

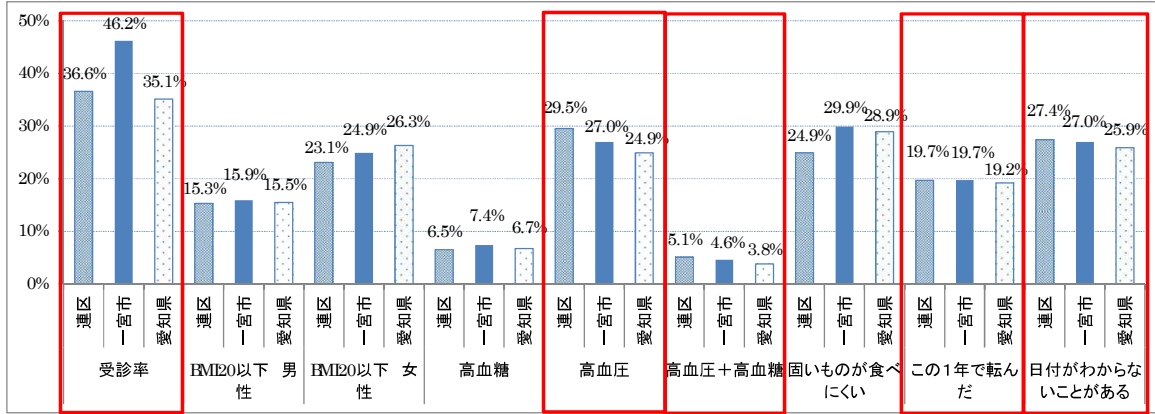
# 三条連区の情報

## ⑦連区の人口構成 R6.4.1

総人口： 13,404 人 (男性 6,450人、女性 6,954人)  
 世帯数： 5,936  
 高齢化率： 23.8 % (市内高齢化率が高い順で23連区中20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 1,451 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

- ・公民館活動が活発。
- ・連区長、公民館館長、民生委員会長、地域づくり協議会会長のつながりが強く、一体となって地域活性化に働いている。
- ・三条連区運動フェスタや、三条秋のフェスタなど世代を問わず 老若男女が集まれるイベントが開催されている。
- ・尾西まつり、尾西公園での盆踊り、あじさい祭りなどの行事もあり、地域住民が顔を合わせる機会が多く、声掛けや見守りができている。
- ・多くのふれあいサロンがある。
- ・三条ふれあいサロンで行われる成人講座では1年を通してヨガや弁当作り、音楽に触れるなど様々な分野が盛り込まれている。
- ・喫茶店で友人で集まり談笑している姿が多い。
- ・介護予防に興味のある方が多く、各々散歩を習慣にしている人が多い。
- ・尾西公園では太極拳が開催されており多数の参加者がいる。
- ・老人会で介護予防の講師依頼が多い。
- ・教養講座には毎年100人近い参加者が集まり、介護予防への興味、関心が伺われる。

## 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♪



- 健診の結果から「高血圧」「高血圧+高血糖」が市より多い。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。
- 質問票の結果から、「この1年で転んだ」人の割合が市と同じく多く、「日付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

転倒予防や認知症予防を勧めたい人が多く、フレイルに注意したい人が多いが、市民が運動や散歩を習慣づけていることや、サロンに通ったり地域行事に参加するなど、集まりに参加することが、フレイル予防によい活動となっている。

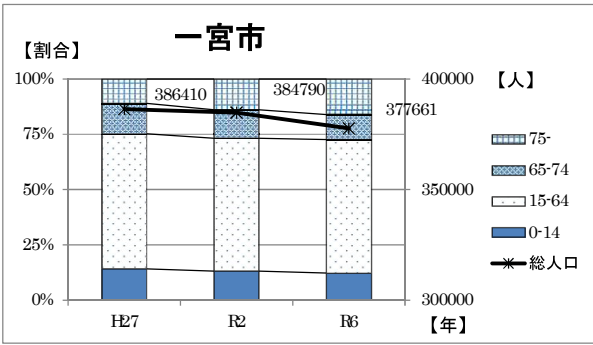
フレイル予防は、運動、食事、人との交流がキーポイント。  
 連区の活動は、フレイル予防に繋がっているね！



