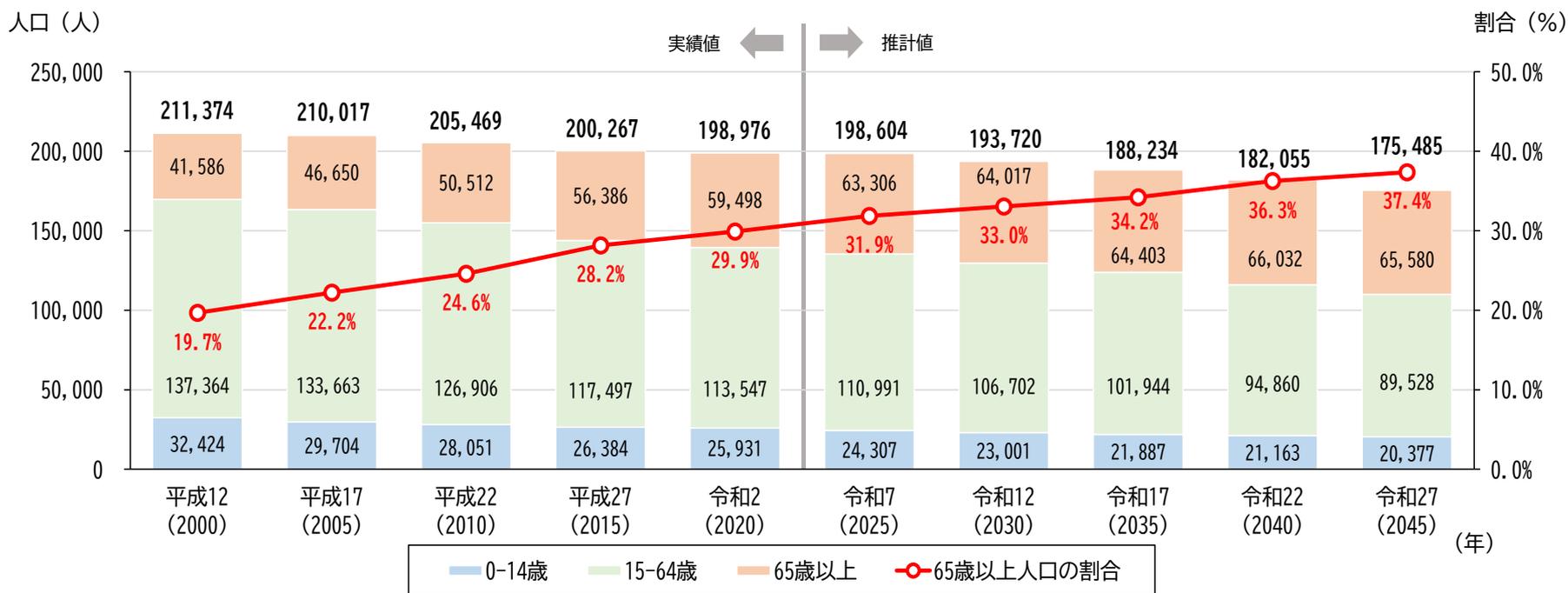


# 松江市民の健康に関する現状及び課題

# 1. 社会背景

# (1) 人口、高齢化の状況 (推移)

- 人口：平成12(2000)年以降減少を続けている。今後も減少が続くものと予測されている。
- 年代別人口：「0-14歳」「15-64歳」の人口は減少しているが、「65歳以上」の人口は増加している。高齢者数が人口に占める割合は、増加し続けている。



## 【人口推移と将来人口推計 (松江市)】

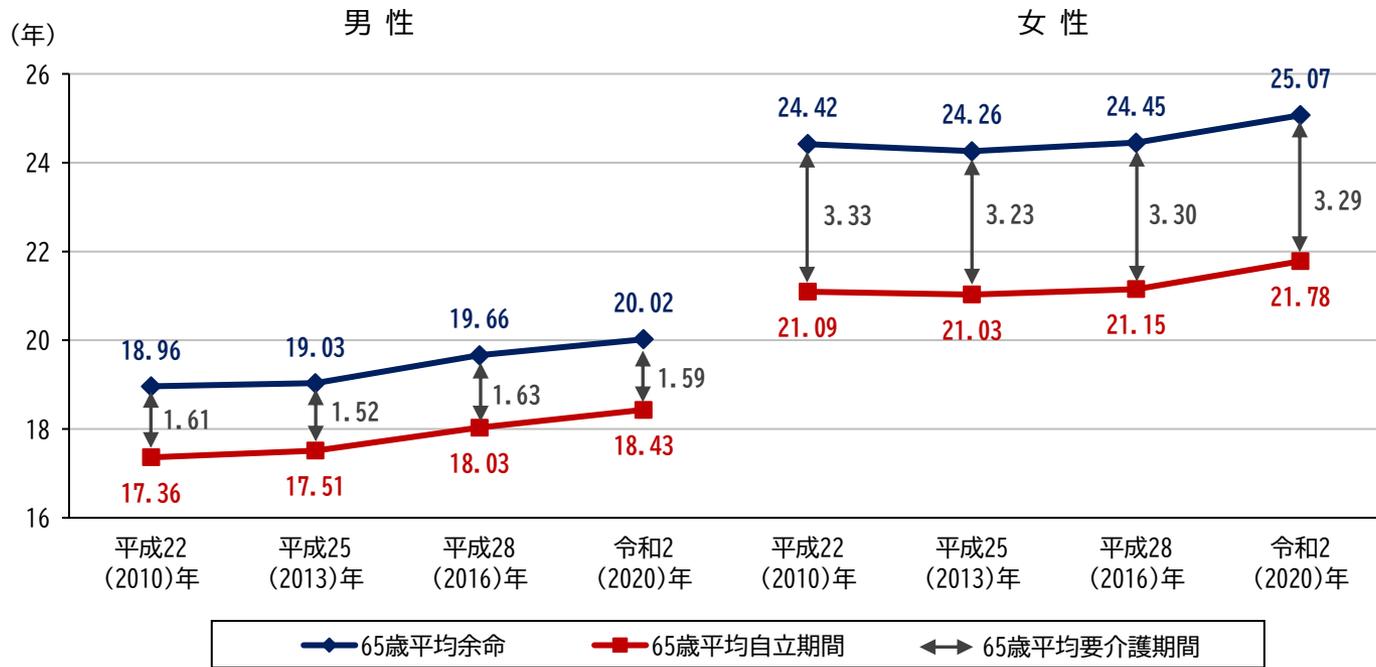
出典：平成12～令和2年 各年国勢調査（総務省）、令和7年以降 国立社会保障・人口問題研究所

※平成12～令和2年の人口は、「年齢不詳」を除いた人数

## 2. 主要な疾病の状況

# (1) 平均余命・健康寿命の状況（推移）

- 65歳平均余命：  
男女ともに延伸しており、令和2(2020)年の男性の65歳平均余命は20.02年、女性の65歳平均余命は25.07年。
- 65歳平均自立期間・平均要介護期間：  
65歳平均自立期間は延伸しているが、「平均要介護期間」はほとんど変化がない。

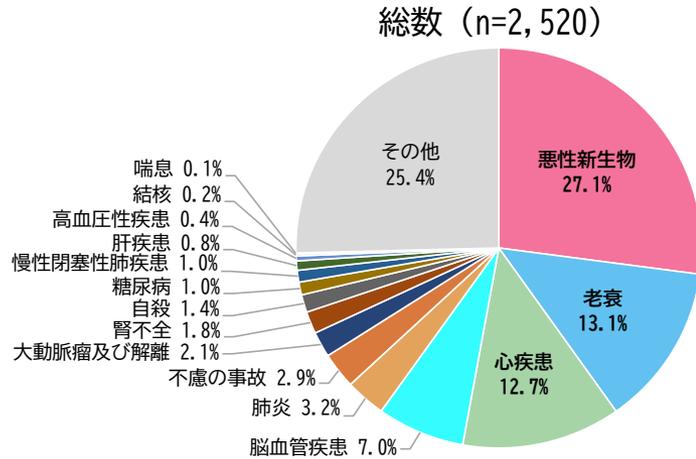


【65歳平均自立期間・平均要介護期間の推移（松江市, 左：男性, 右：女性）】  
出典：SHIDS（島根県健康指標データベースシステム）により、各年を中間年として3年平均を算出

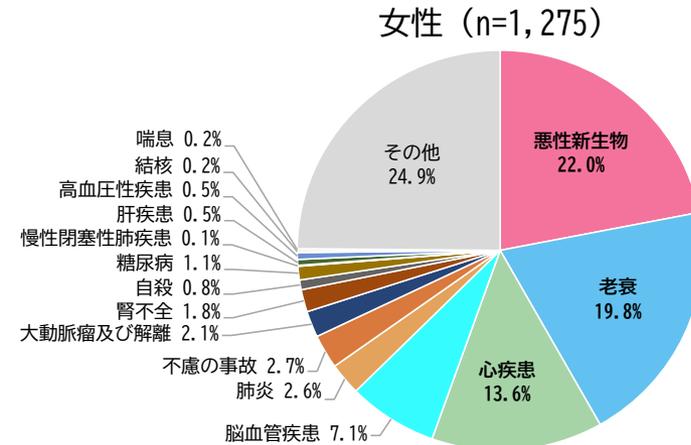
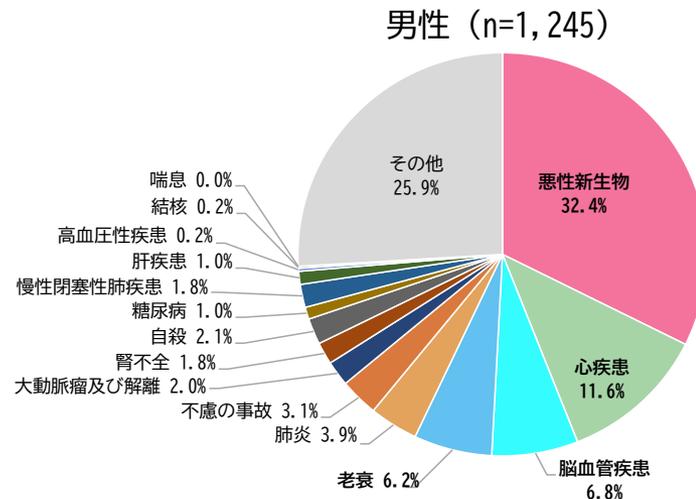
## (2) 死亡の状況

