

●向山連区の情報●

⑥連区の人口構成 R5.4.1

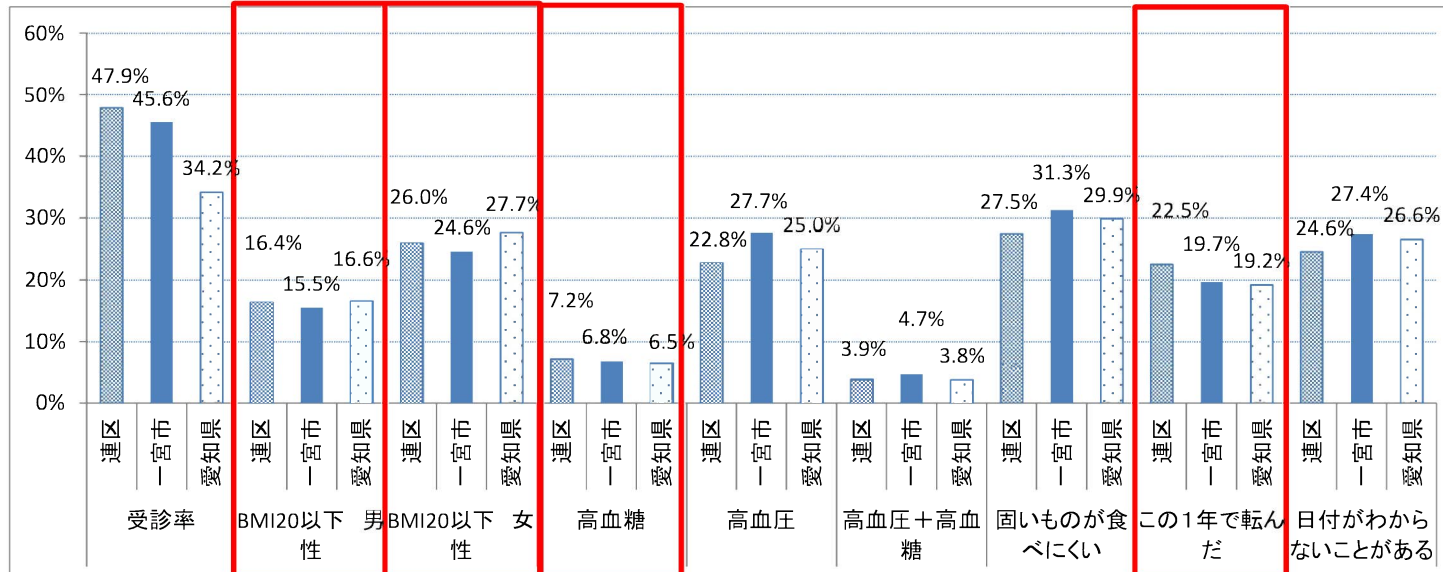
総人口： 9,144 人（男性 4,441人、女性 4,703人）

世帯数： 4,165

高齢化率： 22.8 %（市内高齢化率が高い順で23連区中22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 1,086 人



「BMI20以下」、「固いものが食べにくい」、「この1年で転んだ」、「日にち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。

…改善したいもの
資料：KDBシステム

⑧地域活動（地域包括支援センター「ちあき」や社会福祉協議会の活動より）

・向山ふれあいサロン

場所：向山公民館

日時：毎月第2水曜日午前9時30分～11時30分

内容：茶話会・健康体操・麻雀・将棋・けん玉等

高齢者が集まれる場所があると良いという思いから2014年にサロンが開設されました。

支援者の方が企画を準備して頂いたり、ゆで卵や美味しい珈琲を用意して下さい、

有意義な時間を過ごすことができる場となっております。

他社交流・情報交換・介護予防の場にもなります。

どなたでも参加可能です。参加希望される方は向山公民館へお問い合わせください。



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。
これから何がしたい？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。自覚症状はないから、病院で診てもらうことが必要。
BMI20以下の「低栄養」の割合は、男女とも市よりも多い。知らない間に痩せていることもあるので、要注意。
- 質問票の結果から、「この1年で転んだ」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

