

福知山市 中丹西保健所

- 総人口 78,003人 (男性 38,714人 女性 39,289人) (H29年10月1日)
- 高齢化率 29.2% (H29年3月31日)
- 前期高齢化率 13.8% 後期高齢化率 15.4%
- 出生数 718人 (男性 381人 女性 337人) (H28年)
- 出生率 9.2% (人口千対) 合計特殊出生率 1.96 (H20~24年)
- 死亡数 1,009人 (男性 509人 女性 500人) (H28年)
- 死亡率 12.9% (人口千対)

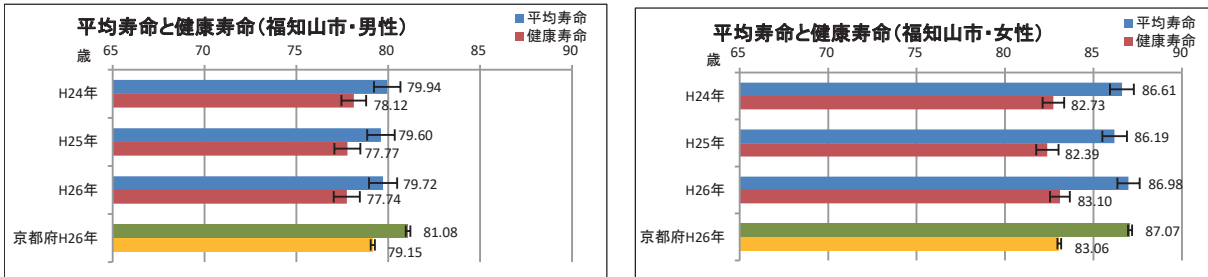
管内の特徴

福知山市は古くから城下町として栄え、明治以降は北近畿の交通の中心となり、商都として発展してきた。由良川流域の福知山盆地にひらけており、昭和12年4月に京都府で2番目の市として誕生した。最近では平成18年1月1日に、福知山市・三和町・夜久野町・大江町の1市3町が合併し、新しい「福知山市」がスタートした。京都市からは60km、大阪市からは70kmの距離にあり、国道9号をはじめとする多くの国道や舞鶴若狭自動車道、JR山陰本線・福知山線および京都丹後鉄道宮福線などが通る北近畿の交通の要衝となっている。平成19年に地域医療の拠点である福知山市民病院が完成し、福知山駅の全線高架開業(平成21年)による福知山駅周辺整備事業といった都市基盤の充実を図るとともに、恵まれた自然環境を生かしながら「未来創造福知山」多様性あふれる高次機能都市の実現をめざして、北近畿の中核都市としてのまちづくりが進められている。

現 状

【平均寿命と介護保険認定者数から算出した健康寿命】 図1

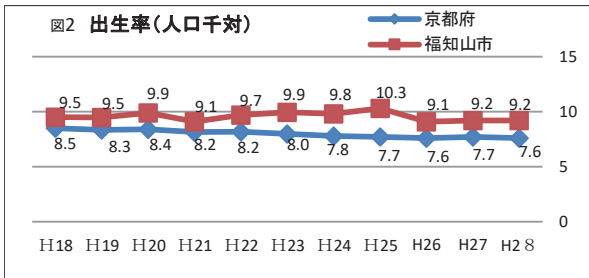
(出典：市町村別健康寿命(京都府算出)のデータ及びグラフ(平成24~26))



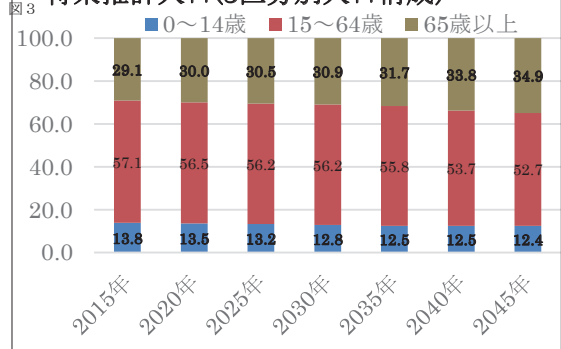
【人口動態統計】

(出典「京都府の健康実態を見る基礎資料集」更新版(平成27年))