### ①死亡原因別・男女別死亡状況（令和3(2021)年）

- 死亡原因：最も多い死亡原因は「悪性新生物」。次いで「老衰」「心疾患」となっている。



【参考】全国の死亡原因（令和3(2021)年） ※上位5位まで	
1位	悪性新生物（26.5%）
2位	心疾患（14.9%）
3位	老衰（10.6%）
4位	脳血管疾患（7.3%）
5位	肺炎（5.1%）



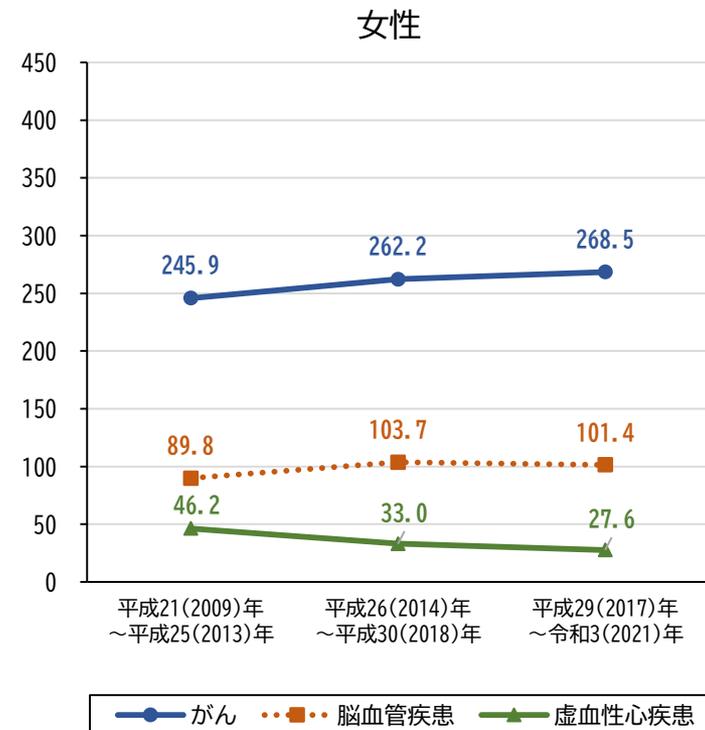
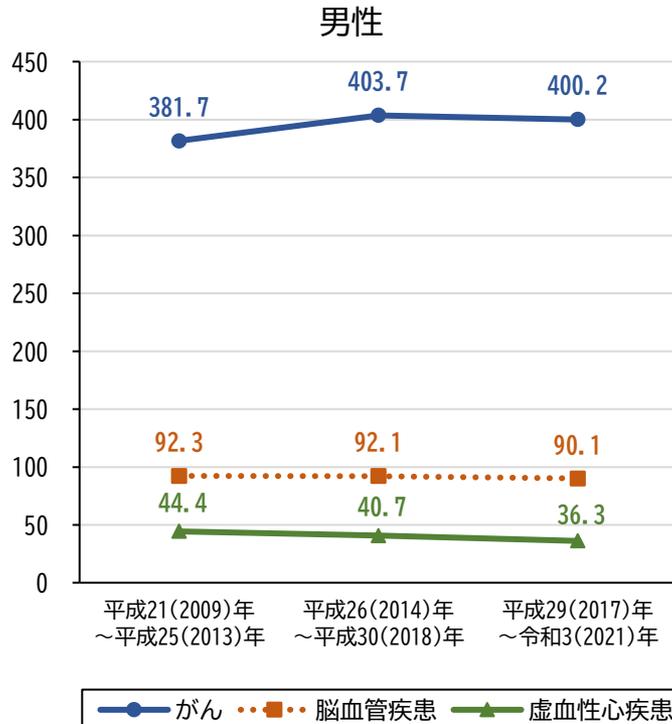
【死亡者の死亡原因別割合（松江市）】 出典：令和3年人口動態調査（厚生労働省）

## (2) 死亡の状況

### ② がん・脳血管疾患・虚血性心疾患の死亡率の推移状況

- がん： 男性・女性ともに死亡率は増加傾向となっている。
- 脳血管疾患： 男性の死亡率は減少しているが女性は増加傾向となっている。
- 虚血性心疾患<sup>(※)</sup>： 男性・女性ともに死亡率は減少している。

(※) 虚血性心疾患(狭心症、心筋梗塞)は、心疾患の大部分を占める。動脈硬化などが原因となるため、生活習慣の改善が発症予防につながる。



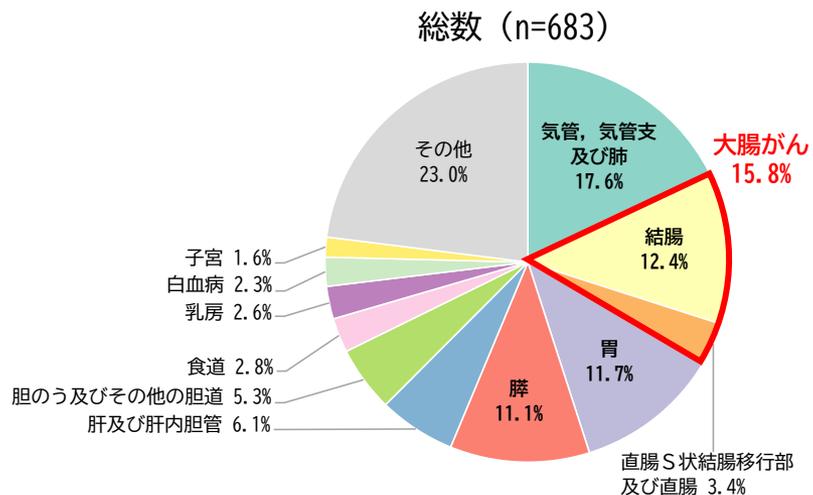
### 【がん・脳血管疾患・虚血性心疾患の死亡率の推移(松江市)】

出典：SHIDS(島根県健康指標データベースシステム)

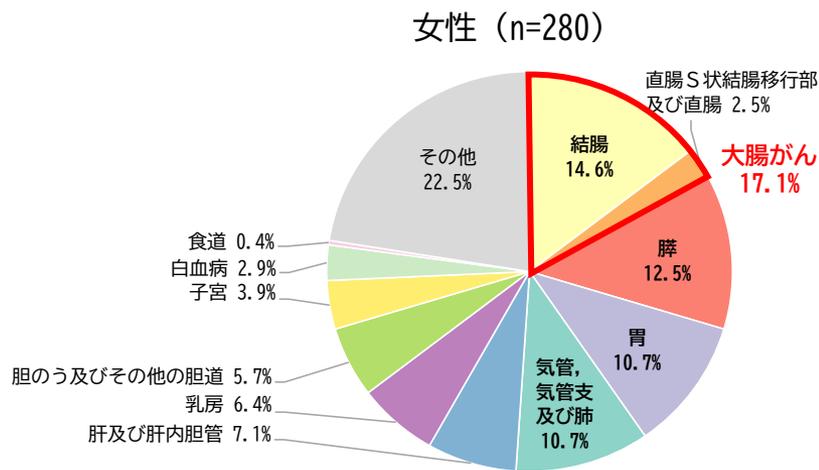
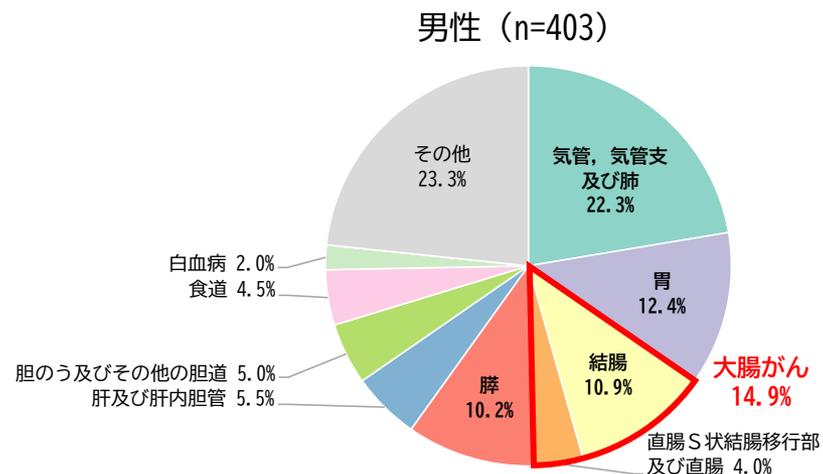
※全年齢人口10万対

