

| 第5章 |

地域別健康づくりの実践目標

生活習慣は、日々の生活の中で形づくられるものです。

この章では、二次医療圏ごとにそれぞれの地域における健康課題を導き出し、それらの課題に対し、府民が自ら取り組むためのスローガン、実践目標及び目標値をあげています。

1 | 丹後医療圏

1 地区概況

気候は日本海型で梅雨から台風シーズンにかけて雨が多く、冬期は山間部に多くの降雪がある。

温泉や都市と農山漁村との交流施設などが各地に整備され、観光客の誘致のための条件が整ってきている。

一方、府内において最も高齢化が進んでいる地域であり、また、公共下水道等の普及率も低く、健やかで、安心して生活するための地域医療・福祉の充実や一層の生活基盤の整備を図ることが課題となっている。



2 市町村別人口動態統計

	人 口	老年人口割合 (高齢化率)	年少人口割合	1世帯当たり 人員	死亡率 (人口千対)	出生率 (人口千対)	合計特殊 出生率
京 都 府	2,629,592	14.7	14.8	2.72	7.4	9.2	1.35
医療圏計	121,445	22.7	16.8	3.24	10.9	9.3	1.93
宮 津 市	24,937	24.2	15.3	2.84	11.8	8.3	1.84
加 悦 町	8,188	23.4	16.0	3.45	11.5	8.6	1.82
岩 滝 町	6,815	20.0	16.7	3.26	9.2	10.0	1.95
伊 根 町	3,361	31.1	15.3	3.23	14.6	7.4	2.43
野田川町	10,936	21.2	17.3	3.35	10.4	10.3	1.96
峰 山 町	14,026	19.9	17.5	3.08	9.8	10.8	2.04
大 宮 町	10,416	20.2	18.0	3.35	9.7	11.2	2.09
網 野 町	16,696	19.7	17.4	3.46	10.3	9.4	1.79
丹 後 町	7,607	25.7	17.3	3.21	12.2	7.8	1.92
弥 栄 町	6,125	23.5	18.2	3.58	10.7	9.4	1.98
久美浜町	12,338	26.9	17.1	3.68	11.2	8.3	2.04

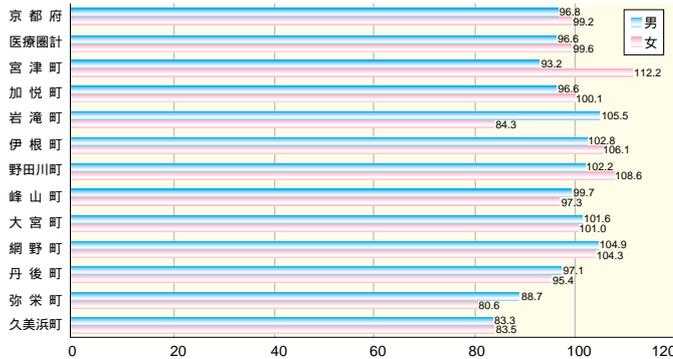
資料 人口～1世帯当たり人員:「平成7年国勢調査」

死亡率～合計特殊出生率:「平成5年～平成9年人口動態統計特殊報告」

注:老年人口割合:全人口のうち65歳以上の占める割合
 年少人口割合:全人口のうち15歳未満の占める割合
 合計特殊出生率:一人の女性が一生の間に生む平均子ども数

3 健康指標

標準化死亡比(平成5年～平成9年)