低栄養の人や転んだことがある人が多く、フレイルに注意したい人が多そうだが、

市民の方が楽しみながら交流できる場があるようです。そういったことが、フレイル予防にはよい活動になっている。



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

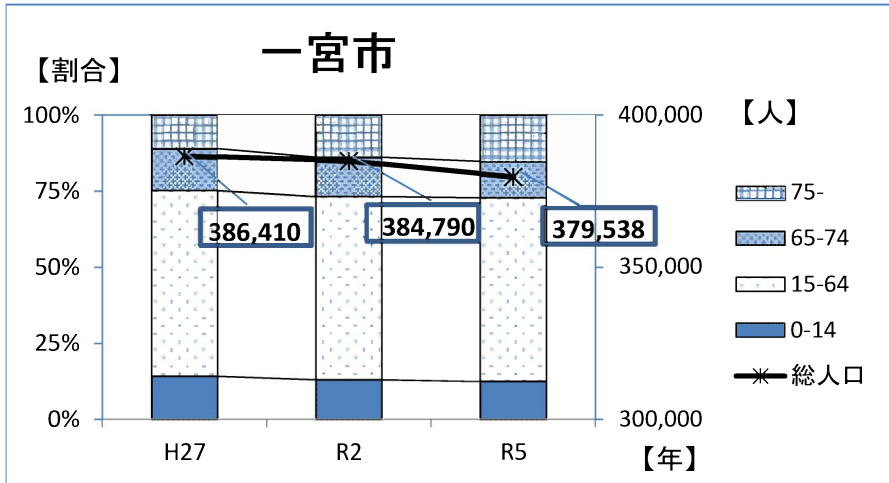


一宮市の情報

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%)

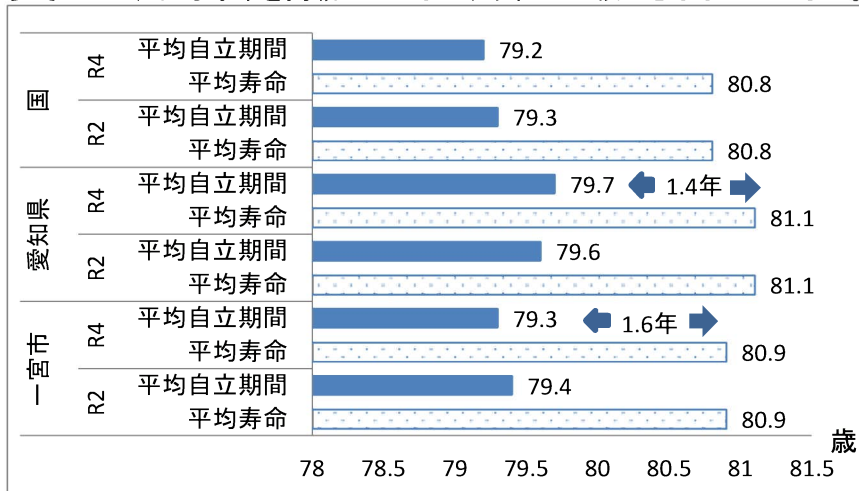
要介護認定率: 17.5% (令和5年9月末 第9期高齢者福祉計画)

