

前橋市民の健康状況

R6.3.28 確定

令和4年度の健診等のデータや、直近の報告から見える状況

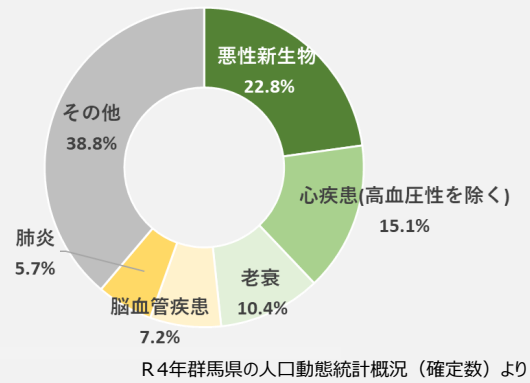
- ① 群馬県の主な死因の約半数は、生活習慣が大きく影響する疾病。男性の脳血管疾患の死亡率は増加傾向にあり注意。
- ② 本市の国保特定健診の結果(血圧・HbA1c・血糖・BMI)は、県や全国と比較し「結果が異常なしではなかった人」が多くなっています。特に糖尿病関連の検査項目で基準値を超えている人や、肥満者の割合が全国と比較して高いことがわかります。



p1

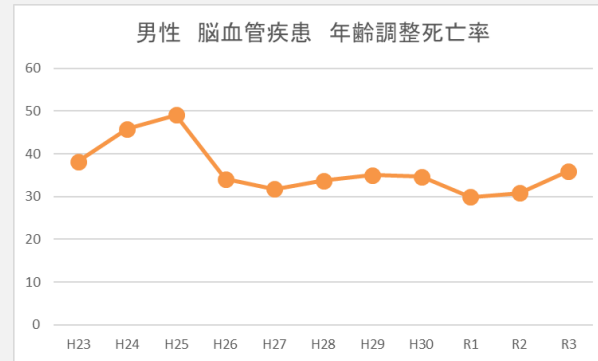
健康まえびし21

R4年度 群馬県の主な死因



死因の約半数は**三大疾病**(悪性新生物、心疾患、脳血管疾患)です。

脳血管疾患死亡率の変化 男性



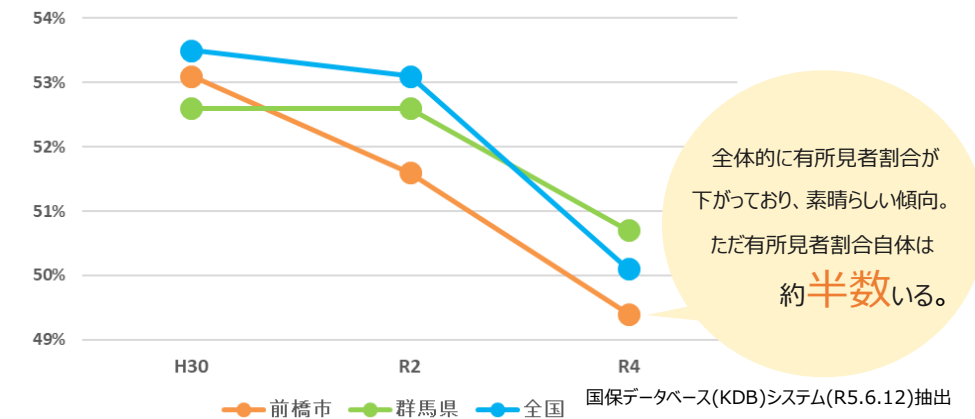
男性の脳血管疾患年齢調整死亡率はコロナ禍であった令和2年度以降増加しています。

群馬県の主な死因の約半数である三大疾病には、食事や運動、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が深く関与しています。今回は脳血管疾患や心疾患に影響する動脈硬化に関連した項目を特集しました。

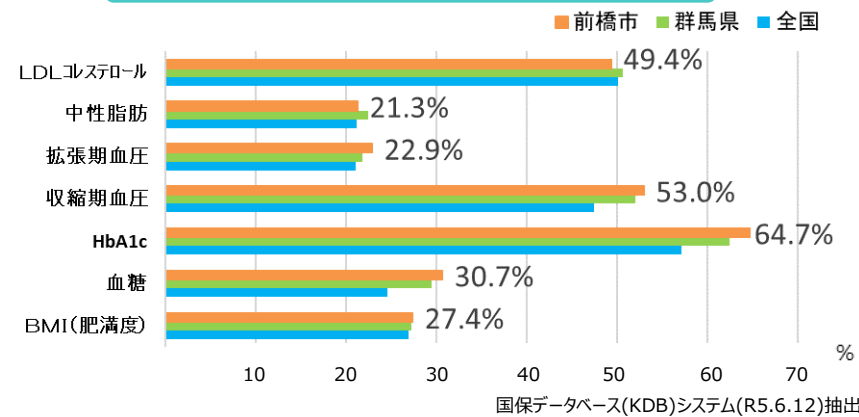
動脈硬化とは動脈の壁にコレステロールがたまり、硬くなったり狭くなったりして血液の流れが悪くなる状態です。