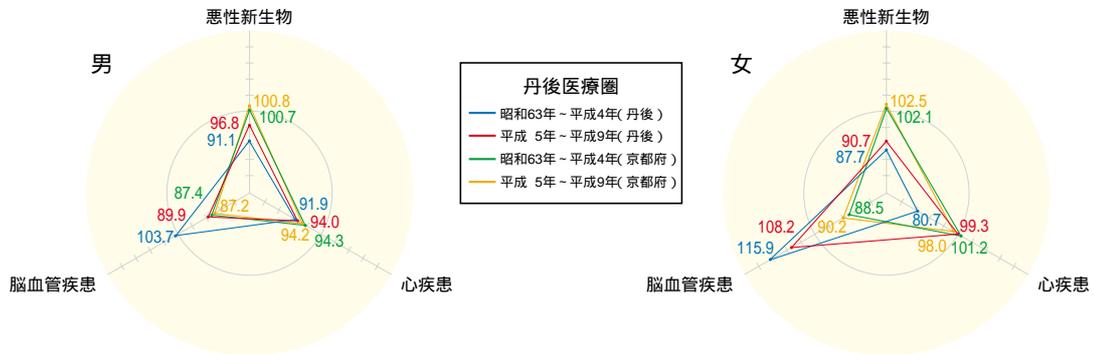


3大疾患の標準化死亡比は、男性では京都府と同様の傾向を示していますが、女性では脳血管疾患が多く悪性新生物が少なくなっています。

また、平成5年から平成9年においては、過去5年に比べて心疾患が増加しています。

注:標準化死亡比:その地域の年齢構成の差を取り除き、基準となる人口の死亡数と比較したもの

3大疾患の標準死亡比

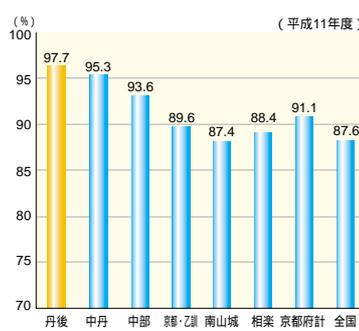


乳児死亡率
(出生千対)

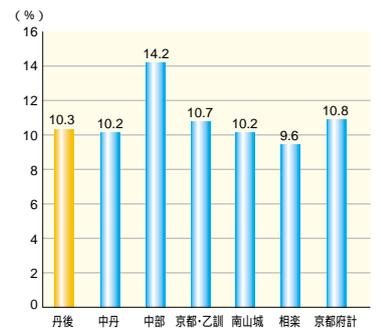


資料:「平成5年～9年 人口動態統計特殊報告」

3歳児健康診査受診率



65歳以上の人口に占める要介護者の割合



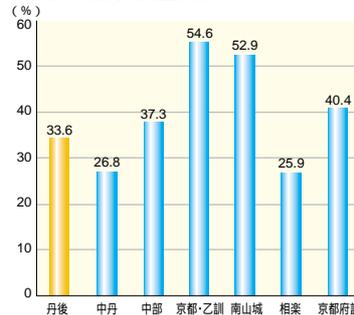
(平成12年12月末現在)

老人一人当たり医療費



資料:「平成9年度 老人医療事業年報」

基本健康診査受診率



資料:「平成11年度 老人保健事業報告」

4 現状

平成10年度 府民健康づくり・栄養調査

- ・1日当たり食塩摂取量は男性12.7g、女性11.0gとなっており、目標の10g未満を上回っている。
 - ・健康づくりへの関心度は20歳代で最も低く、朝食欠食率は24.3%となっており、他の年代と比べ著しく突出している。また、食事内容もバランスに欠け、食事時間も不規則となっている。
 - ・定期的な運動習慣(週1回以上)のある者は28.8%、運動習慣のない者は62.7%で、日常生活での平均歩数も6,888歩と少ない傾向にある。
 - ・喫煙習慣のある者は男性53.0%、女性4.3%となっており、男性の20~30歳代では60%を超える喫煙率となっている。
 - ・飲酒習慣(週3回以上)のある男性は60.6%(府57.9%)で、40~50歳代では69.0%(府69.0%)、60歳代では75.7%(府63.6%)と高率になっている。
 - ・定期的な検診を受けていない者は32.0%となっている。
 - ・肥満者(BMIが25以上)の割合は男性19.4%で、30歳代から増加傾向となり、50歳代では27.1%となっている。また、女性の割合は15.5%で、40歳代から増加傾向となり、60歳代では33.9%となっている。
 - ・少年期の者で約7割以上は間食を好きな時間に食べていたり、約15%が朝食を抜いている日がある。
-
- ・基本健康診査による糖尿病(疑いを含む)を指摘された者が、平成6年度21.1%、平成11年度は29.4%と増加傾向にある。(、 老人保健事業報告)
 - ・3歳児健診のむし歯保有率をみると50.2%で、年次推移では減少傾向にあるが、府平均42.9%と比べると7.3%高くなっている。(京都府の歯科保健)