出生率は漸減傾向だが、合計特殊出生率は1.96と府(1.45)より高い。将来的に老年人口が増加し生産年齢人口・年少人口が低下。



将来推計人口(3区分別人口構成)



【死亡統計】

表1 平成27年 死因順位(人) (出典：厚生労働省 人口動態統計総覧より集計)

	総数	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	肺炎	老衰	不慮の事故	腎不全	慢性閉塞性肺疾患	自殺	肝疾患
総数	1,044	243	182	130	87	79	30	28	19	17	9
男	528	156	82	59	45	17	22	15	11	10	6
女	516	87	100	71	42	62	8	13	8	7	3

図4 標準化死亡比 (出典:「京都府の健康実態を見る基礎資料集」更新版(平成27年))

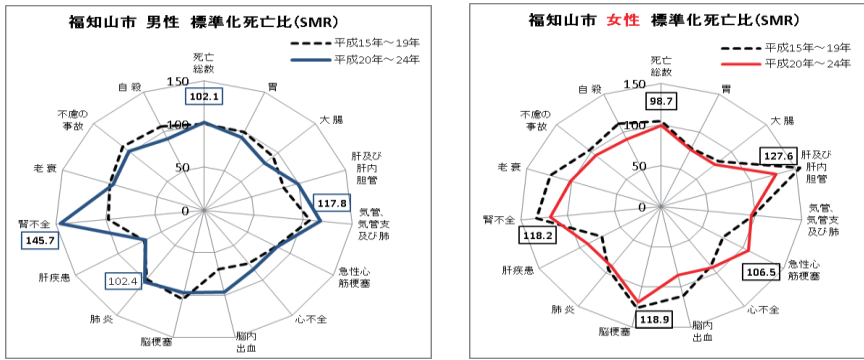


表1 死因別集計より男女は悪性新生物、心疾患、脳血管疾患による死亡数が多い。女性では男性より心疾患・老衰が多い傾向にある。

図4・表2 標準化死亡比では男女で腎不全・肝がん・脳梗塞・虚血性心疾患、慢性閉塞性肺疾患が高い傾向にある。男性で肺がん、脳出血が高い傾向にある。

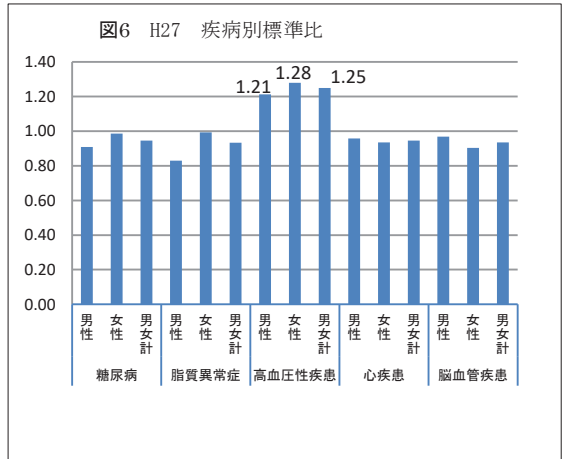
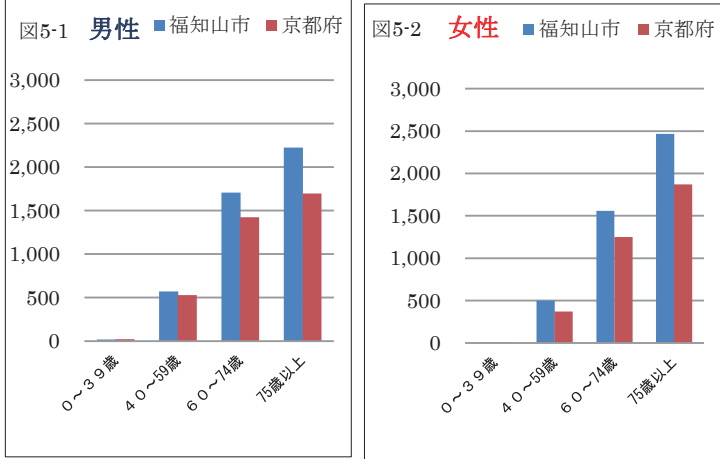
出典：人口動態統計特殊報告（H15～19、H20～24）