LDLコレステロール有所見者割合の変化

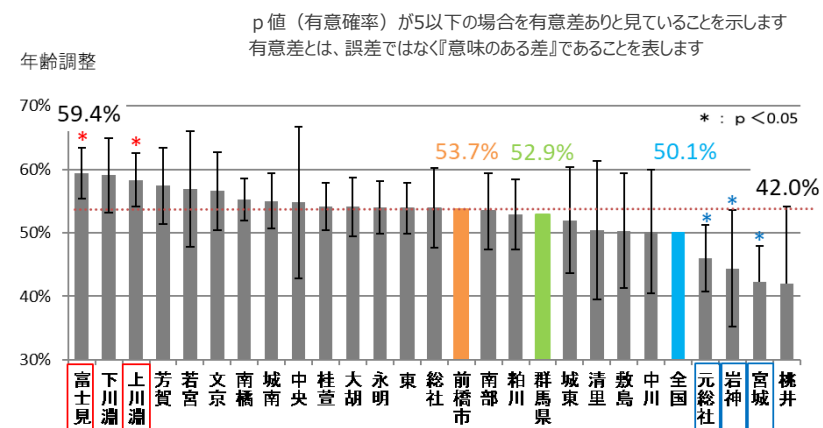


R4年度 国保特定健診 有所見者割合

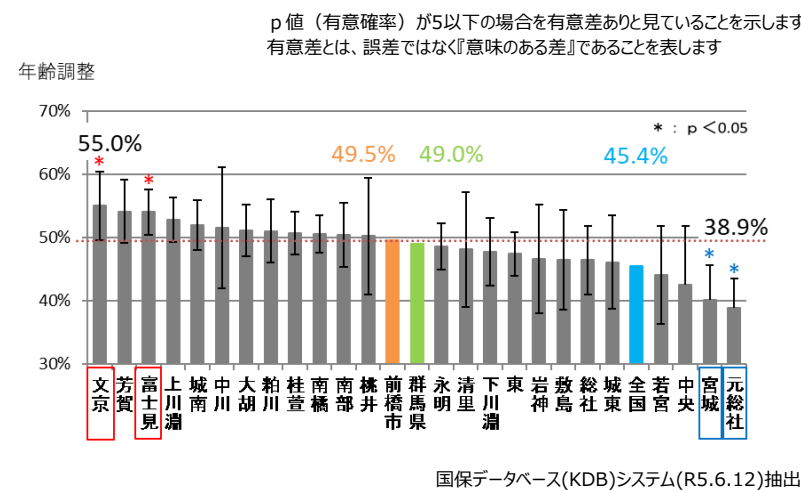


血圧、HbA1c、血糖、BMI等、ほとんどの項目で全国・県より**悪い**結果でした。

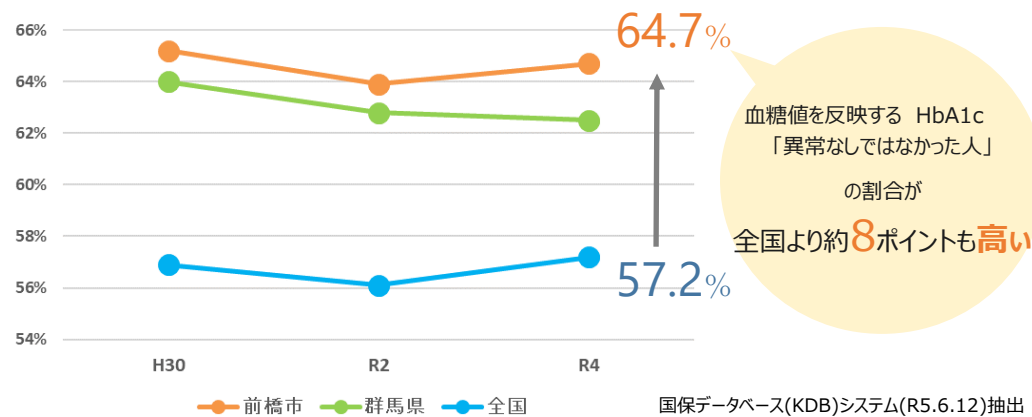
収縮期血圧130以上の者の割合 男性



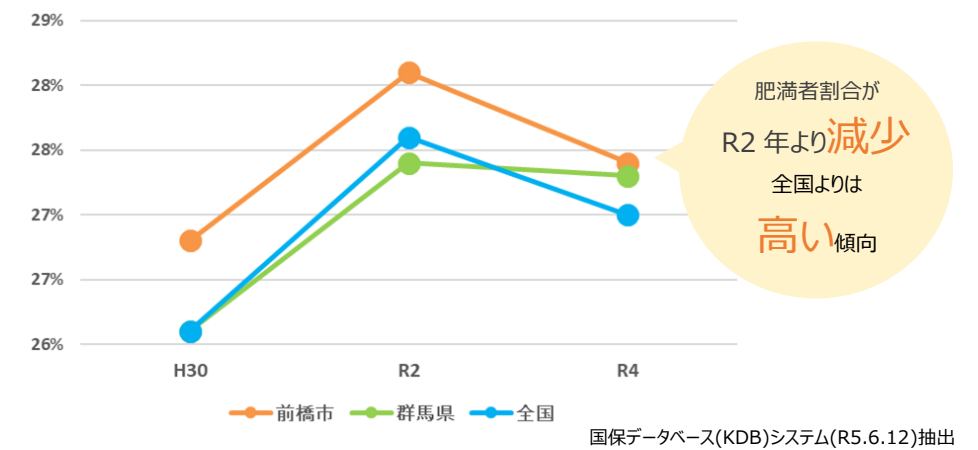
収縮期血圧130以上の者の割合 女性



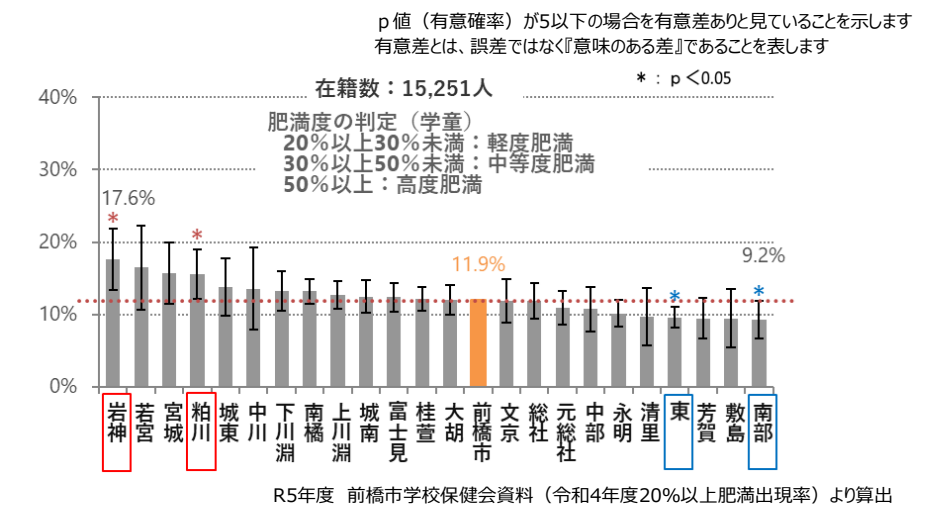
HbA1c有所見者割合の変化



BMI(肥満度)有所見者割合の変化



小学生 肥満度20%以上の割合

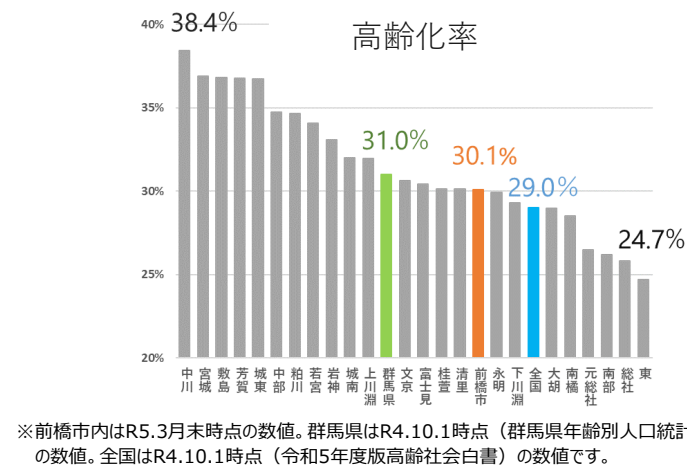


小学生の肥満度にも地域差があります。前年度の本市小学生肥満の割合は11.2%であり、少し増えています。