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。

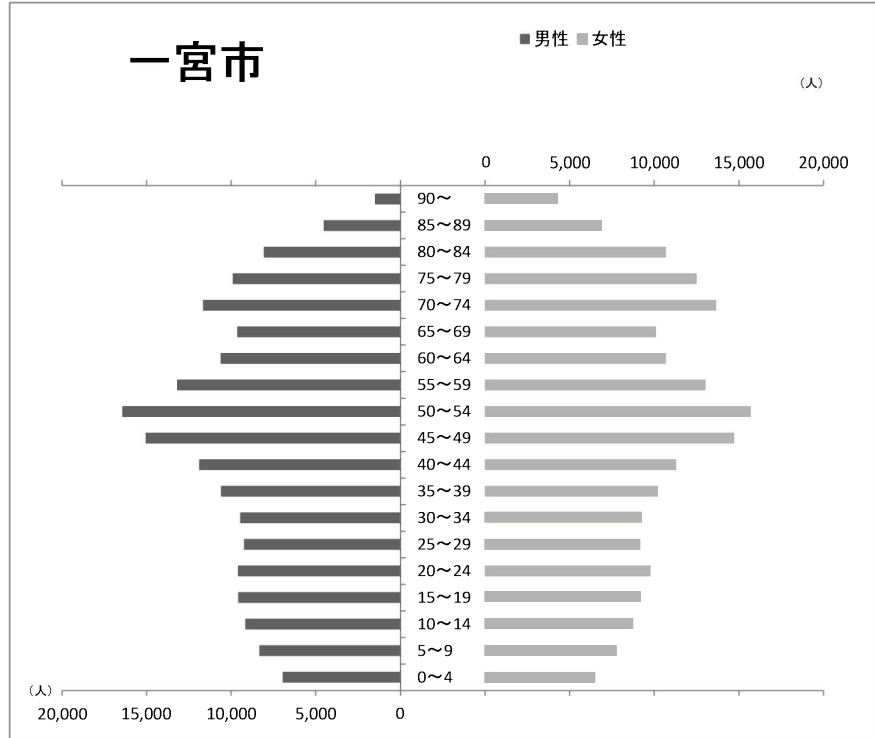
参考として、平均寿命を掲載しているが、単純に比較できるものではない。



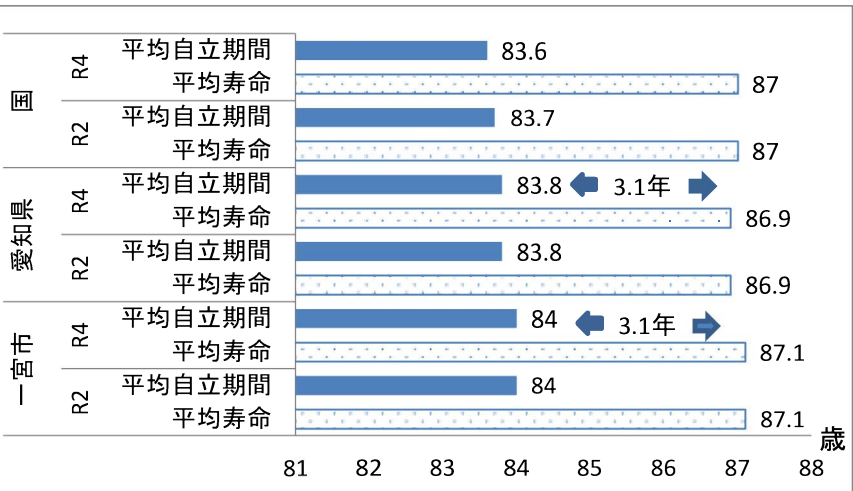
平均寿命は、男女とも、令和2、4年は同じ。愛知県よりも男性は0.2年短く、女性は、0.2年長い。

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。

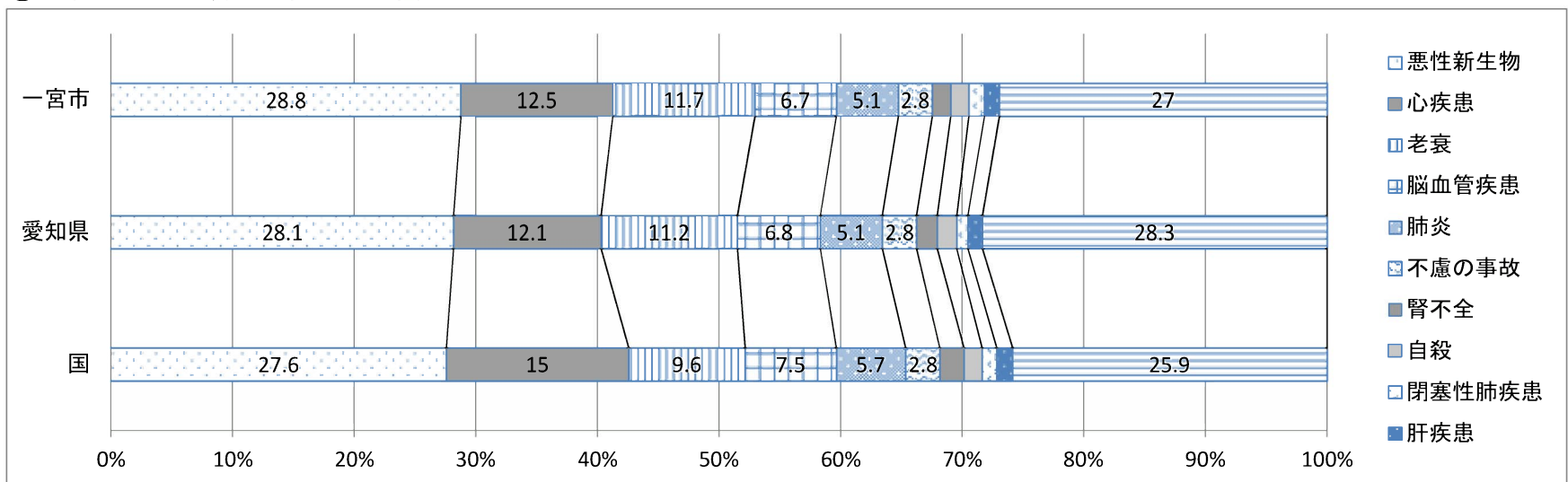


資料:住民基本台帳



資料:KDBシステム

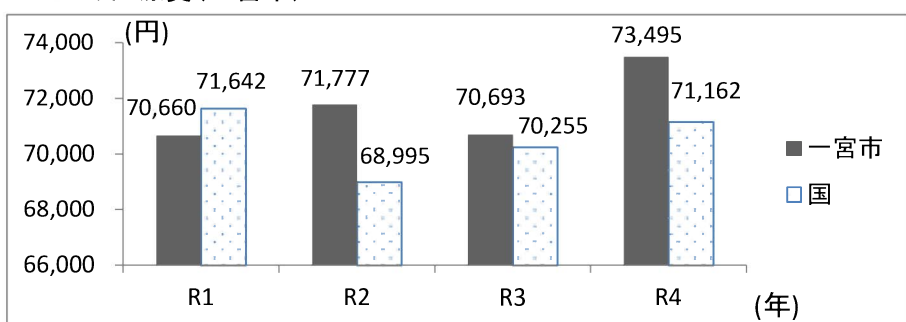
④主要死因別順位(令和2年度)



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