## (2) 死亡の状況

### ③ 悪性新生物の部位別・男女別死亡状況（令和3(2021)年）



- 男性：「気管、気管支及び肺」が最も多く、次いで「胃」「大腸がん」となっている。
- 女性：「大腸がん」が最も多く、次いで「膵」「胃」となっている。



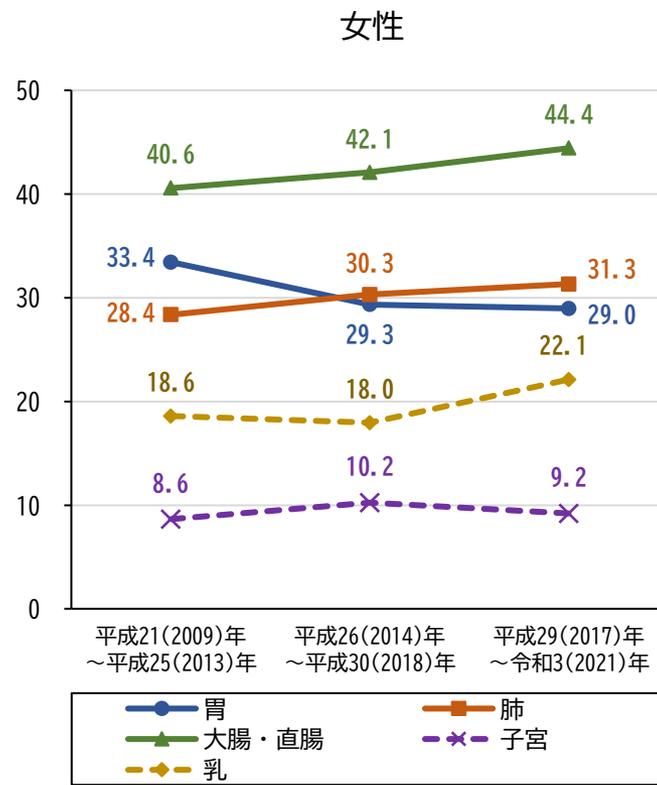
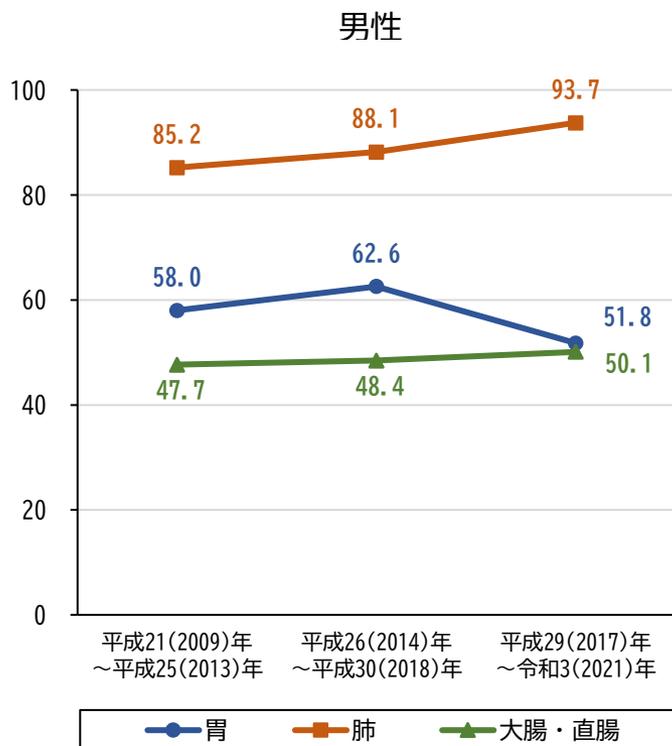
【死亡者の死亡原因別割合（松江市）】 出典：令和3年人口動態調査（厚生労働省）

※大腸がん（結腸+直腸S状結腸移行部及び直腸）

## (2) 死亡の状況

### ④ がんの部位別死亡率の推移状況

- 胃がん： 男性・女性ともに死亡率は減少傾向となっている。
- 肺がん、大腸・直腸がん： 男性・女性ともに死亡率は増加している。
- 乳がん、子宮がん： ほぼ横ばいで推移している。



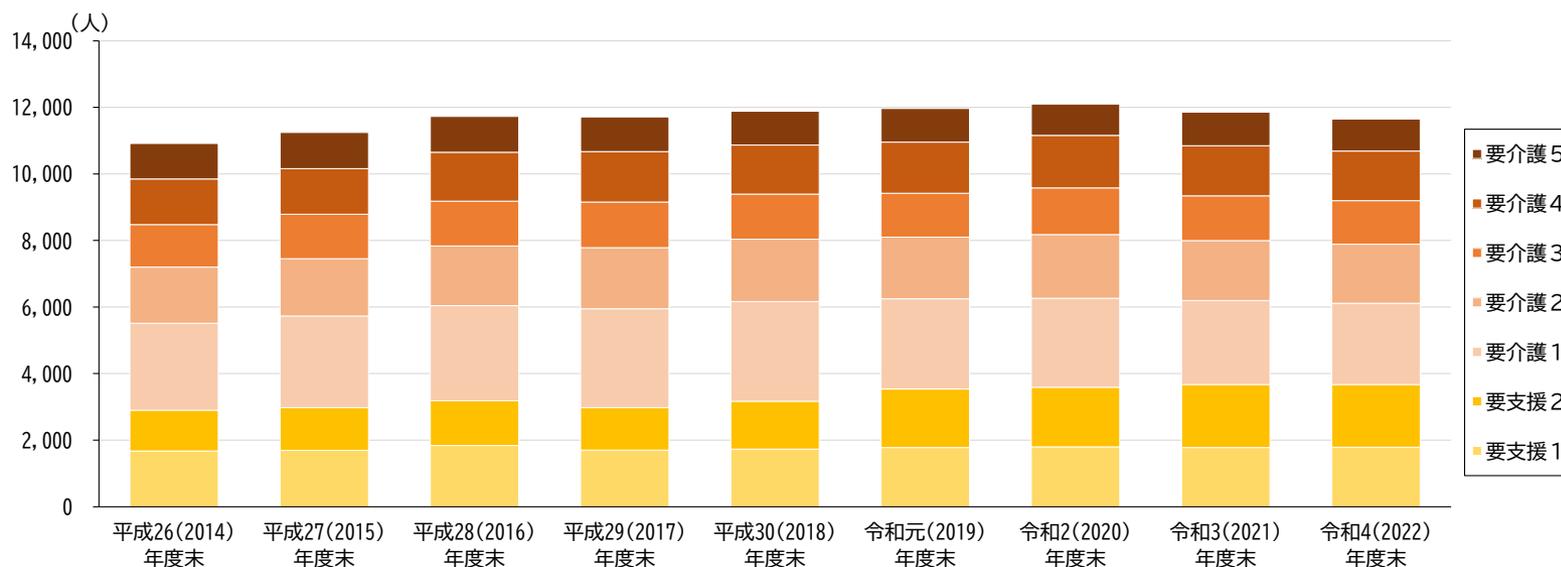
【がんの部位別死亡率の推移（松江市）】 出典：SHIDS（島根県健康指標データベースシステム）

※全年齢人口10万対

### (3) 介護の状況

#### ① 要介護（要支援）認定者数、認定率の推移状況

- 認定者数： 平成26(2014)年度から令和2(2020)年度まで増加し続けていたが、令和3(2021)年以降は減少している。
- 認定率： ほぼ横ばいで推移を続けている。



#### 【要介護（要支援）認定者数（松江市）】

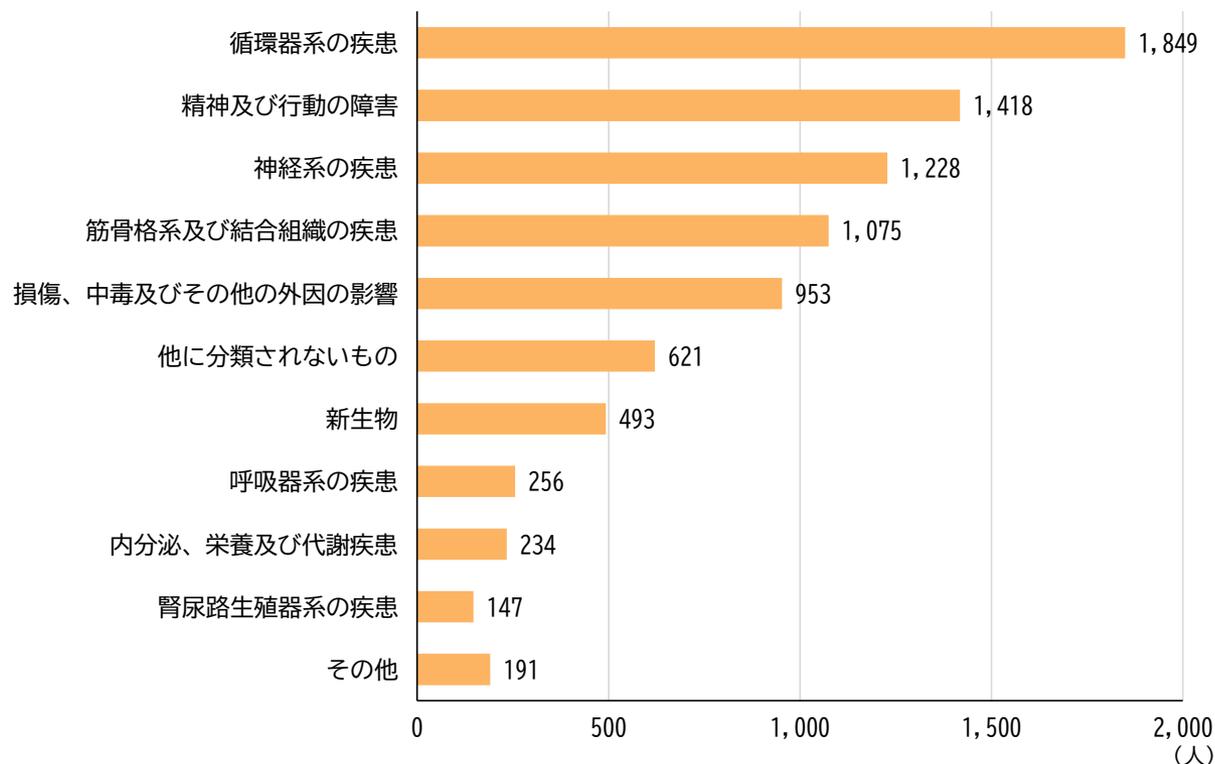
出典：H26～R2年度 介護保険事業状況報告(年報) (厚生労働省)、R3年～R4年度 介護保険事業状況報告(3月月報)