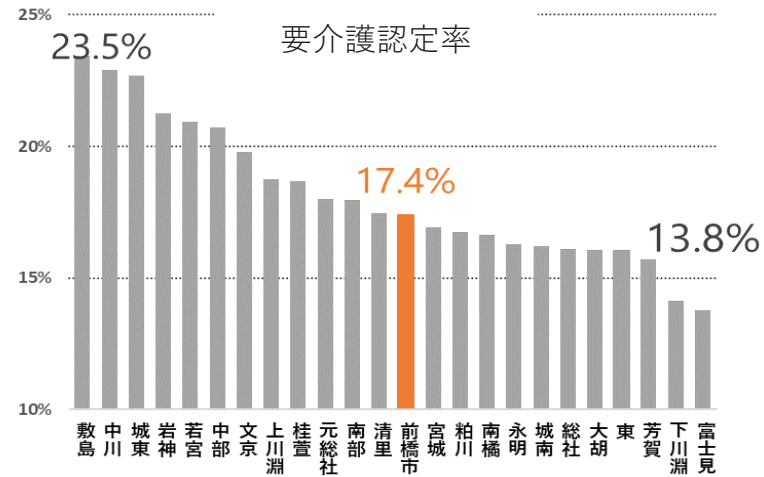
高齢・介護

R4

高齢化率や要介護認定率は年々高くなっています。市内に介護予防の通いの場が複数開かれています。



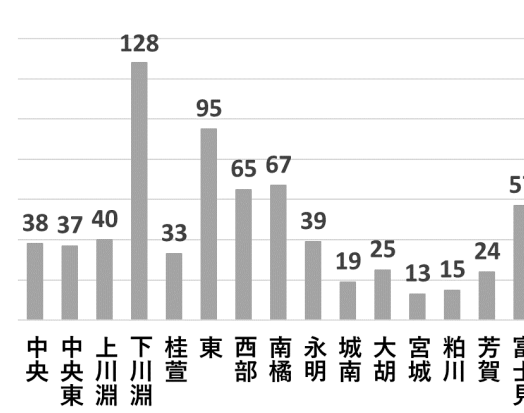
高齢化率は全国平均より少し上回っています。



認定率の高い地域は旧市に集中しています。

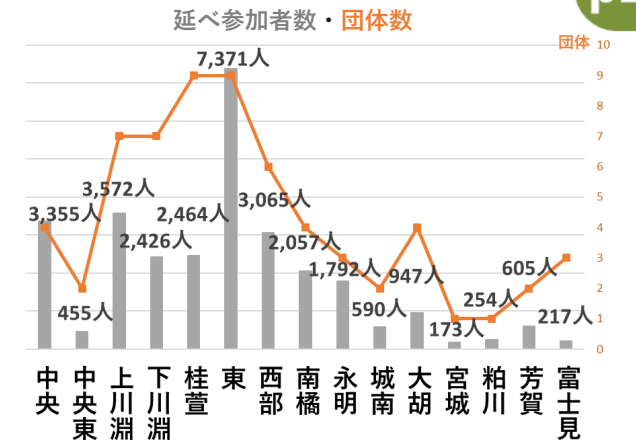
R4

介護予防サポーター活動者数



介護予防サポーターは、介護予防の知識を習得して地域で実践しているボランティアです。R4年度の養成研修は、本会場の総合福祉会館以外にも各地域の公民館などでサテライト開催し、合わせて5会場で行いました。今後も活動者が少ない圏域を中心にサテライト開催をしています。

ピンシャン体操クラブ



R4

血糖リスク保有率(性・年齢調整・県比較)

【空腹時血糖126以上又はHbA1c6.5以上】

前橋 11.8%
群馬県 11.8%

やせリスク保有率(性・年齢調整・県比較)

