

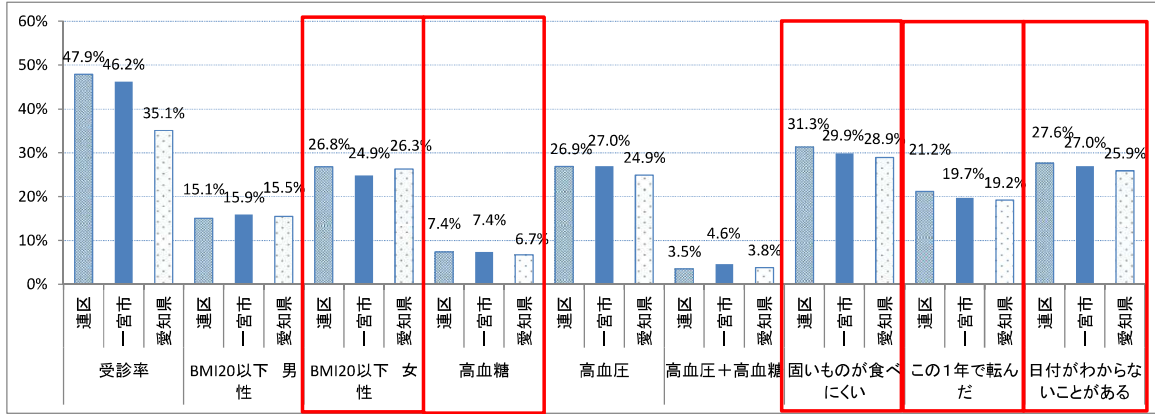
● 貴船連区の情報 ●

⑦連区の人口構成 R6.4.1

総人口： 11,329 人（男性 5,446人、女性 5,883人）
 世帯数： 5,294
 高齢化率： 26.5 %（市内高齢化率が高い順で23連区中12番目）

⑧一宮市後期高齢者医療制度 健康診査（令和5年度）

被保険者人数 市 61,344 人 連区 1,640 人



「BMI 20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

⑨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）

【ゆめサロン】 貴船連区の住民であれば、年齢問わず参加可能です。

【リボン倶楽部】



季節や行事に合わせた、
 工作やイベントを楽しんで
 います。
 毎回、お茶を飲みながら
 の会話も楽しみです。



寄付の着物などをリメイクして鞆や小物を作成します。裁縫を
 通して、人と人との交流が生まれ、みなさん笑顔になっています。

【松降住宅集会場】

- ・在宅福祉サービス説明会を行いました。
- ・株式会社ヤマシタの協力をいただき、歩行チェック『トルト』による歩行チェックを実施しました。思ったよりも歩く速度が遅かった！ふらつきがあった！など、気づきや結果を紹介し合いながら、参加者同士の交流が盛んでした。



・明治安田生命の協力をいただき、『ベジチェック』と『血管年齢測定』を行いました。

普段計測できないデータを見て、それぞれの結果に喜び合いながら、会話が盛り上がっていました。



⑩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。

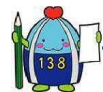
《連区のこと》

- 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。
- 健診の結果から「高血糖」が市と同じく多い。自覚症状がないから、病院で診てもらわなければならない。BMI 20以下の「やせ」の割合は、女性が市よりも多い。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「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」人の割合が市よりも多い。

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

低栄養の人やお口の機能が気になる人、転倒予防や認知症予防を勧めたい人など、フレイルに注意したい人が多そうだが、市民が主体的に交流の場を設け、参加者同士の会話が弾む場があることは、フレイル予防によい活動になっている。