表2 平成19～28年のSMR (男性110～■ 女性110～△) 平成20～24年のSMR 110～■

胃がん		大腸がん		肝がん		肺がん		急性心筋梗塞		虚血性心疾患		脳内出血		脳梗塞		肺炎		慢性閉塞性肺疾患		肝疾患		腎不全		自殺	
男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
				■		■				■	△			■	△			■	△			■		■	

(出典：京都府健診・医療・介護総合データベース (H29年)より医療費データ)

【医療費統計】 図5 H27 高血圧受診率 (千人当り件数)



【介護保険事業統計】 (出典:第8次福知山市高齢者保健福祉計画)

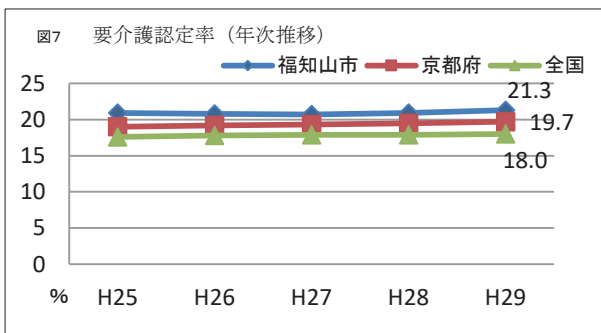
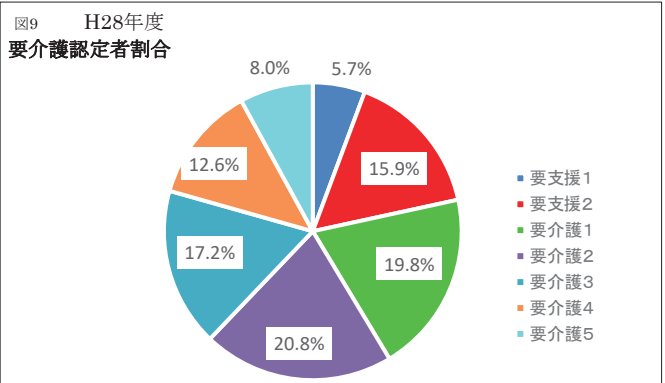
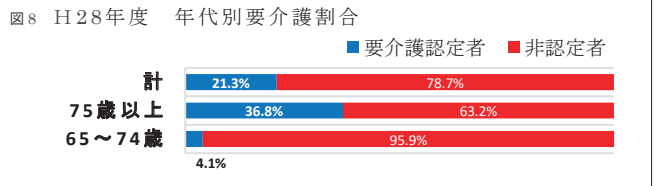


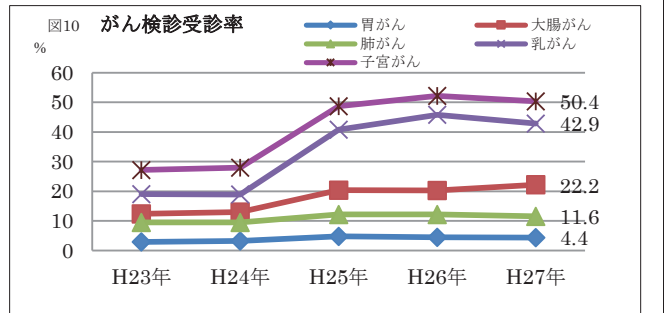
図7. 要介護認定者数は年々増加し、認定率は全国・京都府より高値で、要介護2の割合が最多であり、要介護1以下で全体の4割を占める。