	平成26(2014)年度末	平成27(2015)年度末	平成28(2016)年度末	平成29(2017)年度末	平成30(2018)年度末	令和元(2019)年度末	令和2(2020)年度末	令和3(2021)年度末	令和4(2022)年度末
<b>認定者数(人)</b>	<b>10,914</b>	<b>11,243</b>	<b>11,725</b>	<b>11,710</b>	<b>11,884</b>	<b>11,965</b>	<b>12,097</b>	<b>11,858</b>	<b>11,647</b>
要介護5	1,066	1,086	1,074	1,039	1,014	1,012	938	1,012	961
要介護4	1,370	1,369	1,472	1,518	1,476	1,534	1,579	1,504	1,491
要介護3	1,277	1,333	1,341	1,368	1,356	1,320	1,402	1,346	1,308
要介護2	1,690	1,726	1,798	1,838	1,875	1,850	1,914	1,798	1,774
要介護1	2,609	2,753	2,857	2,967	2,995	2,715	2,677	2,525	2,443
要支援2	1,229	1,282	1,341	1,282	1,435	1,759	1,788	1,895	1,882
要支援1	1,673	1,694	1,842	1,698	1,733	1,775	1,799	1,778	1,788
<b>認定率(%)</b>	<b>19.5%</b>	<b>19.7%</b>	<b>20.3%</b>	<b>20.1%</b>	<b>20.3%</b>	<b>20.2%</b>	<b>20.4%</b>	<b>19.9%</b>	<b>19.6%</b>

### (3) 介護が必要となった原因の疾患

#### ② 要介護認定者の原因疾患（令和4(2022)年）

- 要介護認定を受ける原因となった疾患として最も多いのは「循環器系の疾患」となっている。次いで、「精神及び行動の障害」「神経系の疾患」の順に多くなっている



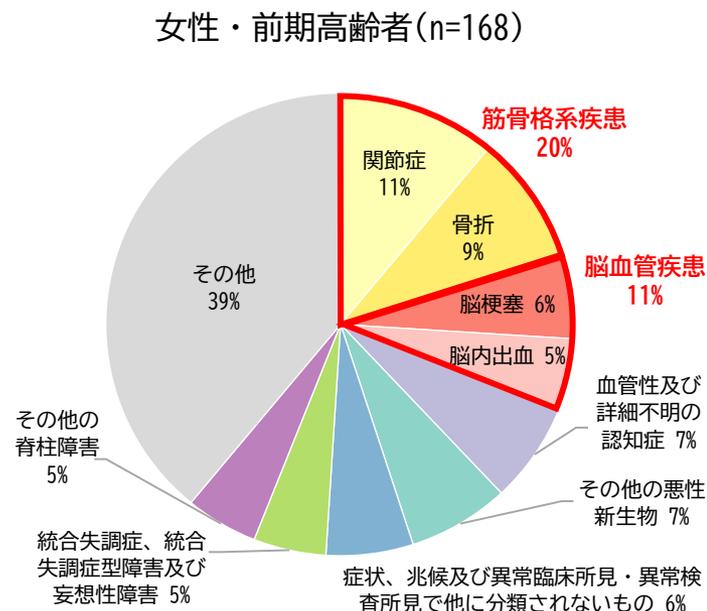
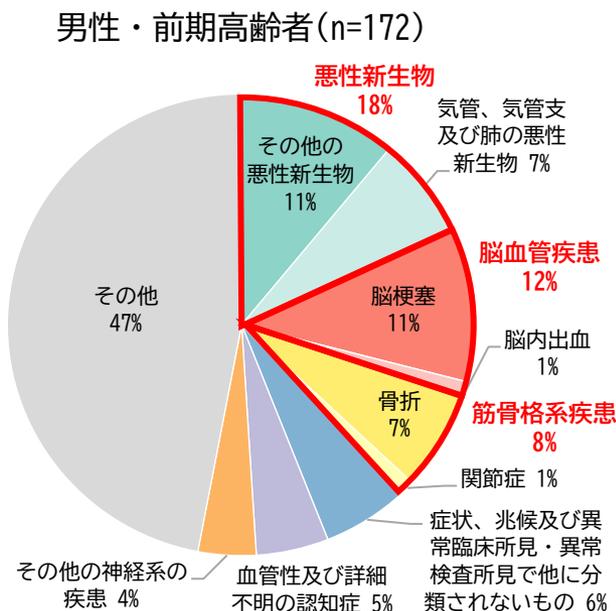
【要介護認定者の原因疾患】

