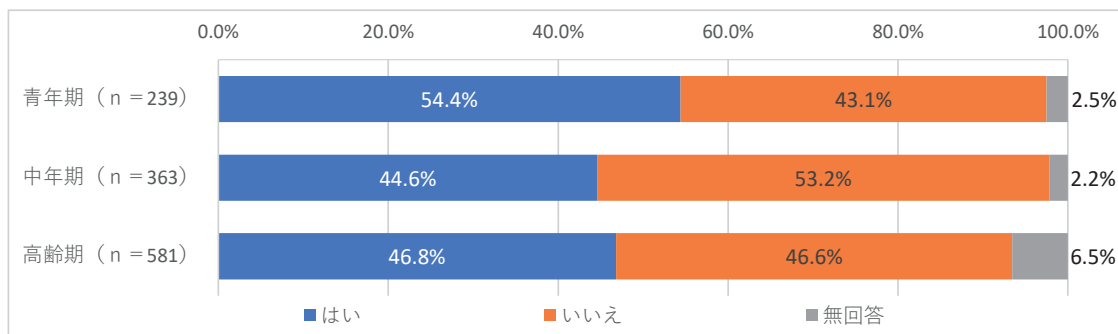


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

(5) 趣味の活動

趣味の活動をしている人は、青年期54.4%、中年期44.6%、高年齢期では46.8%となっています。

《趣味の活動をしていますか》

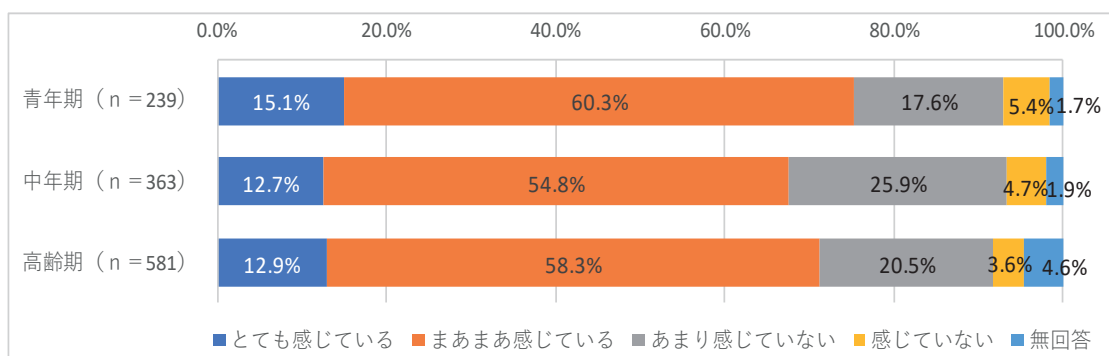


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

(6) 生きがい

生きがいについて「とても感じている」「まあまあ感じている」と回答した人は、青年期が75.4%と最も高く、次いで高年齢期71.2%、中年期67.5%となっています。

《現在どの程度の生きがい（喜びや楽しみ）を感じていますか》



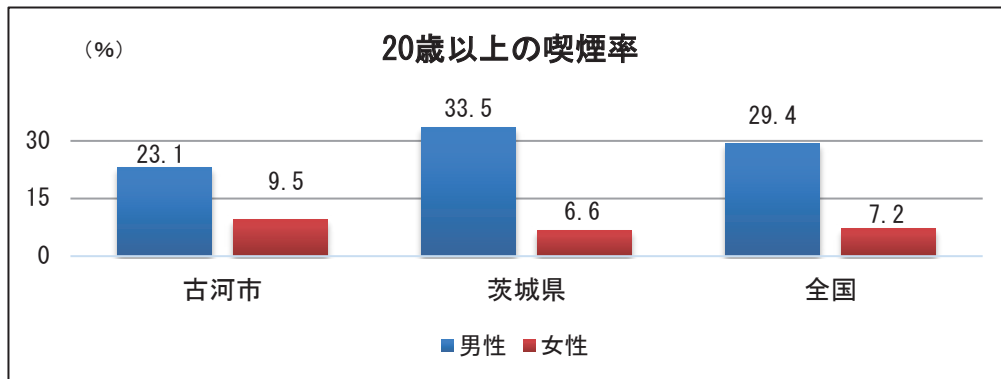
【出典：平成30年度市民健康意識調査】

6 禁煙・節酒の状況

(1) 喫煙率

20歳以上の喫煙者の割合は、男性 23.1%、女性 9.5%となっており、県・国と比較し女性の喫煙率が高くなっています。

男女別の喫煙率については、中年期の男性が 31.6%と最も高くなっています。女性では青年期・中年期がともに 13.2%と 1 割以上を占めています。

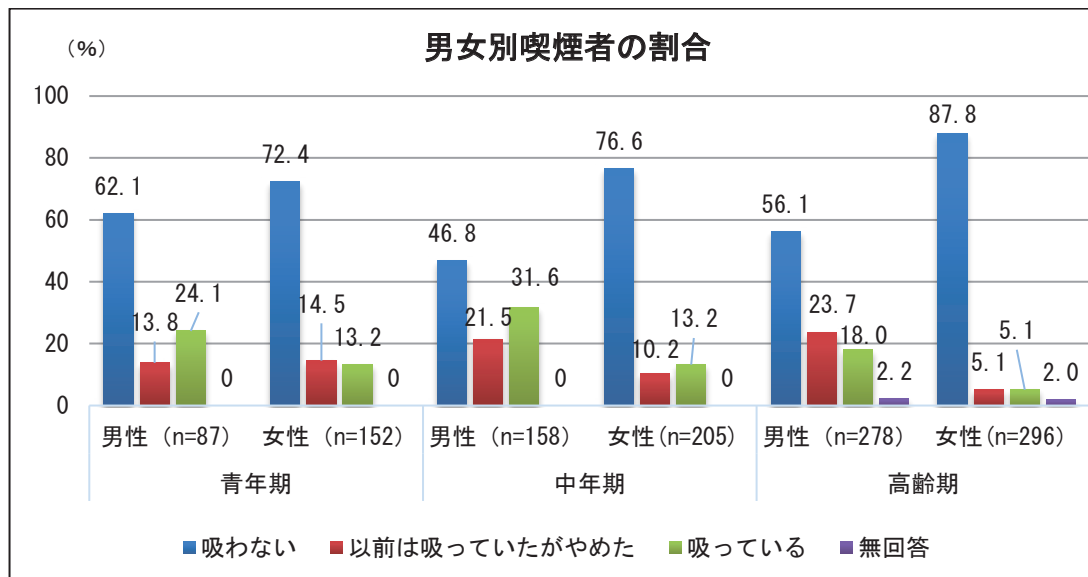


出典 古河市：平成30年度市民健康意識調査

茨城県：平成28年度茨城県がん対策推進モニタリング調査

全 国：平成29年度国民健康・栄養調査

《タバコを吸いますか(加熱式タバコ・電子タバコを含む)》

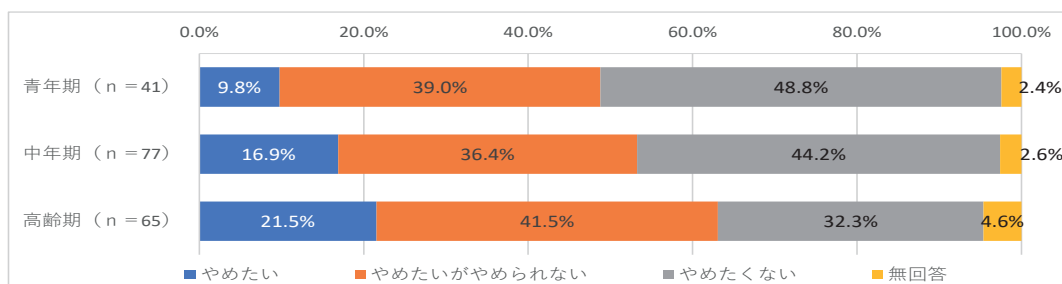


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

(2) 禁煙意志

年齢層が上がるにつれて、タバコを「やめたい」と回答した人の割合が高くなり、高齢期では2割以上を占めています。「やめたくない」と回答した人は、青年期では48.8%、中年期では44.2%、高齢期では32.3%となっています。「やめたいがやめられない」と回答した人の割合は、すべての年齢層において3割以上を占めています。

《タバコをやめたいと思いますか》



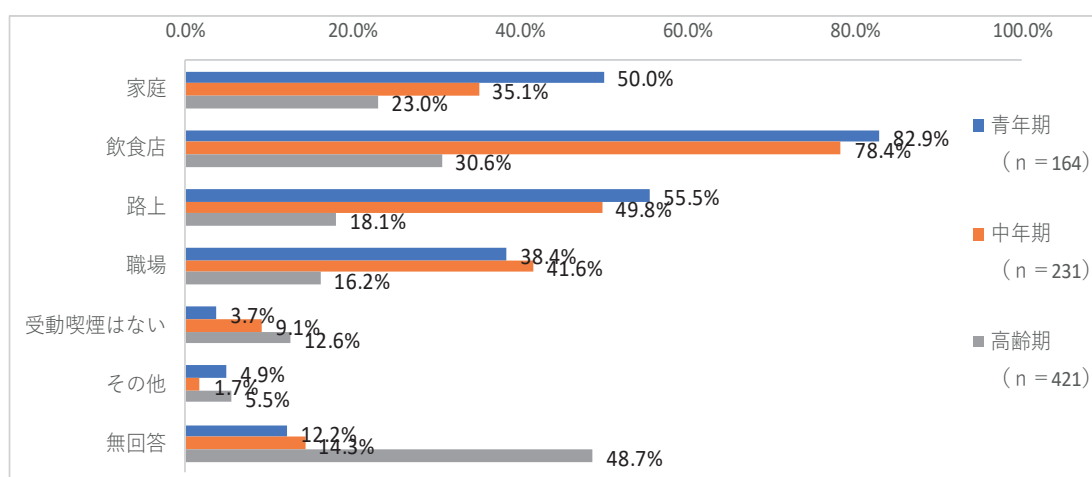
【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

(3) 受動喫煙の場所

青年期では「飲食店」82.9%、「家庭」50%、「路上」55.5%、「職場」38.4%の順に多く、中年期では「飲食店」78.4%、「路上」49.8%、「職場」41.6%、「家庭」35.1%となっています。

高齢期においては「無回答」以外はおおむね 3 割以下となっています。

《以下の場所でタバコの煙を吸ってしまった（受動喫煙）ことがありますか》



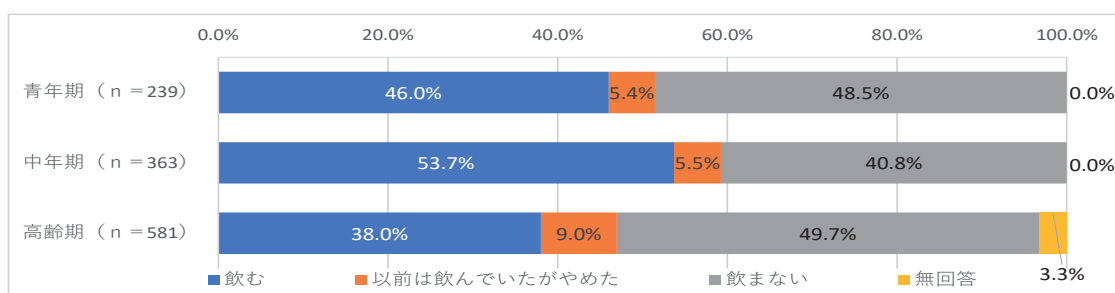
【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

