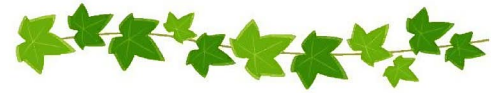




宮西連区の情報



⑥連区の人口構成 R5.4.1

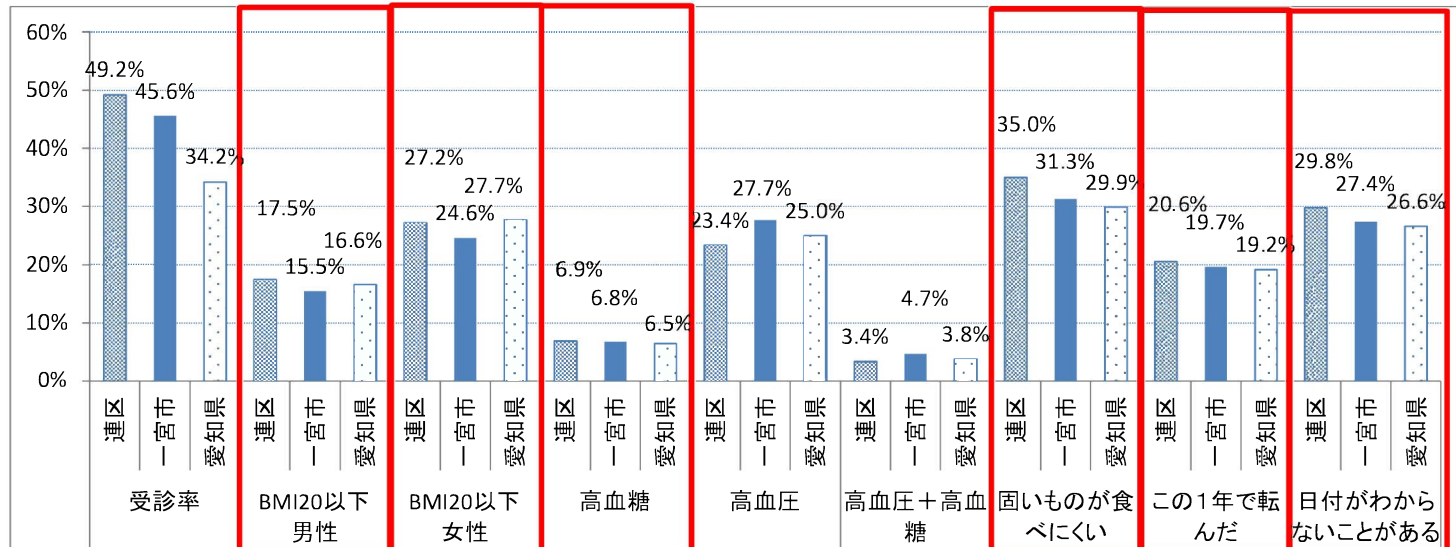
総人口： 11,587 人（男性 5,561人、女性 6,026人）

世帯数： 5,250

高齢化率： 26.0 %（市内高齢化率が高い順で23連区中12番目）

⑦一宮市後期高齢者医療制度 健康診査（令和4年度）

被保険者人数 市 59,387 人 連区 2,190 人



「BMI20以下」、「固いものが食べにくい」、「この1年で転んだ」、「日付がわからないことがある」の4点はフレイル（虚弱）に関する質問項目になります。

資料: KDBシステム

⑧地域活動（地域包括支援センター「まちなか」や社会福祉協議会の活動より）

【宮西 こども広場】

小学生から中学生を対象にロバ隊長（認知症を理解し、認知症の人や家族を見守る認知症サポーターを一人でも増やし、安心してらせるまちをみんなでつくっていくことを目指す活動のマスコット）をモチーフにした輪投げで認知症の啓発活動を行いました。約20名の子供たちに参加して頂き、認知症を知っているか聞くと、半数が「知らない」と回答した。輪投げの景品に包括「まちなか」オリジナルシールを渡ししながら、認知症の理解や接し方について伝えました。子供たちは、輪投げを楽しみながら「おじいちゃんやおばあちゃんにやさしくしたい」等、認知症について学ぶことができました。