5 地域の実践目標

- 若年層の生活習慣を改善し、正しい食生活、健康づくりへの関心を高めよう
- バランスのとれた適切な栄養摂取を理解し、栄養表示を参考に食品を選択・摂取しよう
- 定期的な運動の大切さを理解し、実践しよう
- たばこの害を知り喫煙習慣を見直そう
- 飲酒による健康への影響を認識し、適正な飲酒習慣に努めよう
- 糖尿病の発症を予防しよう
- 適正体重を認識し、維持する習慣を身につけよう
- 毎食後、歯を磨く習慣を身につけよう



共に目指す目標（丹後医療圏）

項 目	現 状	目標数値（2010年）
食塩摂取量	男性12.7g 女性11.0g （ 府民健康づくり・栄養調査）	10g未満
野菜をたっぷり使った料理を1日 2食以上食べる者の割合	“ 33.4% “ 44.5% （ “ ” ）	男女とも50%以上
栄養成分表を利用する者の割合	-	（ 今後設定 ）
朝食の毎日喫食率	20歳代 男性42.9% 女性66.7%（ “ ）	男性75%以上 女性80%以上
運動習慣（週に1回以上）者の割合	“ 25.6% “ 31.8%（ “ ）	男女とも50%以上
成人の喫煙率	“ 53.0% “ 4.3%（ “ ）	現状以下
禁煙希望者への禁煙支援プログラムの実施	-	個別健康教育を 全市町村で実施
適正飲酒量について知っている 者の割合	-	100%
基本健康診査受診率	33.6% （ 老人保健事業報告）	46.6% （ 2004年度の目標 ）
健診において糖尿病（疑いを 含む）を指摘された者の割合	29.4% （ “ ” ）	18%以下
糖尿病指導に関わる者の資質向上の ための研修会への年1回以上の参加	-	100%
男性における肥満者の 割合	30歳代 23.9%（ 府民健康づくり・栄養調査） 40歳代 25.5%（ “ ）	15%以下 20%以下
女性における肥満者の割合	60歳代 33.9%（ “ ）	20%以下
少年期： 時間を決めて間食を食べる者の割合	男子29.8% 女子18.2% （ “ ” ）	男女とも75%以上

2004年度の目標：第2次京都府高齢者保健福祉計画による目標値

2 | 中丹医療圏

1 地区概況

綾部は季節風に左右される気候で、降水量は比較的多く湿度も高いため、霧が発生する。

福天山間地域の夏は極めて暑く、冬は極めて寒いことから寒暑の差が甚だしく、冬期は雨、雪ともに多い。由良川流域では秋期に濃霧が発生する。

舞鶴の春や夏は高温で乾燥した晴天の日が続くが、冬期は北西季節風のため雨や雪が多い。

古くから交流を通じて栄えてきた地域であるが、市街地では大規模店の進出や後継者不足により活力が低下していることから、地域特性を生かした交流拠点としての機能の発揮が期待されている。



2 市町村別人口動態統計

	人口	老年人口割合 (高齢化率)	年少人口割合	1世帯当たり 人員	死亡率 (人口千対)	出生率 (人口千対)	合計特殊 出生率
京都府	2,629,592	14.7	14.8	2.72	7.4	9.2	1.35
医療圏計	217,320	20.5	16.2	2.93	9.6	9.6	1.80
綾部市	39,981	24.9	14.8	2.94	11.2	7.7	1.65
福知山市	66,761	17.8	17.6	2.92	8.7	11.2	1.86
三和町	4,606	28.3	14.1	3.31	12.0	6.1	1.56
夜久野町	5,198	31.2	13.8	3.22	13.1	5.8	1.80
大江町	5,990	31.4	14.9	3.16	15.1	7.0	1.89
舞鶴市	94,784	19.0	16.2	2.88	8.9	9.9	1.82