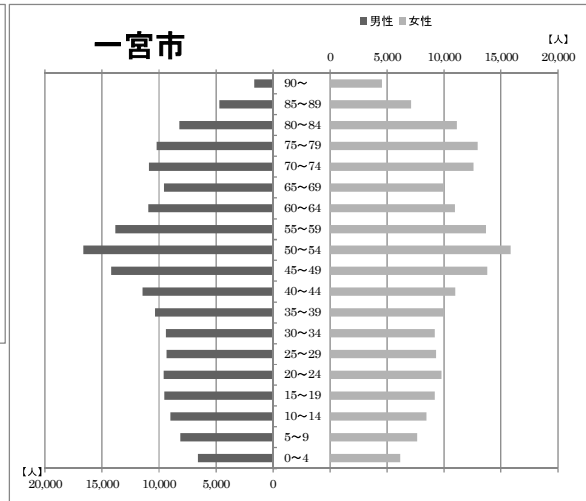
# 一宮市の情報

## 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)

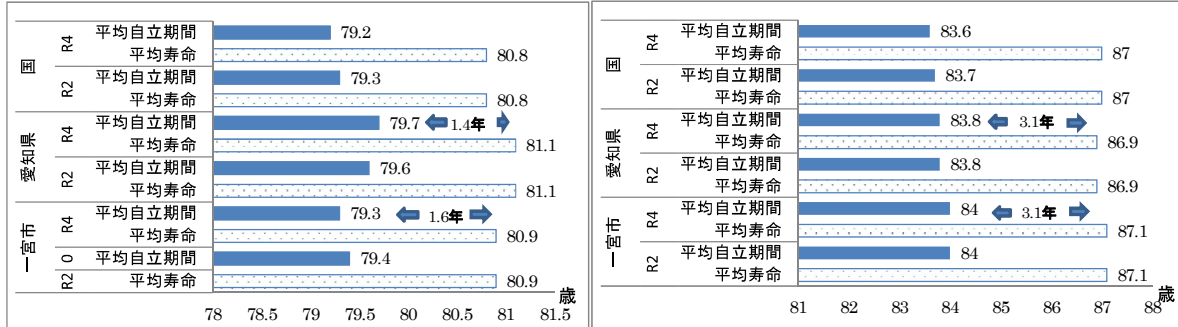


### ③人口構成(令和6年4月1日 住民基本台帳)

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)

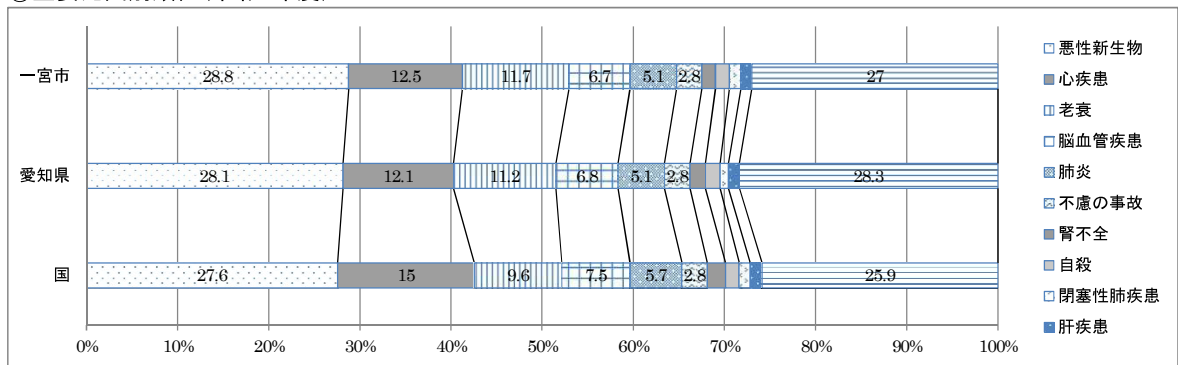
### ④平均自立期間(市町村レベルの健康寿命の指標)

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。

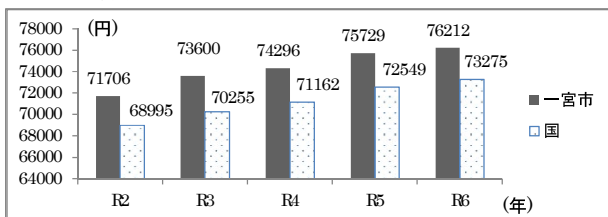
### ⑤主要死因別順位(令和2年度)



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