出典：松江市介護保険課認定データ（令和4年度）  
※ 分類は社会保険表章用疾病分類（20項目）による

### (3) 介護が必要となった原因の疾患

#### ③ 新規要介護認定者の原因疾病【前期高齢者】（令和4(2022)年）

- 男性：多いのは「悪性新生物」、次いで「脳血管疾患」。
- 女性：多いのは「筋骨格系疾患」、次いで「脳血管疾患」。



#### 【新規要介護認定者の原因疾病別割合（松江市, 左：男性, 右：女性）】

出典：松江市介護保険課認定データ（令和4年度）

※ 分類は社会保険表章用疾病分類（119項目）による

※ 悪性新生物（気管、気管支及び肺の悪性新生物＋その他の悪性新生物）

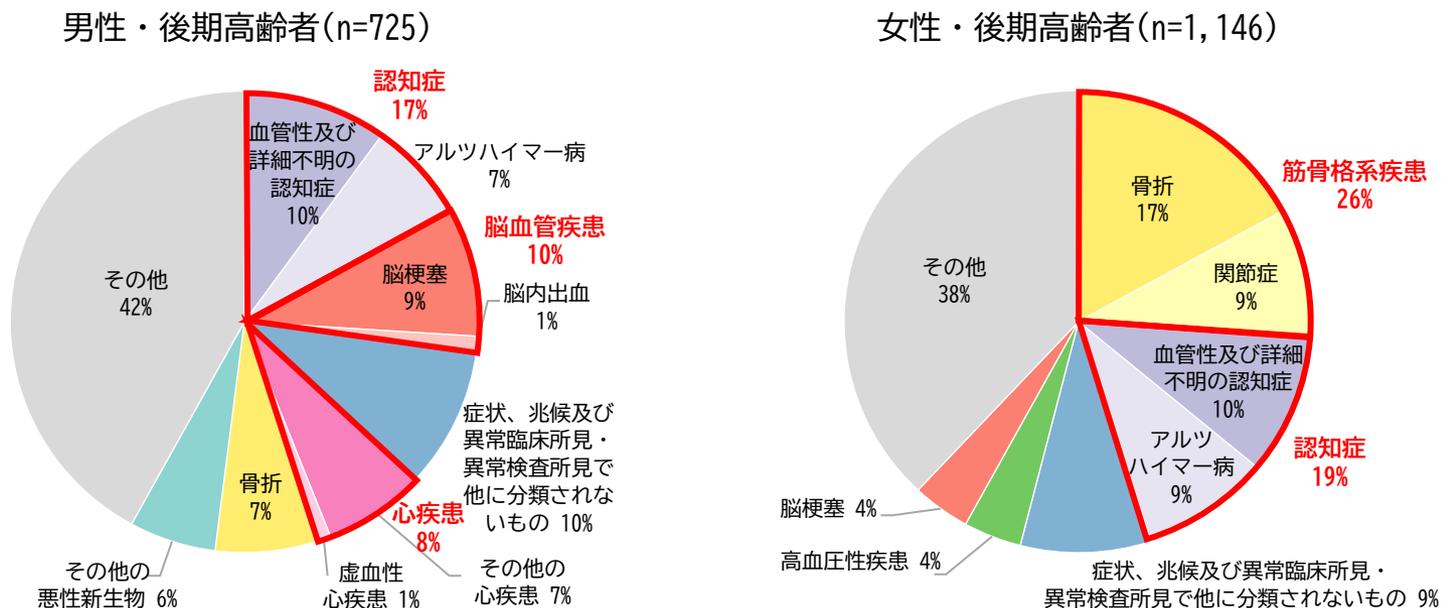
脳血管疾患（脳梗塞＋脳内出血）

筋骨格系疾患（骨折＋関節症）

### (3) 介護が必要となった原因の疾患

#### ④ 新規要介護認定者の原因疾病【後期高齢者】（令和4(2022)年）

- 男性：多いのは「認知症」、「脳血管疾患」。
- 女性：多いのは「筋骨格系疾患」、次いで「認知症」。



#### 【新規要介護認定者の原因疾病別割合（松江市, 左：男性, 右：女性）】

出典：松江市介護保険課認定データ（令和4年度）

※ 分類は社会保険表章用疾病分類（119項目）による

※ 認知症（血管性及び詳細不明の認知症＋アルツハイマー病）

脳血管疾患（脳梗塞＋脳内出血）

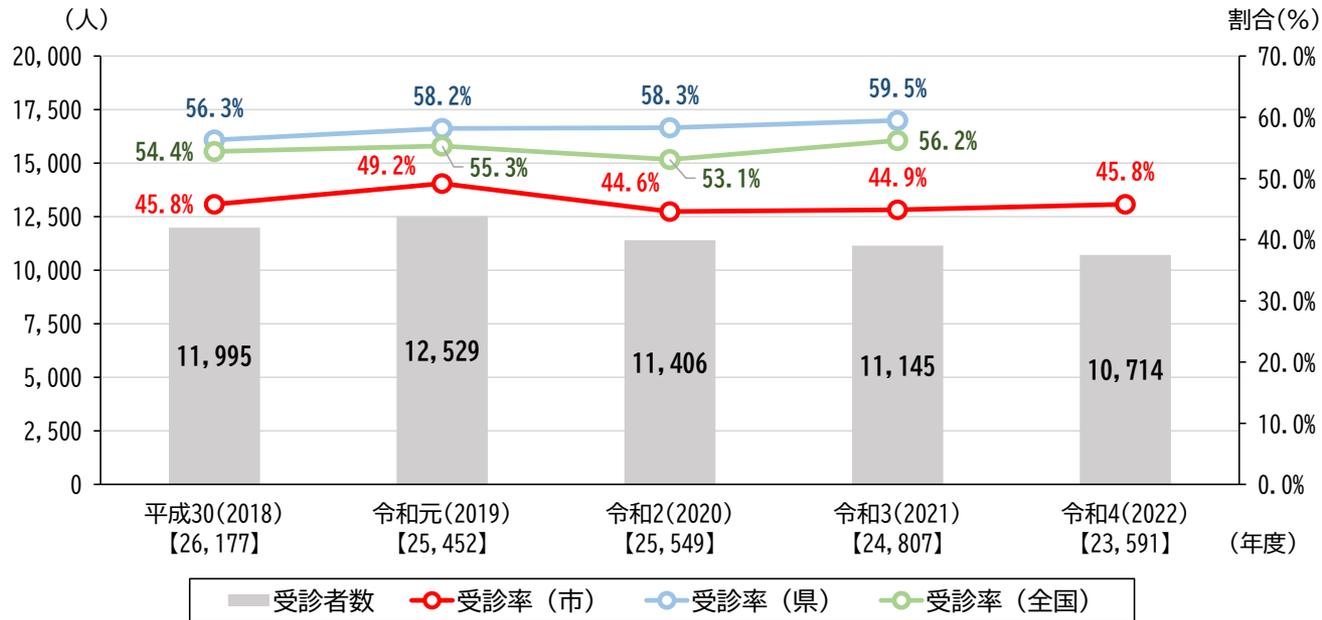
心疾患（虚血性心疾患＋その他の心疾患）

筋骨格系疾患（骨折＋関節症）

## (4) 健康診査の受診状況

### ① 松江市国保特定健康診査の受診状況（推移）

- 受診率：平成30年(2018)度以降で最も特定健康診査の受診率が高かったのは令和元(2019)年度の49.2%。  
また、いずれの年も受診率は5割に届いていない状況。島根県や全国の受診率と比較しても低い状況。



【特定健診受診者・受診率の推移（松江市）】 出典：各年法定報告値

※【】内の数値は対象者数

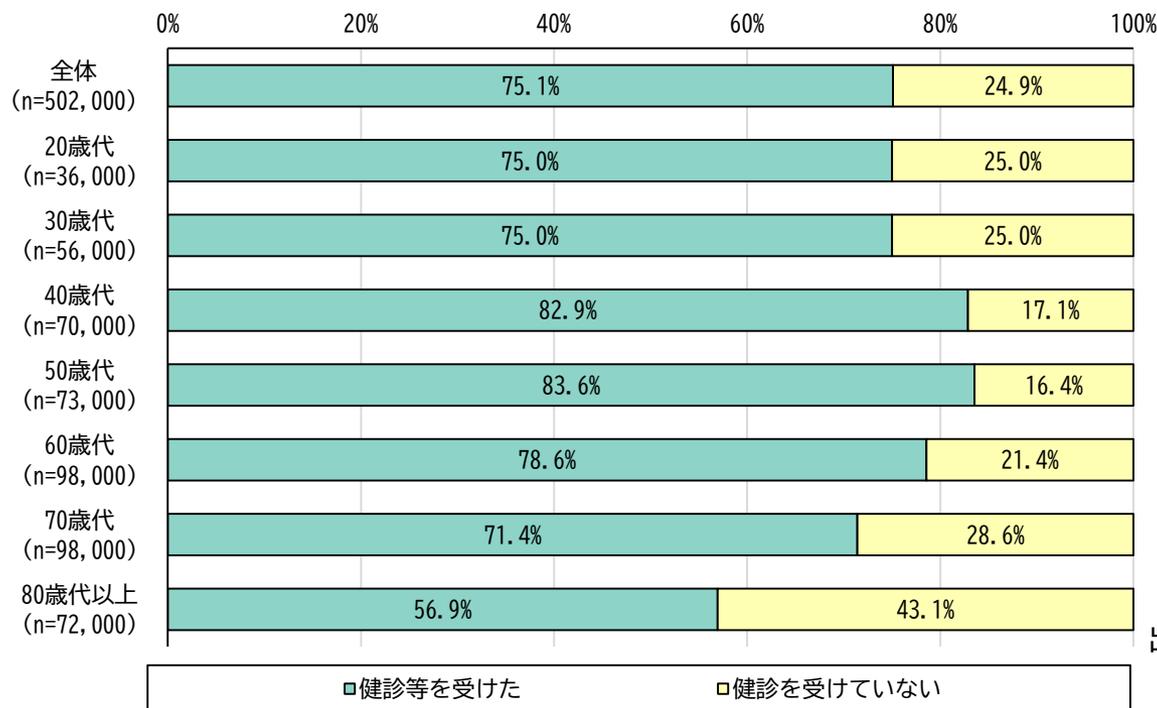
※対象者・受診率は、年度内資格喪失者を除いた特定健康診査法定報告値

※令和4年度は令和5年8月末の暫定報告値

## (4) 健康診査の受診状況

### ② 令和4年国民生活基礎調査の結果からみる健康診査の受診状況（令和4(2022)年）

- 受診状況：健診を受診している方は約8割。20～70歳代までは7割以上が受診している。



#### 【健康診査の受診状況（島根県）】

出典：令和4年国民生活基礎調査（厚生労働省）

※島根県全体の値

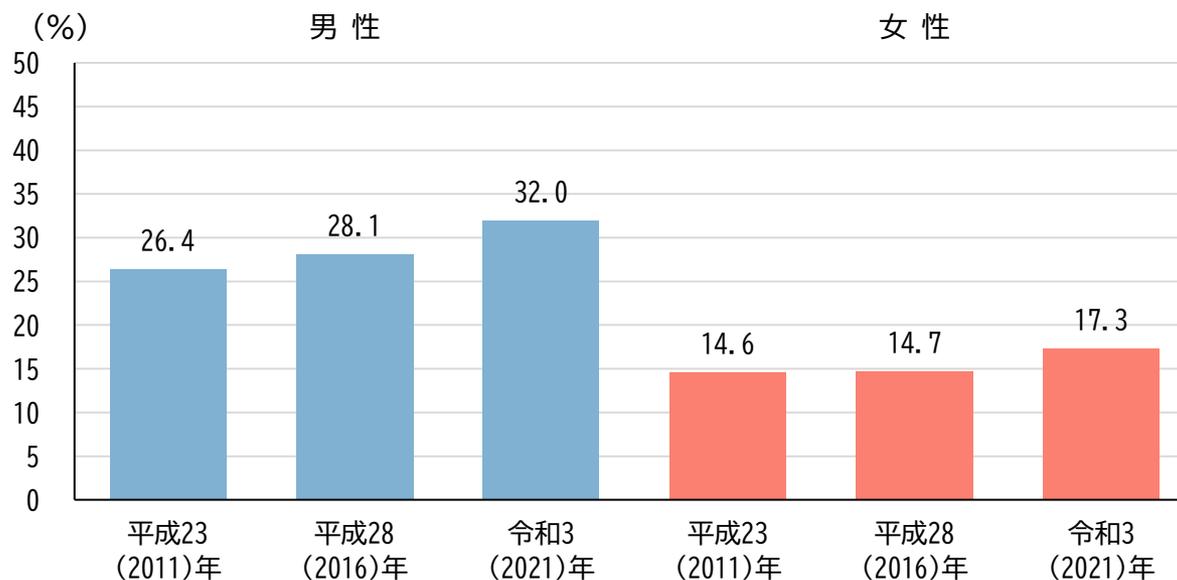
#### 【参考】国民生活基礎調査とは

- 厚生労働省が「統計法」に基づいて1986(昭和61)年から毎年実施している調査。  
「世帯の構造や所得」などについては「基礎調査」として毎年調査している。さらに、3年に1度実施している「大規模調査」では、「健康・介護の状況」などについて調査している。（今回載せているグラフは令和4年に実施した「大規模調査」の結果のうち島根県のデータを元に作成）
- 調査対象：全国から無作為に抽出した世帯及び世帯構成員。
- 目的：保健、医療、福祉、年金、所得等国民生活の基礎的事項を調査し、厚生労働行政の企画及び運営に必要な基礎資料を得るために実施。