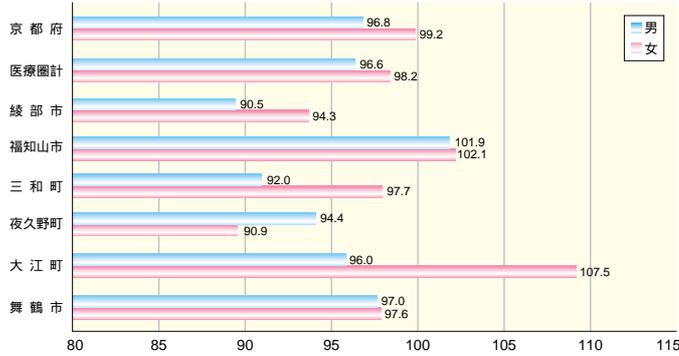
資料 人口～1世帯当たり人員:「平成7年国勢調査」

死亡率～合計特殊出生率:「平成5年～平成9年人口動態統計特殊報告」

注:老年人口割合:全人口のうち65歳以上の占める割合
 年少人口割合:全人口のうち15歳未満の占める割合
 合計特殊出生率:一人の女性が一生の間に生む平均子どもの数

3 健康指標

標準化死亡比(平成5年～平成9年)

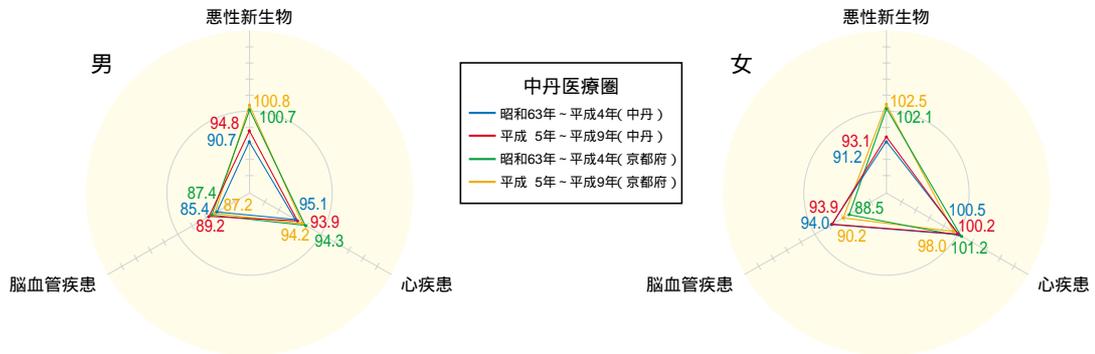


3大疾患の標準化死亡比は、京都府に比べ男女ともに悪性新生物が少なく、女性では脳血管疾患がやや多くなっています。

また、平成5年から平成9年においては、過去5年に比べて、悪性新生物がやや増加しています。

注:標準化死亡比:その地域の年齢構成の差を取り除き、基準となる人口の死亡数と比較したもの

3大疾患の標準死亡比

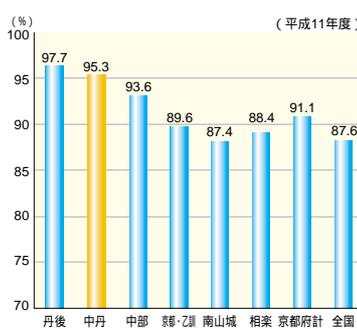


乳児死亡率
(出生千対)



資料:「平成5年～9年 人口動態統計特殊報告」

3歳児健康診査受診率



65歳以上の人口に占める要介護者の割合



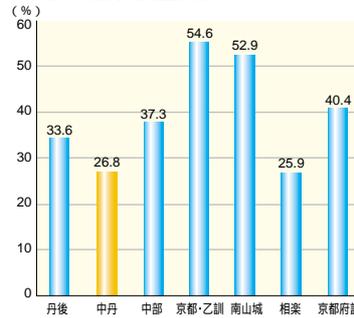
(平成12年12月末現在)