【認知症予防】 宮西老人クラブにて「知って納得！認知症予防」を実施しました。

認知症は、単なる物忘れとは異なること、適度な運動と健康的な食生活、脳の活性化について予防講話を行い、脳トレをみなさんと一緒に行いました。



⑨データから見る地域の特徴と健康の課題

《市全体のこと》

- 平均的に要介護2以上の期間は、男性で1.6年、女性で3.1年。この期間を短くすると、自分のことが自分でできる期間が長くなる。今後の、健康増進、介護予防の取り組みでこの年数を減らすことが望まれる。

《連区のこと》

- 健診受診率は市と比べると高い。後期高齢者の健診は、フレイル健診とも言われ、知らない間に進むカラダの変化のチェックができる。生活の中の工夫で、病気や介護を遠ざけることもできるから、1年に1回利用しよう。



かかりつけ医を作り、病気だけではなく、カラダの変化も相談しよう。
今後の人生に楽しい時間が増えるかもしれません♪

- 健診結果から、「高血糖」が市よりも多い。「高血糖」になっても自覚症状はないから、病院で診てもらうことが必要。
- 質問票の結果から、BMI20以下の「低栄養」の割合は市よりも男女ともに多く、「固いものが食べにくい」、「この1年で転んだ」、「日付けがわからないことがある」人の割合は、市よりも多い。フレイル予防の知識の普及と予防の取り組みを進める必要がある。

●地域活動について

転んだことのある人や口の機能や認知機能が気になる人等が多く、フレイルに注意したい人が多そうだから、地域の中で認知症のことを学ぶ場がある様子。学びの中で人との交流ができるとフレイル予防につながっていく。



フレイル予防は、運動、食事、人との交流がキーポイント。
宮西連区の活動は、介護予防につながっているね！

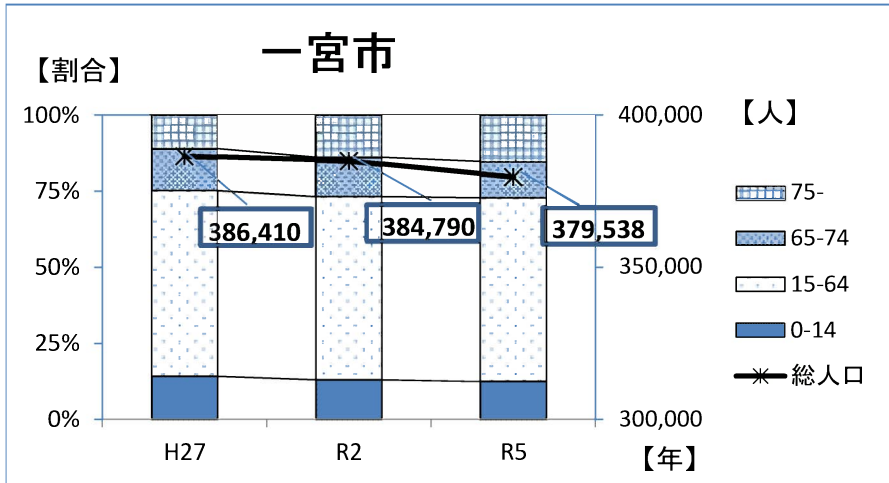


一宮市の情報

一宮市の情報

①人口推移(各年4月1日)

②男女別年齢階級別人口(令和5年4月1日)



資料:住民基本台帳

③人口構成(令和5年4月1日 住民基本台帳)

総人口: 379,538 人(男性 185,327人、女性 194,211人)

世帯数: 166,564

高齢化率: 27.2% (参考: R4国29.1%、R4愛知県25.6%)

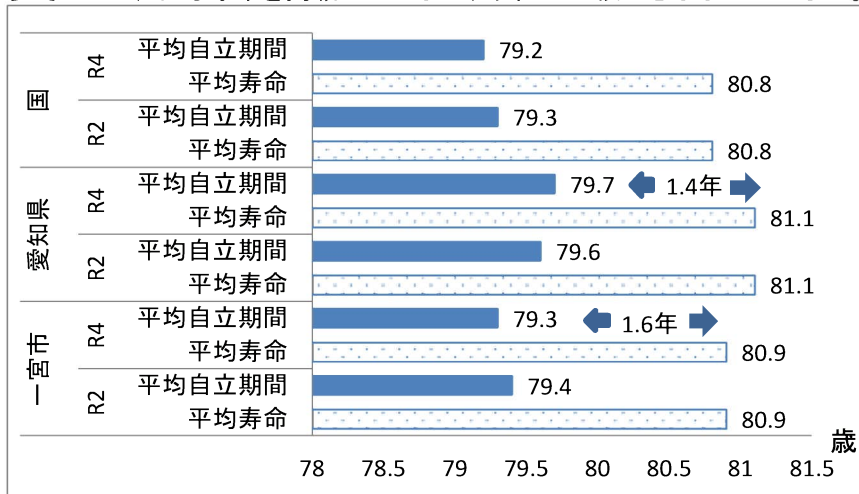
要介護認定率: 17.5% (令和5年9月末 第9期高齢者福祉計画)