(4) 飲酒について

① 飲酒の状況

「飲む」と回答した人は青年期 46.0%、中年期 53.7%、高齢期 38.0%となっており、中年期が高くなっています。

《ビールや日本酒などのお酒を飲みますか》

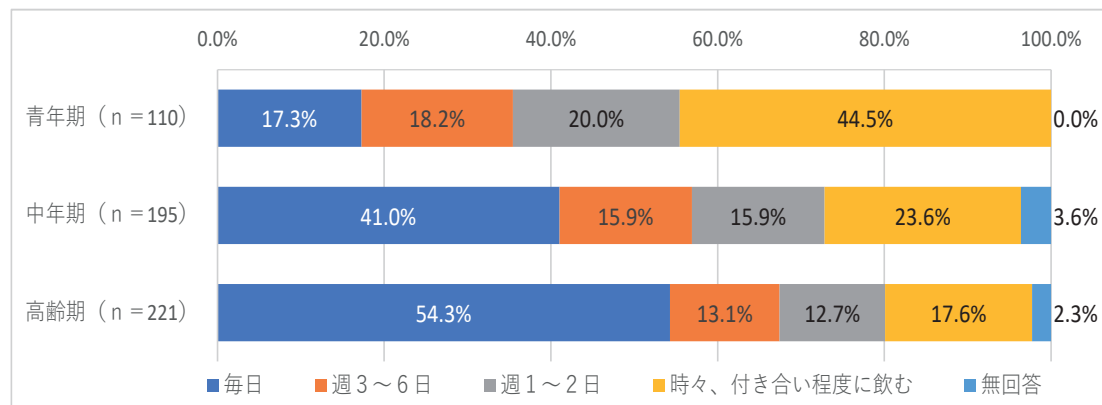


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

② 飲酒の頻度

お酒を飲む人については、年齢層が上がるにつれて、飲む頻度が高くなっており、高齢期では毎日飲む人が5割以上となっています。

《ビールや日本酒などのお酒をどのくらいの頻度で飲みますか》

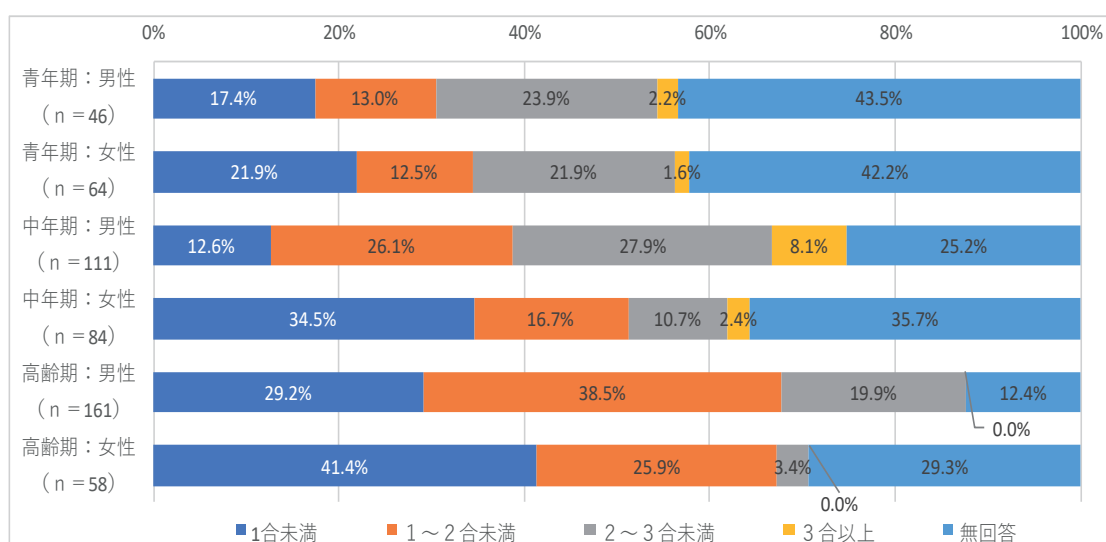


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

③ 飲酒の量

2合以上飲む男性は、中年期が35.4%と青年期、高齢期と比べ高く、またそのうち3合以上飲む人は8.1%となっています。1合以上飲む女性は、すべての年齢層において約3割を占めています。

《お酒を飲む日は、平均するとどのくらいの量を飲んでいきますか》



【出典：平成30年度市民健康意識調査】

7 歯・口腔の状況

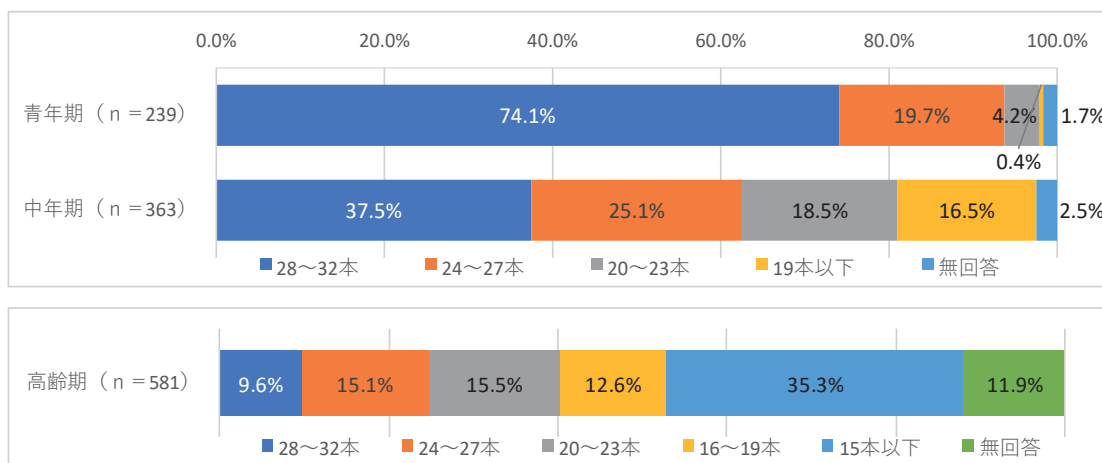
(1) 歯の本数

歯の本数について、青年期では「28 本～32 本」が 74.1%、中年期では「24 本以上」が 62.6%、高齢期では「20 本以上」が 40.2%となっています。

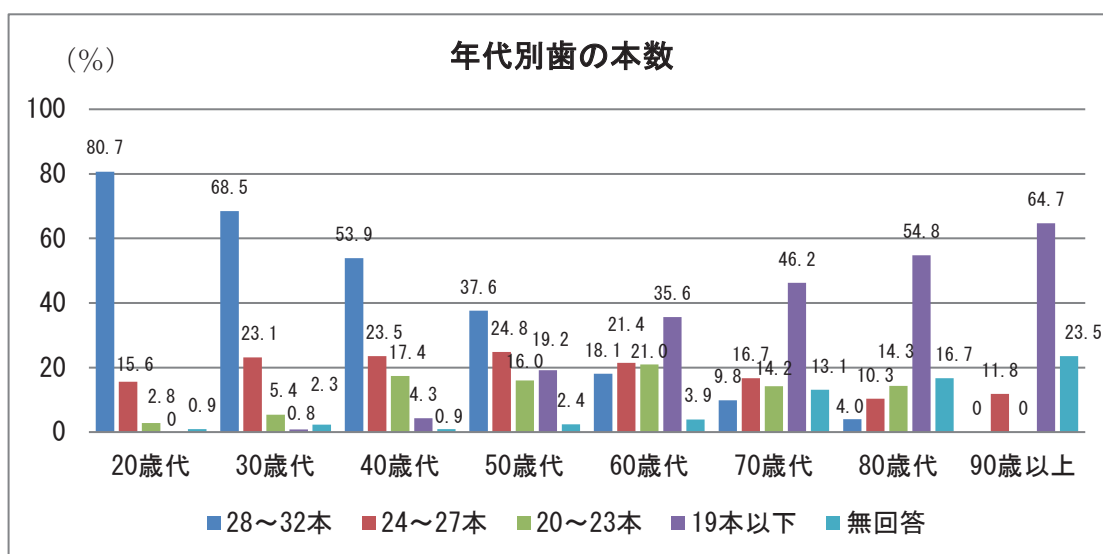
また、「24 本以上」は 40 歳代では 77.4%ですが、50 歳代では 62.4%、60 歳代では 39.5%と 60 歳代で大きく減少しています。70 歳代では「20 本以上」は 40.7%ですが、80 歳代では 28.6%となり 80 歳代で大きく減少しています。

「19 本以下」の割合は 50 歳代から増加傾向にあり、若い世代からの歯科保健対策が必要と思われます。

《あなたの歯は、現在何本ありますか》



【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】



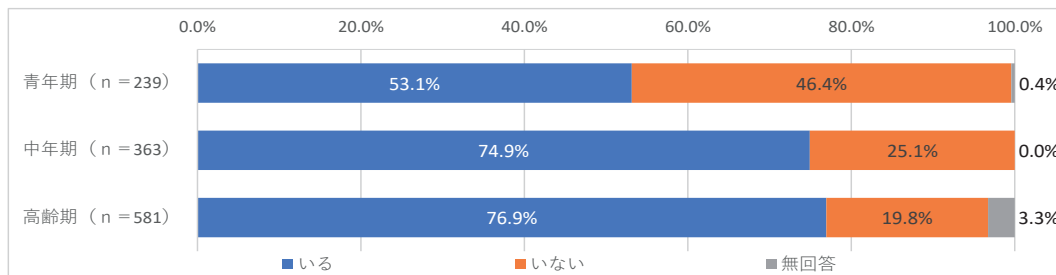
【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

(2) かかりつけ歯科医・歯科検診の受診状況

① かかりつけ歯科医の有無

中年期・高齢期ではかかりつけ歯科医が「いる」と回答した人は7割以上を占めています。青年期では53.1%となっており、他の年齢層に比べ低くなっています。

《かかりつけの歯科医がいますか》

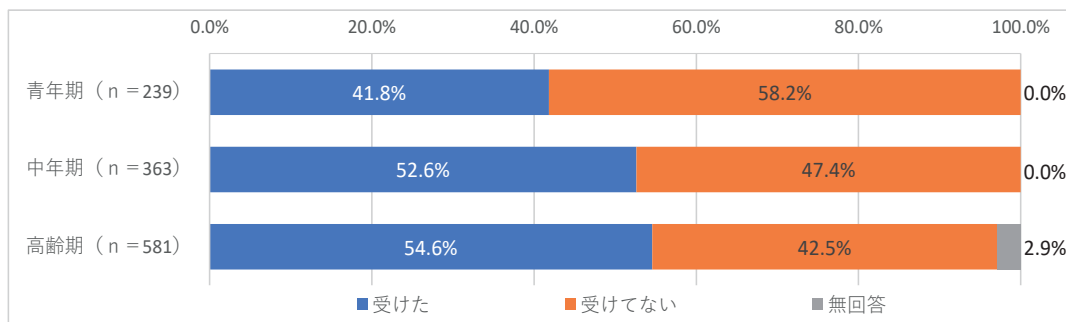


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

② 歯科検診の受診状況

中年期・高齢期では歯科検診を「受けた」と回答した人は5割を占めていますが、青年期では4割となっています。

《ここ1年以内に歯科検診を受けましたか》

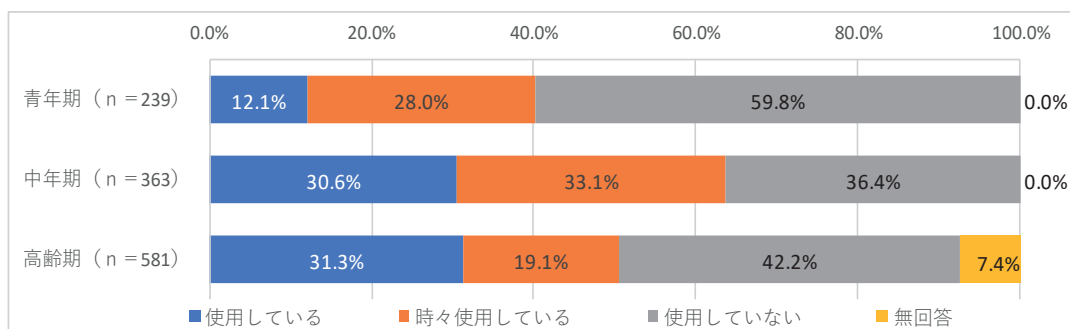


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

(3) 歯間部清掃用具の使用状況

歯間部清掃用具を「使用している」「時々使用している」と回答した人は、中年期で63.7%、高齢期で50.4%、青年期で40.1%と、青年期が低い状況となっています。