老人一人当たり医療費



資料:「平成9年度 老人医療事業年報」

基本健康診査受診率



資料:「平成11年度 老人保健事業報告」

4 現状

平成10年度 府民健康づくり・栄養調査

- ・食塩摂取量は男性13.8g、女性12.0gと目標の10g未満を上回っている。
- ・野菜の摂取量は241.3g(緑黄色野菜75.2g)で、目標の350g以上(緑黄色野菜120g以上)に満たない。
- ・定期的な運動習慣がある者は、32.0%である。
- ・喫煙率は男性53.8%、女性5.6%で、年代別でみると40～50歳代が約60%で、他の年代と比べて高い。毎日たばこを吸う者は、野菜をほとんど食べない割合が高く、吸わない者は野菜を食べる割合が高い傾向にあった。
- ・肥満者(BMIが25以上)の状況については、男性の30歳代33.3%、40歳代36.7%であるが、女性ではやせている者(BMIが18以下)が26.7%で、20歳代54.2%、30歳代45.8%となっている。
- ・脳血管疾患の平成5～9年の平均死亡率は男性130.2(府94.2)、女性149.0(府109.3)で府平均に比べて高い傾向にあり、昭和63～平成4年までと比べ増加傾向にある。
(～人口動態統計特殊報告)
- ・基本健康診査による糖尿病(疑いを含む)を指摘された者が、平成11年度は12.0%で増加傾向にある。
- ・人口動態統計から、男性の肺がん標準化死亡比が117.4と全国に比べて高い傾向にある。
(～人口動態統計特殊報告)
- ・綾部保健所管内では、大腸がんの標準化死亡比は80.8で、府102.4に比べて低いものの、昭和63年～平成4年までと比べ、男性20.3ポイント、女性30.0ポイント増加している。
(～人口動態統計特殊報告)

5 地域の実践目標

新鮮な野菜や緑黄色野菜をたっぷり取ろう

給食施設や一般飲食店において「ヘルシーメニュー」の提供率を上げ、その利用者を増加させよう

定期的な運動の大切さを理解し、実践しよう

たばこの害を知り喫煙習慣を見直そう

循環器疾患や高脂血症を予防しよう

糖尿病の発症を予防しよう

適正体重を認識し維持する習慣を身につけよう

がんの予防と早期発見(がん検診受診)に努めよう



共に目指す目標（中丹医療圏）

項 目	現 状	目標数値（2010年）
食塩摂取量	男性13.8g 女性12.0g （ 府民健康づくり・栄養調査）	10g未満
野菜をたっぷり使った料理を1日2食以上食べる者の割合	〃 33.0% 〃 40.9% （ 〃 〃 ）	男女とも50%以上
栄養成分表を利用する者の割合	-	（ 今後設定 ）
朝食の毎日喫食率	86.6%（ 〃 ）	男女とも90%以上
食品の組み合わせを考える者の割合	男性49.9% 女性75.2%（ 〃 ）	男性65%以上 女性90%以上
運動習慣（週1回以上）者の割合	〃 32.6% 〃 31.7%（ 〃 ）	男女とも50%以上
意識的にからだを動かすように心掛けている者の割合	〃 56.9% 〃 61.2%（ 〃 ）	〃 70%以上
成人の喫煙率	〃 53.8% 〃 5.6%（ 〃 ）	現状以下
小・中・高校における禁煙教育の実施	-	全校で実施
禁煙希望者への禁煙支援プログラムの実施	-	個別健康教室を 全市町村で実施
基本健康診査受診率	26.8%（ 老人保健事業報告）	31.5% （ 2004年度の目標 ）
予防健康教育を受ける機会	-	全市町村で実施
脳血管疾患死亡率	男性130.2 女性149.0 （人口10万対） （ ～ 人口動態統計特殊報告）	85 （人口10万対）
心疾患死亡率	男性161.6 女性172.9 （人口10万対） （ 〃 〃 ）	142 （人口10万対）
糖尿病指導に関わる者の資質向上のための研修会への年1回以上の参加	-	100%
肥満者の割合	男性24.9% 女性16.9% （ 府民健康づくり・栄養調査）	男性15%以下 女性10%以下
自分の適正体重を知っている者の割合	-	80%以上
がんによる死亡率	男性320.2 女性195.4 （人口10万対） （ ～ 人口動態統計特殊報告）	270 （人口10万対）
肺がん検診受診率	19.2%（ 老人保健事業報告）	5割以上の増加

2004年度の目標：第2次京都府高齢者保健福祉計画による目標値