

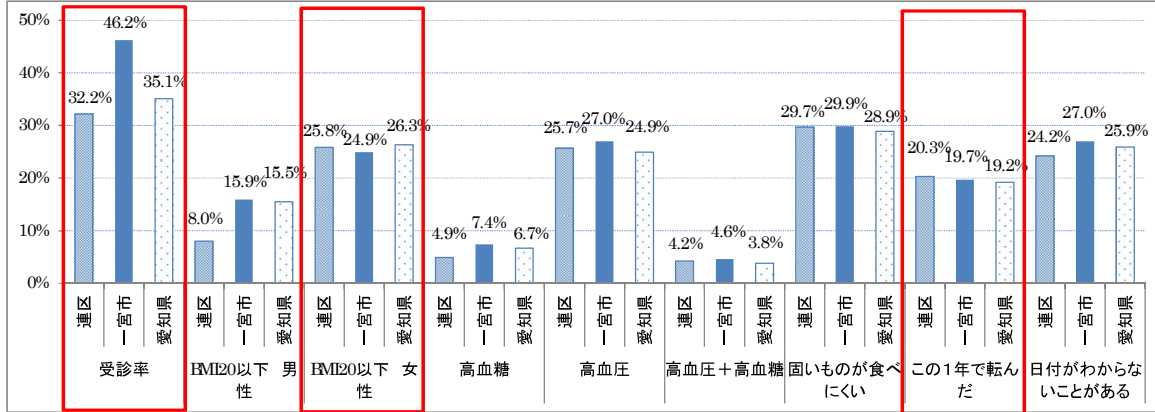
●小信中島連区の情報●

⑦連区の人口構成 R6.4.1

総人口： 10,641 人（男性 5,186人、女性 5,455人）
 世帯数： 4,512
 高齢化率： 25.6 %（市内高齢化率が高い順で23連区中17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 1,203 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「泰玄会」や社会福祉協議会の活動より）

連区全体

- ・小信中島つどいの里、小信中島公民館で社交ダンスや各種教室が行われている。
- ・緑道が住民の散歩コースになっており、気候が良いとたくさんの人たちがウォーキングをしている。
- ・青果店店主は、利用客である高齢者に声をかけるなど、日頃から体調の変化などを気にしている。また独居高齢者のためにお惣菜の販売もしている。
- ・市民体育祭を開催している。
- ・民生児童委員、地域包括支援センター合同開催で「認知症ひとり歩き声かけ訓練」を実施している。
- ・避難訓練は地域で担当を決めて行っている。



我曾

- ・団地で自治会を持っており、災害時の対応や大規模修繕など独自の運営をしている。

二ツ屋

- ・青果店店主は、利用客である高齢者に声をかけるなど、日頃から体調の変化などを気にしている。また独居高齢者のためにお惣菜の販売もしている。



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低い。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♪



- 健診結果から、BMI 20以下の「低栄養」の割合は、女性が市より多い。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」人の割合が多い。繰り返す転倒は骨折のリスクが高まる。
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のある人が多く、フレイルに注意したい人が多いが、自主的に教室に参加したり、緑道で散歩やウォーキングを行うことはフレイル予防による活動となっている。声を掛ける習慣は、人と人のつながりを強くしているね。

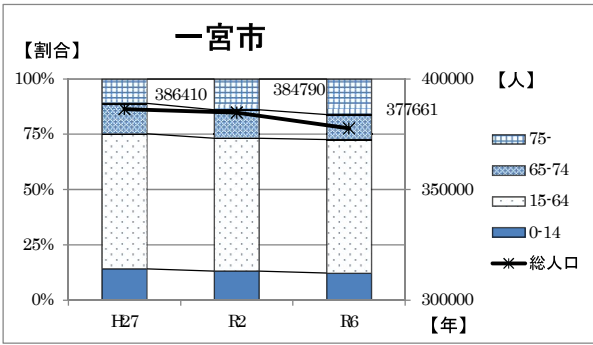
フレイル予防は、運動、食事、人との交流がキーポイント。
 連区の活動は、フレイル予防に繋がっているね！