図8. 要介護者の年代は、後期高齢者が4割弱ある。



【がん検診事業統計】

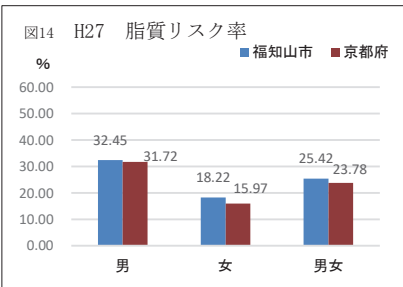
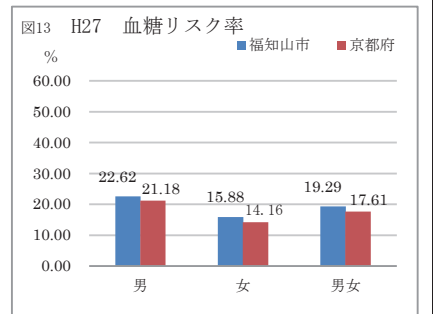
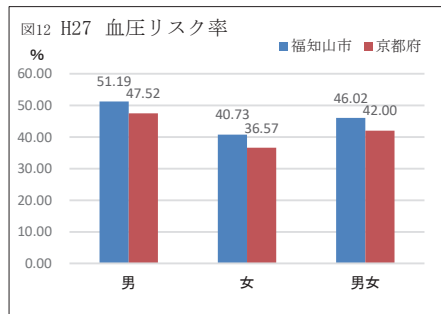
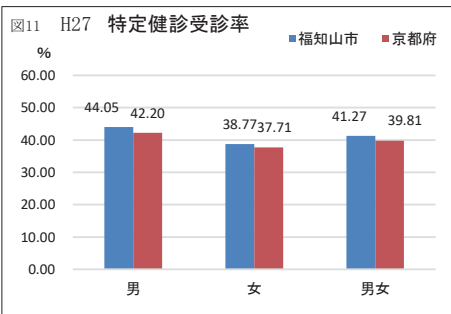
図10 がん検診受診率は大腸がん、乳がん、子宮がんが増加傾向にあるが、大腸では増加率が低く、胃・肺では増加がみられない。
 (出典:「京都府の健康実態を見る基礎資料集」最新版(平成27年))



【特定健診・特定保健指導事業統計】

図11 特定健診受診率は増加傾向であり府平均より少し高い。男性受診率は女性より低く目標50%にはまだ届かない。市国保人間ドック受診者は増加傾向にあり、60歳以上が多い。

図12・13・14 (市町村国保+協会けんぽ)
 受診者のメタボリスクでは、男女の血圧リスク率と血糖リスク率及び女性の脂質リスク率が府内他市町村と比べ高い傾向にある。



(出典: 京都府健診・医療・介護総合データベース (H29年))

表3 H27年度の特定健診結果(生活状況) (市町村国保+協会けんぽデータ)

*オッズ比: 色付項目に有意差あり(リスク高い)

	血圧	血糖	脂質	メタボ	喫煙	運動習慣なし	歩行なし	飲酒
男性	1.17	1.13	1.03	1.09	1.11	1.17	1.10	1.16
女性	1.19	1.27	1.16	1.07	1.01	1.18	1.25	0.88

【喫煙率統計】 図15

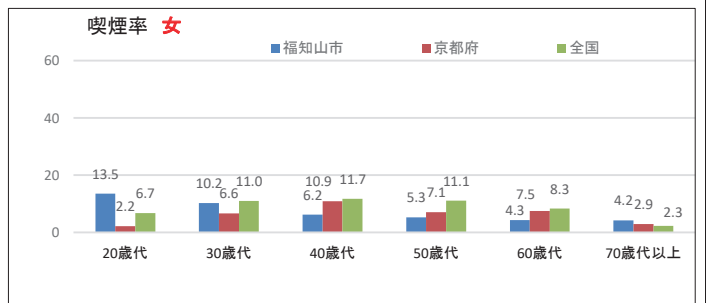
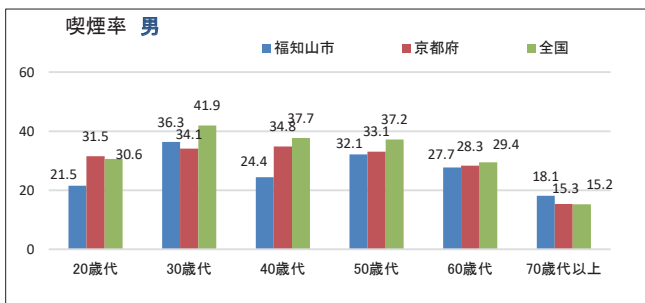


図15 男性は30歳代・50歳代で高い傾向であり、女性は20歳代で府の6倍高く30歳代でも高い状況である。喫煙者では20歳未満での喫煙開始割合が高い結果である。(出典: 福知山市は H27 健康増進計画中間評価アンケート結果、京都府: H28 京都府民健康・栄養調査結果、全国: H28 国民健康・栄養調査結果より引用)