《歯間部清掃用具（デンタルフロスや歯間ブラシ等の歯と歯の間を清掃するための専用器具）を使用していますか》

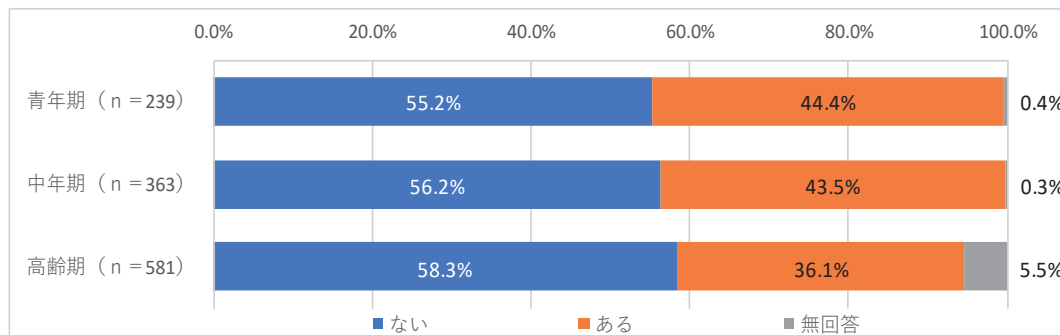


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

(4) 歯周病の自覚症状

歯周病の自覚症状が「ある」と回答した人は青年期においても4割を占めています。若い世代からの歯周病対策が必要と思われます。

《あなたは、歯周病の自覚症状がありますか》

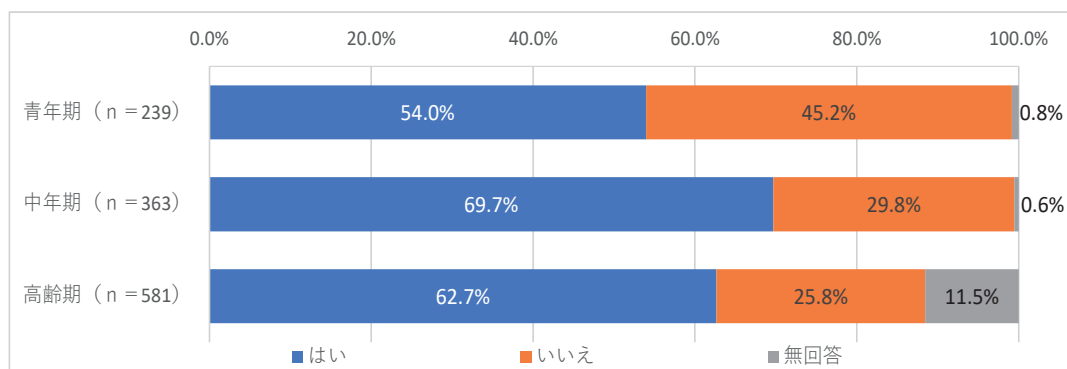


【出典：平成30年度市民健康意識調査】

(5) 歯周病予防と生活習慣病の関係の認知度

歯周病予防と生活習慣病の関係について「知っている(はい)」と回答した人の割合は、中年期・高齢期では6割以上を占めています。

《歯周病予防が生活習慣病予防になることを知っていますか》



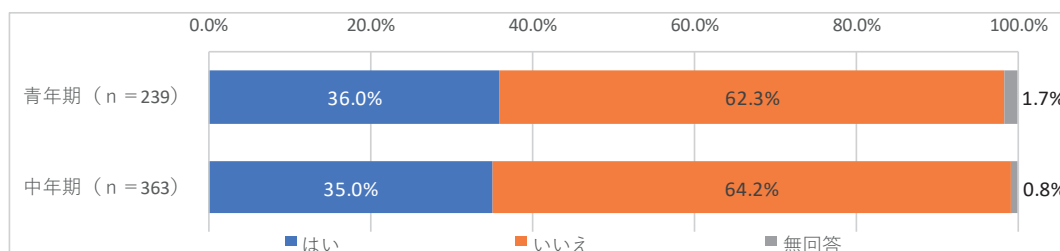
【出典：平成30年度市民健康意識調査】

(6) 6424・8020 の認知度

青年期・中年期では6424運動について「知っている（はい）」と回答した人は、約3割、高齢期では8020運動について「知っている（はい）」と回答した人は約4割となっています。

① 6424認知度

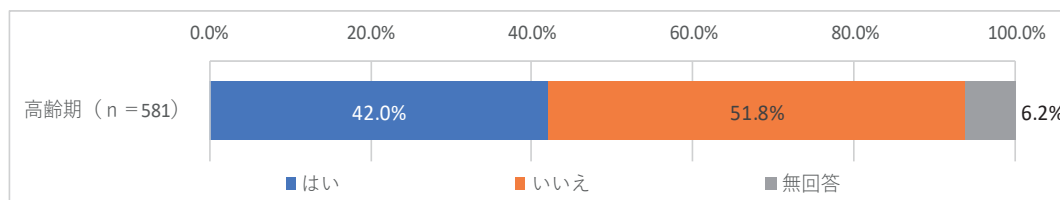
《「6424（ロクヨンニイヨン）運動」は、64歳になっても24本以上の自分の歯を保つという運動です。あなたは「6424運動」をご存じでしたか》



【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

② 8020 認知度

《「8020（ハチマルニイマル）運動」は、80歳になっても20本以上の自分の歯を保つという運動です。あなたは「8020運動」をご存じでしたか》



【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

8 母子保健の状況

(1) 妊娠届出と低出生体重児の状況

市の総人口の減少とともに出生数が減少しています。妊娠届出数も減少していますが、満11週以内に届け出をする割合は増加しています。

市の低出生体重児出生率は県に比べて低い状況です。

① 妊娠届出状況

妊娠届出数は年々減少しています。平成29年度妊娠届出状況によると、満11週以内の届出は92.0%と県や全国に比べて、少ない状況になっています。20歳未満の届出数は市が2.7%、県が1.9%となっており、県に比べ多くなっていますが、平成30年度は1.9%とやや低下してきています。

(単位：人)

年度	妊娠届出者数	左の内訳						20歳未満の届出(再掲)	35歳以上の届出(再掲)
		満11週以内	満12～19週	満20～27週	満28週以上	出生後	不詳		
平成26年	1,098	1,015 (92.4%)	63	13	5	2	0	28 (2.6%)	201 (18.3%)
平成27年	1,082	1,016 (93.9%)	54	7	4	1	0	37 (3.4%)	216 (20.0%)
平成28年	1,086	989 (91.1%)	76	9	7	5	0	28 (2.6%)	219 (20.2%)
平成29年	975	897 (92.0%)	59	12	6	1	0	26 (2.7%)	191 (19.6%)
平成30年	927	878 (94.7%)	38	8	3	0	0	18 (1.9%)	186 (20.1%)

【出典：市保健事業概要】

【平成29年度 妊娠届出状況】

(単位：人)

	妊娠届出者数	左の内訳						20歳未満の届出(再掲)
		満11週以内	満12～19週	満20～27週	満28週以上	出生後	不詳	
古河市	975	897 (92.0%)	59 (6.1%)	12 (1.2%)	6 (0.6%)	1 (0.1%)	0 (0%)	26 (2.7%)
茨城県	21,138	19,785 (93.6%)	963 (4.6%)	212 (1.0%)	116 (0.5%)	44 (0.2%)	18 (0.1%)	405 (1.9%)
全国	986,003	916,723 (93.0%)	52,823 (5.4%)	7,138 (0.7%)	3,852 (0.4%)	2,115 (0.2%)	3,352 (0.3%)	

【出典：平成29年度地域保健報告】

② 低出生体重児出生率の比較

体重別にみると、2,500g未満の低出生体重児出生割合は、市が8.1%となっており県の9.4%に比べ低くなっています。

【平成28年度出生数・出生時体重別構成割合】

(単位：人)

	出生 総数	低出生 体重児 数	体重内訳					
			1,500g 未満	1,500～ 2,000g 未満	2,000～ 2,500g 未満	2,500～ 3,000g 未満	3,000g～ 3,500g 未満	3,500g 以上
古河市	1,015	82 (8.1%)	8 (0.8%)	8 (0.8%)	66 (6.5%)	396 (39.0%)	423 (41.7%)	114 (11.2%)
茨城県	20,878	1,955 (9.4%)	162 (0.8%)	240 (1.2%)	1,553 (7.4%)	8,150 (39.0%)	8,555 (41.0%)	2,218 (10.6%)

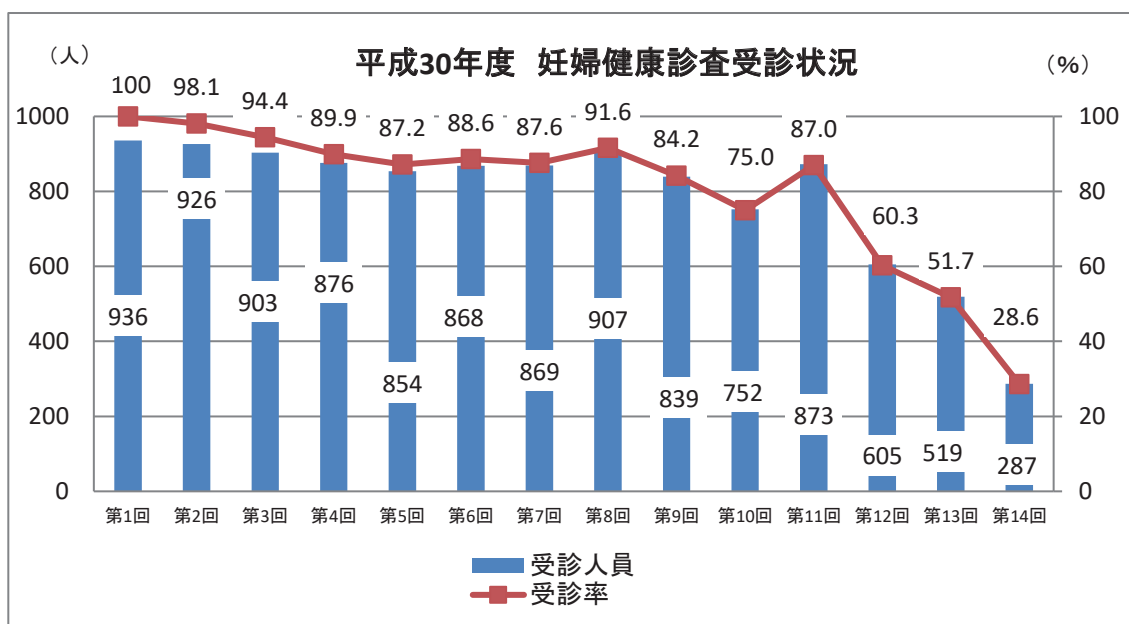
【出典：平成28年度茨城県保健福祉統計年報】

(2) 健康習慣づくり

乳幼児健康診査受診率は、集団での乳幼児健康診査では95%以上を維持しており、医療機関での個別健康診査の受診率も向上してきています。生活リズムは3歳児においても、21時以降に寝ている子が多く年齢層が上がるにしたがって、寝る時間が遅くなっています。また、小学校5年・中学校2年において、男子は肥満の割合が高くなっています。健やかな発育・発達のためには正しい情報を提供していく必要があります。

① 妊婦健康診査受診状況

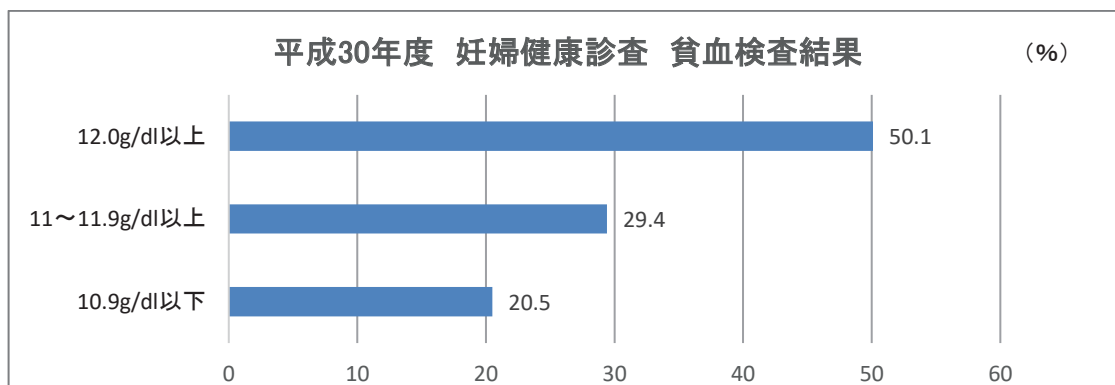
安定した妊娠期間を送り、より安全に出産を迎えるためには、早期に妊娠届出をし、定期的に妊婦健康診査を受診する必要があります。平成30年度の妊婦健康診査受診率の平均は80%となっています。



【出典：市保健事業概要】

② 貧血

貧血検査の結果、異常なし(12.0g/dl 以上)の者の割合は 50.1%であり、要医療(10.9g/dl 以下)の者の割合は 20.5%となっています。



【出典：妊婦健康診査結果】

③ 産婦健康診査受診率

産後 2 週間頃の健康診査を実施していない産科医療機関があるため、第 1 回健診受診率は第 2 回と比較すると低くなっています。

※受診券を利用した受診者数のみ計上

平成 30 年度	対象人数	受診人数	受診率 (%)
第 1 回 (産後 2 週間頃)	968	676	69.8
第 2 回 (産後 1 か月頃)	968	777	80.3

【出典：市保健事業概要】

④ 乳幼児健康診査受診率

乳幼児健康診査受診率は、集団で実施している 3～4 か月児健康診査、1 歳 6 か月児健康診査、3 歳児健康診査については、未受診者に対する細やかな受診勧奨等の結果、95%以上を維持しており、医療機関で実施している乳児委託健康診査は、周知の徹底により向上してきています。

(単位：%)