【BMI18.5以下】

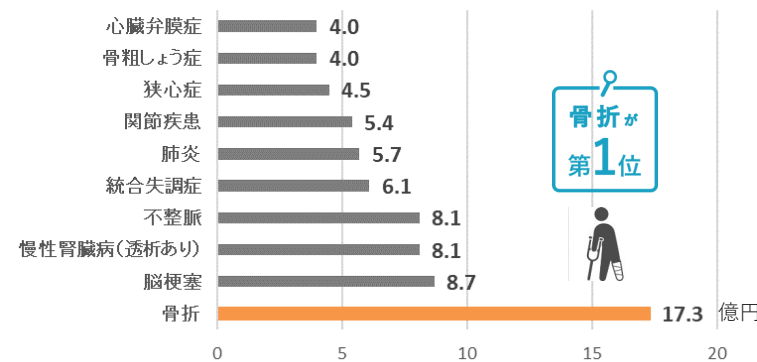
前橋 8.1%
群馬県 8.0%

国保データベース(KBD)システムの後期高齢者健診(概ね75歳以上)より抽出

後期高齢者健診のデータを基に一部の地域で血糖リスク・やせリスクの高い方への支援をしています。

R4

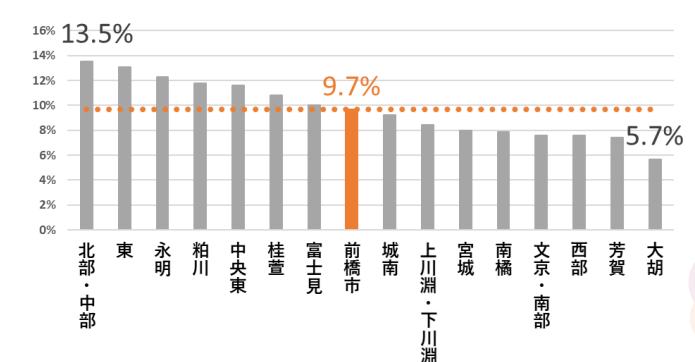
入院医療費が高い疾病



国保データベース(KBD)システムの後期高齢者医療制度の被保険者より抽出

入院医療費の1位は骨折で、2位の脳梗塞の約2倍。

介護予防の通いの場に月1回以上参加している人の割合



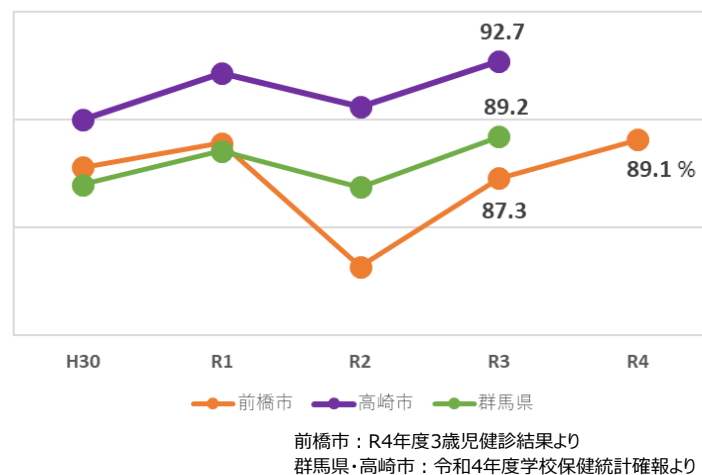
介護予防の通いの場
ふれあいいきいきサロン
ピンシャン体操クラブ
はつつカフェ
認知症を語るカフェ

「ピンシャン体操クラブ」は、介護予防サポーターが担い手となり、地域の公民館等で月2回以上前橋市オリジナルの介護予防体操「ピンシャン！元気体操」を行う高齢者の通いの場です。短時間・少人数・屋外で週1回以上活動する「ピンシャン元気ひろば」もあります。

歯科保健

学齢期からむし歯や歯周炎等のある人が増えてきます。普段の歯磨き等のセルフケアと定期健診等のプロフェッショナルケアで病気になる前に予防しましょう。
* 歯周病とは、歯と歯ぐきのすき間から侵入した細菌が歯ぐきに炎症を起こし(歯肉炎)、加えて歯を支える骨を溶かしてグラグラにさせてしまう状態(歯周炎)を合わせたもの。

むし歯がない3歳児の割合



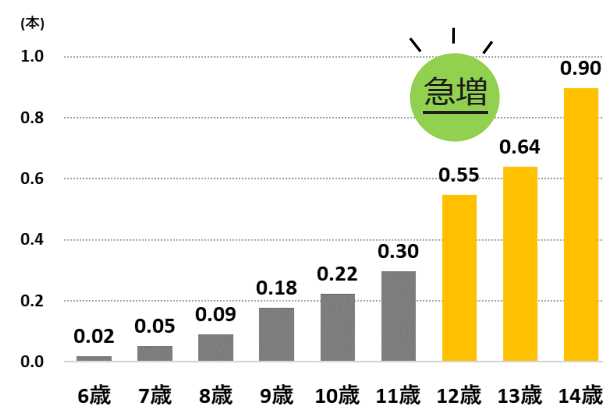
3歳児のうち約9人に1人はむし歯があります。



R4

永久歯一人平均むし歯指数

(永久歯における一人平均のむし歯の経験本数)