③平均自立期間(市町村レベルの健康寿命の指標)

平均自立期間とは、日常生活動作が自立している期間の平均年数を示す。

要介護2以上を不健康状態と定義して、平均余命から不健康期間を除いたもので算出します。

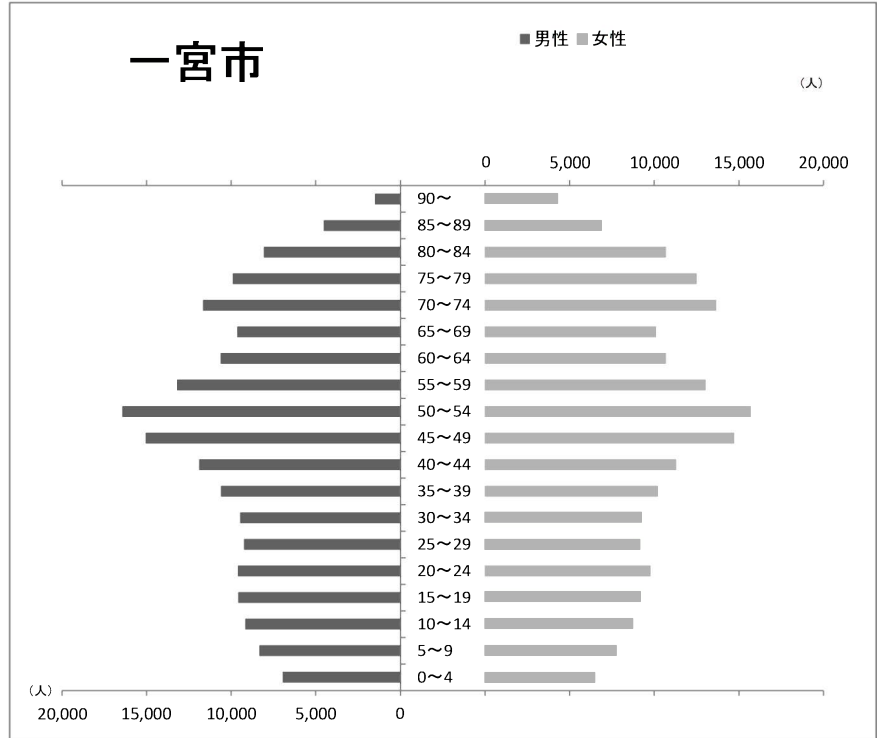
参考として、平均寿命を掲載しているが、単純に比較できるものではない。



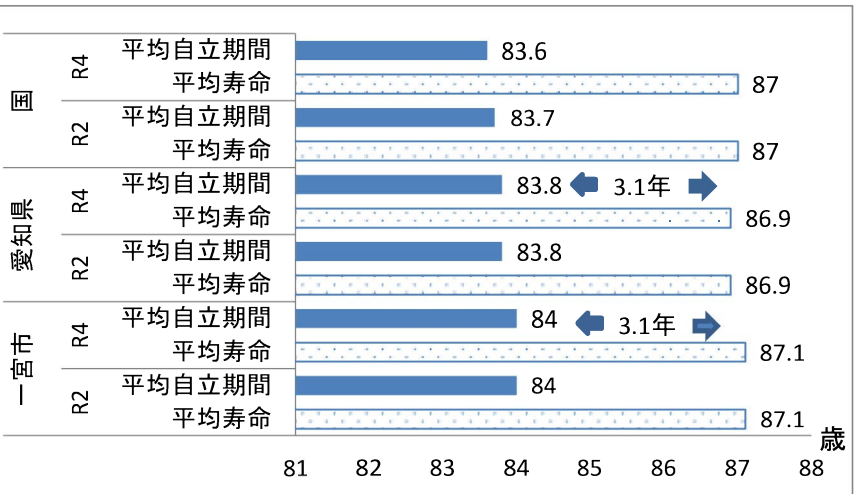
平均寿命は、男女とも、令和2、4年は同じ。愛知県よりも男性は0.2年短く、女性は、0.2年長い。