## (5) 青年期・壮年期(20~64歳)の健康実態(推移)

### ① 肥満者割合 (BMI25.0以上)

- 男女ともに肥満者の割合は増加している。男性の方が女性よりも高い割合となっている。



【肥満者の割合 (BMI25.0以上) (松江市, 左: 男性, 右: 女性)】

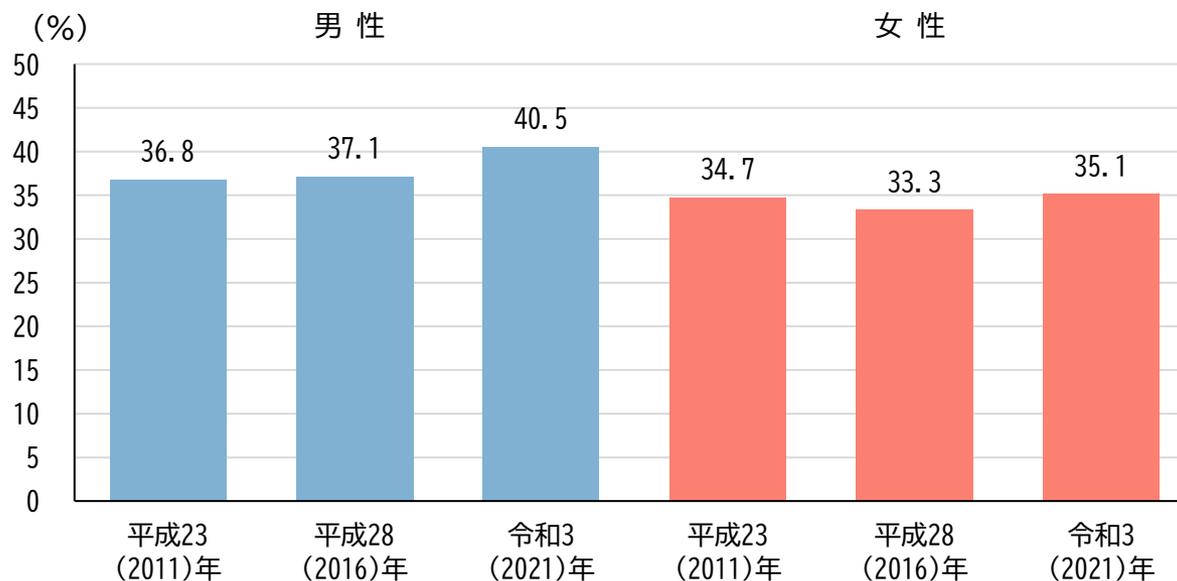
出典: 令和3年度市町村特定健診及び事業所健診 (公社・厚生連) データ

※令和3年: n=17,284(男性), 15,357(女性)

## (5) 青年期・壮年期(20~64歳)の健康実態(推移)

### ② 脂質異常症有病者割合

- 男女ともに脂質異常症有病者の割合は増加している。



【脂質異常症有病者の割合(松江市, 左: 男性, 右: 女性)】

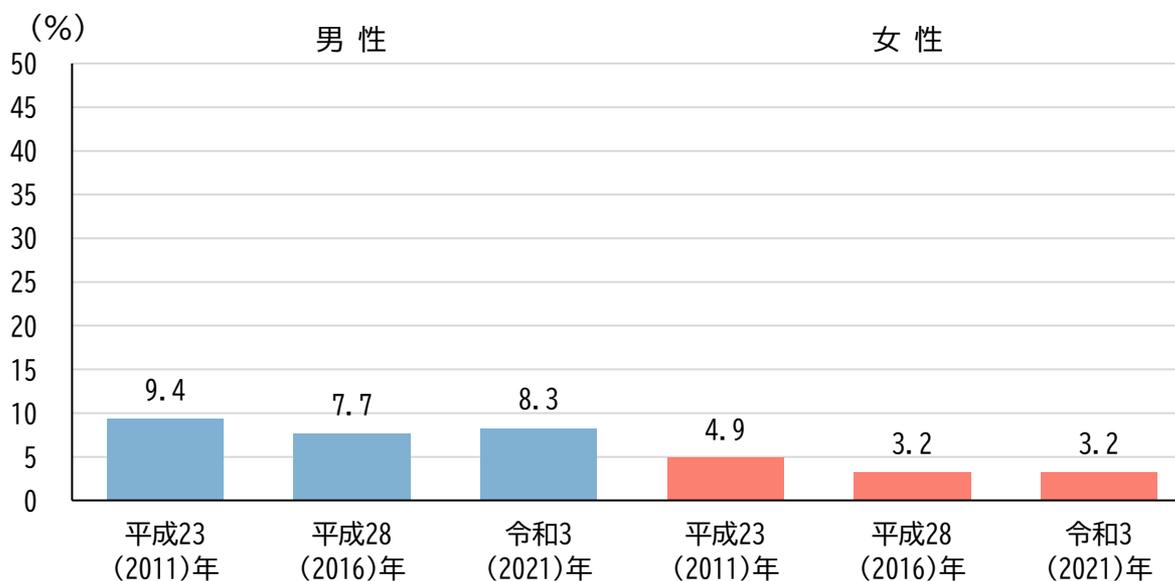
出典: 令和3年度市町村特定健診及び事業所健診(公社・厚生連)データ

※令和3年: n=10,322(男性), 8,297(女性)

## (5) 青年期・壮年期（20～64歳）の健康実態(推移)

### ③ 糖尿病有病者割合

- 男女ともに糖尿病有病者の割合はほとんど変化していない。



【糖尿病有病者の割合（松江市, 左：男性, 右：女性）】

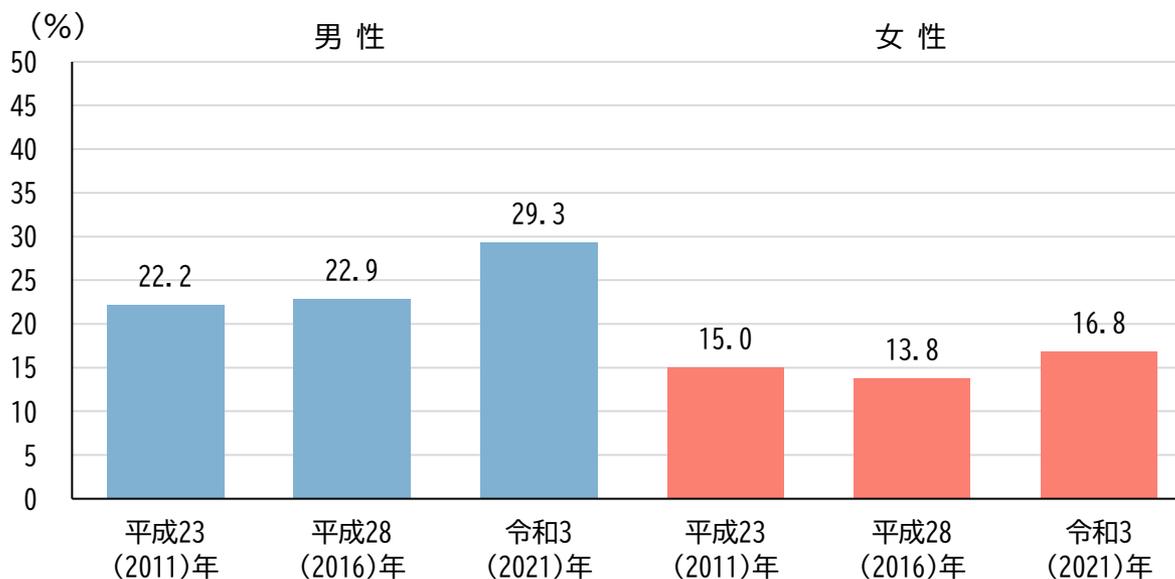
出典：令和3年度市町村特定健診及び事業所健診（公社・厚生連）データ

※令和3年：n=10, 215(男性), 8, 143(女性)