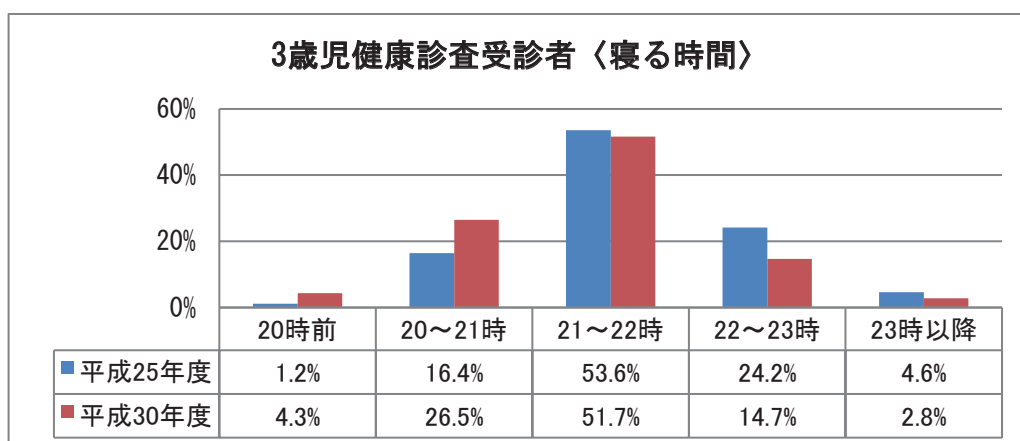
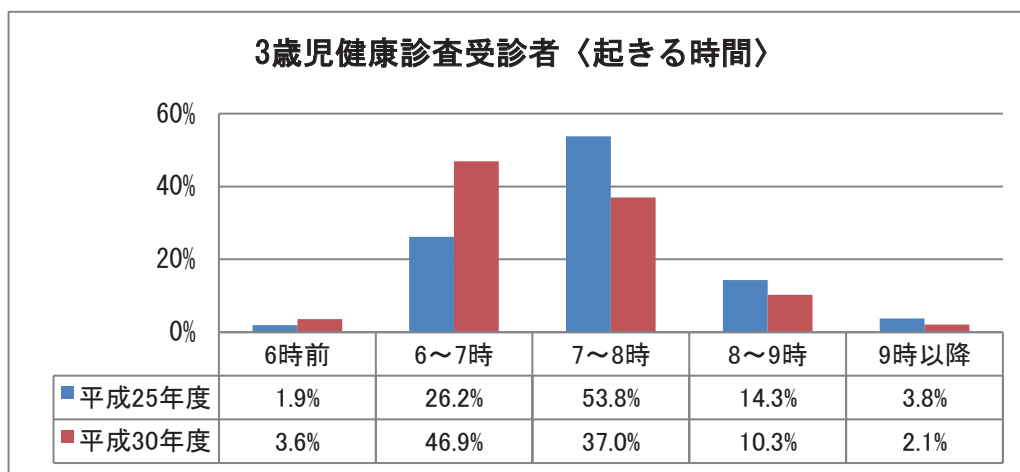
年度	3～4 か月児健診	9～11 か月児健診 (乳児委託健康診査)	1 歳 6 か月児健診	3 歳児健診
平成 26 年度	98.9	64.8	95.4	96.0
平成 27 年度	97.2	60.5	97.0	96.9
平成 28 年度	99.2	61.6	98.1	97.3
平成 29 年度	97.6	77.6	97.7	96.8
平成 30 年度	96.4	87.8	97.2	97.9

【出典：市保健事業概要】

⑤ 生活リズム

《3 歳児健康診査受診者の起きる時間・寝る時間》

平成 30 年度に 3 歳児健康診査を受診した児で、7 時までに起きる子は 50.5%、21 時まで寝る子は 30.8%となっています。平成 25 年度と比較して早寝早起きの傾向にあり、生活リズムが改善されてきています。



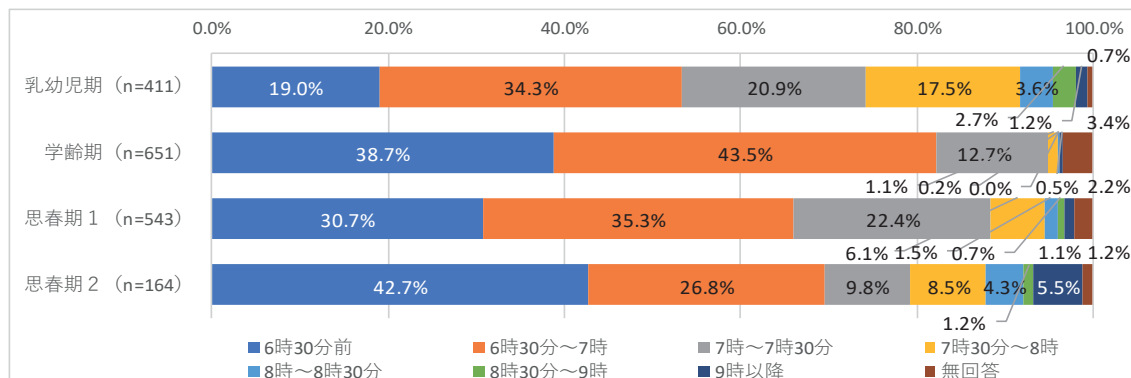
【出典：3歳児健康診査結果】

《乳幼児期から20歳未満の起床時間と就寝時間》

起床時間については、乳幼児期は7～8時に起きる割合がほかの年齢層より高くなっており、学齢期以降は登校時間の関係で7時までに起きる割合が高くなっています。

就寝時間については、年齢層が上がるにつれ遅くなっていく傾向にあります。乳幼児期は「21～22時」が半数以上を占めており、「23時以降」は学齢期19.2%、思春期1は63.8%、思春期2は64.6%となっています。

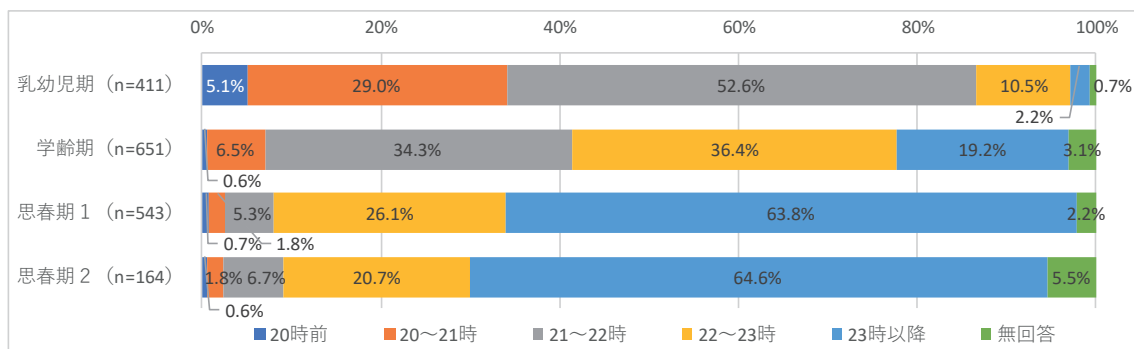
(ア) 起床時間



【出典：平成30年度市民健康意識調査】

※ 学齢期とは小学5年生、思春期1とは中学2年生、思春期2とは16～19歳の方を対象としています（以下同じ）。

(イ) 就寝時間

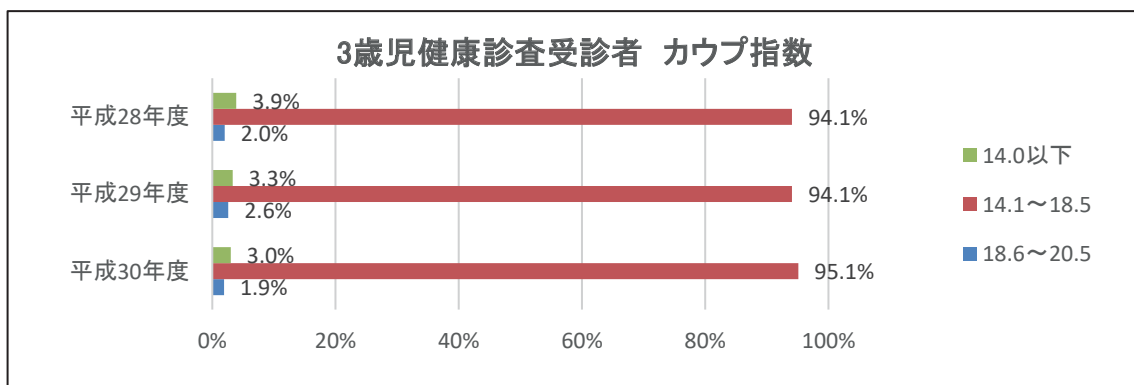


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

⑥ 肥満

3 歳児健康診査受診者では、95%前後の人は「普通」となっており、カウプ指数が 18.6 以上の太り気味・太りすぎは 2%前後で推移しています。学齢期以降、年齢層が上がるにつれ、「やせ」「やせ気味」「低体重」の割合が多くなっています。「肥満気味」「肥満」については学齢期と思春期 2 での割合が多くなっています。

《3 歳児健康診査 カウプ指数 (※)》

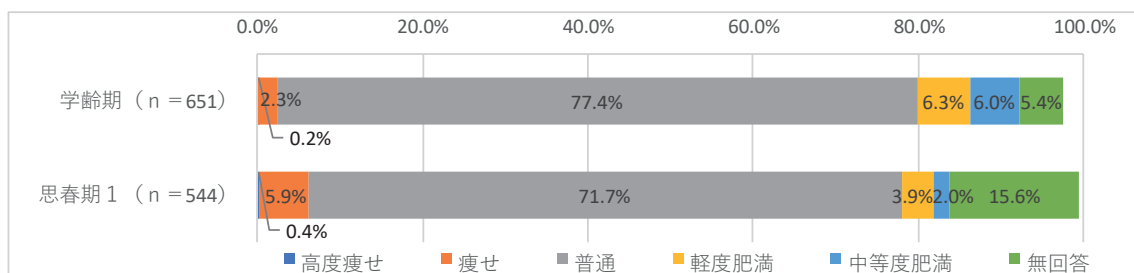


【出典：3 歳児健康診査結果】

※カウプ指数とは、体格指数のこと

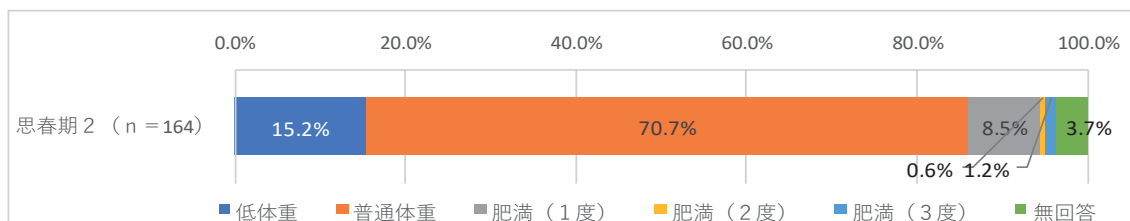
《計算式》(体重 g ÷ 身長 cm の 2 乗) × 10 《判定》 14.0 以下：やせ気味・やせすぎ
14.1 以上 18.5 以下：普通
18.6 以上：太り気味・太りすぎ

《学齢期・思春期 1 肥満度に基づくグラフ》



【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

《16～19 歳 BMI (※) に基づくグラフ》

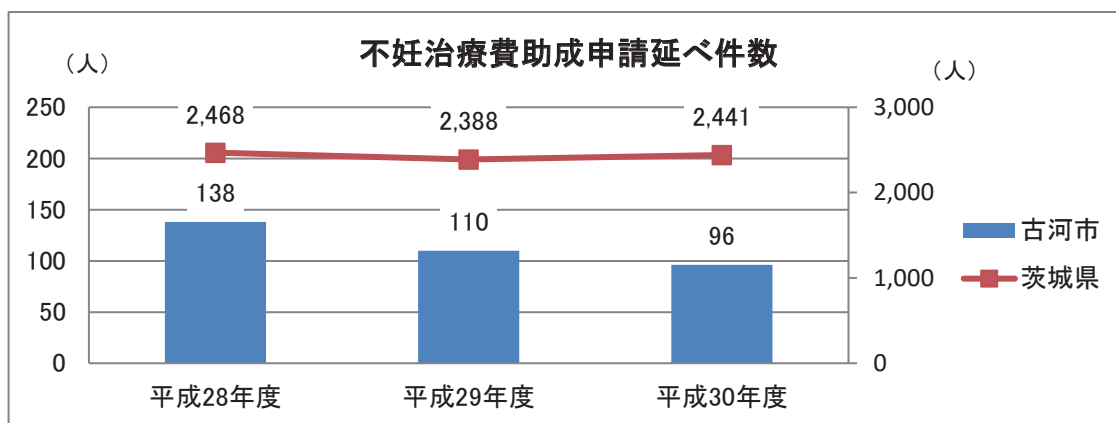


※ P24 を参照

【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

⑦ 不妊治療

不妊治療助成申請件数は、県では年度により増減がありますが、市への申請件数は減少しています。



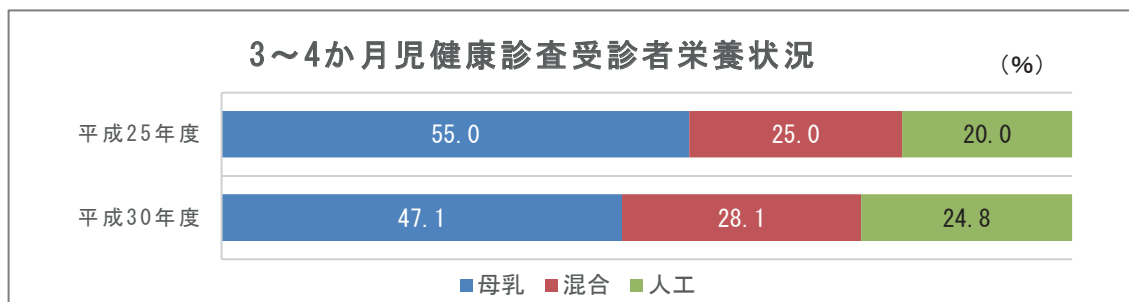
【出典：2019 年度保健所・市町村母子保健担当者会議資料】

(3) 栄養・食生活

毎日朝食を食べている割合は、年齢層が上がるにつれ少なくなっています。家族と一緒に食事をする「共食」の割合は、年齢層が上がるにつれて低くなっています。乳幼児期より健康な食習慣を習得するとともに、食を取りまく社会環境を整えていくことが大切です。