平均自立期間と平均寿命の差が、平均的な不健康期間となります。

一宮市の不健康期間が男性は約1.6年、女性は3.1年で、愛知県より不健康期間が男性は0.2年長く、女性は同等でした。

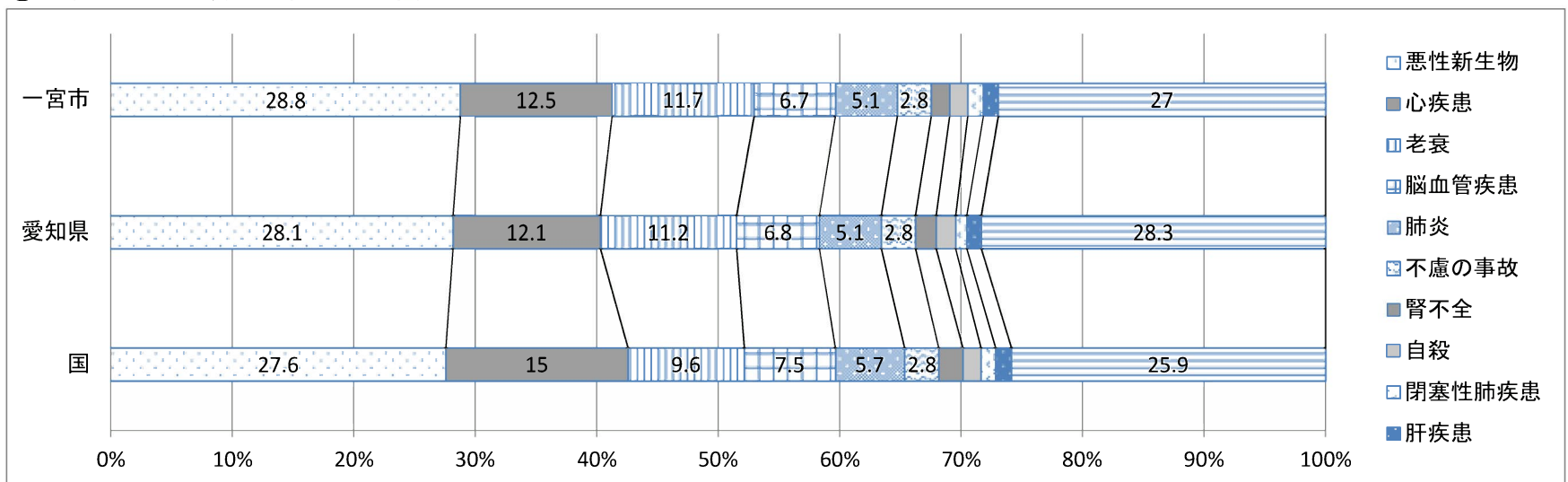


資料:住民基本台帳



資料:KDBシステム

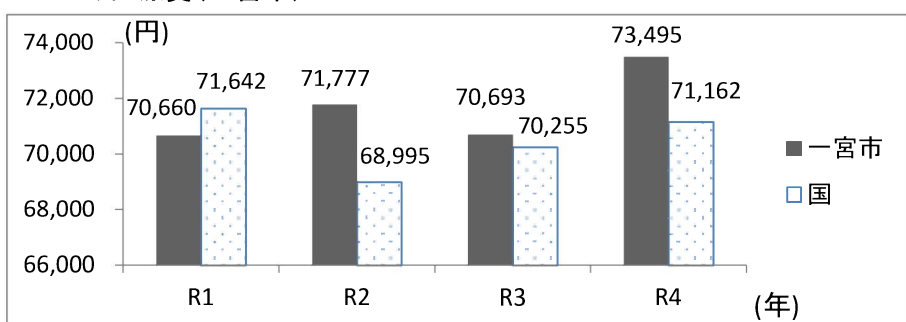
④主要死因別順位(令和2年度)



資料:健康日本21いちのみや計画

⑤後期高齢者医療保険制度 医療費データ

一人当たり医療費(一宮市)



死因の上位を悪性新生物、心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病が占めているよ。
生活習慣病は、予防対策があるから、かかりつけ医や保健師に相談し、自分にあった対策を考えよう。
早めに対策することで医療費も安くなることもあるよ。



資料:KDBシステム