【保健事業】

福知山市は健康増進計画 (H23~32年度) を策定し、H27年度中間見直しを行い、計画に基づいた保健事業を実施している。市保健事業の概要 (平成29年度実績 (抜粋)) 出典: 福知山市健康づくり推進協議会資料

	回数	実人数	延人数
① 健康教育	367		8,084
② 健康相談	299		3,300
③ 30歳代の健康診査		148	

	回数	実人数	延人数
一般 介護 予防 事業	④ 出向き型事業	127	1,645
	⑤ 体操指導型育成・マッピング事業	3	54 うち修了者43
	⑥ 普及啓発事業	67	1,107
	⑦ 集約型事業	399	325

- 健康増進計画中間評価アンケート結果（H28年度）を基にH32年度までの計画を見直し推進している。
食生活：野菜が主になるおかずを1日2回以上食べる人の割合が50歳代以下の男女で3割以下と低い。
運動：日常生活で身体を動かす意識は向上している。市民のウォーキングへのニーズは高く、「ふくちライフ体操」や「貯筋体操」をツールに普及啓発している。
たばこ対策：喫煙率（12.4%）は男性では減少傾向だが、30～40歳代ではまだ高いえ女性は減少率が少ない。
また、喫煙開始年齢は、20歳未満が若い世代程多い。福知山市では個別禁煙支援教室を継続実施している。
健康への啓発にはオリジナルキャラクター「けんこウサギちゃん」、「+1000歩くん」との定例ウォーキング等に取り組んでいる。
- 国保人間ドック：H29年度874人が受診しており、60歳～74歳までの受診者が約85.4%を占める。
- 健康教育：各保健福祉センターや公民館等で、生活習慣病予防教室として脂質異常症・高血圧・糖尿病・肥満・禁煙・ウォーキング等について教室を実施し、行動変容につながるような支援をした。また、健康医療課と高齢者福祉課が連携し、ロコモティブシンドローム予防・低栄養予防・口腔ケアなどの介護予防事業を実施した。
- 訪問指導：健診結果でフォローが必要な人等に訪問指導を実施した。また自殺予防対策として、健診未受診者が多い地域等を選定し、健康状態の聴き取りや健(検)診啓発等の訪問指導を実施した。
- 30歳代の健康診査：他の検診とともに健康診査受診勧奨通知を実施したところ、受診者数は前年度より53人増加した。例年通り、受診者の内訳は男性30人・女性118人と、女性受診者が多い。男女共になんらかの異常値がみられるのは循環器（脂質異常）で、男女ともに高値の割合が年々増加傾向にある。他の特徴として女性では貧血、男性では肝機能に関する異常値が多い。
- 出向形事業：老人会やサロンなど団体が活動する場所に貯筋体操講師について年3回を上限に派遣し、地域活動団体の自主的な体操教室活動などの支援を行った。
- 体操指導者育成・マッチング事業：地域活動団体の自主的な体操教室活動の指導者の量的拡大を目的に、体操指導者育成プログラムによる体操指導者を養成した。
- 普及啓発事業：健康づくりや介護予防、認知症予防に関する知識の普及啓発を目的に老人会やサロンなど地域活動団体に講座を開催した。
- 集約型事業：中学校区市内9箇所に地域の交流拠点を設置し、健康づくりや介護予防を目的に貯筋体操やレクリエーションなどを行った。
- 介護予防・日常生活支援総合事業（H29年度に移行）
介護予防・生活支援サービス事業：短期集中介入サービスC、訪問型サービスA、通所介護相当サービス・訪問介護相当サービスを実施している。
一般介護予防事業：貯筋体操講師の派遣、体操指導者の育成・派遣、地域交流拠点（市内9か所）を設置し、健幸いきいき倶楽部として体操やレクリエーションを実施している。
- 中丹西保健所では、「きょうと健康長寿推進福知山地域府民会議」を設置し、構成団体20団体と共に健康寿命延伸に向けた取組を進めている。情報共有や協議の場として、総会・たばこ対策部会・地域職域連携推進部会を運営して各方面から啓発・研修等を行っている。
 - ・特定健診及びがん検診受診促進キャンペーン、ピンクリボンの福知山城ライトアップ
 - ・生活習慣病予防講演会 1回 食育啓発講演会 1回
 - ・事業所等の職域検診の機会に行う歯周病予防と生活習慣病予防の啓発、健康情報メールの送付
 - ・受動喫煙防止啓発チラシの作成及び配付
 - ・健康関連データの分析、課題抽出、事業評価等を行うきょうと健康長寿・未病改善センター事業ブロック協議会を設置し、糖尿病重症化予防地域戦略会議において、糖尿病重症化予防の体制整備について検討を開始した。