① 3～4 か月児健康診査受診者で母乳栄養の割合

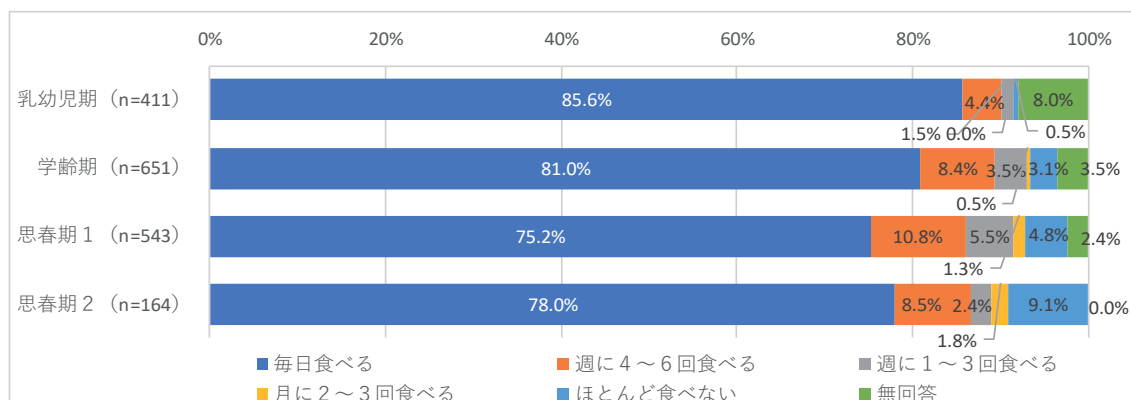
平成 30 年度に 3～4 か月児健康診査を受診した者のうち母乳栄養の者の割合は、47.1% で平成 25 年度より少なくなっています。



【出典：3～4 か月児健康診査問診票】

② 毎日朝食を食べている子の割合

約 8 割が毎日朝食を食べていますが、年齢層が上がるにつれ「ほとんど食べない」が多くなっており、思春期 2 では 9.1% となっています。

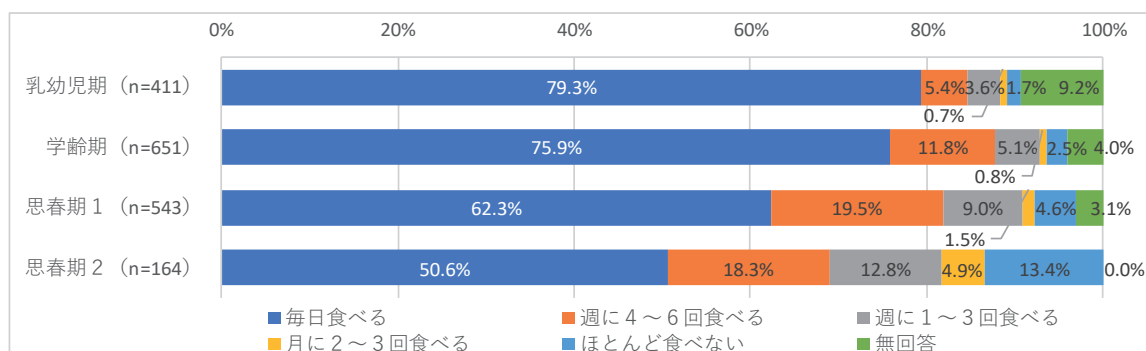


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

③ 家の人と普段、夕食を一緒に食べる子の割合（共食）

家族が食卓を囲んで共に食事を取りながらコミュニケーションを図る「共食」が、子どもの健全な食生活を育みます。

家の人と普段、夕食を一緒に食べる子の割合は、年齢が上がるにつれて少なくなっており、毎日食べる子の割合は、学齢期は 75.9%、思春期 1 では 62.3%、思春期 2 では 50.6% となっています。

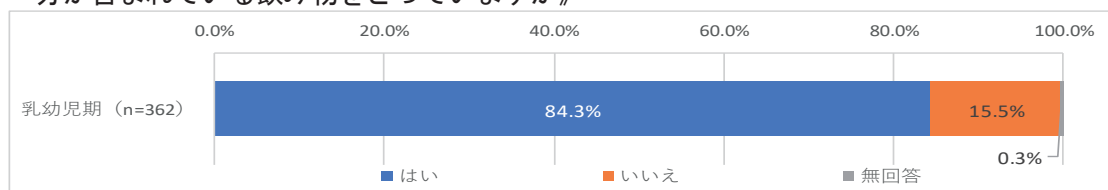


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

④ 間食（おやつ）の種類

チョコレートなどの甘味食品や糖分が含まれている飲み物をとっている幼児が 8 割以上となっています。

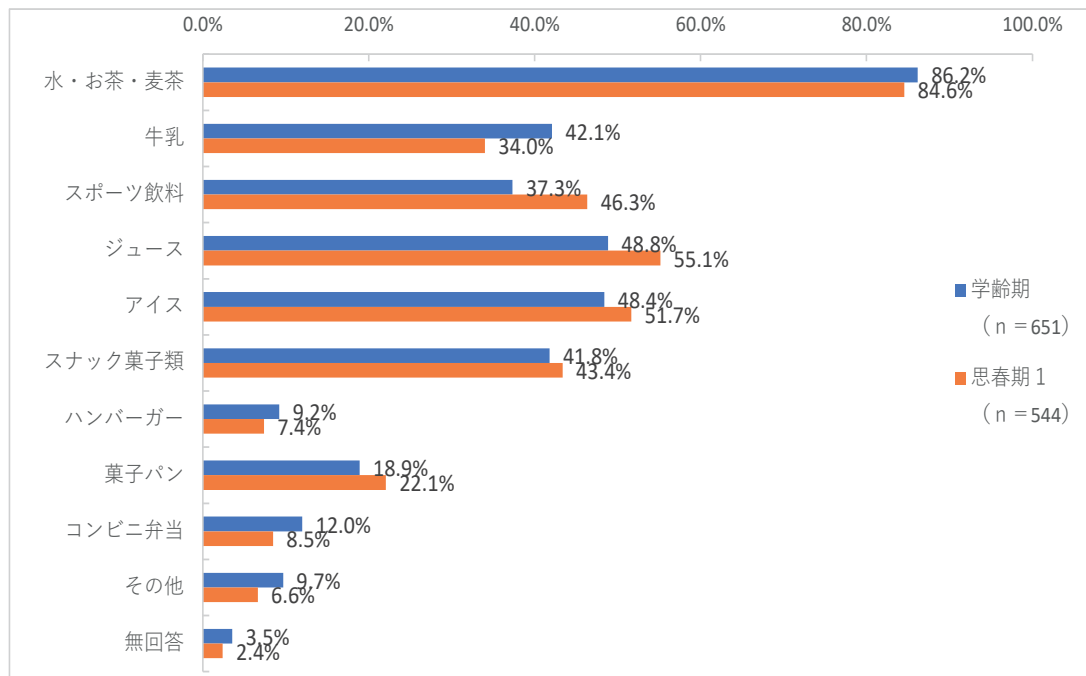
《お子様は、間食にチョコレートなどの甘味食品やスポーツドリンク・ジュース等の糖分が含まれている飲み物をとっていますか》



【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

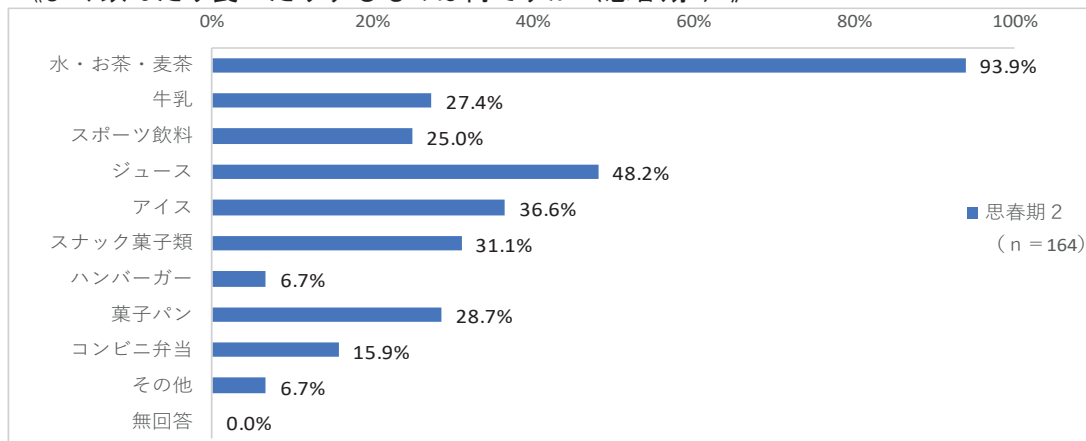
よく飲んだり食べたりするものは、学齢期・思春期 1 とともに、飲み物では「水・お茶・麦茶」が最も多く、次いで「ジュース」「スポーツ飲料」が多くなっています。食べ物では「アイス」「スナック菓子」が多くなっています。思春期 2 では、「水・お茶・麦茶」が 93.9% で最も高く、次いで「ジュース」48.2%、「アイス」36.6%、「スナック菓子」31.1% の順となっています。

《よく飲んだり食べたりするものは何ですか（学齢期・思春期 1）》



【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

《よく飲んだり食べたりするものは何ですか（思春期 2）》



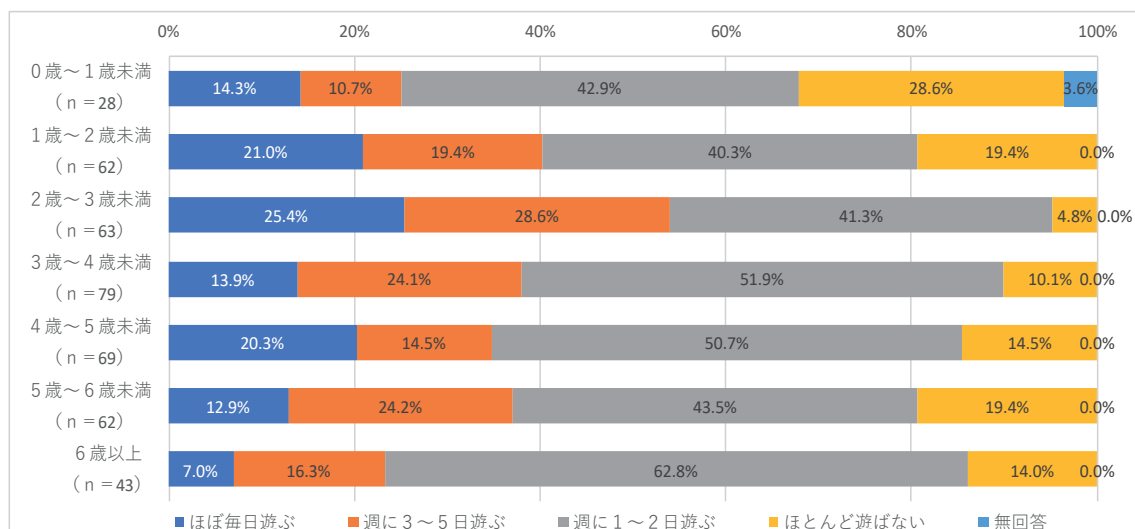
【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

（４）身体活動・運動

子どもの遊びや運動は、心身の発達を促すだけでなく、社会性や協調性を養い、生活リズムも整えます。5～17 歳に分類される子ども・未成年者は 1 日あたり 60 分の身体活動を毎日行うこととされています。古河市の小学生の 1 週間の総運動時間は県・国に比べ低くなっており、中学生はほぼ同じ状況になっています。思春期 2 では運動しない人が多くなっています。