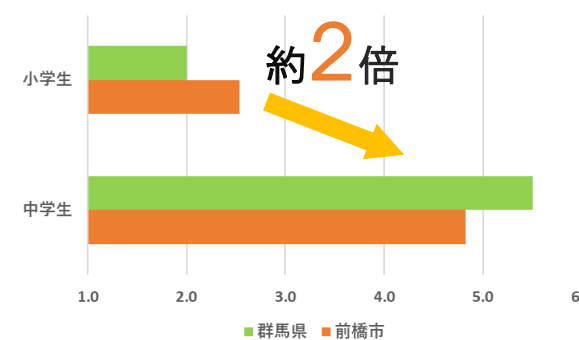


学齢期になると、むし歯が増加。

12歳を境に、一人平均むし歯指数が急増します。

R4

治療が必要な歯肉の炎症がある人



小学生と中学生を比較すると、治療が必要な歯周病がある児童は約2倍に増えます。むし歯だけでなく、歯肉にも目を向けましょう。

R4

成人歯科健診結果

対象者は 20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70 歳

受診率 3.6%

成人歯科健診の内容

歯、粘膜
歯肉からの出血
歯周ポケット
みがき残し
歯石の状態
義歯の状態



R3年の成人歯科健診の受診率は5.3%。歯科保健は治療歯科から予防歯科へ意識を変えましょう。

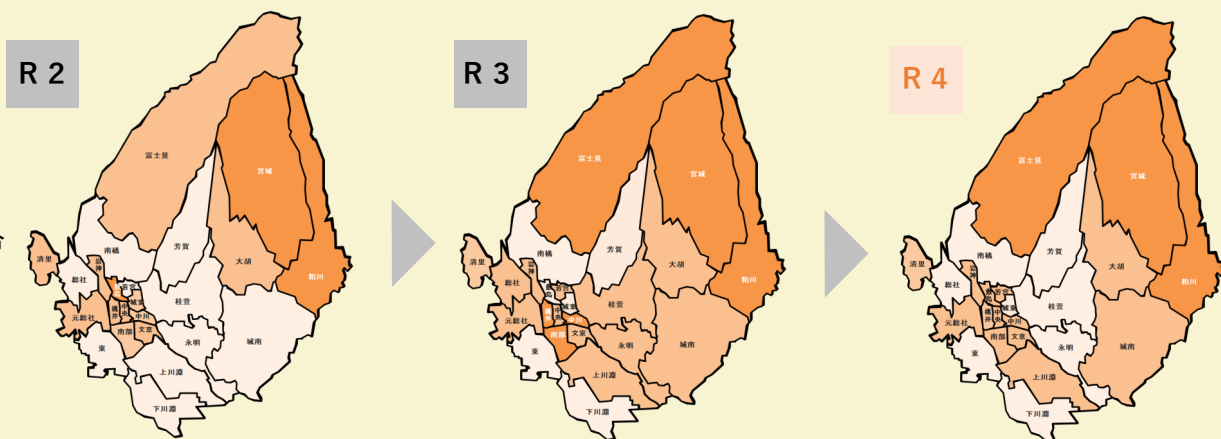
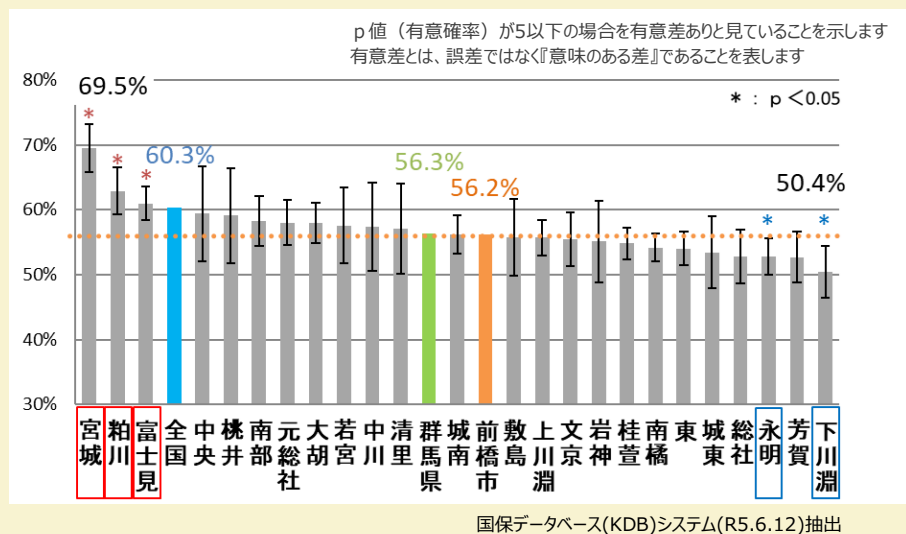
国保特定健診 運動習慣なしの者の割合

※ここでいう運動習慣とは、1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上かつ1年以上実施することです



市平均は、全国より良い状況でした。
一方、市内全ての地区で、**半数以上の人に運動習慣がありません。**

R 3 年度に運動習慣なしの割合が増えるも、R 4 年度には改善傾向がみられます。

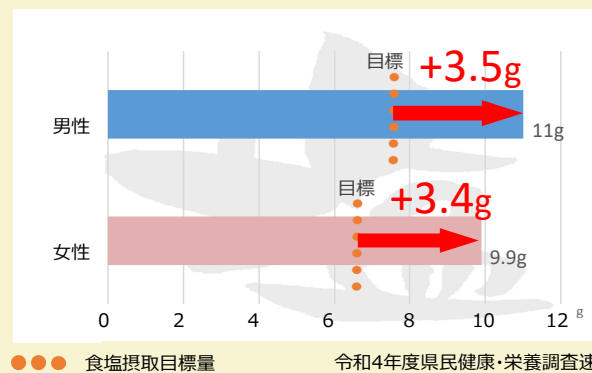


元データ・用語の定義等

【最初に】成人保健は主に国保特定健診のデータを用いており、一つの健診データではありますが、市民の傾向の把握に役立ちます。
また、年齢調整や統計的検定をしていないデータについては、それを考慮して見てください。

- 23地区の町名区分については前橋市HPに掲載。[前橋市民の健康状況](#)
- 有所見者：健診の結果、検査数値が一定のリスク〔保健指導判定値〕にあてはまる人。
- HbA1c：糖尿病の検査項目の1つ。5.5%以下が基準範囲内。
- BMI：体格指数。体重(kg)÷身長(m)の2乗。やせ18.5未満/普通18.5 - 25未満/肥満25以上。
- 永久歯一人平均むし歯指数（DMFT指数）：永久歯における一人平均のむし歯の経験本数。
- むし歯のない3歳児の割合は、R4年度3歳児健診結果より集計（受診者数2,331人）。
- 小学生肥満度20%以上の割合：R5年度前橋市学校保健会資料(令和4年度20%以上肥満出現率)より小学校別データを学校所在地から23地区に分け集計。在籍数15,251人（学区がない特別支援学校、国立・私立校を含まず）。
- 国保加入者は全市民の21.4%、年齢構成は39歳以下23.7%、40-64歳31.4%、65歳以上44.9%(R5.3月末現在)。
- 令和4年度国保特定健診の受診者は男性7,963人、女性10,240人。年齢調整は、国立保健医療科学院「健康課題把握のための参考データ・年齢調整ツール」を使用。各地区の95%信頼区間と市平均を比較し有意差を判断。
- 95%信頼区間：母集団の平均が95%の確率でその範囲にあることを表す。その範囲から市の平均値が離れる時は、有意に差があると見る。
- * は市平均と比較し有意に高い・低いことを示します。グラフの先端にある縦棒は長さによってデータのばらつきが大きい・小さいを示します。
- 高齢者サロンなどの通いの場や地域包括支援センターなどの介護相談窓口について、詳細は前橋市HPへ。[前橋 通いの場](#)