【ソーシャルキャピタル】

- ・「認知症サポーター」「介護支援サポーター」「福知山市認知症予防の会」「^{プラス}+1000歩の会」「健康活動サポーター会議」「福知山市食生活改善推進員協議会」「福知山はなみずきの会（がん患者の会）」等の団体と連携し、健康づくりの推進に努めている。また、認知症啓発を行う「オレンジロードつなげ隊」とも連携している。
- ・福知山市が食生活改善推進員を養成している。
- ・H29年度から地域で自主的な体操教室活動を指導する体操指導者を養成し地域で介護予防を推進している。
- ・団体によっては会員数の減少などの課題があり、新たな会員増加のための対策が必要である。

健康寿命に影響を及ぼす改善すべき健康課題

○直近の平均寿命・健康寿命共に府より低値であり H24 より縮減している。

○SMR より腎臓疾患、心・血管系疾患、肺疾患が高い。

課題 1 <循環器疾患対策>

男女ともに心疾患及び腎不全、脳血管疾患の標準化死亡比が高い。また、特定健診結果から循環器疾患につながる高血圧リスク、血糖リスク（男女共）及び脂質リスク（女性）のある者が府平均より多い傾向にある。

年齢を標準化した医療受診率でも高血圧の受診率が京都府より高い。

その要因として喫煙者割合が有意に高く、男性では 30 歳代で府より高い傾向、女性では 20 歳代・30 歳代で府より高い状況にある。さらに、喫煙者の喫煙開始年齢が 20 歳未満の者が多い。加えて慢性閉塞性肺疾患予防の視点からも若年層からの喫煙対策が必要である。

また、男女ともに運動習慣者割合が有意に少なく、男性の飲酒頻度の多い者が多い傾向にある。

課題 2 <要介護認定の予防対策>

要介護認定者数は年々微増し、4 割を占める要介護 1 以下の対象者へ重症化予防・介護予防への取組が必要。

要介護者認定を受ける年齢は 75 歳以降に増加している。

課題 3 <がん対策>

標準化死亡比から、男性の肺がん・男女共に肝臓がんが高い傾向。

がん検診受診者数・率は年々増加傾向にあるが、肺がん・胃がんは受診者数・率が低迷している。

健康寿命延伸のため平成 29 年度に実施した 内容と取り組みの方向性

【取組の方向性】

<福知山市>

平成 28～平成 32 年度まで、「福知山市健康増進計画アクションプラン」の行動計画に基づき、特に【栄養・食生活】

【身体活動・運動】【健（検）診】の 3 つの柱に沿って重点的に事業を展開している。

<保健所>

管内の健康課題と福知山市の健康増進計画に基づく保健事業に基づき、がん検診受診率向上への支援、生活習慣病予防の啓発、循環器疾患の重症化予防、たばこ対策を推進した取組を実施している。