① 乳幼児期の外遊びの頻度

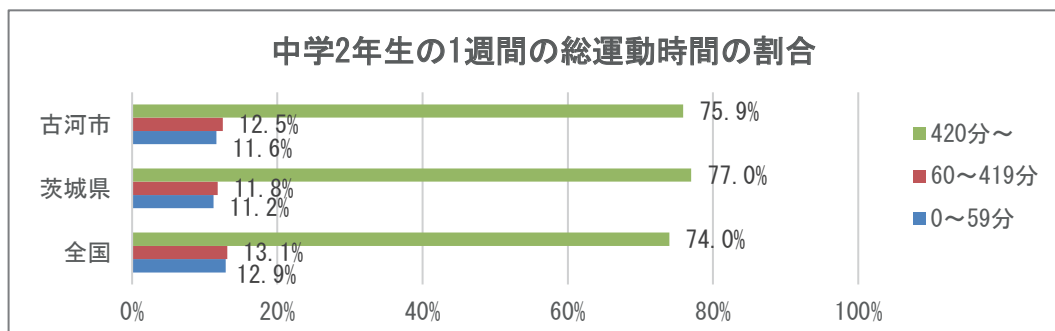
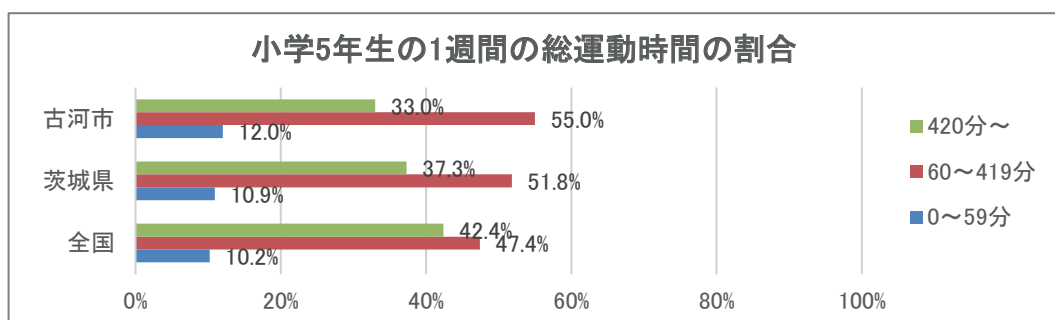
すべての年齢において、週に1～2日遊ぶ人が多くなっています。ほとんど遊ばない人も1歳未満を除き4.8～19.4%います。



【出典：平成30年度市民健康意識調査】

② 小・中学生の運動時間

小学生の1週間の総運動時間420分以上の割合は、県・国に比べ低くなっており、59分以下の割合は高くなっています。中学生の1週間の総運動時間は県・国と比べてほぼ同じになっています。

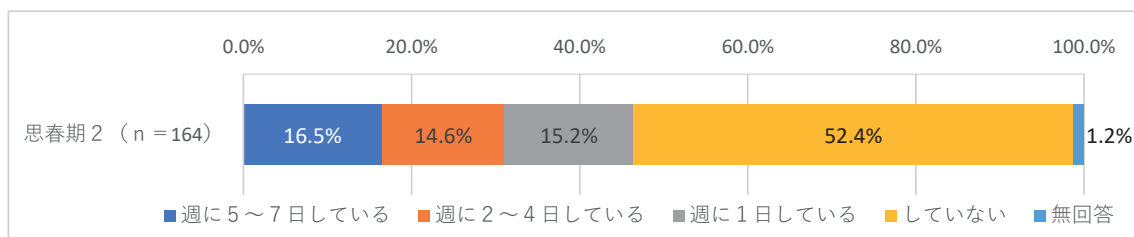


【出典：全国学力・運動能力・運動習慣等調査】

③ 思春期2の授業以外での定期的な運動

思春期2で、体育の授業以外に定期的に運動をしていない人は52.4%となっており、最も多くなっています。

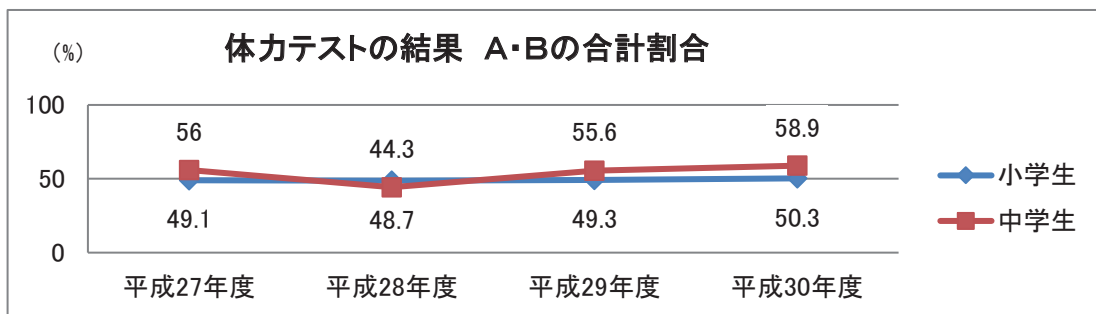
《体育の授業以外に定期的に運動をしていますか》



【出典：平成30年度市民健康意識調査】

④ 体力テスト

小・中学生ともに体力テストでA・B(※)の割合は、ほぼ横ばいです。



【出典：市教育総務課体力テスト結果】

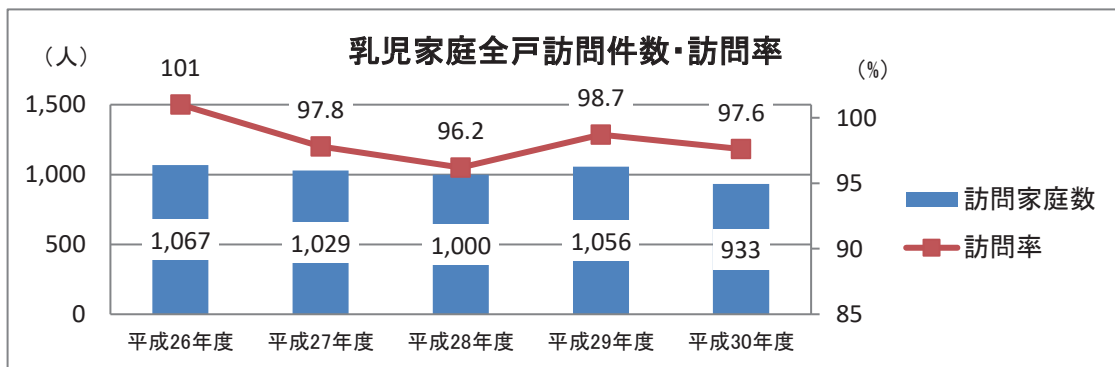
※「体力テスト結果A・B」とは、総合得点が、Aは47点以上、Bは41～46点のこと

(5) 休養・こころの健康

乳幼児の親がゆとりを持ち子育てを楽しむためには、支援が必要な家庭を早期に把握し、気軽に相談できる場所等の情報提供を行い、子育てについて安心感を得られるような支援が必要です。また、長時間テレビや動画を見せないことも大切です。

① 乳児家庭全戸訪問

生後4か月までの乳児のいるすべての家庭への訪問（乳児家庭全戸訪問）件数・訪問率は97%前後を推移しており、平成30年度は97.6%となっています。乳児家庭の孤立を防ぐためにも全戸訪問を実施し、支援が必要な家庭に対して適切なサービスへつなげることが必要です。

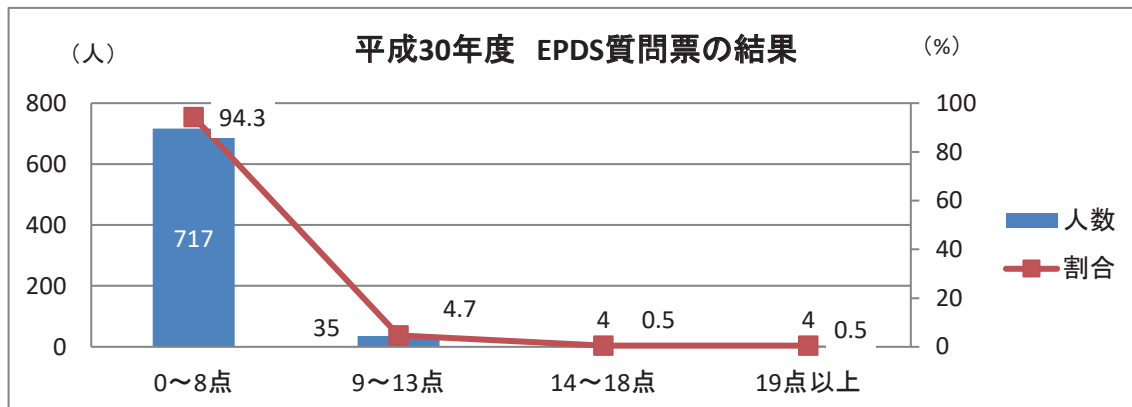


【出典：市保健事業概要】

② エジンバラ産後うつ病質問票（EPDS）（※）の結果

EPDS で高得点となるのは、産後うつ病の他、何らかの精神的な問題を抱えるために育児に支障をきたし、虐待のリスクを持つ母親も高得点になるといわれています。乳児家庭全戸訪問で EPDS を実施した結果、9 点以上の産婦は 5.7%となっています。

※EPDS 点数：30 点中 9 点以上 うつ病リスク軍としてスクリーニング



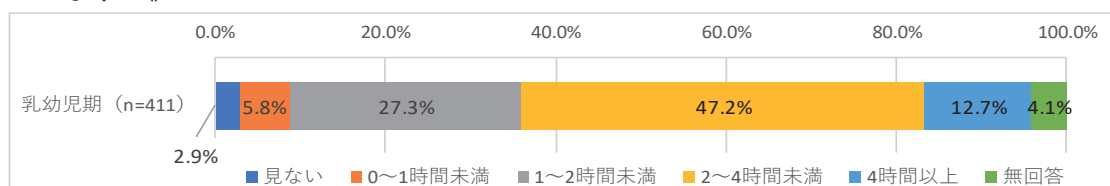
【出典：平成 30 年度 EPDS 質問票調査結果】

③ ソーシャルメディア

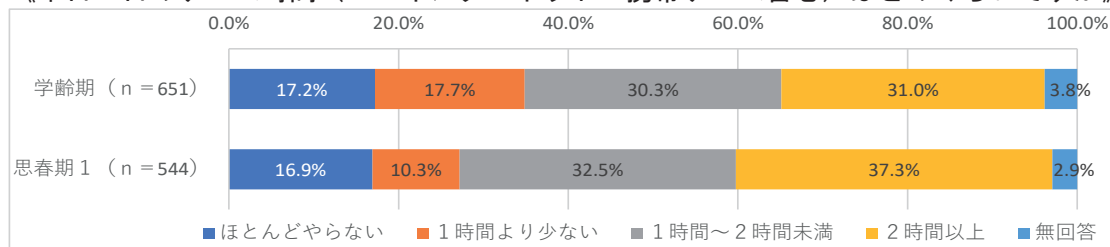
■ テレビや動画の視聴時間

乳幼児期でテレビや動画を 1 日あたり 2 時間以上見ている子の割合は 59.9%となっています。学齢期の平日 1 日のゲーム時間（DS・インターネット・携帯ゲーム含む）は 31.0%、思春期 1 は 37.3%で、思春期 2 の平日 1 日のゲーム時間（DS・携帯ゲーム含む）は 25.0%となっています。

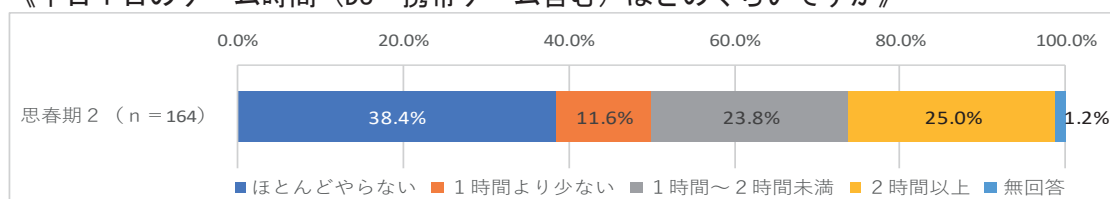
《お子様はテレビや動画（DVD・スマートフォン・タブレットなど）を 1 日どのくらい見ていますか》



《平日 1 日のゲーム時間（DS・インターネット・携帯ゲーム含む）はどのくらいですか》



《平日 1 日のゲーム時間（DS・携帯ゲーム含む）はどのくらいですか》

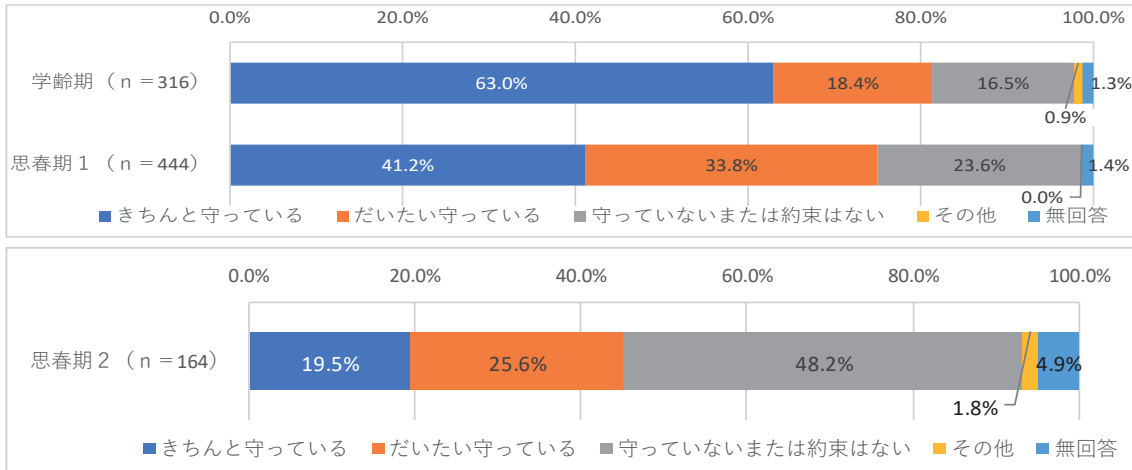


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

■ 携帯電話やスマートフォンの使い方について

携帯電話やスマートフォンの使い方について、家の人と約束を「きちんと守っている・だいたい守っている」子の割合は、学齢期 81.4%、思春期 1 は 75.0%、思春期 2 は 45.1% となっており、年齢が上がるにつれ約束は守れなくなっています。