群馬県民の食塩摂取状況



県民の**塩分摂取**の調査結果と目標量を比べると、男性**+3.5g**、女性**+3.4g**も多くなっています。
今日の1食からでも食塩摂取を減らす行動をはじめましょう。あなたの血管の負担が減り、いろいろな病気のリスクがぐっと減ります。

-2 減塩で健康生活
目標は現在の摂取量から-2g。だし・柑橘類・香辛料等を使って、おいしく減塩。栄養表示を見て、かしこく減塩。

SHANT LIFE PROJECT 厚生労働省

レシピや食に関する情報

健康食から郷土料理まで



まえばし食育の森



塩ザケ1切れ
辛口80g **3.8g**
甘口80g **1.4g**



いなりずし
3個 **2.1g**



にぎりずし
一貫
醤油多め **0.5g**



にぎりずし
一貫
醤油少なめ **0.3g**



きゅうりのぬか漬け
3枚 **1.0g**

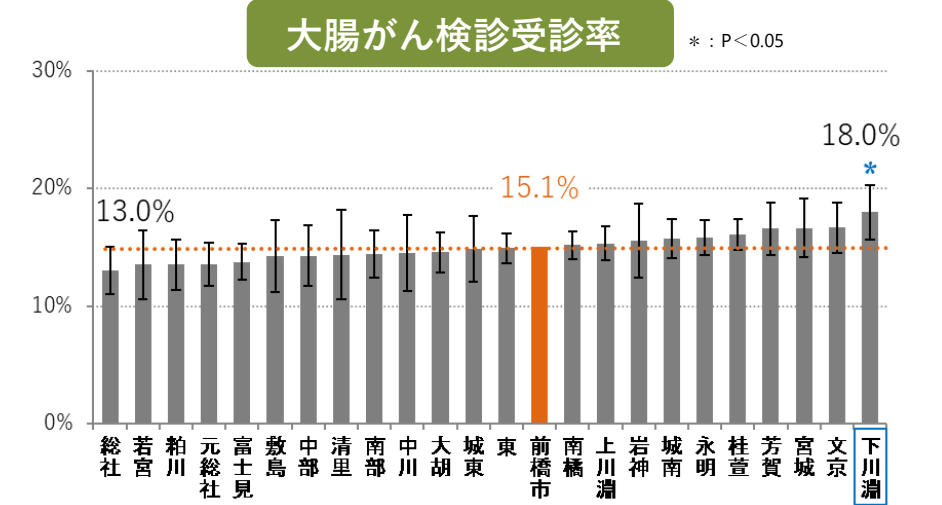
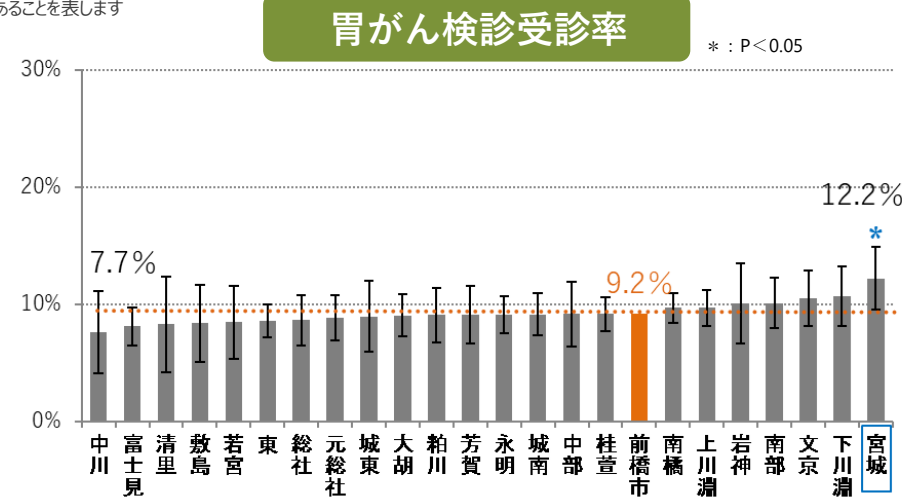
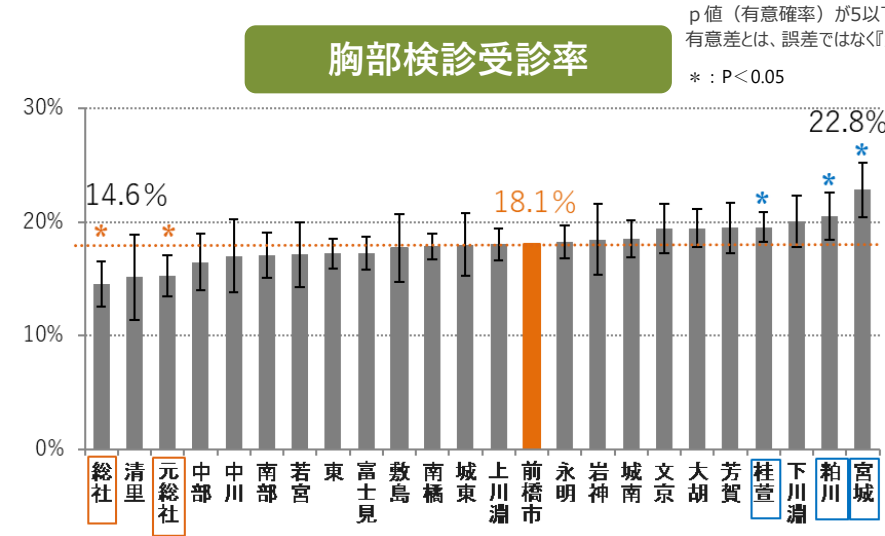