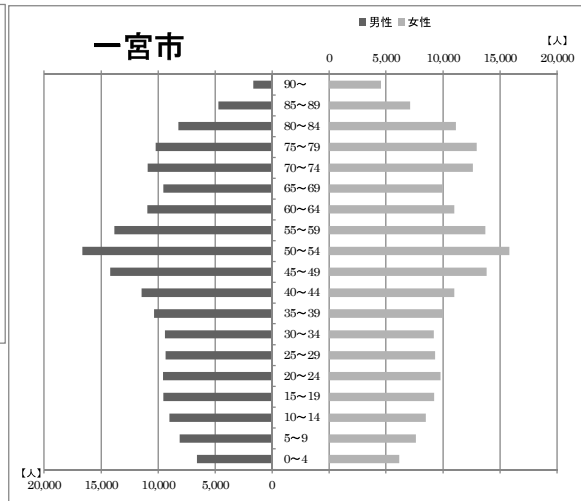
一宮市の情報

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)

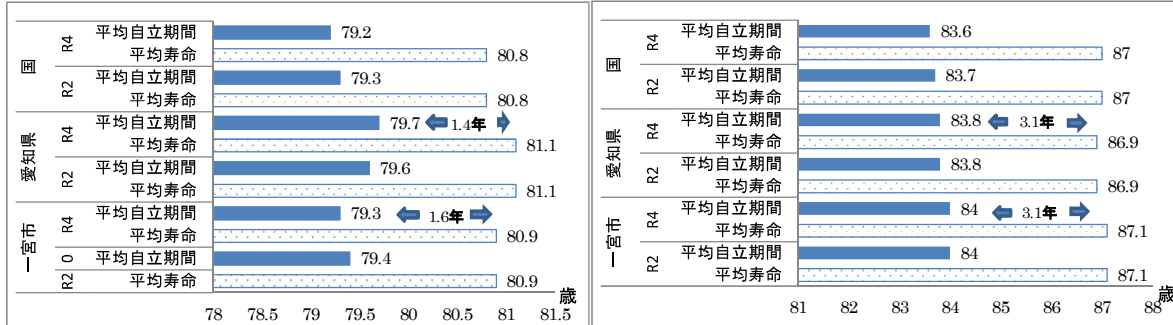


③人口構成(令和6年4月1日 住民基本台帳)

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)

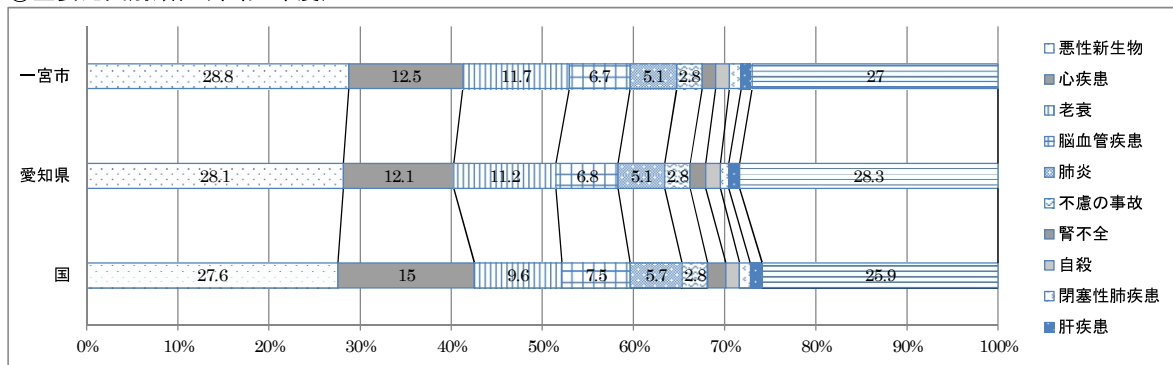
④平均自立期間(市町村レベルの健康寿命の指標)

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。



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。

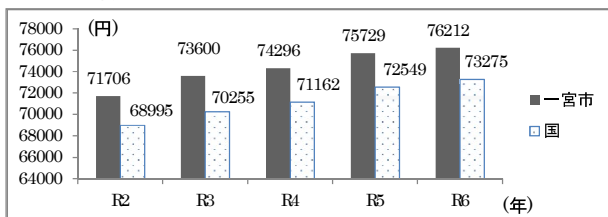
⑤主要死因別順位(令和2年度)



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