《携帯電話やスマートフォンの使い方について、家の人と約束を決めて守っていますか》

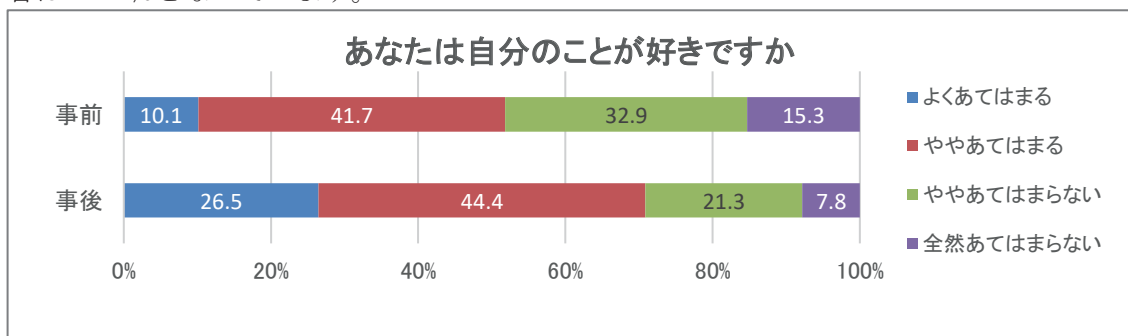


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

④ 自己肯定感

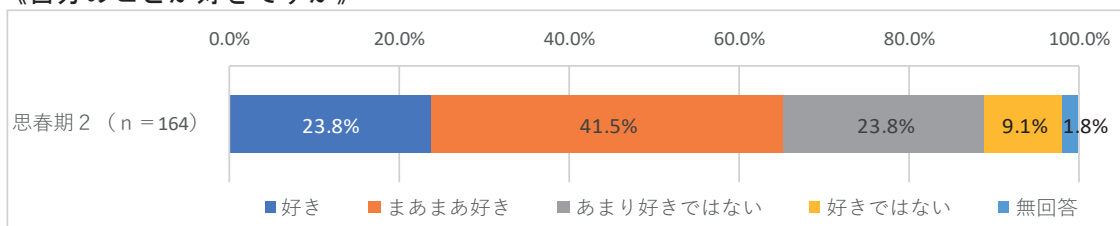
望まない妊娠や虐待防止などのいのちの大切さを考え、自分や周囲の人を大切に思う気持ちを育むとともに、自分の将来について考える機会とするために、市内全中学校でいのちの教育を実施しています。

教育の前後でアンケートを実施しており、教育実施前は、自分のことが好きな子は、51.8% でしたが、教育後は 70.9% と増加しています。思春期 2 では「好き」「まあまあ好き」の割合は 65.3% となっています。



【出典：平成 30 年度思春期教育アンケート結果】

《自分のことが好きですか》

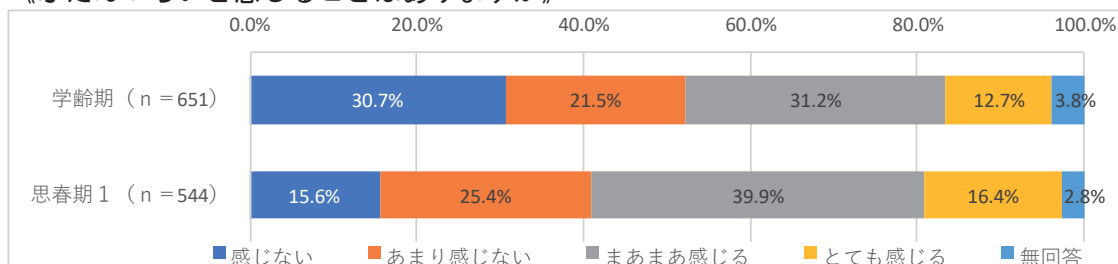


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

⑤ ふだんつらいと感じることの有無

つらいと「まあまあ感じる」「とても感じる」の割合は、学齢期で 43.9%、思春期 1 で 56.3%と高くなっています。

《ふだんつらいと感じることはありますか》

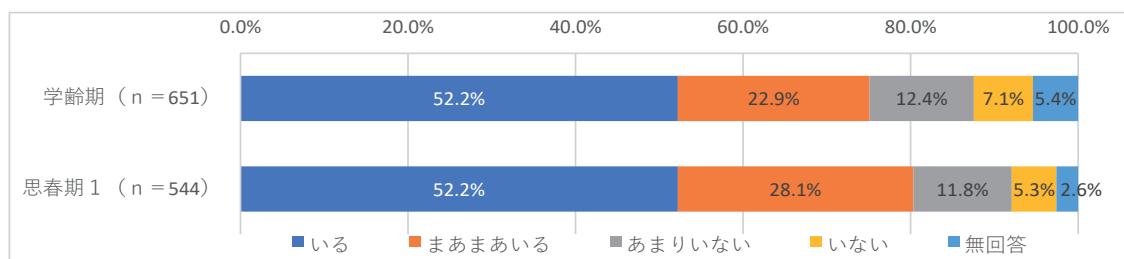


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

⑥ 困ったときや悩んだとき、相談できる人がいる割合

相談できる相手が「あまりいない」「いない」割合は、学齢期で 19.5%、思春期 1 で 17.1% います。

《困ったときや悩んだとき、相談できる人がいる割合》



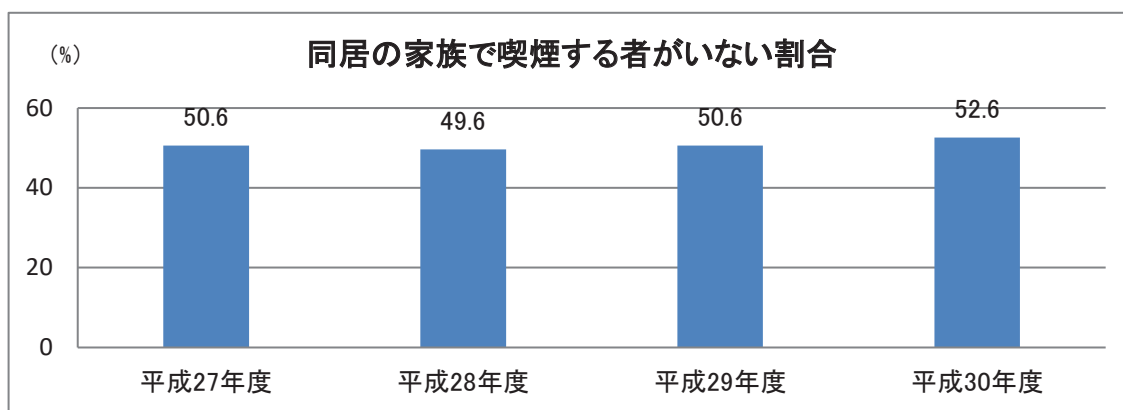
【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

(6) 禁煙・節酒

喫煙、飲酒の影響は身体的、精神的に影響を及ぼし、特に妊娠中においては、胎児への影響、早産などの危険因子につながります。同居の家族の喫煙割合は父親が多く、子どもの年齢が上がるにつれ高くなってきており、喫煙、受動喫煙に関する健康リスクや喫煙マナーについての情報提供、禁煙、分煙の環境整備についての働きかけが必要です。

① 同居の家族で喫煙する者がいない割合

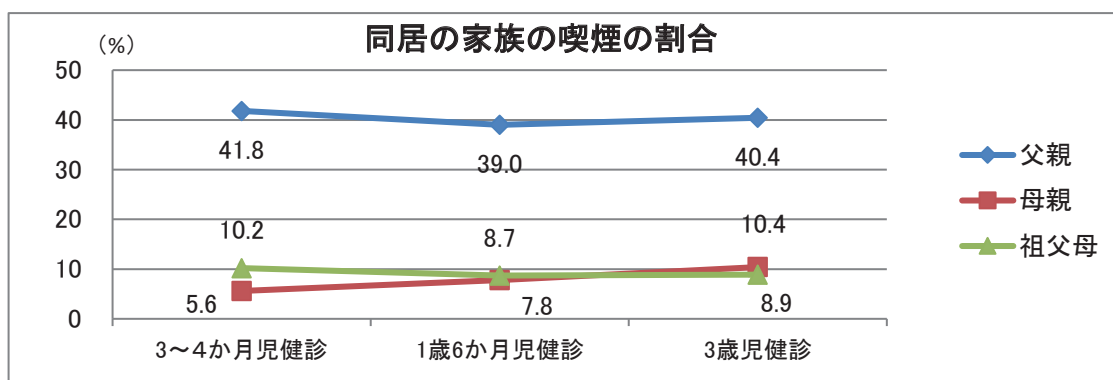
3～4 か月児のいる家庭で、同居の家族が喫煙する者がいない割合は、平成 30 年度は 52.6%となっており、増加傾向にあります。



【出典：3～4 か月児健康診査問診結果】

② 同居の家族の喫煙割合

同居の家族で、父親の喫煙する割合は各健診時 40%前後ですが、母親は 3～4 か月児健診時は 5.6%、1 歳 6 か月児健診時は 7.8%、3 歳児健診時は 10.4%と、子どもの年齢が上がるとともに高くなっています。