カップ麺 **4.9g**
めん・かやく **2.4g**
スープ **2.5g**

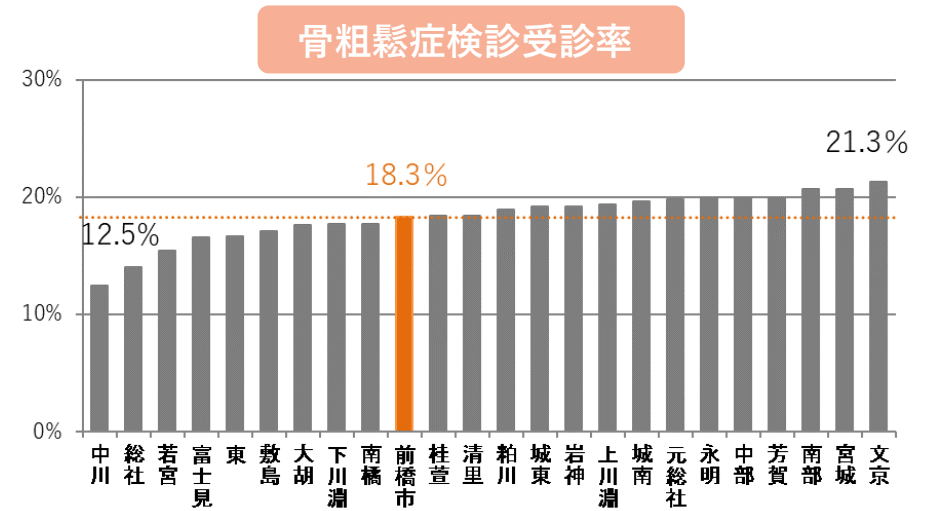
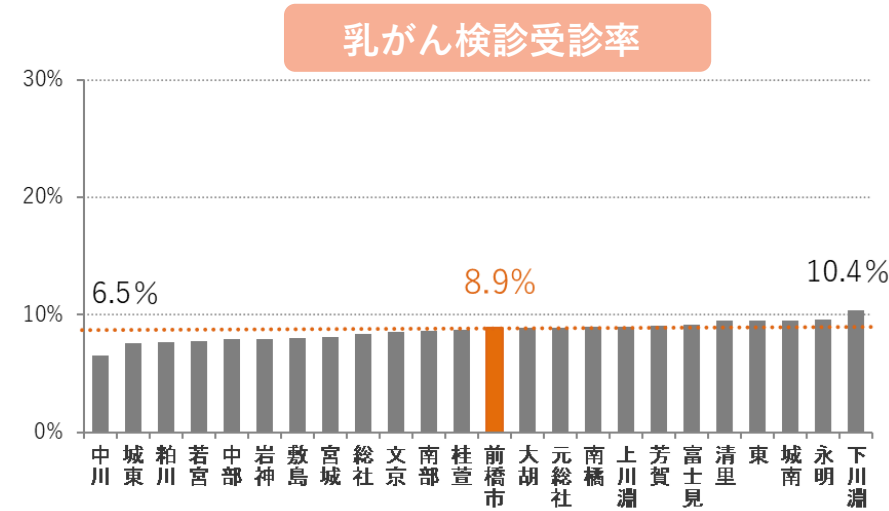
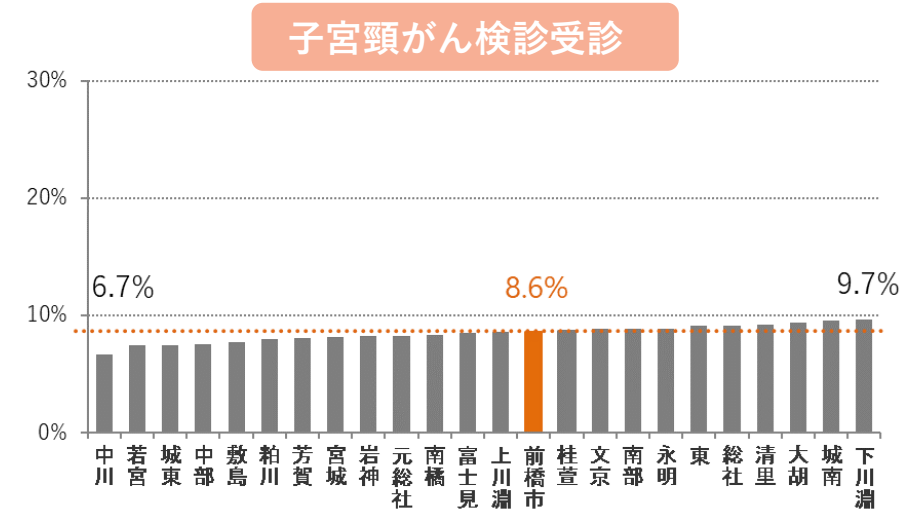
	HbA1c5.6以上		BMI25以上		運動習慣なしの者	小学生肥満度20%以上	高齢化率	要介護認定率	後期高齢者 リスク保有率	
	男性	女性	男性	女性					血糖	やせ
岩神	60.9%	58.2%	41.2%	19.5%	55.1%	17.6%	33.1%	21.3%	11.4%	8.5%
敷島	56.7%	66.4%	25.0%	18.6%	55.7%	9.5%	36.8%	23.5%	11.5%	8.7%
若宮	68.2%	74.7%	35.7%	21.7%	57.6%	16.5%	34.1%	20.9%	11.6%	8.4%
城東	55.5%	57.8%	31.8%	22.9%	53.4%	13.7%	36.7%	22.7%	11.4%	8.7%
中央(中部)	68.1%	62.0%	35.1%	18.0%	59.4%	10.7%	34.7%	20.7%	11.1%	9.4%
桃井(中部)	62.5%	73.0%	34.6%	24.5%	59.1%				11.5%	8.8%
中川	62.1%	66.7%	34.7%	26.3%	57.4%	13.6%	38.4%	22.9%	11.4%	9.0%
南部	63.5%	68.4%	31.9%	18.4%	58.3%	9.2%	26.2%	18.0%	11.6%	8.3%
文京	66.8%	69.0%	38.3%	24.2%	55.5%	11.6%	30.6%	19.8%	11.7%	8.4%
上川淵	61.8%	66.5%	30.7%	24.2%	55.7%	12.7%	32.0%	18.7%	11.9%	7.8%
下川淵	69.2%	69.7%	39.2%	19.9%	50.4%	13.2%	29.3%	14.1%	12.2%	7.5%
芳賀	55.8%	62.5%	27.5%	20.1%	52.7%	9.5%	36.8%	15.7%	12.0%	7.6%
桂萱	59.3%	61.1%	33.5%	24.9%	54.8%	12.1%	30.2%	18.7%	11.7%	8.2%
東	63.3%	67.6%	33.5%	20.8%	54.0%	9.6%	24.7%	16.0%	11.8%	8.0%
元総社	57.7%	59.4%	32.7%	18.9%	58.0%	10.9%	26.5%	18.0%	11.8%	7.9%
総社	56.3%	61.2%	31.8%	20.4%	52.8%	11.8%	25.8%	16.1%	11.9%	7.7%
南橋	63.3%	65.1%	32.7%	22.7%	54.2%	13.2%	28.5%	16.6%	11.7%	8.2%
清里	65.8%	58.8%	37.3%	19.3%	57.1%	9.7%	30.1%	17.5%	12.4%	7.2%
永明	59.5%	63.2%	33.2%	20.5%	52.8%	10.1%	29.9%	16.3%	11.9%	7.9%
城南	56.3%	56.2%	38.2%	25.4%	56.2%	12.5%	32.0%	16.2%	11.9%	7.9%
大胡	61.3%	61.2%	33.0%	24.9%	58.0%	12.0%	29.0%	16.1%	11.8%	8.2%
宮城	56.9%	57.2%	39.8%	30.0%	69.5%	15.7%	36.9%	16.9%	11.8%	8.0%
粕川	64.4%	64.6%	39.9%	27.3%	62.9%	15.5%	34.6%	16.8%	11.8%	7.9%
富士見	66.3%	68.9%	35.2%	23.2%	61.0%	12.4%	30.4%	13.8%	12.0%	7.6%
前橋市	61.4%	64.2%	34.0%	22.7%	56.2%	11.9%	30.1%	17.4%	11.8%	8.1%