## (5) 青年期・壮年期（20～64歳）の健康実態(推移)

### ④ 高血圧有病者割合

- 男女ともに高血圧有病者の割合は増加している。男性の方が女性よりも高い割合となっている。



#### 【高血圧有病者の割合（松江市, 左：男性, 右：女性）】

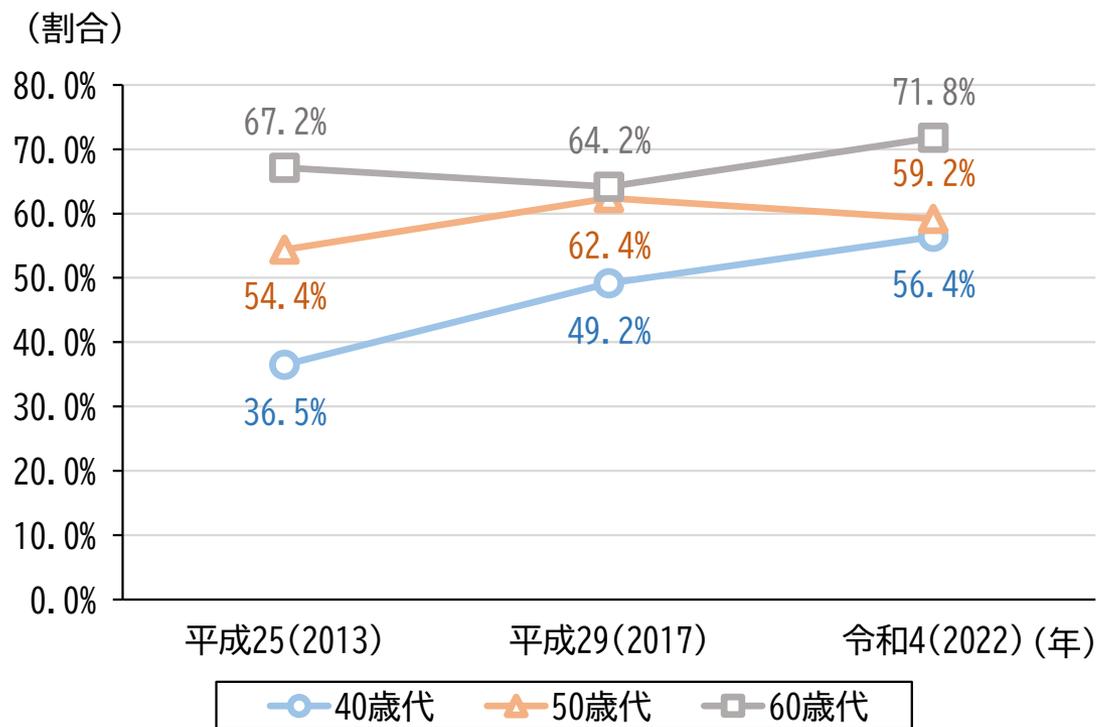
出典：令和3年度市町村特定健診及び事業所健診（公社・厚生連）データ

※令和3年：n=17,285(男性), 15,360(女性)

## (5) 壮年期(40~64歳)の健康実態(推移)

### ⑤ 歯周病有病者割合

- 歯周病有病者の割合は各年代において増加している。特に40歳代の割合は約1.5倍に増加している。



【歯周病有病者の割合(松江市, 40~60歳代)】

出典: 島根県市町村歯科保健対策評価 成人歯科健診結果

### **3. 健康に関する意識と生活習慣 (松江市健康調査結果)**

## (1) 松江市健康調査の概要

### 概要

- 目的：①「第2次健康まつえ21基本計画」で成果指標としている項目の最終評価を行うために実施。  
②「第3次健康まつえ21基本計画」の策定にあたって、施策の方向性を検討するための基礎資料とする。  
上記①②を行うために、市民を対象とした生活習慣等の意識調査（アンケート調査）を実施。

調査項目：【生活習慣・健康意識】 健康への配慮、セルフチェックの実施、食生活、運動習慣、飲酒、喫煙、休養、歯・口腔  
【健康診査・がん検診・地域活動】 健診・検診の実施状況、地域活動への参加状況  
【健康に関する用語・取組の認知度】 「健康寿命」という言葉、「健康まつえ21推進隊」の認知度  
※赤字：今回の資料で結果を載せている調査項目

対象：年齢別、男女別に抽出した20歳以上の松江市民3,500人（無作為抽出）

方法：配布：郵送  
回収：郵送またはインターネット（しまね電子申請サービス）による回答

期間：令和5年1月5日～1月31日

回収結果：配布数 3,500  
回収数 1,664（回収率47.5%）

## (2) 健康調査結果からみえる生活習慣・意識の特徴 (抜粋)

		ライフステージ	
		妊産婦期・青年期・壮年期 (概ね20~64歳)	高齢期 (概ね65歳以上)
① 健康意識	普段から健康に気をつけている人 【(H22) 26.4%→(R4) 26.6%】 男性(R4) : 27.5% 女性(R4) : 25.6%	<ul style="list-style-type: none"> <li>20~50歳代では、「気をつけている」と回答した人は2割を切っている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>60歳代から「気をつけている」人の割合が増える。(60歳代:25.4% 70歳代:36.4% 80歳代以上:44.7%)</li> </ul>
	自身の適正体重を知っている人 【(R4) 69.5%】 男性 : 65% 女性 : 73.5%	<ul style="list-style-type: none"> <li>「知っている」と回答した人の割合は、全年代で女性の方が高い。特に、20歳代は男性が52.2%であるのに対して、女性は75.4%と差が生じている。</li> </ul>	
	定期的にセルフチェック (体重・血圧などの測定) をしている人 【(R4) 82%】 男性 : 79.5% 女性 : 83.5%	<ul style="list-style-type: none"> <li>「測定している」と回答した人の割合は男性よりも女性の方が高い。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>「測定している」と回答した人を年代別でみると60歳代以上の年代の方は、約9割が「測定している」と回答。</li> </ul>
	【体重を測定(R4) : 57.9%】 男性 : 56% 女性 : 59.8%	<ul style="list-style-type: none"> <li>「体重を測定している」と回答した人の割合は男性よりも女性の方が高い。年代別の差は少なく、全ての年代で約5割が「体重を測定している」と回答。</li> </ul>	
	【血圧を測定(R4) : 42.3%】 男性 : 48.1% 女性 : 35.7%	<ul style="list-style-type: none"> <li>「血圧を測定している」と回答した人の割合は20歳代、30歳代は1割以下。40歳代から徐々に増えるが50歳代でも3割以下。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>60歳代から、男女とも5割以上が「血圧を測定している」と回答。年代が上がるにつれて増えている。(60歳代:53.6% 80歳代以上:72.5%)</li> </ul>
② 食生活	食事の状況をどのように思うか 【良い : (H22) 39.4%→(R4) 39.6%】 【問題があるので改善したい : (H22) 37.2%→(R4) 27.0%】 【問題があるが今のままでよい (H22) 6.3%→(R4) 10.6%】	<ul style="list-style-type: none"> <li>「良い」と回答した20歳代~40歳代は約3割。</li> <li>20歳代~40歳代は約4割が「問題がある・改善したい」と回答。この世代の食生活の主な特徴として、「欠食が多い」「野菜の摂取量が少ない」「間食・夜食が多い」などがあげられる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>70歳代以上では5割以上が「良い」と回答。</li> <li>「改善したい」と回答している70歳代以上の人は2割以下。この世代では、「1回あたりに食べる量が 人より少なめ」と回答する人が約3割。</li> </ul>
	塩分摂取状況 【多い・かなり多め : (H29) 35.8% →(R4) 42.4%】	<ul style="list-style-type: none"> <li>「塩分摂取量が多い」と回答した方は、年代別で大きな差はない。一方で、性別による差は生じており、男性は5割程度、女性は3割程度となっている。</li> <li>どの年代でも、男性のほうが塩分摂取量が多い。</li> <li>塩分摂取量が多い人の特徴 男性 : 麺類の汁よく飲む 食事量多め 料理に醤油やソースかける 女性 : 食事量多め せんべい類よく食べる 味噌汁・スープよく飲む</li> </ul>	

## (2) 健康調査結果からみえる生活習慣・意識の特徴 (抜粋)

		ライフステージ	
		妊産婦期・青年期・壮年期 (概ね20～64歳)	高齢期 (概ね65歳以上)
③ 運動習慣	散歩や、早歩きをしている人 【(H22) 52.5%→(R4) 53.1%】 男性(R4) : 55.6% 女性(R4) : 50.7%	● 「散歩や早歩きなどをしている」人は、性別・年代を問わず5割程度となっている。	
	日常的に運動している人 【(H22) 33.2%→(R4) 27.1%】 男性(R4) : 32.9% 女性(R4) : 22.3%	● 20～50歳代では、「日常的に運動している」と回答した人は約2割で、女性よりも男性の割合が高い。	● 「日常的に運動している」と回答した方の割合は60歳代から増加し3割程度となっている。女性よりも男性の割合が高い。
④ 飲酒	毎日飲酒している人 【(H22) 17.4%→(R4) 19.9%】 男性(R4) : 31.5% 女性(R4) : 9.8%	● 「毎日飲酒している」と回答した人は男女差が顕著である。最も男女差が大きいのは50歳代。(50歳代男性 : 37.6%、50歳代女性 : 13.2%) ● 年代別では、30歳代から増加傾向で、最も高いのは70歳代で約7割が飲酒している。	
⑤ 喫煙	習慣的に喫煙している人 【(H22) 9.7%→(R4) 11.2%】 男性(R4) : 19.5% 女性(R4) : 4.4%	● 「喫煙している」と回答した人は男女差が顕著である。最も男女差が大きいのは40歳代。(40歳代男性 : 39.8%、40歳代女性 : 10.5%) ● 年代別では、40歳代が最も高く約2割。	● 「喫煙している」と回答した人は男女差が顕著である。 ● 年代があがるにつれて、喫煙している人の割合は減少し、60歳代以上は1割以下。
	禁煙したいと思う人 【喫煙している人のうち : (H22) 52.6%→(R4) 58.6%】 男性(R4) : 56.6% 女性(R4) : 65.6%	● 「禁煙したいと思っている」人は、性別・年代を問わず喫煙者のうち半数以上となっている。	
⑥ 休養	睡眠で休養がとれている人 【(H22) 77.4%→(R4) 72.5%】 男性(R4) : 73.1% 女性(R4) : 71.5%	● 20歳～50歳代では、「睡眠がとれている」と回答した人は7割以下で、女性よりも男性の割合が高い。	● 年代があがるにつれて、睡眠がとれている人の割合は増加し、70歳代以上は8割を超える。
⑦ 歯・口腔	歯・口の健康状況をどう思うか 【良い : (H22)32.1%→(R4)33.9%】 【問題があるので改善したい : (H22)50.8%→(R4)42.5%】	● 男女とも20歳代は4割以上が「良い」と回答し、他の年代よりも割合が高い。 ● 20～50歳代の約4割が「問題があるので改善したい」と回答。	● 年代があがるにつれて、問題があるので改善したいと考えている人の割合は減少し、80歳代以上は3割以下。
	かかりつけ歯科医で定期的に受診しているか 【受診している : (H22)40.4% →(R4)52.3%】 男性(R4) : 48.2% 女性(R4) : 56.3%	● 「受診している」と回答した人の割合は、男性よりも女性の方が高い。 ● 男性は年代があがるにつれて、受診している人の割合が高くなる。	