【重点事業】

<福知山市>

1 健（検）診受診率向上

結 果：地域自治会回覧、個別訪問や電話等での未受診者勧奨の実施

いのちのがん教育推進プロジェクト事業と連携したがん検診チラシ配布

特定健診こんには 40 歳事業（40 歳となる対象者の自己負担金無料化）

近隣市と連携し受診勧奨チラシの作成・配布

評 価：特定健診受診率 35.1%（前年比 2.1%増） 40 歳受診率 21.1%（前年比 5.8%）

近隣市と連携し作成したチラシは健診街頭啓発等で配布した。

2 健康増進計画の啓発・推進

対象者：福知山市在住・在勤者

結 果：保健事業への参加でポイントが貯まる「健康活動ポイント事業」の実施

「ふくちライフ体操」の啓発とふくちライフ体操の効果検証事業の実施

ウォーキングの推進として啓発事業「まちなかスウィーツウォーキング」の実施

ウォーキング強化月間の設定と月間中のウォーキング登録者の合計歩数で目指す「月までウォーキング」の実施

評 価：健康活動ポイント事業応募者 H29 応募者合計 1,467 人（前年比 257 人増）

ふくちライフ体操の検証実施。検証の結果、肩こり改善やリフレッシュ効果がみられた。

まちなかスウィーツウォーキング参加者数 388 人、月までウォーキング登録者 524 人

3 福知山市体操「貯筋体操」の普及促進

本市では、平成 28 年度に、理学療法士等のリハビリ専門職のアドバイスも受けながら、市民の要望に応じ、独自に目的別に筋力アップとストレッチ効果が図れるよう「貯筋体操」を開発し、以降、介護保険制度改正に伴う新しい介護予防・日常生活支援総合事業の中で、この体操の普及促進を図っている。具体的には、各中学校区単位に週 1 回集合して体操をしていただく「集約型事業」（健幸いきいき倶楽部）と、地域や団体の依頼に応じて講師を派遣する「出向き型事業」を行っている。特に出向き型事業については、市民インストラクターの育成を図る「体操指導者育成事業」を実施し、指導者の養成を行い、順次、出向き型事業に従事していただいている。

《平成 29 年度実績》

- ・集約型事業（健幸いきいき倶楽部）実施回数 399 回、実参加者数 325 人、延べ参加者数 4,890 人
- ・出向き型事業 延べ 127 回
- ・体操指導者育成研修受講者数 54 人

<保健所>

1 生活習慣病予防対策

実施項目：糖尿病重症化予防推進事業及び中丹健康づくりプロジェクト事業

実施目的：関係団体等を通じて管内の府民へ糖尿病や高血圧等生活習慣病の予防と早期療養の啓発を行う。

対象者：福知山地域府民会議の地域・職域連携部会構成団体、福知山公立大学、医療保険者、国保連等関係団体

結果：検査と健康展及び市民対象講演会 1 回（初回）、健康情報メールでの啓発（6 回）

糖尿病重症化予防地域戦略会議 2 回、事業所給食を利用した啓発 1 事業所

管内の健康関連データから腎不全による死亡が多いため、その要因分析が必要である。

評価：啓発事業は地域で機運をつくる関係者のきっかけになったが、今後は既存事業等で継続実施する。

血液透析導入前の生活実態等を把握し、医療保険者が行う糖尿病重症化予防の取組につなげる。

2 たばこ対策

実施項目：受動喫煙・禁煙支援チラシの作成・普及及び未成年者防煙教室従事者研修の実施

実施目的：受動喫煙と未成年者の喫煙の健康影響を、関係者・指導者が知る機会を増やす。

対象者：福知山地域府民会議たばこ対策部会、薬物乱用防止推進員、小中高校の養護教諭等

結果：たばこ対策部会で受動喫煙防止・禁煙支援チラシを作成して関係団体を通じて啓発を行った。

薬物乱用防止教室の従事者へ最新のたばこ情報・知識の習得の機会になった。

評価：成果物や知識の普及状況を把握し未成年者や妊産婦の喫煙防止を関係者と新たなニーズ把握しつつ進める。

【次年度以降の方向性】

<福知山市>

- ・検診受診後の医療未受診者フォローや循環器疾患の重症化予防に向けて医療機関等とも連携を図りながら取り組む。
- ・新しい総合事業が実施されることから、介護予防事業の参加者が認知症も含めた地域の介護予防活動の担い手になる等地域で支え合える場所や関係づくりを進める。
- ・介護予防を促進するため、貯筋体操の更なる普及を図る。

<保健所>

・働き盛りの壮年・中高年層を対象に職域団体と連携・協働し、高血圧・脂質異常・糖尿病への予防対策とエネルギー過剰摂取の予防・改善、運動やウォーキングの習慣化を図る取組の強化を目指す。さらに、生活習慣病等の重症化予防に向けた実態把握と要因分析から対策の一つとして連携体制づくりに取り組む。

・未成年者の喫煙防止、受動喫煙予防の環境整備、禁煙支援への推進を図る。

・がん検診（特に受診率が低い胃がん・肺がん）への受診啓発の推進を図る。

・地域での助け合いの場づくりなど、住民主体による生活支援体制整備事業の推進を支援する。