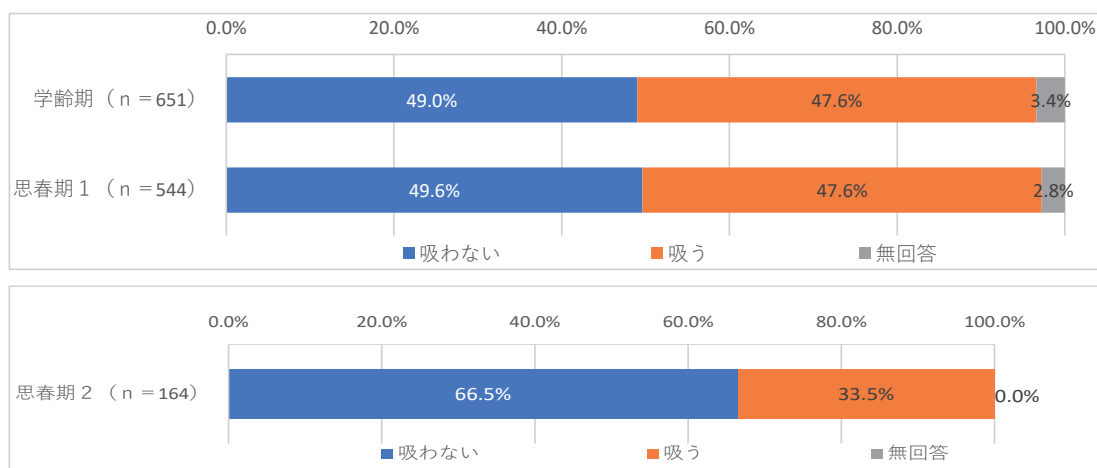


【出典：平成 30 年度各健康診査問診結果】

③ 家族の喫煙の割合

学齢期・思春期 1 とともに家族の喫煙率は 47.6%となっており、思春期 2 では 33.5%となっています。

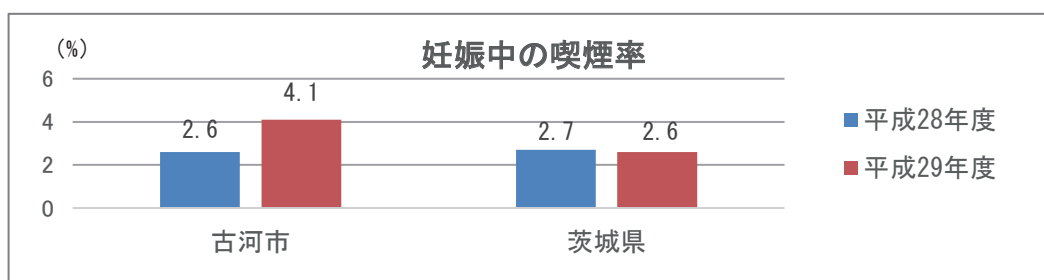
《家の人タバコを吸っていますか》



【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

④ 妊娠中の喫煙率

妊娠中の喫煙率は、平成 29 年度は 4.1%となっており県と比較して高くなっています。

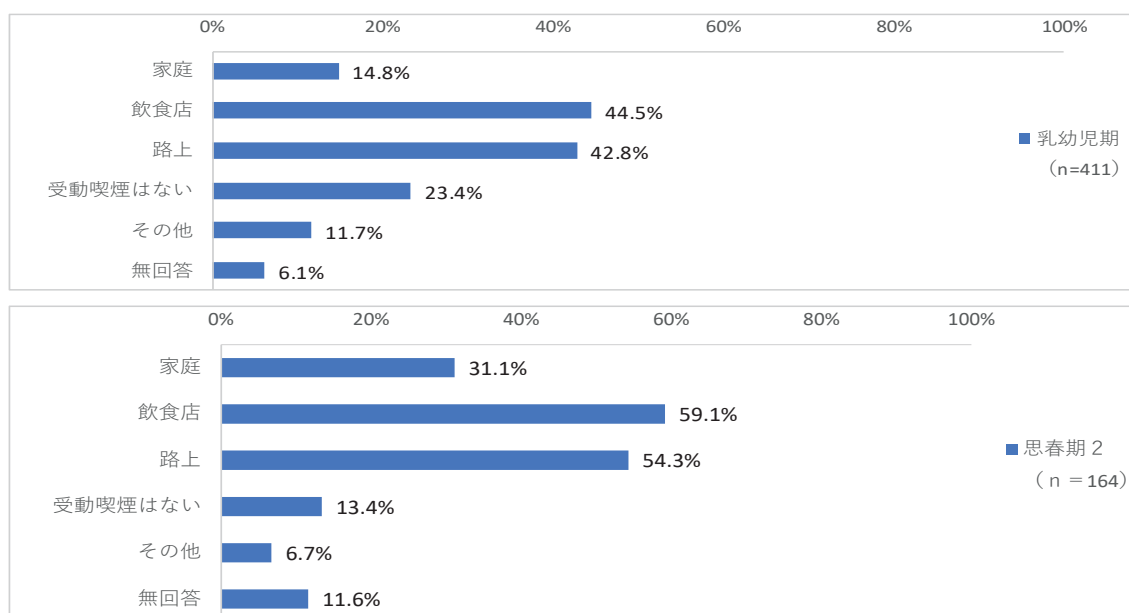


【出典：3～4 か月児健康診査問診結果】

⑤ 受動喫煙

乳幼児期と思春期 2 で受動喫煙の場所は、飲食店や路上が多くなっています。

《以下の場所でタバコの煙を吸ってしまったことがありますか》



【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

(7) 歯・口腔の健康

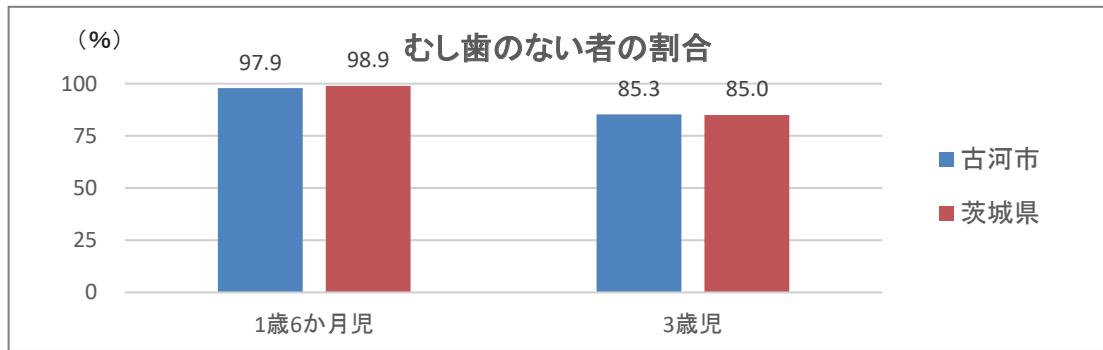
乳幼児期は歯の健康において、健全な発育や食習慣の基礎をつくり味覚を育てる重要な時期と言われています。むし歯を予防し健全な心身の育成のためには、毎日の規則正しい生活習慣や丁寧な歯みがきに取り組むことが大切です。

① むし歯のない者の割合 (※)

むし歯のない者の割合は、3 歳児健康診査では 85.3%、小学 5 年生では 44.6%、中学 2 年生では 58.9%となっており、幼児期は県との差は 1.0%以内ですが、学齢期以降では国と比較して低い傾向にあります。

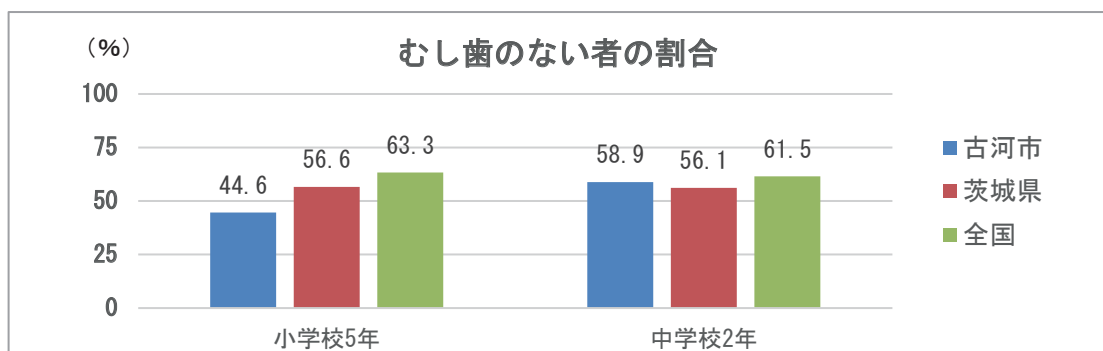
※むし歯のない者とは、一度もむし歯に罹患したことがない者のことです

《1歳6か月児健康診査・3歳児健康診査 むし歯のない者の割合》



【出典：平成 30 年度茨城県母子保健統計】

《小学 5 年生・中学 2 年生 むし歯のない者の割合》

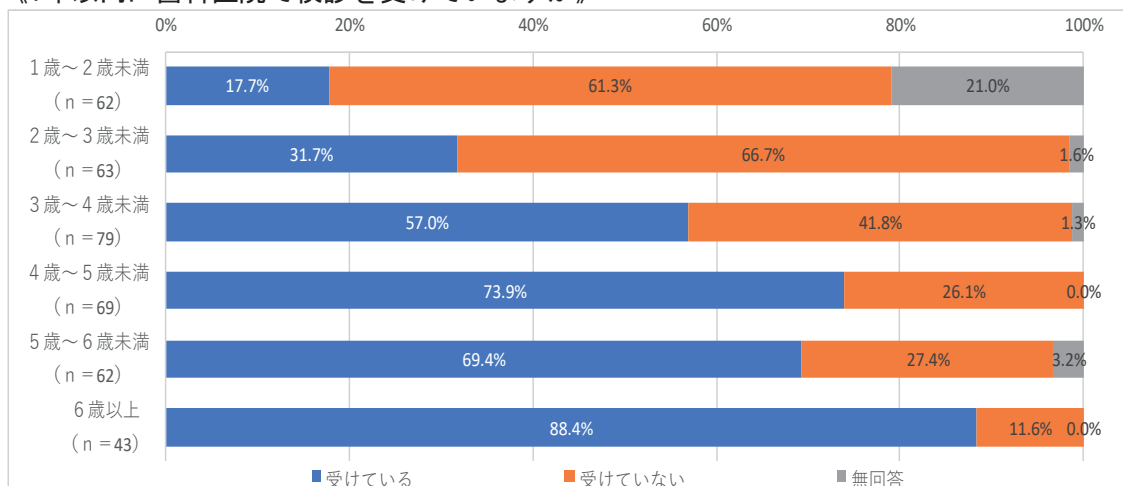


【出典：平成 30 年度学校保健統計調査報告書】

② 歯科医院で検診を受けている乳幼児の割合

年齢が上がるにつれ、「受けている」割合は増加傾向にあります。

《1年以内に歯科医院で検診を受けていますか》

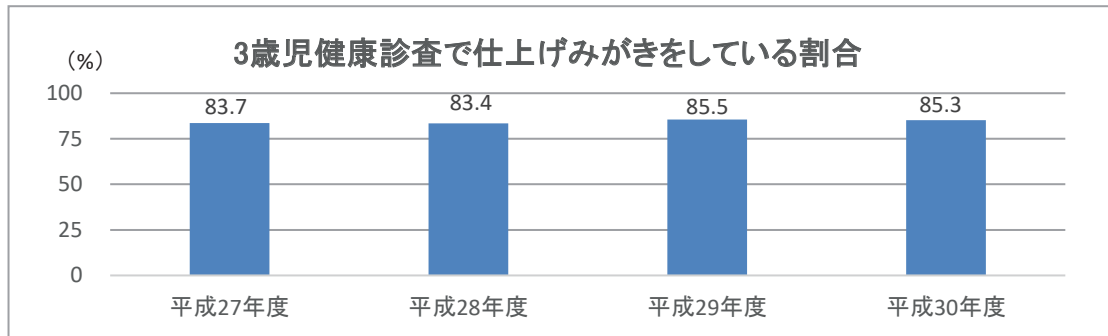


【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

③ 仕上げみがきをしている割合

3歳児が仕上げみがきをしている割合は、平成 30 年度は 85.3%と平成 27 年度からほぼ横ばいとなっています。

《3 歳児健康診査で仕上げみがきをしている割合》

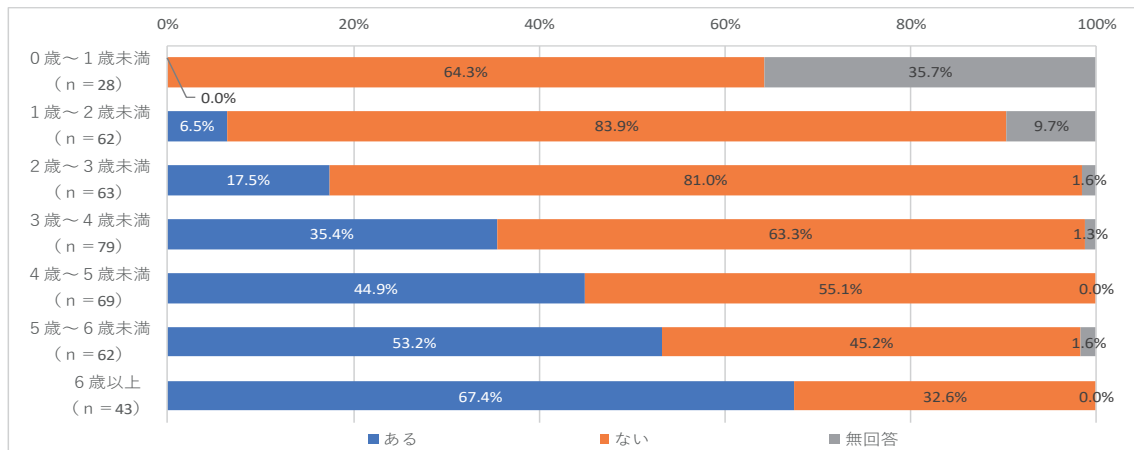


【出典：3 歳児健康診査問診結果】

④ フッ素塗布の割合

年齢が上がるにつれ、フッ素を塗布している割合が多くなってきており、年長児では 67.4%がフッ素塗布しています。

《1 年以内に歯科医院でフッ素塗布をしたことがありますか》



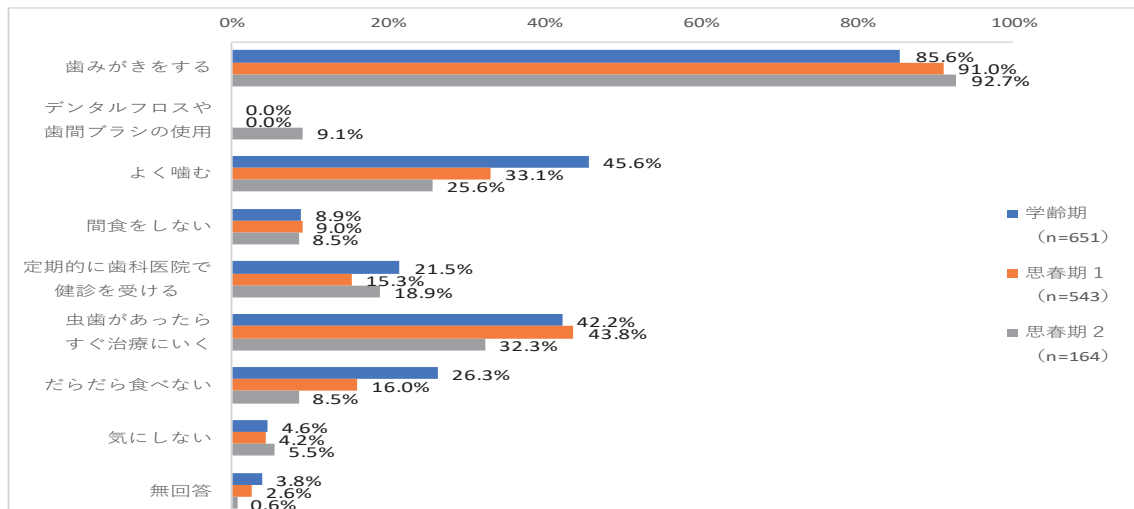
【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】

⑤ 歯の健康について気をつけていること (※)

全年齢層ともに「歯みがきをする」割合は約 9 割となっています。次いで「よく噛む」「虫歯があったらすぐ治療に行く」が多くなっています。

※「デンタルフロスや歯間ブラシの使用」については 16～19 歳のみの質問項目です

《歯の健康に気をつけていることは何ですか》



【出典：平成 30 年度市民健康意識調査】