## 4. まとめ

## (1) 松江市民の健康に関する現状及び課題・取組の方向性

### 現状・課題

- 人口減少、働きざかり世代は減少し、65歳以上の高齢者が人口に占める割合は増加。
- 健康寿命は男女とも延伸しているが、介護期間は短縮していない。
- がん、循環器疾患（脳血管疾患、心疾患）は、死亡および介護認定の原因の上位である。
- がんは、胃がん以外の死亡率は横ばいまたは、増加傾向。
- 女性の新規要介護認定者の原因疾患では、筋・骨格系疾患が多いのが特徴。
- 松江市国保特定健診受診率は国・県よりも低く、50%に満たない。
- 青・壮年期の健診結果では、女性より男性の方が有病割合が高く、男女とも肥満、高血圧、脂質異常は増加傾向、血糖異常は横ばい。
- 歯周病は増加傾向。
- 健康調査の結果から、市民の生活習慣や健康意識は、一部悪化した項目もあるものの大きな変化はみられなかった。コロナ禍での生活様式の変化が大きな要因と考えられる。



### 取組の方向性

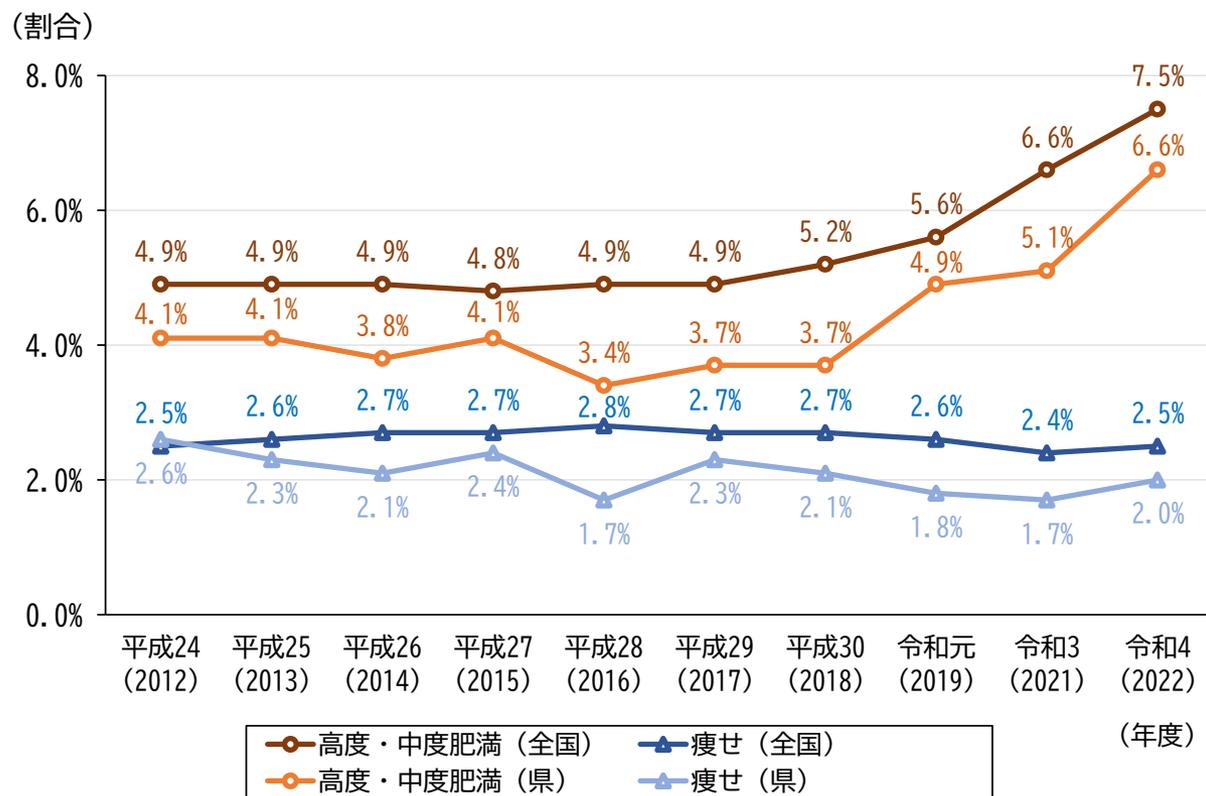
- 健診・がん検診受診率の向上
- 生活習慣の改善による生活習慣病発症予防、受療等による重症化予防
- 女性の筋・骨格系疾患対策
- ライフステージに応じた取組

# その他. 第1回推進委員会で出た質問の回答 (児童の体格について)

# (1) 児童の体格について

## ① 小学5年生男子

- 「高度・中度肥満」の児童の割合は増加傾向にある。一方で、「痩せ」の児童の割合はほとんど変化がない。

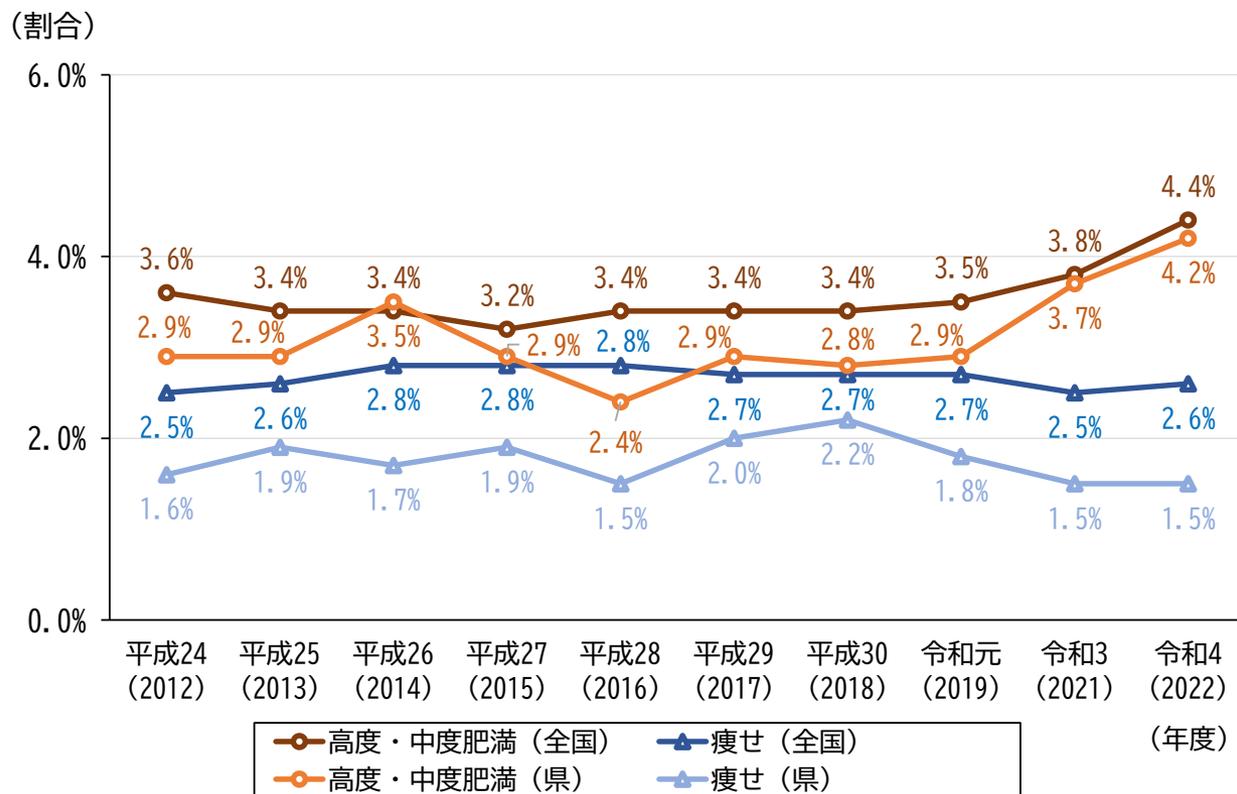


【児童の体格の状況 (小学5年生男子, H24~R4)】 出典：全国体力・運動能力、運動習慣等調査 (文部科学省)  
 ※R2年度は調査未実施

# (1) 児童の体格について

## ② 小学5年生女子

- 「高度・中度肥満」の児童の割合は、平成24(2012)～令和元(2019)年度の間はほとんど変化がないが、令和3(2021)年度以降に増加している。また、「痩せ」の児童の割合はほとんど変化がない。



【児童の体格の状況 (小学5年生女子, H24～R4)】

出典：全国体力・運動能力、運動習慣等調査 (文部科学省)  
 ※R2年度は調査未実施