- ① 受診率はコロナ流行後から回復傾向ですが、コロナ流行前よりは下回っています。
- ② R3年度もがん検診で多くの早期がんが見つかっています。要精密検査になった場合は、受診することが重要です。

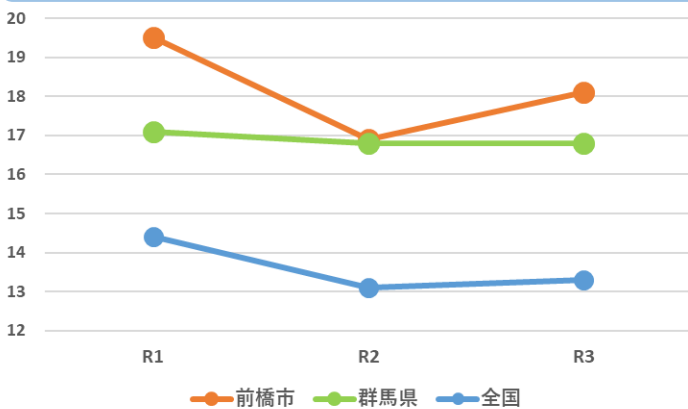
R4年度結果



※子宮頸がん・乳がん・骨粗鬆症検診は、受診者数が少なく、統計的検定を行っても有意差はみられませんでした。



慢性閉塞性肺疾患(COPD)による死亡率推移



注目！
たばこによる病気
COPD
前橋市の死亡率は
全国より高い

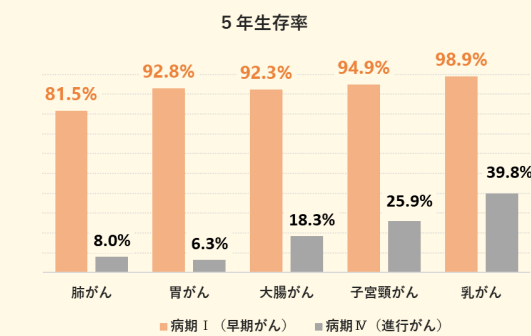


気管支の先にある肺胞が破壊され、徐々に息をするのが辛くなる病気です。
COPDは50～80％にたばこ煙が関与し、喫煙者では20～50％がCOPDを発症するとされています。喫煙対策により発症リスクを下げられます。

本市のがん検診で、多くの早期がんが見つかっています

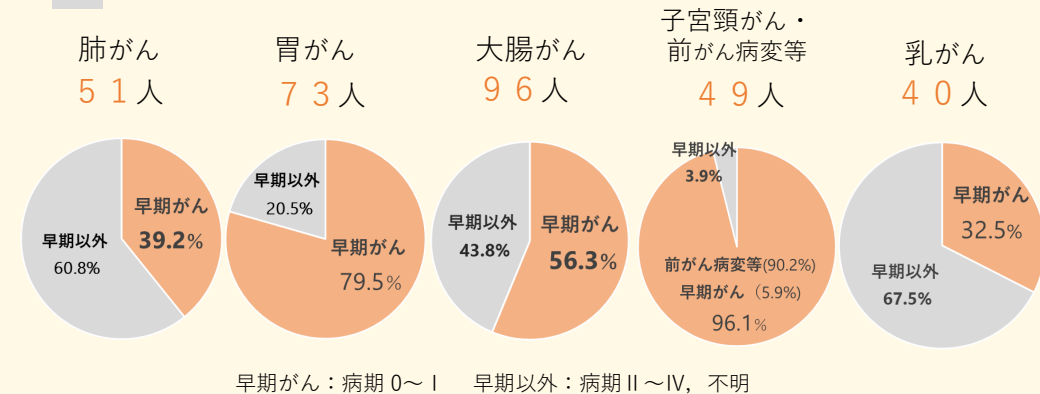
(R3年度 前橋市がん検診結果より)

がんは
早く見つけば治る可能性が高い



出典：がん診療連携拠点病院等院内がん登録生存率集計報告書
(2014～2015年 5年生存率ネット・サバイバル)

R3年度結果



「がん検診」のご案内

前橋市
ホームページ



「がん」に関する情報

国立がん研究センター
「がん情報サービス」