かかりつけ医を持ち、病気だけでなく、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♪

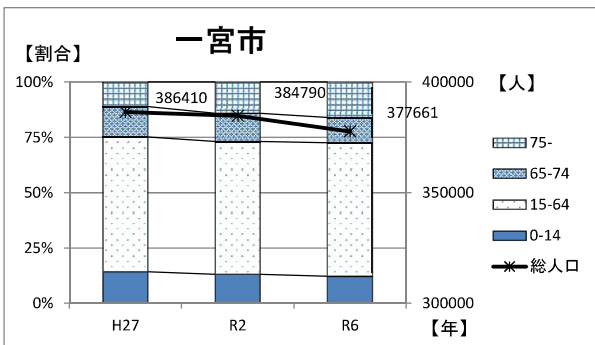


フレイル予防は、運動、食事、人との交流がキーポイント。貴船連区の活動は、フレイル予防に繋がっ

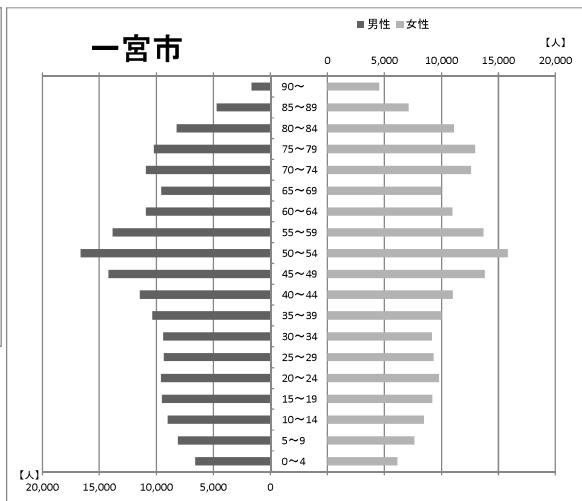
一宮市の情報

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6年4月1日)



③人口構成(令和6年4月1日 住民基本台帳)

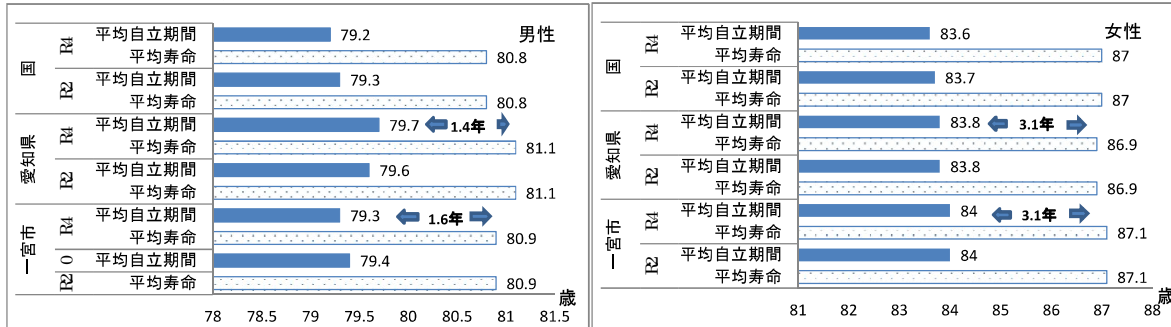
総人口: 377,661 人(男性 184,259人、女性 193,402人)
 世帯数: 168,204
 高齢化率: 27.4% (参考: R6国29.3%、R6愛知県25.8%)
 要介護認定率: 17.5% (令和5年9月末 第9期高齢者福祉計画)

資料: 住民基本台帳

④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。

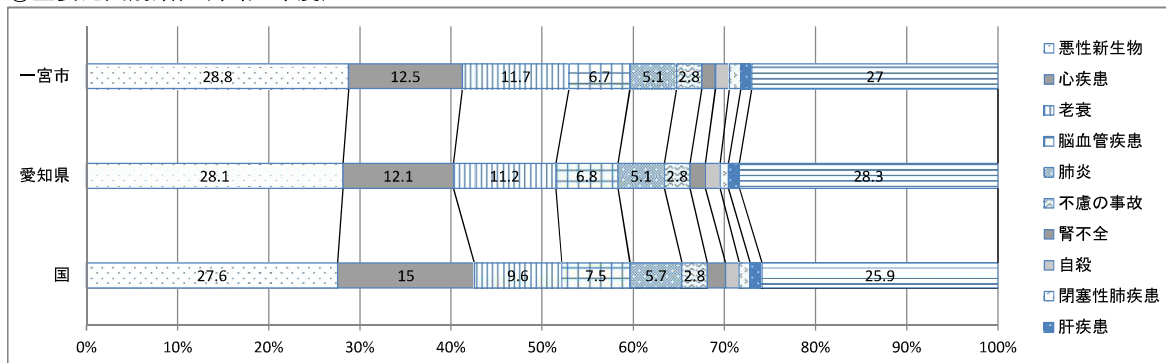
資料: 住民基本台帳



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1.8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。男性は約1.6年、女性は3.1年で男性は、愛知県よりも0.2年長く、女性は同等でした。

資料: KDBシステム

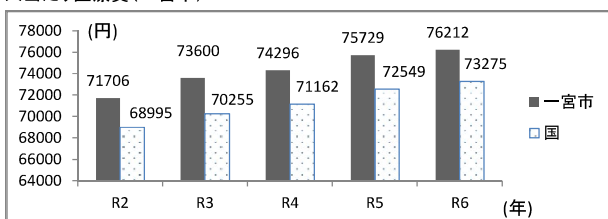
⑤主要死因別順位(令和2年度)



資料: 健康日本21いちのみや計画

⑥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。生活習慣病は、予防対策があるもから、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